

MIKÄ ON RIITTÄVÄN HYVÄ?

Miten perfektionismin vaikutukset näkyvät visuaalisella alalla.

Anne-Mari Koskenranta
Opinnäytetyö (AMK)
Lukukausi vuosi (Kevät 2025)
Viestinnän tutkinto-ohjelma
Oulun ammattikorkeakoulu

TIIVISTELMÄ

Oulun ammattikorkeakoulu
Viestinnän tutkinto-ohjelma
Visuaalinen suunnittelu

Tekijä: Anne-Mari Koskenranta

Opinnäytetyön otsikko: Mikä on riittävän hyvä? – Miten perfektionismin vaikutukset näkyvät visuaalisella alalla.

Työn ohjaaja: Tuukka Uusitalo

Työn valmistumislukukausi ja -vuosi: kevät 2025

Sivumäärä: 43 + 6 liitettä

Tämä opinnäytetyö käsitteli perfektionismin vaikutuksia visuaalisen alan työskentelyyn ja oppimiseen. Perfektionismi on ilmiö, joka voi toimia sekä voimavarana että kuormittavana ajattelumallina. Erityisesti visuaalisella alalla, jossa työn tulokset ovat usein subjektiivisesti arvioitavia ja yksityiskohtien hiominen keskiössä, perfektionismi voi korostua merkittävällä tavalla. Työn tavoitteena oli selvittää, miten perfektionistiset piirteet ilmenevät visuaalisen alan opiskelijoiden ja ammattilaisten työskentelyssä, sekä vertailla käsityksiä ”riittävästä laadusta” muiden alojen edustajien näkemyksiin.

Tietoperusta rakennettiin kirjallisuuskatsauksen ja verkkolähteiden avulla, hyödyntäen muun muassa Thomas Curranin ja Arto Pietikäisen teoksia sekä Opinvoimalan materiaaleja. Empiirinen osuus toteutettiin kvantitatiivisena survey-tutkimuksena, jossa hyödynnettiin monivalinta- ja avokysymyksiä. Kyselyyn vastasi sekä visuaalisen alan että muiden alojen edustajia, ja sen avulla selvitettiin havaintokykä, laatukäsityksiä ja perfektionistisia toimintamalleja.

Tulokset osoittivat, että perfektionismi ilmenee visuaalisen alan vastaajilla korostuneena itsekriittisyytenä, epäonnistumisen pelkona ja taipumuksena ylityöstä tehtäviä. Myös ulkoisista odotuksista johtuvat suorituspaineeet nousivat esiin. Visuaalisen alan vastaajat havaitsivat enemmän virheitä ja kokivat enemmän paineita täydellisyyteen kuin muiden alojen edustajat. Kuitenkin havaittiin ristiriitaa: vaikka yksityiskohtien uskottiin vaikuttavan lopputulokseen, monet eivät olleet varmoja, huomaavatko eroa käytännössä. Tämä viittaa siihen, että yksityiskohtien merkitys saattaa olla enemmän psykologinen kuin todelliseen laatuun liittyvä tekijä.

Johtopäätöksenä voidaan todeta, että perfektionismi vaikuttaa merkittävästi visuaalisen alan työskentelyyn ja jaksamiseen. Se ohjaa työn laatua mutta voi samalla kuormittaa tekijää henkisesti. Tietoisuus perfektionistisista piirteistä ja niiden vaikutuksista voi auttaa opiskelijoita kehittämään realistisempia ja terveempiä työskentelytapoja. Jatkotutkimusta suuremmalla otoksella suositellaan ilmiön syvällisemmäksi ymmärtämiseksi ja opiskelijoiden tukitoimien kehittämiseksi.

ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences
Degree Program in Communication
Option of Visual Communication

Author(s): Anne-Mari Koskenranta

Title of thesis: What is "good enough"? – How perfectionism manifests in the visual arts field

Supervisor(s): Tuukka Uusitalo

Term and year when the thesis was submitted: Spring 2025

Number of pages: 43 + 6 appendices

This thesis explores the impact of perfectionism on professionals and students working in the visual arts. Perfectionism can act both as a motivating force and a mentally exhausting mindset. In creative fields, where work is often judged subjectively and attention to detail is emphasized, perfectionist tendencies may become particularly pronounced. The aim of this study was to examine how perfectionism influences working practices in the visual field and how the concept of "good enough" varies between creative professionals and people from other fields.

The theoretical framework was based on literature and online sources, including works by Thomas Curran and Arto Pietikäinen. The empirical part of the thesis employed a quantitative survey targeting both visual professionals and non-visual field participants. The data was collected through a questionnaire consisting of multiple-choice and open-ended questions.

The results indicated that self-critical and socially driven perfectionism were strongly present among visual field respondents. These tendencies often led to overworking, fear of failure, and challenges in evaluating the sufficiency of one's work. Compared to others, visual professionals were more likely to notice visual flaws and feel pressure to meet high standards. Despite this, many respondents questioned whether such details truly affect the final outcome, suggesting a psychological rather than practical weight placed on perfection.

The study highlights the need for greater awareness of how perfectionism shapes creative work and affects well-being. Understanding these dynamics can help visual professionals and students adopt healthier working strategies and redefine what is "good enough".

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ	2
ABSTRACT	3
SISÄLLYS	4
1 JOHDANTO	5
2 AINEISTO JA MENETELMÄT	7
3 PERFEKTIONISMI	9
3.1 Mitä on perfektionismi?	9
3.1.1 Mukautuva perfektionismi	11
3.1.2 Mukautumaton perfektionismi	12
3.2 Perfektionismityypit	14
3.2.1 Itseen kohdistuva perfektionismi	14
3.2.2 Sosiaalisesti määräytyvä perfektionismi	15
3.2.3 Toisiin kohdistuva perfektionismi	16
4 PERFEKTIONISMI TYÖSKENTELYSSÄ	17
4.1 Tyypillisiä ajatus- ja toimintamalleja	17
4.2 Osaamisvaje ja luovuuden tukahduttaminen	19
4.3 Kontrollin tarve	19
4.4 Vitkuttelu	20
4.5 Itsekritiikki ja huijarisyndrooma	20
5 KYSELY	22
5.1 Visuaalisen alan kysymykset (osio 2) – Yhteenveto ja tulokset	22
5.2 Yhteiset kysymykset (osio 3) – Yhteenveto ja tulokset	34
6 PÄÄTELMÄT	42
7 POHDINTA	43
LÄHTEET	44
LIITTEET	46

1 JOHDANTO

Perfektionismi on ilmiö, joka voi näyttäytyä monella eri tavalla – se voi olla vahva motivaation lähde, mutta myös kuormittava ajattelumalli. Perfektionismi yhdistetään usein korkeaan kunnianhimpoon, tarkkuuteen ja tavoitteeseen tehdä asiat mahdollisimman hyvin, mutta samalla se voi ilmetä myös epärealistisina odotuksina, jatkuvana riittämättömyyden tunteena ja itsensä ankarana arvosteluna. Visuaalisen alan työskentelyssä, jossa lopputulokset ovat usein subjektiivisesti arvioitavia ja perustuvat yksityiskohtien hiomiseen, perfektionismi voi saada erityisen vahvan jalansijan. Siksi tämän ilmiön tarkastelu osana visuaalisen alan opiskelua ja työskentelyä on ajankohtaista ja tärkeää.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää perfektionismin sekä positiivisia että negatiivisia puolia ja sen vaikutusta visuaalisen alan ihmisten työskentelyyn. Työssä esitellään perfektionismin pääpiirteet, jotta lukija ymmärtää ilmiön keskeisen olemuksen — kuitenkin syventymättä psykologiseen tutkimukseen, sillä se ei ole työn päätarkoitus. Koska aiheesta ei löytynyt suoraan visuaaliseen alaan kohdistuvaa tutkimusta, tarkastellaan perfektionismin vaikutuksia työelämässä ja työskentelyssä yleisemmällä tasolla.

Aihe sai alkunsa kirjoittajan omista kokemuksista ja pohdinnoista: "Miksi en tuntenut ylpeyttä omasta työstäni, vaikka olin käyttänyt siihen paljon aikaa ja vaivannäköä? Tunsin, että olin tehnyt kaiken vain nopeasti ja hutaisten, peläten, että muut huomaisivat osaamattomuuteni. Kuitenkin yksityiskohtiin oli kulunut runsaasti aikaa." Arviointi kuitenkin osoitti, että työ oli huolellisesti tehty ja asianmukainen. Tämä herätti kysymyksen siitä, kuinka moni visuaalisen alan opiskelija kamppailee samanlaisten tuntemusten kanssa ja kokevatko he oman työnsä riittävän hyväksi vai ovatko he yhtä kriittisiä omasta työstään.

Kirjoittajan havainnot opiskelijoiden paineista ja jaksamisesta vahvistivat aiheen ajankohtaisuutta. Monilla on halu tehdä jokainen tehtävä alusta loppuun täydellisesti, mikä voi johtaa uupumukseen ja jopa opintojen keskeytymiseen. Tämän

opinnäytetyön tavoitteena on tuoda esiin, miten perfektionismi näkyy visuaalisen alan työskentelyssä ja tarjota opiskelijoille välineitä ymmärtää omia ajatus- ja toimintamallejaan sekä omia voimavarojaan paremmin.

Tietoperusta rakennetaan kirjallisuuskatsauksen ja helposti saavutettavien verkkolähteiden avulla. Kirjallisuusosuuteen on valittu teoksia, jotka ovat alan asiantuntijoiden kirjoittamia ja tieteellisesti perusteltuja. Esimerkiksi Thomas Curranin teos Täydellisyyden ansa tarjoaa kulttuurillisen ja psykologisen näkökulman perfektionismin yleistymiseen, kun taas Arto Pietikäisen Joustava mieli ja hyvän itsetunnon ABC kuvaa käytännönläheisesti perfektionismin vaikutuksia yksilön toimintakykyyn ja ajatteluun. Verkkolähteinä on hyödynnetty erityisesti Opinvoimailan sivustoa, joka tarjoaa kattavaa, asiantuntevaa ja suomenkielistä tietoa aiheesta.

Tutkimusosuudessa hyödynnetään survey-tutkimusmenetelmää, jossa kvantitatiivinen kysely kohdistetaan sekä visuaalisen alan toimijoille että muiden alojen edustajille. Kysely on toteutettu anonymisti Microsoft Forms -työkalulla ja se sisältää sekä suljettuja monivalintakysymyksiä että avovastauksia. Tarkoituksena on selvittää, miten eri alojen ihmiset arvioivat visuaalisen työn laatua ja tunnistavat mahdollisia virheitä. Erityisesti tarkastellaan, kuinka perfektionistiset piirteet näkyvät visuaalisen alan vastaajien vastauksissa ja miten käsitys "riittävästä laadusta" vaihtelee.

Kyselyn tulosten analysoinnin ja johtopäätösten pohjalta pyritään tarjoamaan tietoa siitä, kenelle visuaalista työtä tehdään ja millä perusteilla sen laatua arvioidaan. Samalla syvennetään ymmärrystä perfektionismin vaikutuksista työskentelyyn ja jaksamiseen erityisesti aloilla, joissa visuaalisella lopputuloksella on keskeinen merkitys.

Opinnäytetyön tekstin jäsentelyssä ja kyselymateriaalin muotoilussa on hyödynnetty ChatGPT-4-mallia, jonka käyttö on nopeuttanut ja selkeyttänyt aineiston valmistelua.

2 AINEISTO JA MENETELMÄT

Tämän opinnäytetyön tietoperusta muodostetaan kirjallisuuskatsauksen ja nettilähteiden avulla. Koska tarkoituksena on tutkia perfektionismia vain päällisin puolin, tietoperustan materiaalissa hyödynnettiin helposti saatavilla olevaa tietoa niin kirjojen kuin netinkin osalta. Suurin osa tietoperustan netistä hankitusta materiaalista pohjautuu Opintoimialan sivuihin, joissa on kattavaa tietoa perfektionismista.

Kirjojen kohdalla otettiin huomioon, että kirjan on kirjoittanut alan ammattilainen. Teoksen ”Täydellisyyden ansa – Miten vapautua perfektionismista maailmassa, jossa vain paras kelpaa” on kirjoittanut johtava perfektionismin tutkija Thomas Curran. Toisen kirjalähteen ”Joustava Mieli ja hyvän itsetunnon ABC” on kirjoittanut psykologi ja koulutuspsykoterapeutti Arto Pietikäinen.

Empiirinen osio koostuu survey-tutkimuksesta, joka toteutetaan kvantitatiivisen kyselyn muodossa. Kysely sisältää valmiiksi laadittuja monivalintakysymyksiä. Lisätietojen saamiseksi kohdat ”Millaisia virheitä tai epätarkkuuksia olet huomannut?” ja ”Huomaatko selkeää eroa kuvien 1/A ja 2/B välillä ensimmäisellä silmäyksellä?” sisältävät myös avokentän vaihtoehtoisten vastausten kirjaamiseksi.

Monivalintamenetelmä (Hirsjärvi ym. 2009, 199–201) mahdollistaa vastausten tehokkaan käsittelyn ja analysoinnin tietokoneavusteisesti. Survey-tutkimuksen tavoitteena on selvittää tiettyjen ilmiöiden, ominaisuuksien tai tapahtumien yleisyyttä, vuorovaikutusta ja jakautumista. Tavoitteena on yleistää tulokset otoksesta koko perusjoukkoon.

Kyselyllä kerättiin tietoa siitä, miten näkökulma ”mikä on riittävän hyvä” eroaa visuaalisen alan ja muiden alojen välillä. Tarkoituksena oli selvittää, kuinka eri alojen ihmiset kokevat visuaalisen työn laadun ja riittävyden sekä huomaavatko he mahdollisia virheitä visuaalisessa työssä. Tulokset auttavat ymmärtämään, kenelle visuaalisen alan ammattilaiset työnsä viimeistelevät ja millä perustein

laatu määritellään. Samalla kysely tuo esiin, millaisia perfektionistisia piirteitä korostuu visuaalisen alan vastaajien näkemyksissä.

Anonyymi kysely toteutettiin Microsoft 365 Forms -työkalulla 26.4.-2.5.2025. Vastausaikaa arvioitiin 4-10 minuuttia. Kysely sisältää kolme osiota, joista ensimmäinen ja kolmas ovat avoimia kaikille vastaajille. Toinen osio on suunnattu ainoastaan visuaalisen alan ammattilaisille ja opiskelijoille, ja siinä tarkastellaan perfektionismin piirteitä visuaalisen työn näkökulmasta. Kyselyn tuloksia verrataan teoriataustaan perustuvaan tietoon, ja niiden pohjalta muodostetaan johtopäätökset perfektionismin vaikutuksista visuaalisella alalla. (kyselypohja, liite 1.)

3 PERFEKTIONISMI

Tässä luvussa tarkastellaan perfektionismin käsitettä ja sen vaikutuksia yksilön toimintaan. Koska perfektionismi on monitahoinen ilmiö, sen määrittelyyn on olemassa useita eri näkökulmia ja tutkimuksia.

Tämän opinnäytetyön puitteissa tarkastelu rajataan keskeisiin näkökulmiin, jotka ovat olennaisia tutkimuksen kannalta. Kaikkia perfektionismia koskevia näkemyksiä ei käsitellä, vaan painopiste on erityisesti niissä piirteissä, jotka vaikuttavat visuaalisen alan työskentelyyn ja hyvinvointiin.

3.1 Mitä on perfektionismi?

Johtava perfektionismin tutkija Thomas Curran kuvaa perfektionismia kulttuurin määräämänä piirteenä ennemmin kuin henkilökohtaisena pakkomielteenä. Tämän hän perustelee sillä, että ympärillä oleva maailma on kyllästetty perfektionismilla. Se ilmenee televisiossa, elokuvateattereissa, tietokoneiden ja kännyköiden ruuduilla, jopa uutisten esitystavassa, poliitikkojen lausunnoissa, talousjärjestelmämme toiminnassa. Maailma on kyllästetty perfektionismilla ja sitä kautta myös meidät. Curran on myös vahvasti sitä mieltä, että tämän päivän täydellisyyden tavoittelu liittyy sosiaalisen median sovellusten läsnäoloon kaikilla elämänalueilla. Hän ei kuitenkaan usko täydellisyyden pakkomielteen menevän pois, vaikka sulkisimme sovellukset huomenna. (Curran 2023, 23, 161.)

Myös Opintoimialan (s.a. f.) sivustolla kuvaillaan sitä miten suorituskeskeinen yhteiskunta ja sen normit muokkaavat käsitystämme siitä, millaisia meidän tulisi olla ja miten arvotamme itseemme suhteessa muihin.

Perfektionismi on ilmiö, joka ilmenee yksilön taipumuksena asettaa itselleen poikkeuksellisen korkeita vaatimuksia, mikä voi vaikuttaa haitallisesti niin hyvinvointiin, opiskeluun kuin muihinkin elämän osa-alueisiin. (Opintoimiala s.a. a.)

Perfektionismi voi ilmetä eri tavoin eri yksilöillä ja painottua tietyille elämänalueille, kuten opiskeluun, työelämään tai muihin suorittamista vaativiin konteksteihin. Se saattaa korostua erityisesti tilanteissa, joissa suorituksiin kohdistuu ulkoisia paineita, kuten ylioppilaskirjoituksissa tai vaativissa työympäristöissä. (Opinvoimala s.a. b.) Perfektionismi on ajattelu- ja toimintatapa, jossa korostuvat pikkutarkkuus, joustamattomuus, kriittisyys itseä ja muita kohtaan sekä halu kontrolloida asioita. Perfektionistit saattavat kokea pienimmänkin kritiikin murskaavana, ja heillä on vaikeuksia delegoida tehtäviä. (Nyyti ry s.a.) ja (Opinvoimala s.a. e.)

Don Hamacheck'n kiistellyn erottelun mukaan perfektionismia on kahta eri muotoa; epäterve ja terve (Curran 2023, 76-78.). Puhuttaessa terveestä ja epäterveestä perfektionismista käytetään tässä yhteydessä nimityksiä mukautuva ja mukautumaton. Mukautuva ja mukautumaton perfektionismi edustavat perfektionismin kahta eri muotoa, joilla on erilaisia vaikutuksia yksilön hyvinvointiin ja suoriutumiseen, kuten kuvassa 1 näkyy. Mukautuva perfektionismi voi motivoida parempiin suorituksiin, kun taas mukautumaton voi puolestaan lisätä stressiä ja uupumusta. (Mielenihmeet 13.2.2023.)



KUVA 1. Perfektionismin ja huippusuorittamisen erottelu (Pietikäinen 2021, 116). Kuva laadittu tekijän toimesta kirjan kuvitusta mukailleen.

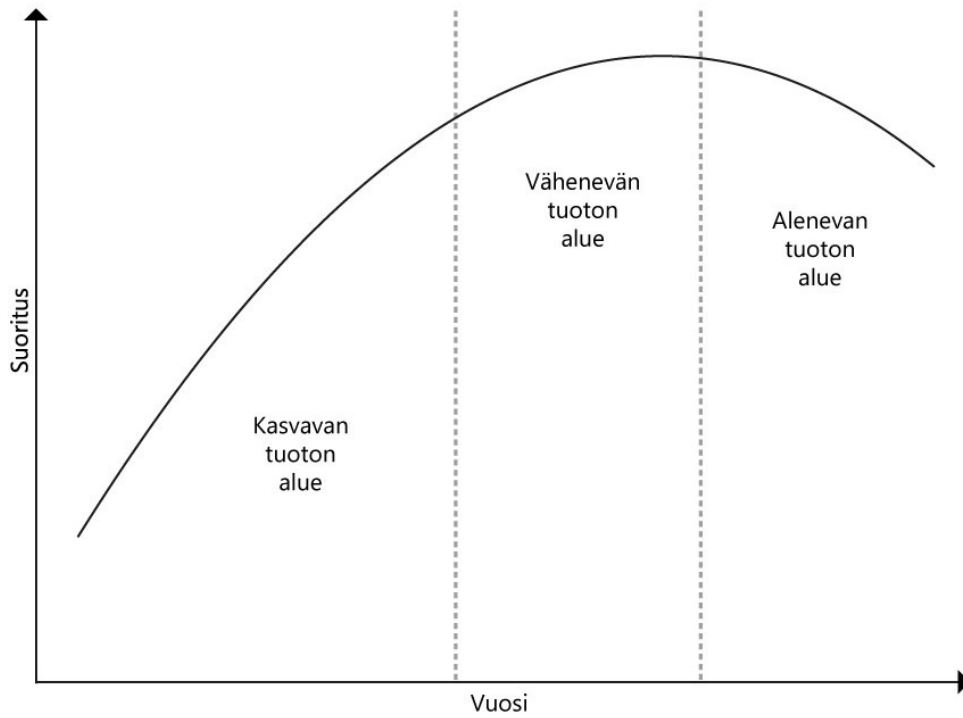
3.1.1 Mukautuva perfektionismi

Mukautuva perfektionismi ilmenee korkeina tavoitteina ja pyrkimyksenä kehittyä, mutta siihen liittyy joustavuutta ja kykyä hyväksyä epätäydellisyys. (Mielenihmeet 13.2.2023.) Se voi edistää tehokasta työskentelyä ja parantaa suorituksia, sillä mukautuva perfektionisti kykenee sietämään virheitä. Vaikka tavoitteet ovat korkeat, yksilö pystyy suhtautumaan epäonnistumisiin realistisesti ja jatkamaan eteenpäin. Tällainen määrittely on kuitenkin ongelmallinen, sillä myös mukautuvan perfektionismin on osoitettu heikentävän tutkitusti mielen hyvinvointia ja tehävistä suoriutumista. (Opinvoimala s.a. b.)

3.1.2 Mukautumaton perfektionismi

Mukautumaton perfektionismi sen sijaan on lamauttava voima, joka asettaa epärealistisen korkeita vaatimuksia ja synnyttää epäonnistumisen sekä huonommuuden tunteita. Tämä voi heikentää päätöksentekokykyä ja toimintavalmiutta, pahimmillaan estäen henkilöä ryhtymästä toimeen virheiden pelossa. Vaikka suorituksesta saisi tunnustusta, mieli keskittyy parannettaviin yksityiskohtiin. (Omenatupa, 18.4.2019.). Mukautumattoman perfektionismin kuvataan olevan myös joustamatonta ja sisältävän voimakasta itsekritiikkiä sekä jatkuvaa riittämättömyyden tunnetta. Tämä voi johtaa suoritusten heikkenemiseen, stressiin ja mielenterveysongelmiin, kuten ahdistukseen ja uupumukseen. (Pietikäinen 2021, 115-117.)

Patrick Gaudreaun on kanadanrankalainen psykologi, joka tutkii perfektionismia Ottawan yliopistossa. Kuvassa 2 on nähtävillä Gaudreaun oma vähenevän tuoton teoria. Hänen mukaansa ylenmääräisen ponnistelun antama hyöty katoaa lopulta kokonaan. Tämä osoittaa sen, ettei täydellisyyden tavoittelijoilla yötämyötä puurtaminen anna avaimia menestykseen, vaan ennemminkin työuupumukseen. (Curran 2023, 80-83.)



Patrickin vähenevän tuoton teoria. Sovellettu Gaudreaun (2019) mukaan.

KUVA 2. Patrick Gaudreaun vähenevän tuoton teoria (Curran 2024,82.). Kuva laadittu tekijän toimesta kirjan kuvitusta mukailleen.

3.2 Perfektionismityypit

Paul ja Gord kehittivät vuonna 1991 moniulotteisen perfektionismimallin, joka tuo esiin perfektionismin yksityisen ja julkisen, henkilökohtaisen ja vuorovaikutuksellisen puolen. Mallin mukaan perfektionismi ei ole vain korkea vaatimustaso, vaan syvälle juurtunut uskomus omasta riittämättömyydestä ja tarpeesta peittää epätäydellisyytensä muilta. Malli tarjoaa uuden näkökulman tarkastella perfektionismin eri muotoja henkilökohtaisina ja sosiaalisina ilmiöinä. Curran (2024,39-41.)

Perfektionismia voidaan jakaa kolmeen eri ulottuvuuteen eli perfektionismityypiin. (Opinvoimala s.a. c.)

3.2.1 Itseen kohdistuva perfektionismi

Curran (2024,41-42.) kertoo itseen kohdistuvan perfektionismin perustuvan sisäiseen paktoon olla täydellinen ja jatkuvaan tarpeeseen todistaa oma kelpoisuutensa. Paulin ja Gordin mukaan siihen liittyy sisäisiä vaatimuksia ja täydellisyyden paineita, jotka voivat ensin motivoida, mutta lopulta johtavat uupumukseen. Keskeisiä piirteitä ovat:

- Äärimmäinen kilpailuvietti yhdistettynä riittämättömyyden tunteeseen
- Kilpailutilanteiden välttely epäonnistumisen pelon vuoksi
- Itsensä soimaaminen, viivyttely ja pakonomainen ajattelu
- Menestyksen vähättely ja jatkuva itsensä kehittämisen tarve
- Pakonomaiset rutiinit, kuten toistelu ja virheiden korjailu

Opinvoimalan (s.a. c.) sivuilla on näkyvillä myös esimerkkejä perfektionistille tyyppillisistä ajatuksista:

- "Minun täytyy menestyä opinnoissani virheettömästi."
- "Kaiken tekemiseni on oltava jollain tapaa kehittävää."
- "Jätän mieluummin tekemättä kuin teen huonosti."

Itseen kohdistuva perfektionismi voi johtaa näkyviin saavutuksiin, mutta yksilö itse kokee olonsa usein epäonnistuneeksi ja arvottomaksi. Curran (2024,41-42.)

3.2.2 Sosiaalisesti määräytyvä perfektionismi

Sosiaalisesti määräytyvää perfektionismia ohjaa uskomus, että muut odottavat yksilöltä täydellisyyttä. Tämän seurauksena ihminen kokee jatkuvaa painetta täyttää ulkoiset odotukset ja pelkää joutuvansa tuomituksi pienimmästäkin virheestä. Paulin ja Gordin mukaan tämä ilmenee jatkuvana tuomion illusiona, jossa yksilö tulkitsee muiden kommentit – myös hyväntahtoiset – ilkeilyksi ja kritiikiksi.

Keskeisiä piirteitä ovat:

- Tarve täyttää toisten asettamat standardit
- Pelko arvostelusta ja torjutuksi tulemisesta
- Sisäinen puhe, joka ohjaa käyttäytymään ympäristön odotusten mukaan
- Hyväksynnän hakeminen, jopa tuntemattomilta
- Epätäydellisyyksien pakonomainen korjailu

Toisin kuin itseen kohdistuvassa perfektionismissa, tässä täydellisyyden tarve ei kumpua sisältä, vaan ulkopuolisista vaatimuksista. Sosiaalisesti määräytyvä perfektionismi on kuin linssi, jonka läpi yksilö tulkitsee ympäröivän maailman viestit – usein vääristyneesti. Tavoitteena ei ole itsensä kehittäminen, vaan toisten hyväksynnän, rakkauden ja myötämielisyyden saavuttaminen. Curran (2024,44-47.)

3.2.3 Toisiin kohdistuva perfektionismi

Toisiin kohdistuva perfektionismi suuntautuu ulospäin ja ilmenee vaatimuksina, että muiden on oltava täydellisiä. Paulin ja Gordin mukaan se kohdistuu usein lähipiiriin – kuten ystäviin, perheenjäseniin tai työtovereihin – mutta voi ulottua kehen tahansa. Tällainen perfektionisti turhautuu herkästi, jos muut eivät täytä hänen korkeita standardejaan.

Keskeisiä piirteitä ovat:

- Mahdottomien odotusten asettaminen muille
- Kriittinen ja tuomitseva suhtautuminen toisten tekemisiin
- Ihmissuhdekonfliktit, kuten riidat ja yhteentörmäykset
- Käytös toimii usein tiedostamattomana puolustuskeinona, jonka kautta yksilö suuntaa huomion pois omasta epätäydellisyydestään

Toisiin kohdistuva perfektionismi voi siis olla yritys peittää omia heikkouksia siirtämällä vaatimuksia ja kritiikkiä ulkopuolelle. Tällainen käytös tekee yhteiselosta vaikeaa ja aiheuttaa usein ristiriitoja. Curran (2024,47-48.)

4 PERFEKTIONISMI TYÖSKENTELYSSÄ

Tässä luvussa keskitytään siihen, miten perfektionismi näkyy työskentelyssä. Rodríguez'n (22.12.2022.) artikkelin mukaan perfektionismia pidetään työpai-koilla usein hyveenä, mutta se voi johtaa hallinnan tarpeeseen ja liialliseen erin-omaisuuden tavoitteluun, mikä aiheuttaa enemmän haittaa kuin hyötyä. Perfek-tionistit kokevat usein stressiä ja ahdistusta, ja heidän kyvyttömyytensä delegoida tehtäviä lisää työkuormaa. Tämä voi heikentää sosiaalista kanssakäymistä ja es-tää vapaa-ajasta nauttimisen, sillä työasiat pyörivät jatkuvasti mielessä. Lopulta tämä voi johtaa uupumukseen, kärsimättömyyteen ja omien tarpeiden laiminlyön-tiin. Perfektionismi töissä ei ole siis hyve.

4.1 Tyypillisiä ajatus- ja toimintamalleja

Opinvoimalan (s.a. e.) sivuilla kerrotaan perfektionistille yleisistä ajatusmalleista. Näiden ajatusten haitallisuus tunnistetaan usein omassa elämässä ja itseä saa-tetaan jopa kritisoida omasta perfektionistisuudestaan. Tämä ei tarkoita kuiten-kaan, ettei joillakin perfektionismi voisi jäädä kokonaan tai osittain tiedostamatta. Alla listauksena esimerkkejä yleisistä perfektionistisista ajatusmalleista.

- Musta-valkoajattelu: Nähdään vain toinen ääripää, kuten hyvä tai huono, oikea tai väärä.
- Tunnelinäkö: Nähdään vain pieni, yleensä kielteinen osa kokonai-suudesta.
- Pitäisi-ajattelu: Asetetaan itselle epärealistisia tavoitteita ja odotuk-sia suorittamiseen.
- Katastrofiajattelu: Asioiden mittasuhteita liioitellaan ja ongelmat tul-kitaan ylitsepääsemättömiksi.
- Lokeroiminen: Oman tai toisen käytöksen perusteella lokeroidaan oma itse tai muut tyhmiksi, idiooteiksi jne.

- Vähättely ja liioittelu: Omien suoritusten vähättely ja toisten suoritusten liioittelu.
- Hätäinen johtopäätösten tekeminen: Oletetaan, että tiedetään toisten ajatukset ja mitä seurauksia asioilla on.

Opinvoimalan (s.a. e.) sivuilla kuvataan myös tiettyjen toimintatapojen vaikeuttavan tekemisen aloittamista ja lopettamista. Jatkuva pinnistely ja toisaalta vitkuttelu ovat tyypillisiä toimintatapoja perfektionistille. Alla listauksena esimerkkejä mitä yleisiä toimintatapoja perfektionistilla on.

- Omiin voimavaroihin nähden korkeiden tavoitteiden asettaminen
- Pakko saavuttaa tavoitteet
- Sellaisten tilanteiden välttely, joissa epäilee epäonnistuvansa
- Vaikeus tehdä päätöksiä, minkä taustalla on pelko tehdä väärä päätös
- Varmistelu, hitaasti tekeminen ja viilaaminen virheiden välttämiseksi
- Vaikeus lopettaa tekeminen ja tunnistaa, mikä on riittävää
- Tekemisen viivyttely, aloittamisen välttely ja viime tipassa tekeminen
- Hamstraaminen ”kaiken varalta”
- Vaikeus jakaa vastuuta muille, halu hoitaa asiat itse
- Herkkyys muiden antamalle palautteelle; kehuakin saattavat kääntyä kritiikiksi
- Luovuttaminen helposti, tai ei lainkaan yritä itselle vierasta asiaa.

Näiden lisäksi Nyyti ry:n (s.a.) sivuilta löytyi oma listauksensa siitä mitä perfektionismiin liittyy. Listassa oli sisällöltään paljon samoja asioita kuin yllä mainituissa, mutta myös muutama erilainen:

- Pikkutarkkuus ja kiinnostus yksityiskohtiin
- Tunnollisuus

- Joustamattomuus

4.2 Osaamisvaje ja luovuuden tukahduttaminen

Pietikäinen (2021, 118) kuvailee, miten perfektionismin ytimessä on voimakas epäonnistumisen pelko, joka voi liittyä virheiden tekemiseen, negatiiviseen palautteeseen tai odotusten pettämiseen. Tämä pelko herättää häpeää, joka saa tuntemaan itsensä riittämättömäksi ja kelpaamattomaksi. Koska häpeä on tuskallinen tunne, sitä pyritään välttämään kaikin keinoin, mikä voi johtaa ylikorostuneeseen hallinnan tarpeeseen ja kriittiseen suhtautumiseen itseän.

Opinvoimalan (s.a. e.) mukaan tämä epäonnistumisen pelko voi estää tarttumasta haastaviin tai vieraisiin tehtäviin, mikä ruokkii epävarmuutta omasta osaamisesta. Ajan mittaan tällainen välttely voi muodostua oppimisen esteeksi ja johtaa osaamisvajeeseen erityisesti niillä alueilla, joilla kehittymistä eniten tarvittaisiin.

Perfektionistit saattavat reagoida epäonnistumisen pelkoon passivoitumalla tai viivyttelöllä, mikä tekee huippusuorituksiin yltämisestä entistä vaikeampaa. Vaikka he tavoittelevat täydellisyyttä, heidän voimavaransa kuluvat tehottomaan tekemiseen ja uupumukseen. Usein he keskittyvät helpompiin tehtäviin, joissa onnistuminen on todennäköistä, ja välttelevät niitä, jotka todella haastaisivat ja kehittäisivät osaamista. (Curran 2024,90.)

4.3 Kontrollin tarve

Perfektionistille on tyypillistä vahva kontrollin tarve, joka kohtuullisena lisää turvallisuuden tunnetta, mutta liiallisena aiheuttaa ahdistusta. Ylikontrolli voi ilmetä kyvyttömyytenä lopettaa tehtävä, vaikka lopputulos olisi jo riittävä, tai vaikeutena luottaa muiden tekemisiin, koska ne eivät vastaa omia vaatimuksia. (Opinvoimalan s.a. e.)

Ylikontrolli voi ilmetä Rodríguez'n (22.12.2022.) kuvailemalla tavalla tarkistaa jokainen yksityiskohta yhä uudestaan ja uudestaan yrittäen saada siitä täydellisen.

4.4 Vitkuttelu

Curran (2024,90.) kirjoittaa ettei viivyttely eli vitkuttelu helpota perfektionistin tilannetta, vaan lisää ahdistusta. Tehtävät kasaantuvat, ja keskeneräiset työt, kuten lukemattomat sähköpostit ja tekemättömät raportit, vaikeuttavat selviytymistä. Perfektionisti siirtää asioita eteenpäin puuhastelemalla ja välttelee epämiellyttäviä tehtäviä, kuten suurten projektien aloittamista tai palautteiden käsittelyä. Tämä toimii keinona välttää epäonnistumisen ja haasteiden herättämiä tunne-elämän kolhuja – mutta lopulta ajan kulumisen kääntyy häntä vastaan.

Opinvoimalan (s.a. g.) sivuilla vitkuttelua kuvattiin hieman tarkemmin. Vitkuttelussa tärkeä tekeminen vaihtuu inspiraation odotteluun, jatkuvaan suunnitteluun tai sijaistoimintoihin, kuten siivoamiseen. Sen taustalla on usein halu lisätä hallinnan tunnetta ja mielihyvää sekä välttää virheitä ja epäonnistumista. Vitkuttelu eroaa joutilaisuudesta, sillä se aiheuttaa ahdistusta, kun taas joutenolo ei. Joskus asioiden lykkääminen voi olla järkevää, sillä ne saattavat ratketa itsestään ajan kanssa.

Vitkuttelua kuvataan järjenvastaiseksi viivyttelyksi, jossa tehtävän aloittamista lykätään, vaikka sen tekeminen olisi omaksi eduksi. Heikko luottamus omaan osaamiseen ja perfektionismista kumpuava riittämättömyyden tunne heikentävät itseluottamusta, mikä usein johtaa vitkutteluun. Kun usko omaan kykyihin on vähäinen, tehtävät vaikuttavat todellisuutta vaikeammilta, ja aloittamisen kynnyksenousee korkeaksi. (Opinvoimala s.a. d.)

4.5 Itsekritiikki ja huijarisyndrooma

Pietikäinen (2021,118-119.) kertoo itsekritiikin olevan perfektionistisen käyttäytymisen kaikkein satuttavin ja haavoittavin muoto. Se ilmenee ankarana itsensä

arvosteluna, joka voi johtaa toivottomuuden ja arvottomuuden tunteisiin sekä kokemukseen omasta riittämättömyydestä tai jopa viallisesta minuudesta.

Perfektionismi ja itsekritiikki kulkevat usein rinnakkain ja vahvistavat toisiaan, mikä voi heikentää yksilön hyvinvointia merkittävästi.

Mukautuva itsekritiikki auttaa tunnistamaan omat virheensä ja kehittymään niiden kautta, mikä tukee itsetuntemusta ja henkistä kasvua. Tällainen itsekritiikki voi vahvistaa kykyä kohdata elämän haasteita realistisesti.

Mukautumaton itsekritiikki sen sijaan ilmenee jatkuvana tyytymättömyytenä ja saavutusten vähättelynä. Ihminen ei tunnista onnistumisiaan tai pitää niitä vain velvollisuutena, mikä johtaa kokemukseen epäonnistumisesta ja heikentää hyvinvointia. Tätä ilmiötä kutsutaan saavutusten devalvoinniksi. (Mielenihmeet 13.2.2023.)

Pietikäinen (2021,102.) kuvaa epävarmuuden olevan luonnollinen tunne erityisesti muuttuvassa työympäristössä tai tilanteissa, joissa oma osaaminen ei vastaa työn vaatimuksia. Huijarisyndroomassa kyse ei ole todellisesta osaamattomuudesta, vaan siitä, että ihminen kokee itsensä pätemättömäksi huolimatta hyvistä suorituksista, ja pelkää muiden huomaavan tämän kuvitellun osaamattomuuden.

Opinvoimalan (s.a. h.) sivuilla korostetaan, ettei kyse ole sairaudesta, vaan ajatusvääristymästä, jossa yksilö pitää menestystään sattumana tai liiallisen työn tuloksena. Tunteeseen liittyy usein kokemus siitä, että oma pärjääminen on epävarmaa ja jatkuvasti vaarassa paljastua. Huijariajattelu on yleistä erityisesti opiskelijan tai uusien haasteiden alkaessa ja siihen voivat altistaa perfektionismi, neuroottisuus ja suorittava elämänsäntyyli. Se voi johtaa itsensä vähättelyyn, mahdollisuuksien välttelemiseen ja jatkuvaan itsensä ylisuorittamiseen. Ilmiö korostuu tilanteissa, joissa suoriutumista on vaikea mitata, kuten opinnoissa tai luovassa työssä. Esimerkiksi opiskelija voi kokea olevansa "feikki" huolimatta hyvistä arvosanoista tai positiivisesta palautteesta ja pelätä, että todellinen osaamattomuus paljastuu suurten haasteiden, kuten opinnäytetyön, yhteydessä.

5 KYSELY

Anonyymi kysely toteutettiin Microsoft 365 Forms -työkalulla 26.4.-2.5.2025. Vastausvaikeus arvioitiin 4-10 minuuttia. Kysely sisälsi kolme osiota, joista ensimmäinen ja kolmas ovat avoimia kaikille vastaajille. Toinen osio oli suunnattu ainoastaan visuaalisen alan ammattilaisille ja opiskelijoille, ja siinä tarkastellaan perfektionismin piirteitä visuaalisen työn näkökulmasta. (kyselypohja, liite 1.)

Avoimet vastaukset (avoimet vastaukset 1/3, liite 2; avoimet vastaukset 2/3, liite 3; avoimet vastaukset 3/3, liite 4.) Kuvien vertailussa käytetyt kuvat. ("mitä eroja huomaat" kysymysten kuvat 1 ja 2, liite 5; "mitä eroja huomaat" kysymysten kuvat A ja B, liite 6.)

Ryhmien perusominaisuudet

Kyselyyn vastasi 36 henkilöä, joista 20 kuului visuaalisen alan edustajiin ja 16 muiden alojen edustajiin. Visuaalisen alan edustajissa enemmistö vastaajista oli 26–35-vuotiaita (11/20) ja loput yli 35-vuotiaita. Muiden alojen vastaajissa puolet oli alle 35-vuotiaita (2 kpl 15–25, 6 kpl 26–35). Ja toinen puoli yli 35-vuotiaita (2 kpl 36–45, 6 kpl 45+).

Visuaalisessa ryhmässä vastaajissa oli 60 % naisia ja 40 % miehiä. Muiden alojen ryhmässä naiset ja miehet olivat tasan.

5.1 Visuaalisen alan kysymykset (osio 2) – Yhteenveto ja tulokset

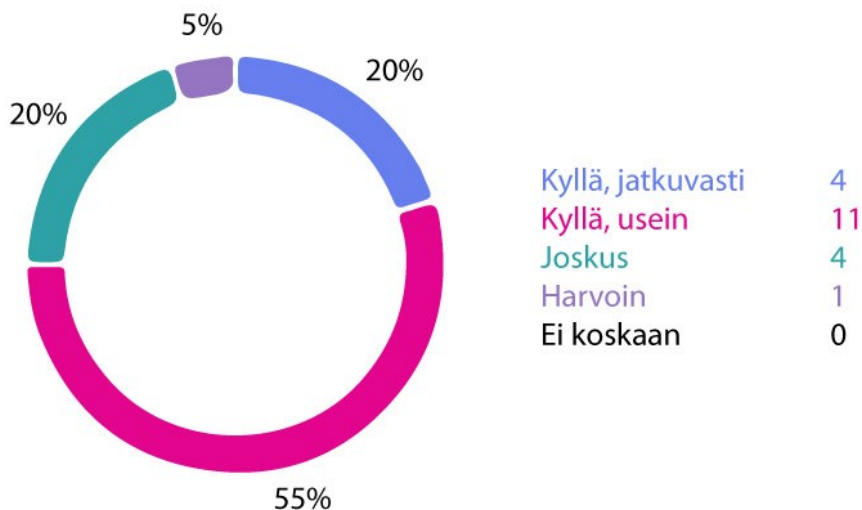
Tämä kappale keskittyy kyselyn toisen osion tulosten tarkasteluun. Osio oli kohdistettu ainoastaan visuaalisen alan ammattilaisille ja opiskelijoille, ja sen tarkoituksena oli selvittää, miten perfektionismi ilmenee visuaalisen työn kontekstissa. Osiossa esitettiin yhteensä 12 kysymystä sekä yksi jatkokysymys. Vastausten analysointia varten ne on jaoteltu kolmeen pääkategoriaan sisällöllisen

painotuksen perusteella: itseen kohdistuva perfektionismi, sosiaalisesti määräytyvä perfektionismi sekä perfektionistiset ajatus- ja toimintamallit työskentelyssä. On kuitenkin huomioitava, että ajatus- ja toimintamallien piirteet ilmenevät osittain myös muissa kategorioissa. Yhteenvedossa tarkastellaan lisäksi, miten vastaukset jakautuvat opiskelijoiden ja ammattilaisten välillä. Erillisenä kokonaisuutena käsitellään myös kysymystä ”Milloin olet tyytyväinen työhösi?”.

Itseen kohdistuva perfektionismi

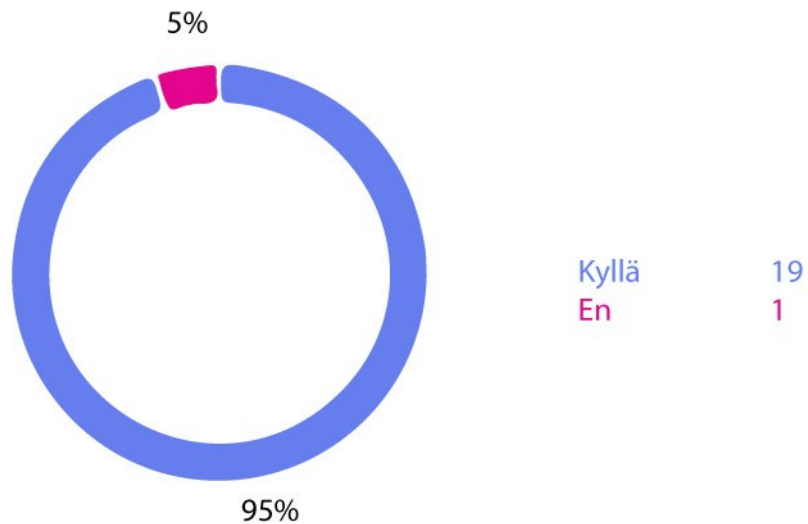
Vastausten perusteella visuaalisen alan opiskelijoilla ja ammattilaisilla korostuvat selkeästi perfektionistiset ajatus- ja toimintamallit sekä voimakas itsekriittisyys. Vastaukset heijastavat erityisesti sisäisiä suorituspaineita, jatkuvaa riittämättömyyden tunnetta ja taipumusta asettaa itselleen korkeita vaatimuksia. Nämä ovat tyypillisiä piirteitä itseen kohdistuvalle ja usein haitallisesti ilmenevälle perfektionismille.

Suurin osa vastaajista kertoi asettavansa itselleen toistuvasti tai usein liian korkeita tavoitteita suhteessa omaan voimavaroihinsa (kuva 3). Ammattilaisten puolelta tuli myös muutama vastaus kohtaan 'joskus' ja yksi kohtaan 'harvoin'.



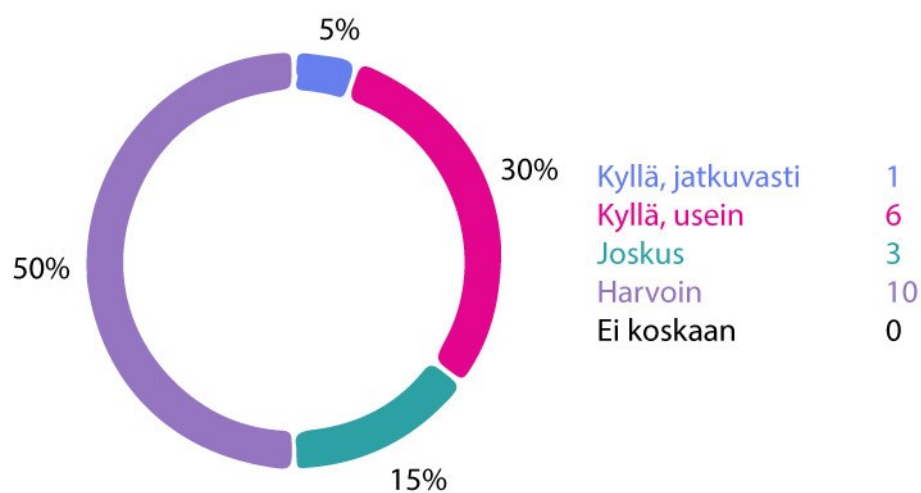
KUVA 3. Tulokset - Huomaatko asettavasi itsellesi omaan voimavaroihin nähden liian korkeita tavoitteita työnlaadun suhteen?

Lähes kaikki vastaajat olivat myös kriittisiä omia töitään kohtaan (kuva 4). Vain yksi ammatilaisten puolelta oli vastannut, ettei ole kriittinen omia töitään kohtaan.



KUVA 4. Tulokset – Oletko kriittinen omia töitäsi kohtaan?

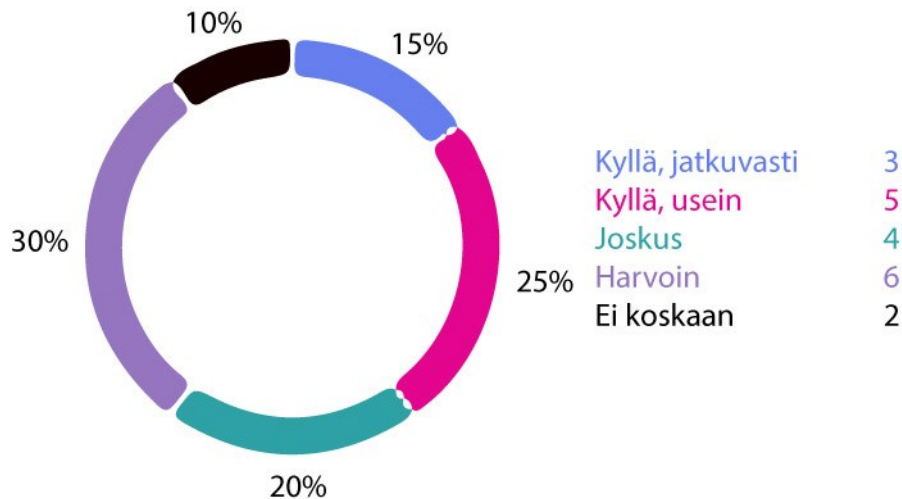
Yllättävän tuloksen antoi kysymys: ”Mitätöitkö saamaasi positiivista palautetta ajattelemalla esimerkiksi, että tuotoksesi on huono tai onnistuminen oli tuurista kiinni?” (kuva 5).



KUVA 5. Tulokset – Mitätöitkö saamaasi positiivista palautetta ajattelemalla esim. että tuotoksesi on huono tai onnistuminen oli tuurista kiinni?

Vaikka oletuksena oli vahva itsekriittisyys, suurin osa vastaajista kertoi mitätöivänsä positiivista palautetta vain harvoin tai joskus. Tässä kuitenkin korostuu eroja ammattilaisten opiskelijoiden välillä. Kaikki opiskelijat olivat vastanneet myöntävästi vaihtoehdolla 'usein' tai 'jatkuvasti'.

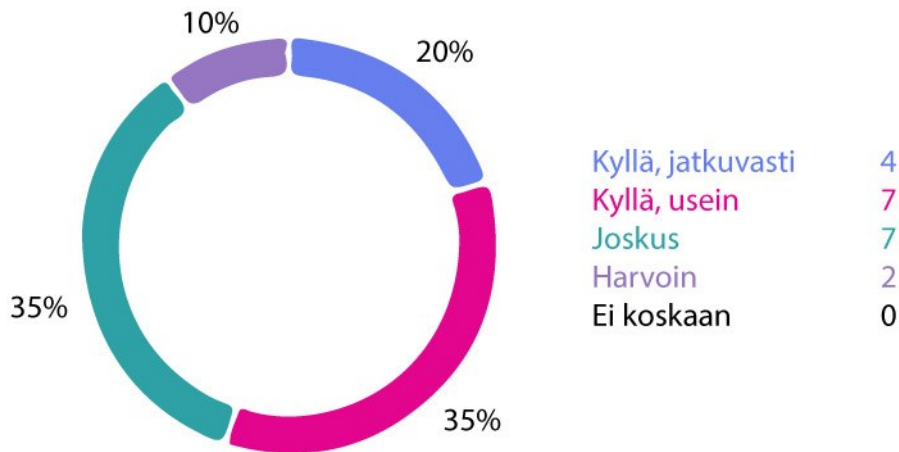
Myös kysymyksessä ”Pelkäätkö, että oma osaamattomuutesi paljastuu muille?” (kuva 6) vastaukset jakoutuivat tasaisesti, mutta painottuivat hieman vähemmän pelkoa ilmaisevaan suuntaan (joskus–harvoin–ei koskaan). Vastaukset jakoutuivat melko tasaisesti opiskelijoiden ja ammattilaisten välillä.



KUVA 6. Tulokset – Pelkäätkö, että oma osaamattomuutesi paljastuu muille?

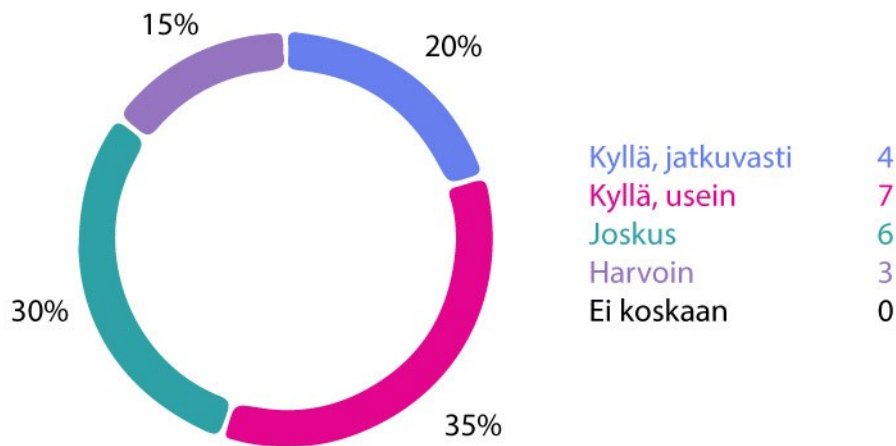
Aiemmat tulokset ovat osin ristiriidassa kysymyksen ”Tuntuuko sinusta, että muut osaavat asiat paremmin tai että heidän työnsä olisivat parempia kuin sinun?” (kuva 7) kanssa. Tässä kysymyksessä suuri osa vastaajista koki usein tai jatkuvasti, että muiden työ on heidän omaansa parempaa. Myös ”joskus” vastauksia oli runsaasti. Tämä vahvistaa käsitystä vahvasta itsekriittisyydestä. Myös

visuaalisen alan ammattilaiset olivat selvästi taipuvaisia arvioimaan muiden työn omaansa paremmaksi.



KUVA 7. Tulokset – Tuntuuko sinusta, että muut osaavat asiat paremmin tai että heidän työnsä olisivat parempia kuin sinun?

Kysymys ”Tuntuuko sinusta vaikealta päättää, milloin työ on valmis?” (kuva 8) paljastaa puolestaan perfektionismille tyypillisiä piirteitä, kuten jatkuvaa pinnistelyä ja vitkuttelua. Monet vastaajat kokivat vaikeaksi päättää, milloin työ on valmis. Tämä voi liittyä tarpeeseen tarkistaa yksityiskohtia toistuvasti ja pyrkiä täydellisyyteen. Suurin osa ilmoitti kamppailevansa tämän haasteen kanssa usein, ja myös 'joskus' vastauksia esiintyi erityisesti ammattilaisten keskuudessa. Muutamat ammattilaiset ilmoittivat kokevansa tätä vain harvoin. Tulokset viittaavat siihen, että visuaalisella alalla on taipumusta työn ylityöstämiseen ja viimeistelyyn panostetaan usein enemmän kuin olisi tarpeen.

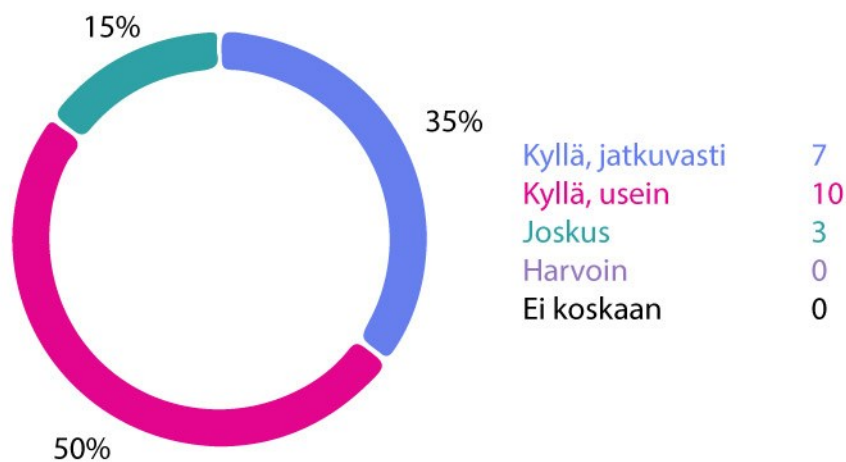


KUVA 8. Tulokset – Tuntuuko sinusta vaikealta päättää, milloin työ on valmis?

Sosiaalisesti määräytyvä perfektionismi

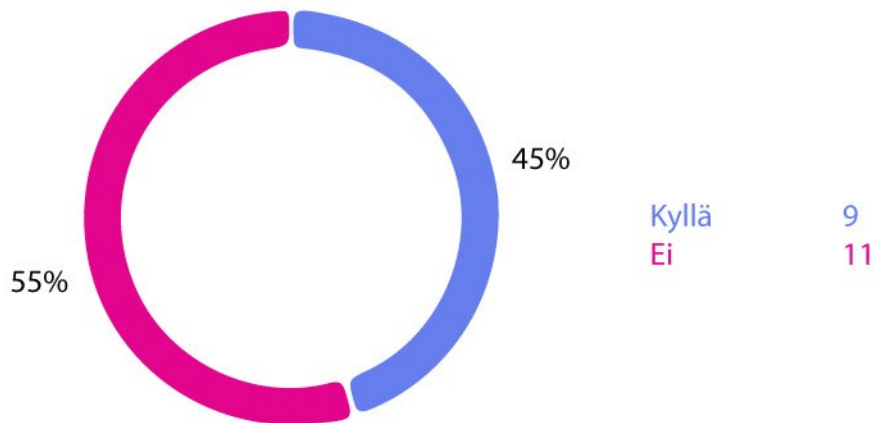
Vastausten perusteella visuaalisen alan opiskelijoilla ja ammattilaisilla korostuvat myös sosiaalisesti määräytyvän perfektionismin piirteet. Tämä näkyy erityisesti siinä, kuinka tärkeänä vastaajat kokevat muiden hyväksynnän ja kuinka vahvasti he kokevat olevansa ulkopuolisen arvioinnin kohteena. Sosiaalisesti määräytyvälle perfektionismille on tyypillistä ulkoisten odotusten ohjaama toiminta sekä pelko arvostelluksi tulemisesta, mikä voi heijastua jatkuvana paineena suoriutua täydellisesti toisten silmissä.

Suuri osa vastaajista kertoi kokevansa epäonnistumisen pelkoa ainakin joskus tai usein. Tämä pelko voi liittyä esimerkiksi virheiden tekemiseen, negatiiviseen palautteeseen tai siihen, että ei pysty vastaamaan ulkoisiin odotuksiin (kuva 9). Myös vastausvaihtoehto 'jatkuvasti' esiintyi jonkin verran, ja vastaukset jakautuivat melko tasaisesti opiskelijoiden ja ammattilaisten välillä.



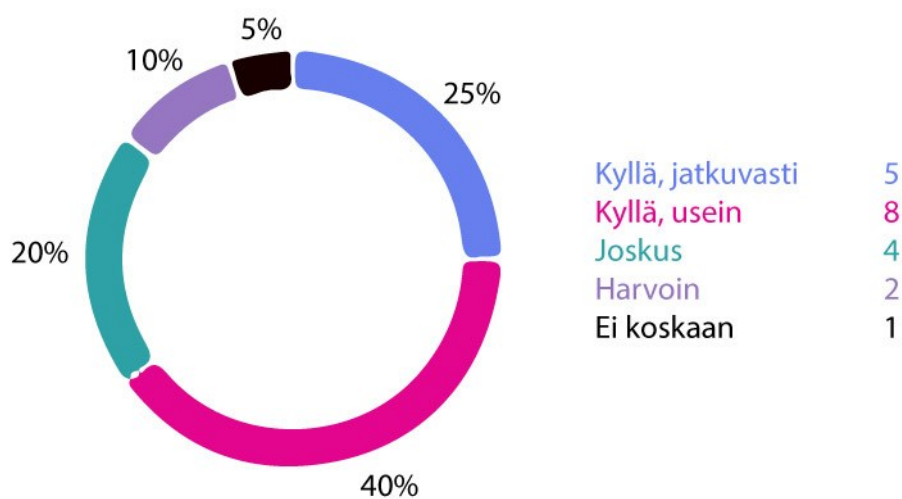
KUVA 9. Tulokset – Onko sinulla epäonnistumisen pelkoa, joka voi liittyä virheiden tekemiseen, negatiiviseen palautteeseen tai odotusten pettämiseen?

Sen sijaan kysymykseen ”Onko sinun vaikea näyttää keskeneräistä työtäsi muille?” (kuva 10) saatiin hajanaisempia vastauksia. Kokonaisuudessaan pieni enemmistö vastaajista ei kokenut keskeneräisen työn näyttämistä vaikeaksi, mutta opiskelijoiden keskuudessa tilanne oli päinvastainen – lähes kaikki opiskelijat kokivat sen hankalana.



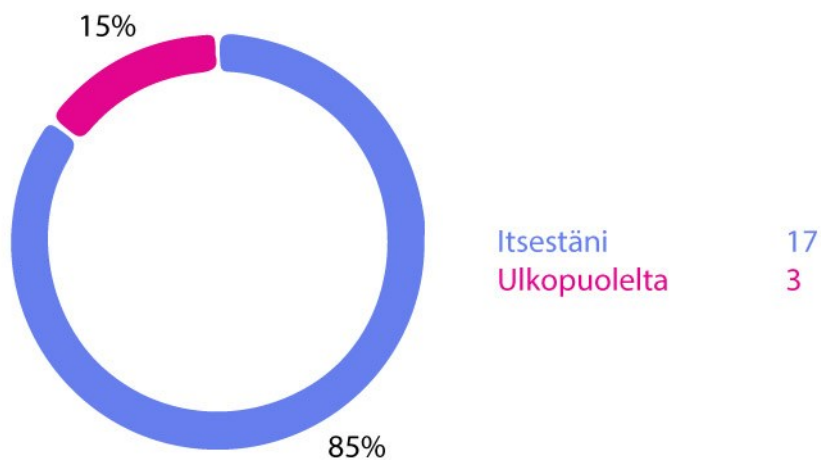
KUVA 10. Tulokset – Onko sinun vaikea näyttää keskeneräistä työtäsi muille?

Vastauksissa nousi myös vahvasti esiin kokemus siitä, että visuaalisen työn tulisi aina olla huolellista ja korkeatasoista (kuva 11). Sekä opiskelijat että ammattilaiset kokivat paineita tuottaa visuaalisesti moitteetonta jälkeä.



KUVA 11. Tulokset – Koetko painetta/velvollisuutta tuottaa visuaalisesti vain parasta jälkeä?

Tarkentavassa jatkokysymyksessä ”Syntyykö tämä paine/velvollisuus sinusta itsestäsi vai ulkopuolisen tekijän johdosta?” (kuva 12) suurin osa vastaajista kertoi, että tunne lähtee heistä itsestään. Vain harva koki paineen tulevan ulkopuolelta. Tämä korostaa vahvaa itsekriittisyyden läsnäoloa vastaajien ajattelussa.

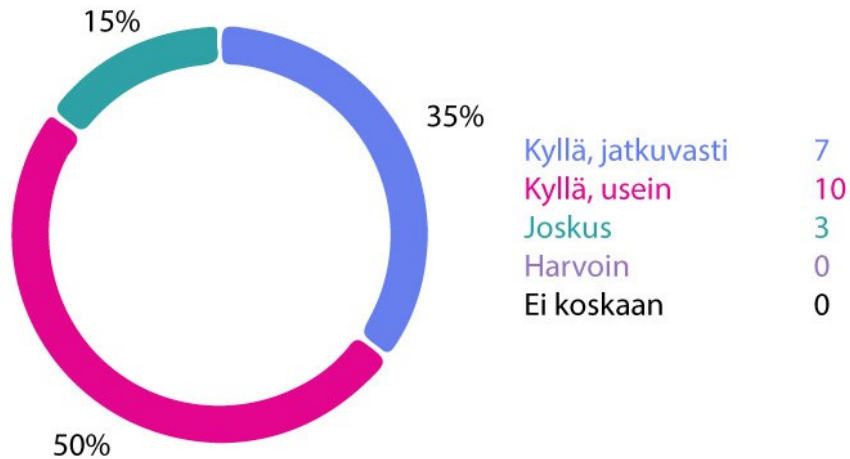


KUVA 12. Tulokset – Syntyykö tämä paine/velvollisuus sinusta itsestäsi vai ulkopuolisen tekijän johdosta?

Perfektionistiset ajatus- ja toimintamallit työskentelyssä

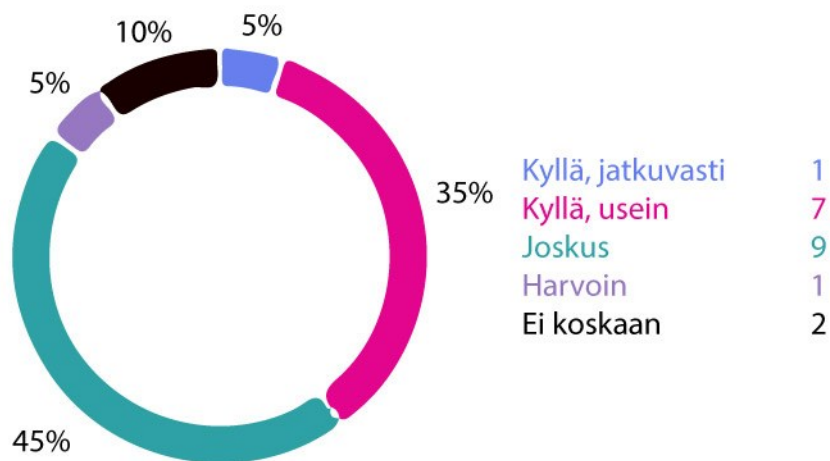
Kysymykset, jotka käsittelevät työn aloittamisen tai lopettamisen vaikeutta, virheiden pelkoa ja taipumusta viivyttelyyn, kuvaavat perfektionistisia toimintatapoja työssä. Näitä ovat esimerkiksi vitkuttelu, kontrollin tarve ja yksityiskohtien mikro-
muokkaus. Tällaiset toimintamallit voivat pohjautua sekä mukautuvaan (kehitymistä tukevaan) että mukautumattomaan (lomaannuttavaan) perfektionismiin. Vastausten perusteella visuaalisen alan opiskelijoilla ja ammattilaisilla korostuvat erityisesti vitkuttelu, ylikontrolli sekä taipumus keskittyä liiallisesti yksityiskohtiin.

Selkeä enemmistö kertoi tekevänsä työhönsä pieniä muutoksia, vaikka ne olisivat lähes huomaamattomia (kuva 13). Vastaukset jakautuivat melko tasaisesti opiskelijoiden ja ammattilaisten välillä, ammattilaisten puolelta oli myös muutama 'joskus' vastaus. Pikkutarkkuus omaa työtä kohtaan on suurta.



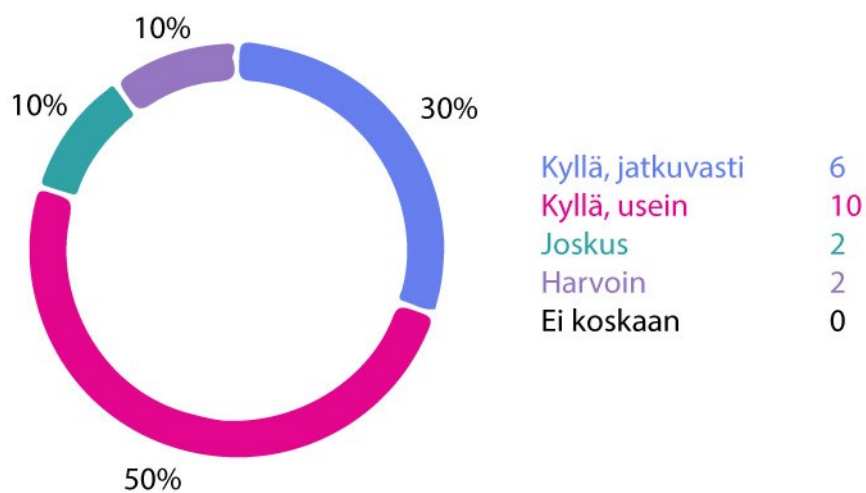
KUVA 13. Tulokset – Teetkö pieniä muutoksia työhösi, vaikka ne olisivat lähes huomaamattomia?

Itse työn aloituksen/tekemisen vaihtuminen usein esim. inspiraation odotteluun, loputtomaan suunnitteluun tai sijaistoimintoihin, kuten siivoamiseen, oli havaittavissa joskus (kuva 14). Silti myös 'usein' vastaukset korostuivat vahvasti. Ammattilaisten joukosta saatiin myös pari 'ei koskaan' vastausta. Muutoin vastaukset jakautuivat melko tasaisesti ammattilaisten ja opiskelijoiden välillä.



KUVA 14. Tulokset – Vaihtuuko itse työn aloitus/tekeminen sinulla usein esim. inspiraation odotteluun, loputtomaan suunnitteluun tai sijaistoimintoihin, kuten siivoamiseen?

Kysyttäessä "Oletko käyttänyt enemmän aikaa työn hiomiseen kuin alun perin oli tarkoitus?" (kuva 15), enemmistö vastasi myöntävästi. Ammattilaisten puolelta tuli myös pari 'joskus' ja 'harvoin' vastausta. Vitkuttelun ja pikkutarkkuuden piirteet ovat vahvasti läsnä.



KUVA 15. Tulokset – Oletko käyttänyt enemmän aikaa työn hiomiseen kuin alun perin oli tarkoitus?

Milloin olet tyytyväinen työhösi?

Kysymys ”Milloin olet tyytyväinen työhösi?” oli luonteeltaan motivaatiota ja työtyytyväisyyttä kartoittava. Vastaajat saivat valita 1–3 vaihtoehtoa, jotka parhaiten kuvastivat heidän omaa kokemustaan. Vastaukset on analyysivaiheessa ryhmitelty teemoittain kolmeen pääluokkaan: sisäinen ja ulkoinen motivaatio sekä perfektionismiin ja tyytymättömyyteen liittyvät kokemukset, kuten kuvassa 16 on esitetty. Tämä ryhmittely auttaa hahmottamaan, mitkä tekijät painottuvat visuaalisen alan työntekijöiden ja opiskelijoiden työtyytyväisyydessä sekä miten nämä voivat heijastaa perfektionistisia piirteitä.

Monille vastaajille työtyytyväisyys rakentuu pitkälti ulkoisten standardien ja muiden ihmisten arvioiden varaan. Työn onnistumisen keskeisinä mittareina pidetään esimerkiksi aikataulussa pysymistä ja saatua palautetta. Tulokset voivat viitata sosiaalisesti määräytyvän perfektionismin piirteisiin, joissa yksilö kokee velvollisuutta täyttää ulkopuolelta tulevat odotukset. Tällöin taustalla vaikuttaa uskomus siitä, että muut edellyttävät häneltä täydellisyyttä — tämä voi synnyttää jatkuvaa painetta ja pelkoa virheistä tai epäonnistumisesta muiden silmissä.

Samalla osa vastaajista arvioi työnsä laatua myös sisäisen tunteen pohjalta, mikä viittaa henkilökohtaiseen vastuunkantoon ja ammattitilpeyteen. Tässä piilee kuitenkin riski siitä, että kokemus työn riittävydestä voi hämärtyä – tehtävän lopettaminen voi tuntua vaikealta, vaikka lopputulos olisi jo objektiivisesti katsottuna valmis. Tällöin työtä saatetaan huomaamatta hioa yli tarpeen, mikä voi kuluttaa aikaa ja voimavaroja.

Joillekin vastaajille työn onnistuminen edellyttää täydellisyyttä tai jää aina osittain vajavaiseksi – he eivät koe olevansa täysin tyytyväisiä aikaansaannoksiinsa. Tämä voi heijastaa perfektionistisia piirteitä tai korostunutta itsekriittisyyttä. Perfektionismin ytimessä on usein voimakas epäonnistumisen pelko, joka liittyy

erityisesti virheiden tekemiseen. Lisäksi perfektionismiin kuuluu taipumus asettaa itselleen epärealistisen korkeita tavoitteita, jotka eivät aina ole linjassa omien voimavarojen kanssa.

Ryhmä	Vastausvaihtoehdot	Selitys
Ulkoiset mittarit ja palaute	Aikataulu (9), Positiivinen palaute (4), Muiden hyväksyntä (9)	Tyytyväisyys syntyy ulkoisista vaatimuksista ja palautteesta
Sisäinen kokemus	Riittävän hyvä itsestä (9)	Tyytyväisyys perustuu omaan kokemukseen ja arvioon
Perfektionismi tai tyytymättömyys	Täydellisyys (3), En koskaan (3)	Tyytyväisyys vaatii täydellisyyttä tai jää kokonaan saavuttamatta

KUVA 16. Tulokset – Milloin olet tyytyväinen työhösi?

5.2 Yhteiset kysymykset (osio 3) – Yhteenveto ja tulokset

Tässä kappaleessa tarkastellaan kyselyn kolmannen osion tuloksia. Osio oli suunnattu sekä visuaalisen alan että muiden alojen edustajille, ja sen tavoitteena oli selvittää, miten eri alojen ihmiset kokevat visuaalisen työn laadun ja riittävyyden sekä havaitsevatko he mahdollisia virheitä visuaalisessa työssä verrattuna visuaalisen alan ammattilaisiin ja opiskelijoihin. Kyselyyn vastasi yhteensä 36 henkilöä, joista 20 edusti visuaalista alaa ja 16 muita aloja. Osiossa esitettiin yhteensä seitsemän kysymystä sekä neljä jatkokysymystä, joista kolme oli vapaaehtoisia avoimia vastauksia. (kyselypohja, liite 1; avoimet vastaukset 1/3, liite 2; avoimet vastaukset 2/3, liite 3; avoimet vastaukset 3/3, liite 4; ”mitä eroja huomaat” kysymysten kuvat 1 ja 2, liite 5; ”mitä eroja huomaat” kysymysten kuvat A ja B, liite 6.)

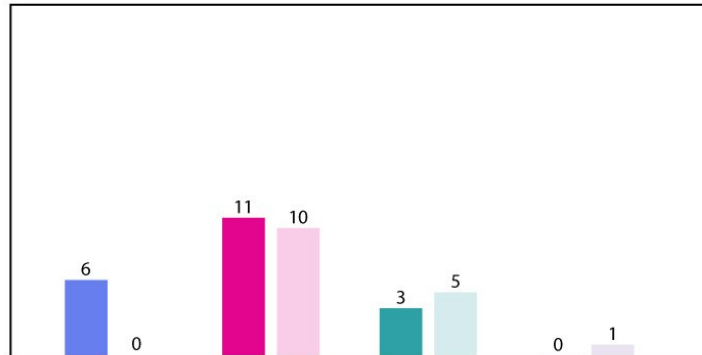
Yksityiskohtien huomaaminen ja virheisiin kiinnittäminen

Visuaalisen alan vastaajat kiinnittivät yleisesti enemmän huomiota visuaalisten sisältöjen pieniin yksityiskohtiin (kuva 17).

Kyllä, jatkuvasti	6
Kyllä, usein	21
Joskus	8
Harvoin	1
Ei koskaan	0

Visuaalinen ala:
Kirkkaampi väri

Muut alat:
Haaleampi väri



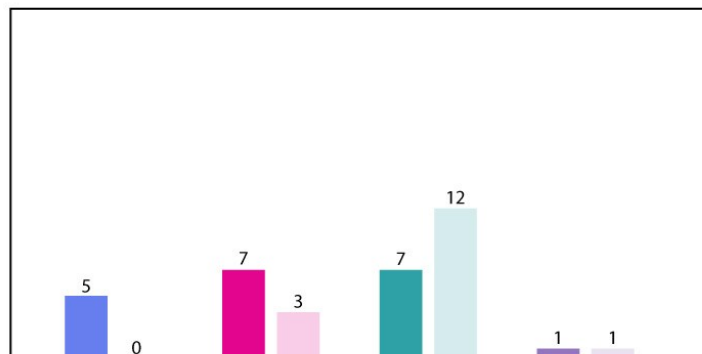
KUVA 17. Tulokset – Kiinnitätkö huomiota mainosten tai visuaalisen sisällön yksityiskohtiin?

Myös painovirheiden ja epätarkkuuksien havaitsemisessa ilmeni selkeää ero: visuaalisen alan ammattilaiset ja opiskelijat tunnistivat pienetkin virheet merkittävästi useammin kuin muiden alojen edustajat (kuva 18).

Kyllä, jatkuvasti	5
Kyllä, usein	10
Joskus	19
Harvoin	2
Ei koskaan	0

Visuaalinen ala:
Kirkkaampi väri

Muut alat:
Haaleampi väri



KUVA 18. Tulokset – Oletko huomannut painovirheitä, väärin kohdistettuja elementtejä tai muita visuaalisia epätarkkuuksia esim. mainoksissa, verkkosivuilla tai pakkauksissa?

Kysymyksessä oli myös avoin jatkokysymys (avoimet vastaukset 1/3, Liite 2.). Avoimien vastausten analyysi eri alojen edustajien välillä osoittaa selkeitä painotuseroja virheiden havaitsemisessa ja niiden kuvailussa. Visuaalisen alan edustajat kiinnittävät erityisen tarkkaa huomiota yksityiskohtiin, joissa pienetkin poikkeamat typografiassa, visuaalisessa rytmisessä tai sommittelussa koetaan häiritsevinä.

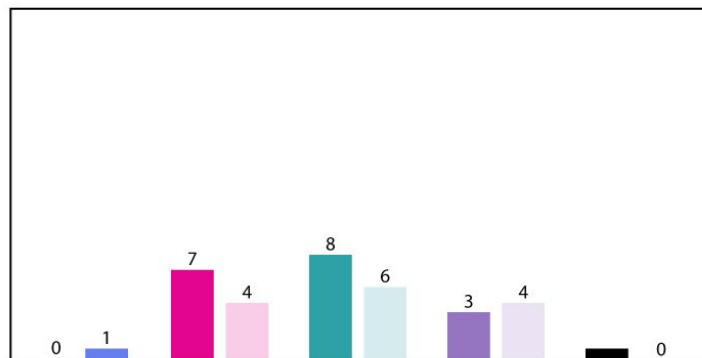
Muiden alojen vastaajat keskittyvät enemmän kielelliseen tarkkuuteen, käytettävyyteen ja siihen, miten sisältö toimii tai tuntuu käyttäjän näkökulmasta, eikä niinkään yksittäisten visuaalisten elementtien sommitteluun tai säätöön.

Toisella jatkokysymyksellä (kuva 19) selvitettiin, kuinka paljon vastaajia nämä työn virheet häiritsevät. Tulosten perusteella eri alojen vastaajien näkemykset jakautuvat melko tasaisesti, mutta visuaalisen alan edustajat kallistuvat hieman enemmän siihen suuntaan, että virheet häiritsevät heitä paljon.

Erittäin paljon	1
Paljon	11
Jonkin verran	14
Vain vähän	7
Ei lainkaan	1

Visuaalinen ala:
Kirkkaampi väri

Muut alat:
Haaleampi väri



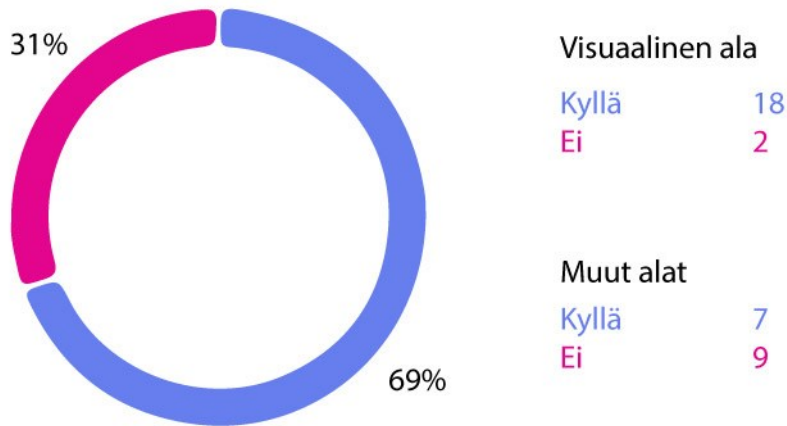
KUVA 19. Tulokset – Jatkokysymys; kuinka paljon sinua häiritsee jos huomaat tällaisia virheitä?

Yhteenvedona voidaan todeta, että visuaalisten alojen edustajat ovat keskimäärin herkempiä näkemään virheitä kuin muiden alojen edustajat. Suurin osa heistä ilmoitti havaitsevansa virheitä "paljon" tai "jonkin verran", ja moni kertoi tunnistavansa virheitä jatkuvasti – ilmiö, joka oli selvästi harvinaisempaa muiden alojen vastaajien keskuudessa.

Kuvien erot ja havaitseminen

Eniten selkeitä eroja vastaajien välillä ilmeni kysymyksissä, jotka koskivat kuvien pieniä muunnoksia. Tässä osuudessa käytetyt kuvat ovat nähtävillä liitteissä. ("mitä eroja huomaat" kysymysten kuvat 1 ja 2, liite 5; mitä eroja huomaat" kysymysten kuvat A ja B, liite 6.) Esimerkiksi kysymykseen "Huomaatko selkeää eroa kuvien 1 ja 2 välillä ensimmäisellä silmäyksellä?" (kuva 20) lähes kaikki visuaalisen alan vastaajat vastasivat myöntävästi. Sen sijaan muiden alojen vastaajista

yli puolet ilmoittivat, etteivät havainneet merkittävää eroa. Tämä korostaa visuaalisten alojen edustajien tarkempaa havaintokykyä ja herkkyyttä pienille visuaalisille eroille.



KUVA 20. Tulokset – Huomaatko selkeää eroa kuvien 1 ja 2 välillä ensimmäisellä silmäyksellä?

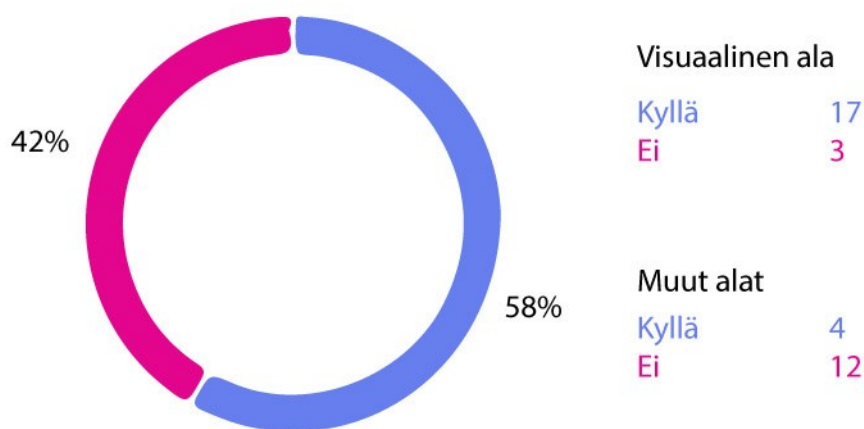
Kysymystä seurasi avoin jatkokysymys, jonka vastauksissa paljastuu, että visuaalisen alan edustajien ja muiden alojen vastaajien välillä on merkittäviä eroja sekä virheiden huomaamisen tarkkuudessa että niiden kuvailun yksityiskohtaisuudessa. (avoimet vastaukset 2/3, liite 3.)

Visuaalisen alan ammattilaiset ja opiskelijat tunnistavat selvästi enemmän ja yksityiskohtaisempia muutoksia, ja he käyttävät täsmällistä alan sanastoa (esim. fonttivalinta, kirjasinperhe, välistys, paino, kontrasti). Heidän vastauksistaan ilmenee myös reflektiivisyyttä ja tulkinnan moninaisuuden huomioimista.

Muiden alojen edustajat tunnistavat näkyviä eroja, mutta eivät erittele niitä yhtä syvällisesti tai systemaattisesti. Havaitut erot liittyvät pääasiassa fonttiin, väriin tai yleiseen selkeyteen, ja vastausten ilmaisu on epämääräisempää.

Tämä vahvistaa käsitystä siitä, että visuaalisen alan koulutus ja kokemus kehittävät herkkyyttä pienille yksityiskohdille ja visuaaliselle erottelulle, kun taas muiden alojen vastaajilla tarkkaavuus kohdistuu pääasiassa näkyvimpiin eroihin.

Kyselyssä oli esitetty sama kysymyskokonaisuus toisella kuvalla. ”Huomaatko selkeää eroa kuvien A ja B välillä ensimmäisellä silmäyksellä?” (kuva 21) Tässä tapauksessa ero oli vielä selkeämpi visuaalisten alojen ja muiden alojen vastausten välillä. Muiden alojen edustajista vain kolmasosa havaitsi kuvissa eroja.



KUVA 21. Tulokset – Huomaatko selkeää eroa kuvien A ja B välillä ensimmäisellä silmäyksellä?

Avoimien vastaukset osoittavat jälleen selkeitä eroja visuaalisen alan ja muiden alojen vastaajien välillä sekä havaintojen tarkkuudessa että ilmaisun täsmällisyydessä. (avoimet vastaukset 3/3, liite 4.)

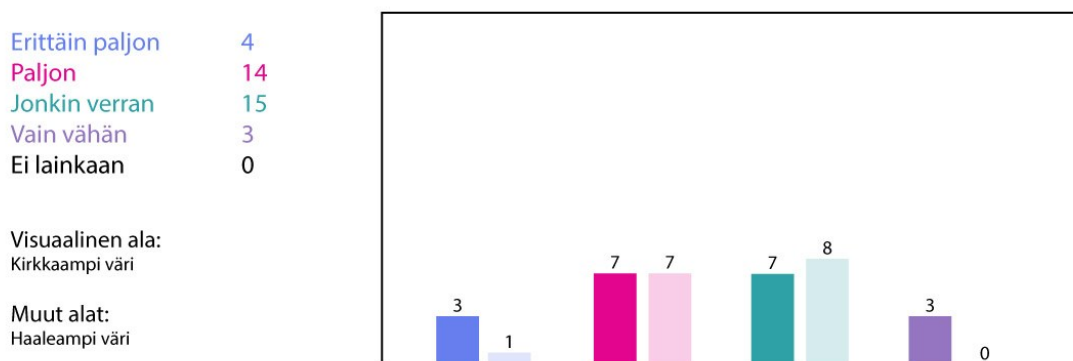
Visuaalisen alan edustajat analysoivat sekä yksittäisiä elementtejä että niiden suhteita toisiinsa. Havainnot ovat sekä määrällisesti runsaita että laadullisesti syviä, ja ne osoittavat koulutuksen tai kokemuksen tuomaa visuaalista lukutaitoa.

Muiden alojen vastaajat havaitsivat jonkin verran eroja, mutta niiden kuvaus jää pintapuoliseksi ja kohdistuu yksittäisiin, helposti havaittaviin seikkoihin. Laajempi sommittelun tai visuaalisen tasapainon arviointi puuttuu.

Sisällön uskottavuus ja paine täydellisyyteen

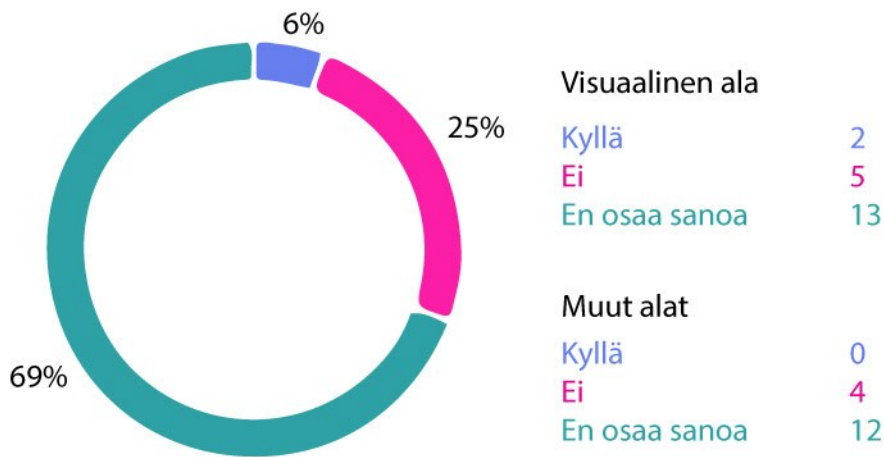
Kysymys "Vaikuttaako visuaalisen sisällön tarkkuus ja yksityiskohtien huomioiminen mielestäsi sen uskottavuuteen tai laatuun?" (kuva 22) jakoi vastaajat eri tavoin ryhmissä. Molemmista ryhmistä enemmistö oli sitä mieltä, että sisällön tarkkuus vaikuttaa uskottavuuteen tai laatuun joko 'paljon' tai 'jonkin verran'.

Ryhmiin jakaumien perusteella visuaalisten alojen edustajat valitsivat ääripäät, kuten 'vaikutus erittäin suuri' tai 'vain vähän', yleisemmin, kun taas muilla aloilla vastausten painopiste oli enemmän keskitasolla.



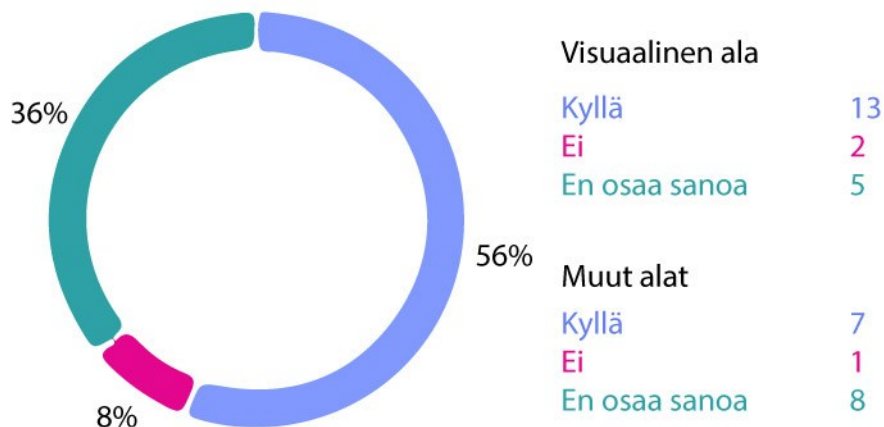
KUVA 22. Tulokset – Vaikuttaako visuaalisen sisällön tarkkuus ja yksityiskohtien huomioiminen sen uskottavuuteen tai laatuun?

Tuloksista tekee mielenkiintoisia se, että vastaajat olivat ristiriitaisia arvioissaan yksityiskohtien merkityksestä lopputulokseen. Edellisessä kysymyksessä enemmistö vastaajista koki, että pienillä yksityiskohdilla on paljon tai jonkin verran vaikutusta lopputulokseen. Kuitenkin seuraavassa kysymyksessä, jossa tiedusteltiin, huomaisivatko he eron, jos visuaalisen alan ammattilainen käyttäisi enemmän aikaa yksityiskohtien hiomiseen (kuva 23), yli puolet vastaajista vastasi "en osaa sanoa" ja osa jopa "ei". Vain harvat uskoivat tunnistavansa tällaisen eron, ja visuaalisen alan edustajistakin ainoastaan kaksi henkilöä oli varmoja, että he pystyisivät sen havaitsemaan. Tämä osoittaa ristiriidan koetun merkityksen ja käytännön havaintokyvyn välillä.



KUVA 23. Tulokset – Huomaisitko eron lopputuloksessa, jos visuaalisen alan ammattilainen käyttäisi enemmän aikaa pienten yksityiskohtien hiomiseen?

Merkittävä ero vastaajien näkemyksissä ilmeni kysymyksessä, joka koski paineita pyrkiä täydellisyyteen nyky maailman odotusten ja vaatimusten vuoksi. Kysymys “Koetko, että nyky maailman asettamat odotukset ja vaatimukset luovat visuaalisen alan ammattilaisille paineita pyrkiä täydellisyyteen?” (kuva 24) paljasti, että visuaalisen alan ammattilaiset kokevat selvästi enemmän ulkoisia tai sisäisiä paineita täydellisyyden tavoitteluun. Sen sijaan muiden alojen edustajista yli puolet ei osannut ottaa kantaa tai vastasi suoraan kieltävästi. Tämä viittaa siihen, että paineen kokeminen on vahvemmin visuaalisen alan sisäinen ilmiö, joka ei näyttäydy yhtä selkeästi ulkopuolisille.



KUVA 24. Tulokset – Koetko, että nykymaailman asettamat odotukset ja vaatimukset luovat visuaalisen alan ammattilaisille paineita pyrkiä täydellisyyteen omassa työssään?

Selkeimmät erot ryhmien välillä löytyivät kysymyksistä, joissa mitattiin huomio-kykyä visuaalisiin yksityiskohtiin ja paineen tunnetta. Visuaalisen alan ihmiset ilmoittivat systemaattisesti huomaavansa pieniä visuaalisia eroja ja virheitä useammin sekä kokevansa enemmän paineita täydellisyyteen kuin mitä muiden alojen edustajat osasivat ajatella.

6 PÄÄTELMÄT

Kyselytutkimuksen tulosten perusteella perfektionismin piirteet ovat vahvasti läsnä visuaalisen alan ammattilaisten ja opiskelijoiden työskentelyssä. Itseen kohdistuva perfektionismi ilmenee korostuneena itsekriittisyytenä, epäonnistumisen pelkona sekä taipumuksena ylityöstää tehtäviä. Sosiaalisesti määräytyvä perfektionismi puolestaan heijastuu ulkoisten odotusten täyttämisen tarpeena, arvioiduksi tulemisen pelkona sekä jatkuvana paineena onnistua muiden silmissä.

Perfektionistiset ajatus- ja toimintamallit, kuten jatkuva viivyttely, yksityiskohtien ylikorostaminen ja vaikeus päättää työn valmistumisesta, kuormittavat visuaalisen työn tekijöitä ja voivat heikentää työhyvinvointia. Työtyytyväisyys rakentuu usein ulkoisten mittareiden – kuten palautteen ja onnistumisen kokemusten – varaan, mikä voi vahvistaa suorituspaineita ja heikentää kokemusta työn riittävydestä.

Vertailussa muiden alojen edustajiin korostuu visuaalisen alan edustajien tarkempi havaintokyky ja virheiden huomaaminen. He kokevat myös enemmän paineita täydellisyyteen – ilmiö, joka ei näyttäydy yhtä vahvana muiden alojen näkökulmasta. Tuloksissa ilmeni myös ristiriita: vaikka yksityiskohtien uskottiin vaikuttavan lopputulokseen, monet eivät olleet varmoja, huomaisivatko itse eroa käytännössä. Tämä viittaa siihen, että yksityiskohtien merkitystä arvostetaan, vaikka niiden konkreettinen vaikutus ei aina ole havaittavissa.

Kaiken kaikkiaan kysely osoittaa, että perfektionismin piirteet ovat monisyinen ja usein kuormittava ilmiö visuaalisella alalla – se vaikuttaa sekä työn tekemisen tapaan että siihen, miten työn laatua arvioidaan niin omasta kuin ulkopuolisten näkökulmasta.

7 POHDINTA

Opinnäytetyön päätarkoituksena oli selvittää, millaisia perfektionistisia piirteitä visuaalisen alan ammattilaisilla ja opiskelijoilla esiintyy, sekä miten käsitys "riittävän hyvästä" vaihtelee eri alojen välillä. Perfektionismi voi toimia sekä motivaation lähteenä että kuormittavana ajattelumallina, ja visuaalisella alalla se korostuu erityisesti työn subjektiivisuuden ja yksityiskohtien tärkeyden vuoksi. Aihe pohjautuu omiin kokemuksiini ja havaintoihini opiskelijoiden jaksamisesta. Tavoitteena on lisätä ymmärrystä perfektionismin vaikutuksista visuaalisen alan työskentelyyn ja tarjota keinoja omien ajattelu- ja toimintamallien tunnistamiseen.

Kyselytutkimuksen perusteella perfektionismin piirteet ovat merkittävä osa visuaalisen alan ammattilaisten ja opiskelijoiden työskentelyä. Itsekriittisyys, epäonnistumisen pelko ja tehtävien ylityöstö ovat yleisiä, samoin kuin ulkoisista odotuksista kumpuava paine onnistua. Perfektionistiset toimintatavat, kuten viivyttely ja yksityiskohtien liiallinen painottaminen, kuormittavat ja voivat heikentää työhyvinvointia. Visuaalisen alan edustajat havaitsevat virheitä tarkemmin ja kokevat enemmän suorituspaineita kuin muiden alojen vastaajat. Vaikka yksityiskohtia pidetään tärkeinä, niiden käytännön vaikutus ei aina ole selkeä. Perfektionismi näyttäytyy näin sekä työn laatua ohjaavana että henkisesti kuormittavana ilmiönä.

Tulokset vahvistivat kirjoittajan omat ennakko-oletukset ja pohdinnat. Aiheen laajempaa tutkimusta suuremmalla otannalla pidetään tarpeellisena, jotta saataisiin syvällisempää ymmärrystä ilmiöstä. Tällaisen tiedon avulla olisi mahdollista kehittää opiskelijoiden ohjausta ja tukea heidän ajattelutapansa suuntaamista jo koulutuksen aikana terveempään ja realistisempaan suuntaan.

LÄHTEET

Curran, T. 2024. Täydellisyysden ansa – Miten vapautua perfektionismista maailmassa, jossa vain paras kelpaa. Suom. Kuusisto, T. Atena. Jyväskylä.

Hirsjärven ym. (2009, 160–161) (Hirsjärvi ym. 2009, 158)

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15–17. painos. Kustannusosakeyhtiö Tammi. Helsinki.

Mielenihmeet, 13.2.2023. Itsekritiikki ja perfektionismi tekevät sinusta itsesi pahimman vihollisen. Luettavissa: <https://mielenihmeet.fi/itsekritiikki-ja-perfektionismi-tekevät-sinusta-itsesi-pahimman-vihollisen/>. Luettu: 20.2.2025.

L: Nyyti ry. Perfektionismi uuvuttaa. Luettavissa: <https://mielenihmeet.fi/itsekritiikki-ja-perfektionismi-tekevät-sinusta-itsesi-pahimman-vihollisen/>. Luettu: 20.2.2025.

Omenatupa, 18.4.2019. Hyvä ja paha täydellisyys. Syömishäiriökeskus. Luettavissa: <https://syomishairiokeskus.fi/2019/04/18/hyva-ja-paha-taydellisyys/>. Luettu: 20.2.2025.

Opinvoimala s.a. a. 1. Perfektionismi – mistä on kyse? Luettavissa: <https://www.opinvoimala.fi/sivu/1.-perfektionismi-mista-on-kyse>. Luettu: 20.2.2025.

Opinvoimala s.a. b. 1.1 Määritelmä ja tunnistaminen. Luettavissa: <https://www.opinvoimala.fi/sivu/1.1-maaritelma-ja-tunnistaminen>. Luettu: 20.2.2025.

Opinvoimala s.a. c. 1.2 Perfektionismin ulottuvuudet. Luettavissa: <https://www.opinvoimala.fi/sivu/1.2-perfektionismin-ulottuvuudet>. Luettu: 20.2.2025.

Opinvoimala s.a. d. 1.4 Perfektionismin vaikutukset. Luettavissa: <https://www.opinvoimala.fi/sivu/1.4-perfektionismin-vaikutukset>. Luettu: 20.2.2025.

Opinvoimala s.a. e. Mitä perfektonismi aiheuttaa? Luettavissa: <https://www.opinvoimala.fi/sivu/mita-perfektionismi-aiheuttaa>. Luettu: 20.2.2025.

Opinvoimala s.a. f. Mitä perfektonismi on? Luettavissa: <https://www.opinvoimala.fi/sivu/mita-perfektionismi-on>. Luettu: 20.2.2025.

Opinvoimala s.a. g.. Mitä vitkuttelu on? Luettavissa: <https://opinvoimala.fi/sivu/mita-vitkuttelu-on>. Luettu: 4.5.2025.

Opinvoimala s.a. h. Huijariajattelu. Luettavissa: <https://www.opinvoimala.fi/sivu/huijariajattelu>. Luettu: 4.5.2025.

Pietikäinen, A. 2021. Joustava mieli ja hyvän itsetunnon ABC. Onni-sarja. 1.painos. Kustannus Oy Duodecim ja Arto Pietikäinen.

Rodríguez, R. 22.12.2022. Perfektionismi töissä ei ole hyve. Mielenihmeet. Luettavissa: <https://mielenihmeet.fi/perfektionismi-toissa-ei-ole-hyve/>. Luettu: 20.2.2025.

LIITTEET

Liite 1 Kyselypohja

Liite 2 Avoimet vastaukset 1/3

Liite 3 Avoimet vastaukset 2/3

Liite 4 Avoimet vastaukset 3/3

Liite 5 "Mitä eroja huomaat" kysymysten kuvat 1 ja 2

Liite 6 "Mitä eroja huomaat" kysymysten kuvat A ja B

Liite 1. Kyselypohja

ID	Alkamisaika	Valmistumisaika	Sähköposti
6	4.26.25 13:51:45	4.26.25 13:56:00	anonymous
7	4.26.25 14:01:31	4.26.25 14:04:57	anonymous
8	4.26.25 14:03:41	4.26.25 14:06:27	anonymous
9	4.26.25 14:07:05	4.26.25 14:18:15	anonymous
10	4.26.25 14:16:05	4.26.25 14:21:43	anonymous
11	4.26.25 15:14:45	4.26.25 15:30:02	anonymous
12	4.26.25 17:31:44	4.26.25 17:34:24	anonymous
13	4.26.25 17:48:17	4.26.25 17:52:36	anonymous
14	4.26.25 21:35:42	4.26.25 21:40:30	anonymous
15	4.27.25 13:53:51	4.27.25 14:03:17	anonymous
16	4.27.25 15:08:02	4.27.25 15:11:27	anonymous
17	4.27.25 18:49:41	4.27.25 18:53:59	anonymous
18	4.27.25 20:44:16	4.27.25 20:57:05	anonymous
19	4.28.25 8:37:17	4.28.25 8:50:08	anonymous
20	4.28.25 11:31:41	4.28.25 11:42:51	anonymous
21	4.28.25 11:44:01	4.28.25 11:47:52	anonymous
22	4.28.25 14:44:13	4.28.25 14:56:22	anonymous
23	4.28.25 15:18:18	4.28.25 15:24:55	anonymous
24	4.28.25 15:23:56	4.28.25 15:30:08	anonymous
25	4.28.25 15:55:26	4.28.25 16:00:35	anonymous
26	4.28.25 16:19:02	4.28.25 16:26:14	anonymous
27	4.28.25 16:35:26	4.28.25 16:47:54	anonymous
28	4.28.25 17:04:26	4.28.25 17:08:49	anonymous
29	4.28.25 17:09:15	4.28.25 17:13:05	anonymous
30	4.28.25 20:50:11	4.28.25 20:54:46	anonymous
31	4.28.25 20:48:44	4.28.25 21:09:43	anonymous
32	4.29.25 0:03:01	4.29.25 0:06:58	anonymous
33	4.29.25 13:30:55	4.29.25 13:40:44	anonymous
34	4.30.25 21:16:25	4.30.25 21:20:57	anonymous
35	5.2.25 8:51:09	5.2.25 8:53:48	anonymous
36	5.2.25 16:23:08	5.2.25 16:33:35	anonymous
37	5.2.25 16:43:27	5.2.25 16:45:34	anonymous
38	5.2.25 17:01:50	5.2.25 17:04:12	anonymous
39	5.2.25 19:19:10	5.2.25 19:21:17	anonymous
40	5.2.25 20:06:53	5.2.25 20:11:23	anonymous
41	5.2.25 23:10:45	5.2.25 23:14:21	anonymous

Nimi	Ikä	Sukupuoli	Kokemus visuaalisesta a
	26-35	Nainen	Työskentelen visuaalisell
	15-25	Mies	En työskentele tai opiske
	15-25	Nainen	En työskentele tai opiske
	26-35	Nainen	Minulla on visuaalisen al
	26-35	Mies	En työskentele tai opiske
	26-35	Nainen	Työskentelen visuaalisell
	36-45	Mies	En työskentele tai opiske
	45+	Nainen	En työskentele tai opiske
	26-35	Mies	En työskentele tai opiske
	45+	Nainen	Työskentelen visuaalisell
	26-35	Nainen	Minulla on visuaalisen al
	45+	Nainen	Työskentelen visuaalisell
	45+	Nainen	Työskentelen visuaalisell
	26-35	Mies	Työskentelen visuaalisell
	26-35	Nainen	Työskentelen visuaalisell
	36-45	Mies	Työskentelen visuaalisell
	26-35	Nainen	Minulla on visuaalisen al
	26-35	Nainen	Työskentelen visuaalisell
	26-35	Nainen	Minulla on visuaalisen al
	36-45	Mies	Työskentelen visuaalisell
	45+	Mies	Työskentelen visuaalisell
	36-45	Mies	En työskentele tai opiske
	45+	Mies	Työskentelen visuaalisell
	36-45	Mies	Työskentelen visuaalisell
	26-35	Mies	Työskentelen visuaalisell
	26-35	Nainen	En työskentele tai opiske
	26-35	Nainen	Minulla on visuaalisen al
	36-45	Mies	Työskentelen visuaalisell
	26-35	Mies	En työskentele tai opiske
	45+	Nainen	En työskentele tai opiske
	45+	Nainen	En työskentele tai opiske
	26-35	Nainen	En työskentele tai opiske
	45+	Mies	En työskentele tai opiske
	45+	Nainen	En työskentele tai opiske
	45+	Mies	En työskentele tai opiske
	26-35	Nainen	En työskentele tai opiske

Huomaatko asettavasi it	Teetkö pieniä muutoksi	Onko sinulla epäonnistu	Tuntuuko sinusta vaikea
Kyllä, usein	Kyllä, usein	Kyllä, jatkuvasti	Kyllä, usein
le visuaalisella alalla			
le visuaalisella alalla			
Kyllä, usein	Kyllä, usein	Kyllä, usein	Kyllä, usein
le visuaalisella alalla			
Kyllä, jatkuvasti	Kyllä, jatkuvasti	Kyllä, jatkuvasti	Kyllä, jatkuvasti
le visuaalisella alalla			
le visuaalisella alalla			
le visuaalisella alalla			
Kyllä, usein	Kyllä, jatkuvasti	Joskus	Kyllä, jatkuvasti
Kyllä, usein	Kyllä, jatkuvasti	Kyllä, usein	Kyllä, usein
Kyllä, usein	Joskus	Kyllä, usein	Joskus
Kyllä, usein	Kyllä, usein	Joskus	Kyllä, usein
Kyllä, usein	Joskus	Joskus	Joskus
Kyllä, jatkuvasti	Kyllä, jatkuvasti	Kyllä, usein	Kyllä, usein
Harvoin	Kyllä, usein	Joskus	Joskus
Kyllä, usein	Kyllä, usein	Kyllä, usein	Kyllä, usein
Joskus	Kyllä, usein	Joskus	Joskus
Kyllä, jatkuvasti	Kyllä, usein	Kyllä, jatkuvasti	Kyllä, jatkuvasti
Kyllä, usein	Kyllä, jatkuvasti	Joskus	Harvoin
Joskus	Kyllä, jatkuvasti	Joskus	Joskus
le visuaalisella alalla			
Joskus	Kyllä, usein	Joskus	Joskus
Kyllä, usein	Joskus	Kyllä, usein	Harvoin
Kyllä, jatkuvasti	Kyllä, usein	Kyllä, usein	Kyllä, usein
le visuaalisella alalla			
Kyllä, usein	Kyllä, jatkuvasti	Kyllä, usein	Kyllä, jatkuvasti
Joskus	Kyllä, usein	Joskus	Harvoin
le visuaalisella alalla			
le visuaalisella alalla			
le visuaalisella alalla			
le visuaalisella alalla			
le visuaalisella alalla			
le visuaalisella alalla			
le visuaalisella alalla			
le visuaalisella alalla			
le visuaalisella alalla			

Oletko käyttänyt enemmän	Milloin olet tyytyväinen	Onko sinun vaikea näyttää	Oletko kriittinen omia t
Kyllä, usein	Kun se näyttää täydellise	Kyllä	Kyllä
Kyllä, usein	Kun saan positiivista pala	Kyllä	Kyllä
Kyllä, jatkuvasti	Kun joku toinen sanoo ty	Ei	Kyllä
Kyllä, jatkuvasti	Kun se on valmis annetu	Ei	Kyllä
Kyllä, usein	Kun se tuntuu itsestäni r	Ei	Kyllä
Joskus	Kun se on valmis annetu	Ei	Kyllä
Kyllä, usein	Kun se tuntuu itsestäni r	Kyllä	Kyllä
Kyllä, usein	Kun se on valmis annetu	Ei	Kyllä
Kyllä, jatkuvasti	En koskaan;Kun se näytt	Kyllä	Kyllä
Harvoin	Kun se on valmis annetu	Ei	Kyllä
Kyllä, usein	Kun se on valmis annetu	Kyllä	Kyllä
Kyllä, usein	Kun se on valmis annetu	Ei	Kyllä
Kyllä, jatkuvasti	En koskaan;	Kyllä	Kyllä
Kyllä, usein	Kun saan positiivista pala	Kyllä	Kyllä
Kyllä, jatkuvasti	Kun se tuntuu itsestäni r	Ei	Kyllä
Kyllä, usein	Kun se on valmis annetu	Ei	Kyllä
Joskus	Kun se on valmis annetu	Ei	Kyllä
Kyllä, usein	En koskaan;Kun joku toin	Kyllä	Kyllä
Kyllä, jatkuvasti	Kun se näyttää täydellise	Kyllä	Kyllä
Harvoin	Kun joku toinen sanoo ty	Ei	En

Mitätöitkö saamaasi posTuntuuko sinusta, että mPelkäätkö, että oma osa Koetko painetta/velvolli

Kyllä, usein	Kyllä, usein	Kyllä, jatkuvasti	Kyllä, usein
Joskus	Joskus	Joskus	Kyllä, usein
Joskus	Kyllä, usein	Kyllä, usein	Kyllä, jatkuvasti
Harvoin	Harvoin	Harvoin	Harvoin
Kyllä, usein	Kyllä, jatkuvasti	Kyllä, usein	Kyllä, jatkuvasti
Joskus	Kyllä, jatkuvasti	Harvoin	Kyllä, usein
Harvoin	Kyllä, usein	Joskus	Kyllä, usein
Harvoin	Joskus	Harvoin	Joskus
Kyllä, jatkuvasti	Joskus	Kyllä, usein	Kyllä, jatkuvasti
Harvoin	Joskus	Harvoin	Harvoin
Kyllä, usein	Kyllä, usein	Kyllä, jatkuvasti	Kyllä, usein
Harvoin	Joskus	Harvoin	Kyllä, usein
Kyllä, usein	Kyllä, jatkuvasti	Kyllä, jatkuvasti	Kyllä, jatkuvasti
Harvoin	Kyllä, usein	Harvoin	Joskus
Harvoin	Harvoin	En koskaan	En koskaan
Harvoin	Joskus	Joskus	Kyllä, usein
Harvoin	Kyllä, usein	Kyllä, usein	Joskus
Kyllä, usein	Kyllä, usein	Kyllä, usein	Kyllä, usein
Kyllä, usein	Kyllä, jatkuvasti	Joskus	Kyllä, jatkuvasti
Harvoin	Joskus	En koskaan	Joskus

Syntyykö tämä paine/ve Vaihtuuko itse työn aloi		Kiinnitätö huomiota m	Oletko huomannut pain
Itsestäni;Ulkopuolelta;	Joskus	Kyllä, usein	Kyllä, usein
		Joskus	Kyllä, joskus
		Joskus	Kyllä, joskus
Itsestäni;	Kyllä, usein	Kyllä, usein	Kyllä, usein
		Joskus	Kyllä, joskus
Itsestäni;	Kyllä, usein	Kyllä, usein	Kyllä, usein
		Kyllä, usein	Kyllä, joskus
		Kyllä, usein	Kyllä, joskus
		Kyllä, usein	Kyllä, usein
	Joskus	Kyllä, usein	Kyllä, joskus
Itsestäni;	Joskus	Kyllä, jatkuvasti	Kyllä, jatkuvasti
Itsestäni;	Joskus	Kyllä, usein	Kyllä, joskus
Itsestäni;	Kyllä, usein	Kyllä, jatkuvasti	Kyllä, jatkuvasti
Itsestäni;	Kyllä, usein	Kyllä, jatkuvasti	Kyllä, joskus
Itsestäni;	Joskus	Kyllä, usein	Kyllä, usein
	Joskus	Kyllä, usein	Kyllä, jatkuvasti
Itsestäni;	Joskus	Kyllä, usein	Kyllä, joskus
Itsestäni;	Ei koskaan	Kyllä, jatkuvasti	Kyllä, usein
Itsestäni;	Kyllä, usein	Kyllä, usein	Kyllä, joskus
Itsestäni;	Kyllä, usein	Joskus	Kyllä, jatkuvasti
	Ei koskaan	Kyllä, usein	Kyllä, joskus
		Kyllä, usein	Kyllä, joskus
Itsestäni;Ulkopuolelta;	Joskus	Kyllä, jatkuvasti	Kyllä, usein
Itsestäni;	Joskus	Kyllä, usein	Kyllä, usein
Itsestäni;	Kyllä, usein	Joskus	Kyllä, joskus
		Kyllä, usein	Kyllä, usein
Ulkopuolelta;Itsestäni;	Kyllä, jatkuvasti	Kyllä, jatkuvasti	Kyllä, jatkuvasti
Itsestäni;	Harvoin	Joskus	Harvoin
		Kyllä, usein	Harvoin
		Kyllä, usein	Kyllä, joskus
		Kyllä, usein	Kyllä, joskus
		Kyllä, usein	Kyllä, joskus
		Harvoin	Kyllä, joskus
		Joskus	Kyllä, joskus
		Joskus	Kyllä, joskus
		Kyllä, usein	Kyllä, usein

Kuinka paljon sinua häir	Millaisia virheitä tai epä	Huomaatko selkeää ero	Mitä eroja kuvien 1 ja 2
Paljon	Kirjoitusvirheitä, väärin k	Kyllä	
Vain vähän	Kirjoitusvirheitä	En	
Paljon		En	
Vain vähän		Kyllä	Fontti, tähden koko ja si
Vain vähän	Tavutus, pilkutus, tekstin	En	
Paljon		Kyllä	Menessä sanan alla sini
Paljon		Kyllä	Fontti / kirjainten välitys
Vain vähän	Kirjoitusvirheitä	En	
Paljon	Kirjoitusvirheitä, yhdys	Kyllä	Eri fontti ja taustan muo
Paljon	Kaikenlaista pientä	Kyllä	Häiritsevää asettelua
Paljon		Kyllä	Fonteissa on eroa.
Jonkin verran	Kirjoitusvirheitä	Kyllä	Eri fontti
Paljon	Sommittelu, kirjainten v	Kyllä	Eri kirjasinperhe, menne
Ei lainkaan	Harkitsematon kontrasti	Kyllä	Erlainen kirjaintyyppi "O
Vain vähän	Väärin asetellut element	Kyllä	Otsikon väri, tähden kok
Jonkin verran	Huonoja asetteluja, värv	Kyllä	Fontit
Jonkin verran		Kyllä	Ainakin tekstit näyttävät
Paljon	Kirjoitusvirheitä, kieliopp	Kyllä	Fontit
Jonkin verran		Kyllä	Tähti on eri kokoinen, lai
Jonkin verran		Kyllä	
Vain vähän	Kielioppi tai vaikka hinta	En	
Jonkin verran	Sivut eivät asemoidu mo	Kyllä	Fontti on eri. "Menessä
Jonkin verran		Kyllä	fonttivalinta, välistys
Jonkin verran		En	
Jonkin verran		Kyllä	Fontit on eri. "Mato" on
Jonkin verran	Valokuva ei skaalaannu o	Kyllä	Ensimmäinen kuva on ha
Paljon		Kyllä	fontti, laine-elementti
		Kyllä	Päivämäärän lihavointi ja
		Kyllä	Tekstin koko, fontti ja vä
Paljon		En	
Jonkin verran	Teksti ei ole oikeaa suom	Kyllä	2:n teksti on jotenkin sel
Jonkin verran		Kyllä	Tekstin väri
Jonkin verran	Kirjoitusvirheitä tai virhe	En	
Erittäin paljon	-	En	
Jonkin verran	Olen tarkka suomenkiele	En	
Vain vähän	Kirjoitusvirheitä, kuva ei	En	

Huomaatko selkeää ero	Mitä eroja kuvien A ja B	Huomaisitko eron loppu	Vaikuttaako visuaalisen
Kyllä		En osaa sanoa	Erittäin paljon
En		En osaa sanoa	Kohtuullisesti
En		En osaa sanoa	Paljon
En		En osaa sanoa	Vain vähän
En		En osaa sanoa	Paljon
Kyllä	Vasemman kuvan (A) pu	En osaa sanoa	Kohtuullisesti
En		En	Erittäin paljon
Kyllä	A: ssa isompi fontti	En	Kohtuullisesti
En		En osaa sanoa	Kohtuullisesti
Kyllä	Asettelu	En	Paljon
Kyllä	Asettelussa on eroa	Kyllä	Erittäin paljon
En		En osaa sanoa	Vain vähän
Kyllä	Vasemman yläkulman pi	En osaa sanoa	Erittäin paljon
Kyllä	"Osallistu sinäkin kilpailu	En osaa sanoa	Kohtuullisesti
Kyllä	Kynän kärki puuttuu tai o	En	Kohtuullisesti
Kyllä	otsikkofontti	En osaa sanoa	Paljon
Kyllä	Vihreä pallo on toisessa l	En osaa sanoa	Paljon
Kyllä	Värien kirkkausero, ja fo	En osaa sanoa	Paljon
Kyllä	Värialueissa eroja, kynäs	En osaa sanoa	Paljon
Kyllä		Kyllä	Kohtuullisesti
Kyllä	Vihreä pallo eri paikassa	En osaa sanoa	Kohtuullisesti
En		En osaa sanoa	Kohtuullisesti
Kyllä	pieni asemointi/taitoero	En osaa sanoa	Kohtuullisesti
Kyllä	Ärsyttävä tangentti kuva	En	Kohtuullisesti
Kyllä	Elementtien välillä on eri	En osaa sanoa	Paljon
En		En osaa sanoa	Paljon
En		En	Paljon
Kyllä	Päivämäärän fontti.	En	Vain vähän
En		En osaa sanoa	Kohtuullisesti
En		En osaa sanoa	Paljon
Kyllä	B:ssä teksti erottuu miel	En osaa sanoa	Paljon
Kyllä		En	Paljon
Kyllä	Vihreän pallon sijoittelu	En osaa sanoa	Kohtuullisesti
En		En	Kohtuullisesti
En		En osaa sanoa	Paljon
En		En osaa sanoa	Kohtuullisesti

Koetko, että nykymaailm

Kyllä
En osaa sanoa
Kyllä
En osaa sanoa
En osaa sanoa
Kyllä
Ei
En osaa sanoa
Kyllä
En osaa sanoa
Kyllä
Kyllä
Kyllä
Kyllä
Kyllä
En osaa sanoa
Kyllä
En osaa sanoa
Kyllä
Kyllä
Ei
Kyllä
En osaa sanoa
Kyllä
Kyllä
En osaa sanoa
Kyllä
Ei
Kyllä
En osaa sanoa
Kyllä
Kyllä
En osaa sanoa
En osaa sanoa
En osaa sanoa
Kyllä

Millaisia virheitä tai epätarkkuuksia olet huomannut?

Visuaalisen alan edustajat	Muiden alojen edustajat
Kirjoitusvirheitä, väärin kohdistettuja elementtejä suhteessa muihin.	Kirjoitusvirheitä
Kaikenlaista pientä	Tavutus, pilkutus, tekstin varjostus tai kirjainten selkeys
Kirjoitusvirheitä	Kirjoitusvirheitä
Sommittelu, kirjainten välitys, marginaalit, elementtien yhteensopimattomuus, typografia, elementtien keskinäinen järjestys/yhteensopivuus, värit	Kirjoitusvirheitä, yhdyssanavirheitä, valkoisia "reunoja" ja taustan kanssa liian saman väristä tekstiä.
Harkitsematon kontrasti (värit ja sävyt), Ei-intuitiivinen / vaikeaselkoinen visuaalinen hierarkia (asettelu, sommittelu). Äärimmäisissä tapauksissa painotuotteissa esim. riittämätön resoluutio.	Sivut eivät asemoidu mobiililaitteella oikein. Samsung Android puhelimen selaimen tumma teema muuttaa nettisivujen elementit läpikuultaviksi. Elokuissa CGI:n ylikäyttö, esim. joka supersankari elokuvissa kypärät kasaantuvat naaman päälle sen sijaan että olisivat oikeesti puettavia proppeja. Al:lla tuotetut kuvat näkyvät selvästi muutamissa ohjelmissa (esim. Tämä oli Tämä) ja elokuvissa (Late Night With The Devil).
Väärin asetellut elementit. Tasoerot. Helppokäyttöisyys elementtien kuten tabulatuuri siirtymisen järjestyksen puuttuminen. Välitysten epäjohdonmukaisuudet. Päivämäärien kirjoitusasu.	Valokuva ei skaalaannu oikein verkkosivulla tai on muutoin epätarkka.
Huonoja asetteluja, värvirheutä yms	Teksti ei ole oikeaa suomenkieltä.
Kirjoitusvirheitä, kielioppivirheitä, outoja kuvavalintoja tai sommitelmia.	Kirjoitusvirheitä tai virheitä kuvassa
Kielioppi tai vaikka hinta väärä. Tekstin ja taustan kontrastottomuus jolloin tekstiä vaikea lukea	-
	Olen tarkka suomenkielen oikeinkirjoituksesta. Häiritsee jos mainoksessa on tahattomasti käytetty ns. nykykieltä, katuslangia jne.
	Kirjoitusvirheitä, kuva ei ole rajattu järkevästi/tarkasti

Mitä eroja kuvien 1 ja 2 välillä huomasit?

Visuaalisen alan edustajat

Fontti, tähden koko ja sinisen aallon pituus

Mennessä sanan alla sininen viiva loppuu kesken kuvassa 1. (Minusta ainakin kuvan 2 viiva näyttää ehjällä ja kuvassa 1, että jää kesken. Voihan se olla jonkun mielestä että kuvan 1 viiva on "oikea" ja kuvan 2 liian pitkä.) Lisäksi tekstit kuvissa eri fonteilla. Kuvan 2 tähti näyttää pienemmältä.

Häiritsevää asettelua

Fonteissa on eroa.

Eri fontti

Eri kirjasinperhe, mennessä sanan alla olevissa kaarielementit erilaiset loppuosassa, kynän yläpuolella tähdet erin kokoiset

Erlainen kirjaintyyppi "Osallistu sinäkin kilpailuun"-tekstissä.

fonttivalinta, välistys

Otsikon väri, tähden koko ja sijainti, tekstin paino mennessä osiossa, sininen alleviivaus erilainen, vihreä ympyrä vaikuttaa olevan eri paikassa, mutta johtuu varmaan punaisesta taustasta

Fontit

Ainakin tekstit näyttävät erilaisilta ja taustan värialueet ovat paikoin vähän eri muotoisia. Tekstin alla oleva kiemura on erilainen.

Fontit

Tähti on eri kokoinen, laineileva viiva on erilainen, teksti on eri värinen, kynä on eri värinen, fonteissa on eroa, värialueissa eroja

Fontit on eri. "Mato" on eri mittainen. Tähti on eri kokoinen.

fontti, laine-elementti

Päivämäärän lihavointi ja otsikon fontti. Alaosan kiemura erilainen.

Muiden alojen edustajat

Fontti / kirjainten välitys

Eri fontti ja taustan muodot.

Fontti on eri. "Mennessä" teksti vie enemmän tilaa 1. kuvassa.

Ensimmäinen kuva on haaleamman värinen ja kontrasti on matalampi.

Tekstin koko, fontti ja väri, tähden koko

2:n teksti on jotenkin selkeämpi

Tekstin väri

Mitä eroja kuvien A ja B välillä huomasit?

Visuaalisen alan edustajat

Vasemman kuvan (A) punainen osuus on pienempi ja vihreä pallo lähempänä vasenta sivua.

Asettelu

Asettelussa on eroa

Vasemman yläkulman pinkki alue erin kokoinen, joka vaikuttaa sen vieressä olevaan keltaiseen alueeseen. A-kuvan kynän terän koko pienempi. Oikean alakulman keltaiset alueet eri kokoiset.

"Osallistu sinäkin kilpailuun"-tekstin sommittelu tai koko. Vihreän pallon sommittelu poikkeaa.

Kynän kärki puuttuu tai on taustan kanssa saman värinen, vihreä ympyä/tausta, päivämäärissä eri fontti tai pisteet erilaiset

otsikkofontti

Vihreä pallo on toisessa lähempänä reunaa. Taustan värialueet ovat taas vähän eri muotoisia

Värien kirkkausero, ja fontti tai sen tyylittely.

Värialueissa eroja, kynässä värieroa

Vihreä pallo eri paikassa toisessa kuvassa

pieni asemointi/taitoero

Ärsyttävä tangentti kuvassa B, vihreällä pallolla

Elementtien välillä on eri määrä tilaa

Päivämäärän fontti.

Muiden alojen edustajat

A: ssa isompi fontti

B:ssä teksti erottuu mielestäni selvemmin.

Vihreän pallon sijoittelu

Liite 5. "Mitä eroja huomaat" kysymysten kuvat 1 ja 2.



1



2

Kuvassa esiintyvät muutokset (kuva2) voidaan tiivistää seuraavasti:

Käytössä on kolme eri fonttia, ja ylempi teksti on sijoitettu viisi pykälää alemmaksi kuin alempi.

Sininen alue on suurennettu.

Vihreä pallo on siirretty oikealle.

Värit paletissa ovat nyt samankokoisia.

Tähti on pienennetty.

Sinistä viivaa on jatkettu.

Valkoiset osat kuvassa ovat kirkastettu eli tehty valkoisemmiksi

Liite 6. "Mitä eroja huomaat" kysymysten kuvat A ja B.



A



B

Kuvassa esiintyvät muutokset (kuva B) voidaan tiivistää seuraavasti:

Käytössä on kaksi eri fonttia.

Teksti on siirretty seitsemän pykälää vasemmalle.

Sana "Kilpailu" on 2 pykälää isommalla fontilla.

Iso teksti on siirretty viisi pykälää alaspäin.

Palettia on käännetty vinoon.

Kynän sininen väri on vaalennettu.

Vihreä pallo on siirretty oikealle.

Kynää on käännetty pystympään asentoon.

Keltaisen alueen muotoa on loivennettu, tehden siitä pyöreämmän.

Sinistä ympyrää on kavennettu ja sen reunasta puuttuu paloja.

Oranssit pallot ovat hieman vasemmammalla kuin aiemmin.

Sininen alue on isompi.

Keltainen alue ylhäällä on pienempi.