



jamk

Kutoessani olen olemassa

Kankaankudonnan muisteluskirje

Johanna Korjonen

Opinnäytetyö, AMK

Lokakuu 2023

Sosionomin tutkinto-ohjelma (AMK)

Korjonen, Johanna

Kutoessani olen olemassa. Kankaankudonnan muisteluskappale.

Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Lokakuu 2023, 57 sivua

Sosionomin tutkinto-ohjelma. Opinnäytetyö AMK.

Julkaisun kieli: suomi

Julkaisulupa avoimessa verkossa: kyllä

Tiivistelmä

Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa Suomen käsityön museolle sisältösuositus kankaankudonnan muisteluskappale varten. Muisteluskappale on työväline, jota voidaan lainata käytettäväksi myös museon ulkopuolella. Muistelua tarkasteltiin muistin aktivoitumisen ja tunnemuistamisen näkökulmasta. Muisteluskappaleen sisältösuositus laadittiin yhdistämällä tietoa muistin toiminnasta ja taidelähtöisten ja toiminnallisten menetelmien käytöstä kokemukseräiseen tietoon muistelutyön välineiden toimivuudesta. Muisteluskappaleen käyttäjinä nähtiin ikäihmiset, joiden muisti on heikentynyt, sekä heidän ohjaajansa ja omaisensa. Työssä huomioitiin myös kankaankudonnan kulttuuriin vahvasti liittyvä osallisuus sukupolvien ketjussa. Tilaajan toiveena oli, että muisteluskappale voitaisiin käyttää mahdollisimman monipuolisesti kankaankudonnan kulttuurin säilyttämiseen. Tutkimuskysymyksenä oli: Millainen muisteluskappale aktivoi yhteyden käyttäjänsä muistiin ja tunteisiin? Vastausta etsittiin myös kysymykseen, miten muisteluskappale voisi edistää kankaankudonnan perinteen jatkuvuutta.

Tutkimuskysymyksiin vastaamiseksi haettiin tietoa tunnemuistamisesta ja sitä aktivoivista tekijöistä, muistin toiminnasta, muistelutyöstä ja muistin kehollisuudesta, sekä sukupolvien välisestä työstä ja kankaankudonnan perinteestä. Aineiston keruumenetelmäksi ja työn pääasialliseksi toteutustavaksi muodostui kuvaileva kirjallisuuskatsaus, koska kyseessä on taustatyö, jonka pohjalta konkreettinen kappale koostetaan. Kirjallisuuskatsausta käytettiin sekä käsitteellisen taustan tarkastelussa teoreettisen viitekehyksen rakentamisessa että menetelmällisenä ratkaisuna. Työ oli siinä mielessä myös kehittämistehtävä, että siinä valmistettiin työvälinettä, jota ei vielä ole olemassa. Toiminnalliseen osuuteen kuului muisteluskappaleen sisältösuosituksen laatiminen.

Tutkitun aineiston perusteella muistamista aktivoivat menetelmät näyttivät perustuvan kokonaisvaltaiseen elämykseen, jossa sosiaalisen vuorovaikutuksen kokeminen on suuressa roolissa. Näköaistimus todettiin voimakkaimmin muistia aktivoivaksi, mutta tuntoaisti jäi viimeisenä jäljelle. Tuntoaistimuksilla vaikutti olevan yhteys mielihyvään ja olemassaolon tunteeseen. Muisteluskappaleen sisältösuositukseen kerättiin esineitä ja materiaaleja, jotka tarjoavat herätteitä käyttäjänsä eri aisteille. Kappaleen sisältö suunniteltiin kokonaisuudeksi, joka kertoo kankaankudonnan tekniikasta ja perinteestä, ja sisältää myös toiminnallisuutta tukevia välineitä.

Avainsanat (asiasanat)

muistelutyömenetelmä, muistelu, kudonta, kosketusaisti

Korjonen, Johanna

Existence through weaving. Memorial briefcase for weaving.

Jyväskylä: JAMK University of Applied Sciences, October 2023, 57 pages

Degree Programme in social sciences. Bachelor's thesis.

Permission for open access publication: Yes

Language of publication: Finnish

Abstract

The aim of the thesis was to produce a content recommendation for the Craft Museum of Finland for a fabric weaving memorial case. The memorial case is a tool that can also be borrowed for use outside the museum. Reminiscence was examined from the perspective of memory activation and emotional memory. The content recommendation for the reminiscence case was prepared by combining information on the functioning of memory and the use of art-based and functional methods with empirical knowledge of the functionality of the tools for reminiscence. The users of the reminiscence case were seen as elderly people with impaired memory, as well as their counsellors and relatives. The work also notices the involvement in the chain of generations strongly linked to the culture of weaving. The client's wish was that the memorial case could be used as a possible to preserve the culture of weaving. The research question was: What kind of reminiscence case activates the connection with the user's memory and emotions? Another question was how a reminiscence case could promote the continuity of the tradition of weaving.

To answer the research questions, information was sought on emotional memory and the factors that activate it, memory function, reminiscence work and the embodiment of memory, as well as intergenerational work and the tradition of weaving. A descriptive literature review became the data collection method and the main method of carrying out the work, because it is a background work for producing a concrete product. The literature review was used both as a conceptual background in constructing a theoretical framework and as a methodological solution. The work was also a development task in the sense that it prepared a tool that does not yet exist. The functional part included the preparation of a content recommendation for the memorial case.

Based on the studied data, the methods that activate memory seemed to be based on a holistic experience, in which the experience of social interaction plays a major role. Visual perception reminiscence method, reminiscence, weaving, sense of touch was found to be the strongest memory activator, but tactile sensation is the last to remain. Tactile sensations seemed to be related to pleasure and the sense of existence. The content recommendation for the reminiscence portfolio includes objects and materials that provide stimulation for the user's various senses. The contents of the case were designed as a whole, which tells about the technique and tradition of weaving and also includes tools that support functionality.

Keywords/tags (subjects)

reminiscence method, reminiscence, weaving, sense of touch

Sisältö

1	Johdanto	3
2	Tavoitteet.....	5
3	Tiedonhaun kuvaus.....	5
3.1	Lähtökohdat	5
3.2	Kaksivaiheinen prosessi.....	6
3.3	Hakusanojen määrittely	7
3.4	Tiedonhakua tietokantoihin	7
3.5	Tiedonlähteiden ja tiedonhaun arviointi.....	8
4	Muistaminen aivoissa	9
4.1	Muistin ja tunteiden aktivoituminen	9
4.2	Piilotietoinen prosessointi.....	11
4.3	Muistin parannuskeinoja.....	11
4.4	Muistin toiminta.....	12
5	Kehollisuus ja hyvinvointi muistelutyössä	14
5.1	Sosiaaligerontologinen näkökulma	14
5.2	Elämyksillä hyvinvointia	14
5.3	Kulttuurinen tasa-arvo	15
5.4	Kosketus ja kehotietoisuus.....	16
5.5	Kehollinen muisti.....	16
5.6	Taidelähtöiset ja toiminnalliset menetelmät muistelutyössä.....	17
5.7	Kulttuurin käsittämistä koskettamalla	18
6	Sukupolvien välinen työ.....	19
6.1	Sukupolvien välinen vuorovaikutus kankaankudonnassa.....	19
6.2	Biologinen isovanhemmuus	20
6.3	Stereotypiat sukupolvien välisen vuorovaikutuksen haasteina.....	20
6.4	Sukupolvien välinen vapaaehtoistyö.....	22
7	Kudonnan merkityksiä	23
7.1	Kankaankudonnan luonne	23
7.2	Kankaankudonnan perimätiedon siirtyminen	24
7.3	Uskomusten perinne	25
7.4	Käsityön muuttuminen harrastukseksi	26
7.5	Käsityön hyötyjä	26

8	Kooste aikaisemmista opinnäytetöistä	28
8.1	Tarkasteluun soveltuvat työt	28
8.2	Kahvi kuuluu kaikille-kirja.....	29
8.3	Minun muistoni- salkku.....	29
8.4	Muistojen laatikko arjen apuna	30
8.5	Vanhan ajan salkku kohtaamisvälineenä	31
8.6	Aistisalkku vammaistyöhön.....	32
8.7	Elämänkaaripsykologia muistelutyössä	33
8.8	Muistelulaatikko palvelukotiin	34
9	Työn toteutusvaihe.....	34
9.1	Reflektoivaa kehittämistyötä	34
9.2	Esineiden valintaperusteet.....	35
9.3	Sisältösuositusta ohjaavat teemat	36
9.4	Eri aistien stimulointi.....	40
9.5	Käytettävyys ja käyttäjät	41
9.6	Esineluettelo.....	43
10	Opinnäytetyön toteuttamistavan arviointi	43
10.1	Kirjallisuuskatsaus menetelmänä.....	43
10.2	Tiedon muodostuminen.....	43
10.3	Toteutusprosessi	44
11	Eettisyys ja luotettavuus	45
11.1	Hyvä tieteellinen käytäntö opinnäytetyössä.....	45
11.2	Luotettavuuden arviointi	46
11.3	Laatu.....	46
12	Pohdinta.....	47
	Lähteet	50
	Liitteet	54
	Liite 1. Kuvio miellekartta.....	54
	Liite 2. Muistelusalun sisältösuositus	55

1 Johdanto

Suomen käsityön museo ylläpitää käsityön perinteitä kokoelmillaan, näyttelyillä ja järjestämällä tapahtumia. Käsityötä tuodaan ihmisten ulottuville kullekin kohderyhmälle sovelletuilla keinoilla. Yhtenä välineenä museolla on eri aiheisia muisteluskalkkuja, joita käyttää museon tai sen yhteistyökumppanin työntekijä asiakkaiden kohtaamisessa. Salkkuja myös lähetetään postitse lainaan toisille paikkakunnille pääasiassa vanhustyön ohjaajien käyttöön. Kankaankudonta-aiheinen muisteluskalkku puuttuu vielä. Tässä työssä laadittiin suositus kankaankudonnan muisteluskalkun toteutusta varten. Opinnäytetyön tekijän tausta kudonnan suunnittelijana innoitti tarttumaan aiheeseen.

Sosiaalialalla kädentaitoja hyödynnetään paljon ohjauksellisessa kohtaamistyössä. Kankaankudonnan muisteluskalkku sopii kohtaamisen välineeksi erityisesti ikääntyville henkilöille, joiden elämässä kudonnalla on ollut suuri merkitys. Kohtaaminen salkun äärellä voi luoda uudenlaista suhdetta, ymmärrystä ja arvostusta asiakkaan ja työntekijän välille. Näin muisteluskalkku työvälineenä lisää työn laadukkuutta ja työhyvinvointia. Lisäarvona kankaankudonnan muisteluskalkku ylläpitää tietämystä kudonnasta, sen tekniikasta ja merkityksestä ja innostaa kaikkia sitä tutkivia harrastuksen pariin.

Kankaankudonta merkitsee usein osallisuutta sukupolvien ketjussa. Kudontaan liittyvien välineitten näkeminen ja koskettaminen luovat muistikuvina yhteyden voimallisiin hetkiin: tekemiseen; aktiivisuuteen; osaamiseen; ihmisiin, jotka olivat mukana; koteihin, joihin kankaat kudottiin; peltoihin, jolta pellavat taitettiin; käsiin, jotka kiersivät langan sukkulalle, samalla tavalla kuin edeltäjät aikoinaan. Geneettiseen muistiin tallentunut toiminta elää muistona kosketuksessa, näkemisessä, tuoksuissa ja äänissä.

Käsityökulttuurissa materiaalien tunnustelu käsin on merkittävä osa tekemistä ja siihen liittyviä muistoja. Konkreettiset esineet vaikuttavat usein ihmisen mieleen voimakkaammin kuin virtuaaliset. Ihmisellä on biologinen tarve tehdä asioita käsin, mutta tietoistuvassa työelämässä siihen on yhä vähemmän mahdollisuuksia (Mäkipää 2019, 5). Käsityö on ajankohtainen aihe, kun ihmiset etsivät pysyviä, turvallisia ja kosketeltavia elementtejä digitalisaation rinnalle. Tänä päivänä kaikkia mahdollisia tavaroita on saatavilla valmiina, mutta samalla käsityön tekeminen elää suurta renessanssikauttaan. Selkeästi tekemiseen liittyy siis muutakin kuin tarve saada jokin tuote käyttöön.

Modernin filosofian isän Rene Descartesin tunnetuin teesi on: Ajattelen, olen olemassa (Alanen 2018). Tässä työssä pohditaan olemassaolon tunteen yhteyttä konkreettiseen käsin tekemiseen.

Muisteluskulun kokoamista varten haettiin tietoa käsityön tekemisen ja kulttuurielämysten vaikutuksesta hyvinvointiin sekä taide- ja kulttuurilähtöisten menetelmien käytöstä muistamisen tukena. Muisteluskulun käytettävyyden varmistamiseksi tutustuttiin aikaisemmin tehtyihin muistelu-työn välineisiin ja niiden käyttäjäkokemuksiin. Tietoa rakennettiin yhdistämällä teoreettista tietoa ja ns. luonnollista tietoa, joka on syntynyt ilman tutkijan vaikutusta (Juhila Nd.). Analysoidun tutkimustiedon pohjalta laadittiin suositus, millaisia materiaaleja salkun esineiksi kannattaa valita, jotta muisteluskulusta tulisi mahdollisimman hyvin toimiva työväline, jonka käyttäjänä nähdään sekä salkun esille ottava työntekijä että muistelija.

Muistin toimintaa, tiedon syntymistä ja muistelua pohdittiin yhdistämällä neurologista tietoa sosiaaliseen ulottuvuuteen. Aivotutkijoiden näkökulmasta kaikki muistin tapahtumat ja ihmisen kokeemat ja ulospäin näkyvät tunteet perustuvat sähköisiin ja mekaanisiin yhteyksiin kehon ja aivojen välillä. Näin ollen muistamisen kehollisuus on ilmeisen selvää. Muistin parantamisen keinoihin kuuluu todistetusti sosiaalinen vuorovaikutus, mielihyvän kokeminen ja onnistumisen tunne (Hyyppä 2018, 19–20). Nämä, kuten kaikki muutkin tunteet, voidaan kuvailla selittämällä aivoissa ja kehossa tapahtuvat reaktiot fysiologisesti. Neurologinen näkökulma sosiaalisen tukena on tärkeä, koska sen avulla voidaan ymmärtää, miksi jokin asia tuottaa iloa ja hyvinvointia ja miksi muisteluskulku on toimiva työväline muistelutyössä.

Työn toteuttamisen menetelmä oli kuvaileva kirjallisuuskatsaus. Systemaattisella tiedonhaulla eli kirjallisuuskatsauksella muodostettiin teoreettinen viitekehys, jossa määriteltiin opinnäytetyön keskeisiä käsitteitä ja suhteutettiin työn toteuttamista aikaisempiin tutkimuksiin ja vastaaviin työskentelymenetelmiin (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 121). Narratiivisen kirjallisuuskatsauksen avulla hahmoteltiin laaja-alaisesti tutkittavan ilmiön piirteitä (Marjamaa & Sinisalo 2022). Muisteluskulkuun sopivaa sisältöä pohdittiin niin aivotutkimuksen, taidelähtöisten toiminnallisten menetelmien kuin kankaankudonnan perinteen siirtymisen näkökulmasta. Työhön sisältyy myös integroivaa kirjallisuuskatsausta, koska siinä tuotettiin synteesiä, kun erilaisista lähteistä peräisin olevaa tietoa yhdisteltiin, jotta saatiin muodostettua mahdollisimman moniulotteinen käsitys siitä, millainen olisi optimaalinen sisältö kankaankudonnan muisteluskulkuun (Marjamaa & Sinisalo 2022).

2 Tavoitteet

Opinnäytetyön tavoitteena oli etsiä tietoa muistamista ja tunteita aktivoivista tekijöistä kirjallisuuskatsauksen avulla ja tuottaa tutkittuun tietoon perustuva suositus muisteluskun kokoamisesta työvälineeksi ohjaajan ja asiakkaan käyttöön. Muisteluskun tarkoitus on edistää sosiaalista osallisuutta ja antaa elämänlaatua kohottavia ja virkistäviä kokemuksia. Opinnäytetyö kattaa muisteluskun teoreettisen taustan ja kuvaa, millainen muisteluskun sisällön tulee olla, jotta se aktivoi asiakkaan muistia ja tunteita, sekä tukee sukupolvien välistä vuorovaikutusta kankaankudonnan perinteen jatkumisessa.

Tutkimuskysymys oli: Millainen muisteluskku aktivoi yhteyden käyttäjänsä muistiin ja tunteisiin? Termi tunnemuistaminen kuvaa näiden kokemusten yhdistymistä muisteluskun äärellä. Tunnemuistaminen on itse keksitty termi, joka nousi mieleen heti työn alkaessa. Kaikki osapuolet osoittivat mielenkiintoa sitä kohtaan, ja erilaisia lähestymisnäkökulmia harkitessa olennainen tuntui kiertävän sen ympärille. Kirjallisuudessa aiemmin käytetty termi kehollinen muisti osoittautui termin läheiseksi sukulaiseksi. Kirjallisuuskatsauksen avulla etsittiin tietoa näkyviin, kosketeltaviin materiaaleihin liittyvästä muistamisesta sekä siitä, millaisia tunteita materiaalin ja välineiden aistiminen; kosketus, tuoksu, ulkonäkö ja äänet herättävät. Aktivoivatko nämä tuntemukset tietoista muistia? Miten unohdukseen painunut palaa, kohtauksina ja tarinoina, vaiko vain tunteena: tämä on tuttua, tässä olen ollut ennenkin. Mihin tätä tunnetta tarvitaan? Miten se vaikuttaa muistisairaahan hyvinvointiin ja elämänlaatuun? Tavoitteena oli rakentaa ymmärrys tunnemuistamista aktivoivista tekijöistä.

3 Tiedonhaun kuvaus

3.1 Lähtökohdat

Tutkimuskysymykseen vastaamiseksi haettiin tietoa tunnemuistamista aktivoivista tekijöistä. Tiedonhaun tavoitteena oli selvittää, millaisia tunnemuistamisen reaktioita esineet ja materiaalit voivat herättää, ja miten nämä reaktiot vaikuttavat muisteluskun käyttäjän hyvinvointiin. Voiko kosketus, tuoksu tai näköaistimus aktivoida jo hämärän puolelle eksyneitä muistoja ja kykyjä ja tuottaa uusia elämyksiä, onnea ja mielihyvää? Koska työn aiheena on muisteluskku, oli luonnollista kerätä tietoa muistelemiseen liittyen. Muisteluskkua käytetään usein muistisairaiden

kanssa, siksi tarvittiin myös tietoa muistisairaudesta. Muistelemisen liittyy muistin toimintaan, jonka ymmärtämiseksi etsittiin myös neurologista tietoa muistamisesta aivojen ja kehon yhteistyönä sekä muistin eri osa-alueiden toiminnasta.

3.2 Kaksivaiheinen prosessi

Tiedonhakuja tehtiin kaksi kertaa. Aluksi haettiin laajasti tietoa tunnemuistamisesta, muistin toiminnasta, muistelutyöstä ja muistin kehollisuudesta ja luotiin niiden pohjalta teoreettinen ymmärrys aiheesta. Käytettyjä hakusanoja olivat *tunnemuistaminen, aistit ja muistaminen, muistisairauksen hoidon aisteihin perustuvat työmenetelmät, käsityö ja mielenterveys, muistelusalkku työvälineenä, käsityöperinne ja jatkuvuus, kudonta ja yhteisöllisyys ja ikääntyminen*. Aineiston valinnassa painottui sosiaaligerontologinen näkökulma. Aikaisemmin tehdyistä opinnäytetöistä tehtiin kartoitus, johon valittiin seitsemän työtä, jotka olivat aiheiltaan lähimpänä ja lähestymistavoiltaan toisistaan poikkeavia. Kaikissa niissä oli toteutettu jokin muistelutyötä tai viriketoimintaa tukeva menetelmä. Näiden töiden tietoperustasta löytyneitä lähteitä ja toteutuksessa syntyneitä kokemuksia ja oivalluksia verrattiin toisiinsa ja tiedonhaun pohjalta rakentuneeseen tietoon. Näin syntyi pohja muistia ja tunteita aktivoivan materiaalin kokoamiselle.

Tiedon valitsemisprosessi tapahtui silmäilemällä läpi hakujen tuottamia aineistoja ja valitsemalla niistä aiheeseen sopivimmat. Valinnat tehtiin aineistojen sisällön perusteella siten, että valitut aineistot täydentäisivät toisiaan hieman erinäkökulmista. (Marjamaa & Sinisalo 2022) Osa aineistosta löytyi hakukoneen suosittelmana, ja uusia hakuja tehtiin koneen ehdottamien hakusanojen pohjalta. Haut tehtiin pääasiassa tieteellisiä artikkeleita tarjoavista tietokannoista. Koska tarkoituksena oli tuottaa nykyhetkessä sovellettavaa materiaalia, mukaan valikoitui myös ajankohtaista tietoa mediasta. Sosiaalialalla on paljon hiljaista tietoa, joka rakentuu toimintaympäristöissä. Intuitiivisesti tiedetään, että jokin toimintamalli on hyvä, vaikka ei osata sanoa miksi. Käytännön tieto niveltyy sosiaaliseen kontekstiin. Kehittämistieto on enemmän kuin arkitieto, koska se perustuu hyviksi havaittuihin käytäntöihin. (Eskola & Suoranta 2015, 41–42) Tärkeä kokemuksellisen tiedon lähde oli Kilpisen (2022) artikkeli Elina Airikkalasta, joka kutoi vanhusten kanssa syliryijyjä.

Työn tavoitteet muuttuivat sen edetessä. Aluksi oli tarkoitus tuottaa konkreettinen muistelusalkku tiedonhaun pohjalta. Tilaajan kanssa päädyttiin kuitenkin siihen, että laajan tietoperustan saami-

nen museon käyttöön on mielekkäämpää kummallekin osapuolelle, ja varsinainen toteutus on helppointa järjestää museon toimesta. Tilaajan toiveesta etsittiin vielä lähteitä sukupolvien välisestä työstä kudonnan perinteen ylläpitäjänä. Työssä haettiin vastausta siihen, miten muisteluskun esine aktivoi muistia, mutta myös siihen, miten vuorovaikutus toimii sukupolvien välillä. Työn toiminnallinen osuus supistui ja siitä tuli kehittämistehtävä, jonka menetelmänä on kirjallisuuskatsaus. Alun perin valittua sosiaaligerontologista näkökulmaa laajennettiin sukupolvien väliseen vuorovaikutukseen, jotta kankaankudonnan muisteluskun sopisi mahdollisimman monipuoliseen käyttöön. Täydentävässä tiedonhaussa haettiin lisää tieteellisiä artikkeleita tukemaan ja täydentämään aikaisempia päätelmiä. Hakusanat valittiin sen mukaan, millaista tietoa vielä tarvittiin.

Lopullisessa työssä tietoperusta jaettiin kolmeen osaan: muistaminen aivoissa, sosiaalinen vuorovaikutus/taidelähtöiset menetelmät ja kankaankudonnan perinteen siirtäminen. Tietoperustan osuudet ja sisältösuosituksen rakentuminen ovat näin erotettavissa muusta opinnäytetyöstä tilaajalle helposti käytettäväksi.

3.3 Hakusanojen määrittely

Asiasanastojen avulla määriteltiin käsitteitä, joiden avulla etsittiin tarkempaa tietoa. Terveyden ja hyvinvoinnin ontologia Teron avulla määriteltiin sana *muistelutyömenetelmä*, englanniksi *memory-work method* ja ruotsiksi *reminiscensmetoden*, joka kuuluu yläkäsitteeseen menetelmät. Termi *muistelu* liittyy yläkäsitteeseen *kognitio*, samoin kuin *muistaminen*, ja *muistelukerronta* on näiden ohjaustermi. Terosta löytyi myös termi *muistisairaudet*, englanniksi *memory disorders*. Yleisessä suomalaisessa asiasanastossa (YSA) *muistitekniikat* -sana liittyy tekniikoihin. Ysassa on myös käsite *taidelähtöiset menetelmät*, johon kuuluu *toiminnalliset menetelmät*. Käsite *muistisairaudet* on myös YSA:ssa, samoin kuin *muistisaira*. Kulo-sanastosta löytyivät termit *tunteet*, *kokeminen*, *kankaankudonta* ja *muistijälkitesti*. Asiasanastoista ei löytynyt hakusanaa *tunnemuistaminen*, mutta tiedonhakua tehtiin sillä ja sitä lähellä olevia termejä yhdistelemällä.

3.4 Tiedonhakua tietokantoihin

Tunnemuistaminen- hakusanalla löytyi Finnan kautta 54 hakutulosta. Tämä oli sopiva määrä silmäiltäväksi läpi abstrakti- tasolla. Tarkempaan tarkasteluun valittiin näistä 7 teosta, jotka käsitteli-

vät yleisesti muistisairautta tai liittyivät muistelun tekniikoihin, merkityksiin ja psyykkisiin mekanismeihin. Hylätyiksi tulivat teokset, joissa oli selkeä neurofysiologinen näkökulma tai jotka olivat tyyliltään itsehoito-oppaita, tai jotka käsitelivät pikemminkin oppimista kuin muistelua.

Hakusana *kankaankudonta* ei tuottanut soveltuvia tuloksia. Hakusanoilla *muistisairaus* AND *käsityö* löytyi kolme teosta, joiden lähdeluetteloon tutustumalla tehtiin manuaalista hakua ja löydettiin näin käyttökelpoisia lähteitä. *Muistelutyömenetelmä*- hakusanalla löytyi yksi teos, joka päättyi menetelmäkirjallisuuteen. Hakusanoina käytetyt *toiminnalliset menetelmät* AND *muistisairaus*, *taide* AND *muistisairaus*, yhdistelmä *taidelähtöiset menetelmät* AND *muistisairaus* ja *memory-work method* yhdistettynä sanaan *handicraft* tai *weaving* eivät tuottanut mielekkäitä tuloksia. Riskiin hakuna samoja hakusanoja syötettiin Cinahl- tietokantaan ja löytyi yksi uusi soveltuva artikkeli. Sage-tietokannasta edellisten jälkeen hakuyhdistelmällä *activating memory* AND *handicraft* löytyi kaksi potentiaalista artikkelia, jotka jäivät kuitenkin lopullisesta työstä pois.

Täydentävässä tiedonhaussa haettiin vain vertaisarvioituja, kokonaan verkossa saatavilla olevia tieteellisiä artikkeleita sukupolvityöstä muistelussa. Janet-tietokannasta löytyi hakusanoilla: *sukupolvityö* AND *muistelu* 1 artikkeli muistelukerronnasta. Hakutermillä *sosiokulttuurinen työ* löytyi 32 artikkelia, mutta mikään näistä ei tarjonnut erityisesti sukupolvien välistä näkökulmaa. Janus-lehden arkistoista löytyi hakusanalla *muistelutyö* yksi artikkeli. Google scholar-tietokannasta hakusanalla *kankaankudonta* löytyi 250 aineistoa, joista kaksi soveltui käytettäväksi. Pro quest- tietokannasta löytyi yksi artikkeli hakutermillä *sosiokulttuurinen innostaminen*, mutta tämäkään ei sisältönsä puolesta tuonut lisäarvoa työhön. CINAHL- tietokannassa hakuyhdistelmät *memory OR recall OR recognition OR recollection OR retrieval* AND *craft tuotti* 43 tulosta, joista 2 oli soveltuvia. Hakusana *intergenerational interaction*: tuotti 45 tulosta, joista seitsemästä soveltuvasta valittiin käytettäväksi neljä.

3.5 Tiedonlähteiden ja tiedonhaun arviointi

Hakusana *tunnemuistaminen* tuotti sopivasti hakutuloksia Jamkin omasta kirjastosta ja verkkoartikkeleista. Hakemalla tietoa eri hakutermeillä tuli osittain samoja tuloksia. Osa termeistä ja yhdistelmistä tuotti vain vähän tuloksia. Tiedonhaussa käytettiin tiedonhaun työpajassa suositeltuja tietokantoja. Aiemmin tehtyjä aihetta sivuavia opinnäytetöitä löytyi 18 kappaletta, ja niistä oli hyötyä

lähdekirjallisuuden etsinnässä. Muistelua käsittelevää kirjallisuuttakin löytyi hyvin, samoin kuin termiin tunnemuistaminen viittaavaa aineistoa.

Kudonnan tekniikasta ei tehty systemaattista tiedonhakua, koska tekijällä ja muisteluskun to-
teuttajilla on siitä riittävästi tietoa valmiiksi ja työn näkökulma on sosiaalinen enemmän kuin tekni-
nen. Kankaankudonnan perinteen siirtymisessä käytettiin lähdekirjallisuutena tekijän aikaisemmin
hankkimaa alan peruskirjallisuutta sekä opinnäytetyön tiedonhaun tuottamaa kankaankudontaan
liittyvää aineistoa.

4 Muistaminen aivoissa

4.1 Muistin ja tunteiden aktivoituminen

Mitä aivoissa tapahtuu, kun muisteluskun esine aktivoi käyttäjänsä tunteita? Neurologi ja tietoi-
suuden tutkija Antonio Damasio (1999) on selvittänyt eri aivoalueiden toimintahäiriöiden vaiku-
tusta tietoisuuteen. Hänen teoriansa emotionin syntymisestä tietoiseen tuntemukseen on sovellet-
tavissa muisteluskun käyttämiseen muistisairaana kanssa työskennellessä. Damasiota mukaillen
muisteluskun esine on visuaalinen tai aisteja stimuloiva representaatio, joka kohdistuu koki-
jaansa. Ei ole merkitystä sillä, tunnistaako kokija esineen tai osaako hän tiedollisesti liittää sen tiet-
tyyn yhteyteen. Esine kuvana aktivoi aivojen neuraaliset alueet, jotka välittävät keholle fyysisiä toi-
mintamalleja. Nämä kehon ja aivojen väliset kemialliset ja mekaaniset toiminnot muodostavat
henkilön sisällä tuntemuksia, jotka ilmenevät ulospäin emotionoina eli tunteiden näkyvänä ilmai-
suna. Pohdittavaksi jää, ovatko tunteet olemassa vasta, kun ne tulevat jollakin tavalla näkyviksi tai
vasta silloin, kun kokija tiedostaa ne. Joka tapauksessa muistaminen on selkeästi myös kehollinen
tapahtuma. (Damasio 1999, 256–257)

Damasio etsii vastauksia siihen, mitkä biologiset seikat vaikuttavat viattoman havaitsemisen tilan
vaihtumiseksi tietoisuuteen itsestä, muista ihmisistä ja kaiken vuorovaikutuksesta (Damasio 1999,
15–16). Tunteiden kokeminen ja tietoisuus niistä eivät ole sama asia (Damasio 1999,42). Havain-
nointi, tietoisuus ja läsnäolo eivät siis ole vielä muistamista. Siegel (2020, 77) määrittelee tietoi-
suuden henkiseksi tilaksi impulssin ja toiminnan välillä. Ydintietoisuus on ihmisen tapa reagoida
asioihin nyt ja tässä; temperamentti ja persoonallisuus. Laajentunut tietoisuus on oman persoonan
yhteyttä ympäröivään maailmaan ja siihen liittyy olennaisesti elämäkerrallisen muistin toiminta.

Ydintietoisuuden Damasio näkee pysyvän samanlaisena koko elämän ajan, vaikka laajentunut tietoisuus vaurioituisi (Damasio 1999, 27). Sen sijaan ydintietoisuuden vaurio tuhoaa kaiken (Damasio 1999, 185), koska silloin ihmisen persoonallisuus katoaa. Suuri pitkäkestoisen muistin varasto toimii apuna ydintietoisuuden tekemissä tulkinnoissa (Hyyppä 2018, 28; Damasio 1999, 26). Henkilö pystyy siis kompensoimaan muistamiskykynsä heikkenemistä paremmin, jos hänellä on enemmän heijastuspintoja, opittuja kykyjä ja kokemuksia, joiden avulla käsitellä työmuistissa tapahtuvia uusia havaintoja suhteessa pitkäkestoiseen muistiin.

Kliinisen psykiatrian professori, aivotutkija Daniel Siegel kyseenalaistaa perinteisen tarpeen määrittää, missä aivojen alueilla eri toiminnot tapahtuvat. Hän korostaa aivojen ja mielen kokonaisuuden toimintaa; yhteyksien syntymistä, korjaantumista ja korreloitumista aivojen eri osien välillä. Aivot pystyvät mutkikkaampaan toimintaan, kuin mitä saatamme edes kuvitella. On pikemminkin ihme, että aivotoiminnasta on löydetty niinkin paljon säännönmukaisilta vaikuttavista yhteyksiä (Siegel 2020, 26). Siegelin näkemyksen mukaan mieli voi olla kokonaisuus, johon sisältyy sekä sisäistä että ihmisten ja ympäristön välistä energian ja informaation virtaa (Siegel 2020,47). Kuitenkin aivojen eri osien tehtävien tuntemus voi auttaa kehittämään ja aktivoimaan juuri tiettyjä vaurioituneita tai alikehittyneitä osia ja niiden yhteyksiä muualle aivoihin (Siegel 2020, 29–30).

Kehon fyysisistä tarpeista samoin kuin myös ympäröivistä ihmisistä ja luonnosta nousevat impulssit ja viestit muokkaavat aivoja. Pääaivot ohjaavat henkiin jäämiseen liittyvien tarpeiden tyydyttämisestä, mutta sen jälkeen aktivoituvat Siegelin mukaan ns. sosiaaliset aivot. Siegel käyttää termiä kuvaamaan, kuinka ihmisten väliset suhteet muokkaavat aivojen sähkökemiallisia malleja. (Siegel 2020,31) Myös Siegelin mukaan aivosolujen toimintaan vaikuttavat kemikaalit, kuten neurohormonit ja välittäjäaineet. Aivojen energia on sähkökemiallisen virran muodossa, mutta energiavirta ei rajoitu kehon sisään, vaan ihminen on osa ympäröivässä universumissa liikkuvaa energiaa. Mielen tapahtumia onkin ehkä helpompi ymmärtää kokonaisvaltaisen energiavirtauksen kautta ajatellen. (Siegel 2020, 30–31) Muistisairaille on usein rajoittunut kyky kommunikoida ja ilmaista itseään, mutta he aistivat herkästi tunnelmaa ja sanattomia vivahteita, siis energian värähtelyn ilmassa.

4.2 Piilotietoinen prosessointi

Dementia on pitkälle edennyt Alzheimerin tauti. Taudin edetessä laajentunut tietoisuus supistuu vähitellen. Tämä näkyy ulospäin elämäkerrallisen muistin katoamisena. Edetessään tauti rappeuttaa lopulta myös ydintietoisuuden, jolloin mitään ei enää näytä tapahtuvan ihmisen mielessä. Ärsykkeet eivät aktivoi yhteyttä tunteisiin ja henkilön persoonallisuus katoaa. Ihminen on hereillä ja reagoi alkeellisella tavalla, mutta mikään ei viittaa siihen, että nähty tai koettu herättäisi tunteita tai ajatuksia. (Damasio 1999, 100–101) Kielen katoaminen ei kuitenkaan vielä merkitse monikerroksellisen ajattelun katoamista. (Damasio 1999, 106–108) Vaikka ihminen ei enää tietoisesti tunnista tuttuja kasvoja ja asioita, tutkimuksella on osoitettu, että läheisten henkilöiden kasvojen näkeminen aiheuttaa muutoksen ihon sähkönjohtavuudessa (Damasio 1999, 270–271). Aivot siis reagoivat tunnistamiinsa ärsykkeisiin ja välittävät viestin keholle, vaikka mieli ei kykenisi kommentoimaan asiaa millään tavalla. Pitkälle edenneessä muistisairaudessa muistamisen voi vielä aktiivoida ärsyke, joka kohtaa aivoissa kaikkein tärkeimmän muistijäljen. Hyypä kertoo puhumattomaan tilaan vajonneesta ornitologista, jonka sisälle lentänyt pikkulintu herätti horroksestaan vireystilaan ja sai linnun nimenkin pulpahtamaan huulilta. (Hyypä 2018, 16) Henkilölle, jolle kankaankudonta on ollut rakas ja merkittävä aihe, kudontaan liittyvät kuvat ja aistittavat esineet saattavat aiheuttaa samanlaisia oivalluksen hetkiä. Muisteluskäytön esineiden hoitava vaikutus riippuu luonnollisesti käyttäjän tilasta: ovatko muistin häiriöt vielä lieviä vai onko muistisairaus jo alkanut vaikuttaa persoonallisuuteen.

4.3 Muistin parannuskeinoja

Muistamisen reaktioiden ja muistilääkkeiden vaikutustavan tutkiminen perustuu aivotutkimukseen, joka on kehittynyt merkittävästi viimeisen puolivuosisadan aikana (Hyypä 2018, 22,26). Muistisairauksia alettiin tunnistaa 1970-luvulla, jonka jälkeen neurologia alkoi keskittyä niiden tutkimiseen (Hyypä 2018, 52). Teoksessa Ikääntyvän muistikirja neurologi, aivo- ja terveystutkija Markku T. Hyypä kuvailee tunteiden vaikutusta muistin toimintaan ja erottelee todistetusti muistia parantavat menetelmät uskomustiedosta. Luotettavina tiedonlähteinä Hyypä pitää järjestelmällisiä katsauksia ja meta-analyysyjä (Hyypä 2018, 18). Todistetusti toimivia keinoja muistin parantamiseksi ovat Hyypän mukaan sosiaaliset suhteet, kulttuurin, liikunnan ja ulkoilun harrastaminen, riittävä uni, päihteiden ja stressin välttäminen sekä mielihyvän kokeminen. Muistilääkkeet ja erityisruokavalio eivät Hyypän mukaan paranna muistia todistetusti. Ainoa tutkimusten

mukaan muistia parantava aine on kofeiini, joka sekkin aiheuttaa riippuvuutta. (Hyypä 2018, 19, 46–47) Aivojen välittäjäaineisiin vaikuttavia lääkkeitä Hyypä pitää käytännössä huumeina ja piristeinä, joiden vaikutus on niin yksilöllinen, että sopiva annostelu on vaikeaa (Hyypä 2018, 37–64). Sekä Hyypä, Damasio että Siegel näkevät neurologisen muistin tutkimisen äärimmäisen monimutkaisena alueena, jolla viimeaikaisista edistysaskeleista huolimatta on paljon ratkaisemattomia arvoituksia.

Vaikka monista yleisesti suositelluista menetelmistä ei ole vankkaa tieteellistä näyttöä, niitä kuitenkin suositellaan muistin säilymisen tueksi. Näitä ovat sosiaalinen osallistaminen, myönteisten tunteiden kokeminen, lukeminen, pelaaminen ja ristikoiden tekeminen. (Hyypä 2018, 19–20). Positiivisen mielenterveyden tukeminen ja mielihyvän kokemusten vahvistaminen ovat toimiviksi havaittuja keinoja muistisairauden hidastamiseksi. Joskus positiivisia tunteita voi olla vaikea saada esiin aikaisempien traumaattisten kokemusten vuoksi. Silloin keinoina voidaan käyttää suggestiivisia mielenhallintamenetelmiä, kuten joogaa ja läsnäoloharjoituksia, jotka keskittyvät menneisyyden ja vajavaisuuksien hyväksymiseen ja nykyhetken hyvien puolien korostamiseen. (Hyypä 2018, 34) Bolierin (2013) ym. tekemän meta-analyysin tulosten mukaan koettu hyvinvointi lisääntyi positiivisen psykologian käytöllä, joka tutkittavassa tapauksessa oli ollut myönteisten tunteiden omaapuryhmä ikääntyneille muistisairaille henkilöille. Tutkittujen henkilöiden koettu hyvinvointi oli lisääntynyt puolen vuoden ajan ryhmään osallistumisen jälkeen. (Hyypä 2018, 35)

4.4 Muistin toiminta

Tieteen termipankki (2023) analysoi muistia filosofisena käsitteenä. Lähestymistapa muistamisen määrittelyyn on vaihdellut eri aikakausina. Muistamisesta puhutaan, kun tarkoitetaan asioita, jotka nousevat mieleen menneisyyteen liittyen. Ovatko niin sanotut muistot todellisia tapahtumia, vai mielen muodostamia versioita niistä? Platon (427–347 eaa) esitti muistin mekaanisena toimintona, joka perustui muistijälkiin. Myös Aristoteles (384–322 eaa) ja empiiriset filosofit näkivät muistin suorina menneisyyden kuvina. Nykyisin muistamista pidetään enemmän tai vähemmän subjektiivisena tapahtumana, johon vaikuttaa muistelijan tunnekokemus muiston syntyessä ja muistelun hetkellä. (Tieteen termipankki 2023) Välissä kulunut aika kristallisoi tai sumentaa muistoja tai jopa muuttaa niitä aivan toisenlaisiksi.

Episodinen muisti koostuu ihmiselle tapahtuneista asioista sellaisina, kuin hän ne muistaa (Juva 2021). Lévinasin (1906–1995) käyttämä termi kollektiivinen muisti kuvaa kokonaisen kansakunnan tai sukupolven kokemuksia (Tieteen termipankki 2023). Romaanikirjallisuudessa ja musiikissa suosituiksi nousevat usein teokset, jotka tarjoavat samaistumispintoja; tietynlaisen elämäntavan ja kulttuurin kuvausta. Nämä teokset toimivat myös kollektiivisen muistin ikoneina; sen rakentajina ja muuttajina. Brownin ja Kulikin (1977) tunnetuksi tuoma Flashbulb - kokemus ei ole varsinainen muisto itse tapahtumasta, vaan muisto tunnetilasta, jonka tieto yllättävästä merkittävästä tapahtumasta aiheutti. Brown ja Kulik kehittivät teorian tutkiessaan J.F. Kennedyn murhan aiheuttamaa sukupolvista traumaa. Yhteisöllisten muistojen tallentumista yksilön pysyvään pitkäkestoiseen muistiin edistää muistojen aktiivinen kertaaminen. (Dixon 2017) Yhteisöllinen kertaaminen muokkaa muistikuvia enemmän toistensa kaltaisiksi. Myös Kalakoski (2014) korostaa jatkuvan kertaamisen merkitystä niin uuden oppimisessa kuin pysyväisluonteisen muistin rakentumisessa.

Juva (2021) määrittelee muistamista sisältöjen mukaan. Semanttinen muisti kattaa kielelliset, matemaattiset ja älylliset opitut taidot. Proseduraalinen muisti merkitsee mekaanisia suorittavia taitoja, jotka yleensä kerran opittuina eivät koskaan katoa. (Juva 2021) Muistisairas saattaa siis osata ja haluta vielä tehdä käsitöitä tekemisen, liikkeisiin liittyvän kokemuksen takia, vaikka ei enää hahmottaisikaan työn kokonaisuutta. Juuri tämän ilmiön Elina Airikkala oli huomannut työskennellessään muistisairaiden vanhusten kanssa. Vanhus, joka ei enää kyennyt kutomaan kangaspuissa, pystyi kuitenkin vielä kerimään lankaa. Ne vanhukset, jotka osasivat vielä teknisesti kutoa, saivat solmittavakseen tietyn värisiä ryijynukkia, eikä työssä tarvinnut seurata tarkkaa mallipiirrosta. (Kilpinen 2022)

Modernit tiedon muodostumisen teoriat pohjautuvat Atkinsonin ja Shiffrinin vuonna 1971 julkaisemaan malliin työmuistin eli lyhytkestoisen muistin toiminnasta suhteessa pitkäkestoiseen muistiin (Service 2017, 42–43). Ihmisen kokemat aistiärsykkeet peilautuvat pitkäkestoiseen muistiin tallentuneeseen tietoon. Tämän jälkeen alkaa tiedon käsittely lyhytkestoisessa eli työmuistissa. (Service 2017, 43) Lyhytkestoisen muistin käsittelyssä ajankohtaiset kokemukset yhdistyvät aiemmin omaksuttuun tietoon (Juva 2021). Koska pitkäkestoisen muistin kuvasto on jokaisella erilainen, myös uuden tiedon tulkinta, käsittely ja omaksuminen tapahtuvat yksilöllisesti. Muistisairailla työmuistin toiminta on usein heikentynyt, ja se näkyy vaikeuksina muistaa viimeksi tapahtuneita asioita ja oppia uutta. (Juva 2021) Pitkäkestoiseen muistiin tallentuneet muistot sen sijaan voivat

olla hyvin kirkkaita. Muistia voidaan harjoittaa, parantaa ja aktivoida erilaisilla menetelmillä, kuten asioiden kirjoittamisella, yhdistämisellä kuviin tai miellekartoilla (Kalakoski 2014).

Muistelu on siis muistojen nousemista mieleen ja myös niiden jakamista. Muistelua käytetään paljon työmenetelmänä varsinkin vanhusten kanssa hoitotyössä. Muisteluhetket auttavat ylläpitämään sosiaalisia suhteita ja lisäävät mielenkiintoa ympäristöä ja toisia ihmisiä kohtaan. Muistelu toimii terapeuttisesti ja vähentää tarvetta käyttää masennuslääkkeitä. Muistelun on huomattu vahvistavan identiteettiä ja itsetuntoa. (Muistelu Nd.) Muistelusalkun tarkoitus on muistia aktivoimalla lisätä elämän tuntua ja voimaannuttaa käyttäjänsä.

5 Kehollisuus ja hyvinvointi muistelutyössä

5.1 Sosiaaligerontologinen näkökulma

Gerontologia on yhteiskuntatieteiden ikääntymiseen keskittyvä osa-alue. Sosiaaligerontologia tarkastelee vanhenemiseen liittyviä ilmiöitä sosiaalisesta, kulttuurisesta ja yhteiskunnallisesta näkökulmasta, sekä tutkii myös ikääntymiseen liittyviä palvelutarpeita ja niiden laatua. (Karisto 2007) Ikääntyvien muistisairaiden parissa tehtävän työn lähtökohta on ihmisarvon ja itsemääräämisyksiköiden kunnioittaminen (Etene julkaisuja 32 Sosiaali- ja terveysalan eettinen perusta 2011). Käytännössä näiden toteutuminen on usein haastavaa. Hoitolaitoksissa korostuu turvallisuus ja lääketieteellinen hoiva, joiden kustannuksella asiakkaan vapautta joudutaan rajoittamaan.

Tässä työssä sosiaaligerontologinen näkökulma tarkoittaa, että muistelusalkku koostetaan erityisesti ikäihmisten kanssa käytettäväksi. Muistamista ja muistelua tutkittiin ikääntyvien henkilöiden ja heidän kanssaan työskentelevien näkökulmasta. Muistisairaiden hoitoa pyritään koko ajan kehittämään niin, että se vastaisi paremmin asiakkaan yksilöllisiin tarpeisiin. Työntekijänkin kannalta on mielekästä ja palkitsevaa käyttää hoivatyössä monipuolisia menetelmiä.

5.2 Elämyksillä hyvinvointia

Allardtin (1976) hyvinvoinnin ulottuvuuksien avulla tarkasteltiin, millaisia henkisiä hyötyjä käsityön tekemiseen liittyvistä kokemuksista on ihmiselle.

Erik Allardt kehitti vuonna 1976 hyvinvoinnin mittaamiseen teorian, joka tunnetaan nimellä Having- Loving- Being. Teoria sai alkunsa siitä, kun hyvinvoinnin mittaaminen oli perustunut enimmäkseen aineellisesti arvioitaviin hyötyihin. Allardt halusi yhdistää hyvinvoinnin tutkimisessa sekä objektiivisia että subjektiivisia mittaustapoja. Voisi ajatella, että ihminen itse tietää paremmin kuin joku muu, mikä hänelle on hyväksi. Tämä ajatus on eettinen lähtökohta sosiaalialan työssä. Toisinaan kohdataan tapauksia, joissa ihmisen sairaus, vamma tai rajoite estää häntä näkemästä omaa parastaan. Silloin työntekijän tehtävä on parhaansa mukaan käytettävissä olevan tiedon avulla ohjata asiakasta hänelle suotuisimpaan suuntaan. Allardt puhuu kahleisiin sopeutumisesta. Tämä näkyy usein siinä, että kun ihminen on sopeutunut rajoitettuun tilanteeseensa, hän ei enää usko ja ymmärrä, mikä kaikki voisi olla mahdollista. Pystyisikö muistisairas tai liikuntarajoitteinen vanhus sittenkin vielä tekemään käsitöitä, tai edes olemaan mukana tekemisen tunteessa, kokemassa olemassaoloa tekemisen kautta? (Martela 2022)

Allardtin käsitteiden valossa käsitöiden tekemisestä saatava hyvinvointi liittyy tarpeiden Being ja Loving tyydyttämiseen. Mielekäs tekeminen tyydyttää perustavanlaatuaista tarvetta olemassaoloon itsensä ilmaisemisen kautta. Kokemuksen jakaminen yhdessä toisten kanssa vastaa yhteyden ja rakkauden tarpeeseen. (Martela 2022)

5.3 Kulttuurinen tasa-arvo

Taiteen ja kulttuurin merkitys ihmisen kokonaisvaltaista hyvinvointia edistävänä tekijänä alkaa olla yhä laajemmin tunnustettu. Yksi tasa-arvon toteutumisen aspekti on mahdollisuus päästä kokemaan mieluisia elämyksiä ja ilmaisemaan itseään taiteen keinoin. Kulttuurihyvinvointitoiminta eroaa kulttuuritoiminnasta siten, että sen merkitys on nimenomaan sosiaalinen. Toiminnan lähtökohtana ovat ihmisten tarpeet, eikä niinkään korkea taiteellinen taso. Kulttuurihyvinvointitoiminta edistää yhteisöllisyyttä sekä virkistää ja voimaannuttaa ihmisiä suomalla mahdollisuuden itselle soveltuvaan luovaan toimintaan. (Kulttuuri ja taide hyvinvoinnin edistäjinä sosiaali- ja terveydenhuollossa, työelämässä ja koulutuksessa 2019)

Korkeatasoinen taide ja kulttuuri on usein erityisryhmien, kuten hoitolaitoksissa asuvien ikääntyneiden ihmisten, saavuttamattomissa. Tarvitaan tietoisia toimia, jotta kaikilla on mahdollisuus laadukkaisiin taidekokemuksiin. Kulttuuri ei saa eristäytyä omaan aristokraattiseen kuplaansa, vaan

elämyksiä pitää tarvittaessa tuoda ihmisten luokse. Tämä toiminta onkin kaiken aikaa lisääntymässä ja sosiaalialan koulutuksessa harjoitellaan luovien menetelmien käyttöä sekä kiinnitetään huomiota taiteen ja kulttuurin merkitykseen hyvinvoinnin edistäjänä (Känkänen 2022). Moniammatillista yhteistyötä harjoitetaan sosiaali- ja terveysalan verkostojen lisäksi kulttuurialan toimijoiden kanssa. (Anttila, E., Ilmonen -Sheppard, L., Juntunen, M.-L., Karttunen, S., Lehikoinen, K., Rautiainen, P. & Westerlund, H. 2021, 15–29)

5.4 Kosketus ja kehotietoisuus

Kosketus on yhteydessä kehon mielihyväjärjestelmään. Koskettaminen tuottaa oksitosiini-hormonia, joka saa aikaan onnellisuuden tunteen. Koskettaminen vaikuttaa kehoon ja mieleen monin tavoin. (Koskettamisen ihanuus 2022) Kun ihminen on herkistynyt kuuntelemaan omaa kehoaan, hän saa sen kautta tietoa ympäröivästä maailmasta ja suhteestaan siihen. Kehotietoisuus auttaa keskittymään ja saamaan yhteyden omiin tunteisiin. ("Kehollisuutemme kautta olemme yhteydessä toisiin" – Kehollinen tieto lisää ymmärrystä maailmasta, ja se voi auttaa myös ekokriisin hillitsemisessä 2021) Kosketus on tärkeää kaikille ihmisille ja varsinkin silloin, kun sanoilla ei pystytä viestimään. Kosketuksella ajatellaan yleensä ihmisten välistä kosketusta, jossa siirtyy lämpöä, tunteita ja energiaa.

Fyysisiä ja emotionaalisia elämyksiä voi kokea myös materiaaleja koskettamalla. Käsityön tekijöille materiaalien tuntu merkitsee paljon. Kankaankudonnan työvälineitä ovat puiset sukkulat, metalliset pirrat, kalalankaiset loimet ja kangaspuiden osien sidonnassa käytettävät nyörit. Näiden koskettaminen voi tuoda fyysistä ja henkistä mielihyvää välineisiin liittyvien muistojen ja mielleyhtymien kautta. Muisteluskäytössä nämä esineet voivat toimia Damasion (1999) ja Hyypän (2018) kuvaamina muistia aktivoivina heräteinä.

5.5 Kehollinen muisti

Käsitteellä muistitila (Tieteen termipankki 2023) tarkoitetaan muistin aktivoitumista tietynlaisten ärsykkeiden yhteydessä. Usein muistamista stimuloivana tekijänä toimii musiikki, kuten jokin kappale, joka tuo mieleen toisen ajan ja siihen liittyneen tunnetilan. Mitä todellisuudessa tapahtui, ei ehkä ole niin merkittävää kuin se, miltä ihmisestä sillä hetkellä tuntui. Sekä Husserl (1859–1938),

Sartre (1905–1980) ja Merleau-Ponty (1908–1961) (Tieteen termipankki 2023) että Korjonen-Kuusipuro ja Kuusisto-Arponen (2017) liittävät muistamisen vahvasti kehollisuuteen ja fyysisiin olosuhteisiin. Tunteet koetaan useimmiten fyysisesti kehon kautta, ja näiden kehollisten viestien avulla ihminen voi tehdä valintoja, jotka edistävät hänen hyvinvointiaan. Tuntemukset kertovat, mitkä asiat tuovat hyvää energiaa, levollisuutta ja mielihyvää, ja mitkä aiheuttavat stressiä ja turvattuutta. Kehon tallentamaa tietoa voidaan kutsua keholliseksi muistiksi. (Korjonen-Kuusipuro & Kuusisto-Arponen 2017) Kehollisuuden näkökulma muistelusalun toteuttamisessa on tärkeä, koska muisteleminen liittyy paljon kehollisia reaktioita varsinkin muistisairailta, jotka eivät voi ilmaista tunteitaan sanallisesti.

Ihmisen aistikokemukset muokkaavat aivojen toimintaa ja rakennetta (Siegel 2020, 40). Kokemukset lisäävät proteiinin tuotantoa, mikä luo mahdollisuuden uusien rakenteiden syntymiselle, ja ne voivat jopa muokata geneettistä perimää, joka siirtyy seuraaville sukupolville (Siegel 2020, 42). Tämä saattaisi selittää sen, miksi jotkin asiat tuntuvat tutuilta ja läheisiltä, vaikka niitä ei olisi itse koskaan kokenutkaan. Ne ovat ikään kuin osa geneettistä muistiamme. Samoin myös ylisukupolviset traumat ovat siis todellisia myös fyysisesti geneettisellä tasolla (Siegel 2020,42).

5.6 Taidelähtöiset ja toiminnalliset menetelmät muistelutyössä

Luovilla toiminnallisilla menetelmillä tarkoitetaan menetelmiä, joissa käytetään jotakin taidemuotoa työvälineenä, mutta toiminnan tavoitteet eivät ole taiteelliset vaan kasvatukselliset ja terapeutit. Vanhainkoteihin on 2000-luvulla tuotu perinteisen viriketoiminnan lisäksi taide- ja kulttuuritoimintaa. (Jussila, P. & Lundahl, R. 2011,15–16) Tämä edistää tasa-arvoa ja vastaa erityisesti niiden vanhenevien ihmisten tarpeisiin, jotka ovat elämässään aktiivisesti harrastaneet taidetta tai työskennelleet kulttuurialalla. Taiteilijoita on tullut hoitokoteihin työskentelemään yhdessä hoitohenkilöstön kanssa erilaisissa projekteissa. Näiden toimintojen ohjaaminen on tuonut uudenlaisia haasteita hoitohenkilöstölle, mutta toiminta on myös lisännyt työn monipuolisuutta ja iloa.

Esimerkkinä kankaankudonnan alalta on kutoja-artesaani Elina Airikkalan vanhusten kanssa kehittämä syliryijy-toiminta. Airikkala ohjasi ryijyn kutomista kangaspuilla vanhusten hoitokodissa, mutta huomasi pian, että osa vanhuksista ei pystynyt kutomaan, mutta he halusivat silti osallistua toimintaan. Airikkala keksi antaa heille lankoja kerittäviksi, vyyhtejä pideltäviksi ja erivärisiä ryijynukkeja lajiteltaviksi. Ryijyistä tehtiin pieniä, sylissä pidettäviä. Ne lämmittävät jalkoja ja kädet

saavat hipelöidä ja tunnustella villaista nukkaa, kaivautua siihen kuin turkkiin. Eräs pitkään apaattisena ollut vanhus piristyi valtavasti päästessään mukaan kutomaan. Samalla selvisikin, että hän oli tehnyt työuransa kutojana. Airikkalan mukaan kutomisen terapeuttisuus perustuu toistuviin liikkeisiin ja se on hoidollista yhtä lailla terveille kuin heille, joiden toimintakyvyssä on rajoitteita. (Kilpinen 2022)

Yhteyden ja merkityksellisyyden tunne syntyy siitä, kun ihminen saa kokea olevansa osa kokonaisuutta, joka ylittää oman kehon rajat. Sen lisäksi, että on tarve tulla huomioiduksi ja ymmärretyksi, on tärkeää myös osata saada toiset eläytymään omiin tunteisiin ja mielentiloihin. (Siegel 2020, 55) Sosiaalisissa tilanteissa reagointiin vaikuttavat sekä tietoisesti koetut tunnetilat että aivojen syvemmissä osissa aktivoituvat primäärireaktiot (Siegel 2020, 33). Sosiaalisen vuorovaikutuksen laatu vaikuttaa suoraan siihen, millaiseksi aivot kehittyvät. Vuorovaikutus muokkaa aivojen rakenteita ja on yhteydessä terveydentilaan. (Siegel 2020, 36, 38) Integroivat ihmissuhdekokemukset tuottavat positiivisia muutoksia mielen toimintoihin koko elämänkaaren ajan (Siegel 2020, 42). Myönteisesti virittyneet ihmissuhteet, joihin sisältyy hyväksymistä, myötätuntoa ja kunnioitusta, vaikuttavat terveyttä edistävästi (Siegel 2020, 48).

5.7 Kulttuurin käsittämistä koskettamalla

Pitkän linjan ammatillinen opettaja Eeva-Maija Lappalainen on kehittänyt kulttuurisensitiivisen työskentelyotteen, joka hyödyntää meditoivaa moniaistisuutta ja Lozanovin (1978) suggestopediää. Suggestopedinen ilmapiiri on turvallinen ja rentouttava. (Lappalainen 2005,130) Nämä ovat arkitiedollakin käsitöiden tekemisen yhteyteen miellyttäviä käsitteitä. Lappalaisen mukaan pelkäänsä se, kun ihminen pitelee materiaalia käsissään, altistaa vuorovaikutukselle (Lappalainen 2005, 131). Yhteyttä voi siis kokea myös materiaalin kanssa, kun se aktivoi tunto- ja kosketusaisteja, herättää mielikuvia ja tunteita ja inspiroi. Maahanmuuttajien kanssa työskennellyt Lappalainen näkee kosketusmuistin ja materiaalien tuntuman toimivina apukeinoina myös uuden kielen oppimisessa (Lappalainen 2005, 131) yhdessä muiden aistien kanssa (Lappalainen 2005,136). Käsitöiden tekemisen kautta on helpompi kokea ja opettaa yhteisiä merkityksiä (Lappalainen 2005, 131) ja niin oppimisesta tulee syvällisempää.

Kun ihminen kasvaa oman kulttuurinsa jäseneksi, hän sisäistää sen vallitsevat tavat, arvot ja uskomukset ja siirtää niitä edelleen seuraaville sukupolville (Lappalainen 2005, 136). Opettajan oma

kulttuuritietoisuus on tärkeä väline sensitiivisessä opetuksessa. Kulttuuritietoisuus tarkoittaa ihmisen käsitystä omasta kulttuuristaan ja sen perinteistä (Lappalainen 2005, 132, 135). Kun ymmärtää hyvin omaa kulttuuriaan, kykenee suhteuttamaan vieraiden kulttuurien ilmiöitä siihen (Lappalainen 2005, 135). Kieli ja käsityö ovat kumpikin kulttuuriperinnön osa-alueita. Oman kulttuurin syvällisen tuntemuksen kautta voidaan sensitiivisesti etsiä eri kulttuureita yhdistäviä tekijöitä (Lappalainen 2005, 135–136). Näin saadaan luotua myönteistä ilmapiiriä ja dialogista pohjaa vuorovaikutukselle (Lappalainen 2005, 133). Käsitöiden tekemiseen liittyy enemmän yhdistäviä kuin erottavia arvoja eri kulttuurien välillä. Kulttuuritietoisuutta on myös kyky keskustella erilaisista käsitystekniikoista ja analysoida niitä. Kun yhteistä kieltä ja sanastoa löydetään ensi käsitöiden avulla miellyttävässä ilmapiirissä, keskustelua on helpompi lähteä laajentamaan muihinkin aiheisiin. (Lappalainen 2005, 131–133) Maahanmuuttajia opettaessaan Lappalainen huomasi, että konkreettisen tekemisen kautta verbit ja muut sanat oli helpompi sisäistää ja käsillä tekeminen innosti puhumaan suomen kieltä. Moniaistisesti koetut elämykset saatiin sanoitettua yhdessä.

6 Sukupolvien välinen työ

6.1 Sukupolvien välinen vuorovaikutus kankaankudonnassa

Kankaankudonnan salkun tehtävänä on myös sukupolvien välisen vuorovaikutuksen tukeminen. Meidän ajassamme luontaiset tavat tähän vuorovaikutukseen ovat usein kadoksissa. Nuorten ja vanhusten elinpiirit ovat kaukana toisistaan, eikä risteämiskohtia ja kohtaamisia välttämättä synny itsestään. Kulttuureissa, joissa vanhuksset ovat eläneet osana perheen arkea, arvostus heidän elämäkokemustaan ja tietämystään kohtaan on säilynyt paremmin. Yhteyden syntymistä sukupolvien välille voi helpottaa jokin kohtaamisen väline. Ylisukupolvinen muistelutyö voi toimia myös syrjäytymisen ehkäisijänä, kun muistelun yhteydessä nuori saa toisen ihmisen aikaa. Vanhemmuuden ja isovanhemmuuden ei tarvitse olla biologista, vaan se voi aivan yhtä hyvin olla myös henkistä. Muistelun ohessa voi tapahtua hiljaisen tiedon ja kokemuksesta kumpuavien elämänviisauksien siirtymistä. (Hohenthal-Antin 2009, 106–107) Tämä vahvistaa molempien osapuolten identiteettiä. Ikääntynyt ihminen voi kokea merkityksellisyyden tunnetta saadessaan kuuntelijan. Nuori saa jotakin, mihin kuulua ja kiinnittyä, kenties perinteen säilyttäjänä ja jatkajana.

6.2 Biologinen isovanhemmuus

Perhearvoihin keskittyvissä kulttuureissa vallitsee normatiivinen solidaarisuus, vanhemmista sukupolvista huolehditaan luonnollisesti. Nuoret myös odottavat, että isovanhemmat opettavat heille käyttäytymistä erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa. Eliniän pidentyessä isovanhemman ja lapsenlapsen suhde muuttuu, kun vanhemman sukupolven terveyden heikentyessä hoitosuhde kääntyy toisinpäin. Tämä on sukupolvien välistä solidaarisuusvaihtoa. Suhde tuottaa suurinta tyytyväisyyttä silloin, kun siihen sisältyy vastavuoroisuutta. (Duflos & Girandea 2022)

Vanhemmilla on tärkeä rooli välittäjänä lasten ja isovanhempien välisen suhteen muodostumisessa. Suhteen kehittymiseen vaikuttavat useat tekijät esim. avioero, maantieteellinen etäisyys ja joskus kielimuurikin. Haasteena on suhteiden ylläpitäminen elämän siirtymätilanteissa. Jos yhteys on ollut läheistä jo ennen siirtymiä, kuten sairastumista, se todennäköisesti kantaa sen ylikin. (Duflos & Girandea 2022)

Pienet lapset ja heidän vanhempansa ovat enemmän yhteydessä isovanhempiin, mutta nuorilla yhteys on vähäisempää (Blais, ym. 2017, 259). Yhteys siirtyy uudelle tasolle lasten aikuistuesssa, kun omien vanhempien vaikutus suhteeseen vähenee. Sosiaalisen yhteyden on todettu vähentävän masennusta (Blais, ym. 2017, 259). Isovanhempien ja lastenlasten läheiset välit merkitsevätkin vähemmän mielenterveysongelmia molemmille osapuolelle. Isovanhempiansa kanssa tekemisissä olevilla nuorilla näyttäisi olevan vähemmän vaikeuksia yhteiskuntaan sopeutumisessa. (Duflos & Girandea 2022)

6.3 Stereotypit sukupolvien välisen vuorovaikutuksen haasteina

Brasilialaisessa tutkimuksessa muodostettiin ryhmiä eläkeiän kynnyksellä olevista ja teini-ikäisistä ihmisistä. Menetelmänä käytettiin muistelua, koska se on vaikuttava vuorovaikutuksen väline yksilön ja yhteisön näkökulmasta (DeSouza 2007, 40). Osallistujat kertoivat elämäntarinoitaan toisilleen (DeSouza 2007, 43) ja puuhasivat yhdessä työpajoissa. Tutkimus toteutettiin alueella, jolla useimmat ikääntyneet ihmiset elävät kaukana juuristaan. Osallistujat eivät tunteneet toisiaan etukäteen (DeSouza 2007, 46), ja sekä nuoret että vanhemmat osallistujat kokivat yhteiskunnallisen syrjinnän tunteita (DeSouza 2007, 54).

Tutkimuksen alussa todettiin, että eri sukupolvilla oli paljon stereotyyppioita ja ennakkoluuloja toisiinsa kohtaan. Vanhemmilla oli negatiivinen kuva nuorista (DeSouza 2007, 39) ja he ajattelivat, että nuoret eivät pidä vanhemmista (DeSouza 2007, 48). Nuoret taas olettivat, että vanhemmat eivät pidä heistä, eikä heille anneta mahdollisuutta puolustautua valmiita ennakkoasenteita vastaan. Osa nuorista oli nähnyt vanhemmat hyödyttöminä olentoina, jotka eivät kykene tekemään mitään ja joiden tarkoitus on vain ärsyttää heitä. (DeSouza 2007, 51) Ryhmien altistaminen toisilleen antoi mahdollisuuden muutokselle, joka on interventiotutkimuksen päätavoite (DeSouza 2007, 41).

Monissa kulttuureissa nuoret ovat nykyään yhä vähemmän tekemisissä omien isovanhempiensa kanssa. Suurimpia haasteita on viestintä, yhteisen kielen löytyminen. Yhteisten kokemusten puute syventää sukupolvien välistä kuilua. Arvot, normit ja viisaudet eivät enää siirry luonnostaan suvun vanhemmilta nuoremmille. Tilannetta on yritetty korjata sukupolvien välisillä ohjelmilla, joiden tarkoitus on maadoittaa nuoria tietoisuuteen historiasta ja kulttuurista, jossa edeltävät polvet ovat kasvaneet. (Blais, ym. 2017, 268). Myös DeSouzan tutkimus oli osa kansallista sosiaalisen integraation edistämistä eri ikäryhmien välillä. Tutkimuksessa kehitettiin teoria siihen, miten ja miksi osallistujat muuttivat näkemyksiä toisistaan projektin kuluessa. (DeSouza 2007, 39) De Souza yhdisti Banduran (1969) sosiaalisen oppimisen teoriaa, jossa ihminen muuttuu heijastaessaan ympäristön vaikutuksia ja Freiren (1974) teoriaa kriittisestä vuoropuhelusta, joka synnyttää yhteisen ymmärryksen todellisuudesta edistäen yksilöllistä ja sosiaalista muutosta. Tutkimuksensa perusteella De Souza kehitti sekoitetun teorian, joka yhdistää sosiaalisen oppimisen dialogiseen ja heijastavaan teoriaan. (DeSouza 2007, 41,45)

Projektin päättyessä vanhemmat kokivat, että sukupolvien välinen kuilu oli kaventunut ja he olivat nähneet nuorten positiivisen puolen. Ryhmä koki sosiaalista yhteenkuuluvaisuutta ja uusia ystävyyssuhteita oli muodostunut. Sekä nuoret että vanhat olivat oppineet toisiltaan ja päässeet ilmaistamaan itseään. Nuoret kokivat, että heidän kykynsä ilmaista itseään oli kehittynyt. Vanhat kokivat, että heitä oli kohdeltu hyvin ja arvostavasti ja he saivat tuntea itsensä hyödyllisiksi. Nuoret pitivät tärkeimpänä menneisyydestä oppimista ja vanhusten kunnioittamisen oppimista, joka oli syntynyt yhteisten keskustelujen ja tekemisen kautta ja siitä, kun vanhemmat kohtelivat heitä hyvin. He olivat havahtuneet kunnioittamaan myös omia isovanhempiaan ja halusivat jakaa uutta asennettaan eteenpäin, koska pitivät sitä sivistyneenä. (DeSouza 2007, 49) Muisteluprosessien

käyttö työvälleinä parantaa eri ikäisten ja erilaisten ihmisten asenteita toisiaan kohtaan. Kun ihmisillä on mahdollisuus valtaistua, tuntee kykenevänsä hallitsemaan omaa elämäänsä ja tekemään päätöksiä, edistää se myös yhteiskunnallista kestävyyttä (DeSouza 2007, 54).

6.4 Sukupolvien välinen vapaaehtoistyö

Positiiviseen ja aktiiviseen ikääntymiseen kuuluvat mahdollisuus osallistua yhteiskuntaan, vastavuoroiset ihmissuhteet ja terveys. Hoitokotiin siirtyminen on suuri muutos, joka aiheuttaa usein myös surua, kun ihminen joutuu luopumaan monista aikaisemmista vastuualueistaan, kuten kodista huolehtimisesta. Elämänpiiri kaventuu ja sosiaaliset suhteetkin vähenevät useimmiten merkittävästi. (Blais, Garcia, McCleary & Robitaille 2017, 265)

Blais ym. (2017) tarkastelivat hoitokodin ikääntyneiden asukkaiden ja nuorten vapaaehtoistyöntekijöiden välisen vuorovaikutuksen hyötyjä. Kirjoittajien mukaan negatiiviset stereotyyppit vanhempi sukupolvia kohtaan ovat yleisiä myös sosiaali- ja terveysalan ammattiteissa. Altistuminen vuorovaikutukselle mahdollistaa ennakkoluulojen purkautumisen ja asennemuutoksen. (Blais, ym. 2017, 267) Tietämyksen kasvaessa nuorten asenne ikääntymistä kohtaan muuttuu positiivisemmaksi (Blais, ym. 2017, 258). Aluksi nuoret arastelivat varsinkin heikompikuntoisten ja kommunikointirajoitteisten ja dementian vuoksi arvaamattomasti käyttäytyvien vanhempien kanssa seurustelua (Blais, ym. 2017, 263), mutta viestintätaitojensa kehittyessä he oppivat tulkitsemaan myös sanattomia viestejä. He alkoivat kohdella vanhempia huomaavaisemmin, eivätkä enää pelänneet niin paljon omaa vanhenemistaan. (Blais, ym. 2017, 262)

Halu vaikuttaa omaan yhteisöön motivoi nuoria vapaaehtoistyöhön. Siinä oppii uusia ihmissuhdetaitoja, joiden avulla selviää paremmin hankalissa tilanteissa. Nuoret, jotka auttavat vapaaehtoisesti muita, kehittyvät joustavammiksi ja oppivat hallitsemaan stressiä. Antaessaan saa solidaarisuutta ja empatiaa. (Blais, ym. 2017, 266). Vapaaehtoistyö kehittää tietoisuutta itsestä, edistää ihmisenä kasvamista ja yhteisöllisen vastuuntunteen kokemista. Blais, ym. 2017, 268

Osa vapaaehtoisista nuorista oli opiskelemassa sosiaali- ja terveysalalle, ja työskentely kehitti heidän ammattitaitoaan. Myös nuorten yleiset vuorovaikutustaidot kehittyivät. Sekä nuorille että vanhemmille syntyi uusia vastavuoroisia ystävyys-suhteita (Blais, ym. 2017, 265). Hoitokodin asukkaat nauttivat saadessaan sitoutua toimintaan. Hyvinvointi lisääntyi, kun he saivat tuntee olevansa

osa yhteiskuntaa. Afasiasta kärsivien viestintäkyvyt parantuivat toiminnan ansiosta, ja sen johdosta sosiaalinen eristyneisyys väheni (Blais, ym. 2017, 258, 264).

Blais ym. (2017) kertovat myös Sauerin ym.(2014) tekemästä laadullisesta tutkimuksesta, jossa testattiin sukupolvien välisen vuorovaikutuksen yhdistämistä taide- ja käsityötoimintaan niin, että 28 henkilöä osallistui taidepajaan 12 viikon ajan yhdessä vapaaehtoisten nuorten kanssa. Verrokki-ryhmä, 10 henkilöä, osallistui samaan toimintaan ilman nuoria. Ryhmien hyvinvointia ja pahoinvointia tutkittiin käyttämällä Kinney & Rentzin (2005) hyvinvoinnin ja pahoinvoinnin havainnointityökalua. Ryhmien välillä ilmeni tilastollisesti merkittäviä eroja. Sukupolvien väliseen taideohjelmaan osallistuneet kokivat huomattavasti enemmän mielihyvää, arjesta irrottautumista, hyvinvoinnin lisääntymistä ja toimintaan sitoutumista. (Blais, ym. 2017, 264) Tätä voidaan pitää merkittävänä tietona, joka liittyy myös kankaankudonnan muistelusalkeeseen. Vielä tärkeämpää kuin mieluisa tekeminen, on sen jakaminen toisten kanssa. Kaiken ikäisillä on sisäänrakennettu halu olla osa sukupolvien välistä jatkumoa, kun siihen vain syntyy mahdollisuus. Kankaankudonnassa perinteen siirtäminen ja ikaikaiseen ketjuun liittyminen on erityisen olennaista.

7 Kudonnan merkityksiä

7.1 Kankaankudonnan luonne

Kudotun kankaan suunnittelu ja valmistuminen on kokonaisvaltainen prosessi. Lopullisen kankaan ominaisuuksiin, kuten lujuteen ja paksuuteen, vaikuttavat valitut materiaalit, lankojen tiheys ja niiden sitoutuminen toisiinsa eli sidos ja kangaspuista irrotetun kankaan viimeistely (Forss & Willman 1996, 8,24). Yhtä osatekijää muuttamalla voi syntyä aivan erilainen kangas. Kokonaisen käsityöprosessin toteuttamiseen liittyy monenlaisia hyötyjä, kuten luovuuden lisääntymistä, hienomotoriikan ja silmä-käsi-koordinaation kehitystä, materiaalituntemuksen oppimista, ja ihmisenä kasvamista (Mäkipää 2019, 26).

Kudonnan ajatellaan kehittyneen punomisesta. Alun perin luonnonmateriaaleja kierrettiin toistensa lomaan ja tehtiin käyttöesineitä, kuten koreja ja mattoja. Kun alettiin viljellä kasveja ja kesyttää eläimiä, joista saatiin ohuempia kuituja, pystyttiin valmistamaan taipuisampia kankaita. Kudonta kehittyi eri puolilla maailmaa hieman eri tavalla, mutta yhteistä kaikille tekniikoille on, että kireälle pingotettujen loimilankojen väliin pujotetaan kudetta, joka painetaan tiiviiksi kankaaksi pirralla tai

muulla apuvälineellä. Forss & Willman 1996, 11–12) Kudonta on vanhin kankaiden valmistamisen tekniikka, ja aluksi painetut kankaatkin jäljittelivät kudottujen ulkonäköä (Forss & Willman 1996,11).

Ennen kutomakoneiden aikaa ohuiksi kehrätyistä langoista kudotut kankaat ja niistä valmistetut vaatteet olivat tavoittelemisen arvoinen taidon symboli (Talvela 2013, 29) ja erityisesti tulevien morsiamien piti osoittaa kyvykkyytensä kapiroita valmistamalla. Kutomakoneen keksimisen jälkeen 1800-luvulla teollinen ja käsin kudonta eriytyivät omiksi lajeikseen. Käsin kudonta on hyvin ilmaisuvoimainen työtapaa, jolla voi tuottaa jopa taideteoksia. Suunnitellun lopputuloksen saavuttaminen vaatii kuitenkin osaamista ja ymmärrystä kudonnan tekniikasta. Kangaspuihin rakennettu loimi on suunniteltava etukäteen ja sitä on vaikea muuttaa kesken työn. Tekninen taito lisää variointimahdollisuuksien määrää kankaan toteutuksessa (Forss & Willman 1996, 12–20).

7.2 Kankaankudonnan perimätiedon siirtyminen

Legendaarinen kankuri. Ester Perheentupa valmistui kudonnanopettajaksi Wetterhoffin työkoulusta vuonna 1921. Hän teki pitkän uran suomalaisen kankaankudonnan edistäjänä, opettajana ja vaikuttajana. Hänet muistetaan erityisesti vuosina 1951–1962 ilmestyneestä Pellervon kankureillepalstasta, jolla hän antoi ohjeita yksinkertaisten, kauniiden ja laadukkaiden kodintekstiilien kutomiseen niillä välineillä, joita lukijoilla oli käytettävissään. Perheentupa korosti työn suorittamista huolellisesti, koska tekstiilit säilyivät usein tekijäänsä kauemmin. (Piri 1999, 8–9) Kudonnassa tekninen taitavuus onkin yhtä tärkeää kuin mallin suunnittelu. Työ on onnistunut, kun materiaali saa määrätä työn muodon.

Kudonnan perinne on tietyllä tavalla ankara. Kudonta ei tekniikkana sovi kovin impulsiiviselle ihmiselle (Forss & Willman 1996,19), koska se sisältää paljon asioita, jotka kannattaa tehdä tietyllä järjestelmällisellä tavalla. Nämä työtavat ovat perinteitä, joiden siirtäminen eteenpäin tapahtuu yhdessä tekemällä ja kokemalla. Muistamista ja tiedon siirtymistä keventävät sanonnat, *kuten musta tarkoittaa maata, valkea taivasta*, joka liittyy polkusten sitomiseen.

Pellavan lumoissa. Hämeenlinnan Wetterhoffilla pitkään vaikuttanut opettaja ja tutkija Elsa Silpala oli merkittävä pellavan kudontaan liittyvän tiedon vaalija. Silpala (1999) kertoo tutkimuksessaan

hattulalaisesta kankuri Taavasta, joka aina vieraiden tullessa tupaansa keskeytti taidokkaan kudontatyönsä. Taavan kuoltua kangaspuihin rakennettu loimi piti katkaista, koska kukaan ei osannut jatkaa hänen työtään. Jostain syystä Taava ei halunnut siirtää tietoaan eteenpäin, mutta hän oli onneksi poikkeus. Taava itse oli oppinut taitonsa isältään, joka puolestaan oli oppinut sen omalta isältään jo useampia sukupolvia jatkuneessa ketjussa. Silpala oli tutkinut Wetterhoffin arkistoja ja osoitti, että eurooppalaiset pellavamallit olivat kulkeutuneet Suomeen jo 1600-luvulla, jonka jälkeen niitä olivat valmistaneet ensin ammattikankurit, jotka olivat kirjanneet malleja muistiin. Taito oli siirtynyt kansan parissa sukupolvelta toiselle ja saman tyyliä traditionaalisia malleja suosittiin pellavan kudonnassa 1960-luvulle asti. (Silpala 1999,58)

Pellavakangas on ollut historiallisesti pyhä ja arvokas materiaali (Silpala 1999, 56–57). Pellavan kasvattaminen ja käsittely, kankaiksi kutominen, viimeistely ja huoltaminen ovat oma maailmansa, johon liittyy kiehtovia työskentelytapoja, perinteitä ja välineitä. Kudontasalkun tulevista käyttäjistä todennäköisesti vain harva on itse kutonut pellavaa. Tänä päivänä, kun lakanoita, pyyhkeitä ja pöytäliinoja saa hankittua valmiina, niiden kutominen itse ei ole taloudellisesti mielekäästä. Useimmiten kokemukset kankaankudonnasta liittyvät mattoihin, ryijyihin, poppanoihin tai villahuiveihin, joiden kutominen on teknisesti helpompaa ja nopeampaa kuin ohuiden pellavakangaiden. Kankaankudonnan muisteluskun tarkoitus on muistelun lisäksi myös ylläpitää kulttuurista jatkuvuutta. Joillekin käyttäjilleen se voi toimija uteliaisuuden herättäjänä ja innostajana. Harva tulee ajatelleeksi, että kaikki maailman kankaat, jotka eivät ole neuloksia tai punoksia, ovat kudottuja. Kun oppii kankaan rakentamisen tekniikan, voi kutoa vaikka kuinka ohuista langoista ja millaisia pintoja tahansa.

7.3 Uskomusten perinne

Käytännön tekemisen ja kokeilemisen kautta, rituaalien, tarinoiden ja uskomusten siirtyessä, vaalitaan aineetonta, suullista kulttuuriperintöä (Hohenthal-Antin 2009, 133). Kudonnan vaiheisiinkin liittyviä uskomuksia on runsaasti. Uskomusperinne liittyy vahvasti uuden luomiseen ja synnyttämiseen. Talvela (2013) keräsi pro gradu -työssään kankaankudontaan ja muihin naisten käsitöihin liittyviä uskomuksia ja runoja Etelä-Savossa ja Etelä-Karjalassa. Kangasniemeläisen uskomuksen mukaan loimea ei pidä missään nimessä luoda perjantaina, koska silloin on kuohitsijan kirouspäivä (Talvela 2013, 82). Hyvä aika kankaan aloittamiselle oli sen sijaan lauantai ainakin Etelä-Karjalan

Antreassa, silloin kangas valmistuu nopeiten (Talvela 2013, 82). Laajalle levinnyt tieto oli, että luomisvaiheessa olevan loimen yli tai ali ei saa astua, varsinkaan mieshenkilö, koska silloin kangas meni pilalle tavalla tai toisella (Talvela 2013, 82–83) Polkusten sidonta on syytä irrottaa nopeasti kankaan valmistumisen jälkeen, jos haluaa saada helpon synnytyksen (Talvela 2013, 85). Unet kankaankudonnasta merkitsevät yleisesti lasten saamista. Kutoessa syöminen ei ollut suositeltavaa, koska silloin kangaskin söi enemmän kudelankaa, joka saattoi loppua kesken (Talvela 2013, 84). Vieraan tullessa taloon kankaan ollessa aluillaan, se tiesi pitkää ikää (Talvela 2013, 85). Kudonnan historiassa merkittävään pellavaan liittyy myös monia uskomuksia. Laskiaisena lopetettiin työntekeo aikaisin, kammattiin hiuksia moneen kertaan ja laskettiin mäkeä pitkiä pellavia huudellen. (Talvela 2013, 26–27)

7.4 Käsityön muuttuminen harrastukseksi

Entisaikoina käsityön tekeminen oli pakollinen keino valmistaa tarvittavia tuotteita. Työssäkäynnin myötä ihmisille jäi vain rajoitetusti aikaa käsitöiden tekemiseen. Teollisen tuotannon yleistyttyä käsin tekeminen muuttui hyvää tekeväksi harrastukseksi tai eettiseksi valinnaksi. (Mäkipää 2019, 4–5) Kun käsityö ennen saattoi olla miellyttävä ja rentouttava velvollisuus, tekemistä punnitaan nykyään myös ajan ja rahan käyttämisen näkökulmista (Mäkipää 2019, 5).

Dormerin (1994) mukaan käsityötaito on hiljaista tietoa, jonka voi oppia vain tekemällä. Riittävä taito on edellytys työn itsenäiselle suunnittelulle. (Mäkipää 2019, 16–17.) Käsityön oppiminen on aikaisemmin ollut osa kulttuuria, jolloin taitotaso on kasvanut hiljalleen lapsuudessa ja nuoruudessa kohti aikuisuutta. Taitojen kehittyessä tarve omalle suunnittelulle ja vaativampien töiden toteuttamiselle on syntynyt pikkuhiljaa. Nykyään tilanne on usein sellainen, että harrastuksen aloittamiselle ei ole lainkaan taitopohjaa. (Mäkipää 2019, 14–15) Sukupolvien välinen vuorovaikutus voikin olla merkittävässä roolissa johdattamassa kankaankudonnan maailmaan.

7.5 Käsityön hyötyjä

Käsitöitä tehdään, koska se tuottaa nautintoa. Itse tekeminen on terapeutista, miellyttävää ja rauhoittavaa, ja onnistuneesta lopputuloksesta voi saada myös palkitsevaa palautetta. (Mäkipää 2019, 21) Käsitöiden tekeminen yleishyödylliseen tarkoitukseen tuottaa antamisen iloa (Mäkipää 2019, 22) Mäkipään mukaan Ihatsu (2006) kuvaa käsitöitä inhimillisen kokoisiksi kokonaisuuksiksi,

joita ihmisen on mahdollista hallita (Mäkipää 2019, 6), toisin kuin työelämän alati muuttuvaa ja lisääntyvää tietovirtaa. Käsityö tarjoaa yksilöille aistikokemuksia, tuntuman konkreettiseen tekemiseen, rauhoittumista ja voimaantumista ja mahdollisuutta toteuttaa itseään (Mäkipää 2019, 6). Käsityön voimakas vaikutus mieleen oli huomattu jo 1800-luvulla, tosin silloin käsityön tekijän siirtymistä intensiivisen keskittyneeseen tilaan pidettiin uhkana muiden velvollisuuksien hoitamislle. (Mäkipää 2019,5)

Ompelukoneen tai käsityön ääressä istuvan naisen sydämensyke laskee ja verenpaine rauhoittuu. Käsityön tekeminen on vapaaehtoista, mikä on suuri osa sen rauhoittavaa vaikutusta, toteaa käsityötieteen professori Sinikka Pöllänen (Pöllänen 2014). Erityisesti neulominen tai muu mukana kuljetettava käsityö merkitsee useimmiten tekijöilleen suojaavaa keskittymistä, rentoutumista ja rauhoittumista. Käsityöprosessi voi saada aikaan miellyttävän flow-tilan, jolloin tekeminen sujuu kuin itsestään ja kaikki muu unohtuu (Pöllänen 2014). Käsityö on ollut ikään kuin pehmike ihmisen ja maailman välissä. Käsityö, johon entisaikaan voitiin turvautua välttämättömyytenä, on säilyttänyt asemansa, vaikka sitä ei enää tänä päivänä tarvittaisi. Käsityön tekemiseen liittyy siis selkeästi paljon muutakin kuin vain tarve saada valmistettua jokin tuote. Itse tekeminen on olemassaoloa, samoin kuin matkakin on monesti tärkeämpi kuin päämäärä.

Yhteiskunnallisesta näkökulmasta käsityö on nähty vastakohtana turhalle kuluttamiselle. (Mäkipää 2019, 7–8) Sen voi nähdä merkitsevän hidastamista ja inhimillisyyttä, ihmisen kädenjälkeä. (Mäkipää 2019, 8) Käsityö edustaa ajan hengen mukaista pienimuotoista lähituotantoa (Mäkipää 2019, 9). Mäkipään mukaan on tärkeää nostaa esiin käsityön tuottamia hyötyjä, jotta ne voitaisiin huomioida myös yhteiskunnan rahoitusta suunniteltaessa (Mäkipää 2019, 2).

Vaikka käsityö luo jatkuvuutta sukupolvien välille, työn tekeminen tapahtuu usein yksinäisyydessä. Nykäsen (2014,72) mukaan kolmannes suomalaisista käsityön harrastajista ei osallistu lainkaan kursseille tai muihin harrastajatapaamisiin. Pöllänen (2006) tutkimustulokset kertovat, että suurelle osalle tekijöistä käsityön tekeminen merkitsi nimenomaan mahdollisuutta olla yksin (Mäkipää 2019,25). Käsityön tekemisestä saatava tyydytys ei siis näytä välttämättä vaativan sosiaalista tunnistusta tai jakamista, mikä on hyväkin ilmiö jatkuvaa välitöntä palautetta suosivassa sosiaalisen median maailmassa.

Kouhian (2016) mukaan tekstiilitöiden harrastamiseen liittyy moniulotteisia merkityksiä. Esimerkiksi tiettyjen tuotteiden valmistaminen synnyttää kokemuksellisia merkityksiä, jolloin tuotteen tekeminen liittyy tekijän osaksi tekemisen kulttuuria. Merkitykset saattavat olla myös narratiivisia, jolloin käsityön tekeminen liittyy osaksi muistoja elämäntarinan tietystä kohdasta. Käsityö tuottaa joskus niin voimakkaita aistimuksia, kuten materiaalien tuoksua ja tuntumaa, että suurin elämys liittyy siihen. Vaikka käsityön tekeminen monesti merkitseekin rauhoittumista yksinäisyydessä, yhteisöllisesti tapahtuva tekeminen vahvistaa yhteenkuuluvuuden tunnetta. (Kouhia 2016, 48–49)

8 Kooste aikaisemmista opinnäytetöistä

8.1 Tarkasteluun soveltuvat työt

Jotta muisteluskun sisältö saataisiin tarkoituksenmukaiseksi ja toimivaksi, oli perusteltua ensin tutustua aikaisemmin toteutettuihin saman tyyppisiin työvälaineisiin. Hakusanalla ”muisteluskun” löytyi Theseuksesta yhdeksän opinnäytetyötä, joissa oli käytetty muistelutyön menetelmiä. Tämä työ keskittyi kankaankudontaan tunnemuistamisen näkökulmasta. Aikaisemmat työt käytiin läpi siltä osin, kuin ne auttoivat tekemisessä. Seitsemän työtä valittiin lähempään tarkasteluun. Aikaisemmin toteutettujen töiden kuvauksissa mielenkiintoisin osuus oli valitut taustateoriat, joiden pohjalta muistelun työvälaineita oli lähdetty toteuttamaan. Monet tekijät olivat päätyneet samoihin lähdeksiin, joita myös muistelutyötä varten tehty tiedonhaku oli tuottanut. Vähitellen aineisto alkoi saavuttaa saturaatiopisteen ja muuttua samankaltaiseksi. Tämä nähtiin lähteiden luotettavuutta lisäävänä tekijänä.

Aikaisempia töitä tarkasteltiin myös käytännön toteutuksen kannalta. Tätä kokemusperäistä tietoa käytettiin ohjaamaan tiedonhakuja, jonka perusteella laadittiin suositus kankaankudonnan muisteluskun sisällöstä. Läpi käydyissä töissä taustateoriat ja lähestymistavat vaihtelivat, mutta muisteluvälaineen teknistä toteutusta kuvailevat osiot toistuivat melko ennalta-arvattavina ilman suuria yllätyksiä. Opinnäytetyön rajaamisen takia teoreettinen osuus jäi useimmissa töissä lyhyeksi. Tästäkin työssä oli ensin tarkoituksena toteuttaa konkreettinen muisteluskun. Samalla tavalla kuin sosiaalialalla tarvitaan toimintapaikkojen ja perusohjaamisen rinnalla päätöksentekijöitä, jotka suunnittelevat kokonaisuuden linjauksia, yksittäisen muisteluvälaineen kokoamisen lisäksi on merkittävää pohtia laajemmin, millainen välineen kannattaisi olla ja millaista maailmankuvaa se edustaa. Kun sanoma on selkeästi profiloitu, konkreettinen toteutus on yksinkertaista. Muisteluskun

toteutus ei ole taiteellinen prosessi, vaan käytännön suoritus, jossa tarvitaan kädentaitoa, esteettistä silmää ja kankaankudonnan välineiden tuntemusta.

Seuraavaksi esitellään aikaisemmin toteutettuja töitä nostaten kustakin työstä esiin huomionarvoisia piirteitä, jotka vahvistivat muistamista, muistelua, muistelutyötä ja muistelusalkun toteutusta ohjaavan tiedonhaun suuntaamista.

8.2 Kahvi kuuluu kaikille-kirja

Ehnbergin ja Halkan (2016) opinnäytetyössä tiedonhaun pohjana on multisensorisuus, joka tarkoittaa moniaistisuutta. Kahvi kuuluu kaikille-kirjan tekijät etsivät vastausta kysymykseen, mitä tulee ottaa huomioon muistisairaille suunnatun multisensorisen kirjan toteutuksessa (Ehnberg ja Halkka 2016, 5) Tähän oli löydetty monipuolisesti perusteltuja vastauksia. Ehnbergin ja Halkan (2016, 7) mukaan Sievänen ym. (2007) toteavat, että heikentyneen aistitoiminnan vuoksi muistisairas reagoi herkemmin voimakkaisiin väreihin ja kontrasteihin ja kokee valkoisen värin tyhjänä. Ehnberg ja Halkka (2016, 7) pohjaavat teoriaperustaansa myös Järvelään (2015), joka kertoo materiaaleissa muistiherätteinä toimivan parhaiten lämpimät, luonnolliset materiaalit. Materiaalien keskinäiset poikkeavuudet toimivat myös aktivoivina elementteinä. (Ehnberg & Haikka 2016, 7)

Kirja oli koekäytössä hoivakodissa ja muistisairaiden hoitajat kirjasivat käyttäjäkokemuksia lomakkeelle. Kirja osoittautui toimivaksi välineeksi, joskin käytettävyydessä oli vielä kehitettävää. Kirjan käyttäminen osoittautui hieman hankalaksi, kun sivut olivat isoja ja niihin kiinnitetyt materiaalit luiskahtivat helposti pois paikoiltaan. Palautekeskustelussa tuli ilmi, että aidot ja aidonolaiset esineet olivat toimineet muistin virkistäjinä parhaiten (Ehnberg ja Halkka 2016, 35–36). Tämä kokemus on hyödynnettävissä myös kankaankudonnan salkkuun. Kirjan todettiin myös lisäävän sosiaalisuutta, koska sen käyttämisessä tarvitaan toisen ihmisen ohjaavaa otetta (Ehnberg ja Halkka 2016, 40), aivan kuten kudonnan muistelusalkussakin. Esille tuotiin myös tärkeä näkökulma multisensorisista muisteluvälineistä lääkkeettömänä hoitomuotona.

8.3 Minun muistoni- salkku

Tiia Holmén (2016) tuotti opinnäytetyönään muistelusalkun muistisairaiden ikääntyneiden parissa tehtävän viriketoiminnan työvälineeksi lisäämään hyvinvointia ja hidastamaan toimintakyvyn

rappeutumista. Työhön sisältyy ohjevihkonen muistelutuokion ohjaajan käyttöön. Työssä pohdittiin muistisairaahan kohtaamisen keinoja ja oikeanlaisen työotteen ja tunnelman luomisen merkitystä. Kan & Pohjola (2012) kertovat Holménin (2016, 13) mukaan, että onnistuneen kohtaamisen keskiössä ovat kunnioitus, vuorovaikutus, läsnäolo ja turvallisuus. Muistelutyössä ei kannata edetä liian ohjaajavetoisesti, vaan aina muistelijan ehdoilla. Ohjaajalla siis voi olla käytössään erilaisia työmenetelmiä, ja ammattitaitoa on ymmärtää, miten tilanteessa on viisainta toimia. Oikeanlaiset kysymykset voivat ohjata syvemmälle muisteluun (Holmén 2016, 15).

Holmén (2016, 14) toteaa, että Airilan (2002) mukaan ihmisen psyykkinen toimintakyky säilyy parempana sitä pitempään, mitä enemmän hänellä on harrastuksia ja sosiaalisia kontakteja, ja että viriketoiminnan merkitys on suuri dementoituneen ihmisen itsetunnon ja hyvinvoinnin kannalta. Myös luovat toiminnalliset menetelmät, kuten laulaminen ja käsitöiden tekeminen, vähentävät Saarnion (2011) mukaan muistisairaiden häiriökäyttäytymistä (Holmén 2016, 14).

Myös Holmén (2016, 16) nosti esiin Medinan ym. (2006) ja Kan & Pohjolan (2012) kuvaamat sukupolvien yhteiset kollektiiviset muistot. Holmén (2016, 16) kertoo, että Kan & Pohjolan (2012) mukaan muistelu auttaa hahmottamaan omaa identiteettiä ja elämää suhteessa yhteiskuntaan, ja että muistelutuokio on parhaimmillaan mukavaa yhdessäoloa. Medina (2006) muistuttaa Holménin (2016, 16) kertomana, että muistelu voi nostaa pintaan myös surullisia tunteita.

Muistelusalkun esineet Holmén keräsi kirpputoreilta ja sai lahjoituksina. Tekijä valitsi esineet oman intuihionsa pohjalta sen mukaan, miten koskettavasti ne hänen mielestään kuvasivat vanhaa aikaa. Salkun toteutuksessa pohdittiin käytettävyyttä ja kuljetettavuutta. Salkkuna käytettiin suurta vanhaa matkalaukkuja, johon esineet pakattiin. Salkkua ei ollut erikseen lokeroitu. Vastavaa ratkaisua voi hyödyntää myös kankaankudonnan muistelusalkussa, sillä erotuksella, että kestävyden ja kuljettamisen takia suositellaan käytettäväksi uutta matkalaukkuja.

8.4 Muistojen laatikko arjen apuna

Työssä koottiin muistojen laatikko muistisairaiden lyhytaikaisen hoidon yksikköön hyvinvoinnin ja kohtaamisen tueksi. Laatikkoon kerättiin vanhoja esineitä, jotka oletettavasti olivat muistisairaille lapsuudesta tuttuja. Näkökulmana työssä oli myös hoitajien virkistymisen kokemus työvälineen äärellä. Työn kirjallisessa osassa Harju (2018) käsittelee laajasti erilaisia muistisairauksia. Harju

(2016, 7) käytti lähteenään Hännistä & Hallikaista (2014), joiden mukaan alkava muistisairaus on usein vaikea erottaa normaalista vanhenemiseen liittyvästä muistin ja muiden toimintojen heikentymisestä. (Harju (2018, 9) painottaa dementiaan johtavan Alzheimerin taudin mahdollisimman varhaisen diagnosoinnin merkitystä, jolloin ihmisellä on vielä itsekkin mahdollisuus vaikuttaa loppuelämänsä olosuhteiden kohentamiseen.

Vataja (2014) näkee alkoholinkäytön merkittävänä muistisairauden aiheuttajana. Vatajan (2014) mukaan alkoholinkäytön lopettaminen parantaa muistia ja poistaa alkoholin aiheuttamaan muistisairauteen liittyviä toiminnallisia ongelmia. (Harju 2018, 12) Mönkäre (2014) kertoo, että muistisairas kaipaa tuttuja rutiineja, jotka luovat turvallisuuden tunnetta. Muistisairauteen liittyy usein hankalia käytösoireita. Käytös ei johdu muistisairaasta ilkeydestä, ja sen syyt voivat liittyä pieniinkin toimintoihin, jotka laukaisevat negatiivisia tunteita. Näitä oireita voidaan helpottaa kokeilemalla tehdä joitakin arjen asioita toisin. Hoitaja voi osoittaa arvostusta näkemällä hoidettavassa sen ihmisen, joka hän on ollut ennen muistisairautta (Harju 2018, 13). Kuntouttavassa hoitotyössä on tärkeää kiinnittää huomio hoidettavan jäljellä olevan toimintakyvyn vahvistamiseen (Harju 2018, 15). Mönkäre & Semi (2014) näkevät luovat toiminnot hyvinvointia tukevinä, kunhan ne tapahtuvat muistisairaasta omista lähtökohdista. Harju pitää muistelemista hyvänä työvälineenä vanhusten kanssa työskentelyyn, koska se avaa keskustelua ja auttaa ihmisiä hahmottamaan omaa elämänsä ja identiteettiään suhteessa muihin (Harju 2018, 17–19).

8.5 Vanhan ajan salkku kohtaamisvälineenä

Frantsin ja Salosen (2017) opinnäytetyössä suunniteltiin ja toteutettiin viriketoimintatuokioita vanhuksille. Yksi tuokioista oli vanhan ajan salkun kokoaminen ja sen käyttäminen toimintatuokiossa. Työssä tutkiskeltiin ensin ikääntyneen vanhaiskotiasukkaan elämänlaatua ja toimintakykyä kotimaisten ja ulkomaisten tutkimusten pohjalta. Työssä tarkkailtiin toimintatuokioiden järjestämisen tapoja ja kokemuksia toteutuksesta. Suunnitellessaan toimintatuokioita tekijät kysyivät vanhusten kanssa työskentelevien toiveita työvälineiden sisällöstä. Tärkeintä oli helppokäyttöisyys ja toiminta, joka tuottaisi vanhuksille elämyksiä. Vanhan ajan salkusta tuli toimiva kohtaamisväline, joka toi hyvää mieltä ja sai aikaan keskustelua toimintatuokion osallistujien välille (Frantsi & Salonen 2017, 30–31). Toiminta lisäsi vanhusten vireyttä, mikä ilmeni niin, että he puhuivat tapahtuneesta vielä useiden päivien kuluttua (Frantsi & Salonen 2017, 34).

Kiinnostavana nostona työn teoriaperustassa oli Kaukuan (2006) elämänlaadun käsitys, joka voi olla myös subjektiivisesti määritelty. Lähtökohtana voidaan yleisesti pitää sitä, että ihminen tietää itse, mikä hänelle on parasta. Se, että ulkopuolinen taho arvottaa ihmisen elämänlaatua, on aina jonkinasteista vallankäyttöä. Itsemääräämisoikeutta tulee kunnioittaa mahdollisimman pitkään myös muistisairaiden kohdalla. Vaikka tutkimuksilla saadaan tietoa siitä, mitkä työskentelytavat ja virikkeet yleisesti lisäävät muistisairaiden hyvinvointia, yksilön oma elämäntarina on aina otettava huomioon ja valittava käytettävät menetelmät sen pohjalta. (Frantsi & Salonen 2017, 7)

8.6 Aistisalkku vammaistyöhön

Bogdanoffin ja Räisäsen (2020) Aistisalkku-nimisessä opinnäytetyössä tuotettiin aistisalkku työvälineeksi vammaisten kanssa työskentelyyn. Helppokäyttöisen välineen avulla uusikin hoitaja pääsee kontaktiin asiakkaiden kanssa. Muistisairaiden kanssa sopivat käytettäväksi monet vammaistyössä toimiviksi todetut menetelmät, koska muistisairaus aiheuttaa henkisten ja fyysisten kykyjen heikentymistä. Siksi tämä työ valittiin tarkasteltavaan aineistoon. Aistisalkkuun tulevien työvälineiden valinta toteutettiin havainnointituokioita tarkkailemalla ja kommunikointia tukevaa työtä tekevien hoitajien kanssa keskustellen. Näin salkkuun saatiin valittua tarkoituksenmukaiset välineet. (Bogdanoff & Räisänen 2020, 2) Salkun toteutusvaiheessa parannettiin käytettävyyttä lisäämällä kiinnikkeitä, läpinäkyviä säilytystaskuja ja värikoodattuja ohjeita. Salkun esineiden on tarkoitus toimia yhdessä ja erikseen, niiden pitää olla helposti puhdistettavia, kestäviä ja turvallisia (Bogdanoff & Räisänen 2020,30). Nämä tavoitteet on hyvä huomioida myös kankaankudonnan salkun toteutuksessa. B&R suunnittelivat salkkuunsa kuvakortteja asiakkaan ja ohjaajan välisen kommunikation tueksi (Bogdanoff & Räisänen 2020, 30–31). Kortit oli valmistettu sellaisiksi, että myös puutteellisen havainnointikyvyn omaavat pystyvät ohjatusti käyttämään niitä. Kankaankudonnan salkkuun valittavien kuvien joukossa saa myös olla erityisen selkeitä kuvia, esimerkiksi piirroskuva kangaspuista.

Bogdanoff & Räisänen (2020) pohtivat ihmisen eri aistien merkitystä. Bogdanoffin & Räisäsen (2020, 12) mukaan Lehtinen (1993) kertoo, että näköaistilla tapahtuva havainnointi perustuu pitkälti lapsena alkaneeseen tuntoaistilla havainnointiin ja sen synnyttämiin muistijälkiin. Arvio & Aaltonen (2011) jakavat Bogdanoffin & Räisäsen (2020, 12) mukaan tuntoaistin pintatuntoon, joka tarkoittaa ihon pinnassa koettavia aistimuksia: kosketusta, materiaalien tuntua, lämmintä ja kylmää, sekä syvätuntoon, joka viittaa lihaksista ja nivelistä välittyviin tuntemuksiin. Lehtinen (1993)

jatkaa, että makuaisti on vahvasti riippuvainen hajuaistista, joka auttaa erottamaan eri maut toisistaan, ja että näköaistilla on tärkein merkitys tajunnan ja toiminnan kehittymiselle, koska suurin osa ihmisen aistireseptoreista sijaitsee silmien alueella (Bogdanoff & Räisänen 2020, 12–13). Aisteja vahvistavaa työtä tekeville hoitajilla on aina käytössään myös kuuloa herätteleviä välineitä (Bogdanoff & Räisänen 2020, 29). Kuulon aktivoiminen on hyvä huomioida myös kankaankudonnan salakussa.

B&R pohtivat perusteellisesti esineiden valitsemisen lähtökohtia. He käyttivät Mönkkösen, Kekonin & Pehkosen (2019) ajatusta, jonka mukaan ohjaustyössä on tärkeää tukea asiakkaan itsenäistä toimijuutta ja tuottaa onnistumisen kokemuksia (Bogdanoff & Räisänen 2020, 8–9). Kudontasalkkuunkin olisi hyvä saada esineitä, joiden avulla käyttäjä pääsisi konkreettisesti tekemään jotakin. Ehkä nämä voisivat olla hauenkoukkusiiman solmujen liikuttamista, kuteen kiertämistä sukkulalle tai lankavyyhdin pitelyä ja kerimistä.

8.7 Elämänkaaripsykologia muistelutyössä

Lipponen & Kuokkanen (2021) hyödynsivät elämänkaaripsykologiaa ikäihmisten kanssa tehtävässä muistelutyössä. He valmistivat muistelumenetelmäkansion ikäihmisten päivätoiminnan käyttöön sekä tuottivat neljälle osallistujille yksilöllisen digitaalisen tarinan. Aluksi he kartoittivat osallistujien toimintakykyä ja ohjaustuokioiden toivottua kestoa (Lipponen & Kuokkanen 2021, 26–27). Työskentely tapahtui suljetussa ryhmässä niin, että eri kerroilla tuotettiin muistoja eri elämäntapahtumista, joiksi määriteltiin lapsuus, nuoruus, aikuisuus ja vanhuus (Lipponen & Kuokkanen 2021, 29). Tämänkaltaisen työskentelyn on varmasti osallistujilleen hyvin palkitsevaa, mutta vaikeammin muistisairaiden kanssa ei välttämättä sellaisenaan onnistu.

Muistelu voi vaikeutua siksikin, kun tutut ihmiset, paikat ja esineet katoavat (Lipponen & Kuokkanen 2021, 11). Hohenthal-Antinin (2013) mukaan muistiherätteinä voivat toimia tutut esineet, kuvat, äänet, maut ja tuoksut, joista voidaan koostaa esimerkiksi muistojen laatikko. Myöhemmin tämä laatikko itsessään voi toimia muistiherätteenä, samoin kuin usein valokuvat varhaisesta lapsuudesta saattavat toimivat portteina muistoihin, joihin muuten ei saisi yhteyttä. (Lipponen & Kuokkanen 2021, 12) Yksilöiden elämäntarinat voidaan nähdä osana kollektiivista historiaa ja näin niiden merkitys korostuu. Hohenthal-Antin (2013) tuo Lipposen & Kuokkasen (2021, 12) mukaan

esiin sen, että muistelu nostaa joskus pintaan kipeitäkin tunteita, mutta muistojen läpikäyminen voi toimia myös terapeuttisesti uuden ymmärryksen rakentajana.

8.8 Muistelulaatikko palvelukotiin

Elina Kovero (2022) kokosi opinnäytetyönään muistelulaatikon käytettäväksi työskentelyssä palvelukodissa asuvien ikäihmisten kanssa, joista osa on muistisairaita. Kovero koki tärkeäksi ohjeiden laatimisen muistelulaatikon käyttöön. Muistelulaatikko ei ole sidottu tiettyyn aikakauteen, vaan siihen valitut materiaalit toimivat muistiherätteinä eri aisteille. Laatikossa on tunnusteltavia kankaita, katseltavia kuvia ja purkkeihin pakattuja tuoksuja, sekä kosmetiikkaa ja pesuaineita nostalgisissa pakkauksissa ja maisteltavia makeisia. Muistelulaatikon toteuttamisen taustateoriaksi Kovero etsi tietoa muistelutyön menetelmistä ja ikääntyneen muistisairaahan hoidosta ja toimintakyvystä. Kovero havaitsi, että kohtaamisen tarve säilyy ihmisellä loppuun asti, vaikka muisti ja toimintakyky heikkenevät.

Ihminen käyttää aisteja tulkitessaan tilanteita. Ikääntyminen ja muistisairaus voivat vaikuttaa aisti-toimintoihin niin, että tulkinta ei mene oikein (Kovero 2022,9). Koveron (2022, 9) mukaan Hallikainen ym. (2019) kertovat, että kohtaamisten laatu ja mieluisa tekeminen parantavat muistisairaahan toimintakykyä ja että muistisairas henkilö aistii usein herkästi tilanteen ilmapiirin ja se näkyy hänen käytöksessään.

9 Työn toteutusvaihe

9.1 Reflektointia kehittämistyötä

Työn alussa tietoperustaa rakennettiin keskittymällä muistisairaiden kanssa tehtävään muistelutyöhön, ja varattiin aikaa myös konkreettisen salkun toteutukselle. Kankaankudonnan muistelusalakun toteutussuosituksen tietoperusta keskittyy pääasiassa muistiin, muistamiseen ja muistelutyöhön, joten salkun sisällön suunnitelmaa varten etsittiin keinoja muistamisen aktivoitumiseen. Välipalaverissa salkun sisältöä pohdittiin yhdessä käsityömuseon edustajien kanssa. Keskustelussa päädyttiin siihen, että työn teoriaosan sosiaalinen moniulotteisuus on hyödyllisempi tavoite kuin

konkreettisen salkun toteutus. Tilaaja oli tyytyväinen teoriaosaan, jossa oli monenlaisia näkökulmia muistelutyöhön, tietoa muistin toiminnasta, kooste aikaisemmista vastaavista töistä ja ehdotuksia salkun sisältöön.

Alkuperäinen suunnitelma muuttui niin, että muisteluskunkin kokoaminen ja toteutus jää museon hoidettavaksi. Kankaankudonnan salkun sisältöä määrävänä tekijänä on aihe, ja muisteluskunkin tehtävänä on auttaa perinteen siirtymistä sukupolvelta toiselle. Työ on hyödyllisempi käyttäjille, kun käytännön toteutuksen kuvaaminen jää pois ja teoriaosassa esitellään laajemmin muistelutyön eri näkökulmia ja kankaankudonnan jatkumisen perinnettä. Siksi työssä kuvataan myös suomalaisen kankaankudonnan lähihistorian sosiaalista ulottuvuutta ja jatkuvuuden aktiivisia säilyttäjiä.

Museolla on valmista materiaalia, taitoa ja työvoimaa muisteluskunkin toteuttamiseen. Opinnäytetyönä toteutettiin suositus, jossa perustellaan, mistä syystä esineitä valitaan mukaan, ja jonka pohjalta muisteluskunku koostetaan. Tärkeä osa valmista muisteluskunkua on käyttöohje, jossa kerrotaan, miten mitäkin esinettä käytetään ja millä tavalla se aktivoi muistamista. Lopullinen käyttöohje viimeistellään salkun toteutuksen yhteydessä. Sen pohjana ovat suositus, esineluettelo taulukkona ja tarvittava museon tuottama materiaali kudonnan tekniikasta ja historiasta.

9.2 Esineiden valintaperusteet

Aiemmissä töissä muistelutyön välineiksi oli usein koottu vanhoja esineitä tietyn ikäisten ihmisten kanssa työskentelyyn. Aistityöskentelyyn tarkoitetuissa välineissä oli mukana eri aistien stimuloimiseen sopivia tarvikkeita. Kohtaamisen laatu nähtiin selkeästi työn onnistumiseen vaikuttavana tekijänä. Muistisairas nähtiin erityisen tarkkana tunnelman aistijana muiden toimintojensa rajoituneisuuden vuoksi. Aiempia muistelullisen kohtaamisen välineitä tutkimalla saatiin tärkeää käytännön tietoa, jota yhdistettiin tiedonhaulla hankittuun tieteelliseen tietoon. Näitä havaintoja käytettiin apuna, kun määriteltiin olennaiset teemat, joiden perusteella muisteluskunkin sisältösuositus laadittiin. Salkkuun valittavat esineet saivat olla sellaisia, jotka samalla virkistäisivät muistia ja it sessään herättäisivät mielenkiintoa kudontaa kohtaan. Esineitä valittaessa kiinnitetään huomiota kudonnan esineiden ja kulttuurin koettavuuteen eri aisteilla.

9.3 Sisältösuositusta ohjaavat teemat

Lääkkeetön hoito. Muistelutyö edustaa lääkkeitöntä hoitomuotoa. Muistisairauteen liittyy käyttäytymistä, jonka ympäristö kokee negatiivisena, kuten tavaroiden kuljettelua ja piilottamista. Puuhailemaan tottunut ihminen voi ahdistua, kun aiemmat askareet eivät sairauden vuoksi enää onnistu. Kielteiset oireet vähenevät, jos muistisairas pääsee tekemään jotakin mieleistä. Myös sosiaaliset kontaktit estävät ei-toivottua käyttäytymistä. (Telaranta 2014: 81–82 kts) Aivotutkijoidenkin mukaan ihmismieli on monimutkainen kokonaisuus, jonka toimintaa tuskin koskaan pystytään täysin ymmärtämään. Mielihyvän kokemisen on todettu vaikuttavan aivoissa kemiallisesti niin, että se vähentää kivun ja epämukavuuden aistimuksia (Koskettamisen ihanuus 2022). Tutkittu aineisto osoittaa myös yksiselitteisesti sen, että sosiaalinen osallisuus vaikuttaa positiivisesti mielen terveyteen ja koettuun fyysiseen terveydentilaan.

Kulttuurisen jatkuvuuden tukeminen. Muistelutyö tukee jatkuvuutta ihmisen entisen ja nykyisen elämän välillä ja se on myös sosiaalista yhteyttä synnyttävää toimintaa (Marin & Hakonen 2003, 130–131). Hohenthal- Antinin (2013, 20–21) mukaan muistelutyön käyttäminen vähentää käyttöhäiriöitä ja lisää hyvinvointitunnetta. Vaikeasti muistihäiriöinen voi aktivoitua juuri oikeanlaisesta muistihäiriöstä. Ornitologi havahtui huoneeseen lentäneestä linnusta ja entinen kutoja piristyi päästessään kangaspuiden äärelle (Hyyppä 2018,16; Kilpinen 2022). Ikääntyneiden siirtäminen laitoshoidon on ennen kaikkea turvallisuustekijä, mutta samalla se vaikeuttaa yksilöllisen historian vaalimista. Kuitenkin juuri tämä tuntuisi edistävän elämän loppuvaiheen mielekkyyden kokemusta. Tällä hetkellä vallitseva suuntaus onkin ikääntyneiden kotona asumisen tukeminen mahdollisimman pitkään kotiin tuotavilla palveluilla.

Todennäköisesti ikääntyneen sukulaisen asuminen omassa kodissaan myös helpottaa kontaktia nuorempien sukulaisten kanssa. Nuoret voivat kokea laitoksen vastenmieliseksi vierailupaikaksi ja usein yhteydenpito ikääntyviin sukulaisiin hiipuu heidän siirtyessään laitokseen. Kotiin tuotavien palveluiden myötä voi syntyä uusia rakentavia kontakteja myös kotihoidon työntekijöiden kanssa. Tämä voi parhaimmillaan muodostua sukulaisuudesta riippumattomaksi kulttuuriseksi tai jopa kulttuurien rajat ylittäväksi ylisukupolviseksi jatkuvuudeksi. Kotihoidon alalla on työvoimapulaa ja maahanmuuttajat voivat toimia tässä työssä tärkeässä roolissa, Kohtaamistyö ikääntyneen muistelijan kanssa luo yhteyksiä ja auttaa ymmärtämään uuden kotimaan historiaa ja kulttuuria.

Moniaistisuus. Moniaistisuuden hyödyntämiseen perustuvat toimintamenetelmät ovat olleet pitkään käytössä vammaispuolella ja ne sopivat hyvin hyödynnettäviksi myös muistisairaiden parissa henkilöillä, joiden havainnointi- ja hahmottamiskyky ovat heikentyneet (Tietoa puhevammaisuudesta. Multisensorinen toiminta 2022). 1970-luvulla kehitetyn Snoezelen- menetelmän idea on tuottaa multisensorisessa tilassa miellyttäviä elämyksiä henkilölle, jonka aistien toiminta on puutteellinen tai vioittunut (Pagliano 2012, 3). Viime aikoina vanhusten asumisyksiköihin on alettu rakentaa aistihuoneita, jotka pohjautuvat samaan ajatukseen. Huoneisiin pääsee esteettömästi ja ne sisältävät aisteja stimuloivia ärsykejä, jotka auttavat saamaan positiivisia kokemuksia, aktivoivat muistia, ylläpitävät identiteettiä ja antavat sosiaalisia kokemuksia ohjaajan ja muiden osallistujien kanssa. Samat tavoitteet ohjaavat kankaankudonnan muistelusalun esineiden valitsemista.

Taustatyön perusteella parhaiten toimivat aidot esineet, jotka ovat koettavissa eri aisteilla. Näköaisti on kiistatta voimakkain aktivoiva ja impulsseja herättävä aisti, mutta kankaankudonta on myös voimakkaasti tuntoaistiin ja liikemuistiin perustuva alue. Ajatus olemassaolosta kutomisen kautta pohjautuu näkemisen ohella liikeratoihin, ääniin ja aistimuksiin, jotka kudontaan liittyvät. Luomapuut pyörivät kitisten, tai ihminen kiertää talon nurkan ympäri luodessaan loimea ulkoseinään hakattuihin nauloihin. Loimea tukille kierrettäessä tarvitaan useampi ihminen, jotta kireys saadaan tasaiseksi. Loimen tasaamiseen käytetään sileitä puulastoja, joita lisätään tukille kiertämisen kuluessa. Sidonnan on tehnyt se, joka parhaiten osaa. Tieto on siirtynyt sukupolvelta toiselle. Osa suurista ikäluokista on oppinut taidon kotonaan, mutta elintason noustessa he harvemmin enää siirsivät sitä omille jälkeläisilleen. Kulutusyhteiskunnan kultavuosien jälkeen kulttuuri on muuttunut ja käsityön tekemisen moninaiset arvot ja vaikutukset on tiedostettu. Kudonta on toimintana kokonaisvaltaista, ja muistelusalkuun valittavat esineet tukevat moniaistisuutta luonnostaan.

Toiminnallisuus. Muistelusalku on ennen kaikkea kohtaamistyön väline. Sosiaalisesta näkökulmasta toiminnallisuus on olennainen arvo salkun sisältöä rakennettaessa. Teemana on kankaankudonta, ja aisteja vireyttävät, toiminnalliset elementit valitaan siihen liittyviksi. Salkkuun saattaisivat sopia pienoiskangaspuut tai pieni kudontakehys, johon voi solmia ryijynukkaa ja soveltaa Elina Airikalan kehittelemää syliryijytoimintaa. Leikattavat ja lajiteltavat nukat tarjoaisivat matalamman kynnyksen osallisuutta kankaan valmistumiseen. Heikompikuntoiselle vain langan pitelemine ja

kieputtaminen käsissä voi tuoda voimaantumisen tunnetta. Kuteen keriminen sukkulalle jää helposti ikuisen toiminnalliseen muistiin ja herättää herkästi kokeilijassa halun jatkaa toimintaa, heittää sukkula loimien väliin.

Muistin ja kognitiivisten kykyjen heikkenemisestä voi seurata levottomat kädet. Käsien toimitteomuus voi ilmentyä kaiken mahdollisen hypistelynä, purkamisena tai repimisenä. Rauhoittumisen avuksi ja toiminnallisuuden toteuttamisen keinoksi on valmistettu värikkäitä, useimmiten neulottuja tai virkattuja hypistelymuhveja, joihin on kiinnitetty erilaista kosketeltavaa, joista saattaa kuulua myös ääntä. Kun kädet saavat mieluisaa tekemistä, haitallinen käyttäytyminen vähenee. (Koski 2015)

Ihminen, joka on tehnyt paljon käsitöitä, voi kokea turhautumista, kun tekeminen jostakin syystä jää elämästä pois. Varsinkin taitaville tekijöille voi olla vaikeaa hyväksyä, että tekeminen ei enää voi olla saman tasoista kuin ennen. Jonkinlaisen sopeutumisvaiheen jälkeen kuitenkin todennäköisesti löytyy jokin käsillä tehtävä työ, jota he vielä kykenevät tekemään tai ainakin olemaan tekemisessä mukana. Muistelusalikua käytettäessä sukupolvien välinen jakaminen voi lisätä merkityksellisyyden tunnetta, kenties vain niin, että ikääntynyt saa koskettaa jotakin, mikä hänelle on ollut tärkeää, ilmaista sen ja tulla kuulluksi.

Maton kutominen on tuttua useimmille. Pellavadamastien kutojat sen sijaan ovat todennäköisesti harvinaisuuksia muistelusalikun tulevissa käyttäjissä. Muistelusalikun ei kuitenkaan pidä vaieta historiasta. Kuten edellä kerrottiin, se, ken oppii kankaankudonnan salat, voi valmistaa millaisia ja miten ohuita kankaita tahansa. Tiedonhaluiset voivat laskea kankaan tiheyksiä ohuemmista tilkuista ja tutkia, miten tilkku merkitään ruutupaperille kankaankuvaksi. Tämän mahdollisuuden sisällyttäminen muistelusalikkuun vie vain vähän tilaa, mutta voi avata kokonaisen maailman sille, joka on valmis sinne astumaan. Mukaan voi laittaa jonkin kankaanrakentamisen käsikirjan, vaikka Ester Perheentuvan ”Kutokaa itse kankaanne” (1928).

Toiminnallisuuden huomioiminen kankaankudonnan salkussa on haasteellista siinä mielessä, että kokonaiset kangaspuut eivät mahdu salkkuun. Useimpiin muihin tekstiilitöihin verrattuna kankaankudonta vaatii melko paljon tilaa. Muistelusalikkuun on mahdotonta sisällyttää sellaista toiminnallisuutta, joka suoraan vastaisi koko kankaankudonnan prosessia. Toiminnallisuus toteutuu lähinnä

katselun, koskettelun ja vuorovaikutuksen aktivoitumisen avulla. Salkkuun sisältyvä tieto kudonnan välineiden käytöstä voidaan hyödyntää yhdistämällä se käyttöpaikassa olemassa oleviin välineisiin. Käsityömuseolla ja monissa toimintapaikoissa on kangaspuut, joiden äärellä kudontaa pääsee kokeilemaan käytännössä. Salkun tutkiskelu voi myös innoittaa etsimään ja kokoamaan varastoon unohtuneet kangaspuut. Salkku itsessään ei ole kudonnan kurssi, mutta sisältö opastaa, kuinka kudonnasta voi oppia lisää.

Langan vyyhdeltä keriminen tai materiaalien koskettelu voivat jäädä kokonaisprosessista irrallisiksi toimenpiteiksi. Ne voivat kuitenkin tuottaa mielihyvää ja aktivoita aisteja ja muistamista ja tuottaa keskustelun kautta osallisuuden kokemusta. Salkun kanssa yhdessä käytettäväksi suositellaan loimen rakentamisen ja kudonnan aiheisia videoita ja äänitteitä, jotka tukevat kokonaisvaltaista kokemusta. Kudontakehys on salkkuun mahtuva esine, jonka avulla saa helposti tunteen kutomisesta, kun langat sitoutuvat toistensa lomaan. Salkkuun mahtuisivat myös lapsille tarkoitettut minikangaspuut. Vaikka nämä välineet eivät juurikaan vastaa oikeiden, suurien kankaiden ja mattojen kutomisen prosessia, ne voisivat toimia sukupolvien välisen työn aktivoijina.

Sosiaalisesta näkökulmasta tärkeintä on kokemus identiteetistä ja kuulumisesta johonkin. Kudontaa paljon tehneen ihmisen tiedostamattomasta lihasmuistista voi löytyä kokemus, miten jokin asia suoritetaan. Mutta miten tätä tapahtumaa voidaan edesauttaa ja onko siihen resursseja ja mitä hyötyjä sillä saavutettaisiin? Onnistuessaan tapahtuma voi tuottaa hyvinvoinnin lisääntymistä ja halua vaalia kulttuurista jatkuvuutta, erityisesti jos kyseessä on sukupolvien välinen kohtaaminen. Ihmisellä on luonnostaan tarve kuulua johonkin, etsiä juuriaan ja jatkaa perinteitä, koska se tuottaa elämään pysyvyyttä, vakautta ja turvallisuutta. Nämä arvot ovat tärkeitä erityisesti jatkuvaa muutoskyvykkyyttä vaativassa työelämässä jaksamiseksi. Tunne siitä, että jokin pysyy vakaana ja hallittavana: luomapuissa yksi väli vastaa metriä, ja kankaan alkusolmut on solmittava tasaisiksi, ohjeiden mukaan etenemällä saavuttaa halutun lopputuloksen. Kutoessa voi kokea vain meditatiivisen puhtaan tyhjyyden, tai eläytyä tunteeseen, kuinka isoäiti aikanaan suoritti samoja liikkeitä kotinsa tarpeiden turvaamiseksi, mutta ehkä sittenkin enemmän itsensä takia: kokeakseen osallisuutta ja olemassaoloa, ilmaisemaan itseään.

9.4 Eri aistien stimulointi

Näkö. Koska näköaisti on todettu voimakkaimmin muistamista aktivoivaksi tekijäksi, kankaankudonnan muistelusalokkuun suositellaan konkreettisia, katseltavia esineitä ja sekä selkeitä että yksityiskohtaisia kuvia. Kuvakortit ovat toimivaksi todettu keino muistelutyössä (Enberg & Haikka 2016, 7: Sievänen ym. 2007, Järvelä 2015). Kortit ovat myös yksinkertaisia toteuttaa ja niitä on helppo täydentää tarvittaessa. Aiemmissä töissä useimmat kuvakorttien tekijät olivat laminoineet tulostamansa kortit. Laminointi kuitenkin tekee kuvan pinnasta muovisen ja reunoista kovat. Kor-teista voisi tehdä myös pahiset ja sellaiset, että ne on helppo kopioida uudelleen. Yksinkertaiset ja selkeät kuvat voisivat esittää kangaspuiden osia, erilaisia kangaspuita, välineitä ja kankaankuvia. Yksityiskohtaisemmissa kuvissa voisi näkyä esimerkiksi loimen luomiseen, rakentamiseen ja vyyhdinpuihin liittyviä muistoja. Sukupolvien ja kulttuurien välisen työn tulemiseksi korteissa voisi olla myös kangaspuiden osien ja välineiden nimet selkeästi kirjoitettuna. Tämä tukisi myös monikulttuurista työtä ja suomen kielen oppimista (Lappalainen 2005, 131–133).

Salkkuun tulevia esineitä voisivat olla kudonnan välineet kuten sukkula, pirtakoukku, puolat, niidet, nyörit ja langat eri materiaaleista: pellava, matonkude, villa, kalalanka, jne. Esineistöön kuuluvat myös tilkkunäytteet erilaisista sidoksista eli kutomalla muodostuvista pinnoista: rohdinpalttina, toimikas, vohveli, damasti, kuvikas, ryjy, poppana, räsymatto ja niin edelleen. Vaikka esimerkiksi täkänää moni ei enää ole kutonut, juuri jännittävät kankaat voivat herättää uteliaisuuden ja mielenkiinnon selvittää lisää, ja tämä edistää jatkuvuutta. Erikseen pahvirasioissa tai pienemmissä laatikoissa voisi olla pellavan oksia, villaa kuituna, ehkä puuvillapallojakin.

Näköaistia tukevat myös videot kudonnasta, joissa näkyisi loimen rakentamista ja käytännön kudontaa tai pellavan kasvattamiseen ja langaksi jalostamiseen liittyviä, tai villan keritsemistä, kars-tausta ja kehräämistä ennen kudontaa. Kurseja varttinällä ja rukilla kehräämiseen on tarjolla tänä päivänäkin.

Tunto. Monet esineet toimivat sekä näkö- että tuntoaistin herkistäjinä, ja siten tuntoaistilla koet-tavia elementtejä salkun sisällöksi tulee luonnostaan. Materiaalien pinnat; lankavyyhdin karheus, sukkulan sileyys ja pirran metalliset välit, kaikki tuntuvat koskettaessa omanlaisiltaan. Kontrastit, siis toisistaan poikkeavat tunteet, aktivoivat aivoja muistelutyössä (Enberg & Haikka 2016, 7: Sievänen ym. 2007, Järvelä 2015).

Tuntoaisti on myös kehollisen muistin edellytys. Olemassaolon kokemus tekemisessä, kankaankudonnassa, syntyy koskettamalla materiaaleja. Välttämättä ei tarvita enempää kuin kosketus, kässissä pitelemineen, tunteen heräämiseen. Jos vain saisi olla lähellä rakastamaansa, sitä minkä kautta kokee elävänsä. Nämä merkitykset ylittävät sukupolvien ja kulttuurien rajat, ja voivat siten toimia myös yhdistävänä tekijänä yli rajojen. Kosketus on aisti, joka viimeisenä jää. Jos halutaan ylläpitää elämisen tunnetta mahdollisimman täysipainoisesti loppuun saakka, tuntoaistin vaaliminen on olennaista. Vaikka kosketus on ihmisen primaarisin tarve, siihen vastaaminen on jäämässä koko ajan vähäisemmäksi tiukkojen yhteiskunnallisten sääntöjenkin vuoksi. Tuntoaistin aktivoimisessa toisen ihmisen kosketus on kenties merkittävintä, mutta tässä työssä tarkasteltu aineisto vahvistaa, että myös materiaaleja koskettamalla voi kokea voimakasta olemassaolon tunnetta. Tämä on samalla kehollista muistia, tai tunnemuistamista, jonka määritelmää työssä lähdettiin hakemaan.

Haju. Tuoksujen maailma on voimakas muistiherätteiden ja tunteiden aktivoija. Tuoksu on makuunkin verrattuna dominoiva aistimus. Suurin osa koetusta makuaistimuksesta syntyy tuoksusta. Tuoksujen vaikutus on usein tiedostamatonta ja siksi siihen liittyy mystinen ulottuvuus. Tuoksujen luomat mielleyhtymät ja muistot ovat hyvin yksilöllisiä ja usein mahdottomia selittää. Tuoksujen säilöminen autenttisina on kuitenkin haastavaa. Kankaankudonnan muistelusalokkuun ei lähdetä säilöämään erityisesti tuoksuja. Salkkuun tulevissa luonnonkuiduissa, kuten pellavassa ja villassa on oma luonnollinen tuoksunsa. Varsinkin tekstiileissä aika ja säilytysolosuhteet kiinnittävät tekstiilikuituihin myös ylimääräisiä tuoksuja ja tämä aikaansaa uudenlaisia aistikokemuksia.

Kuulo. Millainen ääni kuuluu luomapuusta ja kerinpuusta, kun ne pyörivät? Ääniä tuottaa myös loimen kiertäminen tukille, polkusten polkeminen, puolauskoneen pyöräminen ja sukkulan heitot sekä luhan liike, kun se natisee kevyesti painaessaan ohuen langan kankaan jatkoksi tai lyö kuteen maton reunan tiukaksi. Puolauskone ja vyyhdinpuu mahtuvat salkkuun mukaan, mutta kookkaampi osa kudonnan maailmasta voidaan toteuttaa virtuaalisesti. Videoita ja äänitteitä löytyy valmiina museon arkistosta ja internetistä. Salkun aineistoon liitetään linkki äänitteisiin ja videoihin.

9.5 Käytettävyys ja käyttäjät

Aiemmin toteutetuissa opinnäytetöissä muistelutyön välineiden helppokäyttöisyys koettiin merkittävänä tekijänä, koska se lisää todennäköisyyttä siihen, että tuotetta oikeasti käytetään. Tulevien

käyttäjien toiveesta työvälineeseen lisättiin usein käyttöohje. Kankaankudonnan muistelusalun käyttöohjeessa voisi olla tietoa salun mukana olevien materiaalien käytöstä, esim. matonkude kudonnassa, kuteiden leikkaaminen, loimen luominen ja rakentaminen. Jos salkuun saadaan sisällymään kudontakehys, siihen liitetään ohje syliryijyn tai muun kudonnaisen toteuttamiseen eri toimintapaikoissa. Käytettävyydessä huomioidaan, että salkuun työvälineenä käytävällä ohjaajalla ei tarvitse olla aikaisempaa tietämystä kankaankudonnasta. Tämä edellyttää yksinkertaisia ja selkeitä kuvauksia työvälineiden käyttötarkoituksesta.

Käytettävyyteen vaikuttaa sekin, miten esineet pysyvät järjestyksessä. Vastaavissa työvälineissä järjestys on ratkaistu muovisten säilytystaskujen, rasioiden tai laatikoiden avulla. Käytettävyys on olennaista salun toimivuudelle ja joissain tapauksissa muovipakkaukset voivat olla paras vaihtoehto. Kudonnassa käytetään enimmäkseen luonnonkuituja, jotka myös stimuloivat ihmisen aisteja miellyttävällä tavalla. Siksi pahvista tai tekstiilistä valmistettuja pakkauksia suositellaan käytettäväksi, mikäli ne osoittautuvat kokonaisuudessa toimiviksi. Pakkausten valinta jää salun toteuttajille ja on suunniteltava mukaan valikoituvien esineiden kannalta tarkoituksenmukaiseksi. Esimerkiksi käsityömuuseumissa valmiiksi olevassa vanhan ajan vaatteet-salkussa aineistoa ei ole pakattu erikseen, vaan kaikki vaatteet ovat pinottuna salkuun.

Monissa muistelutyön välineissä tavaroiden ja pakkausten valintaa ohjaavat turvallisuus, puhdistettavuus ja käytettävyys. Nämä onkin tärkeää huomioida. Työvälineen vastuullisena käyttäjänä on kuitenkin muistelijan hoitaja tai läheinen, joka voi arvioida, soveltuuko esine muistelijan käyttöön. Samoin salun kokoajat voivat huomioida esineiden hygieenisyyden vaatimukset riittävällä tasolla. Näihin löytyy tarvittava tietämys työn tilaajalla, Suomen käsityön muuseumissa.

Taustatieto esineistä toimii ohjaajan tukena keskusteluun. Ohjeiden merkitys on myös siinä, että ohjaajakin tietää, mikä tarkoitus milläkin esineellä tai menetelmällä on. Ohjaaja voi joko kysellä muistelijalta esineen käytöstä tai kertoa siitä itse. Ohje auttaa ohjaajaa kertomaan aiheesta ja kysymään oikeita kysymyksiä. Aloittelevalle ohjaajalle käyttöohje voi olla edellytys sille, että väline ylipäänsä tulee käyttöön, varsinkin, jos aihepiiri on itselle ennestään tuntematon.

Koska salun käyttäjänä nähdään sekä muistelija että ohjaaja ja tavoitteena on sukupolvien välinen vuorovaikutus, työvälineiden tarkoituksen ja käytön avaaminen on tärkeää. Salun kokoamista

ohjaava esineluettelo sisältää kunkin ehdotetun esineen kohdalla ohjeen, jolla sitä käytetään vuorovaikutuksessa; syyn, miksi esine on valittu kankaankudonnan muistelusalokkuun ja kokemuksen tai aistimuksen, joka sen on tarkoitus tuottaa. Ohjaajan ja käyttäjän roolit voivat myös sekoittua, ja muistelusalokun kautta voi syntyä yhteys kollektiiviseen muistiin, olemassaolon kokemukseen kudonnan kautta ja innostus perinteen jatkamiseen.

9.6 Esineluettelo

Työn lopputuloksena syntyi alustava esineluettelo, jossa kerrotaan, miksi valitut esineet ovat mukana kankaankudonnan muistelusalokussa, mikä on kunkin esineen alkuperäinen käyttötarkoitus, miten sitä käytetään työvälineenä ja mitä aisteja se aktivoi. Tämä toteutettiin taulukkona, jonka salokun kokoajat voivat tulostaa erikseen. (Liite 2.)

10 Opinnäytetyön toteuttamistavan arviointi

10.1 Kirjallisuuskatsaus menetelmänä

Aineiston keruumenetelmäksi ja työn pääasialliseksi toteutustavaksi muodostui kuvaileva kirjallisuuskatsaus, koska kyseessä on taustatyö, jonka pohjalta konkreettinen salokku koostetaan. Kirjallisuuskatsausta käytettiin sekä käsitteellisen taustan tarkastelussa teoreettisen viitekehyyksen rakentamisessa että menetelmällisenä ratkaisuna. Aineistoa tutkimalla rakennettiin käsitteellistä ymmärrystä tutkittavaan aiheeseen (Eskola & Suoranta 2015, 62). Laadullisessa tutkimuksessa aineisto valitaan yhdestä näkökulmasta ja löydetty tieto on pikemminkin tapaus kuin tulos (Eskola & Suoranta 2015, 65). Laadullinen tutkimus ei siis edusta yleistä kaikenkattavaa totuutta vaan yhden tutkijan subjektiivista todellisuutta, joka on kumottavissa toisenlaisia näkökulmia painottamalla (Vuori Nd.).

10.2 Tiedon muodostuminen

Laadullista aineistoa voidaan analysoida joko tiiviisti aineistoon pohjautuen tai kuten tässä työssä, aineistoa käytetään lähtökohtana tulkinnoille (Eskola & Suoranta 2015, 145). Analyysivetoinen tiedon muodostuminen yhdistää eri aineistoista kerätyn empiirisen tiedon käsittelemisen teoriaan tai

lähestymistapaan, jonka perusteella uutta tietoa rakennetaan (Juhila Nd.). Muisteluskun sisältösuosituksen laatiminen tapahtui yhdistämällä kokemusperäistä tietoa tieteelliseen tutkimustietoon.

Tieto rakentui induktiivisesti: yksittäisistä aineistoista löytyvää tietoa yleistettiin siltä osin, kun eri aineistoista löytyi samankaltaista tietoa. Tiedon muodostumista kuvaa myös koherenssiteoria, jossa monesta lähteestä saadun tiedon avulla rakennetaan yhtenäistä kuvaa. (Toikko & Rantanen 2009, 39). Muistamista käsiteltiin sekä neurologisena että sosiaalisena tapahtumana. Aineistoista etsittiin tietoa siitä, miten konkreettisten esineiden tunnusteleminen ja aistiminen vaikuttaa kokiensa muistiin ja tunteisiin. Näin rakennettiin uutta tietoa, jota voidaan kutsua tunnemuistamiseksi.

10.3 Toteutusprosessi

Tutkimuskysymys oli: Millainen muisteluskun aktivoi yhteyden käyttäjänsä muistiin ja tunteisiin? Vastauksia etsittiin kirjallisuuskatsauksen avulla, niitä analysoitiin ja muodostettiin näin uutta tietoa. Tulokseksi saatiin tietoperusta, jonka pohjalta laadittiin suositus muisteluskkuun sopivista esineistä. Prosessi eteni lineaarisesti eli kronologisesti, mutta siihen tuli myös spagettimaisen kehitystyön piirteitä, jolloin kokonaisuus alkoi selittyä vasta prosessin lopussa. (Toikko & Rantanen 2009, 71–72) Tavoite muuntui työn edetessä, kun konkreettisen muisteluskun toteutuksen sijaan päätettiin tehdä sisältösuositus salkun koostamista varten. Aluksi valitun sosiaaligerontologisen lähestymistavan rinnalle lisättiin useita erilaisia näkökulmia, koska monipuolinen tietoperusta hyödyttää parhaiten työn tilaajan tarpeita. Tilaajan toiveet kohdistuivat alun perinkin ennen kaikkea työn teoreettiseen osaan. Työtä voi pitää onnistuneena, kun se vastaa näihin toiveisiin ja sisältää sosiaalisen ulottuvuuden.

Työ oli siinä mielessä kehittämistehtävä, että siinä valmisteltiin työvälinettä, jota ei vielä ole olemassa. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta yhdistää tutkimuksen ja projektitoiminnan periaatteita (Toikko & Rantanen 2009, 9). Se pyrkii olemassa olevan muuttamiseen, ratkaisemaan jotakin kysymystä. Tutkimusmenetelmän valinta perustuu tutkittavaan ongelmaan (Toikko & Rantanen 2009, 18). Tutkimuksellisessa kehittämissä tavoitellaan konkreettista muutosta, ja tutkimus on avustavassa roolissa (Toikko & Rantanen 2009, 23).

Työn toiminnallinen osuus käsittää suosituksen laatimisen muisteluskokoonpanon kokoamista varten. Toiminnallisessa opinnäytetyössä on olennaista osoittaa, että kykenee analysoimaan kriittisesti omaan alansa liittyvää tietoa ja luomaan sen pohjalta käytännön ratkaisuja. Nämä ratkaisut voivat olla luovia ja parhaimmillaan kehittävät alan ammattikulttuuria. Vilka & Airaksinen, 2003, s. 9, 41–42. Toiminnallisessa osuudessa yhdistettiin tietoperustan pohjalta synteetillä muodostettu uusi tieto ja aikaisempi kädentaito- ja alan käytännön kokemus. Näin kyettiin tekemään päätöksiä, mitä esineitä muisteluskokoonpanon suositeltiin valittavaksi ja miten ne aktivoivat muistamista, aisteja, tunteita ja kädentaitokulttuurin perinteen jatkuvuutta.

11 Eettisyys ja luotettavuus

11.1 Hyvä tieteellinen käytäntö opinnäytetyössä

Jyväskylän ammattikorkeakoulun eettisten ohjeiden mukaan opiskelijan tulee jo opiskeluaikanaan harjaantua vastuulliseksi työntekijäksi, joka käyttäytyy kohteliaasti ja kunnioittavasti kaikkia kohtaan ja antaa palautetta asiallisesti. Opiskelijan päätavoite on kasvaa oman alansa asiantuntijaksi, joka huomioi kestävä kehityksen, edistää koko yhteisönsä hyvinvointia ja antaa arvons toisten tekemälle työlle. Plagiointi ja vilppi ovat epäeettistä toimintaa eivätkä kuulu hyvään tieteelliseen käytäntöön. Sen sijaan luovuus ja innovointi ovat toivottavia. Opiskelijan tekemien tuotosten tulee aina olla hänen omaa tuotantoaan. Käytetyt lähteet on ilmoitettava selkeästi. (Jyväskylän ammattikorkeakoulun eettiset periaatteet 2018)

Hyvän tieteellisen käytännön mukainen tutkimus toteutetaan suunnitellusti ja huolellisesti. Vastuu hyvän tutkimuskäytännön noudattamisesta kuuluu pääasiassa tutkijalle itselleen, mutta myös oppilaitoksen johdolle. Opinnäytetyö on ennen kaikkea opiskelijan oppimisprosessi, jossa ohjaaja toimii tukijana ja laadun varmistajana. Opinnäytetyön yhteistyötahon tulee hyväksyä, että työssä noudatetaan hyvän tieteellisen käytännön periaatteita ja oppilaitoksen omia ohjeita. Opinnäytetyöhön ei voi sisältyä salassa pidettäviä aineistoja, koska työ on valmistumisensa jälkeen julkinen. (Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset 2019, 4, 6, 8–9, 17)

11.2 Luotettavuuden arviointi

Työn luotettavuutta tukee se, että siinä käytettiin vertaisarvioituja tai muutoin korkeatasoisia sekä taloudellisesti ja poliittisesti sitoutumattomia lähteitä. Oppilaitoksen kirjastosta löytyviä aihetta käsitteleviä kirjoja pidettiin lähtökohtaisesti tieteellisesti luotettavina lähteinä, koska oletetaan, että kirjat eivät ole päätyneet koulun kirjastoon kaupallisen sponsoroinnin kautta. Ratkaisut käytetyn tiedon luotettavuudesta tekee aina tutkija ja laadullisessa tutkimuksessa ratkaisuihin vaikuttaa intuitio ja oma mielenkiinto. Tiedon valintaperuste ei siis ole neutraali, mutta saavutettujen tulosten luotettavuutta lisää omien päätelmien pohjautuminen tutkittuun tietoon. (Ala-Kyyry 2022)

Tietoa ja tiedettä on vapaasti saatavissa open access- aineistoissa. Ideana on tiedon tasa-arvoinen ja helppo saavutettavuus. Lähdekritiikkiin kuuluu huomioida, mikä taho tutkimusta on rahoittanut ja millä tavalla rahoittajan etu liittyy lopputulokseen. Tietokirjat ovat samalla myös tuotteita, joita markkinoidaan. Niistä on tarkoitus saada tuloja teoksen kustantajalle ja tekijälle. Tieteelliset artikkelit ovat useimmiten verovaroilla rahoitetun ei-kaupallisen tieteen tuloksia, jotka eivät tuota tekijöilleen taloudellista hyötyä, mutta toimivat ammatillisina meriitteinä. (Ala-Kyyry 2022)

Työn tekijä kykenee arvioimaan kriittisesti tietoa ja ymmärtää eri tiedonlähteiden taustalla vaikuttavia tarkoituksia. Työssä on huomioitu tekijänoikeuslaki (Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset 2019, 12) niin, että kaikki käytetyt lähteet on merkitty, eikä jonkun toisen keksimää tietoa esitetä omana. Tekijänoikeuksien huomioiminen työssä toteutui viittaamalla selkeästi lähteenä käytettyihin materiaaleihin. Tiedon ajantasaisuus varmistettiin käyttämällä tarpeeksi tuoreita lähteitä. Vanhempaa metodikirjallisuutta verrattiin uudempaan tutkimustuloksiin peilaten, oliko uusissa tutkimustuloksissa jotakin, mikä vaikuttaa aikaisemman tiedon käytettävyyteen. (Ala-Kyyry 2022)

11.3 Laatu

Laadun arviointi tutkimuksellisessa kehittämistyössä perustuu lopputuloksen käytettävyyteen ja tiedon sovellettavuuteen ja siirrettävyyteen. Laadullista aineistoa tulkitaan aina siinä kontekstissa, jossa aineisto on kerätty. Tulokset ovat siis päteviä ja kuvaavia kyseisessä ympäristössä ja olosuhteissa, mutta eivät välttämättä siirrettävissä. Laadulliselle tutkimukselle onkin ominaista sekä tutkijan että tutkittavan subjektiivisuus ja tulkinnanvaraisuus. Tutkimuksessa ei voida saavuttaa yhtä

totuutta eikä kiistattomia syy-seuraus-suhteita, eikä tuloksissa pidäkään pyrkiä liikaan pelkistämiseen. Mittaamalla tutkittu tieto muistamisen neurologisista mekanismeista aivoissa on sovellettavissa monenlaisiin muistamiseen liittyviin tilanteisiin. Luonnollinen laadullinen tieto sen sijaan on esimerkiksi median tuottamaa tietoa, joka on syntynyt ilman tutkijan vaikuttamista asioihin. (Juhila Nd.) Muistisairaiden kanssa toteutettu kudontaprojekti (Kilpinen 2022) edustaa tällaista luonnollista tietoa, joka aiheeltaan on lähellä kankaankudonnan muistelusalun käyttämistä. Luotettavuuden toteutumista varmistaa tiedostavuus siitä, miten erilaisista lähteistä haettua tietoa on sovellettu. Luotettava katsaus tunnemuistamista aktivoiviin elementteihin perustuu huolella valitun aineiston johdonmukaiseen tulkintaan.

12 Pohdinta

Työ toimii pohjatietona kankaankudonta-aiheisen muistelusalun kokoamiseen suomen käsityö-museolle. Tutkimuskysymyksenä oli, millainen muistelusalun aktivoi käyttäjänsä muistia ja tunteita. Kankaankudonta on vahvasti keholliseen muistiin ja kulttuurin siirtymiseen nivoutuvaa toimintaa. Muistelusalua käytetään paljon ikäihmisten kanssa, ja siksi muistamista ja muistelutyötä tarkasteltiin erityisesti muistin aktivoitumisen ja elämänlaadun lisääntymisen näkökulmasta. Ymmärrystä yksilöllisten ja kollektiivisten muistojen syntymiseen rakennettiin aivotutkijoiden tuottaman kirjallisuuden avulla. Tutkimukset vahvistivat ajatusta muistin kehollisuudesta (Siegel 2020, 31).

Salun sisällön suunnittelua varten tutustuttiin aikaisemmin tehtyihin muistelutyön välineisiin ja työskentelytapoihin. Muistamista aktivoivat menetelmät näyttävät perustuvan kokonaisvaltaiseen elämukseen. Muistaminen aktivoituu aistiherätteiden avulla (Damasio 1999, 256–257; Hyyppä 2018,16). Voimakkaimmin vaikuttava aisti on näkö, mutta ikääntymisen usein tuoman kognitiivisen heikkenemisen ja muun rappeutumisen seurauksena se, mikä viimeiseksi jää jäljelle, on tunto. Aivoille tehtyjen sähköisten mittaustenkin kautta on todennettavissa, että kommunikointikykynsä kadottanutkin voi vielä kokea elämäntunnetta. Siegelin (2020, 30–31, 47) mukaan ihminen on yhteydessä ympäröivän luonnon ja universumin kanssa, kuten myös itämaisissä mielenrauhan tärkeitävissä filosofioissa opetetaan. Elämäntunteen syntymisessä sosiaalinen vuorovaikutus on merkittävää, mutta yhteyden tunnetta voi kokea myös materiaaleihin ja tekemisen liikkeisiin. Kosketus aktivoi kehollisen muistamisen. Tätä voi kutsua tunnemuistamiseksi.

Työn kuluessa tärkeään osaan nousi sukupolvien välisen jatkuvuuden näkökulma. Jatkuvuutta on oman perheen ja suvun sisällä, mutta eri sukupolvet voivat kohdata toisiaan myös ilman biologisia siteitä. Kummassakin tapauksessa suurimpina vuorovaikutuksen esteinä näyttäytyivät molemminpuoliset ennakoasenteet (DeSouza 2007,39,48,51). Muistelusalun toteutussuosituksessa on erityyppisiä materiaaleja, joiden avulla käyttäjät voivat päästä lähemmäs toisiaan. Suosituksessa huomioidaan myös kulttuurien välinen vuorovaikutus yhdistävän aiheen äärellä. Tietoisuus omasta kulttuurista on osa kulttuurista muistia ja se on myös edellytys kyvylle suhteuttaa kokemuksia muista kulttuureista.

Muistelutyössä parhaiten toimiviksi välineiksi oli havaittu kuvakortit, sekä yksinkertaiset ja selkeät välineet. Tästä syntyi ajatus, että kudonnan välineitä ja työvaiheita esittäviä kortteja, joihin on kirjoitettu esineen tai tekemisen nimi, voidaan käyttää myös suomen kielen opiskelussa. Kuvakortteja voi käyttää yhdessä esineiden kanssa muistipelin tapaan. Kudonta on aihe, joka voi yhdistää ihmisiä yli kielen ja kulttuurin rajojen.

Haasteena oli tietoperustan jäsentely niin, että se tukisi loogisesti lopputuloksen rakentumista ja olisi käytettävissä myös erillisinä lukuina muistelusalun kokoamisen apuna. Erilaisia näkökulmia tuotiin esiin laajasti, koska se nähtiin edellytyksenä syvälliselle ymmärrykselle aiheesta. Laadullinen tutkimus on subjektiivinen, mutta monipuolinen aineiston käyttö auttoi huomioimaan erilaisia käyttäjäryhmiä, kohtaamisen ja muistamisen tapoja salkun toteutussuosituksen valmistelussa.

Opinnäytetyönä toteutetuissa muistelusaluissa ja -laatikoissa esineet oli pääsääntöisesti valittu intuition perusteella tietyn teeman tai aikakauden ympärille. Oletuksiin siitä, mitkä esineet sopisivat, vaikuttivat kenties myös käytännön kokemus, nostalgia ja sattuma. Vaikka välineen käytettävyydestä saatiin tietoa, jatkokehittämiseen ei ollut mahdollisuuksia. Kankaankudonnan salkkuun suositeltavat esineet valikoituivat käytännön kautta. Lähtökohtana oli saada salkkuun kudonnan tekemisen ja kokemisen kannalta olennaiset esineet, sikäli kun ne mahtuvat salkkuun. Sisältöä mietittiin toisaalta kudonnan perinteen säilyttämisen kuin myös muistelutyön näkökulmasta. Lopputulos ja suosituksen käytettävyys tulevat arvioitaviksi salkun toteutuksen yhteydessä ja sen jälkeen.

Suosituksessa ehdotetaan salkkuun liitettäviksi aineistoja, kuten vihkosta, johon on koottu kankaankudonnan perinteeseen liittyviä uskomuksia ja sananlaskuja, sekä kuvakortteja ja audiovisuaalista aineistoa. Kattavan teoreettisen tietoperustan ja taulukon pohjalta nämä voidaan toteuttaa suoraan ilman erillistä tiedonhakua, vaikka yksittäisinä tehtävinä. Suosituksen toteutus on siis osa jatkumoa, eräs tehtävä kankaankudonnan säilyttämisen ja muistelemisen ketjussa. Kankaankudonnan muistelusalikua varten kerättyä tietoperustaa voidaan hyödyntää myös muiden muistelun ja kulttuurisen jatkuvuuden työvälineiden ja -menetelmien ideoinnissa ja toteutuksessa.

Lähteet

Ala-Kyyny 2022. Mistä puhutaan, kun puhutaan avoimen julkaisemisen vaatimuksista? Yhteenvetoa ja havaintoja Botton tilaisuudesta. Blogikirjoitus. Think open blog- blogi. Helsingin yliopisto. Viitattu 8.1.2023.

Alanen, L. 2018. Descartes, René. Artikkel. Filosofia.fi. Internetportaali. Viitattu 29.1.2023 [Descartes, René | filosofia.fi](#)

Anttila, E., Ilmonen -Sheppard, L., Juntunen, M.-L., Karttunen, S., Lehikoinen, K., Rautiainen, P. & Westerlund, H. 2021. ArtsEqual: Tasa-arvo taiteen ja taidekasvatuksen palveluiden suuntana, 15–29. Taideyliopisto. Viitattu 29.1.2023. [ArtsEqual: Tasa-arvo taiteen ja taidekasvatuksen palveluiden suuntana \(uniarts.fi\)](#)

Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. 2019. Arene ry. Viitattu 30.1.2023. [AMMATTIKORKEAKOULUJEN OPINNÄYTETÖIDEN EETTISET SUOSITUKSET 2020.pdf \(arene.fi\)](#)

Blais, S., Garcia, L., McCleary, L., & Robitaille, A. 2017. Examining the Benefits of Intergenerational Volunteering in Long-Term Care: A Review of the Literature. Journal of intergenerational relationships 2017, vol 15, no 3, 258-272. Viitattu 25.8.2023. <https://doi.org/10.1080/15350770.2017.1330056>

Brown, R. ja Kulik, J. 1977. Flashbulb memories. Artikkel. julkaisussa Cognition, Volume 5/1, 1977, 73–99. Viitattu 26.2.2023. [Flashbulb-muistot - ScienceDirect](#)

Bogdanoff, N. & Räisänen, A. 2020. Aistisalkku. Opinnäytetyö. Karelia-ammattikorkeakoulu. Viitattu 10.4.2023. [KARELIA-AMMATTIKORKEAKOULU \(theseus.fi\)](#)

Damasio, A.1999. Tapahtumisen tunne. Miten tietoisuus syntyy. Terra Cognita. Helsinki.

DeSouza, E. 2007. Intergenerational Interaction Through Reminiscence Processes: A Theoretical Framework to Explain Attitude Changes. Journal of Intergenerational Relationships, Vol. 5(1) 2007, 39-56. The Haworth Press, Inc. Viitattu 27.8.2023. [Intergenerational interaction through reminiscence processes: theoretical ...: EBSCOhost \(jamk.fi\)](#)

Dixon, T. 2017. Flashbulb-muistiteoria (Brown ja Kulik, 1977). Verkkojulkaisu. IB Psych. Themantic education. Viitattu 27.2.2023. [Flashbulb-muistiteoria \(Brown ja Kulik, 1977\) | IB Psykologia \(themantic-education.com\)](#)

Duflos, M. & Girandea, C. 2022. Using The intergenerational solidarity framework to understand the grandparent-grandchild relationship: a scoping review. European Journal of Agein. kesäkuu 2022; 19(2): 233–262. Viitattu 24.8.2023. [Using the Intergenerational Solidarity Framework to Understand the Relationship between Grandparent and Grandchild: Study | SpringerLink](#)

Ehnberg, A. & Halkka, H. (2016). Multisensorisen kirjan kehittäminen: väline muistikuntoutujan kohtaamiseen. Opinnäytetyö. Metropolia ammattikorkeakoulu. Theseus. Viitattu 7.4.2023.

Eskola, J. & Suoranta, J. 2015. Johdatus laadulliseen tutkimukseen, 41–42, 62, 65, 145. Vastapaino. Viitattu 29.1.2023.

Etene julkaisu 32. Sosiaali- ja terveysalan eettinen perusta. 2011. Verkkojulkaisu. Valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta Etene. Sosiaali- ja terveysministeriö. Helsinki. Viitattu 29.1.2023. [ETENE-julkaisu+32+Sosiaali-+ja+terveysalan+eettinen+perusta.pdf](#)

- Forss, M. & Willman, L. 1996. Kudontakirja, 8,11–20, 24. Taideteollisen korkeakoulun julkaisusarja B 52.
- Frantsi, P. & Salonen, I. 2017. Viriketoimintaa Kaunisjärven vanhainkodin asukkaille. Opinnäytetyö. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Viitattu 9.4.2023. [Frantsi Pekka Salonen Ilkka.pdf \(theseus.fi\)](#)
- Harju, M-R. 2018. Muistojen laatikko muistisairaiden lyhytaikaisen hoidon aktiivisen arjen tueksi. Opinnäytetyö. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Viitattu 7.4.2023 [Opinnäytetyön asettelumalli \(theseus.fi\)](#)
- Hohenthal-Antin, Leonie. Muistot näkyviksi. 2009. Muistelutyön menetelmiä ja merkityksiä,106–107, 133. PS-kustannus.
- Hollmén, T. 2013. "Minun muistoni" -muistelusalikko ikääntyneiden muistisairaiden virikehetkiin. Opinnäytetyö. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Viitattu 7.4.2023. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2013052811317>
- Hyyppä, M. 2018. Ikääntyvän muistikirja. Duodecim. Helsinki.
- Jussila, P. & Lundahl, R. 2011. Lysti-hankkeen lähtökohdat. Julkaisussa Luovaa lystiä -Luovat menetelmät osana hoitotyötä, 15–16. Toim. Jussila, P. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Viitattu 29.1.2023. [JAMKJULKAISUJA1262011_web.pdf \(theseus.fi\)](#)
- Juva, K. 2021. Muistihäiriöt ja dementia. 2021. Lääkärikirja Duodecim. Duodecim Terveyskirjasto. Verkkosivusto. Kustannus Oy Duodecim. Viitattu 27.2.2023. Muistihäiriöt ja dementia - Terveyskirjasto
- Jyväskylän ammattikorkeakoulun eettiset periaatteet 2018. Opintoasioiden lautakunnan vahvistamat 11.12.2018. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Viitattu 30.1.2023. [Eettiset periaatteet 11122018 \(1\).pdf](#)
- Juhila, K. Laadullisen tutkimuksen ominaispiirteet. Teoksessa Jaana Vuori (toim.) *Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja*. Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. Tampereen yliopisto. Viitattu 16.3.2023. [Laadullisen tutkimuksen ominaispiirteet - Tietoaarkisto \(tuni.fi\)](#)
- Kalakoski, V. 2014. Miten muistia voi parantaa? Artikkel. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim 2014; 130(24): 2443–7. Suomalainen lääkärisseura Duodecim. Viitattu 27.2.2023. [Miten muistia voi parantaa? \(duodecimlehti.fi\)](#)
- Karisto, A. 2007. Sosiaaligerontologian syvin olemus. Gerontologia 3/2007, 273–280.
- "Kehollisuutemme kautta olemme yhteydessä toisiin" – Kehollinen tieto lisää ymmärrystä maailmasta, ja se voi auttaa myös ekokriisin hillitsemisessä. 2021.Verkkosivusto. Taideyliopisto(uniarts.fi). Viitattu 28.1.2023. ["Kehollisuutemme kautta olemme yhteydessä toisiin" – Kehollinen tieto lisää ymmärrystä maailmasta, ja se voi auttaa myös ekokriisin hillitsemisessä | Taideyliopisto \(uniarts.fi\)](#)
- Kilpinen, E. 2022. Elina Airikkala kutoi vanhusten kanssa terapeuttisia syliryijyjä- "Kutominen yhdessä hoitaa mieltä". Artikkel. Kotivinkki-lehdessä 7.10.2022. Viitattu 28.1.2023. [Elina Airikkala ja kutominen vanhuksissa | Meillä kotona \(meillakotona.fi\)](#)
- Korjonen-Kuusipuro, K. & Kuusisto-Arponen, A-K. 2017. Muistelun monet muodot – kertomus, kehollisuus ja hiljaisuus paikan tietämisen tapoina. Artikkel. Elore vol. 24–1/2017. Suomen kansantietouden tutkijain seura ry. Viitattu 28.1.2023. [79278-Artikkelin teksti-113453-1-10-20190208.pdf](#)
- Koskettamisen ihanuus. 2022. Verkkosivusto. Coronaria.fi. Viitattu 28.1.2023. [Koskettamisen ihanuus | Asiakkaana kuntoutus- ja terapiapalveluissa \(coronaria.fi\)](#)

- Koski, A. 2015. Hypistelymuhvit tuovat iloa ja lohtua dementikoille. Verkkoartikkeli. Yle. Viitattu 21.9.2023. [Hypistelymuhvit tuovat iloa ja lohtua dementikoille | Yle Uutiset](#)
- Kouhia, A. 2016. Unraveling the meanings of textile hobby crafts. University of Helsinki. Viitattu 26.8.2023. [Unraveling the meanings of textile hobby crafts \(helsinki.fi\)](#)
- Kovero, E. 2022. Muistiherätteet muistelua mahdollistamassa. Opinnäytetyö. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Viitattu 16.4.2023. [Kovero Elina.pdf \(theseus.fi\)](#)
- Kulttuuri ja taide hyvinvoinnin edistäjinä sosiaali- ja terveydenhuollossa, työelämässä ja koulutuksessa. Terveyttä ja hyvinvointia edistävän taide- ja kulttuuritoiminnan yhteistyöryhmän raportti ja jatkotoimenpideehdotukset. 2019. Sosiaali- ja terveysministeriön muistioita 2019:34, 10–12. Viitattu 29.1.2023. [Kulttuuri ja taide hyvinvoinnin edistäjinä sosiaali- ja terveydenhuollossa, työelämässä ja koulutuksessa \(valtioneuvosto.fi\)](#)
- Känkänen, P. 2022. Kulttuurihyvinvointi ja taidelähtöiset menetelmät. Verkkosivusto. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Helsinki. Viitattu 28.1.2023. [Kulttuurihyvinvointi ja taidelähtöiset menetelmät - THL](#).
- Lappalainen, E-M. 2006. Kä-Ki-Ku-oppimistyyli yhdistää kielen ja kulttuurin opetuksen. Näkökulmia käytäntöön. Aikuiskasvatus 2/2006, 130–138. KVS-säätiö. Viitattu 26.8.2023. [93681-Artikkelin teksti-154259-1-10-20200508.pdf](#)
- Lipponen, N. & Kuokkanen, E. 2021. Muistelumenetelmiä ikäihmisten päivä kuntoutukseen. Opinnäytetyö. Karelia ammattikorkeakoulu. Viitattu 10.4.2023. [KARELIA-AMMATTIKORKEAKOULU \(theseus.fi\)](#)
- Marjamaa, M. & Sinisalo, R. 2022. Kirjallisuuskatsauksen ohjaus- perustana tutkimuskysymys ja ohjaushaastattelu. Kreodi. Ammattikorkeakoulukirjastojen verkkolehti. Nro 2/2022. Viitattu 30.8.2023. [Kirjallisuuskatsauksen ohjaus – perustana tutkimuskysymys ja ohjaushaastattelu - Kreodi](#)
- Martela, F. 2022. Hyvinvoinnin mittaaminen edellyttää hyvinvoinnin teoriaa. Erik Allardt'n hyvinvoinnin ulottuvuudet päivitettyinä nykyaikaan. Yhteiskuntapolitiikka 87 (2022): 5–6. YP 5-6/2022. Viitattu 30.1.2023. [Hyvinvoinnin mittaaminen edellyttää hyvinvoinnin teoriaa \(julkari.fi\)](#)
- Muistelu. Nd. Ryhmä- ja viriketoiminnan aineistopankki Vahvike. Verkkosivusto. Vanhustyön keskusliitto ry. Viitattu 28.1.2023. [Muistelu | Vahvike](#)
- Mäkipää, J. 2019. Hyvää käsityöstä Tutkimus tekstiilikäsityöharrastuksen hyötyjen kokemisesta. Helsingin yliopisto. Viitattu 26.8.2023. [Gradupohja \(helsinki.fi\)](#)
- Pagliano, P. 2012. The MSE: equipment, resources and outcomes. Using a multisensory environment. –A Practical Guide for teachers. Routledge. Viitattu 16.4.2023. [9781315069067_previewpdf.pdf](#)
- Piri, E. Pellervon kankureille, 8–9. 1999. Pellervo-seura. Helsinki.
- Pöllänen, S. 2014. Käsityö voi antaa virkistystä sekä tasapainon ja elämän tarkoituksellisuuden tunnetta. Tiedon väärti-kolumnisarja. Etelä-Savo. Viitattu 21.9.2023. [Sinikka Pöllänen: Käsityö voi antaa virkistystä sekä tasapainon ja elämän tarkoituksellisuuden tunnetta \(yle.fi\)](#)
- Service, E. 2017. Työmuisti ja kieli. Julkaisussa A Klippi , A-M Korpijaakko-Huuhka , M Lehtihalmes & P Raatikoski (toim) , Afasia : aikuisiän kielihäiriöiden aivoperusta ja kuntoutus, 42-54. Gaudeamus. Helsinki. Viitattu 26.2.2023. [Service E Ty muisti ja kieli.pdf \(helsinki.fi\)](#)

Siegel, D. 2020. *The Developing Mind: How Relationships and the Brain Interact to Shape Who We Are*, Third Edition. Guilford Publications.

Silpala, E. 1999. Eläköön pellava. Perinteisten pöytäliinujen ohjekirja, 56–58. Fredrika Wetterhoff-säätiö.

Talvela, N. 2013. Kerä vierä, Keträ vierä. Naisten tekstiilityöt Etelä-Savon ja Etelä-Karjalan uskomus- ja runo- lauluperinteessä, 26–27, 82-85. Pro gradu-tutkielma. Helsingin yliopisto. Viitattu 28.5. 2023. [KERÄ VIERI, KETRÄ VIERI \(helsinki.fi\)](#)

Telaranta, Pirkko. 2014 *Muistisairauden kanssa – Alzheimer arjessa*. Helsinki: Auditorium kustannusosake- yhtiö.

Tepa-termipankki. Tieteen termipankki. 2023. Erikoisalojen sanastojen ja sanakirjojen kokoelma. Sanasto- keskus. Internetsivusto. Viitattu 26.2.2023. [muisti | TEPA-termipankki \(erikoisalojen sanasto- ja sana- kirjakokoelma\)](#)

Tietoa puhevammaisuudesta. Multisensorinen toiminta. 2022. Verkkosivusto. Papunet. Viitattu 4.10.2023 [Multisensorinen toiminta | Papunet](#)

Toikko, T., & Rantanen, T. (2009). Tutkimuksellinen kehittämistoiminta: näkökulmia kehittämisprosessiin, osallistamiseen ja tiedontuotantoon, 9, 18, 23, 39, 71–72. Tampere University Press. Viitattu 4.10.2023. [Tutkimuksellinen kehittämistoiminta.indd \(tuni.fi\)](#)

Vuori, J. Johdatus laadulliseen tutkimukseen ja verkkokäsikirjaan. Teoksessa Jaana Vuori (toim.) *Laadul- lisen tutkimuksen verkkokäsikirja*. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen. Viitattu 16.3.2023. [Johdatus laa- dulliseen tutkimukseen ja verkkokäsikirjaan - Tietoarkisto \(tuni.fi\)](#)

Liitteet

Liite 1. Kuvio miellekartta

Tunnetuistaminen

Millaisia tunteita materiaalin ja välineiden aistiminen; kosketus, tuoksu, ulkonäkö ja äänet, herättävät? Akti-voivatko nämä tuntemukset tietoista muistia? Miten unohdukseen painunut palaa, kohtauksina ja tarinoina, vaiko vain tunteena: tämä on tuttua, tässä olen ollut ennenkin. Mihin tätä tunnetta tarvitaan? Miten se vaikuttaa muistisairaahan hyvinvointiin ja elämänlaatuun?

Sosiaaligerontologinen näkökulma

Muisteluskku työvälineenä

Missä on aikaisemmin käytetty?
Onko kankaankudonnan salkkua muualla? Ketkä ovat käyttäjiä?
Millaisia kokemuksia on ohjaajilla ja ohjattavilla? Mitkä ovat työskentelyn tavoitteet?

Tähän vastausten etsimistä tiedonhauulla

Muistisairaus

Muistisairaista yleisesti kappale tai luku

Taidelähtöiset/toiminnalliset menetelmät

Kankaankudonnan merkitys elämänkaarella

Artikkeli muistisairaiden taideprojektista

Laajemmin kudonnasta: kulttuurisidonnaisuus, käsityö ja ihmisyyden elämänkaari, kollegat

Käsityön ajankohtaisuus

Konkreettisen tekemisen merkitys korostuu digitalisoituvassa maailmassa. Vaikeus tai haluttomuus omaksua uusia tekniikoita aiheuttavat digikuilua ja eriarvoistumista. Maailmanpoliittisten kriisien keskellä ihmiset hakevat turvallisuuden tunnetta harrastamalla perinteisiä käsityötekniikoita. Myös kestävä kehityksen ekologinen suuntaus vaikuttaa siihen, että halutaan ennemmin kestävästi ja rakkaudella valmistettuja tuotteita kuin mahdollisimman paljon tavaraa. Käsityöiden tekeminen elää siis suurta renessanssikauttaan.

Liite 2. Muisteluskun sisältösuositus

MUISTELUSALKUN ESINE	KÄYTTÖTARKOITUS	VALINTAPERUSTE	KÄYTTÖOHJE MUISTELUSALKUSSA	AISTIHERÄTTEET
Käyttöohje: kooste salkussa olevien materiaalien käytöstä, esim. matonkude kudonnassa, kuteiden leikkaaminen, yksinkertaisia ja selkeitä kuvauksia työvälineiden käyttötarkoituksesta.	Taustatieto esineistä ja tekniikoista toimii ohjaajan tukena keskusteluun	Selkeä käyttöohje on edellytys sille, että työvälinettä käytetään	Ohjeesta voi etsiä lisätietoa kustakin esineestä	näkö, tunto, kuulo
Loimen rakentamisen ja kudonnan aiheisia videoita ja äänitteitä: linkki	Kudonnan oppiminen, tiedon siirtyminen	Tukevat kokonaisvaltaista kokemusta	Yhdessä katselu ja kuuntelu	näkö, kuulo
Museon tuottama materiaali kankaankudonnan historiasta	Linkittyminen sukupolvien väliseen jatkumoon, tiedonvälitys	Herättää innostuksen aiheeseen, tukee jatkuvuutta	Yhdessä tutkiminen	näkö, kuulo
Kootut uskomukset ja sanonnat- vihko	Keskustelu, yhteinen ihmettely	Edistää sukupolvien välistä vuorovaikutusta	Keskustellaan uskomuksesta ja sen merkityksistä	näkö, kuulo
Kudonnan oppikirja	Kankaan rakentamisen oppiminen	Kannustaa syventymään aiheeseen	Katselu, lukeminen	näkö
Kuvakortit, sanoitetut kuvat kudonnan välineistä ja työvaiheista	Yhteisen kielen löytäminen, muistamisen aktivoituminen, oppiminen	Tukee kulttuurien ja sukupolvien välistä työtä sekä muistelutyössä vuorovaikutusta	Yhdessä opettelu ja muistelu, keskustelu	näkö, kuulo, tunto
Langat eri materiaaleista: pellava, matonkude, villa, kalalanka, jne.	Kudonta	Olennainen materiaali, kaiken ydin	Katselu, koskettelu, muistelu, keriminen, kutominen	näkö, tunto, tuoksu
Lankavyyhdyt: pellava ja villa	Kutominen	Historiallisen perinteen vaaliminen, aistittavuus	Vyyhdin oikominen käsissä, puolaaminen	näkö, tunto, tuoksu

MUISTELUSALKUN ESINE	KÄYTTÖTARKOITUS	VALINTAPERUSTE	KÄYTTÖOHJE MUISTELUSALKUSSA	AISTIHERÄTTEET
Tilkkunäytteet, esim. räsymatto, ryijy, poppana, vohveli, rohdinpalttina, toimikas, damasti, kuvikas, tākänä, hapsujen variaatiot	Kudonnan mahdollisuuksien esittely	Konkreettinen, tunnistettava, innostava, keskustelua herättävä, kulttuurien välinen, vaalii perinnettä	Koskettelu, katselu, muistelu, toiminta: tiheyden laskeminen, mittaaminen, hapsujen kiertäminen	näkö, tunto, tuoksu
Matonkudekerät: värikäs, leikattu ja teollinen trikoinen	Kutominen	Tunnistettava, monimerkityksellinen, aktivoiva ärsyke	Keriminen, sukkulalle laitto, muistelu	näkö, tunto, tuoksu
Sukkula	Kuteen vieminen viriöön	Välttämätön, perinteinen, tunnistettava, kulttuurien välinen	Tunnustelu, muistelu, kuteen puolaaminen	näkö, tunto
Pirtakoukku	Loimilankojen vetäminen pirran välien läpi	Kudonnassa välttämätön	Tunnustelu, muistelu	tunto, näkö, ääni
Hengetön	Nyörien pujotus välittäjiin ja polkusiin	Välttämätön pieni väline	Tunnustelu, muistelu	näkö, tunto
Niisiä: kalalanka/texsolv	Lankojen järjestäminen kudottaessa	Olennainen osa kudontaa	Tunnustelu, muistelu	näkö, tunto
Hauenkoukkuksiima	Kangaspuiden sidonta	Perinteisesti kankaan rakentamisessa käytetty	Erilaisten solmujen tekeminen mallikuvien mukaan	näkö, tunto, tuoksu
Mittanauha (ja viivoitin)	Loimen pituuden ja sijoittelun ja kankaan mittaaminen	Monikäyttöinen, välttämätön, kulttuurien ja sukupolvien välinen	Mitataan tilkun pituus tai leveys, lasketaan tiheys	näkö, tunto, (kuulo)
Ruutupaperi	Kankaankuvan merkitseminen	Mahdollistaa toiminnallisuuden, kankaan suunnittelun perinteinen väline	Väritetään palttina tai muu sidos	ääni, näkö, tunto
Loimen tiedot-lappunen	Kertoo mikä loimi kangaspuissa on ja kudontaohje	Yleisesti käytetty, herättää muistoja	Keskustelu, ihmettely, mitä lappunen kertoo	näkö, tunto

MUISTELUSALKUN ESINE	KÄYTTÖTARKOITUS	VALINTAPERUSTE	KÄYTTÖOHJE MUISTELUSALKUSSA	AISTIHERÄTTEET
Puolanpohjia (ja puolattuja lankoja)	Langan tukeminen	Perinteinen, toiminnallinen	Leikataan paperista soikio, joka kierretään puolauskoneen tappiin langan puolaamisen avuksi	näkö, tunto, kuulo
Puolauskone	Langan puolaaminen	Jännittävä esine, toiminnallinen	Kiinnitetään sopivaan alustaan ja puolataan lankaa vyyhdinpuulta tai rullatelineeltä	näkö, tunto, kuulo
Käpy	Kehyksessä tai pienoiskangaspuissa kutominen	Jännittävä, helppokäyttöinen	Langan kietominen kävyn ympärille	näkö, tunto
Pirta jossakin muodossa	Loimen tiheyden ja leveyden tasaaminen	Välttämätön perusväline, yhdistää kulttuureita	Vedä sormella pirtaa pitkin, se soi. Vedä lanka läpi pirtakoukun avulla	näkö, ääni, tunto
Pienoiskangaspuut/ kudontakehys ja poimintalasta	Pienten kudonnaisten valmistus, esim. kuvakudos	Helppo tapa saada kokemus loimen ja kuteen sitoutumisesta, viriön aukeamisen kokemus, muistamisen aktivointi, sukupolvien välinen työ	Ohjaaja/ohjattava rakentavat lointa, kutovat tai ihmettelevät	näkö, tunto, ääni
Vyyhdinpuu	Langan käsittely	Jännittävä, toiminnallinen, aktivoiva	Kuteen keriminen, puolaaminen tai vyyhteäminen	näkö, kuulo, tunto
Värttinä ja kehruukuitu	Langan kehrääminen	Mukana kulkeva väline langan tuottamiseen	Ohjaaja opastaa ohjattavaa	näkö, tunto, kuulo, liike
Pellavan tähtiä, villaa kuituna	Havainnollistaa lankojen syntymistä	Aktivoi aisteja, lisää ymmärrystä materiaalista	Tunnustelu, katselu, haistelu	näkö, tunto, tuoksu