

Minä ja opinnäytetyöni

Seuraavien kirjoitusharjoitusten avulla otat tuntumaa kandintyön tekemiseen ja kirjoittamiseen ja edistät kirjoitustyötäsi. Osa harjoituksista on Kimmo Svinhufvudin kirjasta Gradutakuu, osa kehitelty tekstipajaryhmille.

Harjoituksia sinulle, joka et ole päässyt vielä alkuun vaan etsit aihetta tai pyörittelet mielessä aiheideaa, ehkä useampaakin:

Harjoitus 1: Kaksikymmentä asiaa, joiden tekemisestä pidät.

Harjoitus 2: Ihannepäivä

- Ihannepäiväsi aamusta iltaan: mitä teet, missä olet, keitä tapaat?
- Kirjoita minä-muodossa, suoraan ja yksityiskohtaisesti: Syön aamiaiseksi...

Harjoitus 3: Unelman analyysi

- Mitkä osat ihannepäivässäsi ovat välttämättömiä?
- Mitkä osat ovat valinnaisia mutta sellaisia, että silti haluaisit ne?
- Mitkä osat ovat luksusta: mukavia mutta sellaisia, että niiden puute ei tekisi sinua onnettomaksi?
- Mitä ihannepäiväsi osia sinulla jo on?
- Mitä osia sinulta puuttuu?
- Mitkä ongelmat, esteet tai hidasteet estävät sinua saavuttamasta haluamiasi asioita?

Harjoitus 4: Miksi teet opinnäytetyötä?

- Käy läpi harjoituksiin 1–3 kirjoittamasi tekstit.
- Mikä on opinnäytetyösi osuus tässä kaikessa?
- Mikä on sinun syysi tehdä opinnäytetyösi valmiiksi?

Harjoitus 5: Havainnoista tulkintaan

- Ks. erillinen aineisto MyCoursesissa (lähde: Hurtig ym. (toim.) Ajattele itse!
- Havainnoi sinua kiinnostavaa ilmiötä tai aihetta. Kirjoita havaintosi muistiin vapaasti.
- Kokoa havaintosi, tarkenna ilmiötä ja kiinnostustasi.
- Muotoile mahdollisia tutkittavia kysymyksiä.

Harjoitus 6: Ideariihi

- Kirjoita 10 minuutin ajan opinnäytetyösi aiheesta työpäiväkirjaasi. Otsikko voi olla esim. "Kaikki, mitä tiedän tai ajattelen asiasta, jota aion tutkia".
- Lue tai pura kirjoittamasi teksti kollegallesi suullisesti. Kollega antaa palautetta nostamalla tekstistäsi kaksi mielenkiintoista asiaa, jotka herättivät hänen kiinnostuksensa tai vaikuttivat hyödyllisiltä. Kirjaa nämä asiat muistiin. Lisäksi hän

tekee kaksi kysymystä: Mikä häntä jäi askarruttamaan? Mikä herätti hänen kiinnostuksensa?

- Kirjoita sitten luonnoksesi ja palautteen pohjalta uusi versio. Ota huomioon esiin tuodut seikat ja kysymykset.

Harjoituksia ihan kaikille – kirjoitusvireen löytämiseksi, ylläpitämiseksi, lämmittelyksi, positiivisen rutiinin hankkimiseksi

Harjoitus 7: Sinä kirjoittajana

- Mitä ajattelet kirjoittamisesta? Millaisia kokemuksia sinulla on kirjoittamisesta? Millainen kirjoittaja olet? Millaisia tekstejä olet kirjoittanut aikaisemmin? Mitä tavoitteet kirjoittamisella? Mitkä ovat vahvuuksiasi kirjoittajana? Missä tunnet tarvitsevasi lisää harjoitusta? Millaisia kehittymistavoitteita sinulla on kirjoittajana?

Harjoitus 8: Vapaa kirjoittaminen

- Mistä kirjoittaisit nyt? Kirjoita 10 minuuttia ihan mistä tahansa, mikä mieleesi juolahtaa. Kirjoita nopeasti, pysähtelemättä ja ilman kritiikkiä.

Harjoitus 9: Kontrolloitu vapaa kirjoittaminen

- Kirjoita vapaasti, pysähtelemättä ja ilman kritiikkiä opinnäyteprosessin alkuvaiheen ajatuksistasi ja tuntemuksistasi. Rajaa tai määrittele vapaasti (esim. voit kirjoittaa opinnäytetyön tekemisen prosessista tai jos tiedät/aavistat jo aiheen, voit kirjoittaa siitä, tai vaikka siitä, mitä aiot seuraavaksi tehdä opinnäytteesi hyväksi).

Harjoitus 10: Työpäiväkirja

- Tämä on laaja tehtävä tai oikeastaan työtapo, jota käytät koko prosessin ajan,
- Kirjaa työpäiväkirjaan opinnäytetyön tekemiseen ja kirjoittamiseen liittyviä ajatuksia ja pohdintoja, ideoita ja oivalluksia, suunnitelmia ja reflektiota, muistiinpanoja ja tekstin raakaversioon katkelmia.

Harjoitus 11: Pomodoro-ajanhallinnointi

- Tarvitset munakellon, kännykän ajastimen tai muun ajastimen sekä kirjoitusvälineet.
- Toimi näin:
 - o Valitse tehtävä, jonka aiot tehdä (esim. keskeisten käsitteiden määrittely; aineiston ja menetelmän avaaminen; alustavan johdannon kirjoittaminen; lähteen lukeminen).
 - o Keskity tekemiseen 25 minuuttia eli yhden tomaatin ajan.
 - o Kun ajastin soi, kirjaa nopeasti muistiin, mitä teit, tai käy se läpi mielessäsi.
 - o Pidä viiden minuutin tauko.
 - o Tee uusi tomaatti.
 - o Neljän tomaatin jälkeen pidä pidempi tauko (15–30 min).

Harjoituksia sinulle, joka olet löytänyt aiheesi mutta olet vielä alussa

Harjoitus 12: Silmukointi (rajauksen apu)

- Kirjoita opinnäytteesi aihepiiristä tai aiheesta vapaasti ja ilman kritiikkiä sivun verran.
- Lue tekstisi ja valitse siitä tärkein tai kiinnostavin asia. Kirjoita siitä sivun verran.
- Lue taas tuotoksesi ja valitse siitä tärkein tai kiinnostavin asia. Kirjoita siitä sivun verran. Jatka samalla tavalla, kunnes saat riittävän tarkkarajaisen aiheen.

Harjoitus 13: Aiheanalyysi/ideapaperi

- Kirjoita vapaasti noin sivun pituinen teksti siitä, mitä, miksi ja miten aiot tutkia/tehdä.
- Kirjaa mukaan ajatuksesi rajauksesta ja näkökulmasta.
- Jos työsi on produktiopainotteinen, kerro produktion lähtökohdista ja mahdollisesta kohderyhmästä.

Harjoitus 14: Alustava työsuunnitelma

- 1) Työn aihe ja tutkimusongelma (tai toiminnallinen pulma tai syy tehdä produkti/taideteko)
 - Mihin kysymyksiin etsit vastausta? Miksi tutkit juuri sitä asiaa? Miksi tutkimus on tärkeää ja perusteltua?
 - Miten se liittyy aikaisempiin tutkimuksiin? Miten se eroaa niistä?
- 2) Teoreettiset lähtökohdat
 - Minkälaisista oletuksista lähdet tutkimaan ongelmaa? Millaista käsitteistöä käytät? Millaiseen tieteelliseen ajattelutapaan tukeudut? Mitkä ovat keskeisiä lähteitäsi?
- 3) Menetelmä ja aineisto
 - Miten etsit vastausta kysymyksiin? Miten hankit ja analysoit aineiston? Miten rajaat aineiston? Miten aineistosi liittyy kysymyksiin, joihin etsit vastausta? Miten toimit, jos aineisto osoittautuu liian pieneksi tai suureksi?
- 4) Tulokset ja merkitys
 - Jos sinulla on jonkinlainen oletus lopputuloksesta, mikä se on? Miten työsi lisää tietoa aiheesta? Miten tulokset ovat yleistettävissä ja sovellettavissa?
- 5) Aikataulu
 - Mikä on alustava aikataulusi ja etenemisesi? Millaisiin osiin voit jakaa kirjoitustyön?

Harjoituksia, jotka edistävät tutkimuksellista lukutaitoasi.

Harjoitus 15: Miellekartta luetusta (kirjasta, artikkelista tm.)

- 1) Aloita paperin keskeltä. Kirjoita siihen keskeinen sana tai aihe.
- 2) Tuota mielle yhtymiä nopeasti: kirjoita paperille ne asiat tai teemat, jotka liittyvät lukemassasi tekstissä paperin keskellä olevaan sanaan tai aiheeseen.
- 3) Löydä yhteyksiä ja suhteita lukemasi perusteella ja piirrä ne karttaasi.

Harjoitusten 16–18 artikkelit voit korvata omaan opinnäytetyöhösi liittyvällä tutkimusartikkelilla.

Harjoitus 16: Tutkimuksellinen lukutaito

- Lue Jaana Houessoun [artikkeli](#). Sen otsikko on *Kuvataiteellisen prosessin kerroksellisuudesta*, ja se on ilmestynyt Synnyt-verkkolehdessä 4/2010.
- Sovella ensin harsovaa lukutapaa eli silmäile nopeasti ja luo yleiskuvaa. Lue sitten ainakin paikoitellen tarkemmin. Harsovassa lukemisessa kiinnität huomiota tiivistelmään, johdantoon, lukujen (otsikoitujen kohtien) alkuun ja loppuun, lopetuslukuun. Poimit niistä ydinasioita ja puntaroit, miten käyttökelpoinen teksti on sinun tarkoituksiisi.
- Referoi lukemastasi artikkelista olennaista sisältöä omin sanoin ja lausein 5–10 virkkeen verran. Merkitse lähteen käyttö lähdeviitteellä. Huomaa, että tehtävänä ei ole referoida koko artikkelia vaan jokin osakokonaisuus (esimerkiksi muutama sivu).

Harjoitus 17: Tutkimuksellinen lukutaito

- Lue Cecilia Häggströmin [artikkeli](#) *The relevance of academic writing in design education: academic writing as a tool for structuring reasons*. Se on julkaisussa *Journal of Writing in Creative Practice*, Volume 1, Number 2, 2008 pp. 151–160.
- Sovella ensin harsovaa lukutapaa eli silmäile nopeasti ja luo yleiskuvaa. Lue sitten ainakin paikoitellen tarkemmin. Harsovassa lukemisessa kiinnität huomiota tiivistelmään, johdantoon, lukujen (otsikoitujen kohtien) alkuun ja loppuun, lopetuslukuun. Poimit niistä ydinasioita ja puntaroit, miten käyttökelpoinen teksti on sinun tarkoituksiisi.
- Referoi lukemastasi artikkelista suomeksi olennaista sisältöä omin sanoin ja lausein 5–10 virkkeen verran. Merkitse lähteen käyttö lähdeviitteellä. Huomaa, että tehtävänä ei ole referoida koko artikkelia vaan jokin osakokonaisuus (esimerkiksi muutama sivu).

Harjoitus 18: Tutkimuksellinen lukutaito

- Lue Esa Saarisen ja Raimo Hämääläisen [artikkeli](#) *The Originality of Systems Intelligence*. Se on ilmestynyt julkaisussa *Essays on Systems Intelligence*, (eds.) Raimo A. Hämääläinen and Esa Saarinen, pp. 9–26. School of Science and Technology. System Analysis Laboratory. Aalto University, Espoo.
- Sovella ensin harsovaa lukutapaa eli silmäile nopeasti ja luo yleiskuvaa. Lue sitten ainakin paikoitellen tarkemmin. Harsovassa lukemisessa kiinnität huomiota tiivistelmään, johdantoon, lukujen (otsikoitujen kohtien) alkuun ja loppuun, lopetuslukuun. Poimit niistä ydinasioita ja puntaroit, miten käyttökelpoinen teksti on sinun tarkoituksiisi.
- Referoi lukemastasi artikkelista olennaista sisältöä omin sanoin ja lausein 5–10 virkkeen verran. Merkitse lähteen käyttö lähdeviitteellä. Huomaa, että tehtävänä ei ole referoida koko artikkelia vaan jokin osakokonaisuus (esimerkiksi muutama sivu).

Harjoituksia sinulle, joka olet jo päässyt vauhtiin mutta jolla ehkä on matkan varrella jumeja

Harjoitus 19: Kirjoittamispäiväkirja

- Kirjoita kirjoittamispäiväkirjaan opinnäytteen kirjoittamisen iloista ja suruista, palkitsevista ja harmittavista asioista, innostuksesta ja turhautumisesta ja ihan kaikesta kirjoittamiseen liittyvästä, joka jollakin tavalla antaa sinulle vastusta ja hiertää

Harjoitus 20: Puhu tekstisi ensin, kirjoita sitten (sopii myös ihan alkuvaiheeseen)

- Jos tyhjä näyttöruutu tai paperi jähmettää, puhu tekstiäsi ensin joko kaverille tai tallentimeen.
- Kirjoita sitten.

Harjoitus 21: Jätä seuraavaksi päiväksi edellistä erää (yön yli nukkuneet)

- Älä kirjoita teemaa tyhjäksi vaan jätä jotakin seuraavaan kertaan.
- Et joudu aloittamaan taas alusta vaan voit jatkaa edelliskerran teemaa ja päästä vauhtiin ennen seuraavaa teemaa.

Harjoitus 22: Käy sisäistä keskustelua itsesi kanssa – kirjoita sitä auki ja hyödynnä värejä

- Kirjoita ajatteluasi auki tekstiversioon (kommentit, toimenpiteet, tulkinnat ym.).
- Valjasta värit avuksesi, esim. punainen = korjaa, sininen = tarkista, vihreä = lisää, keltainen = poista.

Harjoitus 23: Kovat ajat ja selviytymisen taito

Vaihe 1:

- Kirjoita teksti aiheesta *Miksi en pysty kirjoittamaan opinnäytettä?*
- Irrottele, päästä tunteet vapaasti esiin.
- Lue tekstisi useaan kertaan. Nauti siitä.
- Palaa tekstiin uudestaan seuraavana päivänä. Pohdi ajatuksiasi ja tunteitasi. Voit luettaa tekstin luottoihmiselläsi tai tehdä harjoituksen hänen kanssaan suullisesti.
- Lue teksti uudelleen. Jäsentele se selkeisiin ongelmiin (En pysty, koska...). Niputa yhteen kuuluvat ongelmat ja jäsentele niille hierarkiaa.

Vaihe 2:

- Pidä seuraavaksi ideariihi. Käytä kahta kysymystä:
- Miten voin saavuttaa haluamani asian ilman X:ää?
- Miten voin saavuttaa X:n?
- X = esim. aika, tietokone, kiinnostus
- Ideoi vastauksia niin kauan, kunnes et enää keksi lisää. Älä sensuroi ideoita tai arvioi niiden järkevyyttä. Ideat voivat olla myös mielikuvituksellisia.

Vaihe 3:

- Kun olet keksinyt ideasi, arvioi niitä. Etsi ne, joista pidät ja jotka voit toteuttaa.

Harjoitus 24: Konkreettiset asiat NYT

- Mitä konkreettista teet seuraavaksi edistääksesi kandidityösi kirjoittamista? 1–5 asiaa
- Milloin teet ne asiat?

Harjoitus 25: Lumihiihtäjämenetelmä

- Ks. MyCourses ja Svinhufvud, Gradutakuu-kirja.

Tutustu myös Kimmo Svinhufvudin Gradutakuu-blogiin <http://www.gradutakuu.fi>