Satakunnan ammattikorkeakoulu
Satakunta University of Applied Sciences

ELISABET VUORINEN

# Kainon narratiiviset tunnekortit

## Mielenterveyden edistämisen työväline sosiaalialalle

SOSIAALIALAN TUTKINTO-OHJELMA
2025

TIIVISTELMÄ

Vuorinen, Elisabet: Kainon narratiiviset tunnekortit. Mielenterveyden edistämisen työväline sosiaalialalle
Opinnäytetyö, AMK
Sosiaaliala
Syyskuu 2025
Sivumäärä: 74

Toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena oli kehittää narratiiviset tunnekortit mielenterveyttä edistäväksi työvälineeksi. Ne on tarkoitettu erityisesti sosiaalialan asiakastyöhön. Tunnekorttien erityispiirteenä on assosiaatioon perustuva lähestymistapa, jossa sukupuolisensitiivinen luurankohahmo toimii samaistumisen välineenä. Sensitiivinen kuvailmaisu ei korosta ikää, etnistä, kulttuurista tai uskonnollista taustaa. Kuvien herättämät tunteet ja muistot voivat helpottaa asiakkaan tunneilmaisua ja vuorovaikutusta ammattilaisen kanssa. Tunnekorttityöskentely tukee myös asiakkaan reflektiotaitojen kehittymistä.

Opinnäytetyössä hyödynnettiin tutkimuksellista otetta kyselytutkimuksen ja ammattilaispalautteiden muodossa. Tulosten perusteella kortit soveltuvat erityisesti päihde- ja mielenterveystyöhön. Lisäksi tuloksissa todettiin korttien soveltuvan myös lastensuojelun ja rikosseuraamusalan asiakastyöhön. Ikäryhminä sopivimmiksi nähtiin yläkouluikäiset ja aikuissosiaalityö. Ammattilaispalautteessa todettiin korttien voivan toimia keskustelun tukena identiteettiin, elämäntilanteeseen tai ihmissuhteisiin liittyvissä tilanteissa. Lisäksi ammattilaisten palautteissa nousi esille mahdollisuus käyttää kortteja rekrytointitilanteessa sekä luovassa ilmaisussa. Tuloksissa kehotettiin huomioimaan tilannekohtaista harkintaa lapsien, vanhuksien ja erityisen herkkien ihmisten kanssa toimittaessa. Palautteissa korostettiinkin ammattilaisen hyvää tunnetaitoosaamista ja asiakkaan yksilöllisyyden sekä elämäntilanteen huomioimista.

Korttien sisältö arvioitiin kyselytutkimuksen sekä ammattilais- ja asiakaspalautteen perusteella eettisesti sopiviksi, eikä niiden sisältöä pidetty loukkaavana. Asiakaspalautteissa ilmeni, että vanhemmissa ikäryhmissä on ennakkoluuloja luurankohahmoa kohtaan. Tämä korostaa asiakkaan mielipiteen huomioon ottamista tunnekorttityöskentelyssä.

Palautteista kävi ilmi, että assosiaatioon perustuvilla tunnekorteilla on selkeä tarve sosiaalialan asiakastyössä.

Avainsanat: luuranko, sosiaalityö, tulkinta, valokuvaterapia

ABSTRACT

Vuorinen, Elisabet: Kaino’s narrative emotion cards. A resource for promoting mental health in social work
Bachelor`s thesis
Degree programme
September 2025
Number of pages: 74

The aim of the functional thesis was to develop narrative emotion cards as a tool to promote mental health promotion. The cards are specifically intended for client work in the social services sector. A distinctive feature of the cards is their association-based approach, in which a gender-sensitive skeleton character serves as a medium for identification. The sensitive visual expression avoids emphasizing age, ethnicity, cultural, or religious background. The emotions and memories evoked by the images can facilitate the client's emotional expression and interaction with the professionals. The emotion cards also support the development of the client’s reflection skills.

The thesis used a research approach in the form of a questionnaire and feedback from professionals. Based on the results, the cards are particularly suitable for substance abuse and mental health work. In addition, the results mentioned client work in child protection and criminal sanctions client work. The age groups considered most suitable were lower secondary school students and adult social work clients. Professional feedback indicated that the cards support discussions related to identity, life situations, or interpersonal relationship. Furthermore, professionals suggested that the cards could be used in recruitment situations or creative expressions. The results emphasized the importance of situational judgement while working the cards with children, the elderly, and particularly vulnerable individuals. The feedback emphasised the importance of the professional’s emotional competence and the need to consider the client’s individuality and life situation.

Based on the survey, professional and customer feedback, the content of the cards was judged to be ethically appropriate and not considered offensive. However, some prejudice toward the skeleton character was observed in older age groups. This emphasize taking the client's opinion into account when working with emotion cards.

The feedback indicated a clear need for association-based emotion cards in social work client interactions.

Keywords: skeleton, social work, interpretation, phototherapy

# ALKUSANAT

Valokuvasta tulee siten omituinen *väline,*
uusi hallusinaation muoto:
valheellinen havainnon tasolla,
mutta tosi ajan tasolla:
jonkinlainen ajallinen hallusinaatio,
vaatimaton, *jaettu*
(yhtäältä ”se ei ole siinä”, mutta toisaalta ”se on kyllä ollut”):
hullu kuva,
todellisuuden *koskettama*.

Roland Barthes, Valoisa huone

SISÄLLYS

1 JOHDANTO ... 7
2 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUSTAPA ... 8
2.1 Toiminnallinen opinnäytetyö ... 8
2.2 Tekoälyn käyttö opinnäytetyössä ... 8
2.3 Opinnäytetyön tausta ja tavoitteet ... 9
3 KÄSITTEET ... 10
3.1 Narratiivi eli kertomus ... 10
3.2 Tunteet kehossa ... 10
3.3 Empatia ... 12
3.4 Sosionomi ja sosiaalialan työ ... 13
3.5 Valokuvaterapeuttinen työskentely ... 14
3.6 Terapeuttiset valokuvat ... 15
3.6.1 Näköaisti ja valokuvien tulkinta ... 16
3.6.2 Valokuva muistikuvien herättäjänä ... 16
3.6.3 Teknisen toteutuksen vaikutus kuvan tulkintaan ... 17
3.7 Luovuus ... 18
4 TUNNEKORTTIEN TYÖSTÄMISEN PROSESSI ... 19
4.1 Tunnekorttien suunnitteluprosessi ... 19
4.2 Kuvausprosessi ... 22
4.3 Palautteen keräämisen toteuttaminen ... 26
4.4 Tekijänoikeudet ... 28
5 PALAUTE ... 30
5.1 Ammattilaispalaute ... 31
5.1.1 Korttien käyttötapa ja kohderyhmä ... 31
5.1.2 Korttien sisältö ja määrä ... 34
5.1.3 Kuvien eettisyys ... 39
5.1.4 Muita esille tulleita asioita ... 39
5.2 Asiakaspalaute ... 40
5.2.1 Miten kuvat ja luurankohahmo koettiin ... 40
5.2.2 Kuvien koetut tunteet, muistot ja tarinat ... 41
5.2.3 Kuvien lisääminen ja poistaminen ... 43
5.3 Sataedun opiskelijapalaute ... 45
5.3.1 Tunnekorttien sisältö ... 46
5.3.2 Tunnekortit ja asiakasryhmät ... 47
5.3.3 Tunnekorttien määrä ja hahmo ... 48

5.3.4 Kehitysehdotukset ja huomiot koekäytössä ..... 49
6 JOHTOPÄÄTÖKSET ..... 51
6.1 Eettisyys ..... 51
6.2 Korttien kohde- ja ikäryhmä ..... 53
7 POHDINTA ..... 55
8 KIITOKSET ..... 58
LÄHTEET ..... 59
LIITE 1: KIRJE PALAUTTEENANTAJALLE / AMMATTILAINEN ..... 64
LIITE 2: KIRJE PALAUTTEENANTAJALLE / ASIAKAS ..... 66
LIITE 3: KIRJE REHTORI ANNE LAINEELLE ..... 69
LIITE 4: SATAEDUN TUTKIMUSKYSELYN TULOKSET ..... 71

# 1 JOHDANTO

Valtaosa suomalaisista kokee jossain vaiheessa elämäänsä mielenterveyden häiriöitä. Mielenterveystyössä tarvitaan uudenlaisia työvälineitä, jotka tukevat ja mahdollistavat asiakkaan emotionaalista ilmaisua turvallisella ja sensitiivisellä tavalla. Toiminnallisen opinnäytetyöni tavoitteena oli kehittää narratiiviset tunnekortit mielenterveyden edistämiseksi sosiaalialan työhön. Tunnekorteissa on assosiaatioon perustuva lähestymistapa, jossa sukupuolisensitiivinen luurankohahmo toimii samaistumisen välineenä. Sensitiivisyys kuvailmaisussa mahdollistaa korttien käytön monimuotoisissa asiakastilanteissa. Tunnekorttien tarkoituksena on auttaa asiakasta tunneilmaisussa ja vuorovaikutuksessa sekä tukea reflektointitaitojen kehittymistä.

Opinnäytetyössä hyödynnettiin tutkimuksellista otetta Sataedussa suoritetun kyselytutkimuksen ja ammattilaispalautteiden muodossa. Tuloksissa nousi pääasialliseksi asiakasryhmäksi päihde- ja mielenterveystyön asiakkaat, lisäksi mainittiin lastensuojelu ja rikosseuraamusala. Ikäryhmistä sopivimmiksi nähtiin yläkouluikäiset ja aikuiset. Ammattilaispalautteissa korostettiin korttien käyttömahdollisuuksia identiteettiin, elämäntilanteeseen ja ihmissuhteisiin liittyvissä keskusteluissa sekä luovassa ilmaisussa.

Kortit arvioitiin eettisesti sopiviksi, mutta vanhemmissa ikäryhmissä havaittiin ennakkoluuloja luurankohahmoa kohtaan. Palautteissa muistutettiin tilannekohtaista harkintaa työskenneltäessä erityisen herkkien asiakkaiden kanssa. Lisäksi painotettiin ammattilaisen vahvaa tunnetaito-osaamista sekä asiakkaan mielipiteen, yksilöllisyyden ja elämäntilanteen huomioimista.

Palautteiden perusteella assosiaatioon perustuville tunnekorteille on selkeä tarve sosiaalialan asiakastyössä, koska ne tarjoavat uudenlaisen työvälineen tunneilmaisun ja vuorovaikutuksen tukemiseen.

# 2 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUSTAPA

## 2.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteet ovat saavutettavissa huolellisella työskentelyllä. Se vaatii tarkkaa kirjaamista teoriatiedon, muistiinpanojen, tiedonantojen sekä kaikesta, mikä liittyy opinnäytetyöhön. Opinnäytetyössäni käytetään väljästi tutkimuksellista otetta, koska tuotteen kohderyhmä ei ole selvillä. (Vilkka & Airaksinen, 2003, s. 20–22, 40.)

Opinnäytetyöni lopputuloksen käytettävyys ja ammatillinen merkittävyys vaativat palautteen sosiaali- ja terveysalan ammattihenkilöiltä. Eettisesti luotettava tutkimusaineisto kerättiin sähköisesti Microsoftin Forms-kyselykaavakkeella Sataedun sosiaalialan opiskelijoilta. Ammattilais- ja asiakaspalautteet toteutettiin pääsääntöisesti sähköpostitse. Haastattelin henkilökohtaisesti muutamaa asiakasta sekä yhtä ammattihenkilöä. Ammattihenkilöt olivat minulle ennestään tuttuja opintojen ja työpaikkojen kautta. Asiakashenkilöiden palautekyselyn toteutin lähipiirissä, jotta tunnekorttien ideaa ei käytetty luvattomasti ennen tavaramerkkirekisteröintiä.

Toiminnallisessa opinnäytetyössä ei välttämättä analysoida tutkimuskysymyksien vastauksia yhtä tarkasti ja järjestelmällisesti kuin virallisissa tutkimuksellisissa opinnäytetöissä. Toiminnallisissa opinnäytetöissä haastattelut ja palautteet toimivat päättelyn ja argumentoinnin tukena, jolloin teorian ja opinnäytetyön keskusteleva osuus vahvistuu. (Vilkka & Airaksinen, 2003, s. 56–58.)

## 2.2 Tekoälyn käyttö opinnäytetyössä

Olen käyttänyt opinnäytetyössäni Microsoftin Copilot sovellusta opinnäytetyössäni. Käyttötarkoitukset ovat olleet sana- ja tiedonhaku sekä kielenasun tarkistamisessa. Olen muokannut uudelleen kirjoittamiani tekstejä tekoälyn avulla. Tarkoituksena on ollut tuottaa helpommin luettavaa ja ymmärrettävää kieltä. Tekoälyn tuottaman tekstin olen huolellisesti lukenut ja muokannut sitä

tarvittaessa, jotta sen sisältö vastaisi sitä, mitä olen halunnut sanoa. Sanahaussa olen tarkistanut sanojen merkityksiä sekä valinnut asiaan paremmin sopivia termejä. Tiedonhaussa olen etsinyt tarkempaa tietoa asiasta, jonka olen tarkistanut luotettavasta lähteestä.

Olen kunnioittanut tekstien sisällön alkuperäisyyttä ja tekijänoikeuksia. Olen pääasiallisesti käyttänyt tekoälyä vain omien tekstieni muokkaamiseen, mutta tarvittaessa huolellisesti tiivistänyt lähdekirjallisuudesta saamaani tietoa. Olen kerännyt lähdekirjallisuuden itse ja kirjannut ne huolellisesti lähdeluetteloon.

Englanninkielisen tiivistelmän kirjoittamisessa olen käyttänyt Microsoftin Copilot sovellusta sekä Googlen kääntäjää. Niiden avulla olen kääntänyt ja tarkistanut kieliasua. Opinnäytetyön on oikolukenut ulkopuolinen henkilö.

## 2.3 Opinnäytetyön tausta ja tavoitteet

Tein toiminnallisen opinnäytetyön, jossa selvitin luurankohahmon mahdollisuutta toimia tunnekorttien keskeisenä hahmona sekä korttien eettisyyttä sosiaalialan työhön. Tunnekortit perustuvat narratiivisuuteen eli tarinallisuuteen ja niiden tarkoituksena on herättää asiakkaan luovuus sekä herättää hänet tarkastelemaan omaa elämäntilannetta tai tunnetta uudesta näkökulmasta. Uuden näkökulman on tarkoitus assosiaation eli samaistumisen kautta luurankohahmoon, joka toimii kuvien keskeisenä hahmona. Assosiaatiolla tarkoitetaan mielikuvaa, ajatusta tai mielleyhtymää. Ulkoisista ärsykkeistä ja yksilön tarpeista heijastuvat ajatukset ovat mielleyhtymiä. (Kalliopuska, 2005, s. 24.)

Tunnekorttien tavoitteena on kehittää asiakkaan ja ammattihenkilön välistä keskustelevaa ja tasa-arvoista vuorovaikutusta eli dialogia. Mielenterveys- ja päihdeasiakkaat ovat usein yhteiskunnan heikoimmassa ja haavoittuvimmassa asemassa, ja heillä on usein suuri tarve puhua tilanteestaan. Tilannetta haastaa usein se, että ongelmien kasautuminen voi lamaannuttaa ihmisen toimintakyvyn. Tunnekorttien kuvissa piilevä yksityiskohta tai luuranko voi avata keskusteluyhteyden. Se ei välttämättä ole dialogia vaan asiakkaan tarvetta

saada puhua. Varsinainen dialogi edellyttää luottamuksen syntymisen keskustelijoiden välille. Se voi syntyä vasta myöhemmin asiakassuhteen edetessä.

Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää seuraavat asiat:

- Mikä on kohde- ja ikäryhmä, jolle kortit soveltuvat?
- Onko luurankohahmo sopiva tunnekortteihin ja sosiaalialalla käytettäväksi?

Kohderyhmä ei ollut alkuvaiheessa määritelty, vaan huomioin työelämäyhteyden ryhmän palautteita sekä korteista että kohderyhmästä. Korttien kehitysehdotuksia huomioitiin jatkokehittelyvaiheessa, joka tapahtui samanaikaisesti opinnäytetyön kanssa, mutta kuitenkin sen ulkopuolella. Opinnäytetyö toimi tiedonkeruun osana virallisessa tunnekortti-projektissani.

# 3 KÄSITTEET

## 3.1 Narratiivi eli kertomus

Narratiivissa on kertomuksellinen rakenne menneen ajan tapahtumien kulusta. Narratiivi voi tapahtua joko suullisesti tai kirjallisesti. Narratiivinen kertomus ei välttämättä tapahdu aikajärjestyksessä, vaan se selittää syyn, miksi asiat esitetään kertojan luomassa järjestyksessä. Narratiivin onnistuminen vaatii kertojan ja kuuntelijan välille syntyvää yhteisymmärrystä puheenaiheen ympäriltä. (TEPA-termipankki, 2025.) Asiakkaan identiteetin vahvistuminen vaatii itseluottamusta ja toivoa. Ne ovat itselle kerrottua narratiivia. (Karjalainen & Kotkavirta, 2001, viitattu lähteessä Lalaagheghe & Mielonen, 2008, s.12.)

## 3.2 Tunteet kehossa

Ihmisen perustunteita ovat ilo, pelko, viha, inho, suru ja hämmästys. Nämä tunteet tunnistetaan yleensä maailmanlaajuisesti samalla tavalla. Sosiaalisiin

tunteisiin kuuluvat nolostuminen, häpeä, ujostuminen, ylpeys, kateus ja halveksunta. Mielialatiloja ovat masentuneisuus, ahdistuneisuus, mania, tyytyväisyys ja huoli. Motivaatiotiloja ovat palkkio, rankaisu, nälkä, jano ja kipu. Käyttäytymistiloja on kaksi, lähestyminen ja välttäminen. (Nummenmaa, 2010, s. 33–36.) Opetushallituksen (2025) koulutusoppaassa mainitaan 104 erilaista tunnetta. Suomalaisten on todettu kokevan 50 erilaista tunnetta (Nummenmaa, 2010, s. 37).

Tunteet ovat yksilöllisiä mielen ja kehon fysiologisia tuntemuksia. Ne syntyvät aivoissamme toimintaympäristöstä tekemiemme havaintojen ja arvioiden perusteella. (Myllyviita, 2014.) Tunne on tietoinen, kun havaitsemme tunnemekanismien toiminnan, kuten vihan aiheuttama jännitteisyys kehossa. Tunteen pitää siis olla riittävän voimakas, jotta tulemme tietoisiksi siitä. (Nummenmaa, 2010, s. 37–38.) Tunteiden tavoitteena on aina turvata hyvinvointiamme uhissa ja mahdollisuuksissa. Tunteet ovat kehittyneet evoluution kehityksen aikana ja osa tunteista tapahtuu automaattisesti ja esitietoisesti huomaamattamme. (Myllyviita, 2014.) Ihmisen kokemat uhat ja mahdollisuudet voivat olla psyykkisiä, fyysisiä, todellisia tai kuviteltuja. Pelkotilat voivat olla lapsuudessa opittuja tai kokemuksen kautta syntyneitä. Tiedostamamme tunne tehostaa kehon automaattista reaktiota tilanteessa, mutta toimintatapa ei välttämättä ole haluttu. (Nummenmaa, 2010, s. 12–15, 28–29.) Tunne- ja kehonreaktiot tulevat usein viiveellä, etenkin silloin, kun tunnemme olevamme turvassa. Kun tunnetilamme on positiivinen tai neutraali, psykologinen palautuminen on mahdollista. (Peltola, 2024, s. 28–29.)

Tarvitsemme tunteitamme erityisesti kognitiivisissa toiminnoissa, kuten tarkkaavuudessa, muistin toiminnassa ja päätöksenteossa. Ihmisten välinen sosiaalinen toiminta paranee, kun he ymmärtävät toistensa toiminnan tavoitteita ja motiiveja. Tämä auttaa ennakoimaan muiden toimintaa sekä ennakkosuunnittelemaan omaa toimintaa suhteessa muihin. Ihminen reagoi muiden tunteisiin ja toimintaan eli tunteet tarttuvat, kuten pakokauhu suuressa ihmisjoukossa. (Nummenmaa, 2010, s. 129.) Äänet, ilmeet, elekieli ja liikkeet ovat tunneilmausta (Peltola, 2024, s. 48). Ihminen synkronoi käytöstään helpottaakseen keskinäistä vuorovaikutusta. Tunteiden tartuttaminen voi olla myös

manipuloivaa, kuten diktatuureissa tapahtuva ihmisvaino. Mieli voi toimia suodattimena, jolloin tunne ei tartu ja mielen alavireisyys estää ilon tuntemisen. (Nummenmaa, 2010, s. 130–132.) Yksilön sosiaalinen toiminta hankaloituu, jos hänellä on vaikeuksia tunnistaa tai kuvailla tunteitaan, ajattelu on konkreettista, toiminnallisuuteen painottuvaa ja empatiakyky heikko. Tätä kutsutaan aleksitymiaksi. Se voi olla perinnöllistä, mutta voi liittyä myös lapsuuden epäemotionaaliseen kasvuympäristöön. Traumaattiset kokemukset voivat vaikeuttaa tunteista puhumista. Yksilöillä voi olla vaikeuksia sanattomassa kommunikaatiossa. Silloin kyseessä on aleksityyminen ihminen eli sekundaarinen aleksitymia. (Saarijärvi ym., 2006.)

## 3.3 Empatia

Yksilön moraalinen ajattelu tarvitsee empatiakykyä (Mönkkönen, 2018, s. 44). Vaikka moraali auttaa meitä erottamaan hyvän pahasta, kuitenkin elämässä opittu tieto vaikuttaa ratkaisujen tekemiseen (Malkavaara, 2023). Yksilön moraaliseen ajatteluun vaikuttavat kulttuuri sekä yhteiskunnallinen keskusteluilmasto. Empatiakyky auttaa meitä ymmärtämään toisen ihmisen ainutlaatuisena yksilönä, emmekä tulkitse häntä oman maailmankatsomuksemme mukaan. (Mönkkönen, 2018, s. 44–48.) Toistuva epäoikeudenmukaisuuden näkeminen ja kokeminen voi aiheuttaa lopulta empatiaväsymyksen. Sen seurauksena yksilön mieli sulkee empatian pois, koska se on muuttunut epämiellyttäväksi kokemukseksi. Optimistinen ajattelu tukee empatiaa. (Kujala, 2020, kohta Kun empatia uupuu.)

Kognitiivisen empatian taidot omaava ihminen kykenee asettumaan toisen asemaan ja ymmärtämään toista osapuolta tämän näkökulmasta. Emotionaalisen empatian omaava ihminen kykenee tuntemaan ja jakamaan toisen tunteet. Sympatia on passiivista toisen tunteisiin ja mielentilaan samaistumista. (Jyväskylän yliopisto, 2024.) Sympatiassa toisen suru aiheuttaa itselle säälin tunteen, joka voi vaikeuttaa auttamista. Tunnesäätelyn edellytys on tunnistaa itsessä virinneet tunnereaktiot ja tapahtumat, jotka aiheuttivat virittymisen. Pitkäaikainen omien tunteiden seuraaminen ja peittely kuormittavat elimistöä

psyykkisesti ja fyysisesti. Erityisesti sympaattinen hermosto, hengitys- ja verenkiertoelimistö ja työmuisti rasittuvat, jonka seurauksena toimintakykymme heikkenee. Tunneilmaisun peittely rasittaa lisäksi keskustelukumppanin sydän- ja verenkiertoelimistöä ja keskinäisestä vuorovaikutuksesta jää luottamus puuttumaan. Lyhytkestoiset, kielteiset tunteet suojelevat hyvinvointiamme. (Nummenmaa, 2010, s. 133, 158–159, 191–193.)

Empatia on osittain automaattinen reaktio, mutta sitä pystyy kehittämään ihmisten välisessä positiivisessa vuorovaikutuksessa. Empatiataitojen kehittäminen vie aikaa ja vaatii siten motivaatiota. Empatian oppimisessa painottuu kuuntelemisen taidon kehittäminen sekä halu ymmärtää toista. Kun ihmiset kokevat tulevansa kohdatuiksi ja olevansa arvokkaita, he ottavat vastuuta toisista ja omasta toiminnasta ryhmässä. (Jyväskylän yliopisto, 2024; Mönkkönen, 2018, s. 44.) Avoin keskusteluyhteys ja myönteinen sosiaalinen vuorovaikutus ihmisten välillä mahdollistaa tunne-elämän ongelmien korjaamisprosessin. Toisen haitallisia tunne-elämän häiriöitä on helpompi korjata kuin omiaan, koska omia asioita voi olla vaikeampi havaita. (Nummenmaa, 2010, s. 203–205.) Psyyke eli ihmisen mieli vaikuttaa itsetuntoon, koska se käsittelee henkisen elämän tiedostettuja ja tiedostamattomia tilanteita. Niiden käsittelyssä tunteet ovat mukana. (Dunderfelt, 2006, s. 18.)

## 3.4 Sosionomi ja sosiaalialan työ

Sosionomi käyttää asiakastyössä sosiaalipedagogista työotetta, johon kuuluu dialogi, yksilön toimijuuden ja osallistumisen tukeminen sekä yhteisöllisyys. Yksilön auttaminen perustuu hermeneuttiseen suuntaukseen. Asiakasta voidaan auttaa vain, jos ymmärretään hänen elämäntilannettaan ja kokemuksiaan. (Nivala & Ryynänen, 2019, s. 190, 196–197, 204.)

Työskentely tapahtuu ihmisten, perheiden ja yhteisöjen kanssa. Siinä huolehditaan heidän perus-, ihmis- ja sosiaalioikeuksien toteutumisestaan ja turvaamisestaan. Työssä painottuu asiakaslähtöisyys, koska usein toimitaan heikoimmassa asemassa olevien kanssa. Työn tavoitteena on lisätä osallisuutta,

ennaltaehkäistä ongelmia, löytää ratkaisuvaihtoehtoja sekä arvioida ja seurata niitä. (Raatikainen ym., 2020, s. 89, 94.) Sosionomi toimii rinnalla kulkijana, joka tukee asiakasta toteuttamaan ja kehittämään hänen taitojaan kohti aktiivista toimijuutta yhteiskunnassa (Nivala & Ryynänen, 2019, s. 197–198). Erityisesti sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen, hyvinvoinnin sekä elämänlaadun edistäminen tuovat hyvinvointia yksilöstä koko väestöön. Asiakkaan tilanne vaikuttaa toimintaan ja työn painopisteeseen. Se voi olla ehkäisevää, kuntouttavaa, yhteisöllistä, korjaavaa tai rakenteellista työtä. Asiakastyössä toimitaan sosiaalialan toimintaperiaatteiden, eettisten ohjeistusten sekä sosiaalialan lainsäädännön mukaan. (Raatikainen ym., 2020, s. 89, 94, 98, 180.)

## 3.5 Valokuvaterapeuttinen työskentely

Toiminnallisia menetelmiä ovat leikkiminen, tutkiminen, liikkuminen sekä taiteellinen ilmaisu (Pinskupakki, n.d.). Tunnekortit ovat osa luovaa toimintamenetelmää. Valokuvaterapeuttista työskentelyä käytetään sosiaali-, terveys- ja kasvatusaloilla asiakkaan hyvinvoinnin edistämiseen. Se on ennaltaehkäisevää, ohjauksellista tai kuntouttavaa mielenterveystyötä. (Suomen valokuvaterapiayhdistys, n.d.) Kuvakommunikoinnissa käytetään kuvia puheen ja sanattoman viestinnän rinnalla (Kommunikaatiokeskus, n.d.). Luovassa toimintamenetelmässä on tavoitteena etäisyyden ottaminen arkeen, uusien näkökulmien ja merkityksellisyyden löytäminen vaikeuksien keskellä. Asiakas reflektoi prosessin aikana omaa elämäänsä. Se voi kehittää vuorovaikutusta muihin ihmisiin sekä omiin tunteisiin ja kokemuksiin sopeutumista. Menetelmän toteutuessa se lisää asiakkaan osallisuuden kokemusta. Käytettävien menetelmien ja tavoitteiden tulisi sopia asiakkaalle. (THL, 2023.)

Laura Huhtinen-Hildenin ja Anna-Maria Isolan tutkimuksessa ilmeni, että syvällisten ja vaativien tunteiden käsittely vaatii ammattihenkilöiltä erityistä ammattitaitoa. Luovuudessa on mukana tunteet ja taidekokemuksien kautta voi paljastua vaikeita, negatiivisia kokemuksia, psyykkistä kuormittuneisuutta sekä haavoittuvuutta. Luovan toiminnan ohjauksessa on ymmärrettävä

ryhmädynamiikkaa sekä sensitiivistä ja tiedostavaa kohtaamista. (Huhtinen-Hilden & Isola, 2019, s. 2–3.)

Luova ryhmätoiminta sisältää viisi vaihetta. Toiminta alkaa virittymisellä ryhmään ja vuorovaikutukseen. Uusi tilanne sisältää hämmennystä ja jännitystä, jolloin osallistujat reagoivat niihin yksilöllisesti. Turvalliset olosuhteet rakennetaan tässä vaiheessa. Toinen vaihe on etääntyminen eli eri näkökulman ottaminen omaan elämään. Se antaa tilaa mielikuville, tunteille ja oivalluksille ja kokemuksiaan voi nähdä uudessa valossa. Se johtaa toiminnan kolmanteen vaiheeseen eli sanoittamiseen. Se voi johtaa sanattomaan tunnetyöskentelyyn. Neljännessä vaiheessa kokemukset, ajatukset ja tunteet jaetaan muille kielellisin, ei-kielellisin ja eläytymisen keinoin. Jaettu toiminta yhdistää ryhmän kokonaiseksi. Viimeisessä vaiheessa tapahtuu hyväksytyksi tuleminen, joka voimaannuttaa, osallistaa ja valtaistaa. Ryhmä hyväksyy vastavuoroisesti toistensa kokemukset eleiden, ilmeiden, liikkeiden ja sanojen kautta. (Huhtinen-Hilden & Isola, 2019, s. 2–3.)

## 3.6 Terapeuttiset valokuvat

Opinnäytetyöni pääosassa ovat valokuvat. Kanadalainen Judy Weiser kuvaa terapeuttista valokuvausta valokuvauskäytännöksi, jolla pyritään saamaan positiivisia muutoksia yksilöissä, pariskunnissa ja perheissä. Terapeuttinen valokuvaus liittyy sosiaalisen toiminnan valokuvaustekniikkaan. Sillä pyritään saamaan positiivista muutosta yhteisössä, yhteiskunnassa sekä maailmanlaajuisesti. Tarkoituksena on parantaa hyvinvointia ja estää sosiaalista syrjäytymistä. Terapeuttisessa valokuvauksessa ei vaadita terapeutin läsnäoloa, koska se ei ole virallista terapiaa. Terapeuttisessa valokuvauksessa voidaan kuvien ottamisen lisäksi suunnitella, katsella, keskustella niistä. Kuvia voidaan lisäksi muistella tai käyttää mielikuvitusta. Kuvien ei tarvitse olla itse otettuja. (Phototherapy Centre, n.d.)

### 3.6.1 Näköaisti ja valokuvien tulkinta

Näköaisti on tärkeä sosiaalisuuden kokemisessa. Katse voi olla turvallinen ja luottamusta herättävä, mutta pahimmillaan sillä voidaan aiheuttaa häpeäntunne. Se heijastuu koettuun merkityksellisyyden tunteeseen, joka vaikuttaa elämän eri osa alueisiin ja ihmissuhteisiin. Lohdullisilla kuvilla ja tarinoilla voidaan korjata muistoja. Satuttaneiden asioiden tilalle tulee hyväksyntä ja korjaava suru. Se opettaa löytämään itsestä voimavaroja, joilla korjata elämää ja omaa sisäistä lasta. (Savolainen, 2008, s. 165–168.)

Näköhavaintoja ja muistikuvia käsitellään osittain samoilla aivoalueilla, kuitenkin aivokuoren eri alueilla, samanaikaisesti, rinnakkaisesti ja hierarkkisesti. Ärsykkeet eli havainnot rakentuvat aistielimissä, josta ne kuljetetaan sensoristen hermosolujen toimesta aivoihin käsiteltäviksi. Ärsyke muuttuu impulsseiksi, joita aivot vertailevat muistin aiempiin tietoihin. Tästä syntyy havainto, jonka ihminen yleensä tunnistaa psyykkiseksi kokemukseksi. (Paavilainen, 2020, s. 106–110.)

### 3.6.2 Valokuva muistikuvien herättäjänä

Valokuva toimii näköaistin avulla välineenä päätelmiin tai väittämiin. Valokuva voi perustua todellisuuteen tai se voi olla abstrakti, jolloin otetaan etäisyyttä todellisuuteen. Poeettinen kuva on vahvasti rakennettu kuvaajan tuntemusten ja pyrkimysten mukaan, se ei kuitenkaan ole todistava kuva. Poeettiset kuvat toteutetaan kuvan rajauksilla, sävyalalla, väreillä ja muilla kuvauksellisilla ominaisuuksilla. Poeettisilla kuvilla on laajempia merkityksiä kuin kuva esittää. (Luukkonen, 2009, s. 132, 134–136.)

Filosofian maisteri Marjaana Perttula (2025) mainitsee esimerkkinä kirkon, joka voi muistuttaa katsojaa häistä, hautajaisista, uskosta tai sen menetyksestä. Kuvasta voi todeta positiivisia ja negatiivisia asioita. Kirjallisuudentutkija ja semiootikko Roland Barthes (1985, s. 32, 59–61, 63) nimittää katsojan kokemaa osallisuutta valokuviin studiumiksi. Punctum on kuvassa oleva piste tai huomio, joka kiinnittää katsojan katseen ja saa hänet miettimään asiaa

laajemmin kuvan ulkopuolelle. Punctum on henkilökohtainen kokemus. Alitajunta voi heijastaa punctumin katsojan mieleen myöhemminkin.

Kuvataidekasvatuksen yliopistonlehtori Seija Ulkuniemen (2005, s. 43) mukaan katsoja määrää ja rakentaa kuvan merkitykset oman yksityiselämänsä asiayhteydessä. Valokuvaaja Ismo Luukkonen (2009, s. 149–150) tarkentaa kuvan tulkinnan riippuvan katsojan käyttäytymisestä ja mentaalisista prosesseista, kuten havainnointi, ajattelu ja tuntemukset sekä vuorovaikutuksesta yksilön ja häntä ympäröivän yhteiskunnan välillä. Valokuvaaja Mikko Hietaharju (2010, s. 17, 66) lisää kuvan tulkintaan historian vaikutuksen sekä kuviin liittyvät muistot, joita voi rakentaa, muuttaa tai värittää eli käyttää mielikuvitusta. Psykoterapeutti Katja Haatainen (2024) puhuu skeemoista eli sisäisistä toimintamalleista. Ne ovat lapsuudesta alkaen opittuja ajatus-, tunne- ja käyttäytymismalleja, joiden avulla havainnoimme ja tulkitsemme ympäröivää maailmaamme. Hietaharjun (2010, s. 15, 17, 119) mukaan kuvista voi kuulla musiikkia ja se voi herättää muistoista kuvat, jos ihminen sallii vapauden mielikuvitukselle. Valokuvista voi kehittyä terapeuttinen puhe, joka tuo tiedostamattomia asioita tietoisuuteen, luo uusia merkityksiä ja auttaa ymmärtämään omaa historiaansa. Kuvan kokemus voi olla kaikkien aistien yhteistyötä, johon katsojan ruumiillisuus vaikuttaa.

### 3.6.3 Teknisen toteutuksen vaikutus kuvan tulkintaan

Erilaisilla kuvaperspektiiveillä saadaan korostettua asioiden merkityksellisyyttä. Etualalla olevat elementit koetaan tärkeämpinä ja turvallisempina kuin taka-alalla olevat. Epäterävyys herättää miellekuvan ajan kulumisesta. Kuvissa olevat kirjoitukset ja kirjalliset selitykset ohjaavat kuvien tulkintaa tekstin sisällön suuntaan. Kulttuurien välillä on eroavaisuuksia, jolloin kuvat eivät ole universaalisia kommunikointimuotoja. Kuvan lukemiseen vaikuttaa länsimainen lukutapamme vasemmalta oikealle, jolloin liike on luontevaa ja kevyttä sekä eteenpäin menevää. Päinvastainen liike koetaan raskaana ja palaavana. Vaakakuvassa korostetaan liikettä, linjoja ja viivoja. Pystykuvassa kohde on vakuuttavampi. Kohteen kuvakulma, selin tai kasvot kameraan vaikuttaa

tulkintaan. Kontaktin puuttuminen, kuten katse, hymy ja ilmeet, tekevät kuvasta voimakkaan, yksinäisyyttä korostavan tunnekokemuksen. Kohteen katsekontakti katsojaan tulkitaan toteamuksena, vetoomuksena, pyyntönä tai vaatimuksena. Symboleilla voi olla yhteiskunnallisesti tunnustettu merkitys, jolloin ne ohjaavat tulkintaa. (Hietaharju, 2010, s. 25, 28, 60, 73, 76, 102, 104, 109.)

## 3.7 Luovuus

Luovuuden käsite on monialainen, eikä sitä ole helppo määritellä. Luovuus on osittain perinnöllistä. Luova ihminen rikkoo yleensä täsmällisyyden, selvärajaisuuden ja toistuvuuden rajoja. Älykkyys ja luovuus eivät ole sama asia, sillä älykkyys liittyy vahvasti loogiseen ajatteluun, ei mielikuvitukseen tai omaperäisyyteen. (Uusikylä & Piirto, 1999, s. 13, 15, 21–22.) Luova yksilö kokee itsensä myönteisenä persoonana ja se on psyykkisesti terveen ihmisen merkki. Luovuus on eräänlaista ongelman ratkaisua. Luovuutta syntyy, kun ongelman ratkaisu opettaa jotain uutta ihmiselle. Itsensä toteuttamisen prosessin konkreettisella lopputuotteella ja sen laadulla ei ole merkitystä. Luovuus on henkistä kasvua. (Uusikylä, 2012, s. 41–43.)

Abraham Maslow toteaa ihmisen perusoikeudeksi itsensä toteuttamisen eli luovuuden. Rohkeus, vapaus, spontaanius ja itsensä hyväksyminen sisältyvät luovuuden käsitteeseen. Mihaly Csikszentmihalyin flow-käsite vastaa Maslow´n huippukokemusta. Flow´ssa ja huippukokemuksessa ihminen kadottaa minuuden ja ajantajun, koska työ tuottaa kokemuksena suurta nautintoa. Luovuuden kehittyminen vaatii myönteisen, sosiaalisen kasvu- ja toimintaympäristön. (Uusikylä & Piirto, 1999, s. 31–33.) Luovuutta ei synny ilman sisäistä motivaatiota ja kestävyyttä, koska yksilön sisäiset ristiriidat haastavat sitä (Uusikylä, 2012, s. 99). Luova yksilö voi kokea yksinäisyyttä ja eristäytyneisyyttä, jos ympäristö ei hyväksy luovuutta. Eri kulttuurit määrittelevät omat kriteerinsä luovuuden käsitteelle. Luovuuden kieltäminen kuluttaa voimavaroja psyykkiseen itsepuolustukseen, jolloin itsehyväksyntä vaarantuu. Sen heikentyminen voi aiheuttaa mielenterveysongelmia. (Uusikylä & Piirto, 1999, s. 14–18.)

# 4 TUNNEKORTTIEN TYÖSTÄMISEN PROSESSI

Olen opintojen ja työn kautta tutustunut erilaisiin tunnekortteihin. Ne ovat hyvä apukeino pysähtyä kuuntelemaan itseään. Kortit antavat mahdollisuuden sanoittaa tuntemuksia ja ajatuksia ääneen tai vain kuvina. En kuitenkaan ole löytänyt sellaisia tunnekortteja, joihin voisin samaistua. Tunnekortit, jotka sisältävät paljon tekstiä, eivät välttämättä innosta voimien tai keskittymiskyvyn puutteessa olevaa asiakasta / katsojaa syventymään niihin.

Tunnekortteja käytetään usein ratkaisukeskeisesti ja painottaen positiivisuutta. Liiallinen positiivisuuden ja onnellisuuden korostaminen voi estää korttien käytön. Toivottomuudessa oleva asiakas ei useinkaan ole avoin positiivisuudelle, ensin on rakennettava toivoa. Samaistumiseen ei välttämättä tarvita sanoja, vaan se voi toteutua myös hiljaisuudessa. Ihmisellä on vaara jäädä ulkopuoliseksi, jos hän ei kykene ilmaisemaan tuntemuksiaan.

## 4.1 Tunnekorttien suunnitteluprosessi

Sosiaalialan perustutkinnon aikana etsin keinoa käsitellä opiskelun aikana kohtaamiani tilanteita. Pohdin tilanteita valokuvauksen avulla. Otsolan kansalaisopiston kuvataideterapian kurssi auttoi löytämään voimavarojani sekä tunnistamaan itsestäni visuaalisen toimijan.

Alussa suunnittelin rakentaa lavasteita, joissa minikokoiset ihmishahmot seikkailisivat. Muutin suunnitelmaani, koska miniatyyrien rakentaminen oli aikaa vievää, eikä säilytystilaa ollut. Ihmishahmojen valmiit sukupuoliroolit ja stereotypiat häiritsivät sekä rajoittivat taiteellista vapauttani. Mietin mahdollisuutta pyytää ystäväpiiristä mallia, mutta yhteisen ajan löytäminen olisi ollut mahdotonta. Jäin miettimään vaihtoehtoista hahmoa malliksi.

Luurangon valikoituminen tunnekorttien hahmoksi liittyy vahvasti eräiden Etelä- ja Keski-Amerikan valtioiden kulttuureihin. Olin jo aikaisemmin tutustunut Meksikossa vietettävään kuolleiden päivään, jossa kuolema on ilon ja

yhteisöllisyyden aihe. Juhla korostaa vainajan elämää läheisten keskuudessa tämän elinaikana (Muu maa mandariini, 2020; Vuorikoski, 2006). Vertasin kuoleman kokemista kulttuurissani, enkä löytänyt ilon juhlaa. Arkeologi Miikka Kumpulainen (2015) toteaa, että yhteiskunnan kehitys on ulkoistanut kuoleman ja hautaamisen. Pappi Arto Köykkä (2014) kirjoittaa blogissaan vainajista ilman saattajia. Hautajaiset vailla omaisia, yhteiskunnasta syrjäytymisvaarassa olevat sekä syrjäytyneet loivat minulle mielikuvan luurangosta (kuva 1).

Kuva 1. Luuranko autiolla saarella.

Luuranko on kulttuurissamme yleensä ulkopuolinen hahmo. Luurangon huonomaineisuus on kehittynyt keskiajalla länsimaisessa ja kristillisessä kulttuurissa 1300-luvulla. Jo pitkään taiteessa ja arkkitehtuurissa luuranko on kuvattu kuoleman symbolina. Se vaikuttaa edelleen vahvasti ihmisten asenteisiin ja tunteisiin, joita luuranko saa aikaan. Länsimaissa kuoleman siirtyminen pois arjesta on vahvistanut luurangon kokemisen pelottavaksi ja ulkopuoliseksi. (Miksi luurangot koetaan pelottaviksi?, 2014.)

Yksinäisyys koetaan yksilöllisesti ja se voi olla läsnä myös sosiaalisissa tilanteissa. Yksinäisyyttä voidaan kokea myös ajoittain. Koin, että luuranko on toimiva hahmo korteissani, koska siihen ei ole sidottu sukupuolta tai

stereotypioita. Kirsi Julku (2023, s. 23) toteaa opinnäytetyössään maalauksiensa luurankojen olevan eläviä ihmisiä, joiden ulkomuodosta ei voi todeta yhteiskunnallista asemaa, ulkonäköä tai sukupuolta. Luurankohahmojen tunnistamattomuus ja tietynlainen steriiliys vapauttivat ne toteuttamaan itseään tunnekorttien kuvissa.

Kuvauspaikat olivat osin tuttuja, osa löytyi sattumalta. Paikkoihin liittyi usein jokin tunne tai ajatus, joka kiinnitti huomioni. Mietin, voiko ympäristössäkin kokea punctumin, kipupisteen, kuten valokuvissa. Alussa kuvausideoita syntyi ja kuvauspaikkojakin löytyi nopeasti. Valokuvasin paikkoja ja suunnittelin niihin lavasteita. Laadin tunne- ja tilannelistaa, joita sosiaalialan asiakas voi usein kohdata. Käytössäni oli useita erilaisia luurankohahmoja, mutta niiden jäykkä olemus vaikeutti kuvaamista. Oli haastavaa löytää sopivia hahmoja, raajat ja pää olivat yleensä liian jäykkiä. Niiden asennoilla oli yllättävän suuri vaikutus kuvan tunnetilan tulkintaan. Hahmon koko vaikutti kuvan tunnetilaan, suuret luurangot loivat pelottavan tai negatiivisen tunnetilan. Pienet luurangot loivat positiivisen, herkän ja jopa hauskan tunnetilan (kuva 2). Samaistuminen todellisen kokoiseen hahmoon voi herättää katsojassa syvällisempiä tuntemuksia.

Kuva 2. Luuranko ja syvälliset ajatukset.

Opinnäytetyöni aihe muotoutui pitkän prosessin kautta. Ystäväni kokeili luurankokuvia ammatillisen erityisopettajan koulutuksessa. Kuvat olivat herättäneet hilpeyttä, mutta niistä oli kuitenkin pidetty. Erityisesti värikkäät kuvat olivat nuorten mieleen. (Salovaara, 2025a.) Itse kokeilin luurankokuvia opintoihin liittyvässä kasvuryhmän portfoliossa, jonka esittelin opiskelukaverilleni. Hän avasi kuviin liittyviä tunnetiloja sekä terapeuttisuutta, joita en aikaisemmin osannut sanoittaa. Rohkaistuin toteuttamaan tunnekortit opinnäytetyönäni, koska sain myönteistä palautetta sosiaalialan ammattilaisilta ja muilta ihmisiltä.

## 4.2 Kuvausprosessi

Kuvien toteuttaminen vaati perustietämystä kameran käytöstä ja valokuvauksen pääasetuksista, kuten ISO-arvo, aukko ja suljinaika. Hain lisätietoa kuvaukseen liittyen YouTubesta, verkkojulkaisuista sekä kirjoista. Kuvauskalustona käytin Nikon 7200 ja 780 kameroita sekä älypuhelinta.

Objektiiveina oli makro-, zoomi- ja kiinteäpolttovälisiä linssejä. Kiinteäpolttovälin objektiiveilla ja suurella aukolla (kuten f/1.8) kuviin tulee lyhyt syväterävyys: tarkennuskohta on terävä, mutta tausta on sumea. Pienellä aukolla (kuten f/16) kuviin saadaan pitkä syväterävyys, jolloin kohde sekä tausta ovat tarkkoja.

Kiinteäpolttovälisillä linsseillä kuvaajan on liikuttava etäisyyden muuttamiseksi. Zoom-objektiiveilla polttoväliä voidaan säätää kuvaajan ollessa paikallaan. Kuvaterävyyteen vaikuttaa lisäksi kuvaajan käden vakaus. Hämäräkuvauksessa käytin tripodia eli kolmijalkaa kuvan tärähtämisen estämiseksi (kuva 3). Hämäräkuvaus vaatii pidemmän valotusajan, jolloin kamera ei saa liikkua lainkaan. Kuvateknisillä toteutuksilla vaikutetaan olennaisesti kuvan tunnetilan kokemiseen.

Kuva 3. Luuranko hämärässä onkalossa.

Luurankohahmojen kuvaustapa on osin pienoismallien eli miniatyyrien kuvausta. Siinä voidaan leikitellä vääristyneillä mittasuhteilla, erilaisilla kuvakulmilla, kameran kuvausasetuksilla sekä yllättävillä kuvauspaikoilla (Trant, 2020). Nämä tuovat kuviin yllätyksellisyyttä (kuva 4). Käytin Adobe Photoshop CC- ohjelmaa kuvien käsittelyyn. Yleisimmät tekemäni muokkaukset kuviin liittyivät valoisuuteen (Light), väreihin (Color), kuvan efekteihin (Effect) sekä muuhun värien säätämiseen (Color mixer). Kuvamanipulaatioksi katsotaan, kun kuvia rajataan, lavastetaan, yhdistetään tai kuvasta poistetaan jotain, kuten henkilöitä (Mediakompassi, n.d.). Kuvausvaiheessa voidaan lisäksi kuvaa manipuloida erilaisilla teknisillä keinoilla. Olen käsitellyt kuviani erittäin maltillisesti rajaamalla jo kuvaustilanteessa ei-toivotut kohteet. Varsinaista kuvamanipulaatiota, kuten hahmojen tai esineiden lisäystä tai poistoa, en ole toteuttanut kuvankäsittelyssä.

Kuva 4. Luuranko ja puuttuva pala.

Aloitin kuvaamisen kotipihallani välttääkseni ulkopuolisten katseet ja kommentit. Vaikka alussa häpesin kuvausaihettani, se toimi minulle terapeuttisena toimintana. Juha Tanska (2020) puhuu kontemplatiivisesta valokuvauksesta, jossa kuvaaja siirtyy kuvanottajasta sen vastaanottajaksi. Kuvaaja ei arvioi otostaan. Kuvaaja sallii itselleen myötätuntoisen ja uteliaan katselijan roolin kuvien sisäiseen ja ulkoiseen todellisuuteen. Kontemplaatio on läsnä olevaa, rauhallista sisäistä katselua ja mietiskelyä. Käytin alussa pientä hahmoa (10 cm), joka oli helppo piilottaa ihmisten katseilta. Projektin edetessä sain rohkeutta kuvata julkisilla paikoilla myös 180 cm korkean hahmon kanssa.

Alussa luuranko hassutteli erilaisissa paikoissa ja tilanteissa, mutta myöhemmin kuvat kehittyivät tarinallisemmiksi ja syvällisemmiksi. Niissä kuvasin ja pohdin erityisesti mielenterveys- ja päihdeasiakkaiden kanssa kohtaamiani tilanteita. Luuranko on seikkaillut pääasiallisesti yksin kuvissa. Olen jälkikäteen pohtinut, koinko jonkinlaista assosiaatiota luurankoon, koska olin aloittanut opiskelun uudella alalla ennalta tuntemattomien joukossa. Vain yhdessä kuvassa mukana oli muitakin luurankoja (kuva 5). Hain kuvaan voimakasta tunnetilaa, koska suunnittelin kuvan liittyvän kiusaamiseen ja ulkopuolisuuteen.

Kuva 5. Luuranko ja kiusaajat.

Joskus jokin kuva-aihe tai –paikka toi mieleeni jonkin sananlaskun tai toteamuksen, kuten yksi mätä omena pilaa koko korin (kuva 6). Se johdatteli minut ajatukseen, jossa päihderiippuvaiset kantavat usein stigmaa koko loppuelämänsä, vaikka he olisivatkin olleet raittiina pitkään, jopa vuosikymmeniä. Mätä omena on kielikuva eli metafora, joka yhdistää kaksi toisiinsa liittymätöntä sanaa yhteen luoden uuden merkityksen.

Metafora sisältää useita alalajeja. Metaforia käytetään kirjallisuudessa, mutta niitä löytää myös kuvista. (Kukkakorpi, 2022.) Katsoja voi löytää metaforia kuvista, jotka linkittyvät häneen oman elämäntarinansa pohjalta. Joskus lapsuuden muistot voivat löytyä kuvasta nopeasti ja erittäin voimakkaana tunnekokemuksena, kuten erään haastateltavan kohdalla kävi. Kiertoilmaisu eli eufemismi, on hienovaraista ilmaisua vaikeasta ja ikävästä asiasta. Allegoria sijoittaa merkitykselliset asiat kuvien ja tarinoiden muotoon. Niiden todellinen merkitys on syvällisempi, kuten lastensatuihin liittyvä opetus. Synestesia on aistikokemuksia sekoittava kielikuva. (Kukkakorpi, 2022.)

Kuva 6. Yksi mätä omena pilaa koko korin.

Ihmisillä on usein voimakas tarve tuomita toisia, vaikka olisikin itse samassa tilanteessa. Tämä tuli usein esille palveluasumisyksiköissä, kun asukkaiden välille syntyi erimielisyyksiä.

## 4.3 Palautteen keräämisen toteuttaminen

Pelkkä positiivinen palaute luurankokuvista ei tehnyt niistä vielä toimivia kortteja. Palautetta kerättiin asiakkailta ja ammattihenkilöiltä sekä myöhemmin Sataedun sosiaali- ja terveydenalan perustutkinnon opiskelijoilta. Tarvittavat tutkimusluvat piti selvittää ennen kyselyä. Minulla ei ollut omaa verkkosivustoa, johon olisin voinut laittaa kuvat esille. Enkä nähnyt tässä vaiheessa järkeväksi luoda verkkosivuja. Pohdin lisäksi kuvien julkisen esittelyn vaarantavan tuoteideani, siksi palaute kerättiin luotettaviksi tuntemiltani henkilöiltä. Palautteet kerättiin pääsääntöisesti sähköisessä muodossa. Tarvittaessa tein henkilökohtaisen haastattelun, jonka tallensin puhelimellani. Myöhemmin litteroin tekstin käyttäen apuna Word-ohjelman sanelutoimintoa. Palautteen keräämiseen käytin koulun Microsoft Office-ohjelmistoa, kuten sähköpostia sekä OneDriveä, josta jaoin linkit vastaajille. Loin erikseen tiedostot asiakas- ja

ammattilaispalautteelle, mikä helpotti palautteiden seurantaa. Palautteen antamiseen varasin kuukauden, jota voitiin tarvittaessa jatkaa. Yritin pitää tiedonkeruun mahdollisimman yksinkertaisena.

Mietin Satakunnan Hyvinvointialueen mielenterveys- ja päihdepalveluita mahdollisina palautteen antajina. Työharjoitteluiden aikana olin huomannut, että erilaisten käytänteiden toteuttaminen hyvinvointialueella oli haastavaa, koska esihenkilöiden toimivalta oli tarkasti rajattua. Koin lisäksi työntekijöiden työtaakan erittäin haastavaksi. Jäin pohtimaan, olisiko työntekijöillä aikaa toteuttaa tunnekorttien koekäyttöä. Tein nopeasti päätöksen, että jätän hyvinvointialueen pois mahdollisena palautteenantajana. Tällä päätöksellä menetin mahdollisuuden tunnekorttien ennakkomarkkinointiin laajalle käyttäjäryhmälle.

Laadin kaksi listaa palautteenantajista: asiakkaat ja ammattilaiset. Tavoitteena oli saada vähintään kymmenen vastaajaa kumpaankin ryhmään. Listasin tuntemiani ammattihenkilöitä sosiaali- ja terveysalalta sekä ystäviä ja tuttavia, joille esittelen opinnäytetyöni aiheen. Kysyin heiltä mahdollista halukkuutta palautteen antamiseen. Halukkaille lähetin saatekirjeen, jonka mukana olivat palautteen antamiseen liittyvät kysymykset. Mainitsin mahdollisuudesta vetäytyä vastaamisesta tarvittaessa, koska palautteen antaminen oli vapaaehtoista. Jokainen palautteen antaja sai oman tunnisteen, kuten asiakaspalaute A. Tunnistetietoja säilytin työhuoneessani, johon muilla ei ollut pääsyä. Laadin asiakkaille saatekirjeen (liite 2), jossa oli mukana kysymyksiä vastaajan taustaan ja kuviin liittyen:

- vastaajan ikä
- kokeeko vastaaja itsensä visuaaliseksi
- luurangon ja kuvien kokemisen
- löytyykö kuvista tunteita
- syntyykö kuvista muistoja tai tarinoita, jotka liittyvät vastaajan elämään
- kuvien lisäys / poisto
- vapaa palaute

Ammattilaisille suunnatut kysymykset (Liite 1) liittyivät tunnekorttien kohderyhmiin, kuvien sisältöön ja määrään, eettisyyteen sekä vapaaseen palautteeseen. Kysymykset olivat saatekirjeen mukana.

Tutkimuskysymykseni olivat tunnekorteilleni sopivat kohde- ja ikäryhmät sekä luurankohahmon sopivuus. Filosofian maisteri Marjaana Perttula (2025) muistutti minua luurankohahmojen kokemisen eroista eri sukupolvien välillä. Siksi koin, että tärkeimmäksi tutkimuskysymykseksi nousi luurankohahmon kokeminen. Postmodernikulttuuri ja siihen kuuluva popkulttuuri syntyi 1960-luvulla. Pop-taiteen tarkoituksena oli rikkoa järjestäytyneen yhteiskunnan eli korkeakulttuurin luomia rajoja ja kapinoida sitä vastaan. (Aavikko, n.d.) Mielestäni juuri taidekulttuurin vallankumous vaikuttaa luurangon kokemiseen.

## 4.4 Tekijänoikeudet

Alusta asti tavoitteenani on ollut kaupallistaa Kainon narratiiviset tunnekortit, jolloin kuvat ja niihin liittyvä idea piti suojata. Kuviin olin liittänyt ©-merkin sekä nimeni. Tekijänoikeuden ilmaisemisella ilmoitin muille, että minulla on yksinoikeus päättää kuvieni käytöstä.

Tulkitsin valokuvani teoksiksi. Niiden käyttäminen vaatii luvan ja kuvaajalla on oikeus vaatia korvaus niiden käyttämisestä. Euroopan alueella kuvien tekijänoikeus määritetään jatkuvan 70 vuotta tekijän (tulevasta) kuolinvuodesta eteenpäin. Tekijänoikeus ei koske kuviin sisältyvää ideaa tunnekorteista. (Tekijänoikeuden tiedotus- ja valvontakeskus, 2023, s. 4–5.) Patentti- ja rekisterihallituksen (myöhemmin PRH) neuvontapalvelusta (2025) neuvottiin luomaan oma tavaramerkki, jonka alla tuotteeni tulevat olemaan. Tavaramerkki on voimassa 10 vuotta ja se on uudistettava itse. Tuotteeni katsotaan toimintamalliksi eli se on terapeuttinen menetelmä. Suomessa ei voi patentoida terapeuttisia menetelmiä, toisin kuin Yhdysvalloissa. Tavaramerkin pitäisi siis suojata tuotteeni tulevaisuudessa. Selvitin, löytyisikö Porista neuvontaa tavaramerkin perustamiseen. En ole koskaan ollut yrittäjähenkinen, eikä PRH:n ohjeistus selventänyt tilannettani. Otin yhteyttä ELY-keskukseen (2025), josta

kehotettiin ottamaan yhteyttä Uusyrityskeskus Enter Satakuntaan. Keskustelin Enterin yrittäjyysasiantuntija Antti Kokkilan (2025) kanssa tilanteestani. Hän kertoi immateriaalioikeudesta eli tuotteeni on luovan, henkisen työn tuote. Tavaramerkki suojaa sen, mutta myöhemmin minun pitäisi perustaa yritys. Tuotetta ei voi myydä ilman yritystä. Yrityksen rakentaminen on brändin luomista.

Tavaramerkki ei silti suojaa tuotetta väärinkäytöksiltä, sillä rekisteröijällä itsellään on velvollisuus valvoa rekisteröimäänsä tavaramerkkiä tai muita aineettomia oikeuksia. Yrittäjät-lehdessä kosmetiikka-alan pienyrittäjät kertovat tilanteestaan Saksassa, jossa suuryritys on ottanut luvattomasti käyttöön heidän tuotemerkkinsä, vaikka tuote on tavaramerkkirekisteröity Euroopassa ja Saksassa erikseen. Suojauksen pitäisi olla siis erittäin vahva yrittäjien kannalta. Väärinkäyttö paljastui yrittäjän selatessa sosiaalista mediaa. Asianajokulut ovat jo nyt kymmeniä tuhansia euroja, eikä lopputuloksesta ole tietoa. (Reinikainen, 2024.) Jäin miettimään, miten voin varmistaa tuotteeseeni liittyvien oikeuksien toteutumisen tällä hetkellä sekä tulevaisuudessa.

Tavaramerkiksi valitsin sanamerkin eli kirjaimista tai numeroista muodostuvan sanan/yhdistelmän. Pohdin asiaa opiskelukaverini kanssa ja hän ehdotti tavaramerkiksi ”Elämäni tukiranka”, joka viittaa tunnekorttien luurankohahmoon (Aarnio, 2025). Keskustelin tavaramerkin hakemisesta kirjanpitäjänä toimivan Hanna Lindbergin kanssa. Rekisteröintiohjeistuksessa kehotettiin tutustumaan huolellisesti hakuohjeisiin, koska hakemusmaksua ei palauteta ja kaikki muutokset hakemukseen maksavat (Patentti- ja rekisterihallitus, 20.3.2025, Kohta Tavaramerkin hakijan pikaopas). Lindberg teki ennakkoselvityksen tavaramerkin rekisteröintiin liittyvistä seikoista, kuten esteettömyydestä. Täytimme hakemuksen 22.3.2025 ja tavaramerkki rekisteröitiin 29.4.2025. Perustin oman yrityksen 28.6.2025, jotta pystyn tulevaisuudessa kustantamaan tunnekortit.

# 5 PALAUTE

Tunnekorttien kuvia suunnitellessa ja kuvatessa huomasin, että kuvat alkoivat toistaa itseään. Oma mielipide ja näkökulma eivät ole riittäviä, jolloin opinnäytetyö tarvitsee ulkopuolista näkökulmaa. Ammattilaispalautteen antajat koostuivat pääasiassa sosiaali- ja terveysaloilta, mutta joukossa oli lisäksi koulutus- ja henkilöstöhallinnan ammattilaisia. Asiakaspalaute tuli lähipiiristäni. Viimeiseksi toteutin kyselytutkimuksen Sataedun sosiaali- ja terveysalan perustutkinnon opiskelijoille Microsoftin Forms-ohjelmalla.

Palautteen antaminen tapahtui pääasiassa sähköpostitse, mutta tein kolme asiakashaastattelua sekä yhden ammattilaishaastattelun kasvotusten. Ajattelin sähköpostitse lähetettävän palautteen antavan vastaajalle enemmän aikaa ja rauhaa tutustua kuviin. Haastattelutilanteissa on aina läsnä pieni jännitys tilanteen tallennukseen liittyen. Lähetin saatekirjeen sekä kuvat koulun sähköpostista vastaajien sähköpostiin tai jaoin kuvat WhatsAppin kautta.

Suuria ongelmia aiheutti linkkien toimimattomuus. Ilmeisesti Microsoftin Copilot-päivitys saattoi olla osasyynä sähköpostilinkkien avausongelmiin, koska se vaikutti kuvankäsittelyohjelmankin toimintaan. Lisäksi ongelmia aiheuttivat ilmeisesti puhelimien erilaiset käyttöjärjestelmät ja niiden yhteensopimattomuus (Android ja iOS). Muutama vastaaja epäili tietokoneensa olevan liian vanha ja hidas tiedostojen avaamiseen. Kolme asiakaspalautteen antajaa ei saanut useista yrityksistä huolimattakaan linkkejä auki. Kaksi palautteenantajaa vetäytyi palautteenannosta ajan puutteen vuoksi.

Kolme haastateltavista halusi antaa palautteen henkilökohtaisesti. Tallensin haastattelut, jotka litteroin myöhemmin. Yhden ammattilaissaatekirjeen lähetin vahingossa asiakkaalle. Kukaan ei jättänyt palautteen antoa kesken. Yksi ammattilaispalautteen antaja antoi palautteen myös asiakkaan näkökulmasta. Hänen mielestään ammattilainenkin voi olla asiakkaan asemassa jossain vaiheessa elämää.

## 5.1 Ammattilaispalaute

Vastaajia oli 12 henkilöä. Vastaajat ovat sosiaali- ja terveydenhuollon, henkilöstöalan sekä opetusalan ammattilaisia. Olin suunnitellut rajaavani kuvien määrän noin 50 kappaleeseen ensimmäisen haastattelun jälkeen. Haastattelin ensimmäiseksi kuvataideterapian ja terveydenhuollon ammattilaista, jolta odotin saavani tarkat rajaamisen ohjeet. Tunnekorttien idea oli kuitenkin uusi ja poikkeuksellinen haastateltavalle, jolloin tunnekorttien määrän rajaaminen varmistui palautteiden pohjalta.

### 5.1.1 Korttien käyttötapa ja kohderyhmä

Vastaajat käyttäisivät kortteja yksilö-, pari- ja ryhmätyöskentelyssä esittämällä avoimia kysymyksiä tai tehtäviä. Kortit toimivat kontaktin luomisessa, asiakkaan tilanteen ymmärtämisessä ja syiden selvittämisessä, miksi asiakas on ajautunut tiettyyn tilanteeseen. Korteissa koettiin olevan narratiivisuutta, jolloin asiakas voisi ”kirjoittaa” koko elämäntarinansa.

> *Käyttäisin kortteja esimerkiksi helpottamaan tunteiden ilmaisua ja niistä puhumista. Kortteja voisi hyödyntää inspiraationa ryhmässä / kurssilla, jossa omia tunteita voisi ilmaista taiteella ja luovuudella*
>
> *Mielestäni kortteja voidaan käyttää joustavasti asiakasryhmän / -ongelmien mukaan. Tärkeää on hankkia riittävästi taustatietoa asiakkaasta, esim. miksi hän on vastaanotolla, millaisia tunne-elämän vaikeuksia hänellä on yms. Kortit soveltuvat myös yleispedagogisessa tilanteessa, jossa esim. lapset ja nuoret ohjataan puhumaan tunteista.*
>
> *Käytän kortteja omassa työssäni lähinnä kuulumisten ja tunnetilan tunnistamisen tueksi. Opetustilanteissa ei ole tarkoitus mennä kovinkaan syvälle kenenkään opiskelijan henkilökohtaiseen tilanteeseen mutta saan paljon enemmän tietoa kuvien kautta kuin silloin jos kysyn mitä teille kuuluu?*
>
> *Kortteja voisi käyttää yksilö- ja ryhmätyöskentelyssä. Ryhmätyöskentelyssä antaisin orientaationa jokaisen valita kortin vapaasti ja kertoa miksi otti juuri tämän kortin, seuraavilla kierroksilla voitaisiin valita jokin tunne ja jokainen saisi vapaasti ottaa sen kortin mitä ajattelee tunteen kuvaavan. Yksilötyöskentelyssä voitaisiin pohtia yhdessä kortteja laajalti ja keskustella mitä tunteita niistä herää ja voisiko joku tietty kuva edustaa jotain tunnetta. Kortit toimisivat myös hyvin hetkellä, jolloin on erityisen vaikeaa*

*sanoittaa omaa oloa, on helpompi valita kuva, joka kuvastaa omaa tunnetilaa.*

*Näkisin käyttäväni kortteja sekä yksilö- että ryhmätyöskentelyssä nuorten kanssa. Keskustelunaiheina voisi olla esim. elämäntilanne, tulevaisuus, itsetunto, tunteet, mieliala, ihmissuhteet, kiusaamiskokemukset. Kortit taipuvat mielestäni moneen ja pidän siitä, että jokainen näkee kuvat omalla tavallaan (erilaiset tulkinnat). Joskus kuvien avulla saadaan avattua jotakin sellaista, joka ei välttämättä olisi muuten tullut esille. Toisaalta taas korttien avulla voi ilmaista tunteitaan ja ajatuksiaan ilman, että tarvitsee selittää näitä sanallisesti. Tästä on hyötyä mm. ryhmien kanssa työskenneltäessä.*

Korttien todettiin soveltuvan ainakin asiakkaille, jotka ovat tottuneet työskentelemään kuvakorttien kautta. Palautteiden perusteella korostui ikäryhmänä teini-ikä, nuoret aikuiset ja yläkouluikäiset sekä ikäryhmät siitä ylöspäin. Korttien koettiin resonoivan asiakkaita, jotka ovat kokeneet elämän rankemman puolen, kuten vangit. Lisäksi mainittiin neuropsykiatriapotilaat sekä autisminkirjoon kuuluvat. Tunnekorttien koettiin olevan erinomainen tuki mielenterveyden edistämisen työvälineeksi.

Kortteja ei suositeltu aivan pienille lapsille, kehitysvammaisille, vanhuksille sekä herkille ihmisille. Pienten lapsien kohdalla korttien epäiltiin olevan liian haastavat sekä osa vastaajista koki luurangon pelottavana hahmona. Ikääntyneiden kohdalla koettiin, että luuranko muistuttaa liikaa kuolemasta. Vastaajat painottivat korttien käytössä yksilökohtaista harkintaa, tilannetajua sekä ammatillista ihmistuntemusta, koska kohderyhmä rajautuu usein yksilökohtaisesti, ei välttämättä kohderyhmittäin. Erityisryhmien ja herkkien asiakkaiden kanssa korttien käyttöä on harkittava tarkkaan.

*Itse, kun työskentelen mielenterveyspäihdepuolella niin tietysti käyttäisi niitä siinä. Mutten näe, ettei ne soveltuisi muihinkin aika laajasti. Ainoa mitä miettisin hyvin tarkasti, että tiedän minkä tyylisiä asiakkaat ovat ja miten he suhtautuvat luurankoon. Luuranko voi aiheuttaa itsessään tunteita ja ajatuksia asiakkaissa. Ajattelen, miten luurangon ajattelee ja näkee. Itse en käyttäisi kortteja aivan pienillä lapsilla. Niille asiakkaille, jotka kokevat luurangon jotenkin negatiivisessa sävyssä. Tai muuten vain luuranko aiheuttaa jotain tunnetta, jolloin se ohjaa myös kortin tunnelmaa ja tunnetta.*

*En näkisi korttien käyttöä pienille lapsille. Saattaisivat olla liian haastavat. En kuitenkaan ajattele, että olisivat pelottavat. Toki lapset voisivat osata korteista muodostaa tarinan luurangosta ja se toimisi myös palauttavana harjoitteena.*

*Mielestäni kortit soveltuvat kaikkiin ikäryhmiin, paitsi ehkä aivan vanhempaan ikäluokkaan. Kuvittelen, että vanhemmat ihmiset voivat nähdä luurankoa kuoleman symbolina tai järkyttyä. Tämä tietenkin voi olla ihan omaa ennakkoluuloa heitä kohtaan ilman totuuden perää. Ei ryhmänä, vaan katsoisin asiakkaan historian. Jos joskus menneisyydessä kuolema on järkyttänyt asiakkaan mieltään, käytettäisiin luurankokorttia varovaisesti (kuva 7).*

*Koen korttien sopivan eri asiakasryhmille. Mm. mielenterveyskuntoutujat, päihteiden käyttäjät, nuoret, syrjäytymisvaarassa olevat, lastensuojelun ja jälkihuollon nuoret. Kuvakortit soveltuvat myös työnohjaukseen. En käyttäisi kortteja pienten lasten kanssa, sillä nämä saattavat kokea luurangon pelottavana hahmona. Erityisryhmien kanssa käyttäisin harkiten. Yksilötyöskentelyssä pohdin aina materiaalin soveltuvuutta asiakaskohtaisesti.*

*Vähän ehkä ronskimpi ihminen, joka on tottunut näkemään ja puhumaan vähän enempi asioista, niin uskoisin, että resonoi tosi lujaa. Yleensä mielenterveys ja päihdeasiakkaat on kokenut, kun ne ei halunnut nähdä mitään semmoista siloteltua, koska ymmärtää, että he on nähnyt muitakin puolia elämässä niin se siloteltu ei enää kiinnosta. Nää on elämän makuisemmat (tunnekortit) kuin ne tosi kivat.*

*Asiakasryhmänä näen ihmiset, jotka syystä tai toisesta tarvitsevat apua / tukea / hyväksyntää oman persoonansa vaikeuksien tulkitsemiseen ja ymmärrykseen. Mielenterveysongelmat, koulukiusaaminen, identiteettiin liittyvät asiat jne. Osa korteista voisi toimia myös rekrytointitilanteessa.*

*Nämä kortit eivät ole liian "pehmeitä" ja pastellin värisiä vaan nämä kortit saavat ainakin itsessäni tunteen, että uskallan heittäytyä myös tunnetilan vaatiessa kiroamaan ja näyttämään tuskani. Nämä kortit voisivat auttaa sanoittamaan niitäkin tunteita, joita ei aina uskalleta tai kehdata näyttää. Vähän "raffimmat" kuvat voivat rohkaista esim. nuoria helpommin käsittelemään tunteita/asioita/tapahtumia.*

*Käyttäisin itse kortteja nuorten aikuisten ja aikuisten kanssa. Nuorten osalta tunteiden tunnistaminen on usein hankalaa ja he hyötyvät siitä, että korteissa on tekstiä tai selkeitä esim. ilmeitä tai asentoja, joiden kautta saavat tunteistaan kiinni. Toki riippuu korttien käyttötarkoituksesta.*

Kuva 7. Vihainen luuranko.

### 5.1.2 Korttien sisältö ja määrä

Vastaajat kertoivat löytävänsä kuvista erilaisia tunteita. Liittyykö tämä tunnekorttien harjaantuneeseen käyttökokemukseen, ammattitaitoon vai visuaalisuuteen? Kuvien tunnetilojen tunnistamiseen liittyy usein yksilön aikaisemmat kokemukset sekä tämänhetkinen elämäntilanne. Lisäksi todettiin, että yhdestä kuvasta voi kokea erilaisia tunnetiloja. Tunnetyöskentelyn toteuttamisessa tämän kaltaisilla korteilla painotettiin ammattilaisen taitoa huomioida asiakas yksilöllisesti sekä varoitettiin tekemästä päätelmiä väärin perustein.

> *Kuvista välittyy hyvin tunteita, joiden kautta asiakas pystyy peilaamaan omia tunteitaan ja tilannettaan.*
>
> *Minä löydän ja monet koekäyttäjät alkoivat puhua tulevaisuuteen liittyvistä asioista, vaikka se ei ollut tehtäväksi anto. Tulkitsen itse tilannetta niin, että kortin kautta avautui jotenkin mahdollisuus tunnistaa ja pohtia tulevaisuuteen liittyviä asioita.*

*Ajattelen, että tunne välittyy kuvasta kokemuksen ja näkemyksen mukaan. En ajattele, että tietty kortti olisi tietty tunne. Toiselle saattaa kuvasta syntyä eri tunne kuin toiselle ja mielestäni se on näiden korttien rikkaus.*

*Kuvissa on hyvinkin paljon tunteita. Tämä tekee niistä käyttökelpoisen välineen asiakastyössä. Mutta tässäkin tilanteessa pitää kortit valita huolella tapauskohtaisesti.*

*Kuva on aina ollut hyvä silta kontaktin luomiseen. On kuitenkin oltava tarkka siinä, ettei kuvan tulkintaa johdatella tai tehdä liian yksioikoisia päätelmiä kuvasta saadusta palautteesta.*

Suunnitellessani tunnekortteja, jäin miettimään, pitäisikö niissä olla kuvatekstit mukana. Kuvatekstit helpottaisivat kuvien tulkintaa, mutta ohjaavatko ne liikaa tulkintaa tiettyyn suuntaan? Tarkoituksena on kuitenkin asiakkaan omien tulkintojen ja ajatusten synnyttäminen. Vastaajat kokivat tekstien ohjaavan kuvan tulkintaa. Mikä ei välttämättä ole huono asia. Vastaajat totesivat, että kuvatekstit tai ohjaavat sanat voisivat helpottaa kuvien tulkintaa ja tunteista puhumista, jos yksilöllä on vaikeuksia sanoittaa ajatuksiaan. Pitää kuitenkin muistaa, ettei kuvatekstien sisältö välttämättä ole sopiva kaikille asiakkaille.

*Kyllä ohjaa, pelkkä kuva antaa enemmän ajatuksille tilaa. Teksti ohjaa usein johonkin tulkintaan.*

*Toisinaan kuvissa teksti saattaa ohjata tulkintaa tiettyyn suuntaan ja tunteeseen. En osaa sanoa, onko tämä aina haitaksi.*

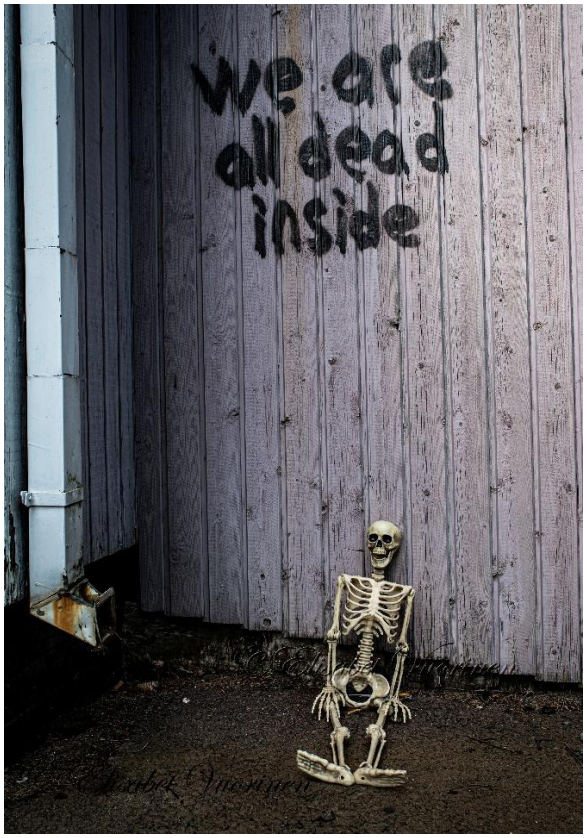
*Pohdin myös sitä, että voisiko teksti jopa auttaa henkilöä, joka ei ole visuaalinen. Mietin, että onko mahdollista, että ilman tekstiä osalle asiakkaista nämä kortit voisivat olla liian haastavia. Ehkä kortit voisivat olla saatavilla tekstillä ja ilman.*

*Mahdollisesti jotkut kuvat voisivat saada lisäarvoa esim. muutaman avainsanan avulla. Tämä voisi edesauttaa asiakasta saamasta paremmin kiinni oletetun tilanteen / ongelman kartoittamisesta ja ratkaisun etsimisestä.*

*Jos kuvissa on teksti, ohjaako se liikaa kuvan tulkintaa? Uskon että molempia kortteja tarvitaan. Esim. tunnetyöskentelyssä joskus vaikea sanoittaa tai edes tietää tunteita, jolloin tunteiden kuvaus voi helpottaa. Yhtä lailla tarvitaan kortteja ilman tekstejä, jotta asiakkaalle jää enemmän omaa tulkintaa.*

*Mielestäni tunnekortit voisi toimia tekstillä tai ilman. Jos haluaa antaa kuvan katsojalle vapaammat kädet tulkita, mikä tunne on kuvassa, niin silloin jättäisin kortit ilman tekstiä. Jos taas haluaa, että kortit ohjaavat ajattelemaan tiettyjä tunteita, voi olla helpompaa, että tunteet on nimetty kortteihin valmiiksi.*

*Minun mielestäni kuvissa olevat tekstit, tai kuvien nimitys ohjaa kuvien tulkintaa. Ainakin niiden asiakkaiden kohdalla, joilla muutenkin on vaikeuksia tuoda omia mielipiteitä esille. Esim. Miettisin tarkkaan, kenelle voin näyttää kuvan, jossa on teksti ”we are all dead inside” (kuva 8)…*




Kuva 8. Luuranko ja teksti. Kuvassa näkyvä teksti oli valmiina kuvauspaikassa.

Tunnekorttipakoissa on yleensä 45–60 kappaletta kortteja. Vastaajien arvio sopivasta korttimäärästä jakaantui minimissään 10 kortista aina 70 korttiin. Eniten suositeltiin 20–30 ja noin 50 kortin pakkoja. Vastaajat muistuttivat, että asiakkaiden ikä ja keskittymiskyky vaikuttavat käytettävien korttien määrään. Sopivan määrän ratkaisuksi esitettiin kahta korttipakkaa sekä ammattilaisen mahdollisuutta valita korttipakasta tarvittava määrä kortteja.

*20 ehkä 30 korttia pakassa. Olisi hyvä, jos olisi kaksi erilaista pakkaa, joissa on eri kuvat, voisi yhdistää tarvittaessa.*

*Kuvavalikoima saa olla runsas. Uskoisin, että 40–50 kuvaa on riittävä määrä. Asiakaskohtaamistilanteessa ammattilainen uskoakseni osaa poimia tilanteeseen sopivat kortit.*

*Rajaisin kuvien määrää. Kuvat ovat mielettömän hienoja, mutta asiakastyössä niitä olisi ainakin minun kohderyhmälleni (nuoret) liian paljon.*

Kyselyn toteuttamistapa oli huono vastaajien kannalta. Tietokoneen ruudulta kuvia pystyi katsomaan vain kuva kerrallaan. Konkreettisten kuvien katsominen pöydän ääressä olisi varmasti antanut enemmän kehittämisen kannalta tarvittavaa tietoa. Korttipakan kooksi haluttiin vähemmän kuin 80 kuvaa, mutta osa vastaajista ei olisi silti poistanut yhtään kuvaa. Mielestäni tämä kertoo kyselyn osittain epäonnistuneen tässä kohdassa. Toisaalta ajattelen, että vastaajat pohtivat kuvia ja niiden yksityiskohtia tarkemmin. Kuvat ja niiden yksityiskohtien tarkastelu tapahtuu aina jokaisen katsojan omista lähtökohdista.

Vastaajat poistaisivat samankaltaisia kuvia. Kuvien todettiin kuitenkin olevan laajasti sovellettavissa eri tilanteissa sekä saman kuvan tuottavan erilaisia tulkintoja eri ihmisten välillä. Vastaajat nostivat esiin yksityiskohtia, kuten värit ja luurangon koko, jotka vaikuttivat kuvien tulkintaan.

*Poistaisin muutamia sillä kortteja/kuvia ehkä liian paljon ja osa toistaa mielestäni toisiaan. Asiakkaan helpompi valita, jos valinta hieman suppeampi. Merkkailin muutamia kuvia, jotka eivät heti herättänet itsessäni tunteita (ei tietenkään tarkoita, etteikö herättäisi jossakin toisessa).*

*Kuvien määrää pitää rajata, hyvin hämärät kuvat poistaisin ja hyvin samankaltaiset kuvat. Positiiviset tunteet liitettiin koekäytössä kuviin, joissa vahvempia värejä.*

*En poistaisi mitään kuvaa, koska mielestäni mitä enemmän on erilaisia kuvia / kortteja, sitä enemmän valitsijalla / katsojalla on vaihtoehtoja löytää omaa tunnetta kuvaava kortti.*

*En kokenut, että jokin tunne tai tilanne puuttui, koska kuvat voidaan tulkita monella tavalla. Varmasti ihmisen oma sen hetkinen tunne vaikuttaa, miten hän tulkitsee kuvat. Esimerkiksi, jos henkilö on rakastunut / ihastunut kukkakuvat voivat tulkita rakkauden osoituksena. Toinen henkilö voi saman tulkita erilaisena tunteena.*

*Poistaisin joitakin kuvia, koska koen, että niitä on liikaa. Monet toistavat samaa ajatusta tai tunnetta. Joko laittaisin ne eri pakkoihin tai poistaisin*

*ne kokonaan. Myös ottaisin pois kuvat, joissa on tekstiä, koska koen, että ne saattaisivat ohjailla asiakas johonkin tunteeseen.*

*Elämän suuret kriisitilanteet voisivat olla ”yksinkertaisesti” kuvattuna. Toki visuaalinen ihminen löytää ne varmasti myös näistä. Sateenkaarilippu niin se voi olla myös toiselle hänen elämänsä surullisin aihe. Esimerkiksi se, että hän haluaisi elää niin, että aurinko paistaisi ja hän voisi elää sitä hänen omanlaista elämäänsä, mutta esimerkiksi läheiset ei tulisi koskaan hyväksymään sitä. Hän ei voi elää arvokasta omaa elämään, hän on niin sanotusti siellä kaapissa ja kokee valtavaa surua siitä (kuva 9).*

Kuva 9. Luuranko ja sateenvarjolippu.

*En osaa sanoa, tunteet olisi helpompi hahmottaa, jos kuvat olisivat olleet fyysisesti kaikki edessäni. Koneella niistä saa vaan yhden auki kerrallaan, joten on vaikeampi muistaa edellisiä kuvia. Huomasin selkeästi kuvia katsoessani, että pidin pienintä luurankoa todella söpönä ja siksi yhdistin pikkuluurangon usein positiivisiin tunnetiloihin. Isommat luurangot ehkä ulkonäön vuoksi tuli yhdistettyä negatiivisiin tunnetiloihin, paitsi muutamat selkeät kuvat, joissa oli iloinen tunnelma.*

Tunnekorttien suunnittelussa ja toteutuksessa pitää kiinnittää enemmän huomiota kuvien laatuun, sävyihin ja kokoon. Asiakkailla saattaa olla rajoitteita toimintakyvyssä, kuten näköaisti. Vinjetoin (vignetting) eli tummensin kuvien

reuna-alueita. Korttien laminointi tummensi kuvia entisestään, joka vaikeutti kuvien katsomista.

> *Ei varmasti ole suoranaista kokonaista ryhmää, jolle nämä eivät sovellu, mutta eivät kaikki asiakkaat tunnista tunteita näiden korttien kautta. Osaa hämmentää värit ja kiinnittävät niihin todella paljon huomioita. Koekäytössä olleet kortit olivat kooltaan hyvin pienet, joten kuvien tarkka katselu hieman haastavaa, jos näön kanssa jotain haasteita, pinta pitäisi olla heijastamatonta myös.*

### 5.1.3 Kuvien eettisyys

Kuvien ei tunnistettu haastavan eettisyyttä eikä sisältävän eettisyyttä haastavia tekijöitä. Hahmon sukupuolettomuus koettiin asiana, jonka avulla asiakkaan on mahdollista samaistua luurankoon. Ammattilaisen on huomioitava asiakastyössä eettinen toimintatapa ja -periaatteet. Luurankohahmo koetaan kuitenkin monin tavoin eri sukupolvien ja elämänkatsomusten perusteella.

> *Luultavasti ei. Joku elämänkatsomukseen tai vakaumukseen perustaen saattaisi kyseenalaistaa jonkun kuvan tai kaikki kuvat.*
>
> *Ei minusta. Koekäytössä tuli esiin kovin erilaisia tapoja tulkita kuvia ja niiden yksityiskohtia. Osa koki luuranko Hepun miellyttäväksi ja osa aluksi vähän outona.*
>
> *Ei, luurangon käyttö kuvissa hahmona on mielestäni erikoinen, mutta hyvä veto. Luuranko on nimenomaisesti epämiellyttävä hahmo, mikä saattaa antaa samaistumispintaa monelle ketä tuntee itsensä ulkopuoliseksi. Pidän myös ajatuksesta, että luuranko on sukupuoleton ja siltä saralta neutraali vaihtoehto.*

### 5.1.4 Muita esille tulleita asioita

Kortit saivat kiitosta sensitiivisyydestä. Kuviin sisältyviä narratiiveja löydettiin. Tunnekortit kaipaavat ohjeistusta, kuinka niitä voi käyttää.

> *Luuranko kuvaa parhaalla tavalla ihmistä, se on kauniin sensitiivinen. Me kaikki olemme mm. kaiken pinnallisuuden, rodullisuuden, uskontojen, seksuaalisten suuntautumisien, sukupuolen yms. alla lopulta täysin samanlaisia. Kortit ovat myös ennen kaikkea hyvin ajattomat.*

*Narratiiviset tunnekortit voivat olla parempi tapa lähestyä asiakasta, kun pelkkä puhe. Erityisesti tämä saattaa olla hyvä tapa lähestyä lapsia ja nuoria.*

*Epäilin aluksi luurangon toimivuutta kuvien hahmona, mutta epäilykseni osoittautuivat turhiksi. Luuranko toimii kuvissa erinomaisesti!*

*Kuvien kanssa pitää olla lyhyt ohjeistus, miten niitä voidaan käyttää.*

*Uskon että nämä tulevat olemaan toimivat, rohkeat ja erilaiset kortit ja odotan innolla, että saadaan nämä markkinoille.*

## 5.2 Asiakaspalaute

Vastaajien, 15 kappaletta, ikähaarukka oli 19–82-vuotiaiden väliltä. Tavoitteena oli kerätä palautetta eri sukupolvilta. Huomioni kiinnittyi nuorempien sukupolvien vastauksiin, jotka olivat selkeästi niukempia kuin vanhempien. Erityisesti jo eläkeiän ylittäneet kertoivat laajasti kuvien herättämistä ajatuksista. Mielestäni tähän voisi liittyä pitkän eliniän mukanaan tuoma elämänkokemus. En pyytänyt ilmoittamaan sukupuolta palautteessa, mutta palaute oli naisvoittoinen. Lisäksi pyysin kertomaan, kokiko vastaaja itsensä visuaaliseksi. Jälkikäteen voin todeta, että visuaalisuuskysymys oli turha, koska se ei antanut tietoa korttien kohderyhmästä tai niiden kokemisesta. Kuvia käsitellessäni nimesin ne sisällön mukaan. Osa vastaajista oli huomioinut tämän. Tarkoituksenani oli vain pitää kirjaa kuvien sisällöstä, etten ottaisi liikaa samanlaisia kuvia kortteihin. Kuvista olisi pitänyt poistaa tallennusnimi, koska se saattoi ohjata kuvien tulkitsemista.

### 5.2.1 Miten kuvat ja luurankohahmo koettiin

Aihevalintana luuranko koettiin mielenkiintoiseksi, kekseliääksi sekä erilaiseksi, mutta myös oudoksi ja pelottavaksi valinnaksi. Luurangon katse kohti vastaajaa koettiin ahdistavaksi.

*Ennakkoon pidin luurankoja aika outona valintana. Katsellessani kuvia hyväksyin valintasi nykymaailmaan sopivana. Kaikissa meissä todella on luuranko, joka kestää paljon. Sen ympärillä oleva kaikki muu ja ihmisen*

*henkinen puoli saattaa heiketä, kullakin omaa tahtia ja eri syistä. Kuvat ovat hienoja ja idea on toteuttamisen arvoinen.*

*Aluksi ajattelin, että luuranko on pelottava, mutta kuvissa näkyy, että luurangolla on ”monet kasvot”. Jossain kuvissa näkyy selkeästi luurangon hymy, melkein kuulee sen nauravan.*

*Jos luuranko katsoo päin, se on ahdistava, pelottava, kuolemasta muistuttava.*

Kuvat koettiin pääasiassa positiivisina tai neutraaleina. Luurangon koettiin kertovan ihmisestä, ei luurangosta. Osa kuvista oli joidenkin mielestä ahdistavia, pelottavia ja surullisia. Eräs vastaaja koki luurankohahmon olevan enemmän kuin ahdistava, mutta jotkin kuvien aiheet ja sommittelu saivat kiitosta. Luurangon sukupuolettomuus ja sukupuolisensitiivisyys sai kiitosta. Sukupuolen koki mieheksi vain yksi vastaaja.

*Itse näen luurankohahmon käyttämisessä lisäksi etuja uskonnottomuuden, ihonvärin ja muiden ns. rotueroihin viittaavien ulkonäköseikkojen, kulttuurisidonnaisuuden sekä muiden etnisten taustojen suhteen.*

*Luurangot ovat miehiä, koska naiset ovat kivempia. He eivät voi olla luurankoja.*

### 5.2.2 Kuvien koetut tunteet, muistot ja tarinat

Kuvista löydettiin ja koettiin erilaisia tunteita, muistoja ja tarinoita sekä kokemuksia. Erityisesti henkilökohtaisissa haastatteluissa vastaajat jakoivat mielellään muistoja ja tarinoita. Kuvasta muodostui siis narratiivi, tarinallisuus. Luurangon ilmeetön ja eloton olemus esti tunteiden löytämistä eräältä vastaajalta. Kuvien muistot liittyivät itsepohdintaan, omaan elämään sekä lapsiin, mutta myös omaan terveydentilaan. Erään vastaajan muistossa yhdistyi kaksi kuvaa yhdeksi tarinaksi. Kuvat saivat aikaan lisäksi muistelua laulujen ja runojen muodossa. Kuvia ja niiden tulkintaa innostuttiin pohtimaan syvällisemminkin.

*Monesta kuvasta pystyi löytämään omaan elämään pohjautuvan tarinan, mitä on tapahtunut menneisyydessä.*

*Luuranko istuu ja tähyää kaukaisuuteen tai luuranko istuu kiven päällä, tästä tulee mieleen, että joskus olen pysähtynyt kiven/kannon nokalle*

*mietiskelemään omia asioita. Luuranko autossa, siitä tulee mieleen, kun lapset ovat saaneet ajokortin, ja ovat iloisia ja lähdössä itsekseen ajelemaan.*

*´Luuranko kiipelissä´-kuva tuo minulle mieleen vaikeuteni oppia pyytämään toisilta apua (kuva 10). ´Luuranko nojaa kahvaan´ ja ´Luuranko tähyää taivaalle tuen varasta´ -kuvat tuovat mieleeni myönteisellä tavalla ajat, jolloin pystyin kävelemään kyynärsauvojen avulla ja tukea vasten katselemaan luontoa, taivasta ja elämää yleensä ihan itsekseni.*

Kuva 10. Luuranko kiipelissä.

*Siitä huolimatta, että luurangolla ei ole ilmeitä, voi monestakin kuvasta pystyä näkemään vihaisuutta, surua, riemua tai tyytyväisyyttä. Kuvaaja on osannut taltioida asetelmaan hyvinkin monessa kuvassa erilaisia tunteita ja ns. taustatarinaa. Minun oli helppo kehittää mielessäni skenaarioita siitä, miten tähän (tunnetilaan) on päädytty, mitä päähenkilö on siis kokenut tai kohdannut ja miten kuvassa näkyvä (tunne) tilanne ratkaistaan tai miten siitä (tunteesta) on mahdollisuus jatkaa eteenpäin. Huomasin pohtivani itsekseni, onko korttien kuvissa tarkoituskin korostaa joidenkin tunteiden näkyvyyttä? Esimerkkeinä nostaisin kuvat ”Luuranko auringonkukkapellossa”, josta tuli itselleni vaikutelma vihaisesta/kiukkuisesta tunteesta ja ”Luuranko lepäilee daaliassa” (kuva 11), jossa hahmo vaikuttaa hyvin tyytyväiseltä ja raukealta.*

*Löydän kuvista monta erilaista tunnetta. Ajattelen kuitenkin, että jokainen kuva resonoi henkilöä, hänen tilannettaan ja ajatuksiaan peilaten*

*katsomaansa kuvaan. Joku kuva saattaa herättää toiselle iloa ja sama kuva taasen toiselle surua.*

Kuva 11. Luuranko lepäilee daaliassa.

### 5.2.3 Kuvien lisääminen ja poistaminen

Kuvia oli 81 kappaletta, joka jo lähettämisvaiheessa tuntui liian suurelta määrältä. Vaikeutenani oli kuitenkin poistaa samankaltaisia kuvia, koska koin ne eri tavalla. Pienen ja suuren luurangon olemus aiheutti minulle erilaiset tulkinnat kuvista. Vastaajistakin kuvamäärän sopiva määrittely oli hankalaa. Osa totesi määrän olevan hyvä ja osa vastaajista oli eri mieltä. Samankaltaisia kuvia ehdotettiin poistettavaksi. Osa vastaajista totesi koko elämänkirjon löytyvän kuvista, koska jokainen katsoo kuvia omasta näkökulmallaan ja elämänkokemuksellaan.

*Kuvia on paljon, joten itse en kerralla käyttäisi kaikkia, vaan ottaisin tilanteen huomioon kortteja käytettäessä.*

Palautteista kävi ilmi, että niihin tarvittaisiin kuvia kiusaamisen kokemuksista, uupumuksesta, sairastumisesta, kateuden, vihastumisen, epäonnistumisen tai

kostonhimon tunteista. Lisäksi koettiin, että kuvista puuttui ylitsevuotava riemukuva, joka voi tuntua toisista ärsyttävältä. Tunteiden kuvaamisen tunnistettiin tuottavan haasteita. Heräsi lisäksi kysymys, voisiko samasta kuvauspaikasta saada erilaisia tunteita herättäviä kuvia. Luuranko seikkailee kuvissa pääasiassa yksin, jolloin toinen hahmo toisi tunnekortteihin pari- tai kaverisuhteen. Kuvista puuttuivat lapseen tai lapsettomuuteen liittyvät kuvat. Useamman vastaajan mielestä kuvat, joissa oli tekstiä, koettiin johdattelevan tulkintaa tekstien suuntaan. Eräs vastaaja ehdotti miehille suunnattuja tunnekortteja, joissa kuva-aiheet liittyisivät autoihin. Kuvien toteutus luonnossa oli useiden vastaajien mieleen. Kuvatekninen toteutus kiinnitti huomiota ja antoi ehdotuksen kuvausaiheeksi liittyen vastaajan omaan elämään.

> *Lisäisin sellaisia kuvia, missä luurankoja on useampi. Silloin tulisi kysymyksiä, miten kohdata joku toinen, ns. terve tai ns. sairas. Silloin tulisi pohdintaa, miten toiseen luottaa. Jos kuvassa on monta ihmistä, tulisi pohdintaa, miten selvitä eri tilanteista. Tässä elämässä niitä hankalia tilanteita on aika paljon.*
>
> *Suurimmassa osassa kuvista on epätarkan taustan ja kuvan keskiössä olevaan luurankoon kohdistuvan tarkkuuden kontrasti on erittäin onnistunut ja toimiva. Ihan jossain satunnaisissa kuvissa huomasin jotain pientä epätarkkuutta yksityiskohdissa, joihin katseeni kiinnittyi, (esimerkkinä ”luuranko -4”, jossa luuranko katselee violettien kukkien seasta kohti kameraa), mutta en sanoisi sen olevan kuitenkaan häiritsevää. Voisiko mukaan kortteihin ottaa myös jotain kuvia, joissa itse luuranko on hyvinkin epätarkka? Se voisi myös herättää asiakkaassa mahdollisesti sellaisia ajatuksia/tunteita, joita muut kortit eivät saa aikaan. Oma kokemukseni terveydenhuollon ja sosiaalityön asiakkaana toisinaan on irrallisena elementtinä tai jopa ulkoisena häiriötekijänä oleminen, joten jos joukossa olisi vaikka kuva, jossa luuranko esiintyy sumeana, epätarkkana osana suurta systeemiä, toimistoa, käytävää, arkistoa tms. se voisi olla hyvä lisä näin monipuolisessa ja kattavassa luurankolajitelmassa.*

Sain muutamalta vastaajalta myöhemmin palautetta kuvista. Ajattelen, että vastaajien alitajunta työsti kuvia vielä jälkikäteen. Henkilökohtaisissa haastatteluissa tein muistiinpanoja vastaajien kommenteista kuviin liittyen. Oli erittäin mielenkiintoista huomata, kuinka eri tavalla kuvat koettiin. Eräällä vastaajalla oli negatiivinen ennakkoasenne luurankoa kohtaan, mutta kuvia kommentoidessaan hän puhui hahmosta ihmisenä. Suunnittelin hullun hauskaksi

tunteeksi kuvan, jossa luuranko makaa nurmikolla ja nauraa (kuva 12). Eräs vastaaja koki kuvan väkivaltaisena: luuranko oli kauhuissaan kaatunut, ammuttu.

Kuva 12. Luuranko makaa nurmella ja nauraa.

Vaikka luuranko onkin kuvien päähenkilö, pienet yksityiskohdat voivat toimia muistikuvien herättäjinä, kuten jokin esine, sen väri tai kuvauspaikka. Luuranko jäi näissä tapauksissa täysin sivuosaan.

## 5.3 Sataedun opiskelijapalaute

Sataedussa toteutettu tutkimuskysely (Liite 4) valmistui viimeiseksi. Se toi opinnäytetyöhön eettisesti kestävän tutkimusotteen, johon lähipiirissä tehty palautekysely ei vastaa. Eettinen tutkimus vaatii ennalta tuntemattomat vastaajat, jolloin tuloksena saatu tieto on luotettavaa ja uskottavaa. Tunnekorttien ideana oli tarkastella useita kuvia samanaikaisesti. Tämä ei toteutunut, kun kuvia katsottiin yksittäin tietokoneen näytöltä.

Sovin yhteistyöstä Sataedun Hyvinvointialan lehtorin Niina Salovaaran (2025b) kanssa. Kysely toteutettiin sosiaali- ja terveysalan perustutkinnon opiskelijoilla. Tutkimuksen toteuttaminen vaati luvan Sataedun rehtori Anne Laineelta, jolle lähetin esittelyn opinnäytetyöstäni sekä esitettävistä kysymyksistä (liite 3.). Kolmessa vastaajaryhmässä oli yhteensä 34 henkilöä. Heidän ikäjakaumansa oli 17–60 vuotta.

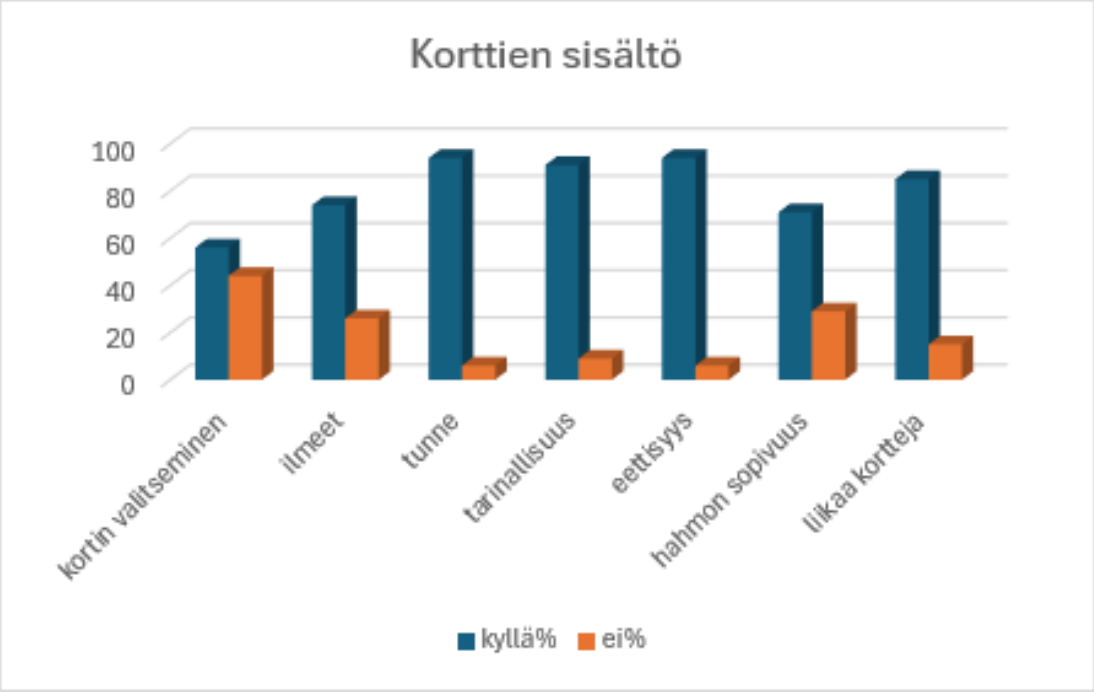
Kysely toteutettiin Microsoftin Forms-ohjelmalla. Poistin kyselykaavakkeesta tarkoituksettomia kysymyksiä. Vastausvaihtoehtoina oli vain kyllä / ei. Kyselyn lopussa vastaajilla oli mahdollisuus antaa kehitysideoita sekä vapaata palautetta kortteihin liittyen.

Kyselylle suoritettiin koetestaus, mikä olikin tarpeen. QR-koodi lakkasi toimimasta tuntemattomasta syystä. Saatekirjeeseen lisättiin osoiterivi, jos QR-koodi ei jostain syystä toimikaan vastaajien puhelimessa. Tulostin kuvat tietokoneella. Kuvien kooksi tuli noin 9 cm x 6 cm, koska jouduin käyttämään maksullista tulostuspalvelua. Liimasin kuvat vahvemmalle paperille, minkä huomasin olleen virhe laminointivaiheessa. Paperi alkoi kupruilla liiman vaikutuksesta, jolloin laminointi osittain epäonnistui. Kuvia piti olla 81 kappaletta, mutta tulostettuna niitä olikin 80 kappaletta. En nähnyt tarpeelliseksi etsiä puuttuvaa kuvaa, koska kuvia oli muutenkin paljon. Laminointi tummensi kuvia entisestään, jota en osannut ottaa huomioon. Osa kuvista muuttui vaikeammin hahmotettavaksi.

### 5.3.1 Tunnekorttien sisältö

Kyselyn: kuviossa 1, ensimmäiset kysymykset liittyivät tunnekorttien kokemiseen. Nämä kysymykset antavat vastauksen korttien käyttökelpoisuuteen. Ensimmäisenä kysymys liittyi kortin valitsemiseen. Vastaajien mielipiteet jakautuivat liki tasan, vain pieni enemmistö totesi kortin valitsemisen olleen helppoa. Selkeä enemmistö eli 75 % vastaajista löysi luurangolta ilmeitä. Vastaajat löysivät korteista tunteita kahta vastaajaa lukuun ottamatta. Vain kolme vastaajaa ei löytänyt kortteihin sisältyvää tarinallisuutta. Selkeä enemmistö koki korttien

olevan eettisesti sopivat sosiaalialalle. Vain kaksi vastaajaa totesi niiden olevan sopimattomat. 71 % vastaajia katsoi luurangon sopivan tunnekorttien hahmoksi. Kortteja oli 85 %:n mielestä liikaa.

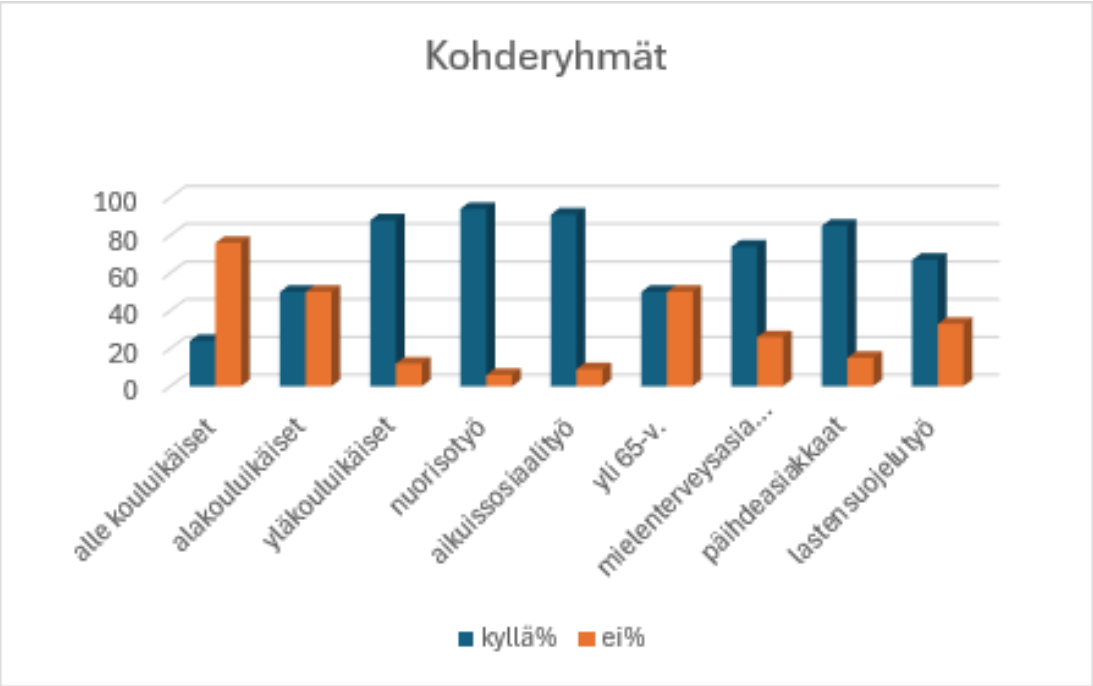



Kuvio 1. Kuvien sisältöön liittyvät kysymykset.

### 5.3.2 Tunnekortit ja asiakasryhmät

Kyselyssä: kuviossa 2, selvitettiin vastaajien mielipiteitä korttien käytöstä eri asiakasryhmissä. Vastaajista 76 % ei käyttäisi kortteja alle kouluikäisillä. Mielipide jakautui tasan puolesta ja vastaan, kun kyseeseen tulivat alakouluikäiset eli 1.–6.luokkalaiset. Selkeä enemmistö eli 88 % käyttäisi tunnekortteja yläkouluikäisillä eli 7.–9.luokkalaiset. Nuoret eli lainsäädännön mukaan alle 29-vuotiaat vahvistuivat korttien pääasialliseksi kohderyhmäksi. Vastaajista peräti 94 % käyttäisi kortteja tällä kohderyhmällä. Vain kaksi vastaajaa ei käyttäisi kortteja. Melkein yhtä vahvasti kohderyhmäksi kohdentui aikuissosiaalityö. Vastaajista 91 % käyttäisi kortteja tässä kohderyhmässä. Ikääntyneiden eli yli 65-vuotiaiden kohderyhmässä vastaukset jakaantuivat tasan. Vastaukset jakaantuivat mielenkiintoisesti mielenterveys- ja päihdeasiakkaiden välillä. Vastaajista 74 % käyttäisi kortteja mielenterveysasiakkaiden kanssa ja 85 % vastaajista käyttäisi kortteja päihdeasiakkaiden kanssa. Asiasta tekee

mielenkiintoisen se, että mielenterveys- ja päihdeongelmat kulkevat yleensä rinnatusten näiden asiakasryhmien elämässä. Liitettiinkö vastauksiin vastaajien omia asiakaskokemuksia? Lastensuojelutyö jakoi mielipiteitä, 67 % vastaajista käyttäisi kortteja työssään.




Kuvio 2. Tunnekorttien kohderyhmät.

Tarkasteltuani kyselytutkimuksen vastauksia huomasin, että vähintään 2–3 vastaajaa koki tunnekortit selkeästi negatiivisena. Pohdin, että tämä liittyi luurankohahmon aiheuttamiin ennakkoajatuksiin. Vastaajien ikähaarukka oli laaja, jolloin sukupolvien erilaisia näkemyseroja löytyi.

### 5.3.3 Tunnekorttien määrä ja hahmo

Korttien takana oli numero, jonka vastaajat kirjasivat kyselykaavakkeeseen. Numeroiden tarkoituksena oli saada selville eniten käytetyt kortit, jotka tulisivat viimeisteltyyn tunnekorttipakkaan. Puolet vastaajista valitsi kaksi korttia ja toinen puoli valitsi vain yhden kortin. Kortteja valittiin kaikkiaan 51 kappaletta, joista 10 valittiin kahteen tai kolmeen kertaan. Kuvia katsoessani huomasin, että minun olisi kannattanut kysyä vastaajilta, miksi he päätyivät juuri tuohon kuvaan. Mitä tunteita kuviin liittyi ja löytyikö valintojen takaa narratiivia.

Katsoessani kuvia tulkitsen niitä kuitenkin omien tuntemusten ja ajatusten kautta. Olisin ehkä saanut lisätietoa kuvien jatkokehittämiseen.

### 5.3.4 Kehitysehdotukset ja huomiot koekäytössä

Vastaajat nostivat seuraavia kehitysehdotuksia esille. Kuvien toivottiin olevan vaaleampia, isompia ja terävämpiä selkeyden vuoksi. Kuvat tarvitsisivat erilaisia kuvauspaikkoja luonnon lisäksi. Kuvatekstit auttaisivat kuvien tulkintaa. Kehykset lisäisivät kuvien syvyyttä. Tunnekortteissa pitäisi olla lisää vihaisia kuvia.

Lehtori Niina Salovaara (2025c) kertoi huomioitaan opiskelijoiden toiminnasta tunnekorttien valinnassa. Vastaajien oli pitänyt valita kortti heidän fiilikseensä tai tunnelmaansa liittyen. Opetustilanteessa ei ollut tarkoitus tehdä syvällistä pohdintaa. Osa vastaajista oli alkanut tulkitsemaan tehtävänantoa niin, että kuvasta pitää löytää yksityiskohta, joka liittyisi jotenkin heidän tarinaansa. Kuva, jossa luuranko istuu punaisen sydämen päällä, valittiin usein kuvaamaan onnellisuutta tai iloa (kuva 13).

Kuva 13. Rakkaus ja luuranko.

Jäin miettimään, pitäisikö katsojaa ohjeistaa kuvan valinnassa ja onko olemassa väärää tapaa valita kuvaa. Mietin, rajaako ohjeistus yksilön vapautta tulkita kuvia. Ohjeistukset vaikuttavat yksilön vapaaseen ajatteluun eli he eivät tule kohdatuiksi yksilöinä. Tämä voi olla motivaatiota rajoittava tekijä. Tunnekorttien päätavoitteena on antaa yksilölle vapaus itsepohdintaan tunnetilassaan, tilanteessaan tai ongelmassaan. Vertaan siis ohjeistuksia toimintaympäristöön, joka ei hyväksy luovuutta, jolloin yksilö kokee luovuuteensa liittyen yksinäisyyttä ja eristäytyneisyyttä. Tämän seurauksena hänestä voi tulla passiivinen, jopa aggressiivinen toimija. Tunnekorttien käyttäminen asiakastyössä on vuorovaikutustilanne. Positiivisessa vuorovaikutuksessa osallistujat kokevat tulevansa kohdatuiksi ja olevansa arvokkaita. Tämä kehittää empatiaa, jolloin he ottavat vastuuta teoistaan ja toisistaan.

Katsojan visuaalisuus tai taito puhua kuvien kautta ei vaadi tiettyyn yksityiskohtaan nojaamista. Tällöin he tulkitsevat kuvaa perustaen siinä olevaan tunnetilaan ja kytkevät sen omaan tunnetilaansa. Osassa kuvista vastaajat tavoittivat nopeasti kuvan tunnelman (kuva 14). Kuvaa tulkittiin omasta näkökulmasta, kuten talousahdinkona tai taloustilanteen parantumisena. Eräs vastaaja oli puhunut nykyhetkestä, opintojen epävarmasta tilanteesta, jolloin valitussa kuvassa oli ollut jotenkin epävarma tilanne. Osa vastaajista laajensi tehtävän annon keskusteluksi, jossa puhuttiin menneisyydestä tai tulevaisuudesta. (Salovaara, 2025c.)

Salovaara (2025c) korosti ryhmädynamiikan vaikutusta ihmisten rohkeuteen kertoa itsestään. Pidemmän aikaa yhdessä opiskelleet olivat kertoneet itsestään enemmän toisin kuin äskettäin opiskelunsa aloittaneet. Kyse on siis turvallisuuden tunteesta, jota hyvä ryhmädynamiikka tukee.

Kuva 14. Luuranko ja matti kukkarossa.

# 6 JOHTOPÄÄTÖKSET

## 6.1 Eettisyys

Korttien tarkoituksena on edistää mielenterveyttä. On tärkeää erottaa mielen terveys ja mielen sairaus. World Health Organization toteaa mielenterveyden olevan keskeinen osa hyvinvointia. Ihminen ymmärtää omat kykynsä sekä käyttää niitä elämässään haastavissa tilanteissa. Lisäksi hän kykenee työskentelemään ja toimimaan yhteisössään. (WHO, 2013.) Mielenterveys-käsitteellä tarkoitetaan myönteisiä elämäntaidollisia ja yhteiskunnallisia taitoja, joiden avulla ihminen toimii elinympäristössään (MIELI ry, 2022). Mielen sairaudet tarkoittavat lääketieteellisesti tutkittuja ja arvioituja diagnooseja mielenterveyshäiriöistä. Tällöin yksilöllä on vakava-asteista, pitkäkestoista psyykkistä oireilua, joka haittaa hänen toimintaansa. Psykoosisairaudet sekä päihderiippuvuudet kuuluvat mielenterveyshäiriöihin. (Mielenterveyshäiriöt, n.d.)

Korttien eettisyys mietitytti luurankohahmon vuoksi. Voisivatko tunnekorttien kuvat aiheuttaa asiakkaille lisää mielenterveysongelmia ja estää korttien käyttämisen? Kummitukset, kuolema ja luuranko liitetään usein vahvasti yhteen. Googlen luuranko ja fobiat -haulla löytyi Wikipedian epävirallinen lista. Siellä mainittiin seuraavat fobiat:

- koinmetrofobia eli hautausmaapelko
- nekrofobia eli kuoleman pelko
- tanatofobia eli kuolleiden pelko
- phasmofobia eli haamupelko

Ihmisen aivot eivät näe tai tunnista eroa todellisen vaaran ja fobian välillä. Fobia invalidisoi, aiheuttaa suhteettoman voimakasta pelkoa tai jopa kauhua ihmisessä. Se ilmenee fobiaa aiheuttavassa tilanteessa tai kohteen lähellä eloonjäämisreaktiona. Siinä keho jännittyy, sydämen toiminta kiihtyy ja ihminen alkaa vapista sekä hikoilla. Kasvot alkavat punertua, hengitys muuttuu, suu kuivuu sekä pupillit laajenevat. Ihminen alkaa usein voida pahoin sekä häntä voi pyörryttää. Traumaperäinen stressihäiriö syntyy, kun ihminen on kokenut traumaattisen tapahtuman uhrina tai sen todistajana. Tapahtuma on sisältänyt kauhua, voimakasta pelkoa tai avuttomuutta. Traumaperäinen stressihäiriö voi kehittyä fobiaksi. (Hellström, 2000, s. 13–14, 23–24, 27–28.)

Asiakaspalautteessa osa vastaajista koki luurangon pelottavana, jopa ahdistavana. Sukupolvien välillä oli selkeitä eroja luurankohahmon kokemisessa, kuten iäkkäämmällä sukupolvella oli selkeä ennakkoasenne hahmoa kohtaan. Kuitenkaan nämä seikat eivät estäneet heitä hahmottamasta tunnekorttien ideaa. Tunteita, muistoja ja tilanteita omaan elämään liittyen muistui mieleen, erityisesti vanhemmilla ikäpolvilla. Osa yli 70-vuotiaista halusi pohtia ja kertoa jokaisesta kuvasta jotain omaan elämäänsä liittyen. Vaikka vastaajien määrä olikin suppea, 15 henkilöä, mielestäni tämä tukee tunne/kuvakorttien käyttöä iäkkäämpien asiakasryhmien kanssa työskenneltäessä. Osa vastaajista ehdotti kuvausideoita korttien aiheiksi, kuten kuvien sumeus kuvastaa asiakkaan irrallisuutta tai näkymättömyyttä palveluiden rattaissa. Kuvien todettiin olevan osittain samankaltaisia, kuitenkin iäkkäämpi sukupolvi löysi kuvista elämän

koko kirjon. Kuvien tulkitsemissa on kyse luovuudesta. Anne Harju-Ontto (2021) kirjoittaa gradussaan luovuuden assosiaatiohierarkioista, joka selittää luovien ja vähemmän luovien eroja ongelmatilanteen ratkaisussa. Luovat yksilöt omaavat löyhiä assosiaatiohierarkioita, jolloin he päätyvät epätavallisiin ongelmanratkaisuihin. Vähemmän luovat tekevät tavanomaisia ratkaisuehdotuksia.

Ammattilais- ja opiskelijapalautteen perusteella korteissa ei ollut eettisyyttä haastavia tekijöitä. Vastauksista ilmeni, etteivät luurankohahmo ja kuvien sisällöt loukkaa tai sisällä eettisyyttä rikkovia tekijöitä. Se ei kuitenkaan estä ammattihenkilöä tai asiakasta kieltämään korttien eettisyyttä. Tällöin he tuskin tulevat käyttämään näitä tunnekortteja.

## 6.2 Korttien kohde- ja ikäryhmä

Tunnekorttien kohde- ja ikäryhmät tulivat selkeästi näkyviin kyselyissä. Sataedusta saadun opiskelijapalautteen perusteella tunnekortteja voisi käyttää yläkouluikäisistä aina aikuissosiaalityön ikäryhmään kuuluvat. Alakouluikäisillä ja yli 65-vuotiailla mielipiteet korttien käytöstä jakautuivat tasan puolesta ja vastaan. Kyselyiden vastaajat painottivat korttien käytössä asiakastuntemusta sekä menetelmän sopivuutta sekä asiakkaalle että ammattilaiselle. Luuranko symbolisoi kulttuurissamme vahvasti kuolemaa, jolloin se ei välttämättä sovi herkille yksilöille. Lisäksi on huomioitava asiakkaan psyykkistä puolta sen hetkiseen elämäntilanteeseen liittyen. Asiakkaan tilanne voi olla erittäin haastava, kuten lapsen tai puolison kuolema. Kortit voivat näissä tilanteissa aiheuttaa lisää psyykkistä ja fyysistä kuormitusta.

Vastaajat eivät käyttäisi kortteja alle kouluikäisillä. Osa vastaajista koki korttien olevan pelottavia, erityisesti luurankohahmo. Eräässä ammattilaispalautteessa epäiltiin korttien olevan liian haastavat, mutta eivät pelottavat pienille lapsille. Korttien idea ei välttämättä aukea lapsille kuten aikuisille, mutta lapset voisivat silti osata muodostaa korteista tarinan. Se voisi toimia palauttavana harjoitteena. Asiakaspalautteessa eräs vanhempi kertoi, että oli katsellut kuvia

9-vuotiaan lapsensa kanssa. Vanhempi kertoi, että lapsi oli pitänyt kuvia hyvinä ja osannut samaistua niihin. Nuorempien sukupolvien asenne ja ennakkoluulot luurankoa kohtaan ovat erilaiset kuin vanhempien sukupolvien. Tähän vaikuttaa erityisesti kulttuurimme muutos, kuten lastenohjelmissa esiintyvät luurangot (Moonbug Entertainment, 2022). Luurankoa ei useinkaan koeta kuoleman ja pahan symbolina nuorten sukupolvissa.

Sataedun vastaajista 85 % käyttäisi tunnekortteja päihdeasiakkailla. Mielenterveysasiakkailla tunnekortteja käyttäisi enää 74 %. Lastensuojelun asiakasryhmä jakoi hieman enemmän mielipiteitä, mutta pääosa vastaajista (67 %) käyttäisi kortteja heidän kanssaan. Ammattilaispalautteessa mainittiin mielenterveys- ja päihdeasiakkaat pääasiallisena kohderyhmänä. Osa vastaajista ei kohdistaisi kortteja tietyille asiakas- tai ikäryhmille, vaan harkitsisi korttien käyttöä asiakaskohtaisesti. Korttien koettiin resonoivan rikosseuraamuksen asiakkaita, kuten vankeja. Tunnekortit, jotka ovat ”vaaleanpunaista unelmaa” eivät välttämättä puhuttele elämän raadollisemman puolen nähneitä. Kortteja käytettäisiin yksilö-, pari- ja ryhmätyössä. Vastauksissa nousi esille erityisesti nuoret kohderyhmänä. Ammattilaispalautteissa nostettiin yksityiskohtaisemmin esille tilanteita, joissa kortteja voitaisiin käyttää keskustelun tukena.

- identiteettiin liittyvät asiat
- elämäntilanne, tulevaisuus
- itsetunto, tunteet, mieliala
- ihmissuhteet, kiusaamiskokemukset
- rekrytointitilanne
- inspiraation lähde / luova ilmaisu, taide

Korttien haasteeksi nousi tekstittömyys. Osa asiakkaista tarvitsisi ohjaavia sanoja tunteiden tunnistamiseen. Kuitenkin tekstin koettiin ohjaavan liikaa tulkintaa, jolloin katsojalla ei ole vapaata mahdollisuutta tulkita kuvaa. Ratkaisuna voisi olla korttipakan liitteenä oleva tunnesanalista, jolla voitaisiin avustaa tunnetilan sanoittamista.

Palautteista kävi selkeästi ilmi, että korteille on tarvetta asiakastyössä. Useampi asiakastyössä toimiva vastaaja kertoi, etteivät ole törmänneet tämän kaltaisiin tunnekortteihin.

# 7 POHDINTA

Tunnekorttien toteuttaminen ja niistä saatujen palautteiden kautta olen syventänyt ymmärrystäni ihmisen kyvystä tulkita kuvia oman elämänkerran pohjalta. Tunnekortteihin liittyy semiotiikkaa, joka tarkastelee kuvien merkityksiä syvällisemmin (Muotio, 2022). Jatkokehittelyssä minun kannattaa perehtyä syvällisemmin semiotiikan ja symboliikan teorioihin. Erityisesti värien vaikutukseen tulkinnassa, koska nyt en osannut huomioida sitä.

Luurankohahmo on hyvin sensitiivinen, sillä se kunnioittaa asiakkaan yksilöllisyyttä, kulttuurisuutta ja etnisyyttä. Asiakkaalla on mahdollisuus samaistua hahmoon, vaikka se onkin eloton ja muovinen esine. Symbolisesti luuranko kuvaa ihmisyyden sisäistä minää ja sen haavoittuvuutta. Etäisyys epätodellisen hahmon ja asiakkaan välillä voi helpottaa vaikeiden ja haastavien asioiden ja tunteiden käsittelyä. Etäisyys voi lisäksi vähentää häpeän tai pelon tunnetta. Jos asiakas kokee luurangon hauskana ja leikillisenä hahmona, kynnys korttien kokeiluun voi madaltua. Tunnekorttien päähenkilö ei voinut olla nimetön. Asiakastyössä nimen käyttäminen korostaa sensitiivisyyttä ja emotionaalisuutta. Googlen haun perusteella valitsin nimen Kaino, joka sopii sekä miehelle että naiselle. Tekoäly Copilot selitti Kaino-nimen adjektiiviin liittyvästä merkityksestä, joka viittaa mielikuvaan hiljaisesta, herkästä ja hienotunteisesta persoonasta. Koen, että tunnekorttien luuranko kuvastaa juuri tätä.

Vahva symboliikan käyttö voi helpottaa asiakkaita, joilla on vaikeuksia sanoittaa tunteitaan tai ajatuksiaan. Kuitenkin liian vahvan symboliikan käyttö voi haastaa asiakasta näkemästä häntä resonoivaa asiaa. Tarkoituksena on kuvien kautta löytää oivalluksia ja luovuutta, jotka tukevat mielenterveyden

kehittymistä. Barthes (1985, s. 44) esittää, että kumouksellisen kuvan ei kuulu pelottaa, järkyttää tai häpäistä katsojaa, vaan auttaa hänet ajatuksiinsa vaipumiseen eli ajattelevaan katsomiseen. Kuitenkin valokuvat voivat järkyttää katsojaa, koska niistä voi nousta esiin muistikuvia, joita asiakas on peitellyt tai unohtanut. Valokuva voi siis olla väkivaltainen, kun se joka kerta täyttää katseen, eikä katsoja pysty kieltämään tai muuntamaan sitä (Barthes, 1985, s. 97). Asiakastyössä ammattilaisen tulisi hallita tunnetaitotyöskentely sekä tuntea asiakkaansa taustaa, jotta korttityöskentelyn haastavat tilanteet eivät lisäisi asiakkaan kuormittumista.

Kortit opettavat asiakkaalle sekä ammattilaisellekin reflektiota. Reflektoinnissa yksilö pysähtyy ja tekee itsearviointia elämästään ja toiminnastaan. Reflektointi auttaa jäsentämään omaa toimintaa. (Jyväskylän ammattikorkeakoulu, 2023.) Tunteet, minäkuva ja itsetunto linkittyvät toisiinsa kiinteästi. Ihminen määrittelee itseään, tavoitteitaan ja arvomaailmaansa minäkuvan kautta. Reflektion avulla yksilöllä on mahdollisuus oppia tunnistamaan tunteitaan, jotka vaikuttavat minäkäsitykseen. Oman elämäntarinan pohtiminen, heikkouksien ja voimavarojen tunnistaminen voivat vahvistaa itsetuntoa. Itsetunto kehittyy hitaasti, aivan kuten elämänmuutoskin. (Keltinkangas-Järvinen, 1994, s. 17–21, 275–278.) Kortteihin liittyi leikillisyys, jonka huomasin erityisesti vanhempien ikäpolvien palautteista. Mahdollisuus luovuuteen sai aikaan oivalluksia, kuten muistoja lapsuudesta, mieleen tulevia runoja ja lauluja. Sosiaalialan työtehtävät ovat usein haastavia, mutta leikillisyyden kautta voidaan saavuttaa dialogi asiakkaan ja ammattilaisen välille. ”Dialogiset kasvatussuhteet tulee pitää avoimina leikille ja leikillisyydelle” (Nivala & Ryynänen, 2019, s. 195–196). Toivonkin, ettei haastava taloudellinen tilanne sosiaalialalla estä luovien menetelmien käyttöä.

Sopivan korttipakan koon määrittäminen on ollut vaikeaa. Kuvien karsimisen apuna voisi käyttää Barthesin (1985, s. 46–47) tulkintaa unaarisista kuvista. Ne herättävät laimean kiinnostuksen, mutta niistä puuttuu yksityiskohta, joka herättää tai haavoittaa katsojaa. Lopullisen korttipakan toteuttamisessa on syytä muistaa, ettei ole tuotetta, joka täyttäisi kaikkien tarpeet. Lisäksi korttien erilaisuus saattaa alussa haastaa asiakasta. Ihminen torjuu ja kieltää helposti

asioita, joita hän ei ymmärrä (Itkonen, 2011, s. 11). Korttien koekäytössä osa vastaajista alkoi miettiä tulevaisuuteen liittyviä asioita, vaikka tehtäväanto ei liittynytkään siihen. Valokuva kertoo siis asiasta, joka on ollut, mutta siitä voi löytää lisäksi futuurin ”Näin on oleva” (Barthes, 1985, s. 83–86, 102). Kortteja voi siis käyttää menneiden pohdintaan, mutta myös tulevaisuuden suunnittelemiseen.

Opinnäytetyöni laajeni jo alkuvaiheesta lähtien alkuperäisten tutkimuskysymysten ulkopuolelle, koska loppuvaiheessa painottuivat yrittäjyys, kuvien tulkinta, kehittämisen kohteet ja korttien lopullinen toteutus. Mielenkiintoni on vahvistunut entisestään sosiaalialan luovaan työkenttään ja toivon löytäväni yhteistyökumppaneita tulevaisuudessa. Aihe on itselleni edelleen tärkeä ja työskentelyn aikana heränneet uudet kysymykset kannustavat jatkamaan korttien kehittelyä. Painatukseen menevä korttipakka eroaa suuresti koekäytetystä. Lisään uuden näkökulman sisältäviä ja poistan samankaltaisia kuva-aiheita palautteen perusteella.

Jälkikäteen ymmärsin, että opinnäytetyö olisi pitänyt pilkkoa pienempiin osiin, koska se sisälsi monia vaiheita, joista minulla ei ollut aikaisempaa kokemusta. Tähän liittyy erityisesti alkuvaiheen verkostoitumisen tärkeys. Opin siis kantapään kautta ajan ja vaivan säästämisen taidon. Sosiaali- ja terveysalan ammattilaisilta olisi kannattanut kysyä asiakkaiden kokemia tunnetiloja ja tilanteita, mikä olisi helpottanut kuvausaiheiden suunnittelua ja toteutusta. Opintojen loppuvaiheessa huomasin kaipaavani opiskeluryhmän tukea. Monimuotoopiskelu on haastavaa pitkien välimatkojen, erilaisten elämäntilanteiden ja opintojen eri vaiheiden vuoksi. Opinnäytetyöni työstäminen on ollut pääosin itsenäistä pohdintaa ja suunnittelua.

# 8 KIITOKSET

Opinnäytetyöni on yhteistyön tulos. Kiitokset Satakunnan ammattikorkeakoulun Hyvinvoinnin ja terveyden osaamisaluetta opinnäytetyöni tilaamisesta. Kiitän ohjaajiani Hanna Raitakaria ja Lenita Kumpulaista kaikesta tuesta ja avusta. Sain toteuttaa mielenkiintoisen projektin. Kiitos Sataedulle tutkimuskyselyn mahdollistamisesta ja erityisesti kiitän lehtori Niina Salovaaraa sen toteutuksesta sekä tuesta opintojeni aikana.

Kiitän kuvataideterapian ja terveydenhuollon ammattilaista, joka auttoi minua työskentelyn alussa ymmärtämään projektini tärkeyden. Monimuoto-opinnot ovat olleet välillä erityisen haastavia, jolloin oma verkostoituminen on ollut todella tärkeää. Erityiskiitos opiskelukaverilleni Anna Aarniolle opintoihin ja opinnäytetyöhön liittyvästä tuesta.

Yrittäjyyteen liittyvissä asioissa minua ovat neuvoneet Hannele Tuominen, Tiia Maja-Salminen sekä Hanna Lindberg. Kameratekniikassa ja kuvankäsittelyssä sain apua Raimo Rosholmilta. Kiitän Päivi Sundholmia valokuvaukseen liittyvästä opetuksesta ja yrittäjyyteen kannustamisesta.

Kiitos Mainosulvila Oy:n Maija Vihlmanille tunnekorttien painatustyöhön liittyvistä tiedoista ja avusta. Sain yhteistyökumppaniksi työstäni kiinnostuneen henkilön sekä loppukirin opinnäytetyön tekemiseen. Suuri kiitos filosofian maisteri Marjaana Perttulalle opinnäytetyön oikoluvusta ja kieliopillisesta avusta.

Kiitokset kuuluvat myös kaikille nimeltä mainitsemattomille, jotka ovat osallistuneet sekä lupautuneet auttamaan tunnekorttien jatkokehittelyssä.

# LÄHTEET


Aarnio, A. (6.3.2025). Puhelinkeskustelu sosionomi Anna Aarnion kanssa.

Aavikko, M. (n.d.). Kuvallinen suunnittelu ja vetovoiman lait. Haettu 6.4.2025 osoitteesta https://marjutus.media/kuvallinen-suunnittelu-ja-pop-taide/

Airikka, K. (5.5.2020). Valokuvaten voi tavoittaa läsnäolon. Silta. Haettu 1.6.2025 osoitteesta https://www.siltalehti.fi/sivustot/silta/juttusilta/kulttuuri/valokuvaten_voi_tavoittaa_lasnaolon.51345.news#126b8fdd

Barthes, R. (1985). Valoisa huone = La chambre clare = Camera lucida. Gummerus.

Dunderfelt, T. (2006). Voimavarana itsetuntemus. Kirjapaja.

Ely-keskus. (3.3.2025). Soitto neuvontapalveluun.

Haatainen, K. (8.12.2024). Skeemat, mitä ne ovat? Haettu 29.1.2025 osoitteesta https://katjahaatainen.com/blogi/skeemat-mita-ne-ovat-2/

Harju-Ontto, A. (2021). Visuaalisen luovuuden ja visuaalisen havaitsemisen välinen yhteys. Visuaalinen sujuvuus ja visuaaliset taidot. [pro gradutyö, Jyväskylän yliopisto]. https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/81451/URN%3ANBN%3Afi%3Ajyu-202206033069.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Hellström, K. & Haneli, Å. (2000). Fobiat. Edita.

Hietaharju, M. (2010). Kuuntele kuvaa. Näkökulmia valokuvan tulkintaan. Docendo.

Huhtinen-Hilden, L. & Isola, A.-M. (2019). Luova ryhmätoiminta lisää hyvinvointia. THL. Haettu 19.1.2025 osoitteesta https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137914/URN_ISBN_978-952-343-329-8.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Itkonen, S. (2011). Taidekuvan äärellä. Katso, koe, jaa. Otava.

Julku, K. (2023). Luurangot taiteessa. [AMK-opinnäytetyö, Satakunnan ammattikorkeakoulu]. Theseus. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/797677/Julku_Kirsi.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Jyväskylän yliopisto. (30.4.2024). Empatia on ihmisyyden keskeinen ominaisuus ja taito. Haettu 9.1.2025 https://www.jyu.fi/fi/uutinen/empatia-on-ihmisyyden-keskeinen-ominaisuus-ja-taito

Jyväskylän ammattikorkeakoulu. (13.9.2023). Mitä on reflektio? [video]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=psBSVmJWssU

Keltinkangas-Järvinen, L. (1994). Hyvä itsetunto. WSOY

Kommunikaatiokeskus. (n.d.). Kuvat arjen tukena. Haettu 2.1.2025 osoitteesta https://www.aivoliitto.fi/kommunikaatiokeskus/kehityksellinenkielihairio/vinkkeja-arkeen/kuvat/#23a39e86

Kujala, E. (29.7.2020). Empatia asuu meissä kaikissa – hoitajille empatian taito on osa ammatillisuutta. Super. Haettu 23.1.2025 osoitteesta https://www.superlehti.fi/tyoelama/ammatissa/empatia-asuu-meissa-kaikissa-hoitajille-empatian-taito-on-osa-ammatillisuutta/

Kukkakorpi, M. (15.2.2022). Tiesitkö, että metaforan alalajeja on jopa 7 erilaista? Haettu 1.3.2025 osoitteesta https://jalkisanat.com/2022/02/15/tiesitko-etta-metaforan-alalajeja-on-jopa-7-erilaista/

Köykkä, A. (21.5.2014). Vainajalla ei ollut yhden yhtä saattajaa. Haettu 1.3.2014 osoitteesta https://artokoykka.blogspot.com/search?updated-max=2014-06-09T01:49:00%2B03:00&max-results=7&start=21&by-date=false

Lalaagheghe, M. & Mielonen, A. (2008). Narratiivinen lähestymistapa psykiatrisiin hoitokokouksiin. [AMK-opinnäytetyö, Metropolia Ammattikorkeakoulu]. Theseus. Haettu 19.1.2025 osoitteesta https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-200812104359

Luukkonen, I. (2009). Kaksi matkaa. Valokuvan poeettisuudesta ja suoruudesta. Teoksessa Erävaara, T. & Tanskanen, I. (toim.), Välissä: valokuvat ymmärtämisen välineinä. (s. 134–135, 149–150). Turun ammattikorkeakoulun oppimateriaaleja 43.

Malkavaara, M. (2.5.2023). Etiikka ja moraali. Dialogi. Haettu 19.1.2025 osoitteesta https://dialogi.diak.fi/2023/05/02/elamani-kasitteet-etiikka-ja-moraali/

Mediakompassi. (n.d.). Kuvamanipulaatio. YLE. Haettu 6.4.2025 osoitteesta https://vintti.yle.fi/yle.fi/mediakompassi/mediakompassi/7-luokkalaiset/mediataju/kuvien_tulkinta/kuvamanipulaatio.htm

Mielenterveyshäiriöt. (n.d.). Nyyti ry. Haettu 5.3.2025 osoitteesta https://www.nyyti.fi/mielenterveyshairiot/

MIELI ry. (28.1.2022). Mistä mielenterveys rakentuu? Haettu 5.3.2025 osoitteesta https://mieli.fi/vahvista-mielenterveyttasi/mita-mielenterveys-on/mista-mielenterveys-rakentuu/

Miksi luurangot koetaan pelottaviksi? (9.4.2014). Kalmistopiiri. Haettu 2.3.2025 osoitteesta https://kalmistopiiri.fi/2014/04/09/miksi-luurangot-koetaan-pelottaviksi/

Moonbug Entertainment. (22.10.2022). Luuranko Tanssi – Lellobee. [video]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=SXYnznazeZo

Muotio, L. (15.2.2022). Visuaalisen semiotiikan menetelmiä. Muotoilu.info. Haettu 21.5.2025 osoitteesta https://www.muotoilu.info/index.php/tutkiva-muotoilu/menetelmat/visuaalisen-semiotiikan-menetelmia/

Muu maa mandariini. (23.10,2020). Día de los muertos: kuolleiden päivä. Haettu 1.3.2025 osoitteesta https://muumaamandariini.com/dia-de-los-muertos-kuolleiden-paiva/

Myllyviita, K. (21.3.2014). Tunteet ja tunteiden säätely. Duodecim. Haettu 4.1.2025 osoitteesta https://www.terveyskirjasto.fi/dlk01398

Mönkkönen, K. (2018). Vuorovaikutus asiakastyössä: Asiakkaan kohtaaminen sosiaali- ja terveysalalla. (3.painos). Gaudeamus.

Nivala, E. & Ryynänen S. (2019). Sosiaalipedagogiikka: kohti inhimillisempää yhteiskuntaa. (4.painos). Gaudeamus.

Nummenmaa, L. (2010). Tunteiden psykologia. Tammi.

Opetushallitus. (2025). Tunteesta tunteeseen – ihmismielen tarina kuvin ja sanoin. Haettu 1.1.2025 osoitteesta https://www.oph.fi/fi/oppimateriaali/tunteesta-tunteeseen-ohjaajan-opas/104-tunnetta-aakkosjarjestyksessa

Paavilainen, P. (2020). Toimivat aivot: kognitiivisen neurotieteen perusteita. Edita.

Paaso, M. & Kinos, E. (18.2.2015). Työkaluja ei huolita hautaan. YLE. Haettu 1.3.2025 osoitteesta https://yle.fi/a/3-6376262

Patentti- ja rekisterihallitus. (3.3.2025). Soitto neuvontapalveluun.

Patentti- ja rekisterihallitus. (20.3.2025). Tavaramerkin hakijan pikaopas. Haettu 1.5.2025 osoitteesta https://www.prh.fi/fi/tavaramerkit/ennen_tavaramerkin_hakemista/tavaramerkin_hakijan_pikaopas.html#hakemusmaksu

Peltola, A. (2024). Tunnetartunta. Tuuma.

Perttula M. (13.1.2025). Henkilökohtainen keskustelu filosofian maisterin, Marjaana Perttulan, kanssa.

Phototherapy Centre. (n.d.). Therapeutic photography. Haettu 25.1.2025 osoitteesta https://phototherapy-centre.com/therapeutic-photography/

Pinskupakki. (n.d.). Toiminnalliset menetelmät. Haettu 12.1.2025 osoitteesta https://pinskupakki.fi/vuorovaikutus/ohjaamisen-menetelmat/toiminnalliset-menetelmat

Prizztech Oy. (3.3.2025). Soitto Uusyrityskeskus Enter Satakunta Yrittäjyysasiantuntija Antti Kokkilalle.

Raatikainen, E, Rahikka, A., Saarnio, T. & Vepsä, P. (2020). Ammattina sosionomi. (3.–4. painos). Sanoma Pro.

Reinikainen, P. (8.3.2024). Yllätys sosiaalisessa mediassa käynnisti raastavan tavaramerkkitaiston – Nyt pariskunta pelkää kallista laskua Saksasta. Yrittäjät. Haettu 6.3.2025 osoitteesta https://www.yrittajat.fi/uutiset/yllatys-sosiaalisessa-mediassa-kaynnisti-raastavan-tavaramerkkitaiston-nyt-yrittajapariskunta-pelkaa-kallista-laskua-saksasta/

Saarijärvi, S., Salminen, J. & Äärelä, E. (2006). Tunnistamattomat tunteet. Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim. Haettu 1.1.2025 osoitteesta https://www.duodecimlehti.fi/duo95773

Salovaara, N. (2.3.2025a). Hyvinvointialan lehtori Niina Salovaaran WhatsApp-viesti.

Salovaara, N. (21.2.2025b). Hyvinvointialan lehtori Niina Salovaaran WhatsApp viesti.

Salovaara, N. (30.3.2025c). Hyvinvointialan Niina Salovaaran WhatsApp-ääniviesti.

Savolainen, M. (2008). Maailman ihanin tyttö. Blink Entertainment.

Suomen valokuvaterapiayhdistys. (n.d.). Suomen valokuvaterapiayhdistys ry. Haettu 2.1.2025 https://valokuvaterapiayhdistys.fi/

Kalliopuska, M. (2005). Psykologian sanasto. Otava.

Tekijänoikeuden tiedotus- ja valvontakeskus. (2023). Tekijänoikeuden loukkaukset. https://ttvk.fi/assets/uploads/2023/11/ttvk_tekijanoikeuden_loukkaukset_web-1.pdf

TEPA-termipankki. (3.1.2025). Narratiivi. Haettu 11.1.2025 osoitteesta https://termipankki.fi/tepa/fi/haku/narratiivi

THL. (22.12.2023). Luovat menetelmät vahvistavat osallisuutta. Haettu 19.1.2025 osoitteesta https://thl.fi/aiheet/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa-olevien-osallisuus/osallisuuden-edistamisen-mallit/uudista-asiakastyota-luovasti-ja-leikkisasti/luovat-menetelmat-vahvistavat-osallisuutta

Trant, C. (30.6.2020). Leiki pienoismalleilla ja opi kuvaamaan paremmin. Digikuva. Haettu 1.3.2025 osoitteesta https://digi-kuva.fi/valokuvaus/leiki-pienoismalleilla-ja-opi-kuvaamaan-paremmin

Ulkuniemi, S. (5.2.2005). Valotetut elämät: Perhevalokuvan lajityyppiä pohtivat tilateokset dialogissa katsojien kanssa. [väitöskirja, Lapin yliopisto]. Acta Electronica Universitatis Lapponiensis. Haettu 19.1.2025 osoitteesta https://urn.fi/URN:NBN:fi:ula-20111131016

Uusikylä, K. (2012). Luovuus kuuluu kaikille. PS-kustannus.

Uusikylä, K. & Piirto, J. (1999). Luovuus: taito löytää, rohkeus toteuttaa. Atena Kustannus.

Vilkka, H. & Airaksinen, T. (2003). Toiminnallinen opinnäytetyö. Tammi.

Vuorikoski, M. (29.12.2006). Rajat rikkoutuvat kuolleiden päivänä. Maailman kuvalehti. Haettu 1.3.2025 osoitteesta https://maailmankuvalehti.fi/2006/11/pitkat/rajat-rikkoutuvat-kuolleiden-paivana/

Wikipedia. (n.d.). Luettelo fobioista. Haettu 6.3.2025 osoitteesta https://fi.wikipedia.org/wiki/Luettelo_fobioista

World Health Organization. (n.d.). Mental health action plan 2013 – 2020. Haettu 5.3.2025 osoitteesta https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/89966/9789241506021_eng.pdf?sequence=1

# LIITE 1: KIRJE PALAUTTEENANTAJALLE / AMMATTILAINEN

Pyydän suostumustasi palautteen antamiseen liittyen opinnäytetyöni kuviin. Opinnäytetyöni tavoitteena on toteuttaa mielenterveyden edistämiseen soveltuva työväline, joka on narratiiviset tunnekortit. Opinnäytetyön aihe syntyi kulttuuriin liittyvien harjoittelupaikkojen sekä kulttuuri- ja taidepohjaisten opintojen pohjalta. Erilaisia tunnekortteja on laajasti käytettävissä, mutta koen, että suunnittelemieni tunnekorttien näkökulma on erilainen.

Kerron tässä viestissä, mistä on kysymys. Mukana on lisäksi palautteen antamiseen liittyviä kysymyksiä, joihin haluaisin vastauksia. Tutustu kysymyksiin, jotta voit pohtia, haluatko antaa palautetta. Kysymykset voivat olla haastavia, jolloin voit ottaa minuun yhteyttä. Olisin kiitollinen palautteesta, erityisesti kriittinen palaute olisi tarpeen korttien kehittämisen kannalta.

Johdatus opinnäytetyöhöni:

Tulen tekemään toiminnallisen opinnäytetyön, jonka tavoitteena on mielenterveyttä edistävä työväline. Lopputuloksena syntyvät narratiiviset tunnekortit, jotka soveltuvat sosiaalialalla asiakastyössä toimivalle ammattihenkilölle, kuten sosionomille, sairaanhoitajalle tai lähihoitajalle. Opinnäytetyön aiheen valikoitumiseen vaikutti vahvasti taide- ja kulttuurilähtöisten ohjauksen menetelmien kurssi. Koen olevani vahvasti visuaalinen toimija, jolloin haluan yhdistää valokuvauksen ja sosiaalialan. Työharjoittelussa olen tutustunut kulttuuritoiminnan vahvaan kuntouttavaan voimaan. Opinnäytetyössäni käytettävät kuvat kertovat usein tilanteista tai tunteista, joita olen kohdannut sosiaalialan opintojen yhteydessä. Valokuvaus on erittäin terapeuttinen tapa käsitellä asioita.

Opinnäytetyöni linkittyy kuviin ja niistä nouseviin tunteisiin. Korteissa ei esiinny ihmisiä, vaan luurankohahmo. Luuranko valikoitui hahmokseni kahdestakin syystä. Ihmismallin saaminen kuviin olisi vaatinut erilaisten sääntöjen sekä sopimusten huomioimista ja sopimista, aikataulutusten tarkkaa suunnittelua sekä pitkäaikaista sitoutumista projektiin. Toiseksi luuranko on kuvissa

sukupuoleton, sukupuolisensitiivinen, jolloin katsojalle ei kehity kuviin valmista sukupuoliroolitusta. Luuranko koetaan usein epämiellyttävänä ja ulkopuolisena hahmona, toisin kuten pehmonalle. Asiakkaan kokema ulkopuolisuus elämässään ja kuvien luuranko erilaisissa tilanteissa voivat nostaa syvempiäkin ajatuksia esille. Kyse on samaistumisesta.

Opinnäytetyöni tilaaja on Satakunnan ammattikorkeakoulu, Hyvinvoinnin ja terveyden osaamisalue. Pyydän yhteistyökumppaneilta palautetta korteista ja niiden toimivuudesta sekä korteille soveltuvasta kohderyhmästä. Palautteenantajat esiintyvät tunnistamattomina opinnäytetyössäni, kuten ”palautteenantaja A, B, C tai D”.

Kuvallisten korttien tarkoituksena on edistää mielenterveyttä sekä helpottaa asiakkaan vuorovaikutusta ammattihenkilön kanssa. Tunteiden sanallistaminen on haastavaa erityisesti mielenterveys- ja päihdetyössä. Erilaisia vuorovaikutusta tukevia tunnekortteja on runsaasti käytössä. Tarvetta erilaisille tunnekorteille silti löytyy, koska jokainen kokee kuvat ja tunteet yksilöllisesti. Olen saanut erittäin positiivista palautetta kuvista sekä kehotuksia tehdä niistä kortit sosiaalialan töihin.

Haastattelukysymykset:

- Ikäryhmä, jolle kortit soveltuvat?
- Asiakasryhmä, jolle kortit soveltuvat?
- Mille asiakasryhmälle kortit eivät sovellu?
- Kuinka käyttäisit kortteja asiakastyössä?
- Poistaisitko joitakin kuvia, miksi?
- Löydätkö kuvista tunteita?
- Jos kuvissa on teksti, ohjaako se liikaa kuvan tulkintaa?
- Puuttuuko kuvista jokin tunne tai tilanne?
- Onko kuvissa jotain eettisyyttä haastavaa?
- Kuinka monta korttia pakassa olisi hyvä määrä?
- Muu vapaa palaute

*Kiitollisena mahdollisesta yhteistyöstä*

Elisabet Vuorinen

# LIITE 2: KIRJE PALAUTTEENANTAJALLE / ASIAKAS

Pyydän suostumustasi palautteen antamiseen liittyen opinnäytetyöni kuviin. Opinnäytetyöni tavoitteena on toteuttaa narratiiviset tunnekortit, jotka soveltuvat mielenterveyden edistämiseen. Lopussa on palautteen antamiseen liittyviä kysymyksiä, joihin haluaisin vastauksia. Tutustu kysymyksiin, jotta voit pohtia, haluatko antaa palautetta. Kysymykset voivat olla haastavia, jolloin voit ottaa minuun yhteyttä. Olisin kiitollinen palautteesta, erityisesti kriittinen palaute olisi tarpeen korttien kehittämisen kannalta.

Johdatus opinnäytetyöhöni:

Tulen tekemään toiminnallisen opinnäytetyön, jonka tavoitteena on mielenterveyttä edistävä työväline. Lopputuloksena syntyvät narratiiviset tunnekortit, jotka soveltuvat sosiaalialalla asiakastyössä toimivalle ammattihenkilölle sekä asiakkaalle. Koen olevani vahvasti visuaalinen toimija, jolloin haluan yhdistää valokuvauksen ja sosiaalialan. Työharjoittelussa olen tutustunut kulttuuritoiminnan vahvaan kuntouttavaan voimaan. Opinnäytetyössäni käytettävät kuvat kertovat usein tilanteista tai tunteista, joita olen kohdannut sosiaalialan opintojen yhteydessä.

Opinnäytetyöni linkittyy kuviin ja niistä nouseviin tunteisiin. Korteissa ei esiinny ihmisiä, vaan luurankohahmo. Luuranko on sukupuoleton, sukupuolisensitiivinen, jolloin kuvan katsojalle ei kehity kuviin valmista sukupuoliroolitusta. Luuranko koetaan usein epämiellyttävänä ja ulkopuolisena hahmona, toisin kuten pehmonalle. Sosiaalialan asiakkaan kokema ulkopuolisuus elämässään ja kuvien luuranko erilaisissa tilanteissa voivat nostaa syvempiäkin ajatuksia esille. Kyse on samaistumisesta.

Opinnäytetyöni tilaaja on Satakunnan ammattikorkeakoulu, Hyvinvoinnin ja terveyden osaamisalue. Palautteenantajat esiintyvät tunnistamattomina opinnäytetyössäni, kuten ”asiakaspalaute A, B, C tai D” tai ”ryhmäpalaute”.

Kuvallisten korttien tarkoituksena on edistää mielenterveyttä sekä helpottaa asiakkaan vuorovaikutusta ammattihenkilön kanssa. Tunteiden sanallistaminen voi olla haastavaa erityisesti mielenterveys- ja päihdetyössä. Erilaisia vuorovaikutusta tukevia tunnekortteja on runsaasti käytössä, mutta jokainen kokee kuvat ja tunteet yksilöllisesti. Olen saanut erittäin positiivista palautetta kuvista sekä kehotuksia tehdä niistä kortit sosiaalialan töihin.

Haastattelukysymykset:

- Palautteen antajan ikä? Ikäni on… / en halua sanoa
- Koetko olevasi visuaalinen? Kyllä / ei / en halua sanoa / en tiedä. (*Visuaalinen ihminen oppii, huomioi ja ymmärtää parhaiten kuvien, kaavioiden tai värien avulla.*)
- Miten koet kuvat ja luurankohahmon? Ahdistavat, hauskat, normaalit, yms.?
- Löydätkö kuvista tunteita? Suru, ilo, viha, tyyneys, yms.?
- Syntyykö kuvista muistoja tai tarinoita, jotka liittyvät elämääsi? Kyllä / ei / en halua sanoa.
- Poistaisitko jotain kuvia? Miksi?
- Lisäisitkö jotain kuvia? Miksi?
- Vapaa palaute / kysymyksiä. Hyvät ja huonot asiat rohkeasti esille, vääriä palautteita ei ole.

Iän kysymisen tavoitteena on saada viitteitä, miten luurangot koetaan eri ikäpolvissa. Visuaalisuus -kysymys antaa viitettä kuvien tulkinnan eroista visuaalisen ja ei visuaalisen tulkitsijan silmin. Kysymysten perässä on ohjaavia vastausvaihtoehtoja, mutta toivon, että saisin käyttäjän omia mielipiteitä vastauksiksi. Katsojan vastaukset omin sanoin olisivat parhaita. Katsomisen tarkoituksena ei ole tehdä tutkimusta katsojan muistoista, vaan onko kuvissa tekijöitä, jotka synnyttävät keskustelua tai muistelemista. Esimerkiksi syntyykö muistoja liittyen lapsuuteen, nuoruuteen tai johonkin tilanteeseen. Kuvista nousevia muistoja ei tarvitse kertoa syvällisesti. Toivon vapaata palautetta kuvista. Kriittinen palaute olisi toivottavaa, koska se auttaa minua kehittämään kortteja käyttäjäystävällisemmiksi. Jos jokin kysymys mietityttää, minuun voi ottaa

yhteyttä. Jos ilmenee jotain kuvateknisiä ongelmia, kuten kuvat eivät aukea koneelle, ottakaa yhteyttä. Kuvia ei saa kopioida, käyttää tai jakaa ilman minun lupaani.

Yhteistyöterveisin
Elisabet Vuorinen

# LIITE 3: KIRJE REHTORI ANNE LAINEELLE

Palautekysymykset opiskelijoille

Opiskelen Satakunnan ammattikorkeakoulussa sosiaalialan tutkintoa. Teen toiminnallisena opinnäytetyönäni narratiiviset eli tarinalliset tunnekortit työvälineeksi sosiaalialan työhön. Kuvallisten korttien tarkoituksena on edistää mielenterveyttä sekä helpottaa asiakkaan vuorovaikutusta ammattihenkilön kanssa. Tunteiden sanallistaminen voi olla haastavaa erityisesti mielenterveys- ja päihdetyössä.

Opinnäytetyöni linkittyy kuviin ja niistä nouseviin tunteisiin. Korteissa ei esiinny ihmisiä, vaan luurankohahmo. Luuranko on sukupuoleton, jolloin kuvan katsojalle ei kehity kuviin valmista sukupuoliroolitusta. Luuranko koetaan usein epämiellyttävänä ja ulkopuolisena hahmona, toisin kuten pehmonalle. Sosiaalialan asiakkaan kokema ulkopuolisuus elämässään sekä kuvien luuranko erilaisissa tilanteissa voivat nostaa syvempiäkin ajatuksia esille. Kyse on samaistumisesta.

Pyydän sinua tutustumaan ohessa oleviin kysymyksiin ja vastaamaan niihin. Vastaaminen on kuitenkin vapaaehtoista. Iän kysymisen tavoitteena on saada viitteitä, miten luurangot koetaan eri ikäpolvissa. Visuaalisuus -kysymys antaa viitettä kuvien tulkinnan eroista visuaalisen ja ei visuaalisen tulkitsijan silmin. Toivon vapaata keskustelua ja palautetta kuvista.
Kysymykset:

1. Palautteen antajan ikä?
2. Oletko visuaalinen? (*Visuaalinen ihminen oppii, huomioi ja ymmärtää parhaiten kuvien, kaavioiden tai värien avulla.)*
3. Miten koet kuvat ja niissä esiintyvän luurankohahmon?
4. Kun katsot kuvia, tunnistatko niiden synnyttävän itsessäsi tunteita?

a. Jos tunnistit löytäväsi kuvista tunteita, ovatko ne erilaisia vai toistuuko samoja tunnetiloja? Voit halutessasi luetella tunnetiloja.

5. Löydätkö kuvista muistoja elämääsi liittyen? Esim. lapsuuteen, nuoruuteen tai tapahtumaan liittyen.
6. Puuttuuko mielestäsi kuvista jotain tunteita tai tilanteita, joita haluaisit niissä näkyvän?
7. Poistaisitko jotain kuvia? Miksi?
8. Onko korteissa jotain eettisyyttä (kunnioitusta ja oikeudenmukaisuutta) haastavaa?
9. Vapaa palaute. Huomioita, jotka haluat nostaa esille. Toivon myös kriittistä palautetta, koska se auttaa minua kehittämään kortteja käyttäjälähtöisemmiksi.

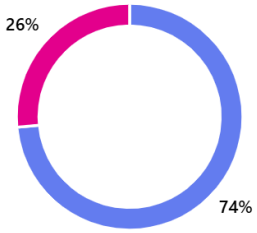
# LIITE 4: SATAEDUN TUTKIMUSKYSELYN TULOKSET

1. Oliko kortin valitseminen helppoa?

| | |
|---|---|
| kyllä | 19 |
| ei | 15 |

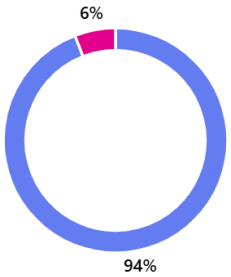
2. Löydätkö kuvien luurangolta eri ilmeitä?

| | |
|---|---|
| kyllä | 25 |
| ei | 9 |



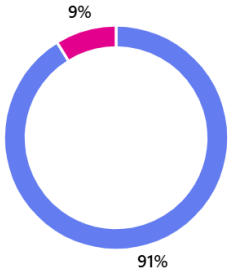

3. Löydätkö valitsemastasi kuvasta jonkin tunteen?

| | |
|---|---|
| kyllä | 32 |
| ei | 2 |




4. Löydätkö kuvista tarinallisuutta?

| | |
|---|---|
| kyllä | 31 |
| ei | 3 |



5. Ovatko kortit eettisesti sopivat sosiaalialalle?

6. Käyttäisitkö kortteja asiakastyössä alle kouluikäisten kanssa?

7. Käyttäisitkö kortteja asiakastyössä alakouluikäisten (1.-6. luokat) kanssa?

8. Käyttäisitkö kortteja asiakastyössä yläkouluikäisten (7.-9. luokat) kanssa?

9. Käyttäisitkö kortteja nuorisotyössä (alle 29-vuotiaat, Nuorisolaki 1 luku 3§)?

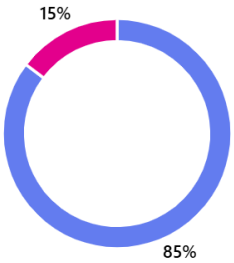
10. Käyttäisitkö kortteja aikuissosiaalityössä (yli 30-vuotiaat)?

11. Käyttäisitkö kortteja ikääntyneiden (yli 65-vuotiaat, verneri.fi) kanssa?

12. Käyttäisitkö kortteja mielenterveysasiakkaiden kanssa?

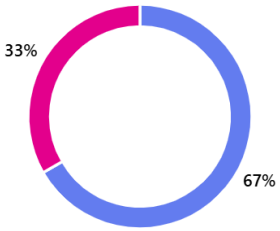
13. Käyttäisitkö kortteja päihdeasiakkaiden kanssa?

| | |
|---|---|
| kyllä | 29 |
| ei | 5 |



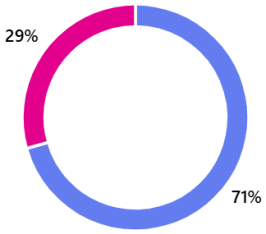

14. Käyttäisitkö kortteja lastensuojelutyössä?

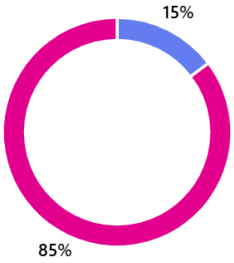
| | |
|---|---|
| kyllä | 22 |
| ei | 11 |




15. Onko luuranko sopiva hahmo tunnekortteihin?

| | |
|---|---|
| kyllä | 24 |
| ei | 10 |




16. Oliko kortteja mielestäsi liikaa?

| | |
|---|---|
| kyllä | 5 |
| ei | 29 |