
OLINPA KERRAN MINÄ

Omakuvanukketyöskentelyn mahdollisuudet ohjaustyössä



Ammattikorkeakoulun opinnäytetyö

Ohjaustoiminnan koulutusohjelma

Lahdensivu 2015

Maria Jäntti-Serrano



LAHDENSIVU

Ohjaustoiminnan koulutusohjelma
Terapeuttinen ohjaustoiminta

Tekijä	Maria Jäntti-Serrano	Vuosi 2015
Työn nimi	Olinpa kerran minä - Omakuvanukketyöskentelyn mahdollisuudet ohjaustyössä	

TIIVISTELMÄ

Opinnäytetyö kuvasi henkilökohtaista taideterapeuttista prosessia, jonka aikana valmistettiin sarja taidenukkea ilmaisemaan tekijän omakuvaa. Tavoitteena oli tallentaa prosessin kulku mahdollisimman tarkasti ja tutkia prosessin aikana, millä tavoilla omakuvaa voidaan ilmaista taidenukeissa ja millaisia kokemuksia prosessi herättää tekijässään. Opinnäytetyö pohjautui yksilöllisiin kokemuksiin eivätkä ole siten suoraan yleistettävissä kaikille. Prosessissa syntyneet kokemukset kuitenkin pohjustivat ohjauksellisen rungon laatimista omakuvanukketyöpajalle.

Tekijä on aikaisemmin valmistanut joitakin taidenukkea ja opinnäytetyön taustalla oli tekijän kiinnostus yhdistää omakuvatyöskentely taidenukkejen valmistukseen. Opinnäytetyö ammensi teoriaa taideterapeuttisen prosessin kulusta ja merkityksistä, omakuvatyöskentelystä, taidenuken valmistuksesta ja käytöstä taideterapeuttisessa viitekehyksessä sekä väljästi valokuvaterapiasta. Opinnäytetyö oli luonteeltaan kokemuksellinen, jolloin aineisto koostui pääasiassa prosessin aikana tallennetuista kokemuksista, havainnoista ja ajatuksista. Nämä tallentuivat opinnäytetyöpäiväkirjaan. Prosessin aikana kerääntyi aineistoa myös luonnosten, taidenukkejen ja taidenukeista otettujen valokuvien muodossa. Taideterapeuttinen prosessi päättyi omakuvanukkenäyttelyyn, jonka tarkoituksena oli jakaa omakuva kävijöiden kanssa ja kerätä heiltä nukkejen herättämiä ajatuksia ja kokemuksia.

Prosessissa korostuivat tekijän omakuvalleen ja elämänselälleen asettamat merkitykset ja työskentelyssä heränneiden kokemusten reflektointi. Henkilökohtaiset merkitykset näkyivät kaikessa omakuvanuden valmistuksessa aina materiaalivalinnoista alkaen. Taidenuket toimivat käsinkoskeltavina ja moniulotteisina elämäntarinan kertojina.

Avainsanat omakuvat, taideterapeuttinen prosessi, kokemus, taidenuket

Sivut 71 s. + liitteet 3 s.

LAHDENSIVU

Degree Programme in Crafts and Recreation
Therapeutic Crafts and Recreation

Author	Maria Jäntti-Serrano	Year 2015
Subject of Bachelor's thesis	Once upon a time there was me – The possibilities of self-portrait art dolls in therapeutic recreation	

ABSTRACT

The thesis describes a personal art therapy process in which a series of art dolls were made as an expression of a self-portrait. The aim was to record the steps of the process as precisely as possible and to explore different ways to express the self-portrait in the art dolls and the experiences awakened in the process. The thesis was based on the individual experiences and therefore cannot be generalized. The experiences awakened in the process served as a basis for a model for self-portrait doll workshop.

The author has previously made a few art dolls and the background for the thesis came from the author's interest in combining the working on the self-portraits with the art dolls. The thesis is based on the theory of the art therapy process including the steps and the significance of the process as well as information of working on the self-portraits, of making the art dolls and using them as a tool in therapeutic recreation and loosely from the theory of therapeutic photography.

The research method was experiential and the research material included recorded experiences, observations and thoughts during the process. They were recorded in the thesis diary. The materials were also gathered from sketches, art dolls and the photos taken of the art dolls during the process. The process ended with the self-portrait doll exhibition, the purpose of which was to share the self-portraits with the visitors and collect their thoughts and experiences of the exhibition.

The process emphasized the meanings that the author forms for the self-portrait and the life history and reflections of the experiences. Personal meanings could be seen in the whole process of making the self-portrait doll starting from the choice of materials. The art dolls served as the concrete and multidimensional narrators of the life story.

Keywords self-portrait, art therapy process, experience, art dolls

Pages 71 p. + appendices 3 p.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	1
2	OPINNÄYTETYÖN TAVOITTEET JA TUTKIMUSTEHTÄVÄ.....	2
2.1	Opinnäytetyön aiheen kuvaus	2
2.2	Tutkimustehtävä, tavoitteet ja keskeiset tutkimuskysymykset	3
2.3	Aineiston keruumenetelmä.....	3
3	OPINNÄYTETYÖN TAUSTATEORIA.....	4
3.1	Taideterapeuttisen toiminnan sisältö ja merkityksiä	5
3.2	Taideterapeuttisen prosessin tasoja	7
3.3	Taideterapiatyöskentelyn eteneminen	8
3.3.1	Aloitusvaihe.....	8
3.3.2	Virittäytymisvaihe	9
3.3.3	Taidetyöskentelyvaihe	9
3.3.4	Reflektointi- ja jakamisvaihe.....	10
3.3.5	Liittämis- ja lopetusvaihe	11
3.4	Valokuvaterapian mahdollisuuksia	12
3.5	Identiteetti ja omakuva taidetyöskentelyssä.....	14
3.5.1	Identiteetin ja minäkuvan käsitteet	14
3.5.2	Taiteen mahdollisuuksia identiteetin käsittelyssä	15
3.6	Nuket taidemuotona	16
3.6.1	Taidenuken monia muotoja	17
3.6.2	Taidenuken käytöstä taideterapeuttiseen toimintaan liittyen.....	18
4	OMAKUVANUKKEPROSESSIN ETENEMINEN	19
4.1	Prosessin lähtökohdat ja työskentelyn aloitus	19
4.2	Omakuvista nukeiksi	20
4.3	Nukkejen valmistusprosessi	23
4.4	Omakuvanuden maailma valokuvissa.....	24
4.5	Näyttelyn rakentaminen	25
5	OMAKUVANUKKENI ESITTELY	26
5.1	Toukan uni.....	26
5.2	Puen kesän ylleni.....	28
5.3	Sudenkorenon pelastaja.....	30
5.4	Päivän sankari	32
5.5	Mutanttilapsi/Sulotar.....	34
5.6	Keräilijäsielu	36
5.7	Syreenimorsian.....	38
5.8	Minun muusani.....	40
5.9	Miniminä	42
5.10	Mitä kannan mukanani	44
5.11	Alter egoni – Hölmö rakkaus, Tähtipaimen ja Keto-orvokki.....	46

6	HAVAINTOJA JA PÄÄTELMIÄ OMAKUVANUKKEPROSESSISTA	48
6.1	Aineiston analyysi	48
6.2	Yleisiä huomioita omakuvanukkeprosessin vaiheista.....	49
6.3	Aloitusvaiheen ja virittäytymisen merkitys.....	50
6.4	Johtopäätöksiä omakuvanuken valmistuksesta	52
6.4.1	Henkilökohtaiset merkitykset taidenukeissa – aiheen valinta	55
6.4.2	Materiaalien ja tekniikoiden valinnat	56
6.4.3	Nuken ulkomuodon valinta	57
6.4.4	Omakuvanukketyöskentelyn ulottuvuuksia.....	58
6.4.5	Omakeuva ja omaelämäkerrallisuus taidenuken valmistuksessa	60
6.5	Työskentelyn reflektiosta	61
6.6	Pohdintojani näyttelyn ja omakuvan jakamisen merkityksestä.....	62
7	TAIDENUKKETYÖPAJAN KUVAUS.....	63
7.1	Ohjaajan rooli	63
7.2	Kohderyhmästä.....	64
7.3	Huomioita resursseihin.....	65
7.4	Toiminnan vaiheet ajankäytön kannalta.....	65
8	POHDINTA.....	66
	LÄHTEET	67

Liite 1	Näyttelyjulistite
Liite 2	Haastattelukysymykset
Liite 3	Omakuvanukketyöpajan runko

1 JOHDANTO

Opinnäytetyössäni pyrin tarkastelemaan taidenuken valmistuksen tarjoamia mahdollisuuksia omakuvatyöskentelyssä. Näkökulmanani on ollut henkilökohtainen taideterapeuttinen prosessini, jonka aikana olen valmistanut sarjan omakuva-aiheisia taidenukkeitä ja taltioinut prosessin herättämiä kokemuksia ja huomioita. Prosessini loppupuolella olen järjestänyt näyttelyn, jossa olen esitellyt valmiit omakuvanuket. Tarkoitukseni on muodostaa synteisiä keräämistäni kokemuksistani ja huomioistani prosessini ajalta ja taideterapeuttiseen toimintaan sekä omakuvaan liittyvästä teoreettisesta aineistosta. Synteesi toimii pohjana omakuvanukketyöpajan rungon suunnitelmalle, joka löytyy raportin loppupuolelta.

Opinnäytetyöni taustalla on oma mielenkiintoni taidenukkea kohtaan sekä kiinnostukseni omakuvatyöskentelyyn ohjauksellisesta näkökulmasta. Olen aikaisemmin valmistanut joitakin taidefiguureja tai ”hahmoja” ja myös muutaman nukan, mutta niissä pyrkimyksenäni ei ollut varsinaisesti ilmaista omakuvaani tai mitään muutakaan sanomaa. Vasta ohjaustoiminnan koulutuksessa sisälläni on syttynyt kipinä omaelämäkerralliseen työskentelyyn, joten tuntui luontevalta elvyttää vanha nukan valmistusintoni ja yhdistää se nykyisen koulutuksen tarjoamiin eväisiin. Vaikka opinnäytetyöni on vahvasti subjektiivinen, sillä oma taideterapeuttinen prosessini on ollut tietenkin yksilöllinen kokemus, olen pyrkinyt tuomaan opinnäytetyöhön lisää syvyyttä kirjallisuuden ja muun aineiston tarjoaman teoretiedon avulla. Halusin luoda jonkinlaista pohjaa omakuvanukkemenetelmälle, jota voisin hyödyntää ja jatkotyöstää myöhemmin ohjaajana, mutta toivon siitä olevan iloa myös muille aiheesta kiinnostuneille.

Kerron raportissani aluksi opinnäytetyöhöni liittyvästä tutkimuksellisesta osuudesta ja tavoitteista sekä aineiston keruumenetelmistä. Sitten avaan opinnäytetyöni teoreettista taustaa alkaen taideterapeuttisen työskentelyn sisällöstä ja kulusta ja lyhyesti valokuvaterapiasta. Siirryn sen jälkeen kuvaamaan identiteetin ja omakuvan käsittelyä taidetyöskentelyssä ja lopuksi kerron taidenukesta taidemuotona ja sen käytöstä taideterapeuttisessa viitekehyksessä. Tämän jälkeen kerron omakuvanukkeprosessini kulusta tarkemmin ja esittelen prosessin aikana valmistamiani omakuvanukkejani.

Aineiston analyysimenetelmän esittelyn jälkeen kerron tekemistäni huomioista ja havainnoista omakuvanukkeprosessistani ja nukan valmistuksesta sekä teen synteisiä keräämistäni aineistosta ja esittelemästäni teoriaosuudesta. Lopuksi kuvailen lyhyesti mahdollista omakuvanukketyöpajan kulua ja kuvaan lyhyesti muun muassa, mitä ohjauksissa tulisi huomioida. Varsinainen ohjauksellinen runko löytyy liitteistä. Pohdinta-osuudessa kerron lyhyesti ajatuksistani koko opinnäytetyöprosessista ja prosessin annista itselleni.

2 OPINNÄYTETYÖN TAVOITTEET JA TUTKIMUSTEHTÄVÄ

2.1 Opinnäytetyön aiheen kuvaus

Opinnäytetyössäni tutkin henkilökohtaisen taideterapeuttisen prosessin kautta omakuvan ilmaisua ja omaelämäkerrontaa taidenukkejen välityksellä. Toisin sanoen syvennyn siihen, miten ja millaisin keinoin (elementein, materiaalein, muodoin ja välinein jne.) omaa minää voidaan tuoda esille itse tehdyissä taidenukkeissa. Lähtökohtanani on ajatus, että taiteen tekemisen avulla tekijä voi ilmaista muun muassa persoonaansa, tunteitaan, ajatuksiaan tai mielenkiinnon kohteitaan – siis tekijänsä omaa kuvaa ja käsitystä siitä, ”millainen minä olen”. Työtteenani on ollut kokemuksellinen tapa tutkia, sillä valmistin prosessin aikana sarjan omakuvanukkeja ja tutkin samalla erilaisia tapoja tuoda omaa minuutta esille taidenukkeissa. Toiseksi kirjasin ylös havaintojani ja kokemuksiani prosessin eri vaiheista ja omakuvanukkejen herättämistä ajatuksista. Näitä kokemuksia hyödynsin eteenpäin, kun laadin ohjauksellisen rungon omakuvanukketyöpajalle.

Opinnäytetyöni on luonteeltaan laadullinen ja tarkemmin fenomenologinen, sillä pyrin siinä tutkimaan tarkemmin ainutlaatuista ja yksittäistä ilmiötä (omakuvanukkeprosessia) ja reflektoimaan eli pohtimaan ilmiön minussa herättämiä kokemuksia ja havaintoja (Fenomenologinen tutkimus 2015; Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 1997, 152). Laadullista eli kvalitatiivista tutkimusta kuvataan teoksessa Tutki ja kirjoita (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 1997, 152) menetelmäksi, jolla pyritään kohteen kokonaisvaltaiseen tutkimiseen. Fenomenologisessa tutkimuksessa tavoitteena on tuottaa tutkittavasta kohteesta tietoa hyödyntämällä omaa välitöntä kokemusta kohteesta. Näiden kokemusten avulla kohdetta tutkitaan ja analysoidaan. Tutkimuksen lähtökohtana on, että tutkija suhtautuu avoimesti tutkimuskohteeseensa ja pyrkii välttämään ennako-oletuksia, määritelmiä tai muodostamaan tarkempaa teoreettista viitekehystä. (Fenomenologinen tutkimus 2015.) Fenomenologisen tutkimuksen mukaisesti pyrin suhtautumaan opinnäytetyöhöni ja omakuvaproessiin mahdollisimman ennakkoluulottomasti ja vailla etukäteen muodostettuja tiukkoja teorioita. Opinnäytetyöni on rakentanut siten itseään prosessin edetessä.

Koska tutkimus pohjaa pitkälle omiin kokemuksiini ja havaintoihin nuku valmistusprosessista, eivät kaikki esilletuomani havainnot ja huomiot ole välttämättä yleistettävissä esimerkiksi sellaisenaan ryhmien ohjauksiin. Luova työskentely on kuitenkin jokaisen ikioma prosessi ja siten kunkin ihmisen kohdalla erilainen. Kuitenkin uskon, että omakohtaisella tekemisellä on valtava merkitys ohjaajalle, joka on läpikäynyt saman prosessin, jota ohjaa toisille. Hän pystyy näin ollen huomioimaan paremmin työskentelyn erilaiset vaiheet ja niiden mahdolliset ongelmakohdat tai haasteet ja toimimaan ammattilaisena ohjaustilanteissa. Kohtelin omakuvanukan valmistusta siis prosessina, joka minun tulee ohjaajana läpikäydä ja tutkia prosessin vaikutusta itseäni ja kokemuksiani sekä huomioitani siitä.

2.2 Tutkimustehtävä, tavoitteet ja keskeiset tutkimuskysymykset

Opinnäytetyössäni pyrin tutkimaan, miten taidenuken valmistuksen avulla voitaisiin käsitellä omakuvaa ja millaisia identiteettiin liittyviä asioita taidenukessa olisi mahdollista ilmaista. Lähtökohtanani on ollut siis pyrkimys tarkastella, mitä mahdollisuuksia omakuvan työstämiseen taidenuken valmistus tarjoaisi. Mielenkiintoni on kohdistunut prosessin aikana erityisesti siihen, mitä merkityksiä annan työskentelylle ja valmiille nukeille.

Yhtenä tavoitteenani on ollut myös rakentaa omakuvanukeista näyttely. Sen tarkoituksena oli toimia omakuvan ja omaelämäkerran jakamisen paikkana. Inkeri Sava kuvaa (2000, 55) oman elämäntarinan jakamisen muille olevan oleellinen osa omaa identiteettityötä. Samoin muiden tarinan kuuleminen on tärkeää, sillä ne toimivat ikään kuin oman elämän peilinä ja muiden kokemukset herättävät meidät pohtimaan myös omaa elämäämme. Omakuvan näytelyssä tärkeää oli kuulostella omia tuntemuksiani siinä, miltä tuntuu kun omakuva on kaikkien näkyvillä. Näyttelyn taustalla oli ajatus omakuvan jakamisen tärkeydestä ja nähdyksi tulemisen merkityksestä.

Lisäksi tavoitteenani on ollut pyrkiä pitämään ohjauksellinen näkökulma läsnä opinnäytetyössäni. Oma taideterapeuttinen prosessini on ollut erittäin henkilökohtainen ja se on muokkautunut omien edellytysten, näkökulmien ja valintojeni mukaisesti. Kuitenkin tärkeää on huomioida myös niitä asioita, jotka ovat yleistettävissä ja muidenkin hyödynnettävissä. Haluankin etsiä prosessistani ohjaukseen soveltuvia elementtejä ja suunnitella niiden pohjalta omakuvanukkejen ohjauksen rungon, jota pystyisi jatkotyöstämään tulevaisuudessa.

Opinnäytetyöni keskeiseksi kysymykseksi muodostui seuraava:

- Millä eri tavoilla omakuvaa voitaisiin käsitellä taidenuken valmistuksen kautta?

Apukysymykseni muotoutui seuraavaksi:

- Millainen on henkilökohtaisen taideterapeuttisen prosessin kulku, jossa tähdätään omakuvan työstämiseen taidenukkeitä kautta?

2.3 Aineiston keruumenetelmä

Tutkimukseni aineisto pohjautuu prosessin aikana tekemiini havaintoihin ja prosessissa heränneiden kokemuksieni taltiointiin. Havainnointi on tutkimuksessa tehtävää systemaattista tarkkailua, jolloin havainnot voivat liittyä tapahtumiin, käyttäytymiseen tai fyysisiin kohteisiin. Tutkijan rooli voi vaihdella osallistuvasta havainnoinnista ei-osallistuvaan, joista ensimmäisessä tutkija osallistuu aktiivisesti havainnoitavaan toimintaa ja jälkimmäisessä tutkija pysyy pelkästään havainnoijan roolissa. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Havainnoinnin mahdollisia dokumentoitapoja ovat muun muassa muistiinpanojen tekeminen, valokuvaus, äänitys tai videointi (Havainnointi eli observointi 2015).

Omien havaintojen, kokemusten ja ajatusten taltioijana toimi opinnäytetyöpäiväkirja, johon taltioin kirjalliseen muotoon myös prosessin vaiheita. Päiväkirjan hyötynä on Saaranen-Kauppinen ja Puusniekan (2006) mukaan, että se voi selkeyttää ajatuksia ja toimia muistin tukena. Tutkimuspäiväkirjaan voidaan kirjoittaa muun muassa tutkimuksen aikana syntyneitä tunteuksia, ajatuksia, huomioita, oivalluksia ja ongelmakohtia. Se voi olla muodoltaan systemaattinen ja kurinalainen tai hyvinkin vapaamuotoisesti kirjoitettu. Päiväkirja voi myös helpottaa tutkimusprosessin hallintaa. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

Toiminnallisen osuuden aikana eli nukun valmistusprosessissa pohdin omakuvan merkitystä ja ilmaisua omista näkökulmistani ja lähtökohdistani käsin. Luonnoskirja toimi eräänlaisena visuaalisena päiväkirjana, johon tein mahdollisimman säännöllisesti omakuvia. Visuaalinen päiväkirja on taiteilija Michael Bellin (2006) mukaan luova väline itseilmaisuun ja oman elämäkokemusten tallentamiseen. Siihen voidaan taltioida omaa sisäistä maailmaamme sekä kuvin että sanoin. Se voi parhaimmillaan toimia tärkeänä välineenä taiteen tekemisen prosessissa ja sen avulla voidaan päästä käsiksi omaan henkilökohtaiseen kuvailmaisuun. Visuaalinen päiväkirja voi olla muodoltaan millainen tahansa tekijästään riippuen. (Bell 2006.)

Keräsin kirjallista aineistoa tutkimuksen taustalla olevista käsitteistä ja teorioista, kuten minäkuvasta, identiteetistä ja omakuvasta sekä omaelämäkerrallisuudesta kuvataiteessa. Kirjallisen tutkimusaineiston avulla pyrin selvittämään muun muassa, mitä kysymyksiä voidaan oman minäkuvan ja identiteetin kannalta käsitellä kuvataiteen avulla, millainen on taideterapeuttinen prosessi ja millaisia merkityksiä omakuvallinen työskentely antaa tekijälleen. Lopuksi peilasin omia kokemuksiani ja havaintojani koko prosessista kirjallisuudesta löytämiini aineistoihin ja teorioihin muun muassa taideterapeuttisesta prosessista ja omakuvatyöskentelystä..

Haastattelin myös nukkemuotoilun artesaani Silva Oikarista ja selvitin millainen on hänen nukun valmistusprosessinsa (ks. Liite 2. Haastattelukysymykset). Haastattelun avulla pyrin saamaan selville mm., millaisia asioita nukentekijä haluaa nukeilla ilmaista ja millaisia ratkaisuja hän tekee esimerkiksi teknisten asioiden suhteen nukun valmistuksen aikana. Tavoitteenani oli haastattelun myötä tuoda uutta näkökulmaa opinnäytetyöhöni, joka muutoin pohjautui pitkälti omiin havaintoihini ja kokemuksiini. Toivoin siitä olevan apua myös ohjauksellisen rungon suunnittelussa omakuvan valmistuksesta.

3 OPINNÄYTETYÖN TAUSTATEORIA

Lähestyn opinnäytetyössäni omakuvallista työskentelyä taidenuken valmistuksen avulla taideterapeuttisen prosessin kautta. Ammennan opinnäytetyöhöni aineksia ensinnäkin taideterapeuttisen toiminnan sisällöstä ja taideterapeuttisen prosessin eri vaiheista. Pyrin samalla selvittämään, mikä oikeastaan tekee taideterapeuttisesta työskentelystä terapeuttisia piirteitä sisältävää toimintaa.

Avaan myöhemmin tässä kappaleessa tarkemmin minäkuvan ja identiteetin käsitteitä sekä kuvaan, miten taiteen kautta voidaan käsitellä minuuteen ja identiteettiin liittyviä kysymyksiä. Kerron omakuvallisen ja omaelämäkerrallisen työskentelyn perusteista ja mahdollisuuksista. Tärkeänä näkökulmana pidän sitä, millä tavoilla omatyöskentelyä voidaan toteuttaa ja mikä merkityksiä omakuvatyöskentelyyn liittyy. Opinnäytetyössäni taidenuket ovat väline, joiden avulla pyrin prosessissani käsittelemään omakuvaani. Esittelenkin lopuksi taidenukkejen historiaa lyhyesti sekä niiden mahdollisuuksia taidetyöskentelyssä ja taideterapeuttisessa työskentelyssä.

3.1 Taideterapeuttisen toiminnan sisältö ja merkityksiä

Luovat terapiat voivat sisältää esimerkiksi taideterapiaa, musiikkiterapiaa tai psykodraamaa. Terapian välineinä voidaan hyödyntää vaikkapa kirjallisuutta ja valokuvia. (Luhtasaari 2010.) Esimerkiksi kuvataideterapissa hyödynnetään kuvallista ilmaisua erilaisten tavoitteiden saavuttamiseksi. Tavoitteet voivat liittyä hoitoon, kuntoutukseen, ennalta ehkäisyyn, mutta myös kasvuun, voimaantumiseen ja yksilölliseen ja sosiaaliseen ongelmanratkaisuun. (Rankanen, Hentinen & Mantere 2007, 9.) Ekspressiivinen taideterapia on yksi taideterapian suuntauksista. Ekspressiivisessä taideterapiassa yhdistellään eri taidemuotoja, kuten kuvataiteita, valokuvausta, liikettä ja tanssi-ilmaisua sekä draamaa ja runoutta. Juuri monitaiteellisuus erottaa ekspressiivisen taideterapian muista taideterapioiden muodoista, joissa hyödynnetään yhtä taidemuotoa. (Hentinen 2009, 147.) Taideterapeutti Cathy Malchiodi tosin mainitsee (2010, 134), että ekspressiivisen taideterapian määrittelystä ovat eri tahot hieman eri mieltä.

Ilmaisuterapioilla on Cathy Malchiodin (2011a, 27) mukaan seuraavanlaisia ominaispiirteitä, joita ei yleensä löydy pelkistä verbaalisista terapioista: ilmaisu, aktiivinen osallistuminen, mielikuvitus sekä mielen ja kehon yhteydet. Ekspressiivisen taideterapian prosessissa asiakasta rohkaistaan itse tutkiskeluun itseilmaisun kautta jonkin luovan tai luovia taidemuotoja yhdistävän toiminnan avulla. Itseilmaisuuksiin liittyy myös verbaalista pohdintaa, jonka avulla asiakasta autetaan ymmärtämään omia kokemuksiaan, tunteitaan ja käsityksiään. Taideterapioissa pyrkimyksenä on rohkaista asiakasta osallistumaan aktiivisesti toimintaan. Juuri toiminnan herättämien kokemusten avulla asiakas voi käsitellä ongelmiaan ja ilmaista ajatuksiaan sekä tunteitaan. Toiminnassa hyödynnetään myös useita tai kaikkia aisteja, mikä suuntaa tietoisuutta näiden aistien kautta tehtäviin havaintoihin. (Malchiodi 2011a, 27 – 30.)

Mielikuvituksellinen ajattelu voi taideterapiassa toimia itseilmaisun käynnistämisen, kokeilun ja sitä seuraavan verbaalisen pohdinnan apukeinona. Toiminnallisten menetelmien avulla voidaan rohkaista asiakasta toimimaan ennakkokäsitystensä ulkopuolella ja kokeilemaan uusia tapoja kommunikoida. Mielen ja kehon välisellä yhteydellä NCCAM (The National Center for Complementary and Alternative Medicine 2004) tarkoittaa sellaisia keinoja, joiden avulla pyritään psykoterapiassa ja terapiassa edistämään mielen kykyä vaikuttaa ruumiin toimintoihin ja oireisiin. Esimerkiksi ekspressiivissä terapioissa käytetään erilaisia aisteja muutoksen käynnistämiseksi ja Bensonin (1996) mukaan joidenkin luovien menetelmien avulla

voidaan saavuttaa myös kehon rentoutumistiloja. (Malchiodi 2011a, 30 – 31.)

Taideterapiaa kehittäneiden Stephen Levinen ja Paolo Knillin näkemysten mukaan on tärkeää ensin huomioida ja sisäistää taiteiden oma terapeuttinen voima ja vasta sen jälkeen tulisi kiinnittää huomiota erilaisiin teoreettisiin näkökulmiin. Taideterapiassa sanaa ”taide” käytetään kuvaamaan ei-selittävää ilmaisua, joka tapahtuu metaforien kautta sekä sellaista ilmaisua, jossa kinesteettinen, visuaalinen tai auditiiivinen kokemus voidaan ilmaista eri taiteiden, kuten tanssin, visuaalisten taiteiden tai musiikin, kielellä. ”Taiteen” kielellä tapahtuvaa tunteiden tai ajatusten ilmaisua voidaan toteuttaa esimerkiksi kehollisesti, musiikin avulla, visuaalisesti kerrottuna tai runoksi kirjoitettuna. (Hentinen 2009, 147.)

Ulla Halkola kirjoittaa kirjassa Valokuvan terapeuttinen voima (2009, 16), että taiteen tekemistä ja taideterapiatyöskentelyä yhdistää halu ymmärtää omaa elämää ja ilmaista elämän tärkeitä merkityksiä. Myöskään taideteoksen estetiikka ei ole taideterapiassa tärkeää vaan taidemenetelmiä käytetään itseilmaisun ja itseymmärryksen takia. Taideterapian taustalla on Malchiodin mukaan (2010, 135) usein ajatus siitä, että eri taideilmaisujen kokemusten kautta ihmiset voivat tutkia uusia puolia itsessään, ilmaista itseään ei-kielellisin keinoin ja myös saavuttaa uudenlaista itseymmärrystä. (Malchiodi 2010, 134 – 135.) Taideilmaisussa tekijän hiljainen tieto ja voimavarat on mahdollista tehdä näkyväksi, mikä voi yllättää tekijän itsensäkin. Sen myötä on mahdollista myös päästä käsiksi erilaisiin negatiivisiin kokemuksiin, jotka voivat taideterapiassa avautua. ”Avautuneet” kokemukset, muistot ja tunteet pitäisi pyrkiä taideterapiassa myös ”sulkemaan”, jotta prosessista tulisi eheyttävä. (Hentinen 2009, 150.)

Taideterapia tarjoaa asiakkaalle mahdollisuuksia ulkoistaa ajatuksiaan ja tunteitaan visuaalisen ajattelun eli kuvan (esim. piirustuksen, maalauksen tai veistoksen) tekemisen kautta. Työskentely on luonteeltaan konkreettista toimintaa, joka hyödyntää kaikkia aisteja. Lopullinen tuotos on käsinkoskeltava, ja sen avulla voidaan palauttaa mieliin taideterapiaistunnoissa koettuja asioita. Kuvasta ja sen merkityksistä puhuminen voi olla asiakkaalle helpompaa kuin vaikeista asioista puhuminen suoraan. (Malchiodi 2011b, 41.)

Natalia Rogersin (1993) kehittämä termi *luova yhteys* kuvaa taiteidenvälistä vuorovaikutusta taideterapiassa. Hänen mukaansa eri taidemuodot voivat ruokkia toisiaan esimerkiksi siten, että luova liikkuminen vaikuttaa siihen, mitä piirretään ja piirtäminen vaikuttaa ajatteluun ja tunteisiin. Eri taidemuodot ekspressiivisessä taideterapiassa täydentävät toisiaan ja yksi ilmaisumuoto voi johtaa toiseen ilmaisumuotoon. Ekspressiivisessä taideterapiassa huomioidaan se, että ihmisillä on erilaisia tapoja ilmaista itseään. Joku voi olla visuaalisempi, joku verbaalisempi ja niin edelleen. Eri taidemuotoja hyödyntämällä on mahdollista saada terapiaan lisää syvyyttä ja samalla myös mahdollistetaan asiakkaiden itseilmaisua heille parhaiten sopivalla tavalla. (Malchiodi 2010, 135 - 136.)

Taideterapiaan voi liittyä myös monenlaisia haasteita tai rajoitteita. Malchiodi (2011a, 32) kirjoittaa, että kaikkia taideterapia ei välttämättä hyödytä. Esimerkiksi joillakin asiakkailta voi olla jo kokemusta yhdestä tai useammasta taidemuodosta, mutta he voivat olla juuttuneita omiin tapoihinsa tuottaa taidetta eivätkä siten kykene spontaaniin ilmaisuun. Jotkut ihmiset voivat myös kokea, etteivät ole ”luovia” tai etteivät osaa tehdä ”taidetta”. Terapeutti saattaa kohdata asiakkaita, jotka vastustelevat kaikenlaista taidemaalailmaisua ja luovaa toimintaa. Kokematon terapeutti voi myös lähteä tulkitsemaan asiakkaan töitä, mikä ei anna tarpeeksi tilaa asiakkaan omille merkityksille. Terapeutti voi myös unohtaa asiakkaan tarpeet, elämänhistorian ja tavoitteet tarjoamalla pelkästään rutiininomaisesti yhdenlaisia ilmaisumuotoja. (Malchiodi 2011a, 32.)

3.2 Taideterapeuttisen prosessin tasoja

Taideterapia sisältää Hanna Hentisen (2009, 150 – 151) mukaan kehollisen, toiminnallisen ja aistikokemuksen tason, jossa toimitaan ei-kielellisen taitteen kielen avulla. Taideterapiassa tuotettujen teosten tarkastelu esimerkiksi symbolisesta näkökulmasta ei riitä vaan tarkastelussa tulisi huomioida prosessin aikana heränneet kokemukset ja tunteet. Tutkijoiden Vija Bergs Lusebrinkin ja Kagainin kehittämässä ”ilmaisullisten terapioiden jatkumossa” on jäsennetty kuvataideterapeuttisen luovan toiminnan psykofyysisiä ulottuvuuksia. Tasot ovat kinesteettis-sensorinen taso, havainto-affektitaso, kognitiivis-symbolinen taso ja luova taso. (Hentinen 2009, 151.)

Kinesteettis-sensorinen taso viittaa alueisiin, jotka ovat kognitiivisen tietoisuuden ulottumattomissa, kuten ”ruumiin muistiin”. Hentinen (2009, 151) kirjoittaa, että luova toiminta pitää sisällään kehon liikettä, jolla tarkoitetaan toiminnan aktivoivia kehollisia kokemuksia. Vaikka sensorinen ulottuvuus on näköaistin välityksellä jatkuvasti aktiivinen, se aktivoituu edelleen silloin, kun kuva tai toiminta herättää muihin aisteihin (tunto-, kuulo- ja makuaisteihin) liittyviä kokemuksia ja niiden synnyttämiä mielikuvia. Työskentelyn pohdinta ja reflektointi tapahtuvat viiveellä, sillä näköaistiin liittyvä kuvan kohtaaminen eli niin sanottu välitön kokemus ei yleensä anna mahdollisuuksia samanaikaiselle reflektiolle eli harkinnalle. Kun asiakas tiedostaa aistimuksiaan, pystyy hän siirtymään affektien tasolle, jotka liittyvät tunnemuistoihin, mielikuviin ja toiveisiin. (Hentinen 2009, 151.)

Havainto-affektitaso liittyy havaintokyvyn ja tunne-elämän biologisen tason, affektien, kehittymiseen. Affektit ilmenevät fysiologisin reaktioin, kuten uteliaisuuden, ilon, pelon ja surun kautta, ja vaikuttavat tunne-elämän kehittymiseen. Havainto ja tunteet ovat tällä tasolla vuorovaikutuksessa ensinnäkin siten, että huomion kiinnittyessä havaintoihin voidaan kuvaa tai kohdetta tarkastella moniulotteisesti. Kun tunteet puolestaan nousevat esiin, tavallisesti harkinnallisuus ja kohteen havainnointi heikkenevät eli reflektiivinen etäisyys vähenee. Havainnot voivat herättää positiivisia tai negatiivisia tunteita tai nostaa esiin oivalluksia, muistoja ja mielikuvia. Tunteet puolestaan vaikuttavat siihen, millaisia havaintoja tiedostetaan. Havaintoihin keskittyminen voi mahdollisesti vähentää voimakasta tunnetilaa. (Hentinen 2009, 152.)

Kognitiivis-symbolisessa tasossa verrataan, eritellään ja yhdistellään niitä kokemuksia, tuntemuksia ja havaintoja, joita aikaisemmillä tasoilla on herännyt sekä arvioidaan niitä suhteessa omiin aikomuksiin, tavoitteisiin ja arvoihin. Tällä tasolla toimiminen tapahtuu ilmiöiden ja kokemusten sanallistamisen avulla tai kuvallisin keinoin. Kognitiivisella tasolla toiminta liittyy muistiin, oppimiseen ja merkitysten antamiseen. Reflektiivisen etäisyyden ollessa tällä tasolla laajimmillaan se mahdollistaa harkitsevan toiminnan ja tietoisien suunnittelun. Kun alemmilta tasoilta ja kognitiiviselta tasolta yhdistelty tieto alkaa muuttua abstraktimmaksi, aktivoituu symbolinen taso. Symbolisella tasolla pyrkimyksenä on tuoda esille asioita, joihin kielellinen ilmaisu ei yllä. Symbolinen ilmaisu on kognitiivista ilmaisua monitasoisempaa, jolloin omien merkitysten antaminen kuvalle on mahdollista. (Hentinen 2009, 152.)

Viimeisessä tasossa eli luovassa tasossa yhdistyvät kaikki edelliset tasot. Luovaa ilmaisua voi Hentisen (2009, 153) mukaan tapahtua kaikilla tasoilla, mutta luovuus mahdollistaa tasojen välisen ”virtauksen”. Luovuus voi liittyä myös yksittäisiin tasoihin, joissa luovuus näkyy aistikokemusten tai tunteisiin liittyvien asioiden ilmaisussa tai symboliseen kuvallisuuteen liittyvässä ilmaisussa. (Hentinen 2009, 153.)

Luovassa prosessissa voidaan edetä tasolta toiselle ja tasoja yhdistellen enakoimattomalla tavalla. Työskentely voi lähteä liikkeelle miltä tahansa tasolta. Taideterapeuttisessa toiminnassa on tärkeää, että taideterapeutti tietää, miten eritellä luovaan ilmaisuun liittyviä tekijöitä ja miten saada luovan toiminnan avulla asiakkaassa aikaan muutoksia hänen psyykkisessä kokemuksessaan ja ilmaisussaan. Taideterapeutti voi pitkälti vaikuttaa näihin asioihin sellaisen luovan toiminnan ohjaamisen kautta, jossa vaihdellaan erilaisia työtapoja ja materiaaleja. (Hentinen 2009, 153.)

3.3 Taideterapiatyöskentelyn eteneminen

3.3.1 Aloitusvaihe

Prosessilla tarkoitetaan vaiheittain etenevää, kehittyvää tai muuttuvaa ilmiötä, ja jonka lopputila ei ole määriteltävissä (Karjalainen 2007). Taideterapeuttinen prosessi voidaan Mimmu Rankasen (2007, 92) mukaan jakaa kuuteen vaiheeseen, jotka vuorottelevat keskenään ja menevät myös osittain päällekkäin. Vaiheet ovat aloitusvaihe, virittäytymisvaihe, taidetyöskentelyn vaihe, jakamisen vaihe, liittämisen vaihe ja lopetusvaihe. Rankanen muistuttaa, että taideterapeuttinen prosessi on jokaisen henkilökohtainen kokemus, jossa vaiheet etenevät yksilöllisesti, mutta kuitenkin siten, että kaikki vaiheet käydään läpi. Vaiheiden herättämiä kokemuksia tulisi myös liittää arkielämään mukaan, jotta ne eivät jäisi siitä irrallisiksi kokemuksiksi.

Terapiasuhteen alussa on tärkeää antaa asiakkaalle aikaa pysähtyä tunnus-telemaan omaa itseään ja olotilaansa. Vuorovaikutus ja oman itsen kohtaaminen voi aluksi tuntua vaikealta, jolloin terapeutin on pystyttävä luomaan sitä varten riittävän turvallinen ilmapiiri. (Rankanen 2007, 92.) Terapeutin tulee pyrkiä ylläpitämään yhteyttä asiakkaaseen myös hiljaisella tavalla ja

hiljaisen työskentelyn aikana. Asiakkaan tulee voida kokea, että taideterapiassa on läsnä on joku, johon voi luottaa ja jonka läsnäolon aikana asiakas uskaltaa tutkia omaa sisäistä maailmaansa. (Hentinen & Rankanen 2007, 102.) Aloitustilanteessa voidaan hyödyntää sanatonta vuorovaikutusta, taiteen keinoja tai vaikkapa toistuvia rituaaleja, kuten kynttilän sytytystä. (RANKANEN 2007, 92.)

3.3.2 Virittäytymisvaihe

Virittäytymisvaiheessa pyrkimyksenä on madaltaa kynnystä varsinaiseen kuvantekoon. Tässä voidaan käyttää apuna kehotyöskentelyä tai muita taidemuotoja. (RANKANEN 2007, 92.) Ekspressiivisessä taideterapiassa lähtökohtana voi olla mikä tahansa ilmaisumuoto eikä vain yhtä tapaa aloittaa istuntoa ole (Malchiodi 2010, 140). Terapeutin on tarkoitus tarjota aktiivisesti sellaisia virikkeitä kuvantekoon, jotka madaltavat itsekritiikkiä ja mahdollistavat spontaanin ja leikkisän työskentelyotteen. Varsinainen taitavuus tai taito eivät ole tärkeitä vaan herkkyys luomistapahtumalle. (RANKANEN 2007, 92.) Virittäytymisellä tai lämmittelyllä voidaan tavoitella asiakkaan rentoutumista tai hänen tunnetilansa ja huoliensa arviointia tai sen avulla voidaan esitellä jokin taidemuoto asiakkaalle (Malchiodi 2011a, 27).

Kirjassa Taideterapian perusteet (2007, 92) on esitelty Paolo J. Knillin (2005) antamia neuvoja asiakkaan motivointiin taidetyöskentelyä varten. Asiakkaan aisteja voidaan virittää muun muassa aistiharjoituksilla tai meditatiivisilla harjoituksilla ja häntä voidaan ohjata tiedostamaan sekä selkeyttämään tilalliset ja ajalliset rajat. Asiakkaalle voidaan antaa kokeiltavaksi erilaisia materiaaleja, välineitä ja työskentelytapoja, jotta hän voi poimia niistä itselleen sopivimmat. Häntä saatetaan myös rohkaista kokeilemaan ihan uudenvälisiä tapoja työskennellä. (RANKANEN 2007, 92.) Terapeutti saattaa johdatella asiakasta käyttämään sellaista ilmaisumuotoa, jonka asiakas kokee mukavaksi ja vähiten uhkaavaksi. Asiakas voi itse myös valita itseään kiehtovan ilmaisumuodon ilman terapeutin ehdotusta (Malchiodi 2010, 142). Pyrkimyksenä voi olla myös motivoida asiakasta intuitiiviseen työskentelyyn, jossa työ itsessään johdattaa tekijää eteenpäin (RANKANEN 2007, 92).

3.3.3 Taidetyöskentelyvaihe

Taideterapiaan liittyy läheisesti muutos ja eheytyminen. Muutos saattaa näkyä aiempien lukkoonlöytyjä merkitysten monisävyisyyden havaitsemisessa sekä uusien toiminta-, näkemis- ja tulkintatapojen löytymisessä. Taideterapiassa muutos ja eheytyminen näkyvät esimerkiksi siinä, miten teos ja taidetyöskentely muotoutuu ja miten asiakas kokee itsensä fyysisesti ja psyykkisesti sekä asiakkaan, ryhmän ja terapeutin vuorovaikutuksessa. Muutos itsessään voi olla pieni, mutta sisäisenä muutoksena asiakkaalle tärkeä. Tarkoituksena on etsiä niitä asioita, joita ihmisellä jo on eikä koettaa muuttaa ihmistä toiseksi. (RANKANEN 2007, 113.)

Rankasen (2007, 94 – 95) mukaan taidetyöskentelyssä yhdistyvät psyykinen, fyysinen ja aistien kautta tapahtuva toiminta. Kuvat syntyvät itsenäisesti, ryhmässä tai asiakkaan ja terapeutin yhteistyön kautta. Työskentely etenee esimerkiksi jonkin terapeutin ehdottaman teeman käsittelyllä tai asiakkaan omaehtoisesti valitseman ja häntä kiinnostavan aiheen työstämisellä. Asiakas voi lähestyä kuvallista työskentelyä hyvinkin intuitiivisesti ja suunnittelemattomasti tai valita päämäärätietoisemmän lähestymistavan. Cathy Malchiodi (2010, 142) mainitsee, että asiakas saattaa tarvita terapeutin apua taidemuodosta toiseen siirtymisessä. Tällöin terapeutti pyrkii rohkaisemaan asiakasta spontaaniin ilmaisuun, tarjoamaan ärsykeitä luovuudelle sekä vahvistamaan niitä tunteita, joita on kokemuksen aikana herännyt, mikä edelleen antaa mahdollisuuksia syvempään ymmärrykseen. Terapeutin tehtävänä on lisäksi antaa tilaa luovalle työskentelylle, myös sellaiselle vaiheelle, jonka aikana ei näennäisesti tapahtuisi mitään (Rankanen 2007, 95).

Taideterapeuttisessa työskentelyssä on huomioitava, että jokaisella ihmisellä on erilaisia tapoja ilmaista itseään. Eri taidemuotojen käyttäminen tuo lisää syvyyttä taideterapiaan ja samalla helpotetaan eri asiakkaiden mahdollisuutta itseilmaisuun. Taiteidenvälisestä ilmaisusta Cathy Malchiodi (2010, 142 – 143) antaa esimerkkejä luovan kirjoittamisen ja kuvataiteen yhdistämisestä sekä liikkumisen ja kuvataiteen yhdistämisestä. Malchiodin mukaan jotkut terapeutit pitävät kuvista kirjoittamista hyödyllisenä ja jopa välttämättömänä, jotta voidaan ymmärtää kuvia paremmin. Kuvasta voidaan esimerkiksi kirjoittaa ylös siitä mieleen nousevia sanoja tai sen perusteella voidaan kirjoittaa kokonaan uusi tarina. Yksi tapa on myös kirjoittaa kuvan pohjalta lauseita aloittamalla sanoilla ”Minä olen...”, ”Minusta tuntuu...” ja ”Minä ajattelen”. Kirjoittamalla on mahdollista antaa ääni kuvalle, ja kirjoittamisen avulla voidaan käydä myös dialogia tai väittelyä kuvan kanssa. Kuvataidetta ja liikkumista yhdistävien ilmaisujen hyötynä on, että ne antavat kinesteettisiä ja sensorisia kokemuksia, jotka voivat tarjota joillekin asiakkaille tyydyttävämpiä ja merkityksellisempiä tapoja ilmaista itseään. Tällainen taideterapiaprosessi voi myös edesauttaa vuorovaikutusta ja ryhmädynamiikkaa ryhmätyössä. (Malchiodi 2010, 142 – 143.)

3.3.4 Reflektointi- ja jakamisvaihe

Taideterapiaan kuuluu varsinaisen taidetyöskentelyn lisäksi kuvan ja taide-työskentelyn tulkinta ja merkitysten antaminen niille. Asiakas itse toimii oman työskentelynsä ja teosten tulkitsijana ja terapeutti auttaa asiakasta löytämään ja sanallistamaan näitä merkityksiä. Kuvan tulkintaan ja merkitysten löytymiseen tapahtuu siis vuorovaikutuksessa asiakkaan ja terapeutin välillä. Asiakkaan ja terapeutin sekä ryhmän ja terapeutin sanallista vuorovaikutustilannetta kutsutaan jakamisvaiheeksi (Hentinen 2007, 129 - 130). Jakamisvaiheessa kuvia tarkastellaan ja niistä puhutaan, mutta kuvaa tutkittaessa ei ole tarkoitus tehdä analyysiä. Tarkoituksena sen sijaan on jakaa teosten pohjalta tai niiden työstämisen aikana heränneitä ajatuksia, tunteita, muistoja ja kokemuksia. Jakamisessa on mahdollista etäännyttää omia kokemuksia, ja teosta tarkastelemalla voidaan näitä kokemuksia, tunteita sekä ajatuksia rikastuttaa. (Rankanen 2007, 95.)

Reflektiota tapahtuu sekä kuvan valmistamisen yhteydessä että taidetyöskentelyn jälkeen. Työskentelyn reflektiivisellä etäisyydellä kuvataan tekijän ja työskentelyn välistä harkitsevaa etäisyyttä. Työskentelyssä on mahdollista käydä jatkuvaa vuoropuhelua eli reflektiota teoksen kanssa koko työskentelyn ajan tai työskentelyyn voidaan heittäytyä välittömästi, jolloin reflektio tapahtuu vasta luomisprosessin jälkeen. Vuorovaikutusta syntyy taidetyöskentelyn yhteydessä asiakkaan ja materiaalien, välineiden, itse teoksen ja terapeutin välillä. Reflektiivinen etäisyys ja vuoropuhelun määrä voi vaihdella eri yksilöiden välillä ja työskentelyn ja terapian eri vaiheissa. (Hentinen 2007, 130.)

Myös erilaisia taidemuotoja käytetään kuvien tutkimisessa ja käsittelemisessä. Jos siirrytään liian nopeasti taidetyöskentelystä ja taiteen kielestä puheeseen, joka on liian selittävää, voidaan tulla katkaisseeksi yhteys kuvan tekemisen rikkaaseen ja monisävyiseen kokemukseen. Taiteen kielellä voidaan saada tärkeää lisäymmärrystä kuvaan ja taidetyöskentelyyn. (Hentinen 2007, 149.) Kuvien pohjalta voidaan esimerkiksi kirjoittaa, tehdä draamaa, musiikkia, performanssia tai tehdä vaikka täysin uutta kuvaa. (Rankanen 2007, 95.) Taideterapiassa aktivoitunut kinesteettinen, visuaalinen ja auditiivinen kokemus voidaan parhaiten ilmaista näihin liittyvien taidealueiden kielellä eli esimerkiksi liikkeen ja tanssin, visuaalisten taiteiden ja musiikin avulla. Edelliset työt merkityksineen voivat myös vaikuttaa seuraaviin töihin siten, että edellinen työ ja sen teema toimivat lähtökohtana seuraavalle, mahdollisesti erilaiselle, taideilmaisun muodolle. (Hentinen 2007, 150 – 151.)

3.3.5 Liittämis- ja lopetusvaihe

Liittäminen tarkoittaa taidetyöskentelyn ja jakamisen aikana nousseiden asioiden liittämistä omaan elämään. Mimmu Rankanen (2007, 96) kirjoittaa, että pyrkimyksenä on etsiä yhtymäkohtia teosten ja oman itsen ja toimintatapojen, arjen sekä ihmissuhteiden välille. Paolo Knill (2005) kuvaa vaihetta sillaksi taideilmaisun toisen todellisuuden ja arkitodellisuuden välillä. Terapeutin tehtävänä on esittää kysymyksiä asiakkaalle seuraten kysymyksissään asiakkaan itsensä tekemiä omia havaintoja. Vaiheelle on annettava riittävästi aikaa, jotta asiakas pystyy löytämään tapoja ilmaista löytämiään yhteyksiä elämäänsä. (Rankanen 2007, 96.)

Taideterapian loppupuolella taideterapiassa tehtyjä töitä tarkastellaan uudelleen. Näiden töiden sarjasta tehdään tulkinnallisia havaintoja, löydetään toistuvia teemoja ja kenties ihan uusia merkityksiä. Kuvia voidaan järjestellä teemoihin ja niitä voidaan vertailla keskenään, mikä voidaan kokea eheytyksen ja ymmärryksen lisääntymisen kokemuksina. Ajallinen etäisyys kuviin voi mahdollistaa kuvien sisältämien merkitysten uudelleen järjestämisen. Asiakas voi havaita käsitelleensä samaa teemaa eri teoksissa eri tavoilla, mikä voi opettaa hänelle erilaisia käsittelymalleja, joita hän voi liittää myös omaan elämäänsä. (Hentinen 2007, 172.)

Terapian lopetusvaiheessa tarkastellaan asiakkaan nykyistä olotilaa ja näkökulmia suhteessa siihen, kun hän vasta aloitti taideterapian. Tarkoituksena on kysyä, onko mikään muuttunut vai ovatko asiat samalla tavalla kuin

ennen terapiatapaamisia. Asiakas voi terapeutin avulla tutkia erilaisia keinoja liittämään terapiassa kokemiaan asioita omaan elämäänsä. (Rankanen 2007, 96.) Liittämisen tärkeä anti on, että asiakas ottaa vastuuta omasta työskentelystään ja osallistuu siten itse aktiivisesti kykyjensä ja mahdollisuuksiensa mukaisesti omien vaikeuksiensa selvittämiseen (Hentinen 2007, 174).

3.4 Valokuvaterapian mahdollisuuksia

Omakuvanukkeprosessiini kuului jossain määrin valokuvan käyttö nukken valmistuksen inspiraationa sekä nukken valmistusprosessin refleктоiminen valokuvien ottamisen avulla. Sen vuoksi katson tarpeelliseksi avata valokuvaterapian käsitettä sekä kertoa valokuvien käytöstä terapian yhteydessä ja valokuvauksen terapeuttisista mahdollisuuksista. Kirjassa Valokuvan terapeutinen voima (2009, 16) valokuvaterapiaa kuvataan valokuvan ja valokuvauksen menetelmälliseksi käytöksi psykoterapian tai terapeutin työn yhteydessä. Valokuvaterapiassa voidaan hyödyntää asiakkaan omaelämäkerrallisia valokuvia, symbolisia ja assosiativisia valokuvia sekä uusien valokuvien ottamista ja niiden käyttämistä terapeutisena välineenä. Valokuvaterapian käytön perustana on oltava psykoterapian viitekehys tai valokuvaterapiaa käyttävällä henkilöllä ammatillinen sosiaali-, terveys- tai kasvatustalan pätevyys. (Halkola 2009, 15.)

Valokuvaa voidaan käyttää välineenä psykoterapiassa, mikä saattaa antaa uusia mahdollisuuksia asiakkaan elämäntilanteen ymmärtämiseksi. Yleensä käytetään asiakkaan omaelämäkerrallisia kuvia, joiden avulla terapeutti voi nähdä asiakkaan elämää terapiasuhteen ulkopuolelta. Valokuvien avulla voidaan paremmin hahmottaa tapahtumia ja niiden sisältämiä merkityksiä ei-sanallisesti. Valokuvien kautta on myös helpompi puhua ja muistella vaikeita asioita. Valokuva tuo terapiatilanteeseen konkreettisen välineen, jota voivat sekä asiakas että terapeutti yhdessä havainnoida ja käsitellä. Terapeutin tulee pyrkiä avoimesti vastaanottamaan asiakkaan tunne- ja kokemuskirjo sekä tarjota sellainen turvallinen perusta, jossa asiakkaan elämän tarkastelu ja muuntumisprosessi tulee mahdolliseksi. (Halkola 2009, 68, 71 – 72.)

Valokuvan käyttö taideterapeuttisessa työskentelyssä yhdistyy usein muihin luovaan toimintaan. Valokuva voi toimia tunteiden, mielikuvien ja ajatusten herättäjänä, joita voidaan ilmaista myös muiden taiteiden avulla. Valokuvaa voidaan työstää esimerkiksi installaatioiden ja kollaasien avulla. Installaatiot ovat taidetta, joka on olemassa vain hetken ajan. Niissä yhdistellään valokuvia mihin tahansa kaksiulotteisiin ja kolmiulotteisiin esineisiin, joiden avulla voidaan konkretisoida valitun aiheen tai teeman ulottuvuuksia. Installaatioiden rakentaminen mahdollistaa intuitiivisesti ajatusten, tunteiden ja assosiaatioiden järjestelyn. Tämä voi tuoda uusia oivalluksia käsiteltävään teemaan. (Hentinen 2009, 158 – 159.)

Ulla Halkolan (2009, 55) mielestä valokuvaterapiassa tärkeää on valokuvan suhde todellisuuteen, muistoihin sekä omaelämäkerrallisiin merkityksiin. Valokuvaterapiassa kutsutaan Barthesin kehittämän määrittelyn mukaan punctum-kuviksi sellaisia kuvia, jotka herättelevät asiakasta tunnetasolla ja

joihin hänelle muodostuu henkilökohtainen tunneyhteys. Kuvien ei tarvitse olla omaelämäkerrallisia tai edes henkilökohtaisia muodostuakseen punctum-kuviksi vaan ne voivat yhtä lailla olla esimerkiksi lehtikuvia, dokumenttikuvia tai taidekuvia. Punctum-kuvan määritelmänä on, että se jollain tavalla kiinnittää huomiota tai koskettaa katsojaa. Valokuvaterapiassa ideana on, että esillä olevasta valokuvatarjonnasta valitaan kiinnostavia ja herätteleviä kuvia (punctum-kuvia), joiden sisältöä ja merkityksiä sitten tarkastellaan ja niiden pohjalta keskustellaan. (Halkola 2009, 56.)

Punctum-kuva voi tarjota asiakkaalle niin sanottuja muistivihjeitä, joiden perusteella hän voi muistaa unohtuneita asioita ja sitä kautta ymmärtää paremmin itseään. (Halkola 2009, 58, 60.) Terapeutti ja asiakas voivat tarkastella asiakkaan perhevalokuvia yhdessä, jolloin asiakkaan kuville antamat merkitykset ovat keskeisessä asemassa. Valokuvaterapiassa asiakas voi laajentaa kuvien merkityksiä ja löytää niille myös uusia merkityksiä sekä muodostaa vaihtoehtoisia tapoja tarkastella elämäntarinaansa. Omaelämäkerrallisia kuvia tarkastellessa ei olekaan tärkeää, mitä asiakas kertoo menneisyydestään vaan miten hän tulkitsee näitä muistojaan. Valokuva helpottaa tällöin asiakkaan itsereflektiota. (Pehunen 2009, 78.)

Valokuvaus voi Hanna Hentisen (2009, 162) mukaan toimia todellisuuden jäsentämisen välineenä, ja sen avulla voidaan myös antaa muoto omille kokemuksille, löytää jonkinlainen järjestys kaaoksesta sekä pysäyttää hetki. Taideterapiassa jokin taidemuoto voi toimia lähtökohtana valokuvien ottamiselle, ja valokuvauksen pohjalta voidaan jatkaa johonkin toiseen taiteilmaisun muotoon. Miina Savolainen kertoo (2009, 211), että hänen kehittämänsä voimauttavan valokuvan menetelmässä valokuvaa ja valokuvauksen ottamista käytetään vuorovaikutussuhteiden parantamisen välineinä. Tavoitteena voi olla selkeyttää muun muassa hajanaisia ja tunnepitoisia asioita, vahvistaa voimavaroja sekä reflektoida ja kehittää omaa tai yhteisön toimintaa.

Voimauttavan valokuva -menetelmän tarkoituksena on aikaansaada voimautumisprosessia. Voimautuminen lähtee aina yksilöstä itsestään ja sitä voidaan kuvata ”sisäisen voiman kasvuprosessiksi”. Valokuvaprosessissa voimautuminen voi tapahtua vain, jos valokuvauksessa toteutuvat tasavertaisuus ja itsemäärittelyn oikeus. Voimauttavassa valokuvauksessa yksilön tulisikin voida kokea itsensä nähdyksi kokonaisena ihmisenä, jolla on erilaisia puolia ja tarpeita. Ihmisellä tulisi itsemääräämisoikeuden mukaisesti olla mahdollisuus valita niitä valokuvia, jotka hänen mielestään ovat totta itsestään eli voivat määrittellä hänen identiteettiään. Myös valokuvan tulkinta tulisi lähteä aina yksilöltä itseltään eikä esimerkiksi terapeutilta. (Savolainen 2009, 211 – 212.)

Voimauttavan valokuvan prosessi on sekä visuaalinen että valokuvauksen keholliseen voimaan perustuva. Voimautuminen voi syntyä valokuvan ja kuvausprosessin tuottamista oivalluksista ja taidoista sekä ymmärretyksi tullen kokemisesta. Ymmärretyksi tuleminen kokemuksena voi johtaa läheisyyden ja sitoutumisen tunteeseen, taitoon kuunnella toista ihmistä sekä luottamukseen omasta kyvystä osoittaa rakkautta ja arvostusta toiselle. (Savolainen 2009, 227.)

3.5 Identiteetti ja omakuva taidetyöskentelyssä

3.5.1 Identiteetin ja minäkuvan käsitteet

Inkeri Sava kuvaa identiteettiä kirjassa *Katsomme – näemmekö?* Luovuudesta, taiteesta ja visuaalisesta kulttuurista (2007, 120) ihmisen kokemukseksi itsestään ja kuulumisestaan johonkin yhteisöön tai kulttuuriin. Liisa Keltikangas-Järvinen (2010, 112) puolestaan kuvailee identiteettiä minän pysyvyyttä tai varmuutta kuvaavaksi tunteeksi, jolloin ihminen tietää kuka on tai keneksi on kasvamassa. Identiteetti on hänen mukaansa minän kokonaisuus, jonka osia ovat minäkäsitys ja mielikuva itsestä. Identiteetin tietoinen muodostaminen alkaa Liisa Martikaisen (2007, 149 - 152) mukaan nuoruusiässä, jolloin kysymykset ”kuka minä olen”, ”minkälaiseksi haluan tulla” ja ”mitä minä elämältäni haluan” tulevat ajankohtaiseksi. Identiteetin muodostumiselle antavat pohjaa lapsuusajan kokemukset omasta itsestä ja omista kyvyistä sekä ominaisuuksista.

Identiteetti ei synny itsestään vaan vuorovaikutuksessa ihmisten (mm. perheen, ystävien, erilaisten ryhmien ja yhteisöjen) kanssa. Identiteetin rakentuminen onkin tasapainottelua muiden esittämien vaatimusten ja odotusten kanssa sekä omien itseen kohdistuvien odotusten ja tarpeiden kanssa. Identiteettiä rakentaessa ihminen joutuu tekemään valintoja mm. sen suhteen, minkälaisia arvoja hän pitää tärkeänä. Jos hän omaksuu niin sanotun valmiin identiteetin esimerkiksi vanhemmiltaan, voi olla että hän joutuu myöhemmin joka tapauksessa läpikäymään identiteettikriisin. (Martikainen 2007, 152 – 153.)

Identiteetin muodostumiseen liittyy pohdintaa myös omista unelmista. Mitä minä toivon elämältä, millaiseksi näen tulevaisuuteni, millaista elämäni tulee olemaan? Identiteetin rakentamisessa huomioitavaa on, miten realistisesti ihminen suhteuttaa oman itsensä ihanneminäänsä eli kuinka hyvin ihminen tuntee oman itsensä ja ympäristön hänelle tarjoamat mahdollisuudet. Tärkeintä identiteetin muodostamisessa Liisa Martikaisen (2007, 152 – 153) sanoo olevan ristiriidattoman ja tasapainoisen minän saavuttaminen, mikä tarkoittaa oman itsen hyväksymistä omine heikkouksineen ja vahvuuksineen. Tällöin ihmisellä on kokemus siitä, että hän voi olla sellainen kuin on. (Martikainen 2007, 152 – 153.)

Minäkuvalla tarkoitetaan Markku Ojasen (1994, 36 - 37) mukaan käsitystä siitä, millainen minä olen. Minäkuva voi sisältää persoonallisuuden piirteitä, asenteita ja arvoja, kuin myös ulkoisia seikkoja, toimintoja ja tekemisiä. Kielteinen minäkuva vaikuttaa ihmisen suhtautumiseen omaan itseensä ja kykyihinsä ja hän saattaa suhtautua elämäänsä varauksellisesti ja pelokkaasti. Myönteinen minäkuva helpottaa avointa ja rohkeaa suhtautumista elämäänsä. Totuudenmukainen minäkuva eli realistinen käsitys omista kyvyistä, ominaisuuksista ja heikkouksista on yhteydessä hyvään itsetuntoon eli omanarvontunteeseen. (Vernerinet 2014.)

3.5.2 Taiteen mahdollisuuksia identiteetin käsittelyssä

Taide mahdollistaa Virpi Vesanen-Laukkasen (2004, 75) mukaan tarinoiden jakamisen toiselle ja samalla oman elämämme rakentamisen. Tarinoita jakamalla voimme lisätä ymmärrystä sekä omasta että muiden elämästä. Tarinoiden avulla pystymme toisaalta tuomaan jotakin asiaa itsessämme näkyväksi muille, mutta myös etäännyttämään omia kokemuksiamme, muistojamme ja tunteitamme, mikä mahdollistaa niiden omakohtaisen tarkastelun (Sava & Katainen 2004, 27, 29). Taidetyöskentely voi olla Inkeri Savan (2007, 122) mukaan sisäänpäin kääntynyttä itsen tutkiskelua, mutta samalla myös vuoropuhelua koko maailman kanssa. Taidetyöskentely edellyttää toisaalta katsomista lähelle eli omaan itseen, mutta samalla tulisi nähdä oma itse osana sosiaalista ja yhteiskunnallista kokonaisuutta. Sava (2004, 123) kertoo, että vaikka oman itsen ja elämän parissa työskentely taiteen avulla onkin henkilökohtaista ja yksilöllistä, voi teos tai teokset samalla ilmaista jotakin siitä sosiaalisesta kentästä eli yhteiskunnasta, kulttuurista ja aikakaudesta, jossa tekijä toimii. Tämä liittyy jokaisen oman minän ja identiteetin rakentumiseen vuorovaikutuksessa sosiaaliseen yhteisöön ja kulttuuriin sekä niihin olosuhteisiin, jotka yhteiskunnassa kulloinkin vallitsevat.

Omakuva on yksi kuvataiteen laji, joka on toisaalta perinteikäs, toisaalta alati muuttuva, ja jossa on aina hyödynnetty erilaisia välineitä. Samalla se on myös eräs itseilmaisun muoto. Omakuvassa tekijä on sekä subjekti että objekti eli kohde. Omakuvalla voidaan tarkoittaa esimerkiksi sellaista taiteilijan kuvaa, jossa taiteilija esittäytyy katsojalleen ja samalla tarkastelee itseään peilistä. Konkreettinen esimerkki omakuvasta voi olla esimerkiksi rinta- tai puolivartalokuvat. Omakuviin liittyy usein sarjallisuus, johon saattaa liittyä myös tietynlainen prosessuaalisuus. Omakuvina voivat toimia myös esimerkiksi virtuaalisesti toisille jaetut valokuvat. (Palin 2011, 10-11; Erävaara 2011, 32.)

Omakuvaan on liitetty itsetutkiskelua ja erilaisten näkökulmien esittämistä, kuten feministisiä kannanottoja tai suurten teemojen (kuten elämä, kuolema, rakkaus, kärsimys) tarkastelua. Omakuva voi olla myös niin sanottu antimuotokuva. Omakuvassa voidaan tarkastella identiteettikysymyksiä ja nykytaiteessa omakuvissa näkyväkin vahvasti ajatus identiteetin etsimisestä jatkuvana prosessina. Taiteilija voi näin ollen kysyä itseltään, millainen olen itselleni ja muille. Katsoja puolestaan peilaa näkemäänsä omakuvaa itseensä. (Palin 2011, 10-11; Erävaara 2011, 32-33.) Omakuvassa taiteilija laittaa tavallaan itsensä alttiiksi, mutta hän voi myös valita, mitä valitsee näytettäväksi muille. Omakuvatyöskentelyyn voi siten liittyä myös jakamisen dialogisuus, kuten edellä mainitussa omakuvan ja katsojan välisestä suhteesta. Vain itselle tarkoitettu omakuva voi olla ihan erilainen kuin muiden katsottavaksi valmistettu omakuva. (Erävaara 2011, 32-33.)

Omaelämäkerrallisuus liitetään teoksessa Taiteeksi tarinoitu oma elämä (Sava & Vesanen-Laukkanen (toim.) 2000, 24-25) ajatukseen ihmisen narratiivisesta identiteetistä. Se tarkoittaa sitä, että ihminen rakentaa kertomusta itsestään suhteessa muihin ihmisiin. Kertomuksemme on lähinnä oma tulkintamme itsestämme ja elämästämme eikä ehdottomasti totta. Jopa itseymmärryksemme voi rakentua tarinoiden avulla ja sen vuoksi on tärkeää sekä välittää omaa tarinaansa muille että kuulla muiden tarinoita ja sitä

kautta edelleen muokata omaa tarinaa. Tarinatyöskentelyä voidaan toteuttaa esimerkiksi erilaisten taiteiden keinoin. Tarinatyöskentely on merkityksellistä erityisesti silloin, jos ihmisen identiteetti ja minäkuva ovat kehittyneet hauraksi eikä hänellä ole silloin arvokasta kokemusta omasta itsestään. (Sava & Katainen 2000, 24-25.)

Inkeri Sava ja Arja Katainen (2000, 26-30) kertovat, että omaelämäkerrallisessa työskentelyssä tärkeää on löytää niitä asioita, jotka ovat omasta minästä totta itselle. Minuudella ei ole vain yhtä oikeaa ja totuudenmukaista muotoa vaan voimme tarkastella itseämme monista eri näkökulmista. Tarinatyöskentelyssä on yhtä lailla tärkeää se, mitä kerrotaan muille ja mitä jätetään kertomatta, kyse on pohjimmiltaan siis valinnoista. Taideperustainen tarinatyöskentely voi tapahtua esimerkiksi toiminnallisina keinoin, kuten draaman keinoin, tai symbolisina ja kuvallisina keinoin, kuten kuvataiteen tai kirjoittamisen avulla. Taiteen keinoin voidaan omaa minuutta toisaalta tehdä näkyväksi, toisaalta etäännyttää itsestä. Näkyväksi kerrottu tarina palautuu samalla itsellemme ja kykenemme tekemään sen pohjalta itsetutkimusta ja tulkintoja. Tämä voi parhaimmillaan edesauttaa ihmistä näkemään oma elämänsä uudessa valossa ja merkityksellisenä. (Sava & Katainen 2000, 26-30.)

3.6 Nuket taidemuotona

Suomen Nukkeyhdistys ry.:n (Suomen Nukkeyhdistys ry. 2015) mukaan sana ”nukke” on tarkoittanut alunperin kangaspalasta, jonka sisälle on laitettu sammalta. Nukkeja on valmistettu erilaisista materiaaleista, kuten puusta, kankaasta, savesta, nahasta, paperimassasta, vahasta jne. 1800-luvulla niitä valmistettiin posliinista, kunnes kumi ja guttaperka sekä myöhemmin muovi korvasivat sen tehdasvalmisteisten nukkejen valmistusmateriaaleina. Alunperin nuket näyttivät aikuismaisemmilta, kunnes 1800-luvulla yleistyivät lapsi- ja vauvanuket. Myöhemmin palasivat jälleen suosioon aikuisnuket, kuten Barbiet ja muut muovinuket. (Suomen Nukkeyhdistys ry. 2015.)

Akira Blount kuvaa kirjassa 500 handmade dolls. Modern explorations of the human form (2007, 6 – 8) taidenukkejen historiaa erityisesti amerikkalaisen nukketaitteen näkökulmasta. Nuket olivat aiemmin toimineet lähinnä leikkikaluna, mutta taiteilijoiden ottaessa ne taidemuodokseen ne alkoivat saada ihan uudenlaisia muotoja. Vuonna 1950 joukko taiteilijoita alkoivat kiinnostua nukketaitteesta ja he perustivat yhdistyksen nimeltä National Institute of American Doll Artists (NIADA), jonka yhtenä tavoitteena oli edistää nukketaitteen tunnettavuutta. He alkoivat valmistaa nukkeja, jotka kuvasivat ihmisiä eri arkitilanteissa. He haastoivat nukan ”idean”, konseptin, ja alkoivat kokeilla erilaisia tapoja yhdistellä uusia ja epätyypillisiä materiaaleja.

70- ja 80-luvuilla pehmeät materiaalit alkoivat nousta suosioon taidemateriaaleissa, mikä edelleen innosti taiteilijoita kokeilemaan niiden mahdollisuuksia erityisesti tekstiiliveistoksissa (eng. soft sculptures). Myös jotkut nukketaitelijat innostuivat tekstiilimateriaaleista nukketaitteesta ja se on edelleen suosittu materiaali nukketaitelijoiden keskuudessa. Myöhemmin

80-luvulta eteenpäin uudet materiaalit ja vanhojen materiaalien uudet käyttötavat ovat nostaneet päätään nukketäiteessä, mikä on edelleen monipuolistanut ja rikastuttanut nukkea taidemuotona. Polymeerimassanuket, ilma-kuivuvasta massasta muotoillut nuket, erilaisten esineiden käyttäminen kollaasien tapaan, altered doll art (muunneltu taidenukke) eli valmiiden nukkejen muokkaaminen taiteeksi, paperinukke taidemuotona... Nämä ovat vain joitakin taidenukkejen eri muotoja, joita on olemassa yhtä monta kuin on tekijääkin. (Blount 2007, 7 – 8.)

Taidenukeilla voidaan, aivan kuten millä tahansa taidemuodolla, ilmaista taiteilijan valitsemia asioita, kuten tunteita, ajatuksia, muistoja, tai ottaa kantaa johonkin asiaan. Nuket voivat olla minkä tahansa näköisiä, kokoisia ja tyyllisiä. Ne voivat olla realistisia, abstrakteja, ihmisiä tai ihmisen kaltaisia olentoja, eläimiä, fantasianukkeja, ja niin edelleen. Yleinen englanninkielinen termi OOAK (one-of-a-kind eli ainutlaatuinen) kuvaa sellaista taidenukkea, joka on valmistettu alusta alkaen itse eikä sitä ole tarkoitus monistaa esimerkiksi muottien avulla. (Eva Buchala 2008.)

3.6.1 Taidenuken monia muotoja

Kuten Akira Blount toteaa kirjassa *500 handmade dolls. Modern explorations of the human form* (2007, 8), taidenukkeitä on yhtä monta erilaista kuin on tekijääkin. Jo pelkästään kyseistä kirjaa selaamalla käy selväksi, miten eri tavoilla taiteilijat käsittelevät nukkeitä taidemuotona. Tekijänsä kädenjälki voi näkyä esimerkiksi materiaalivalinnoissa, tavoissa hyödyntää materiaaleja, aiheen valinnassa sekä aiheen käsittelyssä. Esittelen tässä kappaleessa joitakin taidenukkeitä tekijöitä, joilla on mielestäni hyvin erilaisia tapoja lähestyä aihetta ”taidenukkeitä”. Oma kiinnostukseni kohdistuu erityisesti sellaisiin nukentekijöihin, joiden nuket saavat ainakin jossain määrin omakuvallisia elementtejä tai joiden nukeilla näyttäisi olevan jokin mielenkiintoinen tarina tai sanoma kerrottavanaan.

Eräs mielestäni mielenkiintoisimmista nukketäiteilijöistä on Pamela Hastings, joka on nukken valmistuksen ja muun taidetyöskentelyn ohella työskennellyt myös toimintaterapeuttina. Hastings tulkitsee nukeissaan monenlaisia teemoja ja yhdistelee niissä enimmäkseen tekstiilimateriaaleja, erilaisia esineitä ja sekatekniikkaa. (Hastings 2015.) Esimerkiksi teos *Emerging* (Hastings 2015) kuvaa tekijän sanojen mukaan ”esille tulemistä” taiteilijana (eng. emergence), minkä tulkitsen tarkoittavan eräänlaista taiteilijan oman identiteetin kasvua ja voimistumista. Teos ”Mother, what did you want?” (Hastings 2015) puolestaan kuvaa yhteyden pitämistä ja irtipäästämistä. Teoksen äiti ja tytär ovat toisiinsa kiinnittyneitä, mutta samaan aikaan irrottautuvat toisistaan. Teos on osa taidenukkesarjaa, jossa Hastings käsittelee ihmissuhteita.

Margi Hennen puolestaan käsittelee ainakin joissakin nukeissaan feministisiä, yhteiskunnallisia ja henkisiä teemoja (Hennen 2009). Esimerkiksi nukke nimeltä *On a warm day in the Ephesian forest, Diana can unsnap her breasts, slip them into her tit bag and go on her way, offending no one* (Hennen 2009) on Hessenin vastine tapaukselle, jossa naispuolinen yliopistop opiskelija oli riisunut t-paitansa julkisella paikalla kuumun sään vuoksi ja

oli tämän johdosta tullut pidätetyksi. Nukessa nimeltä Mother warned me about fisnet stockings (Hennen 2009) taiteilija on hyödyntänyt väljästi omaa äitisuhdettaan. Molemmissa edellä mainituissa nukeissa on hyödynnetty tekstiilimateriaaleja, joita Hennen on itse muun muassa värjännyt ja kirjonut.

Niki Havekostin nuket tai kolmiulotteiset figuurit, kuten hän itse niitä nimittää (Havekost 2015), ovat ompelijanukkeja, joiden omakuvalliset merkitykset liittyvät taiteilijan kokemukseen naisidentiteetistä. Havekostin nuket ompelevat, korjaavat ja ovat itsekin prosessissa kesken. Niiden työvälit ovat samalla osa niiden kehoa, ja niiden, kuten ihmistenkin, kehot ovat myös työväliteitä. Nuket kuvastavatkin ihmiskehon ja työväliteiden suhdetta. Havekostin nukkejen tehtävänä on luoda, korjata virheitä ja muovata samalla maailmaa. (Havekost 2015.)

Jennifer Gould on tehnyt tekstiilitaidetta 80-luvulta asti. Hänen nukkensa kuvastavat hänen kiinnostustaan tekstiilimateriaaleihin ja eri tekniikoihin, joilla tekstiilejä on kautta aikojen työstetty. Nukeissaan hän yhdistelee itse värjäämiään ja painamiaan kankaita. Monilla hänen nukeillaan on yksityiskohtaiset taivuteltavat sormet ja huolella työstetyt kasvot. Hän kertoo monien nukkejensa saavan omaelämäkerrallisia teemoja. (Gould 2015.) Esimerkiksi kolmen nukan sarjassaan *Women in transition* hän on käsitellyt avioeroaan ja sen herättämiä tunteita. Kolme nukkea kuvastaa kolmea vaihetta, joissa liikutaan epätoivosta toipumiseen ja lopulta iloon siitä, että on selviytynyt ja taas onnellinen ”sinkkunainen”. (Ackerman-Haywood 2007.) Kirjassa *500 handmade dolls. Modern explorations of the human form* (2007, 377) esitellään Gouldin kolme omakuvanukkea *Self-portraits: 7th, 8th and 9th grades*. Hän on käyttänyt apunaan vanhoja valokuvia itsestään ja ikään kuin rakentanut itsensä uudelleen valokuvien pohjalta nukkemuotoon. Nukeilla on samanlaiset asut kuin Gouldilla valokuvissa ja hän on myös kuvansiirtotekniikalla siirtänyt kasvonsa valokuvista nukkeihin.

3.6.2 Taidenuken käytöstä taideterapeuttiseen toimintaan liittyen

Nukkea on hyödynnetty paitsi taidemuotona myös taideterapeuttisia piirteitä sisältävässä työskentelyssä ja omakuvatyöskentelyn välineenä. Tampereen seudulla järjestettiin vuonna 2010 ja 2012 kuvataiteilija Stiina Riihosen ideoima yhteisötaideprojekti, jossa osallistujat saivat rakentaa ohjatuissa työpajoissa kierrätys- ja luonnonmateriaaleista omakuvia. Projektissa pyrittiin kannustamaan osallistujia luovuuteen ja luottamaan omiin ideoihinsa. Valmiit omakuvahahmot ripustettiin näyttelyyn, jossa jokainen omakuva olisi samanarvoinen riippumatta tekijän taustasta. (Ihmisen kuva 2015.) Pispalassa vuonna 2010 järjestettyyn Ihmisen kuva –näyttelyyn sai myös jokainen halukas valmistaa omakuvanuden haluamallaan tavalla ja lähettää sen näyttelyyn ripustettavaksi. Omakuvanukke saattoi kuvata henkilöä realistisesti tai symbolisesti, se saattoi olla perinteisen nukkemäinen tai veistoksellinen. Kaikkiaan näyttelyyn tuli omakuva-aiheisia nukkeja yli 150:ltä ihmiseltä. (Ihmisen kuva - nukkenäyttely Pispalassa 2010) Projekti jatkui myös vuonna 2013 nuorille järjestetyissä työpajoissa (Ihmisen kuva 2015).

Pamela Hastings toimii opettajana tai mentorina hänen ja muutaman muun nukketaitelijan ylläpitämässä verkkopalvelussa Healing and Transformative Dolls. Sivusto tarjoaa muun muassa verkkokursseja, opastusta ja neuvontaa, kirjoja ja muuta aineistoa aiheesta ”parantavat nuket” (eng. healing dolls) (Healing and Transformative Dolls 2015). Hastings kirjoittaa (Hastings 2015) nukken valmistuksesta seuraavasti: Nukkeihin on kautta historian säilötty omia tunteita, toiveita ja tavoitteita. Koska nukke voi ottaa varsin primitiivisiä ja yksinkertaisia muotoja, ne voivat toimia erittäin tehokkaana välineenä ilmaisemaan syviä tunteita, parantavia ajatuksia ja keinoja päästä vaikeiden asioiden yli. Hänen mukaansa (Healing and Transformative Dolls 2015) nukke sisältää monia mahdollisuuksia kuvalliseen työskentelyyn riippumatta tekijän taustasta tai valmiuksista. Hastingsin mielestä nukken valmistuksen avulla on helpompi päästä käsiksi omiin tunteisiin ja käsitteisiin.

Vuonna 2008 amerikkalaisen Oscar Smith Middle Schoolin oppilaille järjestettiin projekti, jossa oppilaat voisivat käsitellä vaikeita tunteitaan tai traumaattisia kokemuksiaan valmistamalla eräänlaisia shamaaninukkeja (eng. medicine dolls). Taideterapeutti Christine K. Harris kertoo, että projektin aikana oppilaat saattoivat taiteellisen prosessin aikana löytää asioita, jotka tuovat toivoa elämään. Hänen mukaansa oppilaiden nuket eivät symbolisoineet ongelmia vaan edustivat tekijöidensä toiveita. Niiden ihmismäinen muoto ilmensi tekijöidensä tuntemuksia. Harris kertoo, että oppilaat oppivat paljon prosessin aikana, mikä on hänen mukaansa yksi väylä toipumiselle. Oppilaat myös nauttivat siitä, että saattoivat luoda jotakin omaa, ja tämä luomisen prosessi näytti sisältävän voimautumisen kokemuksia. (Feber 2008.)

4 OMAKUVANUKKEPROSESSIN ETENEMINEN

Kuvailen tässä kappaleessa, miten omakuvanukkeprosessini eteni aina valmiisiin omakuvanukkeihin asti. Tämä kappale keskittyy prosessin esittelyyn vaihe vaiheelta, kun taas prosessin perusteella tekemäni johtopäätökset esittelen vasta kappaleessa 6 Havaintoja ja päätelmiä omakuvanukkeprosessista. Valmiit nuket esittäytyvät varsinaisesti tarkemmin kappaleessa 5 Omakuvanukkeni esittely.

4.1 Prosessin lähtökohdat ja työskentelyn aloitus

Olin ennen omakuvanukkeprosessia valmistanut joitakin taidenukkeja, mutta en kuitenkaan ollut tehnyt niitä omakuvien muotoon. Nukkeni olivat fantasianukkeja ja täysin mielikuvituksen tuotteita. Oli siis mielenkiintoista, miten yhdistäisin nukken valmistuksen omakuvalliseen työskentelyyn. Olin aikaisemmissa nukeissani tavoitellut mahdollisimman esteettistä ja taitavaa lopputulosta. Koska opinnäytetyöni ominaispiirteenä oli kuitenkin oma taideterapeutin matkani, yritin olla asettamatta omakuvanukkejen tekniselle muodolle kriteerejä tai rajoitteita. Halusin nukkejen ilmaisevan itseäni sellaisena kuin minä olen eivätkä teknisyyden tai laatu olleet oleellisia. Tärkeintä oli, mitä minä haluan itsestäni itselleni (ja muille) kertoa. Kriteerien poisto antoi minulle vapauden toimia syvemmin ja laajemmin omakuvien parissa.

Kun opinnäytetyöprosessini oli vasta aluillaan, koin kuitenkin hankalaksi päästä käsiksi varsinaiseen omakuvalliseen työskentelyyn. Lainaus opinnäytetyöpäiväkirjastani: *”Teema. Punainen lanka. Polku. Jokin selkeä linja pitäisi olla, mitä seurata. Ettei aloitus olisi haparointia vaan enemmän johdonmukaisempi, tutkimuksellisempi. -- Joten aloita jostakin. Kaikki työskentely aloitetaan pienestä. Piirros katsoen kohdetta, ei paperia. Väärän käden piirros.*

Tai aloita läheltä, tästä päivästä, nykyhetkestä. Tämän hetken omakuva muuttuu heti menneisyydeksi. Tämän hetken tunteet, valo, varjot, ympäristö, ajatukset (kirjattuna pään sisään), tukka, vaatteet, iho, äänet jne. Poispyyhkäisty hetki.” Kaipasin aloitukselle selkeyttä ja jotakin linjaa, jota pitkin kulkea. Luovassa toiminnassa olen usein kuullut käytettävän termiä ”tyhjän paperin pelko”, mikä tietyllä tavalla kuvasti myös omaa olotilaani. Vaihtoehtojen ainakin näennäinen äärettömyys tuntui pelottavalta, mutta koetin pitää mielessäni, ettei ole yhtä oikeaa tapaa aloittaa luova työskentely.

Kirjoitin opinnäytetyöpäiväkirjaan 7.4.2015 omakuvatyöskentelystä seuraavasti: *”Liian syvälle meneminen pelottaa, mutta en halua häilyä liiaksi pinnallakaan. Todellisten tunteiden ja minuuden kohtaaminen edellyttää rehellisyyttä ja voimaa katsoa itseään oikeasti silmiin. Se on matka, löytöretki, pyhiinvaellus. (Leikki, oivallus.)”*

Päiväkirjamerkinnässäni olen pohtinut, mitä minulle merkitsee omakuvallinen työskentely. Olen ajatellut sen vaativan rehellisyyttä tarkastella itseäni sellaisena kuin olen. Olen toivonut itseltäni rohkeutta tähän tarkasteluun, jotta omakuvallinen työskentely ei jäisi liian kevyeksi ja pintapuoliseksi. Työskentelyyn on liittynyt vaarana myös ”liian syvälle meneminen”, jolla arvelen tarkoittaneeni sitä, että jäisin ”märehtimään” jotakin itseäni ja elämäni liittyvää asiaa niin, että työskentely ei etenisi. Silti olen toiveikkaasti kirjoittanut, että omakuvallinen työskentely voi parhaimmillaan tarkoittaa ”matkaa, löytöretkeä, oivallusta”.

4.2 Omakuvista nukeiksi

Päiväkirjamerkinnät jatkuvat 7.4. näin: *”Onko (itse)petosta valita, mitä esittää itsestään muille? Paras puoli, jolloin muut jäävät piiloon? Vai onko se pakko, jotta minuun säilyy vahingoittumana? Eihän kaikkia minuuden puolia voi sulloa yhteen teokseen!*

Apua – en minä ole näin ohut! Olen enemmän, paljon enemmän. Mutta sitä eivät muut voi tietää, ellen sitä näytä. Tällainen olen, kun... Aamuisin minä... Joskus haluaisin... Silloin tunsin itseni...

Olen vene, joka keikahtelee, mutta säilyttää tasapainonsa.”

Prosessin aikana pyrkimykseni oli käsitellä elämäni ja itseäni mahdollisimman monesta eri suunnasta ja näkökulmasta, jotta saisin työskentelystä enemmän irti. En halunnut työskennellä pelkästään yhden aiheen, kuten esimerkiksi lapsuuden, parissa vaan antaa prosessin itsensä johdattaa minua.

Tavoitteenani oli tunnustella ennen työskentelyn aloittamista sen hetkistä olotilaani, tunteitani ja mietteitäni, ja valmistaa niiden pohjalta nukke. ("Tällainen olen, kun..., Joskus haluaisin...", ja niin edelleen.)

Pyrin siis kysymään itseltäni: mikä minun tarinoistani kaipaa tällä hetkellä ulostuloa ja käsittelyä? Toisinaan tämä tunnustelu tapahtui luonnoskirjaan piirtämällä tai sitä selailemalla, joskus taas annoin omien ajatusteni lipua elämäni ja omaan itseeni ja toisinaan kirjoitin päässäni liikkuvia ajatuksia ylös. Aluksi taltioin luonnoskirjaani enimmäkseen eri tekniikoilla toteuttamiani omakuvia, jotka useimmiten heijastelivat sen hetkistä olotilaani. Myöhemmin luonnostelin omakuvia selkeästi enemmän nukkejen muotoon eli hahmottelin omakuvani ikään kuin valmiiksi nukken valmistusta varten. Sekä luonnoskirja että opinnäytetyöpäiväkirjani kulkivat mukanani koko prosessin ajan. Molemmat taltioivat ikään kuin otoksia sen hetkisestä elämäntilanteestani ja ajatuksistani. Samalla pystyin jäsentämään näitä ajatuksia ja kokoamaan niitä yhteen. Ammensin luonnoskirjasta ja päiväkirjasta läpi prosessin ideoita omakuvanukkeihin ja päädyin selailemaan niitä aina, kun tunsin olevani jumissa.

Pelkät luonnokset eivät kuitenkaan tuntuneet riittävän nukken valmistusta alustamaan tai inspiroimaan. Lainausta opinnäytetyöpäiväkirjastani: *"Liian pitkään en voi jäädä (oma)kuvien ääreen, pitää rientää nukkejen luo. Mistä lähtisin liikkeelle? Miten kuvista pääsee kolmiulotteisuuteen?"* Kuilu paperilla olevien omakuvien ja kolmiulotteisen nukken välillä tuntui suurelta. Mikä siis neuvoksi? Tässä kohtaa avuksi tuli opinnäytetyöpäiväkirjani, johon taltioin mietteitäni 2.5.2015 seuraavasti: *"Olen liian lähellä. Liian lähellä nähdäkseni tarkkaan, millaiseksi omakuvani luonnoskirjassa ovat muodostuneet. Tarvitsen enemmän aikaa nähdäkseni juonen, kaaren, muutoksen. Missä olen ollut, mihin olen menossa?"*

Onko ylipäänsä mitään välinettä, jolla itsereflektioon voisi syventyä helpommin? Käsillä oleva oppimispäiväkirja ehkä paljastaa jotain, mutta miten saada yhteys omiin kokemuksiin? Tavallaan pitäisi päästä riittävän etäälle, jotta näkee lähelle – ja kauas. Auttaisiko kuvan pohjalta kirjoittaminen – ajatusvirtana? Pääsisinkö silloin käsiksi itseeni? Nousisiko jostain kuvasta runo?"

Aiheen pohtiminen, siitä kirjoittaminen ja paperille hahmotteleminen auttoivat syventämään aihetta entisestään. Kirjoittamisen avulla pystyin kysymään itseltäni: "Mitä tämä asia merkitsee itselleni?" Otan esimerkiksi ensimmäisen nukkeni, jota käsittelin sekä kuvallisessa että sanallisessa muodossa. Olen kirjoittanut opinnäytetyöpäiväkirjaan seuraavasti: *"22.5. Symbolit, mielikuvat – merkitykset. Olen aloittanut nukken valmistuksen. Aiheena on minä toukkana, ei vielä halukkaana muutokselle (metamorfoosi). Muutos on pakollinen, mutta pelottava. Mitä tulevaisuus tuo tullessaan? Joskus olisi vain helpointa säilyä turvallisella vyöhykkeellä ilman riskinottoja. -- Käpertyä itseeni, ihan pieneksi vain, älkää minua huomatto..."*

Merkitykset. Valitsin toukan, koska se kuvastaa perhosen kehityksen alkuvaihetta. Olen käpertyneenä niin kuin toukka, minulla on toukan muoto, tassut, tuntosarvet. Yhtä avuton." Kirjoittamisen avulla avasin itselleni, mitä

minulle merkitsee tässä tapauksessa olla toukka. Aiheen sanallistaminen toi lisää merkityksiä työskentelylle ja omat käsitykseni ja mielikuvani aiheeseen liittyen laajenivat. Olin myös aiemmin hahmotellut kaksi luonnosta itsestäni toukkana (Kuva 1. Minä toukan hahmossa). Kuvien avulla olin lähestynyt aihetta värien, muotojen, piirteiden, asennon, ilmeen jne. kautta, joita hyödynsin myös nukan valmistuksessa.



Kuva 1. Minä toukan hahmossa.

Kirjoittamisesta ylipäänsä muodostui tärkeä apuväline madaltamaan kynnystä varsinaisen nukan valmistuksen aloittamiselle. Kirjoitin ylös mielenkiintoisia sanoja, toiveitani ja haaveitani, muistojani ja huomioitani. Kirjoitin myös erään runon sekä unen, jonka pelkäsin unohtavani. Nukkeprosessin aikana kokeilin muitakin keinoja tarkastella itseäni ja elämääni. Nukesani nimeltä Miniminä käytin inspiraationa ja mallina lapsuuden valokuvaa itsestäni. Jotkut nukeista ovat saaneet inspiraationsa siitä, kun olen tarkastellut ja tunnustellut jotain tiettyä esinettä tai materiaalia.

Kaikki kokeilut eivät kuitenkaan johtaneet varsinaisen nukan syntymiseen. Kokeilin esimerkiksi oman aikajanan piirtämistä puun muotoon, jonka oli tarkoitus antaa virikkeitä nukan valmistukseen. Kirjoitin puun oksille ja runkoon elämäni varrelta tärkeimpiä tapahtumia. Sen pohjalta ei kuitenkaan syntynyt nukkea, sillä koin aikajanan tekemisen kaavamaiseksi ja turhankin tekniseksi. Toisessa kokeilussa väritin liiduilla A3-kokoisen paperin käyttäen sellaisia värejä, jotka sillä hetkellä tuntuivat kiinnostavilta. Paperista leikkasin ihmisen siluetin, jonka liitin toiseen paperiin, johon olin piirtänyt liiduilla sisäkkäisiä ympyröitä. Syntyneen teoksen oli tarkoitus kuvata voimainää, mutta senkään pohjalta ei syntynyt varsinaista nukkea. Nämä kokeilut olivat silti hyödyllisiä, sillä saatoin niiden kautta syventyä omaan itseäni eri näkökulmista käsin ja kokeilla mitkä tavat toimivat parhaiten omalla kohdallani ja mitkä eivät toimineet ollenkaan.

4.3 Nukkejen valmistusprosessi

En ollut suunnitellut tarkasti etukäteen, minkälaisia nukkeja ja kuinka monta nukkea tulisin prosessissa tekemään vaan nuket syntyivät vähitellen prosessin edetessä. Luotin siihen, että nuken aihe valikoituisi sen mukaan, mitä kulloinkin pidin tärkeänä tai mielenkiintoisena. Aluksi en halunnut myöskään rajata liikaa materiaaleja, sillä pyrin pitämään mieleni avoinna ja antaa työskentelyn johdattaa johonkin suuntaan. Halusin kokeilla, kuinka monella eri tavalla voisin aikataulun puitteissa – valmistin nukkeja noin kolmen kuukauden aikana – omakuvaani käsitellä. Sen vuoksi myös nukkejen lopullinen määrä sai jäädä avoimeksi.

Aihe ja sen pohjalta syntyneet mielikuvat antoivat nukelle aineksia sen ulkoiseen olemukseen ja muotoon. Esimerkkinä käyttämäni toukka sanallistui lapsenomaiseksi, pyöreäksi, avuttomaksi hahmoksi, joka on itseensä käperlynyt. Piirroksessa hyödynsin pehmeitä ja hempeitä värejä ja käärin toukan kapaloon. Kasvot jätin osittain piiloon. Kuvaa tuki sana: ”Turvapaikka”. Valmis nukke muotoutui toukkamaiseen asentoon, kasvot piilotin osittain myssyn taakse, toukan avuttomuutta korostaakseni en tehnyt sille lainkaan käsiä tai jalkoja.

Annoin kunkin aiheen tai teeman johdatella minua myös materiaalien valinnoissa. Kirjoittamalla, piirtämällä tai muulla tavalla työstetyt mielikuvat, tunteet ja muistot vaikuttivat, mitä materiaaleja kussakin nukessa käytin ja mitä niiden avulla halusin ilmaista. Esimerkiksi toukkanukessa liikuin niin vahvasti lapsuudessani, että päädyin käyttämään nukessa osana lapsuuteni rakasta ja risaista yöpaitaa. Eräässä toisessa nukessani, Minun muusassani, olen valinnut kankaat minua miellyttävien värien perusteella. Lähtökohtana on ollut ajatus muusasta innostavana ja inspiroivana hahmona, joka olisi samalla haaveideni nukke ja luovuuden innoittaja. Sen vuoksi halusin hyödyntää nukessa niitä värejä, muotoja ja yksityiskohtia, joista pidän ja jotka ovat minusta kauniita.

Tekstiilimateriaalit päätyivät päämateriaaleikseni parin ensimmäisen nuken jälkeen, kun huomasin käytännöissä esimerkiksi ilmakuivuvan massan kuivumisajan hitauden. Päivän sankari –nukessa olin kokeillut tehdä kokonaista nukkea massasta, mutta sen kuivumisessa kesti liian kauan ja aloin kiinnittää nukessa liikaa huomiota anatomisiin seikkoihin ja mittasuhteisiin, mikä häytti omakuvallista ilmaisua. Nukesta myös puuttui jonkinlainen pehmeys ja joustavuus, mistä valmiissa nukeissa erityisesti pidin. Kaikissa nukeissani tekstiilit päätyivät pääasiallisiksi materiaaliksi muistakin syistä. Ensinnäkin koin ne monipuolisiksi, koska niihin voisi yhdistää monenlaisia tekniikoita. Toiseksi pidin tekstiilien pehmeystä ja käsinkosketeltavuudesta, mutta toisaalta ne myös mahdollistivat erilaisten pintakäsittelyjen ja muokkausten kautta pintojen vaihtelevuuden. Kolmanneksi tekstiilejä oli helppo löytää kierrätettyinä, jolloin työskentely säilyi edullisena ja ekologisena.

Tekniikoiden valinta määrittyi sekä käytettävien materiaalien mukaan että teeman tai aiheen mukaan. Tekstiilien käyttö itsessään jo rajasi tekniikoita, mutta samalla työskentely pysyi paremmin kasassa, kun pystyin toimimaan rajatummalla alalla ja tekemään siinä valintoja. Päätin esimerkiksi Päivän

sankari –nukkeni kohdalla, että halusin maalata hänen vaatteensa akryyli-maaleilla, jotta saisin värien ja yksityiskohtiensa puolesta aikaan juuri sen vaikutelman, jota nukke tarvitsi. Nukkejen kasvojen kohdalla pyrin aina ko-keilemaan jotakin uutta tekniikkaa (piirtämistä, maalaamista, kirjontaa, muovailua, tilkkutyötä jne.), mutta samalla koettaa saada nukelle aikaan tietynlainen ilme ja tunnelma.

Jokaisen nukan kohdalla olen tehnyt valintoja sen suhteen, mitä osia olen halunnut nukkeeni liittää tai jättää pois. Esimerkiksi joillakin nukkeillani ei ole lainkaan käsiä tai jalkoja. Olen myös liioitellut joitakin piirteitä, kuten pään kokoa tai vartalon pituutta. Olen pyrkinyt yksinkertaistamaan ja tyy-littelemään nukan muotoa ja osia, sillä pyrkimyksenäni ei ole ollut tehdä realistista jälkeä vaan keskittyä ilmaisemaan jotain minulle tärkeää. Kaiken kaikkiaan olen antanut nukan aiheen, tarinan ja teeman johdattaa minua sii-hen suuntaan, mikä on ollut nukan kohdalla tarpeellista.

Nukessa tärkeintä minulle oli ilmaista konkreettisessa muodossa jotakin omakuvaani liittyvää asiaa. Useimmat nukkeista saivat selkeästi omia piir-teitäni kasvojeni ja hiusteni muodossa, mutta toin omakuvallisia tekijöitä mukaan myös värien, symbolien ja muotojen avulla. Jälleen kerran pohdin tekemisen yhteydessä, mitä eri värit, symbolit, muodot, jne. edustavat mi-nulle. Kyse oli siis minun itseni antamista merkityksistä erilaisille asioille. Esimerkiksi pehmeät materiaalit ja muodot toivat mielestäni turvallisuuden tunnetta toukkanukkeen, viitta ja mitali symboloivat Päivän sankari –nukes-sani minulle sankarillisuutta ja rohkeutta ja sudenkorento ja kämmenten ku-vat edustivat Sudenkorenon pelastaja –nukessani suojelemista ja pienten olentojen puolustamista.

4.4 Omakuvanuken maailma valokuvissa

Prosessin loppupuolella päätin ottaa uuden ulottuvuuden työskentelyyn ja valokuvata omakuvanukkejani niiden ”luonnollisessa” ympäristössä. ”Luonnollisella” tarkoitan tässä tapauksessa nukkeille ominaista, tuttua ja merkityksellistä ympäristöä. Tämä valokuvauksen tapa sai innoituksensa Miina Savolaisen voimauttavan valokuvan menetelmästä, josta olen kerto-nut tarkemmin kappaleessa 3.3.2 Valokuvaus taideterapiassa ja voi-mauttavan valokuvan menetelmä. Toivoin valokuvan avulla antavani äänen lisäksi nukelle mahdollisuuden näyttää itsestään piilossa olevia ominai-suuksia. Toisin sanoen toivoin nukan tavallaan heräävän henkiin valoku-vien välityksellä. Samalla heijastaisin omia tuntojani nukkeen, ja nukesta ulospäin. Loppujen lopuksi se tapa, jolla nukke katsoo ulos kuvasta, on tapa jolla minä katson maailmaa.

Käytännössä lähestyin asiaa siten, että tarkastelin ja tunnustelin aluksi konkreettisesti nukkea käsissäni. Pyrin löytämään intuitiivisesti sen jonkin olennaisen nukessa, jota voisin valokuvan välityksellä käsitellä. Joidenkin nukkejen kohdalla lähdin etsimään ulkoa jonkin puhuttelevan paikan ku-vaukselle, joidenkin nukkejen kohdalla kuvauspaikka tai –kohta löytyi lä-hempää. Joskus nukke paljasti todellisen luontonsa vasta monen yrityksen ja kuvauspaikan jälkeen ja heräsi henkiin vasta tietynlaisessa ympäristössä. Joskus taas nukan ”sisäinen maailma” löytyi hyvinkin helposti. Koko ajan

pyrin kuitenkin kysymään itseltäni (ja nukelta): ”Mitä minä tahdon kuvalla sanoa?” ja ”Miten nukan syvin olemus pääsee parhaiten esille?”

4.5 Näyttelyn rakentaminen

Näyttelyn tavoitteena oli jakaa taideterapeuttisen matkani loppupuolella prosessissa syntyneitä omakuvia muiden, siis näyttelyvieraiden, kanssa. Tavoitteena oli tehdä näkyväksi kokemaani prosessia ja antaa omakuvaukeille mahdollisuus päästä esille, mikä antaisi lisää arvoa ja merkitystä koko prosessille ja nukelle. Näin nuket eivät jäisi piiloon vaan pääsisivät osaksi myös näyttelyvieraiden kokemusmaailmaa. Nukkejen lisäksi näyttelyyn pääsi esille myös nukkeista ottamani ”sisäisen olemuksen” valokuvat ja luonnoskirjastani valikoituja omakuviani, sillä halusin näyttelyssä olevan mahdollista tutustua koko prosessiin alun luonnoksista valmiisiin nukkeihin asti. Näyttelyyn tekemäni juliste löytyy liitteistä (ks. Liite 1. Näyttelyjuliste).

Ajatus omakuvien näyttelystä oli herättänyt minussa sekalaisia tunteita läpi prosessin. Varsinkin prosessin alussa olin jännittänyt sitä, millä tavoilla näyttelyvieraat ottaisivat vastaan valmistamani nuket. Olin myös pohtinut, mitä kaikkea omakuvien esille laittaminen minulle merkitsi. Lainaus opinäyttelyöpäiväkirjastani prosessin alkupuolelta: *”Näyttely? Julkinen henkilökohtainen tulkinta omasta itsestä. Jotain laitetaan alttiiksi katseille, katsojan kokemuksille, tunteille, muistoille, ajatuksille. Ollaan ihan paljaana ja suojamuurit on revitty auki. Henkilökohtainen alastomuus, ujous, pelot, toiveet. Miten ne vastaanotetaan?”*

Toisaalta voi olla vapauttavaa. Katso, tällainen olen – sitä sinä et tiennyt. Voi ottaa useita naamioita, identiteettejä, en ole vain yksi – ”En minä aina ole sama”. Kaikkien kuvien/teosten kokonaisuus muodostaa vain pienen raapaisun minusta.”

”Mitenhän nämä mielikuvat avautuvat yleisölle? Kykenevätkö he tunnistamaan tietyt elementit, jotka kertovat haluamani tarinan? Vai löytävätkö he ihan uusia merkityksiä, tarinoita? Haluaisin kerätä heidän ajatuksensa ja tarinansa talteen... Ja miten työn nimi vaikuttaa lopulliseen tulkintaan? Pitäisikö sen olla sellainen, joka on sopivan moniselitteinen eikä rajaa liikaa tulkintaa?”

Ajatuksistani voi huomata, että olen etenkin prosessin alkupuolella ehkä liikaakin miettinyt sitä, mitä kävijät mahdollisesti nukkeistani ajattelisivat. Huoleni ovat liittyneet turvattomuuden tunteeseen siitä, että omakuvat ovat vapaan tulkinnan ”armoilla” eli katsoja voi tulkita omakuvaani ilman että voin tulkintaan mitenkään vaikuttaa. Olen nukkeissani pyrkinyt kertomaan itsestäni tietynlaisia tarinoita, joiden olen toivonut välittyvän myös katsojille. Toisaalta olen myös iloinnut siitä mahdollisuudesta, että voin jakaa ihan erilaisia ja ehkä uusiakin piirteitä itsestäni.

Olin myös etukäteen pohtinut sitä, ovatko nuket teknisesti tarpeeksi ”laadukkaita” tai ”hyviä” ja täyttävätkö ne odotuksia siitä, millainen on taide-

nukke. Omakuvan arvo ei kuitenkaan syntynyt teknisestä osaamisesta, huolellisuudesta tai taidoista vaan itse nuket ja niiden sisältämät merkitykset olivat jo sellaisenaan merkityksellisiä ja tärkeitä. Näyttelyn rakentaminen edellyttikin minulta asenteen ja ajattelun muutosta, että pystyin hyvällä omallatunnolla esittelemään nuket sellaisenaan kuin ne valmiina olivat. Näyttelyn ollessa valmis olinkin enemmän huojentunut siitä, että nuket olivat löytäneet paikkansa ja saivat viimein esittäytyä kävijöille. Se, millaisena nuket lopulta näyttäytyisivät heille, oli lopulta täysin riippuvainen kävijöistä itsestään.

Näyttelyn tarkoituksena ei ollut kerätä varsinaista palautetta näyttelyn onnistumisesta, sillä se ei mielestäni sopinut taideterapeuttiseen prosessiin. Pysin kuitenkin saamaan enemmän irti näyttelyvieraista pyytämällä heitä kirjoittamaan, millaisia ajatuksia, kokemuksia ja kenties muistoja heissä nukkeni herättäisivät. Toiveenani oli, että näkisin tällä tavalla nukkeni heidän silmillään ja heidän kokemustensa kautta, jolloin ne voisivat saada jälleen uusia merkityksiä. Näyttelykävijöiden kokemuksia ja ajatuksia varten varasin näyttelytilaan vihon ja paperilappuja, joihin ohjeistin kävijöitä kirjoittamaan.

5 OMAKUVANUKKENI ESITTELY

5.1 Toukan uni

Nuken kuvaus opinnäytetyöpäiväkirjastani:

”Ensimmäinen nukeista symbolinen omakuva lapsuudestani. Toukan hahmo, lapsen pyöreys. Avuttomuus – kerämainen asento, ei jalkoja tai käsiä, liikkumattomuus. Kuitenkin pyrkimys muutokseen (perhosen metamorfoosi) – kuori halkeaa ja sisältä pursuaa siivet.”

Toukan unessa (Kuva 2. Toukan uni) olen lähestynyt lapsuuttani pukemalla itseni toukan hahmoon. Päälläni on vanha lapsuuden yöpaitani, joka jatkuu pitkänä laahuksena. Olen muokannut yöpaitaa siten, että mahdollisimman paljon siitä säilyisi sellaisenaan. Esimerkiksi yöpaidan hihansuusta tein nukelleni hupun. Vanhan yöpaitani muokkaaminen ja leikkely oli, vaikka se tuntui aluksi vaikealta, merkityksellinen tapa säilyttää muistojani uudessa muodossa.

Toukka on toisaalta kirjaimellinen kuvaus toukan ulkoisesta olemuksesta tuntosarvineen ja raajattomien vartaloineen, mutta symbolistisella tasolla se kuvastaa tietynlaista avuttomuutta ja pysähtyneisyyttä. Yöpaita, herkä materiaalit ja hempeät värit antavat viitteitä lapsuudestani ja liittyvät vahvasti omaelämäkerralliseen työskentelyyn. Ne antavat viitteitä ajatuksiini ja muistoihini siitä, millaista minusta oli olla lapsi. Olen pyrkinyt toukan kasvonpiirteissä ja hiuksissa noudattelemaan omia piirteitäni, mikä tuo nukken lähemmäksi itseäni. Käytin myös räikeitä värejä ja raitakangasta, jotka minulle nukessa edustavat muutosta ja kapinaa kaikkea totuttua ja turvallista kohtaan.

Käytin nukessa seuraavia materiaaleja:

- istuintyynyä nukken sisällä, muokattu kieputtelemalla ympärille vahvaa narua
- vanhaa yöpaitaa, kangasväriä tylliä, pitsiä, nauhoja
- ilmassa kuivuvaa massaa kasvoissa, kasvot olen maalannut vesiväreillä ja suihkuttanut lopuksi fiksatiivia päälle
- kirjontalankaa, helmiä, nappeja, korunosia



Kuva 2. Toukan uni.

5.2 Puen kesän ylleni

Nuken (Kuva 3. Puen kesän ylleni) kautta käsittelen kuluvaa kesää, jonka aikana omakuvanukkeprosessi on ollut käynnissä. Nukke liittyy myös Ko-keileva käsityö -kurssiin, jota suoritin kesän 2015 aikana. Olen käyttänyt nukessa pääasiassa kierrätettyjä materiaaleja ja hyödyntänyt siinä erityisesti omia materiaalejani, kuten yöpaitaa, t-paitaa ja vanhoja vuodevaatteita. Nuken puku koostuu kolmesta erikseen kudotusta ”räsymatosta”, jotka on ommeltu yhteen. Puvussa on käytetty mm. seuraavia materiaaleja: vanhaa yöpaitaani, rikkiäistä huivia, lahjapaperinauhaa, muovipussia, lakanakan-gasta, häämekosta lyhennettyä suikaletta, kengännauhoja ja karkkipaperia. Osin samoja materiaaleja on käytetty myös muualla nukessa, eli koko nukke on oikeastaan yhdistelmä vähän kaikkea, mitä olen käsiini saanut.

Nuken valmistuksessa merkityksellistä itselleni oli juuri omien muistoma-teriaalien käyttö vaikka koin rakkaiden muistojen repimisen suikaileiksi myös surullisena. Kirjoitin opinnäytetyöpäiväkirjaani 26.5. seuraavasti: *”Materiaalien repiminen – muistojen repiminen? Miten pahalta tuntuu, repiä vanhoja vaatteita, jotka ovat tosin rikkiäisiä ja kuluneita. Esim. yöpaita ja ilvespaita. Entä jos pilaa ne? Vai antaako niille uuden elämän? Liittää osaksi jotain merkityksellistä?”*

Miten vaikeaa se oli, kun aloin repiä yöpaitaa? Sisältä kuului parkaisua ”Eiiii!” , kun jotain olisi mennyt sisältä rikki. Mutta se oli tehtävä. Eikä se myöhemmin ollutkaan niin kamalaa.” Repiminen on siis ollut aluksi tuskal-ista, mutta myöhemmin huojentavaa. Olen sitä kautta tuonut uusia merki-tyksiä rikkiäisille teksteille, jotka muuten olisivat päätyneet roskiin.

Materiaalit nukessa toimivat omakuvallisina, omaa elämää kuvastavina, te-ki-jöinä, mutta olen pyrkinyt tuomaan nukkeen myös omia fyysisiä piirtei-täni. Myös oma suhtautumiseni kesään ja sen tuominen konkreettiseen muo-toon värien ja materiaalien kautta on tavallaan ollut omakuvallista työsken-telyä. Kirjoitin nukesta seuraavanlaisesti: *” Nimesin nukkeni lopulta ”Minä pukeudun kesään”, sillä muistot ovat niitä, jotka kesästä säilyvät. Kauniim-matkin kesävaatteet jäävät pieniksi tai rikkoutuvat, kukat kuihtuvat ja vähi-tellen lämpimät ilmat muuttuvat syksyisiksi ja valon määrä vähenee. Jos voisin säilyttää kesästä jotain, olisivat ne muistot väreistä, kukkien runsau-desta, tuoksuista ja iloisista hetkistä. Siispä puen ne (vertauskuvallisesti) ylleni, jotta ne ovat aina mukanani.”*



Kuva 3. Puen kesän ylleni.

5.3 Sudenkorenon pelastaja

Sudenkorenon pelastajassa (Kuva 4. Sudenkorenon pelastaja) olen lähestynyt omakuvaani valitsemalla erään muiston, jonka pohjalta lähdin työstämään nukkea. Nukessa olen yhdistänyt oman muiston tarkastelua ja sen tuomista vertauskuvien kautta näkyväksi. Muiston mukaisesti pyrin tekemään nukestani pienempiä suojelevan hahmon, jolla olisi niitä ominaisuuksia, joita toivoisin itseltänikin löytyvän. Nuken muodoksi olen valinnut jotain turvallista, pyöreää ja tukevasti pystyssä seisovaa. Nukella on lempeät kasvot ja käsi valmiina vastaanottamaan ja suojelemaan. Tummat värit toimivat vastakohtina valkoisen puhtaudelle ja viattomuudelle. Nukessa on myös jotain mystistä ja salaperäistä, ehkä hänen oma sisäinen maailmansa, joka ei ulospäin näy.

Nukessa on käyttänyt seuraavia materiaaleja:

- istuintyynyä nuken sisällä
- kangasta, pitsiä
- ilmassa kuivuvaa massaa
- metallilankaa, valkoista sukkahousua



Kuva 4. Sudenkorenon pelastaja

5.4 Päivän sankari

Päivän sankarin (Kuva 5. Päivän sankari) voisin ajatella liittyvän jollain tavalla edelliseen nukkeeni, joka oli elämän puolustaja tai suojelija. Tässä nukessa pohdin puolestaan, millaista olisi olla sankari. Minulla olisi ehkä sankarin viitta ja kruunu sekä kaulassani tietenkin mitali. Kuitenkin sankariksi tuleminen vaatii työtä ja urotekoja. Olisinko sittenkin oman elämäni sankari tai kenties sellainen ”pullamössösankari”, joka on hieman liian mukavuudenhaluinen tehdäkseni mitään sankaruutensa eteen?

Olen lähestynyt omakuvaani omien mielikuvieni kautta sankaruudesta ja toisaalta tarkastelemalla omaa elämääni humoristisin ottein. Nuken muodon olen pyrkinyt pitämään jälleen yksinkertaisena enkä antanut nukelleni lainkaan käsiä. Nuken kasvot olen tehnyt vesiliukoisilla puuvärikynillä, hänen ilmeensä olen koettanut tehdä pohdiskelevaksi ja haaveilevaksi. Olen kuitenkin halunnut pitää kasvonpiirteet lähellä omia kasvojani vaikka olenkin liioitellut esimerkiksi silmien kokoa. Yksityiskohtien, kuten vartalon maalattujen tikkien ja viitan kirjontapistojen, avulla olen halunnut tehdä nuketani hieman lelumaisen ja lapsenmielisen. Viitassa olen jatkotyöstänyt tavallista yksiväristä kangasta painamalla sormenjälkiäni siihen kangasväreillä. Nukessa olen värien kautta halunnut edelleen korostaa sankarin naiiviutta.

Nukessa olen käyttänyt:

- puuhaarukkaa nuken runkona, vanua
- valkoista trikoota nuken ihona
- gessoja ja akryylimaaleja
- vesiliukoisia puuvärikyniä
- tilkkukangasta viitassa, kangasvärejä, kirjontalankaa
- ilmakuiuvuvaa massaa ja akryylimaaleja mitalissa
- nauhoja, helmiä, villalankaa



Kuva 5. Päivän sankari.

5.5 Mutanttilapsi/Sulotar

Mutanttilapsi/Sulotar (Kuva 6. Mutanttilapsi/Sulotar) on lähtenyt liikkeelle oman itseni ja erityisesti kehoni tarkastelusta tiettyssä hetkessä. Tavallaan on ollut kyse siitä, mitä ja miten minä ajattelen itsestäni nyt. Valintojani muodon, materiaalien ja yksityiskohtien suhteen ovat ohjanneet nämä ajatukset itsestäni ja niille antamani symboliset eli vertauskuvalliset merkitykset. Sarvikuono, pullonkorkki, iso jalka ja käsi. Hiusten yksinkertaisuus, riemukas ilme.

Olen nukessa pyrkinyt tietoisesti karsimaan yksityiskohtia minimiin ja tuomaan niitä vain sen verran, kuin olen nuken tarinan verran katsonut tarpeelliseksi. Alkusysäyksen nukelle antoi sarvikuonon muotoisen puuesineen löytyminen, jonka tarkasteleminen ja käsissä pyörittely antoivat kipinän tietynlaisen persoonan syntymiselle. Vaikka näen nukessani tietynlaista itse-kritiikkiä, huokuu siitä silti vahvemmin myönteisyyden voima.

Nukessa olen käyttänyt:

- tilkkukangasta ja yksiväristä kangasta, vanua
- kangasväriä ja sarvikuonon muotoista puuesinettä leimasimena
- helmiä, painonappeja
- tusseja
- pitsiä



Kuva 6. Mutanttilapsi/Sulotar.

5.6 Keräilijäsielu

Nuken (Kuva 7. Keräilijäsielu) tarkoituksena on kuvata keräilijäluonnettani eli uteliaisuuttani kaikkea outoa, tarpeetonta ja kiinnostavaa kohtaan. Kosin nukkea varten yhteen erilaisia pienesineitä, joita olen aiemmin löytänyt ja laittanut talteen. Nukkeen on ”arkistoitu” linnunsulka, korallinpala, nyöriä, nahkaa, pieni avain, koru ja nappeja. Pidin nukken muodon itsessään yksinkertaisena, jotta siihen olisi helppo yhdistellä näitä pienesineitä.

Nuken takaosan teksti ”lost’n’found” – kadotettu ja löydetty – kuvastaa kaikkea sitä, minkä kadotamme hylkäämme tai annamme pois, jotka joku toinen löytää, ottaa talteen ja rakastaa jälleen. Nuken omakuvallisuus näkyy keräämissäni esineissä ja nukken kasvoissa, jotka piirsin kuvastamaan omia kasvojani vaikka ne eivät fyysisesti näyttäisikään minun kasvoiltani. Nukke kuvaa tavallaan tapaa, jolla katson maailmaa, ja tapaani antaa pienillekin esineille oman merkityksensä.



Kuva 7. Keräilijäsielu.

5.7 Syreenimorsian

Halusin jälleen kokeilla erilaista lähestymistapaa nukan valmistukseen ja päätin kirjoittaa tajunnanvirtatekniikalla runon. Luotin siihen, että runo kertoisi, mitä ajattelen kirjoittamishetkellä ja mitkä asiat ovat päällimmäisenä mielessäni. Muokkasin tekstiä vain hyvin vähän, jotta sen sanoma säilyisi aitona. Runo menee seuraavasti:

” Mitä kerrotaan syreenistä?

*Maata hipova huntu,
sylissä koko maailma
kuka ei haluaisi istahtaa hetkeen
noukkimaan kastepisaroita?
Voiko uskaliampaa morsianta olla
kuin hän, joka kepeästi
astelee tähden kirkkaus otsalla viipyillen
ja hymyilee empimättä ensimmäiseen valoon
Luottavaisen tarina.”*

Runosta poimin joitakin mieleeni nousevia sanoja, tunnelmia ja ajatuksia: *syreeni, morsian, valkoinen, violetin sävyt, kastepisarot (helmet), valo, pehmeys*. Hyödynsin myös itse runoa kirjoittamalla sen sanasta sanaan kangasuikaleille, jotka olin repinyt kangasväreillä värjäämästäni kankaasta. Nukke (Kuva 9. Syreenimorsian) itsessään on varsin yksinkertainen muodoltaan. Kieputin runosuikaleita kangasmytyn ympärille nukan vartaloksi. Kasvot on piirretty tusseilla ja ommeltu kiinni vartaloon. Helmet ovat nukessa runon kastepisaroita, ja tuovat siihen jotain käsin kosketeltavaa ja herkkää. Tämä nukke ei ehkä ole niin vahvasti omakuvallinen kuin muut nuket, mutta silti siinä on jotain itsestäni. Värien käyttö, kasvonpiirteet, yksityiskohdat sekä käyttämäni runo tekevät siitä omakohtaisen tutkielman ajatusvirtarunon tunnelmasta.



Kuva 9. Syreenimorsian.

5.8 Minun muusani

Lähdin seuraavaksi valmistamaan nukkea, jossa yhdistelisin sellaisia asioita, jotka koen jollain tavalla innostaviksi ja minua miellyttäviksi. Valitsin nukan väreiksi violetin sävyt, keltaisen ja kullan, sillä ne inspiroivat minua. Rakastan myös kauniita ja juhlavia kankaita, joten päätin yhdistellä nukessa erilaisia tekstiilejä. Nukke (kuva 10. Minun muusani) ei varsinaisesti ole minun näköiseni, mutta siinä on käytetty niin paljon minulle ominaisia värejä, muotoja ja tapaa tehdä kasvot, että katson sen olevan omakuvani.

Olin piirtänyt itseni aikaisemmin hahmoksi, joka kasvattaa kukkia hiuksissaan ja houkuttelee mehiläisiä keräämään kukista mettä. Päätin käyttää tätä ideaa nukessani ja hyödynsinkin piirrosta myös nukan kaavan piirtämisessä. Nukan päätä ja hiuksia varten värjäsin puuvillakangasta kangasväreillä violeteiksi. Vastavärinä toimivat kukat on värjätty keltaisiksi kurkumalla. Kukat edustavat minulle inspiiraatiota ja luovuutta, ja halusin sen vuoksi tehdä jokaisen kukan erikseen kankaasta ompelemalla vaikka se on työläs tapa. Nukan vaatteissa olen käyttänyt violetin eri sävyjä, mutta kengistä olen halunnut tehdä kauniit juhlakengät. Nukan kasvot on ommeltu tilkuista, jotta niistä tulisi sympaattiset ja ”räsynukkemäiset”. Silmiin halusin hyvin tietynlaisen vaikutelman, ja sen vuoksi maalasin ne puuvillakankaalle akryylimaleilla.



Kuva 10. Minun muusani.

5.9 Miniminä

Tämän nuken lähtökohtana oli lapsuuden valokuva minusta ja siskostani. Olin kirjoittanut valokuvasta nousseita muistoja ylös, mutta halusin käyttää valokuvaa apunani myös muulla keinolla. Nukketaidetta esittelevästä kirjasta 500 handmade dolls. Modern Explorations of the Human Form (2007, 377) löysin Jennifer Gouldin valmistaman nukkesarjan, jossa hän oli hyödyntänyt vanhoja kouluaikaisiaan valokuvia. Hän omien sanojensa mukaan ”loi uudelleen itsensä” kuvien pohjalta hyödyntämällä kuvansiirtotekniikkaa ja valmistamalla omakuvanukeillensa samanlaiset vaatteet kuin mitä hänellä oli kuvissa yllään.

Nukkeni (Kuva 11. Miniminä) muovaantui samaan tapaan kuin Gouldin nukket. Käytin valokuvan ”lapsiminää” mallina, kun valmistin omakuvanukkeleni vaatteet ja muut yksityiskohdat. Kasvot olen halunnut pitää yksinkertaisina kirjomalla ne käyttäen vain muutamaa väriä. Hyvin yksinkertaisenaakin nukke kuvaa lapsuuden minääni yllättävän tarkasti. Vaikka nukke on melko tarkka kuvaus lapsuudestani, kuvastaa sen pieni ja hento olemus samalla nykykäsitystäni siitä, millainen minä olin lapsuudessa.



Kuva 11. Miniminä.

5.10 Mitä kannan mukaanani

Nukke (Kuva 12. Mitä kannan mukaanani) syntyi oikeastaan halusta tehdä jotain ihan muuta, kuin mitä olin tähän mennessä tehnyt. Halusin nukken olevan mahdollisimman kaukana edellisistä nukeista, joten lähestymistapani omakuvaan on myös toisenlainen. Sen sijaan, että olisin hakenut ulkoista yhdennäköisyyttä tai edes ihmisen näköistä hahmoa, nukkeni sai ulkomuodoksi vain häivähdyksen ihmisyydestä. Omakuvallista nukessani ovat mobileen tavoin siitä roikkuvat esineet, jotka merkitsevät minulle jotakin sekä nukken värit, muodot ja materiaalit.

”Mitä kannan mukaanani” on rakentunut ilman luonnosta tai suunnitelmaa. Olen kerännyt kasaan erilaisia esineitä, joita halusin nukessa käyttää, ja koonnut niistä minua miellyttävän kokonaisuuden. Tämän jälkeen olen liikoja pohtimatta valmistanut yksinkertaisen vartalon itse värjäämästäni kangastilkusta, jonka olen koristanut kangastussilla. Kasvot on valmistettu kollaasinomaisesti tilkuista, napeista ja korunosista. Rakenteellisia ratkaisuja olen tehnyt muun muassa roikkuvien esineiden ja muovihaarukkakäsien osalta. Vaikka lähtökohtana ovat esineet samoin kuin nukessani ”Keräilijäsielu”, ovat nuket silti erilaisia.



Kuva 12. Mitä kannan mukani.

5.11 Alter egoni – Hölmö rakkaus, Tähtipaimen ja Keto-orvokki

Omakuvanukkeprosessini viimeiset nuket muodostuivat paperinukeiksi (Kuva 12. Hölmö rakkaus, Tähtipaimen ja Keto-orvokki). Koin tarpeelliseksi tehdä jonkinlaista kokoavaa teosta, johon kokisin prosessin olevan hyvä päättää – ainakin nukan valmistuksen osalta. Paperinukkeja en ollut ajatellut tehdä missään prosessin vaiheessa, joten ajatus niistä syntyi hyvin spontaanisti. Ne valmistuivat intuitiivisesti itseäni kuulostellen ja hiljentyen, pala palalta, osa osalta. En käyttänyt liikaa aikaa niihin vaan halusin tehdä nuket siinä hetkessä ja tilanteessa, jossa tekohetkellä olin. Niiden persoonat muotoutuivat vähitellen ja vasta lopuksi tarkastelin niitä tarkemmin ja annoin niille mielestäni kuvaavat nimet.

Nuket rakentuivat oikeastaan itseni alter egoiksi, toisiksi miniksi. Ne korostavat tai täydentävät jotakin ominaisuutta itsestäni, tai vievät jonkin ominaisuuden huippuunsa. Hölmö rakkaus tuntee ja kokee elämän suurena ja ihmeellisenä. Tähtipaimen puolestaan suojelee ja paimentaa tähtiään eikä emmi puuttua terävästi epäkohtiin, jotka uhkaavat tähtösten elämää. Keto-orvokki haaveilee ja unelmoi, ja haaveissaan ei huomaa, kuinka alkaa hitaasti muuttua kukaksi kedolla.



Kuva 13. Hölmö rakkaus, Tähtipaimen ja Keto-orvokki.

6 HAVAINTOJA JA PÄÄTELMIÄ MAKUVANUKKEPROSESSISTA

Kerron tässä kappaleessa aluksi, miten analysoin aineistoani sekä esittelen sen jälkeen tekemiäni huomioita ja johtopäätöksiä omakuvanukkeprosessini vaiheista ja omakuvanuken valmistuksesta. Olen pyrkinyt nostamaan esille mielestäni tärkeimpiä ja oleellisimpia seikkoja, joista arvelen olevan hyötyä myös yleisesti. Prosessiani tarkasteltaessa on otettava kuitenkin huomioon sen ainutkertaisuus ja yksilökohtaisuus. Tarkoitukseni ei ole siis ”lyödä lukkoon” tai ”hakata kiveen” ehdottomuuksia omakuvanuken valmistusprosessista vaan tuoda ennemminkin esille niitä asioita, joita itse pidin omassa prosessissani oleellisina. Pyrin kuitenkin tässä kappaleessa liittämään omia havaintojani ja kokemuksiani prosessista aiheeseen liittyviin teorioihin taideterapeuttisesta toiminnasta.

6.1 Aineiston analyysi

Pureuduin aineiston analyysiin soveltamalla Juha Perttulan (1995, s. 119 eteenpäin) kuvaamaa fenomenologisen analyysin metodologiaa. Fenomenologisen tutkimuksessa ollaan kiinnostuneita ilmiöistä ihmisen omassa kokemusmaailmassa. Esimerkiksi fenomenologisessa psykologisessa tutkimuksessa pyrkimyksenä on saada esille niitä merkityksiä, jotka muodostuvat yksilön omassa välittömässä todellisuussuhteessa. Perttulan mukaan fenomenologinen analyysi voidaan jakaa kahteen päävaiheeseen, joissa kummassakin on seitsemän osavaihetta. Osavaiheiden avulla edetään yksityisestä yleiseen ja syvennyttään ilmiöiden sisältämiin merkityksiin, merkitysten välisiin suhteisiin ja niiden muodostamiin verkostoihin. (Perttula 1995, 61, 64, 94 – 95.)

Tarkastelin analyysin ensimmäisen vaiheen mukaisesti (ks. Perttula 1995, 94) aineistoani avoimin mielin. Poimin seuraavaksi keräämästäni aineistostani taideterapeuttisesta omakuvanukkeprosessistani (opinnäytetyöpäiväkirjastani ja luonnoskirjastani) sisältöalueita, jotka tuntuivat nousevan niistä vahvasti esille (ks. Perttula 1995, 94). Oman taideterapeuttisen prosessin ajalta päiväkirjasta nousivat esille seuraavat sisältöalueet: taideterapeuttisen prosessin piirteet, omakuvatyoäskentelyyn liittyvät piirteet, omakuvanuken valmistukseen liittyvät tekniset piirteet, opinnäytetyöhön liittyvät yleiset asiat, ohjaukselliseen näkökulmaan liittyvät asiat ja omaan elämään liittyvät asiat. Luonnoskirjasta poimin puolestaan seuraavat sisältöalueet: teeman tai aiheen käsittely, materiaalien ja tekniikoiden valinta ja kuvan ulkomuodon piirteet.

Hyödynsin analyysissä myös nukkemuotoilun artesaani Silva Oikarin haastattelun tuomaa lisäsisältöä. Poimin haastattelusta seuraavia sisältöalueita: artesaanin nukun valmistuksen tausta, nukun valmistuksen prosessi ja nukun valmistukseen liittyvät merkitykset. Vaiheiden neljä ja viisi mukaisesti liitin kaikkiin aiemmin lueteltuihin sisältöalueisiin niihin mielestäni sopivia aineistosta puhtaaksi kirjoittamiani kohtia (ks. Perttula 1995, 94). Näin sain järjestettyä aineiston selkeämmin erillisiin lokeroihin ja selvitettyä samalla, mitkä ovat niitä yleisiä asioita, jotka mahdollisesti toistuivat aineistoissa (ks. vaihe 6, Perttula 1995, 94). Kaiken kaikkiaan prosessiin liittyvästä aineistosta löytyivät seuraavat toistuvat aiheet, joihin paneudun tarkemmin

seuraavaksi: omakuvaprosessin vaiheet, nuken valmistukseen liittyvät asiat, omat merkitykset ja omakuva taidenukeissa sekä omakuvanukkejen ohjauksellisuus.

Perttulan käyttämän fenomenologisen analyysin menetelmän toinen päävaihe jäi kokonaan väliin, sillä se olisi sisältänyt yksilöllisten kokemusten muuttamisen yleisiksi kokemusten esimerkeiksi. Tällöin olisi tarvittu muiden kuin itseni kokemuksia samasta ilmiöstä eli omakuvanukkeprosessista. Koska aineistoni käsitteli nukkemuotoilun artesaanin haastattelua lukuunottamatta vain omaa prosessiani, ei toista päävaihetta käytännössä tarvittu. Myös ensimmäisen vaiheen seitsemäs kohta (ks. Perttula 1995, 95) jäi väliin, sillä aineistoni olisi ollut sitä varten liian pieni, jotta vaihe olisi ollut näkemykseni mukaisesti mahdollinen tai edes tarpeellinen.

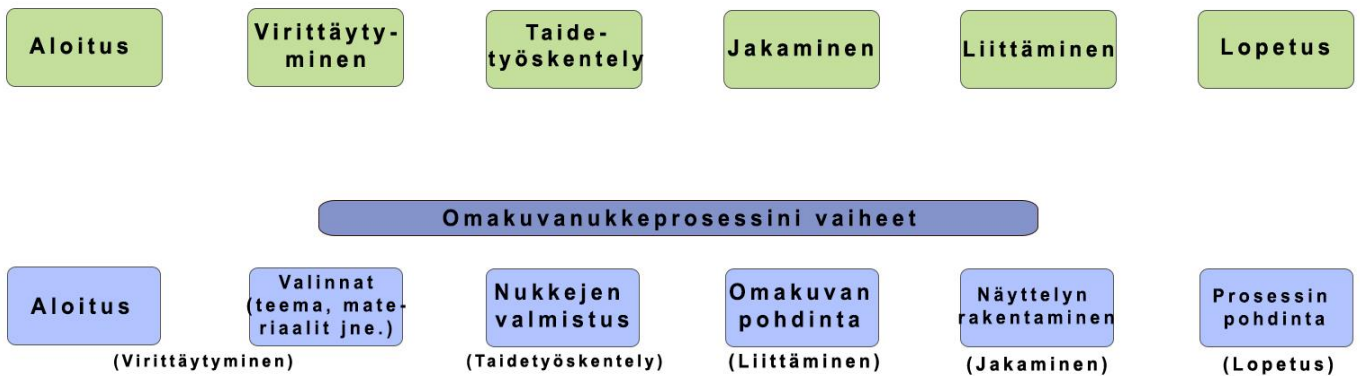
6.2 Yleisiä huomioita omakuvanukkeprosessin vaiheista

Esittelin aiemmin kappaleessa 3.2 Taideterapiatyöskentelyn eteneminen Mimmu Rankasen (2007, 92 – 97) kuvauksen taideterapeuttisen työskentelyn prosessista eri vaiheineen. Oma omakuvataidenukkeprosessini eteni paikoitellen hyvinkin samaan tapaan ja siinä onkin erotettavissa taideterapeuttisen työskentelyn vaiheita. Mutta kuten Rankanenkin (2007, 92) toteaa, kun on kyseessä luova tai taideterapeuttinen prosessi, eivät vaiheet aina etene kaavamaisesti vaan ne voivat kulkea hyvinkin yksilöllisesti ja limittyä osin toisiinsa.

Kuviossa 1 *Omakuvanukkeprosessini kulku vrt. taideterapeuttisen prosessin kulku* havainnoin prosessini kulun pääpiirteitä. Olen erottanut siitä seuraavia vaiheita: aloitusvaihe, virittäytymis- tai ideointivaihe (sisältäen mahdolliset teeman, materiaalien jne. valinnat) ennen nuken valmistuksen aloittamista, nukkejen valmistuksen vaihe, omakuvan pohdintavaihe, näyttelyn rakentamisvaihe ja koko prosessin pohdintavaihe. Verrattuna taideterapeuttiseen prosessiin, omassa prosessissani omakuvieni pohdinta ja reflektointi (liittäminen) tapahtui ennen jakamisvaihetta eli ennen omakuvanukkejeni näyttelyä. Minulle oli luontevaa ennen näyttelyä ja omakuvien jakamista muiden kanssa pohtia nukkejeni herättämiä ajatuksia ja kokemuksia itseseni.

Kaikkien nukkejeni valmistusprosessin kohdalla etenin hieman eri tavoilla, esimerkiksi ideointivaihe saattoi jonkun nuken kohdalla sisältää luonnostelua, kun taas toisessa nukessa annoin kiinnostavien materiaalien johdatella minua nuken tekoon. Minulla oli myös jossain vaiheessa kaksikin nukkea kesken, joten liikuin kunkin nuken kohdalla hieman eri tavoin prosessin vaiheissa. Kuvaan seuraavaksi, minkälaisia huomioita ja johtopäätöksiä prosessista tein ja miten ne liittyvät taustateorioihin.

Taideterapeuttisen prosessin vaiheet (Mimmu Rankasen [2007, 92-97] mukaan)



(Lähde: Rankanen, Mimmu 2007. Työskentelyn eteneminen taideterapiassa. Teoksessa Rankanen, Hentinen, Mantere: Taideterapian perusteet, 92-97. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.)

Kuvio 1. Omakuvanukkeprosessini kulku vrt. taideterapeuttisen prosessin kulku.

6.3 Aloitusvaiheen ja virittäytymisen merkitys

Jokaisella prosessilla on aina jokin lähtökohta eikä aloituksen tärkeyttä tulisi välttämättä vähätellä. Mimmu Rankanen (2007, 93) nostaa esille aloituksen merkityksen taideterapiaistunnossa. Alussa tunnustellaan omaa fyysistä ja psyykkistä olotilaa, eli asiakas pysähtyy kohtaamaan oman itsensä ja terapeutin. Pysähtymisen taustalla on ajatus luoda turvallinen tunnelma terapiaistuntoon, jotta oman itsen tarkastelu tulee mahdolliseksi. Minulle oli tärkeää löytää sellainen rauhallinen ja miellyttävä työskentelypaikka kotoani, jossa pystyisin työskentelemään keskeytyksittä ja itseeni keskittyen. Koska nukkejen valmistus oli yleensä pitkä prosessi, oli yhtäkestoinen työskentely yhdessä pisteessä käytännössä hankala järjestää. Mutta jo se auttoi, että varasin aikaa alun olotilaa, ajatuksia ja tunteita tunnukselleeseen, siis aikaa itselleni.

Omakuvanukkeprosessi edellytti itseltäni läsnäolevaa työskentelyä, jotta pystyin tunnustelemaan niitä asioita, jotka kyseisessä hetkessä olivat minulle tärkeitä. Läsnäoloa Hentinen ja Rankanen (2007, 102) kuvaavat selkeydeksi omasta psyykkisestä tilasta, joka edellyttää avoimuutta ja huomiokyvyn lisäämistä. Hentinen ja Rankanen (2007, 102) kirjoittavat, että taideterapeuttisessa suhteessa terapeutin on tärkeää luoda turvallinen ja luottamuksellinen ilmapiiri, jonka rakentamisessa terapeutin omassa hyväksyvässä ja rauhallisessa läsnäolossa on suuri merkitys. Uskon läsnäolevalla työskentelyllä olevan myös suuri merkitys omakuvanukkejen ohjaajalle, jotta ryhmän jäsenet kokisivat turvalliseksi oman itsensä tarkastelun.

Kappaleessa 3.2.2 Virittäytymisvaihe kerroin, että taideterapeuttisessa työskentelyssä tarvitaan usein jonkinlaista johdattelua tai virittelyä varsinaiseen luovaan työskentelyyn (Rankanen 2007, 93). Yhtä oikeaa tapaa virittäytymiselle ei ole vaan riippuu tekijästä tai ohjaajasta, mitä keinoja käytetään.

Itse koin, että jokin ylimääräinen vaihe tarvittaisiin kaksiulotteisen omakuvan ja nukun valmistuksen välille. Huomasin, että kuvan (esimerkiksi piirroksen, maalauksen tai valokuvan) avaaminen ja käsitteleminen jollain menetelmällä helpotti nukketyöskentelyn aloittamista. Jos en olisi käsitellyt kuvia millään muulla tavalla, olisivat ne voineet jäädä ohuiksi ja irrallisiksi.

Esittelen tässä joitakin kokeilemiani tapoja virittäytymiselle:

Sanallistaminen, sanojen avaaminen ja erityisesti mielikuvien kirjoittaminen, tajunnanvirtakirjoittaminen

Kirjoittamisen avulla pystyin avaamaan jotakin sanaa tai termiä jopa yllätyksellisellä tavalla (esim. *toukka – avuttomuus – muutos*). Malchiodi (2010, 142) mainitseekin, että jotkut terapeutit pitävät kuvasta kirjoittamista välttämättömänä, jotta kuvan sisältö ymmärrettäisiin paremmin. Tajunnanvirtakirjoittamisella tarkoitetaan sellaista vapaata kirjoittamista, jossa kirjoitetaan ylös kaikkia mieleen tulevia asioita vapaasti, muokkaamatta ja sensuroimatta (Kähmi 2015). Tajunnanvirtakirjoittaminen tarjosi väylän sukeltaa yhä syvemmälle teemaan. Kirjoittaminen mahdollisti ihan uusien merkitysten löytymisen tutuillekin sanoille ja asioille.

Oman toiveen tekeminen kuvaksi tai kirjoitelmaksi

Yksi virittäytymisen teema voi olla oman toiveen tai haaveen saattaminen sanalliseen ja kuvataiteen kautta myös kuvalliseen muotoon. Minulla syntyi aluksi päämäärättömän luonnostelun kautta ajatus itsestäni sankarin hahmossa, Päivän sankarina. Kuvan kautta tarkastelin, minkä näköinen olisin sankarina, mitä minulla olisi yllä, millainen olisi sankarin asento ja ilme. Myöhemmin nukun ollessa valmis kirjoitin sitä tarkasteltuani kirjeen minämuodossa, siis nukun toimiessa kertojana tai äänenä.

Runon kirjoittaminen

Kirjoitin runon ”Mitä kerrotaan syreenistä”, jonka pohjalta valmistin Syreenimorsian-nukun. Runon kirjoittaminen tapahtui tajunnanvirtana ja samalla saatoin tuoda kirjoittamishetkellä vallinneita ajatuksiani, mielentilojani ja tunnelmia eteeni tarkasteltavaksi. Runossa käsitelin symbolien ja mielikuvien avulla mieleen nousevia asioita, joita pystyin edelleen hyödyntämään kirjaimellisella tavalla tai merkitysten tasolla nukessani.

Materiaalilähtöinen työskentely, mitä materiaali tai esine kertoo minulle?

Henkilökohtaisten materiaalien, kuten lapsuusajan vaatteiden, hypisteleminen ja tarkasteleminen ennen nukun valmistuksen aloittamista, mahdollisti samalla materiaaliin liittyvien muistojen tarkastelemisen. Niiden hyödyntäminen myöhemmin nukun valmistuksessa toi myös syvyyttä itse työskentelyyn. Myös yksittäisen esineen, kuten Päivän sankari –nukkeni kohdalla sarvikuonon muotoisen puukuvion, tarkasteleminen antoi ideoita nukun valmistukseen.

Valokuvan käyttö ja muistelu kirjoittamisen muodossa

Hyödynsin myös erästä lapsuuteni valokuvaa, kun valmistin nukkea Mini-minä. Käytin kuvassa olevaa lapsuuden minää mallina nukun ulkoisen olemuksen ja vaatteiden valmistukseen. Kuvan pohjalta kirjoittaminen auttoi

muistamaan ja syventymään tarkemmin niihin asioihin, jotka kuvassa olivat minulle tärkeitä nyt.

Myös työskentelyn eri vaihtoehtojen rajaaminen voi toimia virittäytymisenä taidetyöskentelylle. Rajaaminen on taideterapeuttisessa toiminnassa tärkeää sen vuoksi, jotta vaihtoehtojen laajuus ei ahdistata tai taidetoiminta ala noudatella tuttuja ja turvallisia reittejä (Rankanen 2007, 94). Rankanen (2007, 94) lainaa Knillin (2005) sanoja ja kertoo rajaamisen mahdollistavan leikinomaisen toimintaotteen ja oivallusten syntymisen. Koen, että esimerkiksi aiheen, materiaalien tai ajan rajaaminen helpottavat työskentelyn aloittamista. Silloin on jo valmiiksi mietitty tietyt puitteet, joiden sisällä toimitaan ja joiden sisällä on mahdollista tehdä oivalluksia. Jos taas kaikki olisi mahdollista ilman rajoja, voisi materiaalien tai aiheen valintaan mennä niin kauan aikaa, että itse työskentely jäisi vähemmälle. Oman työskentelyni aikana rajasin käytettävät materiaalit suurimmaksi osaksi tekstiilimateriaaleihin, mikä antoi minulle mahdollisuuden pohtia lähinnä tekstiilien työstöön liittyviä keinoja.

Virittäytymisen keinoja on varmasti yhtä paljon kuin on tekijöitä, ellei enemmänkin, ja jokaisen persoona ja edellytykset varmasti johdattelevat niiden valinnassa. Minulle tärkeää oli kokeilla mahdollisimman erilaisia keinoja, mutta silti nyt jälkikäteen tuntuu, että olisin voinut valita myös itselleni epätyypillisempiä tapoja virittäytymiseen. Esimerkiksi kehollinen työskentely, draama tai musiikin hyödyntäminen jäivät kokeilujeni ulkopuolelle. Uskon kuitenkin, että eri lähestymistapojen käyttö ja yhdisteleminen voivat tuoda lisää syvyyttä, näkökulmia ja mahdollisuuksia omakuvanukketyöskentelyyn. Kuten Cathy Malchiodi (2010, 136) kirjoittaa, kaikille ihmisille eivät samat virittäytymisen tavat toimi, mikä mielestäni puolustaa monien luovien ilmaisutapojen kokeilua.

6.4 Johtopäätöksiä omakuvanuken valmistuksesta

Olen kirjoittanut 24.6. seuraavasti: ”*Terapeuttinen vs. luova prosessi. Mietin, mikä tekee nukan valmistuksesta terapeuttista? Ainakaan se ei saisi mennä liian monimutkaiseksi, jotta oma sanoma ei katoaisi. Onko oma työskentelyni lähempänä luovaa prosessia kuin terapeuttista? Pyrin omakuvalisessa työskentelyssä lopulta kahteen eri asiaan yhtä aikaa:*

1. *Oman minän kertomiseen: teema, idea, symbolit, materiaalit, värit, muodot, merkitykset*
 2. *Esteettiseen tuotokseen:*
 - *näillä tämänhetkisillä tiedoilla ja taidoilla paras mahdollinen lopputulos*
 - *pyrkimys henkilökohtaisen kauneuden ja onnistumisen kokemukseen*
- Toisin sanoen, jos itse pyrin onnistuneeseen lopputulokseen, onko prosessi kuitenkin ollut riittävän (?) terapeuttinen vai onko se enemmänkin luova ja taiteellinen?”*

Tämän pohdintani perusteella arvelen, että terapeuttinen työskentelyote ei ole ollut minulle itsestäänselvä tapa toimia. Pyrkimys mahdollisimman kauniiseen lopputulokseen on syvään juurtunut tapani, josta voi olla hankala

vapautua. Vaikka alussa olin antanut itselleni luvan tehdä nukeistani sellaisia, kuin ne haluavat muotoutua kiinnittämättä huomiota teknisiin seikkoihin tai laatuun, huomasin silti käyttäväni aikaa pienten yksityiskohtien hioamiseen. Jouduinkin muistuttamaan aika ajoin itseäni säilyttämään työskentelyssäni tietynlaisen leikkisyyden. Leikkisyydellä tarkoitin päiväkirjamerkintäni perusteella seuraavia asioita:

”- materiaalit: ”Tää vois olla...” –ajattelu, ”Mitä jos...”

- *(asioiden) merkitykset sitä mukaa, kun niitä tulee, ei pakolla*
- *itseään ruokkiva työskentely, lopputulos ei ennakoitavissa*
- *yllätysten suominen”*

Neuvoissani itselleni korostuvat mielikuvituksen käyttäminen ja ennakkoluuloton suhtautuminen materiaaleihin sekä spontaani eli vaistonvarainen työskentelyote, jolloin yllätyksille suodaan mahdollisuus eikä lopputulos ole myöskään ennakoitavissa. Hans-Georg Gadamer (1979) onkin kuvannut taidetta leikkinä, jossa avoimuus, heittäytyminen, kokeilevuus ja epävarmuuden sietäminen ovat tärkeitä (Sava & Katainen 2004, 32). Inkeri Sava ja Arja Katainen kirjoittavat kirjassa Taiteeksi tarinoitu oma elämä (2007, 106), että juuri taiteelle ominaisen leikin ja kokeilevuuden avulla identiteetin rakentaminen on mahdollista. Hanna Hentinen (2007, 106) puolestaan kirjoittaa, että taideterapiassa leikkitalan, leikin ja luovuuden alueella, on mahdollista löytää tapoja asettaa jokin totuttu ja normaali näkemys asioista uuteen valoon. Leikkitala toimii tällöin vastakohtana arjessa koetuille erilaisille rajoitteille.

Kirjassa Taideterapian perusteet Mimmu Rankanen (2007, 95) kertoo, että taideterapiassa työskentelyn tulisi tapahtua asiakkaan ehdoilla siten, että hän saa itse valita työskenteleekö päämäärätietoisesti ja suunnitelmallisesti (intentiolla) vai intuitiivisesti. Mielestäni omakuvanuken valmistuksessa voidaan siis lähteä liikkeelle esimerkiksi valmiista suunnitelmasta, jolloin nukella nukella voi olla jo mietittynä ainakin alustavasti jonkinlainen ulkomuoto ja mahdollisesti materiaalit, värit ja kenties joitakin tekniikoitakin. Tai tekijä voi haluta lähestyä aihetta tunnustellen ja kuulostellen itseään ja tehden valintoja intuitiivisesti sen mukaan, mikä itseä sillä hetkellä miellyttää. Kipinä työskentelylle voi syntyä esimerkiksi materiaalien tutkimisesta ja kokonainen nukke voi rakentua tekijää puhuttelevista materiaaleista ja esineistä – aivan kuten kävi omalla kohdallani nukessa ”Mitä kannan mukani”.

Haastattelussa nukkemuotoilun artesaani Silva Oikari (sähköpostihaastattelu 1.9.2015) kertoo nukken valmistuksen olevan aikaavievä prosessi, joka sisältää erilaisia työvaiheita. Nukken valmistus on hänen mukaansa kokonaisuuden hallintaa, mikä voi olla myös haastavaa. Valmistuksessa pitää Oikarin mukaan ottaa huomioon muun muassa materiaalit, rakenteelliset ratkaisut, värimaailma, nukken mittakaava, vaatetukseen liittyvät ratkaisut sekä eri osien keskinäiset suhteet. Omat omakuvanukkeni olivat tavallaan samalla tavalla palapelejä, joiden eri osat muodostivat kokonaisuuden.

Olen jakanut nukken valmistuksen prosessini kaikkiaan kolmeen osa-alueeseen: teeman tai aiheen valintaan, materiaalien ja tekniikoiden valintaan

sekä nukan ulkomuodon valintaan (Kuvio 2. *Teema, muoto ja materiaalit sekä tekniikat nukan valmistuksessa*). Jouduin pohtimaan nukan valmistusprosessini jossain vaiheessa kaikkia kolmea edellä mainittua osa-aluetta. Työskentely saattoi lähteä liikkeelle mistä tahansa osiosta. Teema tai aihe vastaavat kysymyksiin ”Mitä nukella halutaan sanoa?” ja ”Mikä merkitys sanomalla on tekijälle itselleen?” Omissa nukeissani käsitelin muun muassa lapsuuttani, persoonallisuuttani, ominaisuuksiani ja toiveitani. Riippuu tekijästä itsestään, mitä asioita hän haluaa nukessaan käsitellä. Myös omakuvanukketyöskentelyn ohjaaja voi rajata etukäteen käsiteltävää aihetta esimerkiksi lapsuusaikaan.

Nukan ulkomuoto puolestaan muovaantuu niiden elementtien mukaan, joiden avulla aihetta tai teemaa halutaan tuoda näkyvään muotoon. Näin voidaan vastata kysymykseen ”Miten valittua aihetta käsitellään?” ja ”Millaisia ulkoisia piirteitä nukelle annetaan?” Kysymykseen ”Millä välineillä ja materiaaleilla voidaan päästä lopputulokseen?” vastataan tekemällä materiaaleihin ja teknisiin seikkoihin liittyviä ratkaisuja. Käytettävät materiaalit ja tekniikat voidaan osaksi päättää ennen työskentelyä tai nukan valmistuksen aikana.



Kuvio 2. Teema, muoto ja materiaalit sekä tekniikat nukan valmistuksessa.

6.4.1 Henkilökohtaiset merkitykset taidenukeissa – aiheen valinta

Valmis omakuvanukke voi kantaa mukanaan monia merkityksiä. Silva Oikari kertoo (sähköpostihaastattelu 1.9.2015), että aikaisemmin nukkemuotoilun opinnoissaan hän ei pyrkinyt tietoisesti kertomaan mitään tiettyä asiaa nukeissaan, mutta kiinnostui myöhemmin enemmän nukkejen mukanaan kantamista merkityksistä. Hän on tähän mennessä valmistanut yhden nukan, jonka avulla hän on halunnut käsitellä tiettyä aihetta: ihmisen omaa tilaa suhteessa muuhun maailmaan. Oikari on kiinnostunut kuvaamaan omien sanojensa mukaan sitä, miten ”oman elämän voi ajatella ikään kuin piirtyvän ympäröivää todellisuutta vasten”. Omakuvanuken aihe tai teema voi olla oikeastaan melkein mikä tahansa, jota tekijä pitää tärkeänä. Kyse on lopulta siitä, minkälaisia asioita tekijä pitää tällä hetkellä niin puhuttelevina ja merkityksellisinä, että haluaa ilmaista tai tuoda ne näkyväksi jossain muodossa. Kuten Inkeri Sava ja Arja Katainen (2004, 26) asian muotoilevat, jokainen tarkastelee omaa elämäänsä monesta eri näkökulmasta, minkä vuoksi siitä ei ole olemassa vain yhtä totuutta tai puolta. Kun kerromme itsestämme taiteen avulla, valikoimme samalla niitä asioita, jotka tahdomme toisille näyttää tai yhtä lailla piilottaa. Ei ole oleellista, onko esitetty minä todellinen vaan se on lopulta aina tekijän tulkinta itsestään ja siten tekijälle tosi. Taideterapeuttisessa työskentelyssä onkin taiteen kielen avulla mahdollista saattaa jokin koettu asia näkyvään muotoon (Hentinen 2009, 148).

Mahdollisia näkökulmia oman elämän tarkasteluun esitellään kirjassa *Taiteeksi tarinoitu oma elämä* (Vesänen-Laukkanen, Sava & Martin 2004, 19). Kirjassa kuvataan 2000-luvun alkupuolella toteutettua omaelämäkerrallista kouluprojektia, jonka työpajojen aikana osallistujat tarkastelivat elämäänsä eri näkökulmien kautta. Ensimmäisenä näkökulmana oli jokaisen ajallinen ulottuvuus, eli lapsuus, nuoruus, nykyhetki ja tulevaisuus. Toinen näkökulma oli itsensä kohtaaminen tunteiden, mielentilojen ja olotilojen kautta. Kolmantena tarkasteltiin oman elämän merkityksellisiä asioita ja käännekohtia. Neljäs näkökulma liittyi oman elämän käsittelyyn fiktiivisin, symbolisin ja performatiivisin tavoin.

Puhuttelevat aiheet tai teemat voivat myös vaihdella erilaisissa olosuhteissa ja elämänvaiheissa, samoin se, missä sävyssä niistä kerrotaan, sanovat Sava ja Katainen (2004, 26). Oma prosessini kesti suhteellisen vähän aikaa, mutta huomasi omakuvieni saavan nukeissa hieman erilaisia tulkinnan sävyjä riippuen sen hetkisestä olotilastani ja suhtautumisestani itseeni. Mielestäni nukeista muodostuikin tavallaan hetken kuvauksia, jotka heijastelevat nukan valmistumisen ajan tunnelmia ja tunteita. Nukkejen tarkastelu myöhemmin voikin palauttaa mieleen näitä tunteita ja ajatuksia.

Omaa teemaa voidaan lähteä työstämään eteenpäin esimerkiksi kirjoittamalla tai tekemällä jonkinlainen kuvallinen harjoitus. Omalla kohdallani auttoi, kun sain jollain tavalla työstää valitsemani teemaa ”ulos päästäni”, jolloin sain prosessoitua sitä ja samalla tuotua siihen lisää syvyyttä. Valittu teema voi muovaantua nukan valmistuksen aikana samalla, kun materiaalien käsittelyn ja työstämisen myötä teema saa lisää merkityksiä. Silva Oikarin (sähköpostihaastattelu 1.9.2015) mukaan nukan valmistuksessa on mahdollista prosessoida omia ajatuksia ja päästä käsiksi omaan sisäiseen

maailmaan. Oikari kuvailee saaneensa uutta näkökulmaa nukkejen valmistuksen merkitykseen kirjoittamisesta. Kirjoittamalla ylös niitä asioita, joita hänelle nousee mieleen nukkeja valmistaessa hän pystyy sanojensa mukaan viemään näitä ajatuksia eteenpäin.

6.4.2 Materiaalien ja tekniikoiden valinnat

Nukkeja on mahdollista tehdä oikeastaan mistä tahansa materiaaleista, joten ohjaajan ja tekijän omat painotukset ja kiinnostukset voivat vaikuttaa materiaalien valinnassa. Ilman kokeiluja toisaalta ei voi koskaan tietää, mitkä materiaalit ja tekniikat sopivat omaan työskentelyyn parhaiten. Joskus yllätyksille on suotava tilaa ja oudotkin materiaalit tai kokeilut voivat löytää paikkansa nukessa. Nuken valmistuksessa onkin mahdollista tarkastella esineitä ja materiaaleja ennakkoluulottomasti ja antaa niille omassa teoksessa uusia merkityksiä. Savan ja Kataisen (2004, 33) mukaan fyysinen kosketus materiaaleihin synnyttää mielessämme assosiaatioita, joita voimme käyttää tarinallisessa taidetyöskentelyssä hyödyksemme. Kunkin tekijän oma elämänhistoria ja –tilanne vaikuttavat, millaisia merkityksiä materiaalien työstäminen saa ja miten työskentely rakentuu. Uskon, että omien materiaalien käyttö voi tuoda edelleen lisämerkityksiä omakuvalliseen työskentelyyn.

Haastattelemanini Silva Oikari (sähköpostihaastattelu 1.9.2015) kertoo, että ei lähde nuken valmistuksessa liikkeelle tarkasta suunnitelmasta nukesta vaan etenee työskentelyssä kokeilevalla otteella. Samoin omaan nukkeprosessiini puolestaan kuului tietynlainen ennakoimattomuus, mikä tavallaan mahdollisti myös iloisten yllätysten tapahtumisen. Osa materiaaleista voidaan valita jo ennen nuken valmistusta, mutta voi olla hyvin vaikea tietää etukäteen, minkälainen nukesta todella tulee. Itse huomasin vasta oman työskentelyni aikana, mitä materiaaleja haluan käyttää missäkin kohtaa ja mitä rakenteisiin liittyviä ongelmia jouduin ratkomaan. Jokainen nukke oli oma yksilönsä ja jokaisen kohdalla kohtasin omia haasteita. Tärkeää oli antaa tavallaan nukelle itselleen mahdollisuus kertoa, millaiseksi se haluaa muotoutua. Esimerkiksi Mutanttilapsen kohdalla huomasin, että kauniit langasta tehdyt hiukset eivät olisi sille sopineet, joten valmistin sille sen sijaan yksinkertaiset kankaiset hiukset.

Yleisesti ottaen tekniset seikat olivat kuitenkin toissijaisia omassa nuken valmistuksessani. Minulle tärkeintä oli sanoma, ei se kuinka tarkkaan hiotua ja viimeisteltyä jälkeä syntyisi. Tekniikat eivät mielestäni saisikaan mennä omakuvanukketyöskentelyssä liian monimutkaisiksi, jotta työskentely säilyisi mielekkäänä eikä tekniikoiden vaikeus lannistaisi. Nuken valmistus voi kuitenkin opettaa paljon esimerkiksi materiaalien käsittelyta-voista. Oikari (sähköpostihaastattelu 1.9.2015) kertoo itse oppineena nuken valmistuksesta erilaisia teknisiä ratkaisuja, kuten vartalon tukirakenteiden suunnittelua ja eri osien yhteenliittämiseen liittyviä ratkaisuja. Monet hänen tekemistään huomioista liittyvät myös erilaisten materiaalien ominaisuuksiin ja niiden yhdistelemiseen. Hän on myös tutkinut ihmisen nivelien rakenteita ja kokeillut jäljitellä niitä nukeissaan.

Inkeri Sava ja Arja Katainen (2004, 33) kirjoittavat, että elämäntarinallisessa taiteellisessa työskentelyssä materiaaleille ja tekniikoille syntyy uutta

arvoa vaikka niiden käyttöä ei varsinaisesti opeteltaisikaan. Materiaalien käyttö herättää pohtimaan ja kokeilemaan, sopisiko valittu tapa niihin ajatuksiin ja kokemuksiin, joita työskentelyssä käsittelee. Materiaalivalinnoilla on merkitystä siten, että tietynlaisten materiaalien käyttö omien kokemusten työstämisessä voi herättää uusia merkityksiä ja tulkintoja, joita jokin toinen materiaali ei välttämättä tuottaisi. Myös se, millä tavalla tai otteella materiaalia käsittelee, voi paljastaa uusia puolia omasta elämästä. Huomasin myös, että yleensäkin tekstiilimateriaalien jatkotyöstäminen esimerkiksi kirjomalla, maalaamalla, piirtämällä tai kankaanpainannalla teki materiaaleista läheisempiä verrattuna siihen, että olisin käyttänyt pelkästään valmiina ostettuja kankaita. Esimerkiksi Keräilijasielu-nukessani minua häiritsi kukkakankaan klinisyys ja virheettömyys, joten päädyin värjäämään sitä kahvilla ja vielä kirjomaan siihen. Silti toivon, että olisin rouheammin muokannut kangasta esimerkiksi maalaamalla.

6.4.3 Nukun ulkomuodon valinta

Nukun yhteen tärkeimpään ominaispiirteeseen kuuluu sen kolmiulotteisuus, jolloin sitä voidaan tarkastella joka puolelta veistoksen tapaan. Nukella on olemassa ihmisen tapaan etu- ja takaosa sekä sivut, ja nukke voikin näyttää itsestään uusia puolia, kun sitä kääntelee. Nukun ulkomuotoa koskevat ratkaisut liittyvät siihen, millaiset ”ääriviivat” tai muoto nukelle valitaan ja miten sen eri osat (kasvot, raajat, yksityiskohdat yms.) sommitellaan kokonaisuudeksi. Taideterapiassa havainnon taso liittyy Rankasen (2007, 70) mukaan teoksen ulkoista olemusta jäsentävien ominaisuuksien erotteluun sekä sopivan muodon hakemiseen oman sisäisen mielikuvan mukaisesti. Nukun valmistuksessa minulla oli tai minulle muodostui työskentelyssä sisäinen mielikuva, millä tavoilla haluan järjestää nukun ulkoasun piirteet: muun muassa minkä muotoinen nukke on ja miten eri elementit sommitellaan ja miten nämä elementit ovat suhteessa toisiinsa. (ks. Rankanen 2007, 70). Minulle nukun rakentaminen oli eräänlaista palapelin kokoamista, jossa toisiinsa liittymättömät asiat yhdistyivät mieleiseksi kokonaisuudeksi.

Vaikka ulkomuoto viittaakin sanana ainoastaan ulkoiseen olemukseen, voi nukke pitää sisällään piilossa olevia merkityksiä ja omia tarinoita. Ne ovat yhtä lailla niitä asioita, joissa omakuvallisuus ilmenee, ja tekijä on työskentelynsä aikana tehnyt tietoisia tai tiedostamattomia valintoja, miten tuoda niitä näkyväksi. Nukke ja sen osat saavat tällöin Mimmu Rankasenkin (2007, 76) mainitsemia vertauskuvallisia merkityksiä. Nämä merkitykset ovat yksilökohtaisia eli riippuvat tekijästä itsestään. Tärkeää on yhtä lailla, miten aihetta tai teemaa käsitellään, millä tavoin materiaaleja liitetään osaksi nukkea ja mitä merkityksiä nukun eri osat saavat työskentelyn aikana – tai sen jälkeen. Itse lähestyin esimerkiksi lapsuuden eri teemoja ensinnäkin metaforan kautta nukessani Toukan uni, kun puolestaan Miniminä pohjautuu tekemiini tulkintoihin lapsuuden ajan valokuvasta ja valokuvan sisältämistä merkityksistä minulle nykypäivänä. Ulkomuodoltaan se on kuitenkin realistisempi kuin Toukan uni -nukke. Joku toinen tekijä olisi tehnyt samasta teemasta ihan omia tulkintojaan, jonka vuoksi lopputulos olisikin ollut ihan erilainen.

Taidetyöskentelyssä on Savan ja Kataisen (2004, 29) mukaan mahdollista lähestyä historiallisia tosiasioita, kuten erilaisia elämän tapahtumia, vertauskuvallisesti eli metaforien avulla ja symbolisesti sekä fiktiivisesti ilmaisuna. Kyse on heidän mukaansa tulkinnoista eikä silloin ole väärää tai oikeaa tapaa taideperustaiselle työskentelylle. Mielestäni sama pätee myös omakuvanuken valmistukseen: tekijä voi tulkita teemaa itse parhaaksi näkemällään tavalla. Teema toisin sanoen johdattelee tekemään tulkintoja aiheesta, jotka näyttäytyvät nukun muodossa, väreissä, yksityiskohdissa ja niin edelleen. Sava ja Katainen (2004, 36) kuvaavat, että omaelämäkerrallisessa teoksessa kokemus on se, joka saa muodon. Esimerkiksi materiaaleja voidaan käsitellä eri tavoin, kuten humoristisesti, hennosti, rajusti tai hillitysti (Sava ja Katainen 2004, 33). Jokainen tapa tuottaa erilaisen lopputuloksen ja voi tuoda samalla lisää sisältöä työskentelyyn sekä valmiiseen teokseen.

6.4.4 Omakuvanukketyöskentelyn ulottuvuuksia

Minua kiehtoi alusta alkaen taidenukessa sen kolmiulotteisuus ja käsinkosketeltavuus. Nukke oli minulle tavallaan enemmän olemassa, kun sain ottaa sen käteeni ja käänneksen tarkastella sitä ja sormin tunnustella sen pintoja ja yksityiskohtia. Nukun valmistus oli kokemuksena vahvasti kinesteettinen ja sensorinen, kehollinen ja aistimuksellinen, ja eri materiaalit ja niiden työtöknikat olivat tärkeässä roolissa alusta loppuun asti. Mimmu Rankanen (2007, 66, 68) kirjoittaa, että eri taidemateriaalit mahdollistavat kinesteettisen ilmaisun, ja toimivat yhtä lailla ilmaisun rajaajina ja inspiroijina. Työskentelyssä liike ja rytmi voivat jo itsessään hoitaa ja rentouttaa. Materiaalien käsittely voi myös helpottaa negatiivisten tunteiden ilmaisua. (Rankanen 2007, 66, 68.) Oma näkemykseni aiheesta on, että kaikenlaisia tunteita on mahdollista käsitellä materiaalien kautta ja voisin jopa sanoa, että kävin joidenkin nukkejen kohdalla läpi tunteiden kirjon. Esimerkiksi vanhojen lapsuusajan vaatteideni repiminen aiheutti ensin ahdistusta ja surua, mutta vähitellen repiminen alkoi tuntua vapauttavalta. Myöhemmin käsitelin samoja revittyjä materiaaleja hellyydellä ja arvokkaasti, ja halusin nostaa ne arvoonsa antamalla niille uuden elämän nukessani.

Taideterapiassa sensorinen taso liittyy aistien kautta tapahtuvaan ilmaisuun ja vuorovaikutukseen. Näköaisti on useimmiten läsnä kuvataideterapiassa, tuntoaisti liittyy materiaaleihin ja niiden käsittelyyn, ja myös muita aisteja käytetään taidetyöskentelyssä ja valmiiden teosten tarkastelussa. Rankanen (2007, 68) kirjoittaa, että työskentelyn hidastempoisuus, rauhoittuminen sekä ulkoisten ärsykkeiden rajaaminen synnyttävät aistimuksellisia kokemuksia. Materiaaleissa on Rankasen (2007, 68) mukaan hyvä tietää niiden erilaisia sensorisia olemuksia. Aistimuksellisia kokemuksia herättelevät parhaiten materiaalit, joita voidaan muokata suoraan käsin. Jonkin välineen, kuten siveltimen, kautta työskentely taas rajaa näitä kokemuksia. Valmistin omakuvanukkeni suurimmaksi osaksi käsin, joten tuntoaistini oli useimmiten läsnä työskentelyssä. Esimerkiksi käsinompelu ja -kirjonta mahdollistivat työskentelyn äärelle rauhoittumisen, ja antoivat myös mahdollisuuden keholliselle työskentelylle ompelun pienimuotoisen liikkeen kautta sekä mahdollisuuden tuntea tekstiilimateriaali sormissani. Sormilla värien tuput-

telu nuken pintaan antoi ihan erilaisen kokemuksen kuin siveltimellä maalaaminen, ja koin sen huomattavasti läheisemmäksi tavaksi työskennellä. Rankanen (2007, 68) kuvaa, että konkreettisten esineiden tarkastelu voi edesauttaa omien sisäisten olotilojen havainnoimista – yhteyden luomista omiin tunteisiin ja aistimuistoihin. Materiaaleja tarkastelemalla aistien avulla pääsin lähemmäksi omia muistojani ja pystyin myös tuomaan omia muistojani konkreettiseen muotoon nukeissani.

Havainnon taso toimii Rankasen (2007, 71) mukaan työskentelynä, joka suuntautuu ulkoiseen todellisuuteen. Epäselvästä kuvasta muodostuu selkeä kuva (ja samoin irrallisista osasista kokonainen nukke). Omat kokemuksemme ja persoonallisuutemme vaikuttavat siihen, millaisia tunteita kuva (tai nukke) ja materiaalit herättävät. Tunteet vaikuttavat affektien tasolla puolestaan siihen, millainen teos syntyy ja mitä mielikuvia se herättää. Tunteita saattavat herättää kinesteettiset ja sensoriset kokemukset sekä esimerkiksi materiaalien värit. Materiaalit, joita on helppo työstää ja jotka elävät, tuottavat herkemmin tunnekokemuksia. (Rankanen 2007, 71, 74.) Värit ja niihin liittämäni merkitykset olivat tärkeitä tietynlaisen nuken persoonan ja tunnelman aikaansaamiseksi. Vahvimpia myönteisiä tunnekokemuksia herättivät ne tekniikat ja materiaalit, jotka eivät olleet liian vaikeita käsitellä ja jotka olivat anteeksiantavaisia. Esimerkiksi käsin kirjoittamisen rytmi ja mahdollisuus purkaa vaivattomasti jo tehdyt pistot tekivät työskentelystä harrasta ja suorastaan meditatiivista. Tekstiilin maalaaminen vaikeammin hallittavilla nestemäisillä kangasväreillä salli iloisten yllätysten ja leikkisyyden kokemukset.

Mimmu Rankasen (2007, 74) mukaan kuvan nimeäminen, työskentelyprosessin sanallistaminen sekä työskentelyyn liittyvien päätösten ja suunnitelmien teko liittyy kognitiivisella tasolla toimiminen. Olen toiminut kognitiivisella tasolla esimerkiksi silloin, kun olen ratkonut nukun valmistuksessa eteen tulleita ongelmia tai tehnyt päätöksiä sen suhteen, miten jatkaa nukkea eteenpäin. Omakuvanukkeprosessini sanallistaminen opinnäytetyöpäiväkirjaan ja myöhemmin raportin muotoon on myös liittynyt kognitiivisella tasolla toimimiseen. Myös nukkejen nimenanto ja niiden pohjalta kirjoittaminen on ollut kognitiivista työskentelyä.

Nukun valmistuksessa symbolinen työskentely (ks. Rankanen 2007, 74) tapahtui osittain jo työskentelyn aikana, kun yritin tietoisesti tehdä valintoja sen mukaan, mitä eri osat (esineet, materiaalit, kappaleet jne.) minulle merkitsivät. Teeman tai aiheen tulkinta ja siihen liittämäni merkitykset muotoutuivat symbolien kautta kolmiulotteiseen muotoon. Uskon kuitenkin, että symbolista työskentelyä tapahtui myös tiedostamatta, minkä vuoksi valmiin nukun tarkastelu reflektiivisesti oli erittäin tärkeää. Tarkastelun avulla oli mahdollista löytää ja sanallistaa kirjoittamalla nukeissa piilossa olevia merkityksiä ja havaita, että ”näinkö minä todella asiasta (aiheesta tai teemasta) ajattelen”.

6.4.5 Omakuva ja omaelämäkerrallisuus taidenuken valmistuksessa

Näen taidenukeissa valtavasti mahdollisuuksia. Pieninä minän kertojina ne voivat johdatella meitä tulkitsemaan ja rakentamaan elämäämme käsinkosketeltavaan muotoon. Tekijä voi upottaa erilaisia merkityksiä nukkeihinsa, jotka voivat yllättää hänet itsensäkin. Omakuvista innostuneelle jatkuva omakuvanukketyöskentely voi tarjota myös elämänhistoriallista näkökulmaa, kun vanhoja nukkeja ja samalla elettyä elämää tarkastellaan uudelleen. Palkitsevaa on myös käsillä tekeminen ja itsensä ilmaisu. Haluan rohkaista jokaista arvostamaan omaa tapaa tehdä, sillä jokaisen tapa nähdä ja kokea sekä tulkita nämä asiat konkreettiseksi esineeksi ovat maailmassa ainutlaatuisia.

Taidenuken ”muoto” itsessään tarjoaa paljon mahdollisuuksia oman itsen käsittelyyn. Ihmisen kaltaisena olentona se voi hyvinkin saada omia piirteitämme tai muita ominaisuuksia, tietoisesti tai tiedostamatta. Nukke on mielenkiintoisella tavalla läsnäoleva, sitä voidaan käsitellä ja muokata eri asen-toihin ja se tuntuu aina odottavan ihmiskäden kosketusta. Vaikka sillä ei koskaan leikittäisi (kuten nähdäkseni useimmilla taidenukeilla ei ole tarkoitukseen) siihen vaikuttaisi usein ikään kuin kuuluvan lupaus tai vihjaus leikistä. Uskon tässä piilevän taidenuken valmistuksen viehätyksen: nähdä itsensä pienoiskoossa ja pitää käsissä tätä pientä omakuvaa, joka kantaa sisällään salaisia merkityksiä.

Omakuvatyöskentely nuken valmistuksen avulla antoi minulle mahdollisuuksia lähestyä omakuvaani ja tarkastella omaa elämääni monella eri tapaa ja monesta eri suunnasta. Lainatakseni emeritusprofessori Carolyn Steedmanin (1986) sanoja: Ihmiset palaavat muistoihinsa aina uudestaan ja omasta elämästä kerrottu tarina muokkaantuu yhä uudelleen näiden muistojen ympärille. Keskeistä ei kuitenkaan ole menneisyys, jossa muistomme ovat tapahtuneet vaan se miten tulkitsemme näitä muistoja nyt. Taidehistorioitsija Rosemary Bettertonin (1996) mukaan samalla kun työstämme uudelleen menneisyyttä, on mahdollista antaa sille sen nykyisiä merkityksiä. (Mäkelä 2003, 161.) Omakuvanuken valmistuksessa oli mielestäni oleellista oma tapani tulkita elämääni eli se, millaisen näkökulman omaan elämääni valitsin tai tiedostamattani otin. Ymmärrän Steedmanin sanat siten, että omakuvatyöskentelyssä ei ole kyse muistojen siirtämisestä teokseen sellaisenaan vaan niiden tulkitsemisesta siitä hetkestä käsin, jossa kulloinkin eletään.

Jokaisen nuken kohdalla omakuvani näyttäytyi hieman eri tavoilla. Jotkut nukkeni ovat saaneet selkeitä fyysisiä ominaisuuksiani esimerkiksi kasvopiirteistäni. Varsinaista näköisyyttä en kuitenkaan ole lähtenyt hakemaan. Kaikissa nukeissa ei omakuva näyttäytynyt pelkästään kasvopiirteissä tai muissa fyysisissä piirteissä vaan käsitelin nukeissani omakuvaani myös muiden tapojen kautta. Omakuvallinen työskentely liittyi prosessissani teeman käsittelyyn ja omien mielikuvien, muistojen ja kokemusten työstämiseen konkreettiseen muotoon.

Kuten Inkeri Sava ja Arja Katainen (2000, 26) kertovat, ei minuus ilmene omaelämäkerrallisessa työskentelyssä sellaisenaan oikeana ja totuudenmu-

kaisena vaan työskentelyssä etsitään niitä asioita, jotka ovat itsestä totta itselle. Samaan tapaan sanoo myös Cristina Nuñez (2011, 97) kirjassa *Omakuva* on jokaisen kuva: omakuva ei määrittele meitä vaan se näyttää niitä asioita, jotka haluavat ”tulla päivänvaloon” ja jotka meidän tulisi tällä hetkellä tietää. Ja kuten Hentinen (2009, 151) sanoo kirjassa *Valokuvan terapeutin voima*, voi itse työskentelyn prosessi ja sen herättämät tunteet sekä kokemukset olla jopa lopullista tuotetta tärkeämmät. Sanoisin, että omakuvani on yhtä lailla kiinni prosessissa itsessään kuin valmiissakin nukeissa, koska olen ne itse valmistanut alusta loppuun. Kenenkään muun näköisiä ne eivät silloin voisi olla.

Maarit Mäkelä (2003, 162, 164) kirjoittaa kirjassa *Ruukun runoutta ja materiaalin mystiikkaa*, että muistot voivat vaikuttaa siihen, miten ilmaisemme asioita, mutta ilmaisumme saa aina myös fiktiivisiä aineksia. Fiktiivistä aineesta Mäkelä kuvaa kuvitteluksi, joka perustuu luovaan ajatteluun. Hän lainaa kirjallisuustieteen dosentin Päivi Kososen (2000) termiä *autofiktio*, joka Mäkelän omassa taiteessa tarkoittaa omaelämäkerrallisen dokumenttiaineiston ja luovan fiktiivisen ajattelun yhdistämistä. Hän kertoo täydentävänsä omaelämäkerrallista aineistoa fiktiivisillä palasilla. Kyse onkin silloin identiteetin rakentamisesta taiteen avulla. (Mäkelä 2003, 162, 164.) Omissa nukeissani yhtä lailla omaelämäkerrallisuus kietoutuu yhteen fiktion kanssa, mikä esimerkiksi näkyy nukkejeni ulkoisissa olemuksissa, jotka eivät suoraan viittaa omiin fyysisiin piirteisiini. Myös nukken aiheen eli teeman käsittelyssä olen hyödyntänyt mielikuvitustani (ks. esim. nukkeni *Mutanttilapsi/Sulotar*), mutta perustana on aina ollut oma elämäni.

Dosentti Anni Vilkkonen (1997) käyttää käsitettä tarinoitunut elämä, joka tarkoittaa elämänmittaista oman elämän arviointiprosessia, jossa muovataan omaa käsitystä itsestä järjestämällä ja jäsentämällä elämäntapahtumia uudelleen. Tällainen omaelämäkerrallisten tapahtumien uudelleentulkinta voi saada myös itsehoidollisia piirteitä. (Mäkelä 2003, 165.) Omakuvanukketyöskentelyssä minulla oli mahdollisuus muovata omaa elämäntarinaani konkreettisesti nukkeksi haluamallani tavalla. Saatoin esimerkiksi muuntaa oman muistoni sankaritarinaksi (nukke *Sudenkorenon pelastaja*), mikä omassa työskentelyssäni nosti muiston arvoa edelleen.

6.5 Työskentelyn reflektiosta

Reflektiolla tarkoitan tässä kohtaa työskentelyn ja valmiin teoksen tarkastelemista pohtivalla otteella. Hentinen (2007, 130) kuvaa, että taideterapiassa kuvan ja taidetyöskentelyn reflektio voi tapahtua sekä jakamisvaiheessa että myös varsinaisen taidetyöskentelyn aikana. Vuorovaikutusta tekijän ja teoksen välillä voi tapahtua siis jo työskentelyn yhteydessä vaikka suurin osa kokemuksista sanallistettaisiinkin vasta jakamisen vaiheessa. Olen kuvannut reflektointivaihetta taideterapiassa tarkemmin kappaleessa 3.2.4 Reflektointi- ja jakamisvaihe.

Käsittelin nukken valmistusprosessia ja valmiin nukken mielessäni herättämiä merkityksiä pääasiassa kahdella tavalla: kirjoittamalla ja valokuvaamalla. Kirjoittaminen oli minulle tavallaan dialogia, keskustelua, nukken kanssa.

Hanna Hentinen (2007, 144) kirjoittaa, että dialogi kuvan kanssa voi tapahtua tavallisesti keskustelemalla tai runollisen kielen avulla. Dialoginen vuorovaikutus kuvan kanssa voi antaa paremman ymmärryksen siitä, mikä toinen (kuva) on, miten se on valmistettu ja miten se voi mahdollisesti vaikuttaa tekijän elämään. Kuvalta voidaan myös kysyä kysymyksiä. (Hentinen 2007, 144.) Halusin antaa nukan itsensä kertoa minulle, mitä sanottavaa sillä oli. Tarkoitukseni ei ollut tyhjentävästi selittää, mitä mikin symboli, muoto, materiaali tai väri minulle merkitsivät vaan kirjoittaa ylös tajunnanvirtatekniikalla, mitä hyvänsä nukesta esille nouseekin. Aloitin kuitenkin kirjoittamalla ”Minä olen”, josta pystyin jatkamaan vapaasti. Kirjoituksista tuli herkkiä ja yllättävän syvällisiä. Tunsin, että olin sen avulla löytänyt väylän päästä käsiksi nukan herättämiin ajatuksiini ja kokemuksiini.

Toinen tärkeä reflektion keino oli valokuvaus. En halunnut kuvata pelkääntään nukan ulkoista muotoa vaan syventää sitä kautta näkemystäni nukkeen. Tämä valokuvauksen prosessi sai tavallaan itsehoidollisia piirteitä ja muistutti Miina Savolaisen kehittämää voimauttavan valokuvauksen menetelmää (ks. kappale 3.4.2 Valokuva taideterapiassa ja voimauttavan valokuvan menetelmä). Nukkejen valokuvaamisessa nukke oli kohde, mutta samalla kuvasin omaa näkemystäni nukkestani – ja itseäni. Valokuvissani näkyy se todellisuus, jonka olen nukeilleni halunnut luoda. Miina Savolaisen (2009, 212) mukaan valokuva on aina kuvaajansa rakentama eikä silloin objektiivinen kuvaus todellisuudesta. Henkilö saakin itse päättää, mitkä kuvat ovat hänelle tärkeitä ja siten tosia. Merkitykselliset kuvat voivat ratkaisevasti rakentaa omaa identiteettiä ja elämäntarinaa.

Minulle nukeistani rakkaudella ottamani valokuvat kertovat enemmän nukan identiteetistä, sielusta, kuin pelkät etäiset ”tuotekuvat” olisivat kertooneet. Näistä kuvista voin, Savolaisen (2009, 216) sanoja muokatakseni, löytää erilaisia merkityksiä, jotka linkittyvät omaan elämäni ja näyttävät minulle: näin näen ja koen maailman ja itseni. Nukan kuva on minun omakuvani, minun todellisuuteni. Valokuva voi Savolaisen (2009, 216) kantaa mukanaan todellisen kokemuksen elämyksellisiä ja kehollisia merkityksiä tunnelmien, muistikuvien ja mielikuvien muodossa. Valokuva tavallaan pelkistää kokemuksen kuvalliseen muotoon, symboliksi, jonka avulla kokemuksen herättämiä merkityksiä voidaan tarkastella.

6.6 Pohdintojani näyttelyn ja omakuvan jakamisen merkityksestä

Omakuvanukkenäyttelyni toimi omakuvien jakamisen paikkana ja sen merkitys liittyy nähdyksi tulemisen kokemiselle. Näkeminen liittyy Miina Savolaisen (2009, 219) mukaan kehollisuuteen ja vuorovaikutukseen: ihminen on silmien ja ruumiin kautta jatkuvasti yhteydessä oman sisäisen kokemuksensa ja ulkomaailman sekä muiden ihmisten kanssa. Kokemukset siitä, miten on tullut elämässään nähdyksi, kulkevat ihmisen mukana kehollisena muistona, joka vaikuttaa hänen kokemukseensa omasta erityisyydestään. Ihmiselle on tärkeää tulla nähdyksi sellaisena kuin hän on ja silti arvokkaana. Minulle oli tärkeää, että voin jakaa omakuvanukkeni muiden kanssa, antaa prosessilleni ja nukeilleni arvoa esittelemällä ne julkisesti sekä kertoa muille elämäntarinaani.

Näyttelyssäni korostuu eräs taideterapeuttisen prosessin merkityksistä, jossa tekijä valmistaa teoksiaan oman itseymmärryksen lisäämisen ja itseilmaisuuden vuoksi eikä valmiiden töiden siten tarvitse täyttää mitään esteettisiä kriteerejä (Halkola 2009, 16). Näyttelyn tavoitteena ei ollut siten taideteosten esittely sinällään, kuten yleensä näyttelyissä on tarkoituksena vaan omakuvieni ja oman elämäntarinani jakaminen näyttelyvieraiden kanssa. Kuten Sava ja Katainen (2000, 29) kirjoittavat, taiteen ja tarinoiden avulla on mahdollista tuoda näkyväksi joitakin puolia itsestämme.

Omakuvanukke ei koskaan näytä täysin objektiivista kuvaa itsestämme vaan se on tekijän tulkinnan ja merkitysten muovaama (ks. Sava & Katainen 24 – 25). Tekijä voi itse myös valita, mitä asioita hän nukkessaan haluaa ilmaista ja mitä jättää näyttämättä. Omakuva merkitys on myös katsojan ja teoksen välisessä vuorovaikutuksessa: omakuvan katsoja peilaa näkemäänsä omakuvaa omasta kokemusmaailmastaan käsin. (ks. Erävaara 2011, 32 – 33.) Kuten Eva Londos (1997) kirjoittaa, teoksen tekijän valitsema aihe ja hänen oma tulkintansa sekä merkityksensä eivät vaikuta suoraan siihen, millaisen tulkinnan teos katsojassa herättää. Katsoja tekee oman tulkintansa teoksesta yhdistämällä teokseen omat merkityksensä ja elämäntarinansa. (Mäkelä 2003, 166 – 168.) Omakuvan hienous piilee mielestäni siinä, että tekijä ja katsoja luovat sen pohjalta omia merkityksiä ja omakuva on siten vuorovaikutuksessa tekijän ja katsojan välillä.

7 TAIDENUKKETYÖPAJAN KUVAUS

Esittelen liitteessä 3 omakuvanukketyöpajan ohjauksellisen rungon (ks. Liite 3 Omakuvanukketyöpajan runko), joka pohjaa omiin kokemuksiini omakuvan valmistuksesta liitettynä teoriaan taideterapeuttisen työskentelyn vaiheista ja merkityksistä. Runko toimii yksinkertaisena hahmotelmana toiminnan eri vaiheista ja lopullinen ohjaus muovaantuu ohjaajan omien kiinnostusten ja valmiuksien sekä ryhmän tarpeiden mukaisesti. Vaiheiden sisällöt ja järjestys voivat vaihdella tarpeen, resurssien ja ajankäytön mukaan. Riippuu pitkälti myös ryhmästä ja ohjaajan valinnoista, minkälaisia nukkeja ohjataan, jolloin nukken valmistuksen sisältö voi olla hyvinkin erilainen. Seuraavaksi kuvaan lyhyesti, mihin asioihin tulisi kiinnittää huomiota ohjauksia suunniteltaessa.

7.1 Ohjaajan rooli

Ohjaajalla tulisi ennen omakuvan valmistuksen ohjaamista olla ainakin jonkin verran kokemusta nukken valmistuksesta ja omakuvallisesta taide työskentelystä, jotta hän osaa parhaiten suunnitella ryhmän tarpeita vastaavaa toimintaa ja ohjata työskentelyä sopivalla tavalla. Omakohtaisen omakuvallisen työskentelyn kokemukset auttavat ohjaajaa ymmärtämään työskentelyn merkityksiä ja millaisia tunteita, ajatuksia ja kokemuksia omakuvan työstäminen voi tekijässä herättää. **Omakuvanukketyöskentely ei kuitenkaan ole terapiaa vaikka se saattaa sisältää (taide)terapeuttisia piirteitä** eikä sitä silloin tulisi markkinoida taideterapiana.

Ohjaajalle on suurta apua siitä, että hän on kokeillut erilaisia taide- ja käsityö materiaaleja ja tekniikoita, jolloin hänelle on muodostunut kuva niiden

vahvuuksista ja heikkouksista. Taidenuken valmistuksessa on oikeastaan mahdollista käyttää mitä tahansa tekniikoita ja materiaaleja, joten ohjaajan omat mielenkiinnon kohteet ja painotukset vaikuttavat siihen, minkälaisia vaihtoehtoja hänellä on ryhmälle tarjottavanaan.

Työskentelyn aikana ohjaajan tulisi pystyä luomaan turvallinen ilmapiiri, jotta ryhmän jäsenet voivat käsitellä omaelämäkerrallisia kokemuksiaan ja tuntemuksiaan. Läsnäoleva työskentely mahdollistaa oman sisäisen maailman tunnustelun ja keskittymisen siihen, mikä omasta tarinasta haluaa tällä hetkellä päästä näkyvään muotoon. Ohjaajan tulisi pyrkiä madaltamaan työskentelyn esteitä, jotta omakuvanuken valmistus soljuisi jouhevasti eteenpäin. Lämmittely ja virittely jonkin luovan toiminnan keinoin saattaa helpottaa varsinaiseen nukan valmistukseen ryhtymistä.

Kuulluksi ja nähdyksi tulemisen kokeminen on työskentelyssä tärkeää. Valmiista nukeista kertominen ja niistä otettujen valokuvien esitleminen muille on vapaaehtoista, mutta se saattaa nostaa uudenlaisia merkityksiä esiin. Ohjaaja ei saisi kuitenkaan missään vaiheessa koettaa analysoida tai selittää puhki ryhmän jäsenten nukkeja vaan jäsenten tulisi antaa itse kertoa nukeistaan niitä asioita, joita he pitävät tärkeänä. Ryhmän sisäinen kunnioitus toisia kohtaan ja luottamuksellinen ilmapiiri ovat alusta loppuun tärkeitä.

7.2 Kohderyhmästä

Kun suunnitellaan omakuvanuken ohjausta, tulisi ohjaajalla oltava tietoa siitä, millaiselle ryhmälle hän on toimintaa suunnittelemassa. Nukan valmistus saattaa vaatia ainakin jossain määrin muun muassa pitkäjänteistä työskentelyä ja hienomotorisia taitoja, jotka voivat joillekin ihmisille olla haastavia. Ohjaajan olisi tiedettävä ryhmän mahdollisia piirteitä ja rajoitteita suunnatakseen heille oikeanlaista toimintaa. Esimerkiksi fyysisistä rajoitteista kärsiville voidaan valita helpommin työstettäviä materiaaleja. Myös ryhmän jäsenten iät vaikuttavat ohjauksiin, esimerkiksi nuoret ja aikuiset yleensä kykenevät pitkäkestoisempaan työskentelyyn kuin lapset. Nukan valmistus voi olla juuri niin monimutkaista tai helppoa, kuin halutaan, ja on tärkeää suunnitella oikeanlaista toimintaa eri kohderyhmille.

Kuten taideterapiassakin yleensä, myös omakuvanuken valmistuksessa tekijän taidot tai taitavuus ovat toissijaisia ja tärkeintä on tekijän oma halu työstää jotain hänelle tärkeää aihetta nukan muotoon. Sen vuoksi omakuvanuken valmistus sopii monille eikä nukan lopullisessa ulkomuodossa ole rajoitteita tai sääntöjä. Kuitenkin joitakin ryhmän jäseniä saatetaan joutua rohkaisemaan taidetyöskentelyyn, sillä heillä saattaa olla esimerkiksi negatiivisia kokemuksia omasta osaamisestaan tai taidetyöskentelystä yleensä. On ohjaajan vastuulla innostaa osallistujia työskentelemään omista lähtökohdistaan ja näkökulmistaan käsin. Taustalla on ajatus, että jokainen omakuvanukke on tärkeä ja ainutlaatuinen.

7.3 Huomioita resursseihin

Omakuvanuken valmistus ei välttämättä kuluta kovinkaan paljon materiaa-
liresursseja, sillä siinä voidaan käyttää kierrätysmateriaaleja ja jopa ”ros-
kia”. Silloin ohjaajalta tai ryhmän jäseniltä saatetaan tarvita hieman enem-
män kekseliäisyyttä, mutta vähäisillä materiaaleilla työskentely voi myös
herättää ihan uudenlaista luovuutta. ”Mitä jos tämä materiaali olisikin...” –
ajattelulla voi päästä pitkälle. Ryhmän jäsenet voivat myös käyttää omia
materiaalejaan, mikä voi tehdä omakuvatyöskentelystä henkilökohtaisem-
paa. Materiaalien ja tekniikoiden sopiva rajaus voi tehdä työskentelystä
mielekkäämpää ja helpommin lähestyttävää.

Ohjaajalla tulisi olla käsitys siitä, mitä materiaaleja ja välineitä tarvitaan
missäkin työskentelyn vaiheessa, jotta niitä on sopivassa kohtaa saatavilla
eikä niitä tarvitse erikseen etsiä. Senkin vuoksi on tärkeää, että ohjaaja on
testannut nukken valmistusta aiemmin ja pohtinut huolella, minkälaisia luo-
via menetelmiä työskentelyprosessiin kokonaisuudessaan sisältyy. Työs-
kentelytilaa tulisi olla jokaiselle tekijälle vaikka nukkettyöskentely ei itses-
sään veisikään tilaa, jotta ryhmän jäsenet kokevat työskentelyn turvalliseksi
ja rauhalliseksi. Paras tila on sellainen, jonka voi hiljentää ulkoisista ärsyk-
keistä ja joihin ulkopuolisilla ei ole työskentelyn ajaksi asiaa.

7.4 Toiminnan vaiheet ajankäytön kannalta

Ohjaajan tulisi olla suunniteltu ryhmän tarpeita vastaavasti myös työsken-
telyn ajankäyttö, jotta jokaiselle vaiheelle jää riittävästi aikaa. Yllätyksiä
voi silti sattua, mutta jonkinlainen arvio siitä, miten kauan kukin vaihe tulisi
kestää, on silti hyvä olla olemassa. Alun tutustumiselle ja rauhoittumiselle
tulee yhtä lailla olla aikaa, kuten myös lämmittelylle ja nukken valmistuk-
selle sekä työskentelyn kokemusten jakamiselle ja lopetukselle. Liian
tiukka aikataulu saattaa ahdistaa joitakin tekijöitä, jolloin he tekevät nuk-
kensa valmiiksi kiireessä eivätkä syvenny työskentelyn herättämiin merki-
tyksiin. Kokemusten sanallistaminen ja niiden edelleen työstäminen on yhtä
lailla tärkeää kuin varsinainen taidetyöskentely eikä sitäkään vaihetta tulisi
supistaa.

Erilaisia omakuvanukkeja testaamalla saadaan jonkinlainen kokemus siitä,
minkälaisia nukkeja ohjataan ja miten kauan yhden nukken valmistamisessa
voi mahdollisesti kulua aikaa. Tietenkin jokainen tekijä on erilainen, jotkut
ovat nopeampia kun taas toiset harkitsevampia. Myös jotkut tekniikat tai
materiaalien työstötavat voivat viedä enemmän aikaa, jos on huomioitava
esimerkiksi maalien tai massan kuivumisajat. Pienempien nukkejen valmis-
tus voi viedä vähemmän aikaa, paitsi jos nukesta tehdään kovin yksityis-
kohtainen. Aikaa voidaan säästää myös käyttämällä esimerkiksi ompeluko-
neita isompien saumojen ompelemisessa.

8 POHDINTA

Olen omakuvanukkeprosessissani pysähtynyt omakuvien äärelle, mikä on tuntunut itsestäni tärkeältä. Kiireellisen elämän keskellä harvoin on loppujen lopuksi aikaa vain itselle ellei sitä aikaa varaa vartavasten kalenterista. Kuitenkin omakuvatyöskentelyn myötä olen ymmärtänyt, miten tärkeää on oman itseymmärryksen ja omien tarpeiden kartoittamisen kannalta pysähtyä hetkeksi tunnustelemaan elettyä, nykyistä ja tulevaa elämää. Opinnäytetyöprosessi on opettanut ja valmistanut minua oman elämän tarkasteluun, mitä kautta innostukseni myös omaelämäkerrallisten taidepajojen ohjaamiseen tulevaisuudessa on kasvanut.

Opinnäytetyössäni haastavinta oli pitää jonkinlainen punainen lanka käsissä, jotta prosessi ei hajoaisi liian suureksi ja epämääräiseksi. Tiivistäminen ei ole koskaan ollut vahvimpia puoliani, sillä koen niin monet asiat merkitykselliseksi. Kuitenkin opinnäytetyö on pakottanut minut löytämään ja jäsentämään prosessista niitä tärkeimpiä asioita, joiden pohjalta ohjauksellisen rungon suunnittelu on ollut mahdollista. Toivoisin tulevaisuudessa, että pystyisin kehittämään työpajaa edelleen ja testaamaan sitä ihan käytännössä. Toivon myös, että olen esittänyt tärkeäksi kokemani prosessin luotavassa ja selkeässä muodossa, jotta aiheesta kiinnostuneet voivat hyödyntää sitä esimerkiksi omassa työssään.

Parhainta koko prosessissani oli ehdottomasti omakuvatyöskentelyn harjoittaminen nukun valmistuksen avulla sekä mahdollisuus ilmaista itseäni juuri niin kuin se minulta parhaiten luonnistuu. Voin liioittelematta sanoa kasvaneeni ihmisenä ja ohjaajana, sillä olen saanut rohkeutta ja uskoa itseeni ja omaan tapaan tehdä. Omakuvanukkeprosessini päättyy opinnäytetyöni osalta, mutta jatkuu omassa työskentelyssäni. Mihin nukkeni minua johdattavat, on vielä suuri, elämänmittainen mysteeri...

LÄHTEET

500 handmade dolls. Modern exploration of the human form, 377. USA: Lark crafts.

Ackerman-Haywood, J. 2007. Meeting textile artist Jennifer Gould. The Grand Rapids Press. <http://blog.mlive.com/runningwithneedles/2007/12/post.html>. Viitattu 12.10.2015.

Bell, M. 2006. Visual journaling. <http://visualjournaling.com>. Viitattu 26.8.2015.

Blount, A. 2007. Introduction. Teoksessa: 500 handmade dolls. Modern exploration of the human form, 6 – 8. USA: Lark crafts.

Buchala, E. 2008. Art Dolls: Facts and Fancies. Viitattu 20.4.2015. <https://blog.etsy.com/en/2008/art-dolls-facts-and-fancies/>

Erävaara, T. 2011. Intohimona omakuvat. Teoksessa Tanskanen, I. (toim.): Omakuva on jokaisen kuva, 32-33. Turun ammattikorkeakoulun oppimateriaaleja 61. Turku: Turun ammattikorkeakoulu.

Feber, E. 2008. The healing power of medicine dolls. PilotOnline.com. <http://hamptonroads.com/2008/07/healing-power-medicine-dolls>. Viitattu 12.10.2015.

Fenomenologinen analyysi 2015. Koppa. Jyväskylän yliopisto. Humanistinen tiedekunta. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/tutkimusstrategiat/fenomenologinen-tutkimus>. Viitattu 12.10.2015.

Gould, J. 2015. About. <http://www.jennifergouldsdesigns.com/about/>. Viitattu 12.10.2015.

Halkola, U. 2009. Mitä valokuvaterapia on? Teoksessa Halkola, U., Mannermaa, L., Koffert, T. & Koulu, L. (toim.): Valokuvan terapeuttinen voima, 15 - 16. Helsinki: Duodecim.

Halkola 2009. Valokuvaterapian teoreettisia perusteita hahmottamassa. Teoksessa Halkola, U., Mannermaa, L., Koffert, T. & Koulu, L. (toim.): Valokuvan terapeuttinen voima, 55 – 56, 60, 68, 71 – 72- Helsinki: Duodecim.

Hastings, P. 2015a. Emerging. <http://www.pamelahastings.com/gallery/cp-app.cgi?usr=50X9515249&rnd=1275212&rrc=N&cip=91.159.80.238&pg=prod&ref=G8&cat=Art+Dolls&catstr=HOME:uniqueart:Art+Dolls>. Viitattu 12.10.2015.

Hastings, P. 2015b. Doll making as a transformative process. http://www.pamelahastings.com/workshops/index.php?class_id=3. Viitattu 12.10.2015.

Hastings, P. 2015c. Mother, what did you want? <http://www.pamelahastings.com/gallery/cp-app.cgi?usr=50X9515249&rnd=1275212&rrc=N&cip=91.159.80.238&pg=prod&ref=G1&cat=Art+Dolls&catstr=HOME:uniqueart:Art+Dolls>. Viitattu 12.10.2015.

Hastings, P. 2015c. My story. <http://www.pamelahastings.com/about/>. Viitattu 12.10.2015.

Hastings, P. 2015d. Pamela Hastings. <http://www.healingandtransformativedolls.com/pamela-hastings.html>. Viitattu 12.10.2015.

Havainnointi eli observointi 2015. Koppa. Jyväskylän yliopisto. Humanistinen tiedekunta. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/aineistonhankintamenetelmat/havainnointi-eli-observointi-osallistuminen-ja-kenttaetyoe>. Viitattu 12.10.2015.

Havekost, N. 2015. Artist statement. <http://niki-havekost.squarespace.com/dolls-statement>. Viitattu 12.10.2015.

Healing and transformative dolls. 2015. <http://www.healingandtransformativedolls.com/>. Viitattu 12.10.2015.

Hennen, M. 2009. Classics. <http://www.margihennen.ca/04-classics/classics.html>. Viitattu 12.10.2015.

Hennen, M. 2009. Margi. <http://www.margihennen.ca/03-margi/margi.html>. Viitattu 12.10.2015.

Hentinen, H. 2007. Monitasoinen merkitysten muodostuminen. Teoksessa Rankanen, M., Hentinen, H. & Mantere M-H.: Taideterapian perusteet, 129 – 130, 144, 149 - 151. Helsinki: Duodecim.

Hentinen, H. 2007. Työskentelyn loppuun saattaminen. Teoksessa Rankanen, M., Hentinen, H. & Mantere M-H.: Taideterapian perusteet, 172, 174. Helsinki: Duodecim.

Hentinen, H. 2009. Valokuva taideterapiassa. Teoksessa Halkola, U., Mannermaa, L., Koffert, T. & Koulu, L. (toim.): Valokuvan terapeuttinen voima, 147, 150 – 153, 158 – 159, 162. Helsinki: Duodecim.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 1997. Tutki ja kirjoita, 152. 6. – 9. painos. Helsinki: Tammi.

Ihmisen kuva - nukkenäyttely Pispalassa 2010. http://www.ihmisenkuva.net/fin/osallistu_tee-se-itse.php. Viitattu 12.10.2015.

Ihmisen kuva 2015. Näyttely. <http://ihmisenkuva.net/nayttely>. Viitattu 12.10.2015.

Ihmisen kuva 2015. Projektista. <http://ihmisenkuva.net/projektista>. Viitattu 12.10.2015.

Karjalainen, A. 2007. Koulutusorganisaation prosessit. KeVer-verkkolehti 2. Ammattikorkeakoulujen kehittäjäverkosto. <http://www.uasjournal.fi/index.php/kever/article/viewArticle/1016/865>. Viitattu 12.10.2015.

Keltikangas-Järvinen, L. 2010. Hyvä itsetunto, 112. Juva: Bookwell.

Kähmi, K. 2015. Rajoitteet terapeuttisessa kirjoittamisessa. Koppa. Jyväskylän yliopisto. Humanis-tinen tiedekunta. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/kirjoittamisen-tutkimus/kirjoittamisterapia/kirjoittamisterapia/rajoitteet-terapeuttisessa-kirjoittamisessa>. Viitattu 12.10.2015.

Luhtasaari, S. Luovat terapiat. 2010. Terveyskirjasto. Kustannus Oy Duodecim. http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=ama00035. Viitattu 12.10.2015.

Malchiodi, C. 2010. Ekspressiivinen taideterapia ja monitaiteelliset lähestymistavat. Teoksessa Malchiodi, C.: Taideterapian käsikirja, 134 – 136, 140, 142 - 143. Kuopio: UNIPress.

Malchiodi, C. 2011a. Ilmaisuterapiat – historia, teoria ja käytäntö. Teoksessa Malchiodi, C. (toim.): Ilmaisuterapiat, 27 - 32. Kuopio: UNIPress.

Malchiodi, C. 2011b. Taideterapiat. Teoksessa Malchiodi, C. (toim.): Ilmaisuterapiat, 41. Kuopio: UNIPress.

Martikainen, L. 2007. Minä, nuori nainen, 149 – 153. Kuopio: Unipress.

Mäkelä, M. 2003. Keramiikka itseymmärryksen välineenä. Teoksessa Lepänen, H. (toim.); Ruukun runoutta ja materiaalin mystiikkaa, 161 – 162, 164 – 165, 166 – 168. Taideteollisen korkeakoulun julkaisu B 71. Helsinki: Taideteollinen korkeakoulu.

Núñez, C. 2011. Part 1: The self-portrait experience. Teoksessa Tanskanen, I. (toim.): Omakeuva on jokaisen kuva, 97. Turun ammattikorkeakoulun oppimateriaaleja 61. Turku: Turun ammattikorkeakoulu.

Ojanen, M. 1994. Mikä minä on? : minän rakenne, kehitys, häiriöt ja eheytyminen, 36 – 37. Tampere: Kirjatoimi.

Palin, T. 2011. Esipuhe. Teoksessa Tanskanen, I. (toim.): Omakeuva on jokaisen kuva, 10-11. Turun ammattikorkeakoulun oppimateriaaleja 61. Turku: Turun ammattikorkeakoulu.

Pehunen, P. 2009. Omakeuvat ja perhevalokuvat psykoterapiassa. Teoksessa Halkola, U., Mannermaa, L., Koffert, T. & Koulu, L. (toim.): Valokuvan terapeuttinen voima, 78. Helsinki: Duodecim.

Perttula, Juha 1995. Kokemus psykologisena tutkimuskohteena. Johdatus fenomenologiseen psykologiaan, 61, 64, 94 – 95, 119 – 137. Tampere: Suomen fenomenologinen instituutti.

Rankanen, M. 2007. Kuvataiteen erityispiirteet terapian jäsentäjinä. Teoksessa Rankanen, M., Hentinen, H. & Mantere M-H.: Taideterapian perusteet, 66, 68, 70 – 71, 74. Helsinki: Duodecim.

Rankanen, M., Hentinen, H. & Mantere M-H. 2007. Lukijalle. Teoksessa Rankanen, M., Hentinen, H. & Mantere M-H.: Taideterapian perusteet, 9. Helsinki: Duodecim.

Rankanen, M. 2007. Taidetyöskentely. Teoksessa Rankanen, M., Hentinen, H. & Mantere M-H.: Taideterapian perusteet, 113. Helsinki: Duodecim.

Rankanen, M. 2007. Työskentelyn eteneminen taideterapiassa. Teoksessa Rankanen, M., Hentinen, H. & Mantere M-H.: Taideterapian perusteet, 91 – 94 - 96. Helsinki: Duodecim.

Rankanen, M. & Hentinen, H. 2007. Uuden terapiasuhteen aloitus. Teoksessa Rankanen, M., Hentinen, H. & Mantere M-H.: Taideterapian perusteet, 102. Helsinki: Duodecim.

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. Havainnointi. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_4.html. Viitattu 12.10.2015.

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. Tutkimuspäiväkirja. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L4_2_2.html. Viitattu 12.10.2015.

Sava, Inkeri 2007. Katsomme – näemmekö? Luovuudesta, taiteesta ja visuaalisesta kulttuurista, 120. Taideteollisen korkeakoulun julkaisu B 81. Jyväskylä: PS-Kustannus.

Sava, I.; Vesänen-Laukkanen, V. & Martin, M. 2004. Yhteistyötä ja yhteistä jakamista. Teoksessa Sava, I. & Vesänen-Laukkanen, V. (toim.): Taiteeksi tarinoitu oma elämä, 16-17, 19. Jyväskylä: PS-Kustannus.

Sava, I. & Katainen, A. 2004. Taide ja tarinallisuus itsen ja toisen kohtaamisen tilana. Teoksessa Sava, I. & Vesänen-Laukkanen, V. (toim.): Taiteeksi tarinoitu oma elämä, 24-30, 32. Jyväskylä: PS-Kustannus.

Sava, I. 2004. Kasvattajan oikeus – ja vastuu – omaan elämään. Teoksessa Sava, I. & Vesänen-Laukkanen, V. (toim.): Taiteeksi tarinoitu oma elämä, 53, 55. Jyväskylä: PS-Kustannus.

Savolainen, M. 2009. Voimauttava valokuva. Teoksessa Halkola, U., Mannermaa, L., Koffert, T. & Koulu, L. (toim.): Valokuvan terapeuttinen voima, 211 – 212, 216, 219, 221. Helsinki: Duodecim.

Suomen Nukkeyhdistys ry. Nuket. Viitattu 20.4.2015. <http://www.suomen-nukkeyhdistys.fi/nuket.html>

Vernerinet.net. Kehitysvamma-alan verkkopalvelu. Identiteetti, minäkuva ja itsetunto. <http://verneri.net/yleis/identiteetti-minakuva-ja-itsetunto>. Viitattu 20.4.2015.

Vesänen-Laukkanen, V. 2004. Katson ulos kuvastani. Teoksessa Sava, I. & Vesänen-Laukkanen, V. (toim.): Taiteeksi tarinoitu oma elämä, 75. Jyväskylä: PS-Kustannus.

KUVALÄHTEET

Gould, J. 1996. Self-portraits: 7th, 8th and 9th grades. Teoksessa: 500 handmade dolls. Modern exploration of the human form, 377. USA: Lark crafts.

Hastings, P. 2015a. Emerging. <http://www.pamelahastings.com/gallery/cp-app.cgi?usr=50X9515249&rnd=1275212&rrc=N&cip=91.159.80.238&pg=prod&ref=G8&cat=Art+Dolls&catstr=HOME:uniqueart:Art+Dolls>. Viitattu 12.10.2015.

Hastings, P. 2015b. Mother, what did you want? <http://www.pamelahastings.com/gallery/cp-app.cgi?usr=50X9515249&rnd=1275212&rrc=N&cip=91.159.80.238&pg=prod&ref=G1&cat=Art+Dolls&catstr=HOME:uniqueart:Art+Dolls>. Viitattu 12.10.2015.

Hennen, M. 2009. Diana. Classics. <http://www.margihennen.ca/04-classics/classics.html>. Viitattu 12.10.2015.

Hennen, M. 2009. Mother warned me about fishnet stockings. Classics. <http://www.margihennen.ca/04-classics/classics.html>. Viitattu 12.10.2015.

HAASTATTELU

Oikari, S. 2015. Nukkemuotoilun artesaani. Sähköpostihaastattelu 1.9.2015.

NÄYTTELYJULISTE



TERVETULO A
NÄYTTELYYN

**Olinpa
kerran
minä**

MARIA JÄNTTI-
SERRANO

OMAKUVANUKET
ESITTÄYTYVÄT
22.9. - 22.10.
2015

HAMK
LAHDENSIVUN KAMPUS
ILMARILAN GALLERIA
RINNETIE 53, HÄMEENLINNA

HAASTATTELUKYSYMYKSET

Haastateltavana Silva Oikari, ohjaustoiminnan artenomi.

Haastattelu liittyy HAMK:n ohjaustoiminnan koulutusohjelman opinnäytetyöhöni, jonka aiheena on omakuvien ilmaisu taidenukkejen välityksellä oman henkilökohtaisen taideterapeuttisen prosessin kautta. Haastattelulla pyrin saamaan lisää aiheesta taidenukkejen valmistuksen prosessista yksittäisen taidenukkea valmistavan henkilön näkökulman avulla.

Jos jokin kysymyksistä tuntuu epäselvältä tai kaipaat muuten lisätietoja, voit ottaa yhteyttä minuun. Kiitos vastauksista!

1. Kerro vapaasti nuken valmistuksen taustastasi.
2. Kuvaile nuken valmistuksen prosessiasi. Voit antaa halutessasi esimerkkejä aiheesta.
3. Minkälaisia asioita nuken valmistus merkitsee sinulle?
4. Mitkä asiat koet haastaviksi nuken valmistuksessa?
5. Minkälaisia huomioita tai oivalluksia olet tehnyt nuken valmistuksen aikana?
6. Minkälaisia asioita haluat nukkejesi avulla kertoa?

OMAKUVANUKKETYÖPAJAN RUNKO

Ohjauksen vaihe	Vaiheen sisältö lyhyesti
Aloitus	istutaan piirissä, tutustutaan ryhmässä toisiin, tunnustellaan omaa olotilaa, rentoudutaan ja haetaan läsnäolevaa työskentelyotetta
Lämmittely ja virittäytyminen	luovia harjoituksia oman elämän tarkasteluun, madalletaan kynnystä nukken valmistukseen, rohkaistaan luovuuteen ja omaelämäkerralliseen työskentelyyn
Nukken valmistus: aihe ja teema	oman aiheen, teema tai näkökulman valinta nukelle → ohjaaja voi myös rajata aihetta esim. lapsuuteen
Nukken valmistus: aiheen syventäminen	luovan harjoituksen (esim. kollaasin ja/tai kirjoittamisen) avulla käsitellään aihetta eteenpäin
Nukken valmistus: nukken ”runkon” ja ulkomuodon valmistaminen	materiaalit ja välineet, esim. tekstiilinukken yksinkertaiset kaavat, ompelu ja täyttäminen → nukken ”runko” toimii pohjana omakuvan työstämiselle
Nukken valmistus: omakuvan elementit	kerätään ja sommitellaan materiaaleja, syvennyttään tarkastelemaan omaa elämää → liitetään kiinni nukken runkoon esim. ompelemalla
Nukken valmistus: nukken kasvot ym. fyysiset piirteet	materiaali- ja tapauskohtaisesti: kasvot ja hiukset voidaan esim. ommella, kirjoa, maalata, siirtää valokuvasta kuvansiirtotekniikalla yms.
Nukken valmistus: viimeistely	tarkastellaan nukkea, tarvitseeko vielä jotain → loppusilaus
Reflektointi: kirjoittaminen tai muu tapa	nukken ja työskentelyn herättämien kokemusten pohtiminen, jonkin luovan menetelmän käyttäminen → esim. nukelle äänen antaminen kirjoittamalla
Jakaminen	jaetaan ryhmässä kokemuksia ja tunteja → tekijä itse päättää, mitä haluaa kertoa
Reflektointi: nukken valokuvaus	tekijä päättää, missä ja miten nukke valokuvataan
Lopetus	istutaan piiriin, keskustellaan kokemuksista ja ajatuksista, päätetään omakuvanukkeprosessi