



KATSO MINUT KAUNIIKSI

Voimauttava valokuva toimintaterapeutin työvälineenä
nuorten tyttöjen kanssa

Toimintaterapian koulutusohjelma,
Toimintaterapeutti
Opinnäytetyö
6.4.2009

Shadia Gaily
Julia Valtanen

Koulutusohjelma	Suuntautumisvaihtoehto	
Toimintaterapian koulutusohjelma	Toimintaterapia	
Tekijä/Tekijät		
Shadia Gaily ja Julia Valtanen		
Työn nimi		
Katso minut kauniiksi - voimauttava valokuva toimintaterapeutin työvälineenä Tyttöjen Talolla		
Työn laji	Aika	Sivumäärä
Opinnäytetyö	Kevät 2009	54 + 5 liitettä
TIIVISTELMÄ		
<p>Tässä opinnäytetyössä kuvaamme voimauttavan valokuvan menetelmän soveltuvuutta toimintaterapeutin työvälineeksi nuorten tyttöjen kanssa. Opinnäytetyön aineistona on ollut Helsingin Tyttöjen Talolla toteuttamamme voimauttava valokuvausprosessi. Prosessiin osallistui kaksi Tyttöjen Talolla käyvää 14-vuotiasta tyttöä, ja työskentelyämme ohjasi toimintaterapeutti Henna Lehtinen.</p> <p>Voimauttava valokuvausprosessi suunniteltiin vastaamaan nuorten tarpeita käyttämällä Piercen (2003) toiminnan analyysimallia Occupation by Design. Prosessin vaatimaa terapeutista ammattitaitoa pohdimme Kielhofnerin (2008) Inhimillisen toiminnan mallissa esittämien terapeutin strategioiden mukaan. Tarkastelimme terapeutin vuorovaikutustaitoja Finlayn (2004) kuvaamien terapeutin ominaisuuksien kautta.</p> <p>Voimauttava valokuvausprosessi sai aikaan voimautumista molemmissa nuorissa. Tämä näkyi armollisempaan suhtautumistapana sekä hyvän ja kauniin näkemisenä itsessä. Menetelmän terapeutin käyttö johdatti minäkuvan, hyväksyvän katseen ja oman kehitysvaiheen teemojen pohtimiseen. Tärkeimmäksi tytöille muodostui toiminta, eivät niinkään tuotoksena syntyneet valokuvat.</p> <p>Aineiston pohjalta selvisi, että toimintaterapeutin ammattiosaaminen mahdollistaa voimauttavan valokuvan käytön terapeuttisena toimintana. Menetelmää voi mukauttaa vastaamaan nuoren yksilöllisiä tarpeita. Voimauttavan valokuvan käytöllä on myös tiettyjä reunaehtoja. Toimintaterapeutilta menetelmän käyttö vaatii muun muassa mahdollisuutta joustavuuteen ja muuttujien hallintaan. Nuorelta vaaditaan sitoutumista, uskallusta ja reflektiokykyä.</p>		
Avainsanat		
voimautuminen, valokuva, nuoret, terapeutin toiminta, toimintaterapia		

Degree Programme in		Degree	
Occupational therapy		Bachelor of Occupational Therapy	
Author/Authors			
Shadia Gaily and Julia Valtanen			
Title			
Call Forth My Beauty – Empowering Photography as a Tool in Occupational Therapy			
Type of Work	Date	Pages	
Final Project	Spring 2009	54 + 5 appendices	
<p>ABSTRACT</p> <p>The objective of this study was to explore the method of empowering photography as a tool in occupational therapy with young girls. The project was done in co-operation with the Girls’ House Helsinki and mentored by occupational therapist Henna Lehtinen. The data was gathered from an empowering photography process we conducted with two 14-year-old girls. In this report this practical experience is compared to and contrasted with theory.</p> <p>The empowering photography process was designed and analyzed using Pierce’s (2003) theory of Occupation by Design. We reflected our own actions and strategies using both Kielhofner’s (2008) theory on therapeutic strategies presented in the Model of Human Occupation and Finlay’s (2004) Dimensions of Relationship Skills.</p> <p>As a result of the process the girls experienced empowerment and became aware of new and beautiful personal traits. The use of empowering photography as occupation was meaningful for the girls and generated a therapeutic relationship. The girls themselves enjoyed the experience and surprisingly found the occupation itself, the photography excursions, more satisfactory than the outcomes of the occupation, the photographs.</p> <p>As a conclusion we found that by using professional expertise, occupational therapists are able to use empowering photography as a therapeutic occupation. The method is suitable for addressing themes of self-image, self-esteem and identity. It is well adjustable to meet the specific needs of young girls. However, the use of empowering photography has certain requisites. The occupational therapist is required to predict variables. Commitment and courage is needed from the youth concerned.</p>			
Keywords			
empowerment, photography, youth, therapeutic occupation, occupational therapy			

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	TYTTÖJEN TALO YHTEISTYÖKUMPPANINA	3
2.1	Toimintaterapia Tyttöjen Talolla	4
2.2	Voimauttava valokuva Tyttöjen Talolla	5
3	VOIMAUTTAVAN VALOKUVAN MENETELMÄ	5
3.1	Voimautumisen käsite	6
3.2	Voimauttavan valokuvan osa-alueet	7
3.2.1	Albumikuvat	8
3.2.2	Kuvaustilanteen vuorovaikutus	8
3.2.3	Omakuva	9
3.2.4	Arkielämän voimauttavat kuvat	10
4	TOIMINNAN ULOTTUVUUDET	10
5	TOIMINTATERAPEUTIN STRATEGIAT	13
5.1	Vahvistaminen, tunnistaminen ja palautteen antaminen	14
5.2	Neuvominen, neuvotteleminen ja jäsentäminen	14
5.3	Ohjaaminen ja rohkaiseminen	15
6	TOIMINTATERAPEUTIN OMINAISUUDET	16
6.1	Aktiivinen kuunteleminen	16
6.2	Kunnioitus	17
6.3	Kannattelu ja turva	18
6.4	Mahdollistaminen ja vahvistaminen	18
6.5	Toivon ja luottamuksen luominen	19
7	NUOREN TYTÖN KEHITYS	20
7.1	Nuoruuden kehitystehtävät Eriksonin mukaan	20
7.2	Nuoren ruumiinkuva ja identiteetti	21
7.3	Nuoruusikä ja häpeä	22
8	TUTKIMUSKYSYMYKSET	22
8.1	Opinnäytetyön toteuttaminen	24
8.2	Aineistonkeruumenetelmät	25
8.2.1	Kuvauskokeiluun valikoituneet tytöt	26
8.2.2	Eettisyys	27
9	AMANDAN JA EMILIAN VOIMAUTTAVA VALOKUVAUSPROSESSI	28
9.1	Motivoinnin vaihe	30
9.2	Tarkastelun ja määrittelyn vaihe	32
9.3	Ideoinnin ja seulomisen vaihe	34
9.4	Toteutuksen vaihe	35
9.4.1	Kuvausretki Suomenlinnaan	35
9.4.2	Kuvausretki studiolle	36
9.5	Arvioinnin vaihe	37
9.5.1	Palautteen anto	38
9.5.2	Prosessin päättäminen	39

10	JOHTOPÄÄTÖKSET	41
10.1	Kuinka voimauttavan valokuvan menetelmää voi käyttää terapeuttisesti?	41
10.2	Kuinka voimauttavan valokuvan menetelmää on mahdollista soveltaa?	42
10.3	Mitä resursseja voimauttavan valokuvan käyttö tekijöiltään vaatii?	44
10.4	Tulosten yhteenveto	48
11	POHDINTA	50
	LÄHTEET	52
	LIITTEET 1–5	

1 JOHDANTO

Opinnäytetyömme idea sai ensikimmokkeensa voimauttavan valokuvan koulutuksessa keväällä 2007. Olimme noin vuosi aiemmin aloittaneet toimintaterapian opintomme ja innostuimme niistä lukuisista yhteneväisyyksistä, joita tunsimme löytävämme oman alamme sekä voimauttavan valokuvan menetelmän väliltä. Toimintaterapian ja voimauttavan valokuvan menetelmän ajatukset tasavertaisuudesta, kunnioituksesta sekä taitojen ja roolien esiintuomisesta ja vahvistamisesta tuntuivat olevan samassa linjassa keskenään.

Jatkoimme voimauttavan valokuvan käyttöä koulutuksen päätyttyä harjoittelujaksoilla erilaisissa asiakasryhmissä. Saimme erittäin positiivisia kokemuksia menetelmän mahdollisuuksista syventää toimintaterapeutin ja asiakkaan välistä luottamussuhdetta sekä palvella terapiaprosessin tavoitteiden saavuttamista. Valokuvan voimallisuus välineenä yllätti meidät monta kertaa.

Opinnäytetyön näkökulma kirkastui ja lopullinen yhteistyökumppani valikoitui kenttäharjoittelujaksolla Helsingin Tyttöjen Talolla keväällä 2008. Talon toimintaterapeutti Henna Lehtinen koki tarvitsevansa lisätyökaluja työskennellessään erityistä tukea tarvitsevien nuorten kanssa. Koska voimauttavan valokuvan menetelmää on käytetty aiemmin menestyksekkäästi vastaavassa asiakasympäristössä (Savolainen 2009b), meille heräsi ajatus tarjota menetelmää Tyttöjen Talon toimintaterapeutin työvälineeksi. Olimme myös kuulleet voimauttavaa valokuvaa käytetyn muillakin Tyttöjen Taloilla Oulussa, Tampereella ja Turussa. Opinnäytetyömme tutkimuskysymykseksi muotoutui tarkastella voimauttavan valokuvan menetelmän soveltuvuutta toimintaterapeutin työvälineenä nuorten tyttöjen kanssa.

Aiheena voimauttava valokuva on kasvavassa määrin ajankohtainen. Vuonna 2007 laajaa valtakunnallista huomiota keräsi menetelmän kehittäjän, Miina Savolaisen ohjaama Isyysprojekti, joka tarkastelee isäksi kasvua. (Savolainen 2009c.) Menetelmästä ilmestyi joulukuussa 2008 Maailman ihanin tyttö -valokuvakirja (Savolainen 2008c). Valokuvan terapeuttisesta käytöstä julkaistiin vastikään Ulla Halkolan, Lauri Mannermaan, Tarja Koffertin ja Leena Koulun toimittama kirja Valokuvan terapeuttinen voima (Voimaa valokuvista 2009). Voimauttavan valokuvan ohjaajakoulutuksia järjestetään ympäri Suomea (Savolainen 2009d).

Voimauttavan valokuvan menetelmästä on tehty aikaisemminkin opinnäytetyö. Hämeen ammattikorkeakoulusta valmistui keväällä 2007 Susanna Halosen opinnäytetyö ”*Tää on mun kuva!*” *Voimauttava valokuva -menetelmän soveltaminen alle 4-vuotiaille lapsille ja heidän vanhemmilleen*. Opinnäytteessä on ansiokkaasti tarkasteltu, miten voimauttavan valokuvan menetelmä soveltuu lapsi–vanhempi -ryhmässä käytettäväksi. Halosen mukaan menetelmän soveltuvuus ja antoisuus syntyy vanhemman ja lapsen vuorovaikutussuhteesta ja sen tärkeydestä toiminnan kannalta (Halonen 2007: 66–67).

Esittelemme aluksi työssämme yhteistyökumppanimme sekä voimauttavan valokuvan menetelmän teoriapohjan. Käsittelemme terapeutin toiminnan piirteitä Piercen (2003) *Occupation by Design* -mallin mukaisesti. Avaamme toimintaterapeutin ja asiakkaan välisen suhteen erityispiirteitä Kielhofnerin (2008) ja Finlayn (2004) mukaan, joiden jälkeen kuvaamme nuoren psykososiaalista kehitystä. Emme käsittele työssämme koko Tyttöjen Talon edustaman laajan 10–28 ikävuoden kehitystehtäviä, vaan olemme rajanneet sen 13–14-vuotiaan kehitykseen.

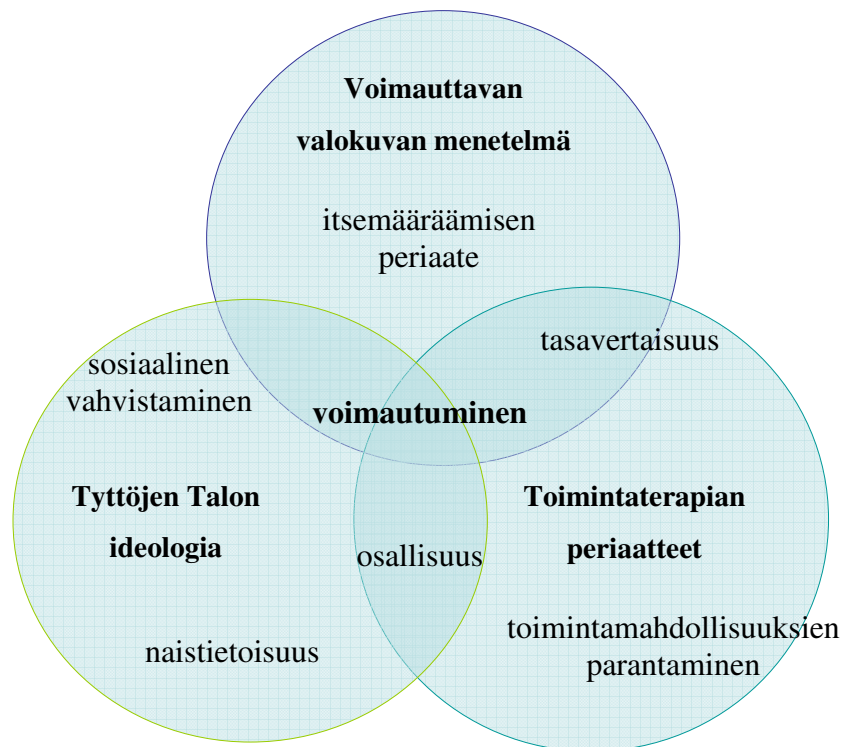
Teorioiden esittelyn jälkeen avaamme työmme tutkimuskysymyksen ja kerromme sen käytännön toteutukseen liittyvistä seikoista. Erittelemme toteuttamaamme voimauttavaa valokuvausprosessia Piercen (2003) *Designing occupations* -mallin mukaan. Käsittelemme toteutuneita tapaamisia osin Borgin ja Brucen (1991) ryhmämallin kautta. Viimeiseksi esittelemme työn tulokset ja johtopäätökset. Työmme liitteessä esitetyt valokuvat ovat satoa toteuttamamme voimauttavan valokuvaproessin kuvausretkiltä.

2 TYTTÖJEN TALO YHTEISTYÖKUMPPANINA

Opinnäytetyömme yhteistyökumppaniksi valikoitui Tyttöjen Talo ja työtämme on ohjannut sen toimintaterapeutti Henna Lehtinen. Tyttöjen Talo on Kalliolan Nuoret ry:n, Setlementtinuortenliitto ry:n ja Helsingin kaupungin nuorisoasiainkeskuksen kumppanuustalo, jonka perustehtävänä on tukea 10–28-vuotiaiden tyttöjen ja nuorten naisten kasvua sekä identiteettiä (Tyttöjen Talo 2008). Tyttöjen Talo sopi yhteistyökumppaniksemme erityisesti siksi, että siellä on töissä sekä toimintaterapeutti että voimauttavan valokuvan koulutuksen käynyt työntekijä. He olivat kiinnostuneita siitä, millä tavoin uutta menetelmää voisi käyttää osana Talon toimintaa.

Tyttöjen Talon toiminta sijoittuu kolmannelle sektorille ennaltaehkäisevän ja korjaavan työn kenttään. Tyttöjen Talon toiminta on tytöille vapaaehtoista ja maksutonta. Osalle Talolla käyvistä tytöistä se on paikka, missä viettää mielekästä vapaa-aikaa, osa hakeutuu saamaan tiivistäkin tukea elämän eri haastekohtissa tai kriisin kohdatessa. Tyttöjen tukeminen tapahtuu osin avoimessa toiminnassa ja osin ryhmä- ja yksilömuotoisena tukena. (Lehtinen 2008.)

Tyttöjen Talon toimintaperiaatteita ovat tyttölähtöisyys, kohtaaminen ja aito vuorovaikutus, voimavarakeskeisyys, sosiaalinen vahvistaminen, osallisuus, yhteisöllisyys ja naistietoisuus. Toimintaterapian keskeisiksi periaatteiksi nousivat yhteisessä keskustelussa toimintamahdollisuuksien parantaminen, tasavertaisuus ja osallisuus. Voimauttavan valokuvan periaatteet voimautumisesta, vuorovaikutuksesta ja läsnäolosta ovat samassa linjassa Tyttöjen Talon toimintaperiaatteiden kanssa, mikä loi hyvän lähtökohdan yhteistyölle ja mahdollisti menetelmän käyttämisen. (Lehtinen 2008.) (Ks. kuvio 1.)



KUVIO 1. Tyttöjen Talon, voimauttavan valokuvan ja toimintaterapian yhteneväisyyksiä.

2.1 Toimintaterapia Tyttöjen Talolla

Toimintaterapeutti Henna Lehtinen on osa Tyttöjen Talon moniammatillista työyhteisöä. Tyttöjen Talolla ei toteuteta varsinaisia toimintaterapiaprosesseja vaan toimintaterapeutin erityisosaaminen tulee esiin toiminnan ja oman persoonan terapeuttisena käyttönä, ympäristöön vaikuttamisena ja tavassa ohjata toimintaa sekä ryhmä- että yksilötyöskentelyssä. Lisäksi toimintaterapeutti osallistuu tyttöjen arvioimiseen yhdessä moniammatillisen tiimin kanssa. (Lehtinen 2008.)

Toimintaterapeutti Lehtinen on kiinnostunut voimauttavan valokuvan menetelmän käyttämisestä osana omaa työtään. Opinnäytetyön keskeisenä hyötynä hän näkee kuvausprosessien tuomat positiiviset kokemukset Talon tytöille. Lisäksi hän on löytänyt yhteistyön myötä mahdollisuuden oman työnsä kehittämiseen sekä itselleen uuteen toimintaterapian teoriapohjaan tutustumiseen. (Lehtinen 2008.)

2.2 Voimauttava valokuva Tyttöjen Talolla

Tyttöjen Talolla työskentelevä Anne Väisänen on käynyt voimauttavan valokuvan ohjaajakoulutuksen. Hänen ohjaamana voimauttavan valokuvan menetelmää on käytetty Tyttöjen Talon monikulttuurisissa tyttöryhmissä vuosien 2007–2008 aikana. Yhdessä ryhmässä käytettiin arjen kuvaamista, muissa omakuvatyöskentelyä. Henkilökunta teki myös parikuvaharjoituksen ja kokosi tuotoksista oman albumin. (Väisänen 2008.)

Kuvauskokeilujen jälkeen Tyttöjen Talolla koettiin, että tyttöjen voimautuminen oli käsin kosketeltavaa. Positiivisena nähtiin tyttöjen innostus valokuvaamiseen ja sen tuomat uudet oivallukset tyttöjen elämässä. Lisäksi Tyttöjen Talolla on arvostettu menetelmän herkkyyttä ja sen turvallisuutta. Haastavaa oli kuvausprosessien tytöiltä vaatima erityinen sitoutuminen ja se, että prosessit veivät paljon aikaa. Tämän vuoksi esimerkiksi leirit ovat olleet toimivia ympäristöjä työskentelylle. Myös arvokkaat materiaalikustannukset ovat tuoneet omat haasteensa menetelmän käyttämiselle. (Väisänen 2008.)

Väisänen toteuttamien kuvauskokeilujen perusteella Tyttöjen Talolla syntyi tarve toiselle koulutuksen käyneelle työntekijälle. Näin menetelmän käyttö työparina olisi mahdollista ja menetelmää voisi käyttää ryhmässä. Kaksi koulutuksen käynyttä työntekijää toisi myös lisää resursseja ja ammatillista osaamista menetelmän käyttämiseen. Toimintaterapeutin ammattiosaaminen voisi vahvistaa erityisesti menetelmän terapeuttista käyttöä. (Lehtinen 2008.)

3 VOIMAUTTAVAN VALOKUVAN MENETELMÄ

Voimauttavan valokuvan menetelmän kehittäjä Miina Savolainen on koulutukseltaan valokuvaaja sekä taide- ja sosiaalikasvattaja. Väline valokuvan terapeuttiseen käyttöön syntyi Savolaisen (2005) taidekasvatuksen opintojen lopputyönä. (Savolainen 2009e.) Menetelmän kantavana periaatteena on *voimautumisen* (empowerment) ajatus, ihmisestä itsestään lähtöisin oleva voimantunteen kasvaminen (Savolainen 2004: 130–131).

Savolaisen lopputyö koostuu seitsemän vuotta kestäneistä valokuvausprosesseista helsinkiläisessä Hyvösen lastenkodissa. Omassa roolissaan lastenkodin työntekijänä

Savolaisessa heräsi voimakas tarve tuoda nuorille näkyväksi se hyvä ja kaunis heissä, jolle ei tuntunut löytyvän sanoja. Valokuvan kautta löytyi väline tehdä toiselle hyvää. (Savolainen 2005: 19, 40–41.) Voimauttava valokuvaaminen ei ole terapiaa, mutta sillä voi olla terapeuttisia vaikutuksia tekijöilleen (Savolainen 2004: 130).

Voimauttavan valokuvan menetelmä hyödyntää valokuvan todistusvoimaisuutta tekijöilleen (Savolainen 2004: 130–131). Savolaisen ja tyttöjen kuvamateriaali on julkaistu *Maailman ihanin tyttö* -näyttelynä Helsingin Annantalon taidekeskuksessa vuonna 2003, ja näyttely on kiertänyt siitä lähtien Suomessa ja maailmalla (Savolainen 2005: 16). Menetelmä on rekisteröity tavaramerkki (Savolainen 2008a).

3.1 Voimautumisen käsite

Englanninkielisillä termeillä empowerment ja empowering ei ole vielä vakiintunutta suomenkielistä vastinetta. Parhaita käännöksiä näille ovat rinnakkain käytettävät voimaantuminen, voimaannuttaa, voimaantua ja voimaantumisprosessi. (Siitonen 1999: 82–85, 191.) Menetelmässään Savolainen on päätenyt hieman muokkaamaan Siitosen käännöstä. Sana voimautuminen kuvastaa Savolaisen mukaan paremmin ihmisestä itsestään lähtöisin olevaa muutosprosessia. Käsite voimaannuttaa antaa sitä vastoin vaikutelman ulkoapäin tulevasta voimasta. (Savolainen 2005: 21.) Omassa työssämme puhumme Savolaisen tapaan voimautumisesta.

Voimautumisen edellytyksenä ovat tasavertaisuuden ja itsemääräämisen periaatteet. Voimauttavan valokuvan käytössä tämä tarkoittaa, että ihminen tekee itse samat harjoitukset, joita soveltaa muihin. Tämän vuoksi voimauttavan valokuvan menetelmää voi käyttää vain siihen koulutuksen saanut henkilö. (Savolainen 2005: 22.)

Voimautumista voidaan edesauttaa pyrkimyksellä valta-asetelmien purkuun, avoimuudella, rohkaisemisella, turvallisuudella ja luottamuksella. Sisäisen voimantunteen saavuttaneita luonnehtii myönteisyys ja kokemus arvostuksesta ja hyväksytyksi tulemisesta. (Siitonen 1999: 61–78.)

Voimautuminen tuottaa armollisempaa suhtautumista itseän, oman vajavaisuuden hyväksymistä ja itsen näkemistä arvokkaana siitä huolimatta. Voimautuminen tuo uskoa omaan luovuuteen ja kykyyn muuttaa arjen voimavaroja syöviä asioita. Lisäksi se lisää

yhteisöllisyyttä sekä halua sitoutua oman lähiyhteisön ihmisten hyvinvoinnin vaalimiseen. (Savolainen 2005: 23.)

3.2 Voimauttavan valokuvan osa-alueet

Voimauttavan valokuvan menetelmä koostuu neljästä keskeisestä osa-alueesta. (Ks. kuvio 2.) Näitä ovat albumikuvat, kuvaustilanteen vuorovaikutus, omakuva sekä arkielämän kuvaaminen. (Savolainen 2004: 130.) Menetelmä perustuu valokuvan kykyyn tallentaa, tehdä näkyväksi ja jäsentää elämäntarinaa. Sen avulla voidaan työstää identiteetin eri puolia ja rooleja sekä perheen tai työyhteisön ihmissuhteita. (Savolainen 2008a.)



KUVIO 2. Voimauttavan valokuvan osa-alueet.

Voimauttavan valokuvan yhden osa-alueen käyttäminen ei vaadi muiden osien toteuttamista. Kuvaaja saa oman harkintakykynsä mukaan valita, miten menetelmää käyttää. (Savolainen 2008b.)

3.2.1 Albumikuvat

Perheen yhteistä ja jokaisen perheenjäsenen henkilökohtaista elämäntarinaa voidaan muistella, rakentaa ja vahvistaa valokuvien avulla. Albumikuvilla tarkoitetaan kaikkea elämän varrelta olevaa kuvamateriaalia riippumatta siitä, ovatko kuvat albumissa vai eivät. Valokuvat koetaan merkiksi siitä, että tämä hetki, elämäntilanne tai ihminen on muistamisen arvoinen ja halutaan säilyttää ja omistaa mielessä vuosiakin myöhemmin. Käänteisesti valokuvien puuttuminen joltain elämänalueelta voidaan kokea menetyksenä. (Savolainen 2004: 140.)

Myös Mäkirannan (2008: 25) mukaan henkilökohtaisia valokuvia pidetään yleisesti eletyn elämän todistusaineistona ja niitä vaalitaan oman henkilöhistorian ja itselle merkittävien sosiaalisten yhteisöjen säilönä. Kuviin ja niihin liitettyihin kertomuksiin kiteytyvät paitsi yksilön itselleen antamat merkitykset, myös eletty aika, paikka ja kulttuuri, joka leimaa yksityisiä kokemuksia.

Albumikuvien tarkastelu mahdollistaa oman elämäntarinan, ihmissuhteiden ja identiteetin työstämisen. Kuvat tuovat pintaan tunteita ja muistoja. Tarkastelun myötä on mahdollista erottaa itselle arvokas paljouden seasta. Lisäksi kuvien kautta on mahdollista rakentaa perheen tai työyhteisön yhteistä tarinaa tai identiteettiä. Todellisuutta kuvaavista pysäytetyistä hetkistä on mahdollista valita ne palaset, joiden pohjalta haluaa omaa identiteettiään rakentaa. (Savolainen 2005: 173.)

3.2.2 Kuvaustilanteen vuorovaikutus

Kuvaajan hyväksyvä katse on edellytys voimauttavan valokuvaustilanteen syntymiselle. Se edellyttää kuvattavalta luottamusta, joka ei välttämättä synny hetkessä. Kuvan päähenkilö heittäytyy kuvaajan katsottavaksi ja joutuu sietämään epävarmuutta siitä, ettei kuvaamisen hetkellä itse tiedä, miltä näyttää. Kuvaajan tehtävänä on tehdä näkyväksi kuvan päähenkilön kauneutta ja erityislaatuisuutta. (Savolainen 2005: 41, 44, 145–148.) Valokuvausprosessin avulla asiakkaan mielikuva itsestään voi selkeytyä ja itsetunto sekä itseluottamus parantua (Weiser 1999: 130).

Voimautumisen edellytyksenä on kuvaustilanteen tasavertaisuus. Tämä tarkoittaa perinteisten valtasuhteiden purkamista. Kuvaustilanteessa tasavertaisuuden

toteutuminen voidaan varmistaa esimerkiksi rooleja vaihtamalla: kumpikin saa kokea kuvattavana ja toisen katseen alla olemisen tuntemukset. (Savolainen 2005: 22–23.)

3.2.3 Omakuva

Omakuva tarjoaa mahdollisuuden nähdä itsensä uudella, armollisemmalla tavalla. Oma katse onkin hyväksyvistä katseista tärkein. Omakuvat voivat toimia peilinä itsetarkastelulle ja niitä valikoimalla voi nostaa esille piirteitä, joita eniten itsessään arvostaa. (Savolainen 2005: 153.) Weiserin (1999: 20) mukaan omakuvat ovat turvallinen tapa kokeilla rajojaan. Ne tarjoavat mahdollisuuden loitontaa se, mistä itsessämme emme pidä, ja vahvistaa omakuvaamme sisäistetyistä rajoituksista huolimatta. Näin ollen omakuvat mahdollistavat identiteetin eri osa-alueiden tarkastelun.

Savolainen (2004: 135) korostaa, että valokuva tavoittaa paljon enemmän kuin pelkän ulkokuoren. Omakuvaa tutkiessaan ihminen tarkkailee elämäntilannettaan. Kuvaa voi olla vaikea katsoa, jos on tyytymätön omaan elämäänsä. Omakuvan hyväksyminen johdattaa hyväksymään oman itsensä. Tämä hyväksyntä voi ulottua vähitellen myös muille elämänalueille.

Valokuvaaminen tarjoaa mahdollisuuden roolileikkiin. Valokuvissa voi tuoda näkyväksi unelmia, mielikuvia ja ihanneminää. Valokuvissa liikutaan mielikuvituksen tasolla, niissä voi kokeilla uusia rooleja ja todistaa itselleen tai toisille sellaisia puolia itsestä, jotka eivät arkirooleissa pääse näkyviin. Voimauttavat valokuvat ovat hyvän ja kauniin näkemistä itsessä. (Savolainen 2004: 138)

Martti Lindqvistiä (2006: 68) lainaten emme tarkoita tässä työssä rooleilla ihmisestä irrallista, pakotettua tai teeskenneltyä osaa. Sen sijaan roolit ovat yksilön persoonan ilmentymismuotoja. Jokainen rooli on yksi osa minuutta, ja edustaa itseilmaisun muotoja erilaisissa tilanteissa toimiessa.

Savolainen (2004: 134) esittää, että ihminen kantaa tunnemuistissa mukanaan niitä katseita, joilla häntä on elämänsä varrella katsottu. Katseella voi hyväksyä, rohkaista, ohittaa, jättää huomiotta, jopa mitätöidä toisen täysin. Hyväksyvien katseiden jäljet

kannustavat ja rohkaisevat. Hylkäävät ja mitätöivät katseet sen sijaan saavat ehkä tuntemaan häpeää ja huonoutta.

Omakuvan kohtaaminen on lähes aina hätkähdyttävä tilanne. Kuvan sulattelu ja hyväksyminen ja hyvän löytäminen siitä voi olla aikaa vievä prosessi. Voimauttava valokuva edustaa erilaista tapaa kohdata oma ulkoinen olemus. Usein sisätilojen kelmeissä valaistuksissa otetut kuvat ovat vakuuttaneet ajatuksesta, ettei valokuvassa voi onnistua. Jos itsestä ei ole otettu valokuvaa vuosiin, saattavat myös kasvun ja varttumisen merkit olla päivittämättä niiltä osin, mihin peilikuva ei yksin pysty. (Savolainen 2005: 153.)

3.2.4 Arkielämän voimauttavat kuvat

Arjen kuvaamisen tarkoituksena on näkyväksi tekeminen ja todistaminen. Arkielämän valokuvat mahdollistavat voimavaroja syövien teemojen työstämisen sekä voimaa antavien teemojen vahvistamisen. Lisäksi valokuvat konkretisoivat ajatuksia, tunteita, toiveita ja pelkoja. (Savolainen 2007a.)

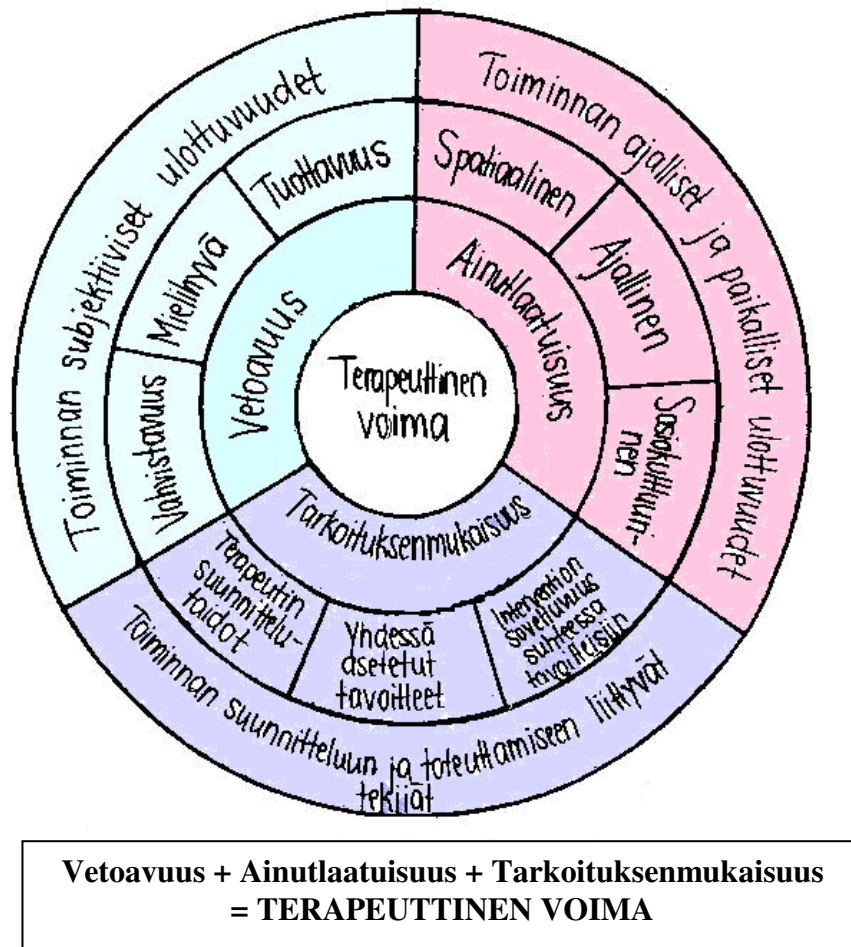
Weiser (1999: 131) esittää, että valokuvat voivat olla hyödyllisiä terapiaprosessin tavoitteiden asettamisessa. Todistusvoimaisten arjen kuvien avulla asiakkaan itsetunto voi vahvistua. Valokuvat ovat tärkeä apuväline, kun asiakkaan täytyy tietoisesti hyväksyä ja saada kokemus siitä, että pystyy tekemään jotain sellaista, mikä aiemmin on ollut mahdotonta. Valokuva toimii tällöin todistusaineistona asiakkaan kyvyistä.

On tärkeä huomata, että yksilön sisäistämät tavat ja roolit ovat luonnostaan vaikeasti muutettavissa. Niiden luonteeseen kuuluu, että ne jäsentävät arkielämäämme riippumatta siitä, kuinka tehottomia tai vahingollisia ne olisivatkin. Asiakkaat, jotka joutuvat pakon edessä luopumaan jostain roolistaan, kokevat usein menettäneensä identiteettinsä. (Kielhofner 2008: 53–57, 61.)

4 TOIMINNAN ULOTTUVUUDET

Doris Piercen Occupation by Design -mallin mukaan terapeutin voiman perusta muodostuu vetoavuudesta, ainutlaatuisuudesta ja tarkoituksenmukaisuudesta. Nämä

puolestaan koostuvat pienemmistä osatekijöistä. (Ks. kuvio 3.) Terapeuttisen toiminnan edellytyksenä on, että toimintaterapeutti huomioi nämä ulottuvuudet toimintaa suunnitellessaan. (Pierce 2003: 10–11.)



KUVIO 3. Toiminnan ulottuvuudet Pierceä (2003) mukailleen.

Toiminnan vetoavuus on yläkäsite, jolla tarkoitetaan sitä, miten tavoiteltuna asiakas näkee toiminnan. Toiminnan vetoavuus koostuu kolmesta osatekijästä: *vahvistavuudesta*, *mielihyvästä* ja *tuottavuudesta*. Toiminta, jossa kaikki kolme osatekijää ovat läsnä, koetaan todennäköisesti vetoavana. Vetoavan toiminnan suunnittelu edellyttää terapeutilta ymmärrystä asiakkaan mieltymyksistä, toiminnallisesta historiasta sekä nykyisestä elämäntilanteesta. (Pierce 2003: 118–119.)

Vahvistava ja rentouttava toiminta palauttaa yksilön energiatason, jotta hän pystyy jatkamaan päivittäistä elämäänsä. Unen ollessa palauttavista toiminnoista merkittävin myös hereillä ollessa tehdyt toiminnot ovat korvaamattomia. (Pierce 2003: 127.)

Mielihyvän kokeminen on yhteydessä siihen, miten hyvin toimintaan sitoudutaan. Toiminnasta koettu mielihyvä korreloi asiakkaan motivaation kanssa. Mielihyvän kokemisessa keskitytään itse toiminnan prosessiin, ei niinkään toiminnan tuloksiin. Toiminta, joka tuottaa mielihyvää, on useimmiten tehokasta. (Pierce 2003: 123; Pierce 2001: 253.)

Tuottavuus on vahvistavuuden ja mielihyvän ohella yksi toiminnan vetoavuuden osa-alue. Tuottavuus on yksi ihmisen perustarpeista ja se saa aikaan suurta tyydytyksen tunnetta. Tuottavuutta edustavat arjessa esimerkiksi työ ja opiskelu. Tuottava toiminta on piirteiltään tavoitteellista ja haasteellista. (Pierce 2003: 58–60, 121.)

Toiminnan ainutlaatuisuus koostuu toiminnan yksilöllisistä piirteistä. Näitä ovat toiminnan *spatiaalinen* ja *ajallinen konteksti* sekä *sosiokulttuuriset piirteet*. Asiakkaalle sopiva toimintaympäristö tukee parhaiten taitojen oppimista, parantaa intervention pätevyyttä ja tulosten yleistettävyyttä. (Pierce 2003: 220.)

Spatiaalisella kontekstilla tarkoitetaan niitä olosuhteita, joissa henkilö yleensäkin suorittaa toimintansa. Kiinnittämällä huomiota toiminnan spatiaaliseen kontekstiin pyritään ”neutraloimaan” terapeutin toiminta niin, että se muistuttaa asiakkaan aitoa toimintaa ja toimintaympäristöä. Esineet ja materiaalit ovat merkittäviä koska ihmiset kiintyvät niihin. (Pierce 2003: 225.)

Ajallinen konteksti kattaa viikko- ja vuorokausirytmien lisäksi myös ne tavat ja rutiinit, jotka mahdollistavat toiminnan rytmittämisen. Sosiokulttuurisilla piirteillä tarkoitetaan sitä, missä määrin toiminta on interaktiivista. Toiminta voi tapahtua täydessä yksinäisyydessä. Se voi myös olla täysin muista riippuvaista tai rinnakkain tapahtuvaa toimintaa. (Pierce 2003: 227, 230.)

Toiminnan tarkoituksenmukaisuus syntyy toiminnalle asetetuista täsmällisistä ja tarkoista tavoitteista. Tarkoituksenmukaisuus koostuu *terapeutin suunnittelutaidoista*, *asetettujen tavoitteiden yhteneväisyydestä* sekä *intervention soveltuvuudesta suhteessa tavoitteisiin*. Täsmällisen intervention edellytyksenä on vahva yhteistyö asiakkaan kanssa. Asetettujen tavoitteiden tulee tähdätä muutoksen mahdollistamiseen. (Pierce 2003: 294–295.)

Terapeutin suunnittelutaito vaatii luovuutta ja kykyä tuottaa uusia ratkaisuja myös toiminnan aikana. Terapeutin on arvioitava omat resurssinsa ja voimavaransa suunnittelun yhteydessä. Hyvin tehty suunnittelutyö tekee interventiosta tehokkaamman ja saa asiakkaan arvostamaan lopputulosta enemmän. Tarkoituksenmukaisen toiminnan perustana ovat myös asiakkaan kanssa yhdessä sovitut tavoitteet, joihin sekä terapeutti että asiakas sitoutuvat. Yhteneväisyys tavoitteiden asettelussa lisää asiakkaan osallisuutta. Intervention soveltuvuus syntyy, kun valitut toiminnat vastaavat asetettuja tavoitteita. Monipuolinen toiminta parantaa tavoitteiden saavuttamista. (Pierce 2003: 264, 276, 284, 294–295.)

5 TOIMINTATERAPEUTIN STRATEGIAT

Gary Kielhofnerin kehittämä Inhimillisen toiminnan malli (Model of Human Occupation) (2008) tarkastelee ihmistä kokonaisvaltaisesti ja pyrkii selittämään toiminnan eri osa-alueita. Inhimillisen toiminnan mallin mukaan ihmisen toiminnalliseen osallistumiseen ja suoriutumiseen vaikuttavat tahto, tottumus, suorituskyky sekä ympäristö. Toiminnan käsitteen ohella malli selittää ihmisen käyttäytymistä ongelmien ilmetessä sekä toimintaterapian vaikutusta toiminnalliseen osallistumiseen (Kielhofner 2008: 3, 12). Tässä luvussa kuvaamme toimintaterapeutin strategioiden ohella niiden yhtymäkohtia voimauttavaan valokuvaan.

Toimintaterapeutin strategioita muutoksen mahdollistamiseksi ovat muun muassa *vahvistaminen (validating)*, *tunnistaminen (identifying)*, *palautteen antaminen (giving feedback)*, *neuvominen (advising)*, *neuvotteleminen (negotiating)*, *jäsentäminen (structuring)*, *ohjaaminen (coaching)* sekä *rohkaiseminen (encouraging)*. (Kielhofner 2008: 185.)

Terapeuttisella strategialla tarkoitetaan toimintaterapeutin toimintaa, joka vaikuttaa ja saa aikaan halutun muutoksen asiakkaan tunteissa, ajatuksissa tai toiminnassa. Terapeuttisia strategioita tulee käyttää harkiten ja soveltaen. Niiden ei ole tarkoitus olla kaikenkattava lista. (Kielhofner 2008: 185.)

5.1 Vahvistaminen, tunnistaminen ja palautteen antaminen

Vahvistamisella tarkoitetaan asiakkaan ja hänen kokemuksensa sekä näkökulmiensa kunnioittamista. Asiakas kohdataan arvostavasti ja hänelle annetaan kokemus oman elämänsä asiantuntijuudesta. Kokemusten vahvistaminen on tärkeä osa tehokasta terapiaa. (Kielhofner 2008: 185–186.) Kokemusten vahvistamista voidaan tarkastella näkyväksi tekemisen ja hyväksyvän katseen näkökulmista. Kuvaustilanteen vuorovaikutuksessa vahvistamisen strategian mukaisesti asiakas kohdataan kunnioittaen ja pätevyyden kokemusta tukien.

Tunnistamisen avulla toimintaterapeutti auttaa asiakasta löytämään toimintatapoja tai ympäristöön liittyviä tekijöitä, jotka helpottavat toiminnallista suoriutumista ja osallistumista. Tunnistamalla voidaan myös tuottaa tietoa eri vaihtoehdoista, joilla voidaan parantaa asiakkaan toiminnallista suoriutumista ja osallistumista. (Kielhofner 2008: 188.) Vastaavasti voimauttavan valokuvan kuvausprosessissa tunnistaminen voi liittyä asiakkaan tunnetiloihin. Erityisesti nuoren tunnetilat voivat olla voimakkaita ja hallitsemattomia, jolloin tunteiden nimeäminen ja tunnistaminen on tärkeää (Turunen 2005: 114).

Toimintaterapeutti antaa palautetta asiakkaalle kerättyään tietoa ja luotuaan mielikuvan asiakkaan tilanteesta. Palautetta annetaan esimerkiksi arvioinnin tuloksista, ilmenneistä vahvuuksista tai asiakkaan edistymisestä. Palautteeseen kuuluu myös asiakkaan kehuminen, kun hän on suoriutunut valitsemastaan haasteellisesta toiminnasta. (Kielhofner 2008: 189.) Valokuvat ovat voimakas palautteen antamisen väline. Niiden avulla voi todistusvoimaisesti tehdä näkyväksi asiakkaalleen, mitä hyvää tässä näkee. Valokuvaan voi palata loputtomasti, toisin kuin suullisesti annettuun palautteeseen. (Savolainen 2005: 19, 40–41.)

5.2 Neuvominen, neuvottelemine ja jäsentäminen

Neuvominen on osa yhteistä prosessia, jossa toimintaterapeutti ja asiakas sopivat terapian tavoitteista ja menetelmistä. Toimintaterapeutti voi suositella asiakkaalle, mitkä olisivat toivottavia ja mahdollisia terapian tuloksia. Jotta neuvominen tuottaa tulosta, terapeutin tulee pyrkiä ymmärtämään asiakkaan tahtoa. (Kielhofner 2008: 189–192.)

Vastaavasti voimauttavan valokuvan kuvauskokeiluun ryhtyessään kuvaaja ja kuvattava tarvitsevat yhteisiä tavoitteita ja menetelmiä. Kuvattavan omia ideoita ja ajatuksia on tärkeä kuulla, mutta kuvaajan vastuulla on neuvoa olemassa olevista mahdollisuuksista ja resursseista. Neuvominen ei kuitenkaan saa olla esteenä herkkyydelle ja kuvattavan omalle tilalle. (Savolainen 2007b: 7.)

Neuvotteleminen on keskustelu, jossa pyritään luomaan yhteinen näkemys asiakkaan tulevasta toiminnasta. Neuvotteleminen on tarpeen erityisesti, kun asiakkaan ja toimintaterapeutin näkemykset eroavat toisistaan. Terapeutin tulee silloinkin rohkaista asiakasta ilmaisemaan ajatuksiaan ja tunteitaan. (Kielhofner 2008: 191.)

Voimauttavan valokuvan kuvausprosessissa oma-aloitteisuuden odottaminen saattaa muodostua esteeksi toiminnan syntymiselle (Savolainen 2005: 43). Näin ollen esimerkiksi kuvausretkien suunnittelu voi edellyttää toimintaterapeutilta neuvottelemisen strategiaa, jotta toiminnasta muodostuu asiakkaan toiveiden mukainen.

Jäsentämällä toimintaa toimintaterapeutti rajaa ja helpottaa valintaa tarjoamalla vaihtoehtoja, asettamalla tarpeelliset rajat ja luomalla perussäännöt yhteistoiminnalle. Jäsentäminen auttaa saamaan valinnoista, suoriutumisesta, tavoista ja rooliodotuksista kohdistuvat vaatimukset realistisiksi. Jäsentämisen avulla asiakas kokee hallitsevansa tilanteita paremmin. Näin ympäristön mahdollisuudet ja rajoitukset voidaan myös käsitellä turvallisesti. (Kielhofner 2008: 191–192.)

Jäsentämisellä on tärkein osa kuvausprosessin aloituksessa ja lopetuksessa. Toimintaan orientoituessa yhteiselle prosessille luodaan perussäännöt ja rajat. Erityisesti alkutyöskentelyn tarkoituksena on, että asiakas kokee tietävänsä, mitä kuvausprosessissa tapahtuu. Lopputyöskentelyn merkitys on ennen kaikkea kuvien ja kuvausprosessin turvallisella käsittelemisellä. (Savolainen 2007a.)

5.3 Ohjaaminen ja rohkaiseminen

Ohjaamisen tavoitteena on auttaa asiakasta kehittämään taitojaan ja toiminnallista suoriutumistaan. Ohjaamisella tarkoitetaan sitä, kun toimintaterapeutti antaa ohjeita, näyttää miten tehdä, opastaa sanallisesti tai ohjaa fyysisesti. (Kielhofner 2008: 192–193.)

Rohkaiseminen on tarpeen, kun terapiaan sisältyy tilanteita, jotka ovat uusia ja haastavia, vaativat riskien ottamista ja sitkeää yrittämistä. Toimintaterapeutin tulee tarjota asiakkaalle emotionaalista tukea ja vahvistusta. Rohkaisemisen vahvistaa asiakkaan itseluottamusta ja positiivista käsitystä omista taidoistaan. (Kielhofner 2008: 193.)

Kuvaustilanteet ovat asiakkaalle useimmiten uusia, haastavia ja vaativat uskallusta. Koska kuvissa oleminen voi aluksi tuntua asiakkaasta vieraalta, toimintaterapeutin on tärkeä tarjota asiakkaalle emotionaalista tukea. Kuvassa oleminen voi vaatia rohkaisemista ja joskus on tärkeä, että suunnittelu- ja kuvauskertoja on enemmän kuin yksi (Savolainen 2005: 44).

6 TOIMINTATERAPEUTIN OMINAISUUDET

Jokaisen ihmissuhteen tapaan myös terapisuhde on piirteiltään ainutlaatuinen. Jotta terapisuhde rakentuisi asiakkaan kasvua tukevaksi prosessiksi, tarvitaan toimintaterapeutilta tiettyjä ominaisuuksia, taitoja sekä asennoitumista. Näitä ihmissuhdetaidoiksi luettavia *toimintaterapeutin ominaisuuksia (Dimensions of Relationship Skills)* ovat muun muassa *aktiivinen kuunteleminen (listening actively)*, *kunnioitus (showing respect)*, *kannattelu ja turva ("holding" and communicating safety)*, *mahdollistaminen ja vahvistaminen (enabling and empowering)* sekä *toivon ja luottamuksen luominen (inspiring hope and confidence)*. (Finlay 2004: 142–143.) Luvussa kuvaamme myös toimintaterapeutin ominaisuuksien tärkeyttä kuvaustilanteen vuorovaikutuksessa.

6.1 Aktiivinen kuunteleminen

Aktiivinen kuunteleminen edellyttää aitoa kiinnostusta yksilöä kohtaan sekä yritystä tavoittaa hänen kokemuksensa. Aktiivinen kuunteleminen on eläytymistä asiakkaan elämäntarinaa. Se on tulkintaa sekä sanattomien viestien ymmärtämistä. (Finlay 2004: 143.) Myös Kielhofner (2008: 190) esittää, että mikäli asiakas tunnistaa toimintaterapeutin käyttäneen aikaa ymmärtääkseen häntä, tämä todennäköisemmin luottaa siihen, mitä terapeutilla on sanottavana.

Vastaavasti voimauttavassa valokuvaamisessa kuvaajan on kuunneltava, miten hänen edessään oleva ihminen haluaa tulla nähdyksi. Kuvaajan on saatava kuvan päähenkilön tuntemaan olonsa mahdollisimman ihanaksi, hyväksi ja kuvaamisen arvoiseksi, jotta tunne ja keskittyminen välittyisivät kuviin. Kuvaajan on eläydyttävä kuvattavansa kokemukseen olla toisen tarkkailevan katseen alla, jotta tämä pystyisi vapautumaan epävarmuudestaan, tutkimaan omia kuvaamisen herättämiä tunnetilojaan ja tuomaan omia tunnelmiaan valokuvaan. (Savolainen 2004: 138.)

6.2 Kunnioitus

Kunnioituksella tarkoitetaan toisen ihmisen kokonaisvaltaista hyväksyntää; tämän identiteetin, yksityisyyden ja tunteiden arvostamista. Terapiasuhteessa toimintaterapeutti osoittaa kunnioitusta asiakastaan kohtaan huomioimalla tämän yksilöllisyyden ja ainutlaatuisuuden, mahdollistamalla asiakkaan omia valintoja ja kannustamalla niihin. Kunnioitusta on myös asiakkaan mielipiteiden, uskomusten ja kulttuuritaustan hyväksyminen. (Finlay 2004: 144.)

Valokuvatessa voimauttavasti kuvaajan hyväksyvä katse antaa kuvan päähenkilölle rohkeutta avautua kameran ja kuvaajan edessä. Kuvattavan on luotettava, että kuvaaja näkee hyvän hänessä. Tämä edellyttää molemminpuolista arvostusta ja kunnioitusta. Kun kuvaaja onnistuu tämän luottamuksen luomisessa, aukeaa kuvaustilanteesta lähentävä ja vapauttava kokemus, joiden vuorovaikutus näkyy valmiissa valokuvissa. (Savolainen 2004: 134.)

Kunnioitus näkyy myös siinä, miten toimintaterapeutti huomioi oman ammattiroolinsa vuorovaikutussuhteeseen tuomat erityispiirteet. Luottamuksellisuus sekä vaitiolovelvollisuus kuuluvat keskeisinä osina ammattietiikkaan. (Finlay 2004: 145.) Voimauttavassa valokuvaamisessa ennen kuvausretkeä sovitaan, kenen valmiit kuvat ovat. Luottamuksellisuus, yhteiset sopimukset sekä niiden kunnioittaminen muodostavat valokuvaamiselle turvallisia raameja. (Savolainen 2007a.)

Sumsionin ja Law'n (2006: 156–157) mukaan asiakaslähtöisessä toimintaterapiassa kiinnitetään huomiota asiakkaan ja terapeutin roolien muuttumiseen aiemmasta autoritäärisestä suhteesta tasavertaiseksi kumppanuudeksi. Tasavertaisuuden periaate

edesauttaa asiakkaan toiveiden ja tarpeiden kuulluksi tulemista. Suhteessa molemmat osapuolet ovat samanarvoisia ja heillä on terapisuhteessa omat, tärkeät roolinsa.

Samalla tavoin voimauttavassa valokuvaamisessa kaikkein tärkeintä on kiinnittää huomiota kuvaustilanteen tasavertaisuuteen. Valokuvaamisesta voi tulla vallankäyttöä, mikäli kuvaaja kontrolloi kohdettaan liikaa. Kuvaustilanteessa kuvaajan on tarkoitus palvella ja kuunnella kuvassa olevaa ihmistä. Kuvaaja toimii hänen peilinään, antaa positiivista palautetta ja tekee ehdotuksia mutta ennen kaikkea kuuntelee hänen toiveitaan. (Savolainen 2004: 137, 140.)

6.3 Kannattelu ja turva

Kannattelu ja turva ovat voiman ja tuen antamista vaikeassa elämäntilanteessa olevalle asiakkaalle. Pysymällä rauhallisena tunteita herättävässä tilanteessa toimintaterapeutti voi viestittää hallinnan kokemuksen myös asiakkaalleen. (Finlay 2004: 145.)

Kannattelun ja turvan yksi muoto on container-funktio. Sillä tarkoitetaan terapeutin tarjoamaa psykologista tilaa, jossa vaikeita asioita, traumoja sekä heikkoutta ja häpeää on turvallista käsitellä. Terapisuhteessa, joka on edennyt riittävän pitkälle container-funktion saavuttaakseen, voidaan ilmaista myös vihaa, tuhoa ja raivoa turvallisesti ja hallitusti. (Finlay 2004: 145.)

Myös Lindqvist (2006: 72–73) esittää, että terapeutin persoona voi olla ihmisen malli asiakkaallensa. Hän voi edustaa tälle toivoa, elämänuskoa ja selviytymismahdollisuutta. Terapeutin persoonassa container-funktio on ikään kuin astia, johon asiakas voi kaataa oman elämänsä kuormaa.

6.4 Mahdollistaminen ja vahvistaminen

Mahdollistaminen ja vahvistaminen tapahtuvat tekemällä asiakkaan kanssa yhteistyötä ja uskomalla hänen mahdollisuuksiinsa kuntoutua. Ymmärtämällä asiakkaan yksilöllisiä kokemuksia ja näkökulmia sekä tukemalla tämän itsenäisyyttä toimintaterapeutti voi mahdollistaa yksilön sisäisen voimantunteen kasvua. Kuitenkaan terapeutti ei saa olla ylitukeva tai vaatia asiakkaaltaan liikaa. Sitä vastoin, toimintaterapeutin tehtävänä on

antaa rakentavaa palautetta, tunnustella tilannetta sekä tarjota ehdotuksia ja neuvoja. (Finlay 2004: 145.)

Lindqvistin (2006: 72) mukaan käyttäessään omaa persoonaansa työvälineenä terapeutti tarjoaa elävän peilin asiakkaalleen. Tämä tarkoittaa sitä, että asiakas voi nähdä itsensä uudessa valossa terapeuttinsa kautta. Sen yhtenä muotona voi olla sanallisen palautteen antaminen, mutta merkitsevintä on tunnepeilaus.

Mahdollistamista ja vahvistamista voi tapahtua myös voimauttavassa valokuvaprosessissa albumikuvatyöskentelyn myötä. Savolaisen (2005: 173) ja Weiserin (1999: 131) mukaan valokuvilla voidaan vahvistaa jo unohtuneita taitoja ja rooleja. Valikoimalla tietynlaisia otoksia eletystä elämästä asiakas voi päättää, millaisille puolille itsessään ja identiteetissään haluaa vahvistusta ja tukea. Valokuvan todistusvoimaisuus voi olla voimauttavaa silloin, kun usko omaan kykyihin on heikko.

6.5 Toivon ja luottamuksen luominen

Toivon ja luottamuksen luominen on yksi terapiatyön haastavimmista osa-alueista. Usein se tarkoittaa sitä, että toimintaterapeutti auttaa asiakastaan näkemään itseään ja tilannettaan uudessa valossa. Toimintaterapialla on erityinen rooli asiakkaan uuden, positiivisemmän tulevaisuudenkuvan luomisessa. Toivo on vahva motivaation lähde. Toimintaterapeutin tehtävänä on uskoa asiakkaansa mahdollisuuksiin, tuoda esille realistisia tavoitteita sekä kannustaa niiden tavoitteluun. (Finlay 2004: 146–147.)

Valokuvaan suostuminen vaatii luottamusta valokuvaajaa kohtaan. Lisäksi valokuvaus vaatii suhdetta ja vuorovaikutusta. (Weiser 1999: 197, 206.) Turvallisen vuorovaikutussuhteen luominen on ensisijaisen tärkeää voimauttavan valokuvan menetelmän käyttämiseksi (Savolainen 2005: 22–23).

Savolaisen (2005: 39–40, 44) mukaan itsensä näkeminen uudessa valossa voi olla toivoa herättävä kokemus. Toisinaan kuvaaja voi valokuvien tuoda näkyväksi sitä potentiaalia kuvan päähenkilössä, joka sanoin kerrottuna ei vielä tavoita häntä. Valokuva tarjoaa mahdollisuuden kyseenalaistaa vanhoja ja pinttyneitä ajatusmalleja suhteessa itseen ja omaan kykyihin. Myös Mäkiranta (2008: 36–37) esittää, että valokuvalla on mahdollista muuttaa omaa määritelmää itsestään.

7 NUOREN TYTÖN KEHITYS

Lapsuus vaihtuu nuoruuteen noin 13–14-vuoden iässä. Tämä aloittaa uuden kehitysvaiheen ihmisen elämässä. (Turunen 2005: 113.) Tytön kasvun käännekohtana on usein yläasteelle siirtyminen, jolloin tyttö omaksuu uusia rooleja uudessa vaativammassa ympäristössä. Tyttöydelle ominaista tässä ajassa on murrosiän varhaisempi alkaminen ja myöhäisempi loppuminen. (Savolainen 2005: 92, 96.)

Nuori tarvitsee jatkuvaa palautetta siitä, millainen hän on. Hän tuntee itsensä sellaiseksi, millaisena ajattelee muiden häntä pitävän. (Aalberg – Siimes 2007: 86.) Johonkin liittyminen, kuuluminen, hyväksytyksi tuleminen, osallistuminen ja vaikuttaminen ovat yksilön persoonallisuuden kehitykselle keskeisiä asioita (Himberg – Jauhiainen 2004: 96). Tähän ajatukseen kiteytyy vertaisuuden merkitys nuoren kehitykselle. Nuori ei kasva eheäksi aikuiseksi ilman jonkin kuulamista, toisten hyväksyntää ja vaikuttamisen mahdollisuutta. (Turunen 2005: 117.)

Tunteiden esiintulo ja voimistuminen on yksi nuoruusiän kehityksen olennainen piirre. Tämän seurauksena elämä muuttuu murrosiässä ikään kuin henkilökohtaisemmaksi. Tunteiden kuohunta voi olla nuorelle hämmentävää. Hän voi kokea hallitsemattomuutta suhteessa tunnetiloihinsa ja niiden vaihteluihin. (Turunen 2005: 114.)

Tyttöjen kehitysvaiheen ymmärtäminen on tärkeä osa valokuvausprosessia. Kuten Borg ja Bruce (1991: 49–50) toteavat, ryhmän jäsenen mielenkiinto toimintaan säilyy, kun toiminta vastaa yksilön kehityksellisiä tarpeita.

7.1 Nuoruuden kehitystehtävät Eriksonin mukaan

Erik H. Eriksonin psykososiaalinen kehitysteoria jakaa ihmisen identiteetin kehittymisen kahdeksaan eri kehitysvaiheeseen. Eriksonin mukaan nuoruusiän vaihetta voidaan kuvata termillä identiteetin kehittyminen. Ikäkauteen kuuluu yhteiskunnan haasteisiin ja vaatimuksiin vastaaminen. Keskeisimpiä kriisejä ovat ihmissuhteiden kriisi, ideologinen kriisi sekä identiteetin kriisi. Näiden kriisien myötä nuori tekee ratkaisuja ja sitoutuu valintoihin, jotka myöhemmin johtavat aikuiselämän rooleihin. (Nurmi 2000: 262.)

Yksilöllisyyden tunteen voimistuminen herättää nuoren etsimään omaa itseään. Tämä tehdään kokeilemalla erilaisia rooleja sekä ottamalla mallia vanhempien ja ympäristön tarjoamista esimerkeistä. Epävarmuus ja kokeileminen ovat kehitykselle välttämättömiä. (Dunderfelt 1999: 247.)

Nuoruuden kehitystehtävän onnistuneena tuloksena on identiteettiin sitoutuminen. Tämä synnyttää pysyvyyden tunnetta ja kykyä säilyttää läheiset suhteet myös konfliktitilanteissa. Kehitystehtävän epäonnistunut ratkaiseminen voi johtaa roolihajaannukseen ja syrjäyttämiseen. (Dunderfelt 1999: 247.)

Valokuvan voima identiteettityössä pohjaa siihen, että valokuva on ja ei ole totta samanaikaisesti. Valokuva itsessään ei ratkaise identiteetin kriisiä, mutta valokuvan avulla totuuden ongelmasta tullaan tietoiseksi. (Savolainen 2005: 172.)

7.2 Nuoren ruumiinkuva ja identiteetti

Nuoruudessa ruumis muuttuu samalla kun kulttuuriset, yhteiskunnalliset ja yhteisölliset voimat, vaatimukset ja odotukset muokkaavat sitä. Nuoruusiässä identiteetti kytkeytyy ruumiillisuuteen tiukemmin kuin missään myöhemmässä elämänvaiheessa. Nuoret työstävät rakentumassa olevaa aikuisidentiteettiään sekä henkisesti että ruumiillisesti nimenomaan ulkoisen olemuksensa – ruumiin, vaatetuksen ja fyysisen toiminnan – kautta. (Oinas 2001: 17; Wilska 2001: 62–63.)

Ruumiillisuus määrittää voimakkaasti nuoren naisen elämää. Nuoren tytön kehitykselle voi olla haitallista, että hänen ruumiinsa seksualisoidaan varhain niin medioissa kuin lähiympäristössäkin. Nuoruusiässä huomio kiinnittyy erityisesti ulkonäköön, pukeutumiseen ja siihen, miltä näyttää muiden silmissä. Katsominen ja katseen kohteena oleminen vaikuttaa tyttöjen käsityksiin itsestään. (Aapola 2001: 31, 39; Tolonen 2001: 82.)

Ruumiillisella identiteetillä tarkoitetaan nuoren suhdetta itseensä fyysisenä kokonaisuutena. Yhdessä psykologisen ja sosiaalisen minuuden kanssa ne muodostavat erottamattoman kokonaisuuden. Nuori puhuu ruumiillaan koko minuutensa kokemuksesta suhteessa maailmaan, toisiin ihmisiin, omaan toimintaansa ja

psykkiseen kokemukenttäänsä. Ruumiillisuus on merkittävä ulottuvuus identiteettikokemusta ja sen kommunikaatiomuotoa. (Välimaa 2001: 105.)

Nuoruusiässä omaa muuttuvaa ruumista peilataan muihin samanikäisiin sekä aikuisiin. Ruumiin toimintakyvyt, ominaisuudet ja niistä luotu kuva muodostavat nuorten toimintaa säätelevän perusulottuvuuden, tavan olla maailmassa. (Välimaa 2001: 105.)

7.3 Nuoruusikä ja häpeä

Nuoren herkkyys sosiaaliselle todellisuudelle johtuu muun muassa häpeän vähittäisestä heräämisestä. Häpeän tunne on yleensä sidoksissa ympäristön yksilöön kohdistamiin vaatimuksiin. Yhteiskunnan vaatimukset kohdistuvat useimmiten tapoihin, normeihin, ihanteisiin ja maailmankatsomuksellisiin asioihin. Vaatimusten vastainen käyttäytyminen tai pelkkä ulkomuoto voi herättää häpeää. Vaatimukset saattavat olla myös kuviteltuja tai yksilön itselleen asettamia. Häpeä liittyy läheisesti hyväksytyksi tulemisen tarpeeseen. (Turunen 2005: 116–117.)

Koska häpeän tunne on kantajalleen tunteista tuskallisimpia, se pyritään usein kätkemään. Erilaiset arjen tilanteet voivat kuitenkin laukaista ja palauttaa tietoisuuteen vanhoja häpeäkokemuksia. Häpeä saattaa kätkeytyä muiden tunteiden, kuten vihan, tai käyttäytymisen, kuten miellyttämisen halun taakse. Häpeää torjutaan myös riippuvuuksilla ja se voi olla keskeinen syy esimerkiksi masennuksen taustalla. Häpeään kasvetaan usein sukupolvittain, jolloin vanhemman omat häpeäkokemukset heijastuvat hänen tapaansa nähdä lapsensa. (Malinen 2005: 161, 165–166.) Turusen ja Malisen tavoin myös Savolainen (2005: 217) kiteyttää, että voimautumisen vastavoima ovat itseän kohdistuneet häpeän tunteet.

8 TUTKIMUSKYSYMYS

Yhteistyökumppanin kanssa käytyjen keskusteluiden pohjalta työmme tutkimuskysymykseksi muotoutui tarkastella, kuinka voimauttavan valokuvan menetelmä soveltuu toimintaterapeutin työvälineeksi nuorten tyttöjen kanssa. (Ks. taulukko 1.) Jaoimme tutkimuskysymyksen kolmeksi alakysymykseksi, joita tarkastelimme tapausesimerkin kautta saadun tiedon pohjalta.

TAULUKKO 1. Tutkimuskysymyksen jäsentäminen

<p>TUTKIMUSKYSYMYS</p> <p>Kuinka voimauttavan valokuvan menetelmä soveltuu toimintaterapeutin työvälineeksi nuorten tyttöjen kanssa?</p>
<p>ALAKYSYMYKSET</p> <p>i) Voimauttavan valokuvan terapeuttisuus</p> <p>Kuinka voimauttavan valokuvan menetelmää voi käyttää terapeuttisesti?</p>
<p>ii) Prosessin vaiheiden soveltaminen</p> <p>Kuinka voimauttavan valokuvan menetelmää on mahdollista soveltaa vastaamaan nuoren tytön tarpeita?</p>
<p>iii) Voimauttavan valokuvan käytön vaatimukset</p> <p>Mitä resursseja voimauttavan valokuvan käyttö tekijöiltään vaatii? Miten ympäristö mahdollistaa tai rajoittaa valokuvatyöskentelyä?</p>

Tutkimuskysymyksemme ensimmäisenä osana on selvittää, kuinka voimauttavan valokuvan menetelmää voi käyttää terapeuttisena toimintana nuorten tyttöjen kanssa. (Ks. taulukko 1.) Kuvausprojektiin peilaten esittelemme, mitä terapeuttisia elementtejä voimauttavan valokuvan prosessi sisältää. Tarkoituksenamme on myös reflektoida, miten toimintaterapeutin teoreettinen viitekehys näkyy prosessin suunnittelussa ja toteutuksessa. Tarkastelemme toiminnan terapeuttisuutta Piercen (2003) Occupation by Design -mallin mukaan.

Menetelmän soveltamisella tarkoitamme, kuinka voimauttavaa valokuvaa on mahdollista muokata vastaamaan nuoren tytön tarpeita. (Ks. taulukko 1.) Tavoitteena on avata tapausesimerkin kautta niitä käytännön valintoja, joiden avulla toimintaa on mahdollista yksilöidä nuoren kehitystehtävää vastaavaksi ja nuoren tytön silmissä vetovoimaiseksi. Tarkastelemme myös kriittisesti omia ratkaisujamme; ajankäyttöä sekä esimerkiksi alku- ja lopputyöskentelyn painottumista. Käsittelemme menetelmän

sovellettavuutta erityisesti Kielhofnerin (2008) esittelemien terapeutin strategioiden avulla.

Tutkimuskysymyksen viimeisenä osana on selvittää, mitä voimauttavan valokuvan käyttö käyttäjiltään vaatii. (Ks. taulukko 1.) Pyrimme kuvaamaan, miten ympäristö mahdollistaa tai rajoittaa valokuvatyöskentelyä. Toimintaterapeutilta vaadittavia ominaisuuksia käsittelemme Finlayn (2004) esittämien terapeutin ominaisuuksien kautta.

8.1 Opinnäytetyön toteuttaminen

Opinnäytetyömme toteutettiin tapaustutkimuksena. Saarela-Kinnunen ja Eskola esittävät, että tapaustutkimukselle on tyypillistä joustavuus ja monipuolisuus. Lisäksi sille on ominaista luonnollisuus, mukautuvaisuus ja vuorovaikutus. (Saarela-Kinnunen – Eskola 2001: 158, 168.) Joustavuus näkyi työskentelyssämme esimerkiksi aineistonkeruumenetelmissä. Ne eivät ole noudattaneet säännönmukaista kaavaa, vaan olemme joustavasti käyttäneet haastatteluin, muistiinpanoin ja kirjallisin kysymyksin saatua tietoa. Monipuolisuus näkyi työskentelymme eri muodoissa. Olemme paitsi analysoineet uutta tietoa, myös osallistuneet aktiivisina tekijöinä itse prosessiin. Mukautuvaisuus oli keskeinen osa valokuvausprosessia, sillä tehtävänämmä oli suunnitella vaihtoehtoisia toteutustapoja toiminnalle ja olla herkkinä nuoren jatkuvasti muuttuvissa elämäntilanteissa. Vuorovaikutus oli työmme kannalta erityisen keskeinen, sillä siihen pohjautui koko prosessin toteuttaminen. Voimautumisen edellytyksenä on onnistunut vuorovaikutus (Savolainen 2005: 22–23).

Tutkimuksessa teoria ja empiria ovat parhaimmillaan uutta luovassa vuoropuhelussa keskenään (Saarela-Kinnunen – Eskola 2001: 168). Olemme tietoisesti pyrkineet luomaan tätä vuoropuhelua tarkastelemalla käyttämiämme teorioita rinnakkain ja peilanneet niihin myös kuvausprosessista saamiamme käytännön kokemuksia.

Kuvauskokeiluista saamamme tulokset niin menetelmän toimivuudesta kuin sen soveltuvuudesta toimintaterapeutin käyttöön ovat tilannesidonnaisia ja viitteellisiä, eikä niistä voida tehdä yleistäviä johtopäätöksiä. Oma toimintamme, nuorten elämäntilanne ja tausta sekä työskentely työelämäyhteistyökumppanin kanssa muodostivat joukon muuttujia, jotka vaikuttivat prosessin onnistumiseen. Reflektoimalla omaa toimintaamme pyrimme hahmottamaan, mitkä tekijät vaikuttivat kuvausprosessin

edetessä toisiinsa. Samalla työn haasteena oli saada omaan työskentelyyn etäisyyttä, jotta työn selvityksellinen osuus ei hämärtyisi. Tässä Lehtisen kunkin tapaamiskerran jälkeen antamalla palautteella oli keskeinen osa.

8.2 Aineistonkeruumenetelmät

Aineistonkeruumenetelmämme perustuu Grönforsin (2001: 134–135) esittämään muistiinpanotekniikkaan. Sen mukaan tutkimusta tehdessä tarvitaan käytännössä ainakin kahdenlaisia muistiinpanoja. Yhtäältä muistiinpanojen tulee keskittyä varsinaisen vuorovaikutuksen kuvaamiseen. Niissä kirjataan esimerkiksi mitä osallistujat tekevät ja sanovat, muiden reaktiot ja muu välitön informaatio, joka liittyy itse vuorovaikutustilanteeseen. Toisaalta on tarpeellista kirjata myös kontekstitietoja siitä, missä tilanteessa ja mihin aikaan vuorovaikutus tapahtui sekä muita olosuhdetekijöitä, jotka voivat vaikuttaa varsinaiseen vuorovaikutukseen.

Tapausesimerkin aukikirjoittaminen on tapahtunut sekä vuorovaikutusta että kontekstitietoja kuvaavien muistiinpanojen pohjalta. Olemme noudattaneet tarkoituksenmukaisuusperiaatetta ja kirjanneet sen, minkä katsoimme joko suoraan tai mahdollisesti liittyvän tutkimuskysymykseen. Tyttöjen tuottamien pohdintojen kirjaaminen on puolestaan mahdollistanut suorien lainauksien käyttämisen tapausesimerkissä.

Grönforsin mukaan yksi aineiston keräämisen onnistumisen edellytys havainnointiin ja osallistumiseen perustuvassa tutkimuksessa on tutkijan persoona ja siihen liittyvät erilaiset tekijät. Toisin sanoen tutkija toimii parhaiten omasta persoonastaan käsin ja luonteva esiintyminen luo varmuutta ja luottamusta. (Grönfors 2001: 126.) Peilasimme tätä periaatetta valokuvausprosessia toteuttaessamme. Niin kuvausprosessin kuin kirjoitustyön aikana hyödynsimme omia vahvuuksiamme ja persooniimme liittyviä erityispiirteitä sekä käytimme tietoisesti toimintaterapeutin strategioita.

Grönfors esittää, että havainnointiin ja osallistumiseen perustuvassa tutkimuksessa tutkijalla voidaan sanoa olevan eräänlainen kaksoisrooli. Hän on yhtäältä ihmisen roolissa ja toisaalta tutkijan roolissa. Näitä rooleja voidaan jossain määrin pitää erillään. (Grönfors 2001: 125.) Varmistaaksemme työrauhan sekä osallistumiselle että kirjoittamistyölle jaksotimme työskentelymme kolmeen osaan. Opinnäytetyöprosessin

alussa keskityimme opinnäytetyön tekijän rooliin ja tiedonkeruuseen. Tämän jälkeen siirryimme toimijan rooliin. Viimeiseksi palasimme tarkastelemaan tapausesimerkin tuottamia johtopäätöksiä opinnäytetyön tekijän roolissa.

Työskentelyn vaiheistamisella edistettiin ja helpotettiin roolivaihdosten sujuvuutta. Lisäksi se edesauttoi reflektointia. Roolivaihdoksen tarkoituksena oli mahdollistaa etäisyyden ottaminen ja oman toiminnan tarkasteleminen. Kuten Heikkinen ja Jyrkämä (1999: 36) esittävät, reflektoidessaan ihminen ikään kuin etäännytyy itsestään ja tarkastelee näin omia ajatussisältöjään, kokemuksiaan ja näkee oman toimintansa ja ajattelunsa uudesta näkökulmasta.

8.2.1 Kuvauskokeiluun valikoituneet tytöt

Kuvauskokeilu toteutettiin kahden Tyttöjen Talolla käyvän tytön kanssa. Valinta tapahtui Lehtisen toimesta ja perustui hänen ammattitaitoonsa ja pitkään vuorovaikutukseensa tyttöjen kanssa. Turvataksemme tyttöjen yksityisyyden emme avaa tarkemmin perusteita, joilla tytöt kuvauskokeiluun valittiin.

Kuvauskokeilun päähenkilöt, 14-vuotiaat Amanda ja Emilia (nimet muutettu), olivat osallistuneet Tyttöjen Talolla toimineeseen, Lehtisen ohjaamaan ryhmään jo useamman vuoden ajan ennen voimauttavan valokuvauskokeilun alkamista. He olivat myös tutustuneet valokuvaamiseen ja kuvattavana olemiseen dokumentoimalla Tyttöjen Talon ryhmää vuosina 2006–2008.

Oinaksen ja Wilskan mukaan nuoruudessa identiteetti nivoutuu ruumiillisuuteen tiukemmin kuin missään myöhemmässä elämänvaiheessa. Nuoret työstävät rakentumassa olevaa identiteettiään erityisesti ulkoisen olemuksensa kautta. (Oinas 2001: 17; Wilska 2001: 62–63.) Nuorten kehitystehtävän mukaisesti nostimme valokuvausprosessin päätavoitteeksi tukea nuoren minäkuvan rakentumista valokuvan keinoin. Lisäksi tarkoituksena oli luoda tytöille arjesta irrottava, ainutlaatuinen kokemus. Lehtinen katsoi myös tyttöjen hyötyvän kannattelevasta toiminnasta edellisen ryhmän lopun ja uuden alkamisen välillä.

8.2.2 Eettisyys

Tarkastellessamme työvälineen soveltuvuutta toimintaterapeutin käyttöön nuorten tyttöjen kanssa katsoimme tärkeäksi tuntea tarkasti Tyttöjen Talon ideologian, tyttötyön tarkoituksen ja tavoitteet sekä asiakaskunnan. Koska voimauttavaa valokuvaa voi käyttää vain koulutuksen käynyt, oman henkilökohtaisen albumityöskentelyn ja kuvausprosessit kokenut henkilö, oli perusteltua, että voimauttava valokuvauskokeilu oli meidän toteuttamamme. Lehtinen oli kuitenkin mukana kaikissa tapaamisissa tyttöjen kanssa lukuun ottamatta ensimmäistä kuvausretkeä. Hän toimi tapaamisissa yhtenä ohjaajista, mutta tapaamisten vetovastuu ja menetelmän käyttö olivat meidän vastuullamme.

Koska hyväksyvä katse on edellytys voimauttavan valokuvaustilanteen rakentumiselle, oman persoonan käyttö työvälineenä ja oman toiminnan merkitys korostuvat (Savolainen 2005: 145). Jotta jaksaisimme toteuttaa voimauttavan kuvausprosessin meillä tuli olla foorumi, jossa purkaa työskentelyn nostattamia tunteita. Saimme Lehtiseltä ohjausta koko kuvausprosessien ajan ja keskustelimme yhteisten kokoontumisten jälkeen. Ohjauksen tarkoituksena oli turvata työskentelyämme ja omaa jaksamistamme sekä viimekädessä myös tyttöjen turvallisuutta. Ohjauksen tehtävänä oli lisäksi tukea oman työskentelyn reflektointia ja opinnäytetyön kriittistä arviointia. Koska opinnäytetyön tulosten arviointi perustui molemminpuoliseen ajatustenvaihtoon ja oppimiseen, oli ohjaus tärkeä osa niin aineistonkeruuta kuin tulosten arviointiakin. Ohjauksen avulla turvasimme kuvausprosessien eettisyyden. Yhteistyön toteutumisesta tarkemmin liitteessä 5.

Tarkastelimme prosessin eettisyyttä myös kuvien käsittelyn ja hallintaoikeuksien näkökulmasta. Tyttöjen kanssa sovittiin ennalta, kuka kuvia saa katsoa, miten niiden läpikäyminen tapahtuu ja kenelle kuvat jäävät. Esimerkiksi digitaalikameran muistikortin sisällön hallintaoikeuksista sovittiin etukäteen. Näin kuvien käsittelyssä vallitsi ehdoton luottamuksellisuus.

Kuvausprosesseja varten pyysimme kirjalliset luvat sekä tytöiltä että heidän huoltajiltaan. Kuvausluvat koskivat kuvien ottamista, käsittelyä sekä julkaisemista (ks. liite 2). Lisäksi lähetimme erillisen tiedotteen tyttöjen vanhemmille (ks. liite 3).

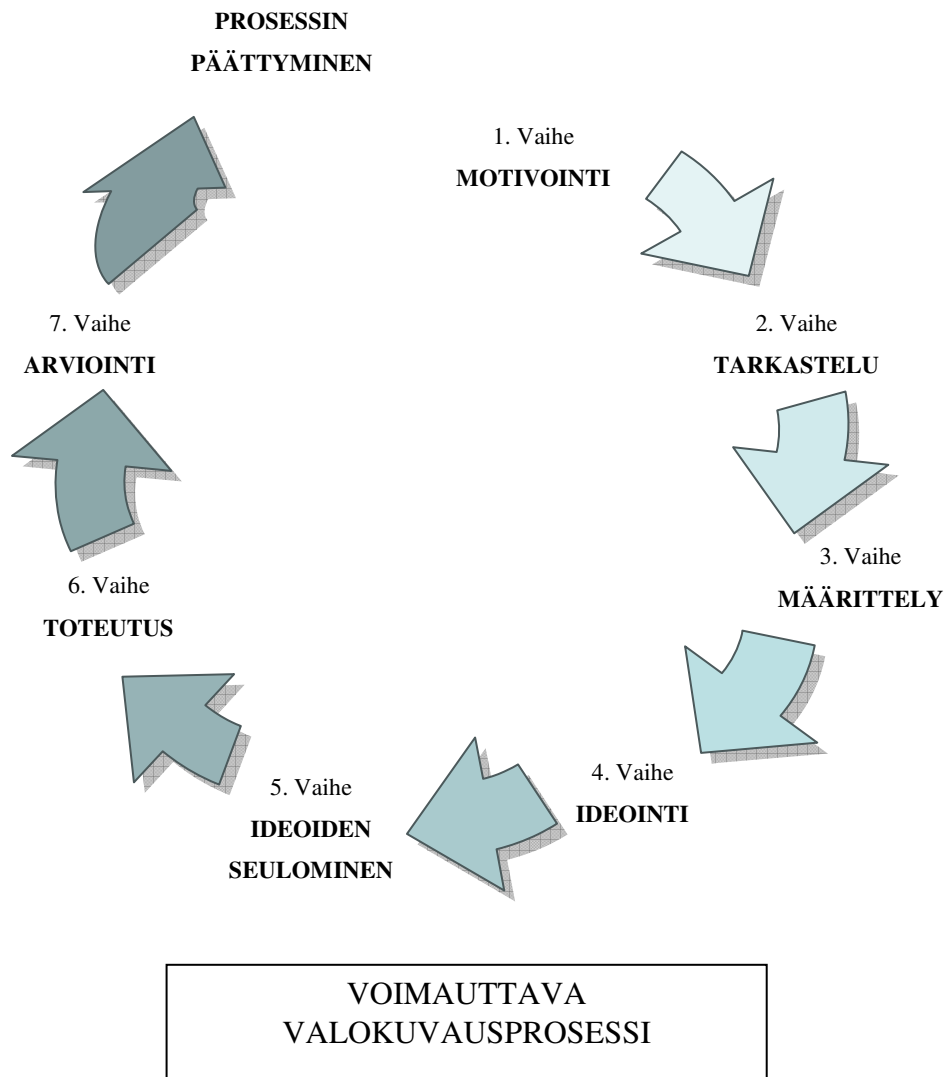
9 AMANDAN JA EMILIAN VOIMAUTTAVA VALOKUVAUSPROSESSI

Opinnäytetyömme osana toteutunut voimauttava valokuvausprosessi käynnistyi joulukuussa 2008. Tapaamiskertoja oli yhteensä seitsemän, joista kaksi oli kuvauskertoja ja viisi ryhmätapaamisia. Päätimme prosessin ja tapasimme tyttöjä viimeisen kerran maaliskuussa 2009. Prosessi on toiminut aineistona, jonka pohjalta vastasimme opinnäytetyömme tutkimuskysymyksen. Viittaamme toteutuneisiin tapaamisiin ryhmäkertoina. Tarkoituksenamme ei kuitenkaan ole ollut tavoitella terapeutin ryhmän muotoa, vaan prosessin pääpaino on ollut yksilöllisissä voimautumisprosesseissa.

Tytöt eivät esiinny työssä omilla nimillään, vaan ovat valinneet itse heistä käytettävät nimet. Tyttöjen toivomuksen mukaisesti puhumme heistä nimillä Amanda ja Emilia. Esitämme tekstissä suoria lainauksia tyttöjen puheesta. Tähän olemme saaneet heiltä luvan. Olemme koonneet yksityiskohtaiset kuvaukset toteutuneista tapaamisista liitteeseen 1.

Kuten kappaleessa neljä selitimme, terapeutin voiman perusta muodostuu vetoavuuden, ainutlaatuisuuden ja tarkoituksenmukaisuuden osa-alueista. Pierce (2003: 16, 20) korostaa toiminnan suunnittelun tärkeyttä näiden kolmen ulottuvuuden sisällyttämiseksi interventioon. Terapeutin toiminta on huolellisen, pitkäjänteisen prosessin tulos.

Designing occupations -malli (The Creative Process of Designing Occupations) on kuvaus terapeutin toiminnan kehitysvaiheista. (Ks. kuvio 4.) Malli koostuu seitsemästä osasta, jotka ovat *motivointi*, *tarkastelu*, *määrittely*, *ideointi*, *ideoiden seulominen*, *toteutus* sekä *arviointi*. Designing occupations -mallin vaiheita seuraten toimintaterapeutti osaa suunnitella asiakkaalle merkityksellistä, terapeutista toimintaa. Mallin avulla toimintaan on mahdollista sisällyttää ainutlaatuisuuden, vetoavuuden ja tarkoituksenmukaisuuden piirteitä. (Pierce 2003: 16, 20.)



KUVIO 4. Designing occupations -malli Pierceä (2003) mukailten.

Olemme soveltaneet Designing occupations -mallia tarkastelemalla terapeutin toiminnan kehitysvaiheita meidän ja tyttöjen yhteisenä prosessina. Valinnalla halusimme korostaa vuorovaikutuksen ja yhdessä tekemisen merkitystä tyttöjen voimautumisprosesseissa. Myös Pierce (2003: 24) neuvoo, että mallin jokaisessa vaiheessa on hyvä tehdä yhteistyötä. Näimme tyttöjen esittämien toiveiden ja tarpeiden korostamisen merkityksellisenä myös siksi, että voimauttavan valokuvan menetelmää luonnehtii voimakkaasti nuoren omien ideoiden ja ajatusten kuulluksi tuleminen valokuvausprosessissa (Savolainen 2008a).

Amandan ja Emilian voimauttavassa valokuvausprosessissa Designing occupations -mallin seitsemän vaihetta olivat yhdenvertaisia. Vaikka mallin viisi ensimmäistä osaa valmistavat ja tähtäävät toiminnan toteutukseen, prosessin jokainen vaihe oli kriittinen osa voimautumisosprosessin rakentumista. Prosessia varten tekemämme suunnittelutyö sekä kaksi ensimmäistä ryhmäkertaa vastasivat Designing occupations -mallin viittä ensimmäistä osiota, kaksi kuvausretkeä muodostivat toiminnan toteutusosion ja omakuvatyöskentely ja lopetus kuvasivat prosessin arviointia.

Mallin vaiheet eivät olleet erillisiä kokonaisuuksia, vaan nivoutuivat tiiviisti toisiinsa koko prosessin ajan. Vaiheiden välillä liikkuminen oli aaltomaista ja välillä palasimme ajassa taaksepäin. Myös Piercen mukaan vaiheiden välillä voi liikkua ja erityisesti motivaatiovaiheeseen on hyvä palata (Pierce 2003: 25). Prosessin arviointi jäi osittain kesken, sillä tyttöjen muuttuneen elämäntilanteen vuoksi varsinaista lopetus- ja palautekertaa ei onnistuttu järjestämään.

9.1 Motivoinnin vaihe

Jotta asiakas motivoituu toimintaan, on tärkeää käyttää aikaa muutoksen tarpeen pohtimiseen. Mikäli osallistumisen tarkoitus jää asiakkaalle epäselväksi, on toimintaan vaikea sitoutua. Haastavinta motivoinnissa on toimintaan sitoutuminen ja sitouttaminen. Motivoinnissa onnistuminen mahdollistaa toiminnan vetoavuuden ja innostavuuden vastoinkäymisistä huolimatta. (Pierce 2003: 21, 265–266.)

Emilian ja Amandan keskinäinen vuorovaikutussuhde sekä luottamus Lehtiseen loivat vahvan pohjan työskentelylle. Luottamus näkyi rohkeutena ja innokkuutena sekä ennakkoluulottomuutena osallistua voimauttavaan valokuvauskokeiluun. Motivointi jäi prosessin alussa hyvin pieneen rooliin. Tehtävänäimme oli sen sijaan kertoa tytöille heille vieraasta menetelmästä ja siitä, mitä sen avulla oli mahdollista saavuttaa.

Motivoinnin vaiheessa pyrimme painottamaan kokemuksen ainutlaatuisuutta. Omien kuvien suunnittelu, kuvausretket sekä kuvan päähenkilönä oleminen olivat kaikki tytöille ennen kokemattomia asioita. Kerroimme prosessin vaativan itsensä likoon laittamista, mutta antavan vastaavasti paljon takaisin. Tytöt saivat myös monessa kohdassa vaikuttaa itse prosessin sisältöön. Tämä oli mielestämme merkittävää, sillä Borgin ja Brucen (1991: 99–100) mukaan toiminnan vedotessa ryhmän jäsenten

mielenkiinnonkohteisiin, arvoihin ja tarpeisiin, se lisää jäsenten sitoutumista ryhmäkokemukseen. Mahdollisuus vaikuttaa toimintaan voi olla voimauttava ja itseluottamusta lisäävä kokemus.

Jotta valokuvaaminen motivoisi nuorta, on keskeistä, että hän saa itse luoda kuvien sisällön ja tunnelman. Kuvaaja tuo mukaan oman lisänsä, koska toisen mielikuvaa on vaikea täysin identtisesti toteuttaa. Kuvaajan näkökulma taas saattaa auttaa nuorta näkemään hyviä asioita itsestään, jos hänellä on vaikeaa luoda myönteistä minäkuvaa. (Savolainen 2007b: 7.) Näiden periaatteiden perusteella suunnittelimme tehtäviä, joiden tuli olla paitsi riittävän inspiroivia nuorelle, myös auttaa hahmottamaan, millaisia kuvia tytöt toivoivat itsestään otettavan.

Eniten Emiliaa ja Amandaa tuntui motivoivan ajatus siitä, että he saisivat prosessin tuotteena syntyneet kuvat itselleen. Fantasiat erilaisista kuvausrekvisiitoista olivat inspiraationa kuvien ideoinnille. *”Mä haluaisin, että se kuva olis silleen pistävä, silleen fiuuu.”* *”Mä haluaisin näyttää siinä kuvassa kauniilta, muttei kuitenkaan tarviis olla malli.”*

Tyttöjä viehätti ajatus kuvan päähenkilöydestä. He olivat tyytyväisiä tasavertaisuuden ja itsemääräämisoikeuden teemoihin kuvaustilanteessa. *”Musta ei ikinä voisi tulla malli, koska mä en tykkää, kun joku sanoo mulle, mitä tehdä. Mutta tämmösestä mä oon kyl aina haaveillu.”* Osa motivointia oli myös keskustella Amandaa ja Emiliaa valokuvaamisesta huolestuttavista ja pelottavista aiheista. Tytöt nimesivät, että ulkonäköpaineet ja ulkonäön ajattelemisen on heille ajankohtainen ja myös ahdistava aihe. He tekivät oivalluksia pohtiessaan, miten voimauttava valokuva on osin vastakohta mallikuville ja median luomalle ihanteelle. *”Tää ei ole siis niinku mallikuvausta? Tää taitaa olla ihan päinvastoin.”*

Prosessissa tarvittiin erityistä motivointia Emilian ilmoitettua, ettei hän pääsisikään ensimmäiselle kuvauskerralle. Tämä synnytti peruutusten kierteen, joka asetti vaakalaudalle koko prosessin toteutumisen. Etenkin Emilialle oli tarpeellista nostaa uudelleen esiin se, minkä hän ensimmäisillä ryhmäkerroilla oli kokenut motivoivana ja innostavana. Tämä tehtiin palaamalla ihannekuvan suunnitteluun. Tarkoituksena oli löytää uudestaan se ilo, joka omien kuvien ideoinnissa oli aiemmin herännyt ja vahvistaa näin motivoitumista.

Motivointia tarkastellessa on kuitenkin syytä huomioida, että nuorella on vapaus valintoihin läpi prosessin. Borg ja Bruce (1991: 41) näkevät tärkeänä, että ryhmäläiset saavat itse päättää, mihin toimintaan osallistuvat, eikä heidän tarvitse ottaa riskejä miellyttääkseen terapeuttia. Oman tahdon toteuttamisen edellytyksenä kuitenkin on, että toimintaterapeutti on luonut turvalliset puitteet, jolloin ryhmäläiset voivat harjoitella uusia rooleja ja uusia tapoja toimia.

9.2 Tarkastelun ja määrittelyn vaihe

Tarkastelun tavoitteena on löytää työskentelyyn uusia mahdollisuuksia ja näkökulmia. Tarkasteluvaiheessa toimintaterapeutti etäännytyy prosessista nähdäkseen sen kokonaiskuvan. Tarkastelussa onnistuminen vaatii ennakkoluulottoman asenteen sekä mielikuvitusta tutkia omia ideoita ja intervention tavoitetta useista eri näkökulmista. Määrittelyvaiheen aikana asiakas ja terapeutti tulevat tietoisiksi toiminnan päämäärästä ja tarkoituksesta. Määrittelyn onnistumisella on läheinen yhteys koko prosessin onnistumiseen; huonosti määriteltyihin tavoitteisiin on vaikea palata, jolloin niitä joudutaan usein muokkaamaan uudelleen. (Pierce 2003: 23, 25, 266–267.)

Prosessimme painottui omakuvatyöskentelyyn ja kuvaustilanteen vuorovaikutukseen. Muut voimauttavan valokuvan kaksi osa-aluetta jäivät taka-alalle. Valinnan taustalla oli prosessin lyhyt kesto. Esimerkiksi albumikuvien kautta tapahtuva elämäntarinan rakentaminen olisi vienyt työskentelyn syvemmälle kuin resurssien puitteissa oli mahdollista tai eettistä tehdä.

Määrittelyvaiheessa valokuvausprosessin tavoitteeksi muotoutui tukea Amandan ja Emilian minäkuvan rakentumista valokuvan keinoin. Lisäksi tarkoituksena oli luoda tytöille ainutlaatuinen kokemus ja korostaa kuvausretkillä näkyväksi tulemisen ja hyväksymisen teemoja. Prosessin tuotteena syntyisi samalla konkreettisia tuotoksia, voimauttavia valokuvia.

Tarkastelun vaiheessa tulisi kerätä mahdollisimman paljon taustatietoa asiakkaasta (Pierce 2003: 23). Alkutyöskentelyssä tytöt johdateltiin voimauttavan valokuvan maailmaan valokuva-assosiaation avulla. Halusimme tietää, minkälaisia kokemuksia tytöillä oli valokuvaamisesta ja valokuvattavana olemisesta. Tiedonkeruun perusteella

kävi ilmi, että kummallakin oli hatara mielikuva siitä, mitä tapaamisemme pitivät sisällään ja kuinka valokuva niihin liittyi.

Toiminnan määrittelyn kannalta oli tärkeää keskustella voimauttava-sanan merkityksestä. Tämä tapahtui nuorelle sopivalla kielellä. Selitimme voimautumisen olevan sisäisen kasvun kokemus, joka lisää omia voimavaroja ja uskoa omiin kykyihin. Tyttöjen oli helppo saada kiinni ajatuksesta, että valokuvan tarkoituksena on tehdä hyvää toiselle ihmiselle.

Tutustuaksemme tyttöihin paremmin toivoimme heidän kertovan aluksi vapaamuotoisesti itsestään minä-kirjeen muodossa. Tehtävänantona oli kertoa haluamallaan tavalla, millaisena tyttönä itseään pitää. Harjoituksen avulla saimme tietoa tyttöjen identiteetistä sekä tavasta nähdä itsensä. Tämä oli keskeistä prosessin tavoitteen kannalta.

Katsoimme onnistuneemme toiminnan määrittelyssä, kun toisella tapaamiskerralla tytöt kertoivat olevansa innoissaan kuvaamisesta ja osasivat jo luontevasti käyttää voimautumisen-sanaa. Saimme vahvistuksen tytöille suunnittelemamme toiminnan sopivuudesta, kun työskentelyssä näkyi flow-ilmion piirteitä. Piercen (2003: 61) mukaan flow on tila, jossa taito ja haaste ovat tasapainossa. Flow saavuttaminen edellyttää toiminnalta selkeät tavoitteet. Myös toiminnasta saatu palaute edistää flow-tilaa. Toimintaan uppoutuminen saattaa tarjota asiakkaalle kokemuksen hallinnan tunteesta sekä oman toiminnan merkityksestä.

Tarkastelun ja määrittelyn vaiheessa Amanda toi esiin, että tulevat kuvauskerrat jännittävät häntä. Pyrimme mahdollistamaan tulevaa kuvauskertaa sanoittamalla jännitystä ja korostamalla sen luonnollisuutta. Erityisen tärkeää oli määrittellä, mitä kuvausretkillä tapahtuisi. Tytöt olivat kiinnostuneita kuulemaan ohjaajien omista kokemuksista sekä jännityksen tuntemuksista kuvausretkillä.

Vielä kuvausretkelle lähtiessämme palasimme tarkastelun ja määrittelyn vaiheeseen. Amanda halusi selventää, mikä yhteys opinnäytetyömme ja voimauttavan valokuvaamisen välillä oli. Kerroimme, että opinnäytetyötämme varten olisi tärkeää prosessin kokemuksellinen osuus; itse kuvat olisivat hänen omiaan, ja otettaisiin häntä varten.

Prosessin kohdatessa yllättäviä muutoksia ja vastoinkäymisiä meidän oli etäännyttävä tarkastelemaan prosessia kokonaisuutena ja etsittävä uusia strategioita prosessin loppuun viemiseksi. Tarkastelun avulla myös ennakoimme mahdollisia ongelmatilanteita. Näin pystyimme varautumaan tyttöjen unohduksiin tuoda mukanaan kuvausrekvisiittaa ja muita yhdessä sovittuja välineitä. Myös muut sattuneet peruutukset vaativat prosessin uudelleentarkastelua.

9.3 Ideoinnin ja seulomisen vaihe

Ideoinnin tarkoituksena on tuottaa mahdollisimman monta vaihtoehtoa toiminnalle ja sen sisällölle. Ideoiden ei tarvitse olla realistisia tai huomioida käytettävissä olevia resursseja. Vaihe voikin olla hyvin työläs ja vaatia suurta luovuutta. Ideoiden seulominen johtaa lopulta parhaan idean valitsemiseen. Sopivimman vaihtoehdon löytäminen on sitä helpompaa, mitä paremmin toiminnan määrittelyssä on onnistuttu. Ideoiden seulominen on kriittinen vaihe, joka vaatii riittävästi aikaa. (Pierce 2003: 26, 28, 268–269.)

Savolaisen mukaan hyvä keino omakuvan ideoimiseen on lähteä liikkeelle sen tunnelmasta. Myös erityisen rooliasun valinta on yksi tapa tehdä kuvan maailmaa konkreettisemmaksi. (Savolainen 2007b: 7–8.) Rooliasut ja rekvisiitta voivat myös helpottaa kameran edessä olemista. Joskus juuri roolin myötä kuvaan voi avautua sellainen puoli itsestä, joka kertoo myöhemmin jotain tärkeää omasta minästä. Omakuva saattaa tehdä näkyväksi jotain sellaista, mitä haluaa vaalia ja kantaa mielessään. (Savolainen 2004: 138.)

Pierce esittää, että tuottoisa haaveilu (*productive dreaming*) voi lisätä toiminnan ainutlaatuisuutta. Se tarjoaa asiakkaalle mahdollisuuden luoda hänelle tärkeä ja merkityksellinen mielikuva terapiatilanteessa. (Pierce 2003: 224.) Omakuvien ideoinnin tarkoituksena oli tuottoisan haaveilun kautta löytää erilaisia mahdollisuuksia kuvausretken toteuttamiselle.

Yksi tuottoisaa haaveilua tavoitteleva harjoitus oli omakuvan idealistan täyttäminen. Nämä olivat kartonkiarkkeja, joissa oli omakuvan sisältöön liittyviä otsikoita ja kysymyksiä. Tehtävänä oli täyttää kohdat nimeltä ”Etäisyys”, ”Kuvausrekvisiitta”,

”Tunnelma”, ”Värimaailma”, ”Kuvauspaikka”, ”Miltä haluat näyttää kuvassa?” ja ”Mitä tunteita toivot kuvasi katsojassa herättävän?”.

Idealista osoittautui toimivaksi työvälineeksi ja jäsensi tyttöjen toiveita omakuvaansa liittyen. Harjoituksen jälkeen molemmilla tytöillä tuntui olevan vahva mielikuva omasta ihannekuvastaan. Samalla tytöt onnistuivat maalaamaan kuvan myös meidän mieliimme. Tätä vahvistettiin tekemällä piirroksia omasta ihannekuvasta. Idealistan kautta seulottiin tyttöjen ideoista ne, mitkä oli mahdollista toteuttaa.

9.4 Toteutuksen vaihe

Toteutusvaiheessa toiminnan muoto on jo hyvin pitkälle jalostettu. Suunnitteluprosessin alkuvaiheiden tavoin toiminnan toteuttaminen vaatii silti huolellista suunnittelua ja aktiivisuutta. Suunnitelmien muuttuessa toiminnan toteuttaminen vaatii tilannetajua, herkkyyttä sekä sopeutumiskykyä. Toimintaterapeutin onkin hyvä luoda vaihtoehtoisia suunnitelmia toiminnan toteuttamiseksi. (Pierce 2003: 30, 269–270.)

Kuvausprosessin toteuttaminen oli odottamaamme haastavampi tehtävä. Kuvausretken perusteellisesta suunnittelusta huolimatta tekemämme suunnitelmat eivät toteutuneet sellaisenaan. Muuttuneista tilanteista seurasi erilaisia ratkaisuja ja toimintastrategioita. Uusien aikojen sopiminen peruutusten tilalle vaati joustamista ja sopeutumiskykyä. Samalla kun pyrimme säilyttämään prosessin struktuurin ja riittävän kannattelevuuden, meidän tuli huomioida, että ryhmään osallistuminen oli tytöille vapaaehtoista ja tapahtui heidän vapaa-ajallaan. Myös Piercen (2003: 183–184) mukaan toimintaterapeutin tulee olla tarkkana toiminnan luonteen ja rytmittämisen suhteen.

9.4.1 Kuvausretki Suomenlinnaan

Toiminnan ainutlaatuisuus toteutuu usein parhaiten asiakkaalle merkityksellisessä ympäristössä (Pierce 2003: 220). Kuvausretki toi erityisellä tavalla esiin toiminnan ainutlaatuisuuden, sillä se oli mahdollista toteuttaa Amandalle tärkeät asiat huomioon ottaen. Suomenlinna oli tytölle merkittävä kuvauspaikka, koska se on ollut osa hänen perheensä historiaa. Osa toiminnan ainutlaatuisuuteen vaikuttavista tekijöistä oli puolestaan vaikutusvaltamme ulkopuolella. Amanda oli toivonut talvisia, utuisia kuvia,

joissa olisi paljon lunta. Ennen joulua oli mahdotonta tietää, olisiko tammikuussa lainkaan lunta.

Amanda kertoi jännittäneensä kuvauksia etukäteen. Toimintaan uppouduttuaan hän kuitenkin totesi, ettei kuvattavana oleminen ollut yhtään niin jännittävää kuin oli kuvitellut. Amanda myös arvioi, ettei tapaamiskertoja olisi tarvittu ennen kuvaamista kahta enempää. ”*Minua olisi jännittänyt nämä kuvaukset, vaikka me oltaisiin nähty 100 kertaa sitä ennen.*” Myös tämä oli osoitus prosessin määrittelyvaiheen onnistumisesta.

Kontrolloidaksemme kuvausretken kulkua olimme ennakoineet erilaisia ongelmakohtia ja tehneet vaihtoehtoisia strategioita toiminnan toteuttamiselle. Silti muuttujien hallinta tuntui välillä raskaalta. Ennakoimaton, muuttuva kuvauspaikka tuo toimintaterapeutille enemmän vastuuta kuin tuttu ja turvallinen terapiatila. Lisäksi pitkän ja monesta osasta koostuvan kuvausretken aikana toimintaterapeutin täytyy hallita aikaa. Myös asiakkaan oma vastuun kantamisen taito vaikuttaa toimintaterapeutin työmäärään.

9.4.2 Kuvausretki studiolle

Toiselle kuvausretkelle lähteminen oli molemmille tytöille haastavaa. Innottomuus ja haluttomuus sävyttivät matkaa kuvausstudiolle. Luotimme arviointikykyymme siinä, että innostus veisi voiton väsymyksestä kun alkuun pääsyn vaikeus olisi voitettu. Varmuutta omasta harkinnasta toi se, että toiminnan toteutus oli suunniteltu huolellisesti vastaamaan juuri näiden tyttöjen tarpeita ja toiveita silmälläpitäen ainutlaatuisuuden, vetoavuuden ja tarkoituksenmukaisuuden ulottuvuuksia.

Oletuksemme osoittautui paikkansa pitäväksi, sillä studiolle saapuminen sai tytöissä aikaan muodonmuutoksen. ”*Mä vasta heräsin*”, kuvasi Emilia tuntemuksiaan. Ammattilaisten puitteet tekivät tyttöihin vaikutuksen. Olimme tuoneet mukaan Helsingin tanssiopiston vaatteita sekä omia kesävaatteitamme kuvausrekvisiitaksi. Tämä oli tarpeen, sillä molemmat tytöistä olivat puutteellisesti varustautuneita. Piercen (2003: 30) mukaan toimintaterapeutin on hyvä varautua viime hetken muutoksiin ja vaihtoehtoisiiin strategioihin toimintaa toteuttaessaan.

Molemmat tytöt nauttivat kuvausasujen sovittelusta, meikkaamisesta ja kaunistautumisesta. Piercen mukaan esineet voivat olla tärkeitä toiminnan

onnistumiselle, koska niillä voi olla asiakkaalle tunnearvoa (Pierce 2003: 160). Tytöt valitsivat hyvin omannäköisensä vaatteet. Varsinkin kuvauspaikkojen rakentaminen ja taustakankaiden valinta olivat Emilialle ja Amandalle hienoja kokemuksia. *”Tää on ihan niin kuin telkkarissa!”* Tytöt miettivät, kuinka kertoisivat kokemuksestaan omille ystävilleen. *”Tästä jää meille ikuiset muistot.”*

Studio oli kuvausympäristönä haastava. Kameroiden säätäminen valaistukseen sopivaksi, taustakankaat, valot ja varjot muodostivat joukon muuttujia, jotka eivät ulkokuvauksesta olleet meille tuttuja. Lisäksi iso tila ja sen houkutukset tuottivat varsinkin toiselle tytölle haasteita. Koko pakettia oli pitämässä kasassa yhteensä neljä aikuista.

Tytöt ottivat kuvausretkellä ajan ja tilan itselleen ja nauttivat nähdyksi ja huomioituksi tulemisesta. Kuvien kannalta studio ei kuitenkaan ammattitaidottomille kuvaajille ollut paras mahdollinen. Kovat valot ja taustakankaat muodostivat suuren kontrastin pehmeisiin luontokuviin nähden. Kuvien lopputulos ei kuitenkaan tuntunut olevan tytöille tärkein päämäärä. *”Ei se haittaa, vaikka tulis yhtään onnistunutta kuvaa, kun tää oli niin onnistunutta.”* Mielihyvän kokemisessa keskitytään itse toiminnan prosessiin, ei niinkään toiminnan tuloksiin (Pierce 2003: 80).

Mahdollisuus toteuttaa itseään ja käyttää luovuuttaan oli tytöille merkityksellistä. *”Yleensä ei ole mahdollista toteuttaa omaa luovuuttaan, tai sitten ei kehtaa tai uskalla.”* Kuvausillan onnistuminen kirvoitti tytöissä kiitoksia. *”Kun mä ensimmäistä kertaa tulín (voimauttavaa valokuvausta varten) Tyttöjen Talolle, niin mä en ois ikinä voinu kuvitella että tää ois näin kivaa.”* *”Mä odotin tältä paljon, mutta tää vielä ylitti odotukset.”*

9.5 Arvioinnin vaihe

Luovan prosessin laiminlyödyin osa on usein arvioinnin vaihe. Tavoitteisiin pääsyn jälkeen ei useinkaan pysähdytä miettimään, mitkä tekijät olivat tämän takana. Reflektion ja arvioinnin puuttuminen on hidaste toimintaterapeutin kasvulle ja kehitykselle. Arviointivaiheessa on hyvä käydä läpi, mitkä piirteet toiminnassa muodostivat vetoavuuden, ainutlaatuisuuden ja tarkoituksenmukaisuuden ulottuvuudet. Samalla toimintaterapeutti voi tarkastella omaa osaamistaan toiminnan suunnittelun ja

toteuttamisen eri alueilla. Ammattitaidon kehittymisen pohja on taidossa reflektoida omaa toimintaa. (Pierce 2003: 31–34.)

9.5.1 Palautteen anto

Piercen (2003: 33) mukaan hyvä tapa saada palautetta omasta toiminnasta on haastatella projektissa mukana olleita. Toimintaterapeutti voi kuvata, mitä toiminnalla halusi saavuttaa, ja pyytää kommentteja tavoitteesta onnistumisesta. Jotta sanallista palautetta tulisi runsaasti, toimintaterapeutin on hyvä pitää omat puheenvuoronsa lyhyinä ja keskittyä kuuntelemiseen. Näin voidaan samalla painottaa saadun palautteen merkittävyyttä.

Molempien kuvausretkien jälkeen kokosimme tyteiltä palautetta heidän kokemuksistaan toiminnan ja keskusteluiden avulla. Oltuaan ensimmäisellä kuvausretkellä Amanda kertoi kuvaamisen aluksi tuntuneen jännittävältä, mutta muuttuneen sitten luontevaksi. Hän nimesi mieleenpainuvimmaksi hetkeksi *”kuuman kaakaon juomisen vuoren laella”*. Tämä oli ollut tytön mielestä erityinen hetki. Kokonaisuudessaan valokuvausretki oli ollut hänelle hyvä, uusi kokemus. Toiminta oli näin tarkoituksenmukaista ja täytti sille asetetun tavoitteen.

Arvioinnin vaiheessa käsitelimme syntyneitä valokuvia omakuvatyöskentelyn keinoin. Tutustuessaan Suomenlinnassa otettuihin kuviin Amanda löysi kolme kuvaa jotka oli valmis esittämään muille. Yksi kuva oli onnistunut siksi, että *”tämä on ensimmäinen hymykuva, jota voin katsoa ilman, että tulee itku”*. Muut kaksi kuvaa olivat *”juuri sellaisia utuisia ja talvisia, joista olin haaveillut”*.

Toisella omakuvatyöskentelykerralla molemmat tytöt löysivät useita onnistuneita kuvia itsestään. Etenkin Emilia oli hyvin ihastuksissaan kuvistaan ja täytti kuvakollaasillaan koko pöydän. Hän oli ilahtunut ja yllätynyt omasta ulkomuodostaan ja onnistumisestaan kuvissa. *”Vitsi mä luulin, et mul ois jotain kolme hyvää, mut mul onkin kaksisataa.”* *”Mä löydän hienoja täältä!”*

Amanda oli huomattavasti varovaisempi kuviensa suhteen, mutta ystävän innostus rohkaisi häntäkin tarkastelemaan kuviaan uusin silmin. Myös Piercen (2003: 208)

mukaan vertaistuki voi parantaa teini-ikäisen asiakkaan toimintakykyä ja osallistumisen tasoa. ”*Mä katson nää vielä uudelleen, kun mä olin liian armoton ensin.*”

Tytöt myös tarkastelivat kuviaan kriittisesti arvioiden. ”*Ei voi olla totta, en oo ikinä nähnyt itseäni ton näköisenä.*” ”*Mun varpaat pilaa.*” Tyytymättömiä haukkuja keräsivät niin hymy, sivuprofiili kuin linjatkin. Ohjaajat tasapainottelivat kritiikkiä kuunnellessaan toisaalta antaen tilaa tyttöjen kommenteille ja toisaalta kyseenalaistaen liian kriittisiä lausuntoja.

Molemmat tytöt nauttivat saamastaan huomiosta ja ihasteluista päästessään esittelemään kuviaan toisille. Aalbergin ja Siimeksen mukaan nuori tarvitseekin jatkuvaa palautetta siitä, millainen hän on (Aalberg – Siimes 2007: 86). Tytöt kehuivat toisiaan estoitta. ”*Ihana Amanda, sä oot tässä ihan paras. Amanda wow!*” ”*Sä oot tosi suloinen näissä.*” Molempien tyttöjen kuvissa näkyivät naiseksi kasvamisen teemat sekä itselle uusien roolien kanssa leikittely. ”*Täst mä en kyl kehtaa puhua, mut tää on hieno.*”

Tärkeä palautteen antamisen muoto olivat tyttöjen ohjaajille osoittamat runsaat kiitokset. ”*Kiitti tästä, kiitti kun sain olla mukana tässä!*” sekä muut vastaavat kommentit puhuivat omaa kieltään toiminnan tärkeydestä tytöille. Halu näyttää kiitollisuutta mahdollisuudesta osallistua prosessiin näyttäytyi myös prosessin muissa vaiheissa. Keräsimme lisäksi sekä suullista että kirjallista palautetta Lehtiseltä.

9.5.2 Prosessin päättäminen

Ryhmän päättämisen tarkoituksena on tuoda yhteen se, mitä on opittu ja saavutettu ryhmäprosessin aikana. Toimintaterapeutin tehtävänä on auttaa ryhmän jäseniä määrittelemään, millä tavoin ryhmän tavoitteet on saavutettu. Mikäli ryhmän tavoitteet ovat jääneet saavuttamatta, on aiheellista pohtia, mitkä tekijät johtivat siihen. Toimintaterapeutin tavoitteena on päättää ryhmä siten, että se jättää ryhmän jäsenille positiivisen tunteen omasta pätevyystään ja itseluottamuksestaan. Ryhmän päättämiseen kuuluu, että ryhmän jäsenillä on mahdollisuus keskustella kokemuksistaan ja siitä, mitä he ovat oppineet. On tärkeää antaa aikaa hyvästelyille ja eroprosessille. (Borg – Bruce 1991: 173–174.)

Ryhmän päättymisen voi herättää erilaisia tunteita, kuten iloa, surua, helpotusta, hylätyksi tulemista ja vihaa. Nämä tunteet kytkeytyvät ryhmän jäsenten aikaisempiin kokemuksiin vastaavista tilanteista. Hyvästeleminen ja eteenpäin siirtyminen on harvoin helppoa, joten toimintaterapeutin rooli tässä on erityisen tärkeä. Ryhmän päättymistä voi ilmentää esimerkiksi juhlistamalla ryhmäprosessin loppumista ja jättää näin ryhmän jäsenille hyvä muisto. On tärkeää, että toimintaterapeutti on herkkä ryhmän jäsenten tarpeille ja antaa riittävästi aikaa eroprosessille. (Borg – Bruce 1991: 173–174.)

Olimme tehneet tytöille palautelomakkeen prosessin arvioimista varten. (Ks. liite 3.) Savolainen pitää tärkeänä kirjallisen, tarkan palautteen pyytämistä tytöiltä. Näin vahvistetaan tytön kokemusta omasta asiantuntijuudestaan. (Savolainen 2009a.) Kuten yllä mainittiin, myös Borg ja Bruce (1991: 173–174) kannustavat päättämään ryhmäprosessin niin, että se vahvistaa osallistujien pätevyyden tunnetta.

Lomakkeen täyttäminen jäi kuitenkin tekemättä, sillä kumpikaan tytöistä ei saapunut lopetuskerralle. Amanda oli estynyt muista syistä, Emilian kohdalla lopetustyöskentely muodostui liian ylivoimaiseksi. Päädyimme lähettämään palautelomakkeen heille postitse.

Olimme ennakoineet tyttöjen vaikeutta tulla viimeiselle tapaamiskerralle lupaamalla antaa tyttöjen odottamat kuva-cd:t vasta tuolloin. Tytöille cd:t olivat erityisen tärkeitä siksi, että ne mahdollistavat kuvien julkaisun ja lähettämisen internetissä. Tämä ei kuitenkaan ollut olosuhteisiin nähden riittävä motivaation lähde tyttöjen saamiseksi paikalle.

Lopetuskerran peruunnuttua emme voineet päättää prosessia parhaalla mahdollisella tavalla. Olisimme halunneet vielä kerran palata prosessin aikana syntyneisiin omakuviin. Lisäksi tarkoituksena oli ohjeistaa tyttöjä miettimään, mitä kuvia he laittavat internetiin. Jatkoyhteydenpito tyttöjen kanssa kirjallisen palautteen osalta jäi Lehtisen tehtäväksi.

10 JOHTOPÄÄTÖKSET

Opinnäytetyö antaa rohkaisevia tuloksia voimauttavan valokuvan menetelmän soveltuvuudesta toimintaterapeutin työvälineeksi nuorten tyttöjen kanssa. Toimintaterapian viitekehys mahdollistaa menetelmän terapeuttisen käytön, mikä johdattelee minäkuvan ja oman kehitysvaiheen teemojen äärelle. Menetelmän käytölle on olemassa tiettyjä reunaehtoja, jotka liittyvät toimintaterapeutin työnkuvaan sekä nuoren omaan vointiin ja jaksamiseen. Seuraavassa jaottelemme tarkemmin tekemiämme johtopäätöksiä tutkimuskysymyksemme mukaan. Tarkoituksena on näin esitellä keskeisimmät päätelmät siitä, kuinka voimauttavan valokuvan menetelmää voi käyttää terapeuttisesti, kuinka menetelmää on mahdollista soveltaa nuoren tytön tarpeita vastaavaksi ja mitä resursseja menetelmän käyttö tekijöiltään vaatii.

10.1 Kuinka voimauttavan valokuvan menetelmää voi käyttää terapeuttisesti?

Toimintaterapeutin ammattitaito mahdollistaa voimauttavan valokuvan käytön terapeuttisena toimintana. Toiminnan analyysin avulla voimauttavan valokuvausprosessin voi rakentaa siten, että toiminta sisältää ainutlaatuisia, vetoavia ja tarkoituksenmukaisia piirteitä. Toimintaterapian viitekehys näkyy myös siinä, että toiminta itsessään voi muodostua lopputuloksena syntyneitä kuvia tärkeämmäksi.

Voimauttavan valokuvan terapeuttisuus toimintana rakentuu yhtäältä toiminnan subjektiivisista ulottuvuuksista. Nuori voi kokea mielihyvää yksilöllisestä ajasta sekä ulkonäöstään ja olemuksestaan saamastaan rohkaisevasta palautteesta. Valmiit valokuvat edustavat tuottavuuden aspektia. Toinen terapeuttisuuden osa-alue ovat aikaan ja paikkaan liittyvät tekijät. Luonnon äärellä tai muussa nuorelle tärkeässä paikassa toteutettu kuvausretki voi tuoda toimintaan rentouttavan ja palauttavan elementin. Useamman nuoren yhteinen prosessi mahdollistaa vertaistuen ja on siten sosiokulttuurisesti merkittävää. Piercen (2003: 118–119, 220) mukaan nämä tekijät rakentavat toiminnasta vetoavaa ja ainutlaatuista.

Toiminnan terapeuttisuus muodostuu kolmanneksi toiminnan suunnitteluun ja toteuttamiseen liittyvistä tekijöistä (Pierce 2003: 294). Nostamalla voimauttavan valokuvan menetelmästä nuorelle sopivia osa-alueita toimintaterapeutti voi mahdollistaa esimerkiksi minäkuvan tai naiseksi kasvamisen teemojen pohtimisen. Yhdessä

suunniteltu toiminta lisää nuoren tunnetta omasta osallisuudestaan. Vaikuttamisen mahdollisuus esimerkiksi omakuvia suunnitellessa voi olla nuorelle terapeutin kokemus. Vetoavuuden, ainutlaatuisuuden ja tarkoituksenmukaisuuden kautta rakentuu voimauttavan valokuvan terapeutin voima. (Ks. kuvio 3.)

Nuoren ja toimintaterapeutin välinen vuorovaikutus on keskeistä kaikissa prosessin vaiheissa, ja korostuu erityisesti kuvausretkellä. Savolaisen mukaan voimauttavaa kuvausta edesauttaa nuoren tunne siitä, että hän tuntee kuvaajansa. Voimauttavan valokuvan menetelmän onnistunut käyttäminen edellyttääkin, että omassa työtöteessä on tilaa vapaaseen vuorovaikutukseen asiakkaiden kanssa. (Savolainen 2009a.) Samalla tavoin myös Pierce (2003: 119) täsmentää, että toimintaterapeutin ja asiakkaan välinen luonnollinen vuorovaikutus ja terapiasuhteen syntyminen edellyttää, että asiakas viihtyy yhdessä terapeutin kanssa. Tällöin asiakas kokee olonsa turvalliseksi ja rennoksi toimintaterapeutin seurassa.

10.2 Kuinka voimauttavan valokuvan menetelmää on mahdollista soveltaa?

Voimauttavan valokuvan menetelmää on helppoa soveltaa vastaamaan nuorten tyttöjen tarpeita. Huomioimalla nuoren toiveet sekä määrittämällä prosessille selkeät tavoitteet toimintaan voidaan sisällyttää nuorelle merkityksellisiä tekijöitä. Kuvauspaikka, rekvisiitta sekä alku- ja lopputyöskentelyssä käytetyt toiminnot jättävät toimintaterapeutille paljon liikkumavaraa. Toiminnan analyysin avulla toimintaterapeutti pystyy tekemään toiminnasta yksilöllistä.

Menetelmän soveltamista edistää terapeutin strategioiden käyttäminen nuoren tarpeiden huomioimisessa. Strategioiden myötä toimintaterapeutti tulee tietoiseksi siitä, miten toiminnasta tulee muutosta mahdollistava. Vahvistamisen kautta luodaan nuorelle tunne pätevydestä ja asiantuntijuudesta. Tunnistamisen strategian avulla toimintaterapeutti voi auttaa nuorta löytämään tekijöitä, jotka helpottavat osallistumista. Jäsentäminen taas luo toiminnalle turvalliset puitteet ja struktuurin.

Ehdot menetelmän sovellettavuudessa eivät tule niinkään siitä itsestään vaan ympäristön asettamista rajoituksista. Käytännön työelämässä on lukuisia huomioon otettavia seikkoja, joiden puitteissa Savolaisen mainitsevat spontaanit kuvausretket eivät

välttämättä ole mahdollisia (Savolainen 2004: 139). Toimintaterapeutin työnkuva vaikuttaa suunniteltujen tapaamisten sisältöön sekä menetelmän sovellettavuuteen.

Käytännössä menetelmää on mahdollista mukauttaa esimerkiksi kuvausretkellä. Omassa prosessissamme tämä ilmeni kuvaamisena vuorotellen. Olimme molemmat läsnä kuvaustilanteissa kuvaten vuoron perään sekä toisinaan myös samaan aikaan. Kahden kuvaajan käyttäminen mahdollistaa vuorovaikutustilanteiden kuvaamisen. Toisaalta kahdenkeskisellä kuvausretkellä vuorovaikutus voi olla tiiviimpää.

Kuvausstudion käyttö edustaa menetelmän sovellettavuutta ympäristön ja puitteiden osalta. Alkuperäisessä Maailman ihanin tyttö -projektissaan Savolainen ei ole käyttänyt studiota kuvausympäristönä. Tilaisuus käyttää Sanoma Magazines Finlandin studiota mahdollistui Lehtisen kontaktin kautta. Studion käyttäminen perustui tyttöjen erityistarpeiden ja toiveiden huomioimiseen. Näistä tultiin tietoisiksi tunnistamisen strategian kautta. Tytöt kokivat, että studiolla kuvaaminen vahvisti ajatusta omasta kauneudesta. Kuvausretkeä edelsi kuitenkin vahva taustatyöskentely ja yhteinen keskustelu siitä, että kyseessä ei ollut mallikuvaus. Toiminnan periaatteita ja sisältöä selkeytettiin neuvomisen ja neuvottelun avulla.

Helsingin tanssiopiston pukujen lainaaminen sekä kuvausstudion käyttäminen vaativat suhteellisen vähän taustatyötä. Toimintaterapeutti voi omaa mielikuvitustaan ja luovuuttaan käyttämällä löytää lähipiiristään erilaisia kontakteja, joita voimauttavassa valokuvausprosessissa voi onnistuneesti hyödyntää. Näin voidaan vahvistaa ainutlaatuisuuden kokemusta.

Myös kuvaaminen digitaalikameralla on osoitus menetelmän sovellettavuudesta. Tämä voi olla nuorelle tärkeää, koska se mahdollistaa kuvien laittamisen esimerkiksi internet-yhteisöjen kuvagallerioihin. Toisaalta tällöin täytyy selkeämmin sopia, ettei kuvia katsota kameran pikkuruudulta kuvaamisen lomassa. Näin itsekrääntisyys ei vie pohjaa valokuvaustilanteen tunnelmalta. Myös hallintaoikeuksista sopimisessa on omat piirteensä, sillä kuvat ovat olemassa tiedostoina negatiivien sijaan.

Prosessin jälkeen myös Lehtinen ideoi useita tapoja soveltaa voimauttavaa valokuvaa omassa työssään. Menetelmä soveltuu Lehtisestä käytettäväksi osana ryhmäprosessia tai itsenäisenä kokonaisuutena, draamaa hyödyntäen tai välineenä arviointia tehdessä. Pitkä

ryhmäprosessi tuo työskentelyyn väljyyttä sekä lisää syvyyttä. Lehtinen kuvaa menetelmästä voivan olla hyötyä myös arviointia tehdessä, sillä suhtautuminen omiin kuviin tuo hyvin esiin nuoren keskeisintä problematiikkaa. Lehtistä inspiroi myös ajatus pohtia nuorten kanssa syvemmin nykyajan kauneusihanteita kuvausprosessien yhteydessä. (Lehtinen 2009a; 2009b.)

Lehtisen mielestä menetelmää voi mukauttaa eri-ikäisten nuorten kehitysvaihetta vastaavaksi. Esimurrosikäisestä on vielä helppoa houkutella esiin sisäinen lapsi ja työskennellä luontevuuden, sallivuuden ja lapsekkuuden teemojen kanssa. Murrosikäisten kanssa vaaditaan toisenlaista otetta. Nuoren kehitystaso on keskeinen huomioon otettava asia prosessia suunniteltaessa. (Lehtinen 2009b.)

10.3 Mitä resursseja voimauttavan valokuvan käyttö tekijöiltään vaatii?

Voimauttavan valokuvan käytön vaatimat ulkoiset resurssit vaihtelevat menetelmän osa-alueiden painotuksen mukaan. Valokuvausprosessimme kustannuksista, lähinnä kuvankehityksestä aiheutuvista kuluista, on vastannut Tyttöjen Talo. Varoja on mennyt myös materiaalihankintoihin, kuvausretkien kuljetuksiin sekä ruokailuihin. Yhteensä kuvausprojektin kustannukset olivat noin 150 euroa. Ulkoisia resursseja merkittävämpiä ovat kuitenkin toimintaterapeutin ammatillinen osaaminen sekä nuoren omat resurssit.

Voimauttavaan valokuvausprosessiin osallistuminen vaatii nuorelta paljon. Sitoutuminen on keskeistä mahdollisesti pitkäkestoisessa ja vaihtelevina ajankohtina toteutuvassa prosessissa. Kuvattavaksi suostuminen sekä omakuvien kohtaaminen ja prosessointi edellyttävät nuorelta uskallusta, rohkeutta sekä reflektiokykyä. Luottamus toimintaterapeutin ja nuoren välillä on tärkeää menetelmän käytön kaikissa vaiheissa. Toimintaterapeutin on ammatillisen harkintansa pohjalta arvioitava, onko nuorella kykyä ja kapasiteettia kohdata omakuvansa ja sen nostattamat tunteet. Samalla toimintaterapeutin on harkittava, onko nuoren elämäntilanne sopiva voimauttavaan valokuvausprosessiin.

Valokuvausprosessin toteuttaminen vaatii toimintaterapeutilta kykyä ennakoida nuoren mahdollisuuksia ottaa vastuuta. Esimerkiksi tapaamisajoista muistuttaminen voi joidenkin nuorten kanssa olla tarpeen. Toimintaterapeutin on hyvä varautua nuoren vaihtelevaan vastuullisuuteen tuoda mukanaan kuvausrekvisiittia, kuvauslupia tai muita

sovittuja välineitä. Myös muiden muuttujien huomioiminen varsinkin kuvausretkelle lähtiessä on keskeistä.

Voimauttavaa valokuvausprosessia suunnitellessaan toimintaterapeutin on varauduttava siihen, ettei prosessin varmaa päättymispäivää ole ehkä mahdollista asettaa. Toimiessa monin tavoin tukea tarvitsevien nuorten kanssa, voi nuoren elämäntilanne usean kuukauden mittaisessa prosessissa muuttua ratkaisevasti. Tämä voi merkittävästi vaikuttaa nuoren toimintakykyyn. Uusi tilanne vaatii terapeutilta resursseja ottaa vastaan hyvinkin heikossa kunnossa oleva nuori ja silti pitää kiinni menetelmän puitteista. Kannattelun ja turvan avulla toimintaterapeutti voi luoda tunnetta pysyvyydestä ja elämänhallinnasta.

Prosessin aikataulutus edellyttää toimintaterapeutilta ammattitaitoa. Tapaamisia suunnitellessa on tärkeä löytää tasapaino kannattelun ja kuormittavuuden välillä. Toimintaterapeutin on harkintansa pohjalta mietittävä, mikä on riittävä tiheys nuoren sitoutumisen ylläpitoon ja toisaalta realistisesti arvioitava hänen voimavaransa.

Lehtisen (2009b) mielestä menetelmän käyttö vaatii toimintaterapeutilta erityistä ammatillista osaamista ja terapeutista harkintaa. Lisäksi voimauttavan kokemuksen mahdollistaminen kysyy johdonmukaisuutta ja vahvaa aikuisuutta. Lehtisen mielestä tärkein voimauttavan valokuvan käytön vaatima edellytys on menetelmän koulutus. Välineen tuntemus mahdollistaa oman terapeutin osaamisen ja ammattitaidon käyttämisen.

Vaikka voimauttavan valokuvausprosessin on tarkoitus rakentua nuoren ideoiden ja toiveiden mukaiseksi, toimintaterapeutilta voidaan edellyttää hyvinkin aktiivista roolia varsinkin suunnitteluvaiheessa. Aktiivinen kuunteleminen on keskeistä siinä, että toimintaterapeutti tulee tietoiseksi nuoren tarpeista. Myös Lehtisen (2009b) mukaan terapeutilta tarvitaan luovuutta esimerkiksi kuvauspaikkojen suunnittelussa, sillä nuori voi muuten tyytyä hyvin vähään.

Toimintaterapeutilta vaaditaan myös kykyä sietää turhautumista. Etenkin kun kuvausretkeä varten on tehty erityisjärjestelyjä, voivat mahdolliset peruutukset vaikuttaa voimakkaammin myös toimintaterapeuttiin. Näitä tuntemuksia on tärkeä purkaa, jottei turhautuminen heijastuisi vuorovaikutukseen nuoren kanssa. Myös Pierce toteaa, että

asiakkaan käsitys ajasta voi olla hyvin erilainen kuin toimintaterapeutin, minkä vuoksi sovituisista säännöistä ja tapaamisista voi olla vaikeuksia pitää kiinni (Pierce 2003: 181).

Omakuva-työskentelyssä voi olla haastavaa kohdata nuoren kuvistaan esittämä kritiikki. Toimintaterapeutin on tasapainoiltava toisaalta antaen tilaa nuoren mielipiteille, toisaalta rohkaistava armollisempaan suhtautumistapaan. Finlayn (2004: 146–147) mukaan toimintaterapialla on erityinen rooli asiakkaan uuden, positiivisemmän tulevaisuudenkuvan luomisessa. Toimintaterapeutin tehtävänä on uskoa asiakkaaseensa.

Vaikka nuori löytäisi omakuviansa joukosta voimakuvia ja muita iloa tuottavia kuvia, kaikki kuvat eivät välttämättä ole hänen mielestään maailman ihanimpia. Savolainen (2005: 153) mainitsee, että hyvän löytäminen kuvasta voi viedä aikaa. Savolaisen alkuperäisteoksessa ei kuitenkaan tuoda esille, että omakuvat voivat synnyttää suurtakin kritiikkiä. Varsinkin ensimmäisellä kuvien katsomiskerralla voi syntyä suoranainen järkytys omasta ulkonäöstä.

Toivon ja luottamuksen luominen on yksi terapiatyön haastavimmista osa-alueista. Niiden avulla toimintaterapeutti auttaa asiakasta näkemään itsensä uudessa valossa. Jotta valokuvat eivät kääntyisi häpeäkokemuksiksi nuorelle, toimintaterapeutin tulee osoittaa kuvia kohtaan vilpittömää kiinnostusta ja ihailua. Peilauksella tavoitellaan varhaisen vuorovaikutuksen elementtejä. Savolaisen (2009a) mukaan nuoren kuvan ihastelussa on samoja piirteitä kuin äidin hyväksyvässä katseessa.

Valokuva-työskentely voi saada nuoren tytön työstämään omaa heräävää seksuaalisuuttaan. Nuoren oman seksuaalisuutensa pohtiminen vaatii toimintaterapeutilta erityistä herkkyyttä löytää raja sopivan sanoittamisen sekä tilan antamisen ja nuoren oman ymmärryksen kunnioittamisen välillä. Auttaessaan nuorta käsitteellistämään havaintojaan kuvasta toimintaterapeutin on oltava valppaana siitä, mihin nuoren oma tietoisuus riittää. Liian pitkälle tehdyt tulkinnat voivat saada nuoren kokemaan häpeää.

Kootaksemme voimauttavan valokuvan käytön edellytykset jaotimme toteutuneen valokuvausprosessin *Designing occupations* -mallin pohjalta viiteen osaan. (Ks. taulukko 2.) Nimesimme motivointivaiheen prosessiin osallistumiseksi ja sitoutumiseksi. Kiteytimme tarkastelun, määrittelyn, ideoinnin ja ideoiden

seulontavaiheet aloitustyöskentelyksi. Toteutusvaiheen vastineeksi nousivat kuvausretket. Erittelimme arviointivaiheen omakuvatyöskentelyksi ja prosessin lopettamiseksi. Jaottelu mahdollisti vaihe vaiheelta niiden tekijöiden pohtimisen, mitä menetelmä toimintaterapeutilta ja nuorelta edellytti. Edellytykset on taulukossa koottu yhteismitallisiksi, vaikka ne edustavat sekä ulkoisia että sisäisiä resursseja.

TAULUKKO 2. Menetelmän käytön edellytykset (Gaily – Lehtinen – Valtanen 2009)

	Nuorelta vaaditut asiat	Terapeutilta vaaditut asiat
Prosessiin osallistuminen	Sitoutuminen, motivaatio, uskallus, luottamus, vuorovaikutus, ajanhallinta, vapaa-aika, lupa vanhemmilta	Voimauttavan valokuvan koulutus, joustava työaika, työnohjaus, työpuhelin, rahaa kustannuksiin, nuoren kannattelu
Aloitustyöskentely	Uskallus laittaa itsensä likoon, keskittymiskyky, itsereflektio	Toiminnan ohjaus, oman persoonan käyttö, nuoren toiminnan jäsentäminen
Kuvausretki	Kyky ilmasta omaa tahtoa, fyysiset ja henkiset voimavarat	Kuljetusjärjestelyt, välineet, organisointitaidot, tilanteiden ennakointi, johdonmukaisuus, luovuus
Omakuvatyöskentely	Rohkeus, luottamus, itsereflektio	Kyky vahvistaa, ihaila, kehua, hienotunteisuus, rajaaminen, herkkyyys, sanoittaminen
Prosessin lopettaminen	Kyky luopua ja päästää irti	Kuvien hallintaoikeuksista huolehtiminen, prosessin rakentava päättäminen

10.4 Tulosten yhteenveto

Prosessin aikana Lehtinen näki tytöissä voimautumista ja hyväksyvin silmin itsensä näkemistä. Hänen mukaansa tämä on terapeuttisesti sekä kasvun tukemisen kannalta arvokasta ja merkityksellistä. Hyväksynnän kokemusta on toisinaan vaikeaa saavuttaa pelkän keskustelun avulla. Menetelmä palveli erinomaisesti Tyttöjen Talon perustehtävää. (Lehtinen 2009b.) Lehtisen ajatuksia voimauttavan valokuvan menetelmästä ja prosessin toteutumisesta lisää liitteessä 5.

Voimauttavan valokuvan menetelmä mahdollistaa luottamuksellisen vuorovaikutussuhteen syntymisen. Valokuvaustilanteet ovat usein intiimejä hetkiä, jotka vievät terapiasuhteen nopeasti syvemmälle tasolle. Omassa ryhmässämme luottamus vahvistui ennen kaikkea valokuvausretkillä. Kuvausretkien jälkeen avoimuus ryhmässä lisääntyi. Tyttöjen osallistuminen toimintaan oli intensiivisempää ja itsereflektio kasvoi. Uusi vuorovaikutustapa näkyi myös fyysisen tilan tarpeen vähentymisenä ja läsnäolona.

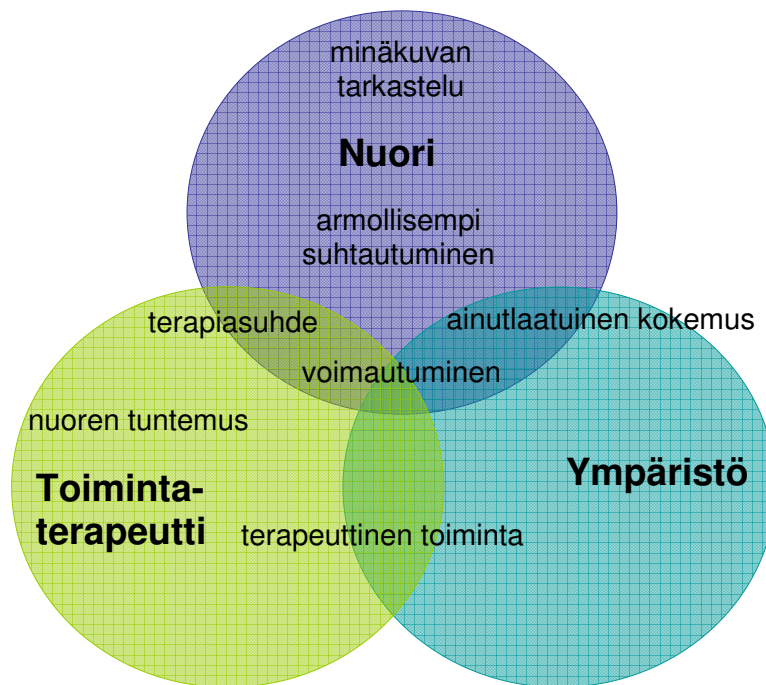
Menetelmän tuoma struktuuri voi helpottaa hajanaisen nuoren toimintaan osallistumista. Lehtisen mukaan toiminnan vetoavuus sekä menetelmän selkeä rakenne mahdollistivat tyttöjen pitkäjänteisen keskittymisen. Tytöt kykenivät prosessin aikana tavanomaista omistautuneempaan työskentelyyn. Omakuvatyöskentelyn kautta he oppivat armollisempaa tapaa kohdata itsensä. Armollisemman lähestymistavan etsiminen oli tietoisista ja kävi ilmi myös tyttöjen puheissa. Molemmat löysivät itsestään hyvää ja kaunista. Tämä oli Lehtisen mielestä menetelmän tuottama konkreettinen tulos, jota keskustelun kautta olisi ollut vaikea saavuttaa. (Lehtinen 2009b.)

Lempeämmän suhtautumistavan löytäminen viesti tyttöjen voimautumisesta. Omakuviaan tutkiessaan tytöt tulivat tietoisiksi omista vajavaisuuksistaan, mutta pitivät itseään arvokkaina näistä huolimatta. Toisen kuvien varaukseton ihastelu ja kehuminen viestivät halua sitoutua läheisten hyvinvoinnin vaalimiseen. Savolaisen mukaan nämä piirteet kertovat voimautumisesta (Savolainen 2005: 23).

Tapausesimerkki antaa vahvoja viitteitä siitä, että voimauttavan valokuvan käyttäminen mahdollistaa nuoren minäkuvan työstämisen. Piercen mukaan identiteetin teeman käsittely voi olla hyvä tapa aloittaa terapeuttinen interventio (Pierce 2003: 207). Näin ollen voimauttavan valokuvan menetelmä voisi sopia käytettäväksi terapeuttisen

intervention alussa. Kuten taulukossa kaksi olemme esittäneet, tämä vaatii kuitenkin ensin pohjatyöskentelyä luottamuksen synnyttämiseksi.

Tulosten yhteenvedona löysimme seitsemän keskeistä elementtiä, jotka tavoitettiin voimauttavaa valokuvaa hyödyntämällä. (Ks. kuvio 5.) Menetelmä itsessään ei synnytä armollisempaa suhtautumista tai ainutlaatuista kokemusta, vaan nuori, toimintaterapeutti ja ympäristö ovat prosessissa päärooleissa ja vaikuttavat toiminnan lopputulokseen. Näin ollen prosessin tulokset ovat riippuvaisia sekä tekijöistä että ympäristöstä.



KUVIO 5. Prosessin saavutukset ja siihen vaikuttaneet tekijät.

Keskeistä voimauttavan valokuvan käytössä terapeuttisena toimintana on toimintaterapeutin osaaminen ja ammattitaito sekä vuorovaikutus nuoren kanssa. Selkeää on myös, että pelkät valokuvat eivät voimauta. Herkkyys reagoida nuoren valokuvistaan tuottamiin havaintoihin on tärkeää voimautumisen tunteen syntymisessä. Avoimuus, rohkaiseminen, turvallisuus ja luottamus ovat voimautumisen perusedellytyksiä.

11 POHDINTA

Lähtiessämme toteuttamaan voimauttavaa valokuvausprosessia Tyttöjen Talolla olimme vakuuttuneita siitä, että menetelmä olisi erinomainen käytettäväksi kaikkien toimintaterapian asiakasryhmien kanssa. Uskoimme menetelmän mukautuvan ongelmitta toimintaterapeutin työvälineeksi työnkuvasta riippumatta. Sinisilmäisyytemme karisi nopeasti, sillä prosessin toteuttaminen vaati huomattavasti enemmän kuin olimme olettaneet. Kaikki muuttajat eivät olleet omissa käsissämme, ja prosessin aikana ehti tapahtua monia, yllättäviä asioita. Oivalsimme, että aina voimauttavan valokuvausprosessin toteuttaminen ei ole mahdollista, vaikka se palvelisikin nuoren etuja.

Uuden menetelmän tarkastelu ja tuominen toimintaterapian kenttään ei ollut opiskelijoille yksinkertainen tehtävä. Tapaustutkimuksen toteuttaminen herätti ohjaavissa opettajissamme epäilyksiä prosessin onnistumisesta. Prosessin raportoiminen sekä siihen osallistuminen olikin meille haastavaa ja kuormittavaa. Jälkiviisaina toteuttaisimme tapaustutkimuksen esimerkiksi osana harjoittelujaksoa. Myös etäännyminen itse toteuttamastamme prosessista oli työlästä. Havainnoijan roolista käsin olisi ollut helpompi tarkastella prosessin johtopäätöksiä objektiivisesti. Etäännyminen vaati tietoista työskentelyä sekä ohjausta, mutta koemme lopputuloksen onnistuneena.

Tapaustutkimus oli hyvä tapa saada ensikäden tietoa menetelmän soveltuvuudesta toimintaterapeutin työhön. Kuitenkin tytöt olivat tietoisia opinnäytetyöstämme, mikä teki tilanteesta osin luonnottoman. Tämä näkyi esimerkiksi siten, että he kantoivat huolta työmme onnistumisesta ensimmäisen kuvauskerran peruunnuttua. Opinnäytetyö loi myös paineita prosessin loppuun viemiselle. Nämä rasitteet lienevät vaikuttaneen sekä tyttöjen käytökseen että omaan toimintaamme.

Opinnäytetyön erityispiirteet näyttäytyivät myös ryhmän sisällöissä. Alun perin yhtenä tavoitteena oli tarjota tytöille mahdollisuus tulla kuulluksi ja ilmaista itseään vapaasti. Hyvin pian huomasimme, ettei tämä ollut mahdollista ryhmän toiminta-ajatuksen ja aikatauluun liittyvien resurssien vuoksi. Koimme, ettemme pystyneet tarjoamaan riittävän turvallisia puitteita nuorten kipeiden ja henkilökohtaisten asioiden käsittelyyn ja kohtaamiseen. Myös tutkimuskysymykseen vastataksemme oli tärkeää pysytellä opinnäytetyön kannalta keskeisten aiheiden äärellä.

Osa oppimisprosessiamme oli lähdekriittisyydessä kehittyminen. Voimauttavasta valokuvasta, valokuvaterapiasta sekä valokuvan terapeuttisesta käytöstä löytyi runsaasti kirjallisuutta. Rajasimme työstämme pois vahvasti tiettyyn koulukuntaan tai aatteeseen liittyvän materiaalin. Tällaisia olivat psykoanalyysi sekä feminismi. Pyrkimyksenämme oli näin parantaa tiedon pätevyyttä suhteessa tutkimuskysymykseen. Painotimme asiantuntijatieta konsultoimalla menetelmän kehittäjää Miina Savolaista prosessin eri vaiheissa.

Opinnäytetyömme antaa vahvoja viitteitä voimauttavan valokuvan menetelmän soveltuvuudesta toimintaterapeutin työvälineeksi. Rohkaisemmekin toimintaterapeutteja kokeilemaan menetelmää erilaisissa muodoissaan ja erilaisissa asiakasympäristöissä. Myöskään valokuvan käyttö terapiavälineenä muillakin keinoin kuin voimauttavaa valokuvaa hyödyntäen ei ole poissuljettua. Tietoa ja kirjallisuutta tästä on saatavilla helposti ja mahdollisuus valokuvan käyttöön olemassa myös ilman kouluttautumista. On kuitenkin muistettava, että tällöin ei ole kyse voimauttavan valokuvan käytöstä.

Koska voimauttavaa valokuvaa on käytetty myös muissa Tyttöjen Taloiissa Oulussa, Tampereella ja Turussa, katsomme, että toimintaterapeuttiopiskelijoiden olisi antoisaa tarkastella voimauttavan valokuvan käyttöä ja sen mahdollisuuksia erilaisessa tyttötyössä. Näin olisi mahdollista tukea vakiintuneiden työkäytäntöjen syntymistä. Lisäksi katsomme, että menetelmän soveltaminen poikien kanssa olisi arvokasta.

Lopuksi haluamme kiittää Henna Lehtistä ja Tyttöjen Taloa yhteistyöstä sekä taloudellisesta panostuksesta opinnäytetyöhömmme. Yhteistyö mahdollisti hedelmällisen, molempia osapuolia hyödyttäneen oppimisprosessin. Päätämme työmme Tove Janssonin viisaisiin sanoihin:

Ihminenhan kantaa mukanaan niitä joita rakastaa, he ovat aina läsnä ja maailma on täynnä helppoja tilaisuuksia hellyydenosoituksiin, se maksaa niin tuiki vähän ja saa niin paljon aikaan (Tove Jansson).

LÄHTEET

- Aalberg, Veikko – Siimes, Martti A. 2007: Lapsesta aikuiseksi. Nuoren kypsyminen naiseksi tai mieheksi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Nemo.
- Aapola, Sinikka 2001: ”Liian varhaisen” ruumiillisen kehityksen ongelma. Teoksessa Puuronen, Anne – Välimaa Raili (toim.): Nuori ruumis. Helsinki: Oy Yliopistokustannus.
- Borg, Barbara – Bruce, Mary Ann 1991: The group system; the therapeutic activity group in occupational therapy. Thorofare: Slack.
- Dunderfelt, Tony 1999: Elämänkaaripsykologiaa. Helsinki: WSOY.
- Finlay, Linda 2004: The practice of psychosocial occupational therapy. 3rd edition. Cheltenham: Nelson Thornes.
- Grönfors, Martti 2001: Havaintojen teko aineistonkeräyksen menetelmänä. Teoksessa Aaltola, Juhani – Valli, Raine (toim.): Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Helsinki: PS-kustannus.
- Halonen, Susanna 2007: ”Tää on mun kuva!” Voimauttava valokuva –menetelmän soveltaminen alle 4-vuotiaille lapsille ja heidän vanhemmilleen. Hämeenlinna: Hämeen ammattikorkeakoulu HAMK. Kulttuuriala. Ohjaustoiminnan koulutusohjelma.
- Heikkinen, Hannu L. T. – Jyrkämä, Jyrki 1999: Mitä on toimintatutkimus? Teoksessa Heikkinen, Hannu L.T. – Huttunen, Rauno – Moilanen, Pentti (toim.) 1999: Siinä tutkija missä tekijä. Toimintatutkimuksen perusteita ja näköaloja. Helsinki: WSOY.
- Himberg, Lea – Jauhiainen, Riitta 2004: Suhteita, Minä, me ja muut. Helsinki: WSOY.
- Kielhofner, Gary 2008: Model of Human Occupation. Theory and Application. 4th Edition. Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins.
- Lehtinen, Henna 2008. Opinnäytetyön sisältö ja yhteistyö. Sähköpostikeskustelut ajalla 1.8–14.11.2008.
- Lehtinen, Henna 2009a. Opinnäytetyön ohjaus ja yhteistyö. Suulliset tiedonannot ajalla 15.1–30.3.2009.
- Lehtinen, Henna 2009b. Suullinen ja kirjallinen palaute. 25.2.2009. Helsinki.
- Lindqvist, Martti 2006: Auttajan varjo. Helsinki: Otava.
- Malinen, Ben 2005: Häpeän monet kasvot. Helsinki: Kirjapaja.
- Mäkiranta, Mari 2008: Kerrotut kuvat. Omaelämäkerralliset valokuvat yksilön, yhteisön ja kulttuurin kohtaamispaikkoina. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.

- Nurmi, Jan-Erik 2000: Nuoruusiän kehitys: etsintää, valintoja ja noidankehiä. Teoksessa Lyytinen, Paula – Korkiakangas, Mikko – Lyytinen, Heikki (toim.): Näkökulmia kehityspsykologiaan – kehitys kontekstissaan. Helsinki: WSOY.
- Oinas, Elina 2001: Ruumiita akatemiassa! Sosiaalitieteellistä välttelyä, innostusta ja teoretisointia. Teoksessa Puuronen, Anne – Välimaa Raili (toim.): Nuori ruumis. Helsinki: Oy Yliopistokustannus.
- Pierce, Doris 2001: Occupation by Design: Dimensions, Therapeutic Power, and Creative Process. American Journal of Occupational Therapy. Vol 55/2001.
- Pierce, Doris 2003: Occupation by Design: Building Therapeutic Power. Philadelphia: F. A. Davis Company.
- Savolainen, Miina 2004: Maailman ihanin lapsi – valokuva perheessä. Teoksessa Piironen, Liisa (toim.): Leikin pikkujättiläinen. Helsinki: WSOY
- Savolainen, Miina 2005: *Maailman ihanin tyttö – voimauttava valokuva*. Taiteen maisterin loppuyö. Taideteollinen korkeakoulu, taidekasvatuksen osasto.
- Savolainen, Miina 2007a: Voimauttavan valokuvan koulutus. Luentomuistiinpanot. 12.2-24.4.2007. Helsinki.
- Savolainen 2007b: Valokuvan ABC, Kasvattajan valokuvaopas. Koulutusmateriaali. 12.2-24.4.2007. Helsinki.
- Savolainen, Miina 2008a: Voimauttavan valokuvan menetelmä. Verkkodokumentti. <<http://www.voimauttavavalokuva.net/menetelma.htm>> Luettu 01.09.2008.
- Savolainen, Miina 2008b: Voimauttavan valokuvan menetelmä. Sähköpostikeskustelu 27.10.2008.
- Savolainen, Miina 2008c: Maailman ihanin tyttö. Helsinki: Blink Entertainment
- Savolainen, Miina 2009a: Suullinen tiedonanto. 29.01.2009. Helsinki.
- Savolainen, Miina 2009b: Maailman ihanin tyttö – valokuvaprojekti. Verkkodokumentti. <http://www.voimauttavavalokuva.net/etusivu.htm>. Luettu 20.3.2009.
- Savolainen, Miina 2009c: Tulevat ja meneillään olevat näyttelyt. Verkkodokumentti. <<http://www.voimauttavavalokuva.net/nayttelyt.htm>> Luettu 25.3.2009.
- Savolainen, Miina 2009d: Tulevat avoimet voimauttavan valokuvan koulutukset. Verkkodokumentti. <<http://www.voimauttavavalokuva.net/koulutukset.htm>> Luettu 25.3.2009.
- Savolainen, Miina 2009e: Miina Savolainen. Verkkodokumentti. <<http://www.voimauttavavalokuva.net/miina.htm>> Luettu 25.3.2009.
- Siitonen, Juha 1999: Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Oulu: Oulun yliopisto.

- Sumsion, Thelma – Law, Mary 2006 (73/3): A review of evidence on the conceptual elements informing client-centered practice. *Canadian Journal of Occupational Therapy*. Ontario: CAOT.
- Tolonen, Tarja 2001: Tyttöjen käsityksiä ihannenaiveudesta. Teoksessa Puuronen, Anne – Välimaa Raili (toim.): *Nuori ruumis*. Helsinki: Oy Yliopistokustannus.
- Turunen, Kari E. 2005: *Ikävaiheiden kriisit*. Helsinki: WSOY.
- Tyttöjen Talo 2006. Verkkodokumentti. <www.tyttöjenTalo.fi> Luettu 15.10.2008.
- Voimaa valokuvista 2009. Tesso, Sosiaali- ja terveystieteellinen aikakauslehti 2/2009. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 43
- Väisänen, Anne 2008: Voimauttava valokuva Tyttöjen Talolla. Sähköpostiviesti. 24.10.2008.
- Välimaa, Raili 2001: Nuoret ja ulkonäön merkitys. Teoksessa Puuronen, Anne – Välimaa, Raili (toim.): *Nuori ruumis*. Helsinki: Oy Yliopistokustannus.
- Weiser, Judy 1999: *PhotoTherapy Techniques*. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- Wilska, Terhi-Anna 2001: Tuotteistettu nuoruus kulutusyhteiskunnassa. Teoksessa Puuronen, Anne – Välimaa Raili (toim.): *Nuori ruumis*. Helsinki: Oy Yliopistokustannus.

KUVAUS AMANDAN JA EMILIAN VOIMAUTTAVASTA VALOKUVAUS- PROSESSISTA

Opinnäytetyömme osana toteutunut voimauttava valokuvausprosessi käynnistyi joulukuussa 2008. Tapaamiskertoja oli yhteensä seitsemän, joista kaksi oli kuvauskertoja ja viisi ryhmätapaamisia. Päätimme prosessin ja tapasimme tyttöjä viimeisen kerran helmikuun lopussa 2009.

Tytöt eivät esiinny tapausesimerkeissä omilla nimillään, vaan ovat valinneet itse heistä käytettävät suojanimet. Tyttöjen toivomuksen mukaisesti puhumme heistä nimillä Amanda ja Emilia. Esitämme tekstissä suoria lainauksia tyttöjen puheesta. Tähän olemme saaneet heiltä luvan. Liitteessä esittämämme kuvat ovat meidän ottamiamme. Tyttöjen henkilöllisyyden suojaamiseksi olemme valinneet ainoastaan kuvia, joista heitä ei voi tunnistaa.

”Tämmösestä mä oon aina haaveillu”

Ensimmäiselle tapaamiskerralle saapui kaksi innokasta ja odotusta täynnä olevaa tyttöä. Alun varovaisuuden jälkeen tytöt asettuivat aloilleen. Keskustelu oli hyvin vapaamuotoista ja tapahtui heidän ehdoillaan. Alussa oli tärkeä kuulla, mitä tytöille kuuluu ja mitä tärkeää heidän elämässään on tapahtunut. Teimme havaintoja tytöistä ja heidän toimintatavoistaan, jotta vuorovaikutukselle löytyisi yhteinen kieli.

Alun molemminpuolisen tutustumisen jälkeen siirryttiin ohjattuun työskentelyyn. Tytöt johdateltiin voimauttavan valokuvan maailmaan valokuva-assosiaation avulla. Amanda ja Emilia kertoivat, minkälaisia kokemuksia heillä oli valokuvaamisesta ja valokuvattavana olemisesta. Kummallakin tytöllä tuntui olevan hatara mielikuva siitä, mitä tapaamisemme pitivät sisällään ja kuinka valokuva niihin liittyi. Kerroimme voimauttavan valokuvan menetelmästä ja sen soveltamisesta ryhmässämme. Keskustelimme voimauttava-sanan merkityksestä ja selitimme sen olevan sisäisen kasvun kokemus, joka lisää omia voimavaroja ja uskoa omiin kykyihin. Tyttöjen oli helppo saada kiinni ajatuksesta, että valokuvan tarkoituksena on tehdä hyvää toiselle ihmiselle.

Avasimme tytöille, että työskentelymme yhdessä olisi itseen tutustumisen matka. Toivoimme tyttöjen kertovan meille vapaamuotoisesti itsestään minä-kirjeen muodossa. Tehtävänantona oli kertoa haluamallaan tavalla, millaisena tyttönä itseään pitää. Aloitus tuntui tytöistä haastavalta, ja he hakivatkin siihen sanallista tukea ja kertosivat tehtävänantoa.

Vauhtiin päästyään tytöt työskentelivät intensiivisesti ja pitkään kirjeidensä parissa. Vertaistuki oli tärkeää ja tytöt kommentoivat toistensa kirjeitä vuoron perään. Tyttöjen työskentely muistutti katsojan silmissä flow-tilaa, mikä viittasi toiminnan olevan juuri sopivan haastavaa. Itse kirjeiden lukeminen oli jännittävä paikka ja aiheutti tytöissä ujestelua ja kikattelua. Ennen lukemista molemmat mitätöivät tekstejään, jolloin pyrimme rohkaisemaan heitä. Lopulta tytöt päätyivät lukemaan toinen toistensa kirjeet. Kirjeet olivat hyvin tyttöjen itsensä näköisiä ja käsittelivät niin elämän tärkeimpiä asioita kuin maailman epäoikeudenmukaisuuksiakin.

Lopuksi johdattelimme vielä tyttöjä valokuvan maailmaan keskustelemalla heidän toiveistaan ja peloistaan. Tytöt nimesivät, että ulkonäköpaineet ja ulkonäön ajatteleminen on heille ajankohtainen ja myös ahdistava aihe. He tekivät hienoja oivalluksia pohtiessaan, miten voimauttava valokuva on osin vastakohta mallikuville ja median luomalle ihanteelle. *”Tää ei ole siis niinku mallikuvausta? Tää taitaa olla ihan päinvastoin.”* Tyttöjä viehätti ajatus, että he ovat kuvan päähenkilöitä. He olivat tyytyväisiä tasavertaisuuden ja itsemääräämisoikeuden teemoihin kuvaustilanteessa. *”Musta ei ikinä voisi tulla malli, koska mä en tykkää, kun joku sanoo mulle, mitä tehdä. Mutta tämmöisestä mä oon kyl aina haaveillu.”*

Suurimman ihastuksen Emiliassa ja Amandassa herätti tieto, että he saivat kuvat itselleen. Ajatukset omasta ihannekuvasta saivat siivet. *”Mä haluaisin, että se kuva olis silleen pistävä, silleen fiuuu.”* *”Mä haluaisin näyttää siinä kuvassa kauniilta, muttei kuitenkaan tarviis olla malli.”* Fantasiat erilaisista kuvausrekvisiitoista olivat inspiraationa kuvien ideoinnille.

Tärkeä havainto tyttöjen toiminnasta oli, että molemmat pystyivät tekemään keskittyen ja aktiivisesti ohjattuja tehtäviä. Sen sijaan vapaamuotoisessa keskustelussa tuli ilmi

tyttöjen hajanaisuus. Keskustelu karkasi hyvin nopeasti kauas aiheesta. Tytöt saivat kotitehtäväkseen tuoda seuraavalle tapaamiselle itselleen tärkeän albumikuvan sekä huoltajan allekirjoittamat kuvauslupalaput.



KUVIO 1. Tämmöisestä mä oon kyl aina haaveillu!

”Katsojan pitää ajatella, et wow”

Toiselle tapaamiskerralle tytöt saapuivat minuutilleen ajoissa, mikä herätti suurta ihmetystä myöhästelyihin tottuneessa Lehtisessä. Kotitehtävät onnistuivat puolittain: Emilialla oli mukanaan kuvauslupa, Amandalla omakuva. Unohduksiin oli varauduttu ottamalla esille tyttöjen aiemmassa ryhmässään kokoama albumi. Alkuun söimme tuttuun tapaan välipalaa. Siinä missä tytöt ensimmäisellä kerralla kainostelivat pöydän äärellä, nyt he jo uskalsivat ottaa itselleen: tytöt tyhjensivät pöydän voileivistä ja mandariineista. Nälkä oli ehkä myös kaikkeen muuhunkin.

Kuulumisten vaihdon jälkeen teimme albumikuvaharjoituksen tyttöjen tärkeillä kuvilla. Amanda käytti mukanaan tuomaa lapsuuskuva, Emilia valitsi albumista itselleen mieluisen. Kuvia käsiteltiin pohtimalla niiden tunnelmaa, niihin liittyviä muistoja sekä omaa olemusta kuvassa. Myös kuvan henkilökohtaisista merkityksistä keskusteltiin.

Tytöt saivat tehtäväkseen täyttää omakuvan idealistat. Nämä olivat kartonkiarkkeja, joissa oli oman ihannekuvan sisältöön liittyviä otsikoita ja kysymyksiä. Tehtävänä oli täyttää kohdat nimeltä ”Etäisyys”, ”Kuvausrekvisiitta”, ”Tunnelma”, ”Värimaailma”, ”Kuvauspaikka”, ”Miltä haluat näyttää kuvassa?” ja ”Mitä tunteita toivot kuvasi katsojassa herättävän?”.

Tytöt tuottivat runsaasti idealistoihinsa ja keksivät paljon suunnitelmia ja visioita. Molemmat ajattelivat ideoidessaan ääneen, mutta tekivät itsenäisiä suunnitelmia. Molemmilla oli omat, yksilölliset kuvatoiveensa. Idealista osoittautui toimivaksi työvälineeksi ja jäseni tyttöjen toiveita omaan kuvaansa liittyen. Harjoituksen jälkeen molemmilla työillä tuntui olevan vahva mielikuva omasta ihannekuvastaan. Samalla tytöt onnistuivat maalaamaan kuvan meidän mieliimme. Tätä vahvistettiin myös tekemällä piirroksia omasta ihannekuvasta.

Tytöt varasivat kalentereihinsa kaksi lauantaipäivää kuvausretkiä varten. He tutustuivat Uudenmaan luontonähtävyyssoppaaseen sopivaa paikkaa miettiessään. Parhaimmaksi valikoitui Suomenlinna, missä tytöt olivat jo aiemman ryhmänsä puitteissa kuvanneet. Tutun kuvauspaikan valitseminen ehkä lisäsi turvallisuutta muuten uudessa ja vieraassa tilanteessa.

Toisella tapaamiskerralla tyttöjen erillisuus oli voimakkaampaa. Molemmat ilmaisivat vahvemmin omia mielipiteitään ja uskalsivat sanoa toisilleen vastaan. Myös vieraskoreus oli kadonnut, ja tunnelma ryhmässä vapautuneempi. Amanda kertoi miettineensä ryhmää ja valokuvausta tapaamisten välillä, Emilia kuvasi olleensa ajatteleematta koko asiaa. Erillisessä työskentelytavassa oli myös haasteensa. Välillä toisen taitavuus toi esille toisen pienuuden, mikä synnytti pettymystä ja haluttomuutta näyttääkään omaa piirrosta.

Molemmat tytöt kertoivat ääneen olevansa innoissaan kuvaamisesta. Sana voimautuminen istui jo luontevasti osaksi heidän omia lauseitaan. Samalla Amanda toi esiin, että tulevat kuvauskerrat jännittävät häntä. Jännityksen syistä keskusteltiin. Epävarmuuden tunteita puettiin sanoiksi ja korostettiin jännittämisen luonnollisuutta

uudenlaisessa kuvaustilanteessa. Pyrimme mahdollistamaan tulevaa kuvauskertaa sanoittamalla jännitystä sekä vahvistamaan tyttöjen uskoa itseensä.



KUVIO 2. Tää on juuri sellainen utuinen ja talvinen.

”En mä sittenkään pääse”

Ensimmäinen kuvauskerta peruuntui yllättäen. Kuvauspäivän aamuna Emilia ilmoitti, ettei ehtisikään tulla. Amanda ei puolestaan uskaltanut tulla paikalle yksin. Syitä kuvauskerran peruuntumiselle oli useita. Yhteydenpito tyttöihin ennen kuvauspäivää alkoi liian myöhään, eikä yhteisistä pelisäännöistä oltu riittävästi keskusteltu. Lisäksi olisi voinut olla tarpeellista kokoontua vielä ennen varsinaista valokuvaamista pitkän joulutauon jälkeen. Siinä missä viimeisellä tapaamiskerralla ennen joulua molemmat tytöt odottivat kuvaamista innolla, oli motivoituminen ehtinyt jo heikentyä pitkällä kannatteluajalla ennen varsinaista kuvauspäivää.

Ikävyydestään huolimatta kuvauspäivän peruuntuminen oli opettavainen. Oivalsimme, että menetelmän käyttö vaatii nuorelta paljon: sitoutumista mahdollisesti pitkäkestoiseenkin prosessiin, tapaamisaikojen noudattamista ja hahmottamista,

luottamusta ja tilanteisiin heittäytymistä. Vastaavasti jos nuorelta puuttuu näitä taitoja, vaatii toteutuneen valokuvausprosessin läpivieminen enemmän toimintaterapeutilta.

Kuvauspäivän peruuntuminen synnytti samalla peruutusten kierteen, mikä herätti meissä suurta huolta opinnäytetyön toteutuksesta. Konsultoimme asiassa menetelmän kehittäjää Miina Savolaista, joka kertoi kohdanneensa vastaavanlaisia tilanteita useasti omien valokuvausprosessiensä aikana. Savolainen (2009a) ohjeisti korostamaan purkukeskustelussa tytöille meidän olemassaoloamme heitä varten. Prosessissa, jonka keskiössä oli opinnäytetyömme aineiston kerääminen, voivat antajan ja saajan roolit hämärtyä. Myös työme asettama aikataulu ja kiire saattoivat välittyä tytöille. Koska tyttöjä oli kuvauskokeilussa mukana vain kaksi, voi heistä helposti tulla tiedonsaannin kohteita. Vastavuoroisuuden elementin toteutumiseksi meidän oli tärkeä antaa myös itsestämme.

”Tää oli kivempaa kuin mä luulin”

Seuraavana sovittuna kuvauspäivänä Emilia oli edelleen estynyt saapumasta. Saimme tiedon tästä jo hyvissä ajoin, ja vahingosta viisastuneina rohkaisimme Amandaa tulemaan kuvattavaksi yksin. Halusimme näin pitää kiinni ryhmämme sovituista puitteista ja olla tietoisesti taipumatta nuoren yrityksiin muuttaa aikatauluja omien mieltymyksiensä mukaisiksi.

Amandan rohkaiseminen kannatti, ja hän uskaltautui tulemaan kuvattavaksi yksin. Kuvauspäivämme oli yksi talven kauneimmista: aurinko paistoi koko täydellä tammikuisella kirkkaudellaan, ja kirpakka pakkassää oli muuttanut hanget hohtaviksi. Olimme pukeneet päällemme monta vaatekerrosta ja varanneet lämmikkeeksi termospullollisen kuumaa kaakaota. Pakkasimme lisävaatteita myös Amandan käytettäväksi, mikä tulikin tarpeeseen: hän saapui paikalle ajoissa, mutta hyvin kevyesti pukeutuneena. Ilman terapeutista harkintaa ja ennakkointia vaatetuksen suhteen kuvausretkeä olisi ollut hankala toteuttaa. Ohjeistamisesta huolimatta Amandalla ei ollut mukanaan omaa rekvisiittaa, mutta hän oli hyvin tyytyväinen terapeuttien häntä varten valitsemiin asusteisiin. Kaikista tuntui upealta lähteä kuvaamaan talven ihmemaahan.

Matkalla Suomenlinnaan keskustelimme kuvaukseen liittyvistä asioista. Amanda halusi vielä selventää, mikä yhteys opinnäytetyömme ja voimauttavan valokuvaamisen välillä oli. Hän halusi tietää, otettaisiinko kuvat pelkästään työtämme varten. Kerroimme, että opinnäytetyötämme varten olisi tärkeää prosessin kokemuksellinen osuus; itse kuvat olisivat hänen omiaan, ja otettaisiin häntä varten.

Opimme, että kuvausretki voi tytön lisäksi jännittää myös hänen lähipiiriään. Perillä Suomenlinnassa soitimme Amandan äidille kuvausluvan varmistaaksemme. Lähtökiireessä oli kuvauslupa unohtunut vielä kotiin. Puhelimeen vastasi uteliaan ja hieman huolestuneen kuuloinen äiti. Hänen ensimmäinen kysymyksensä tyttärelleen oli: *”Onko se kamalaa?”*

Kuvausretki toi erityisellä tavalla esiin toiminnan ainutlaatuisuuden, sillä se oli mahdollista toteuttaa Amandalle tärkeät asiat huomioon ottaen. Esimerkiksi Suomenlinna oli tytölle merkittävä kuvauspaikka, koska se on ollut osa hänen perheensä historiaa. Osa toiminnan ainutlaatuisuuteen vaikuttavista tekijöistä oli myös vaikutusvaltamme ulkopuolella. Amanda oli toivonut talvisia, utuisia kuvia, joissa olisi paljon lunta. Ennen joulua oli mahdotonta tietää, olisiko tammikuussa lainkaan lunta. Meitä onnisti!

Amanda osasi ottaa vastaan kuvaajalta saamaansa palautetta hienosti. Kuvia keuhuttaessa hän suorastaan sädehti. Kameran edessä Amanda oli hyvin luontevan ja reippaan oloinen. Hän oli miettinyt tarkasti, millaisia kuvia haluaisi ja esitti toiveitaan rohkeasti. Amanda uskalsi olla myös eri mieltä ja ehdottaa omia ideoitaan.

Kuvauksemme herättivät huomiota retkeilevissä turisteissa, mutta näiden katseet eivät häirinneet Amandaa: hän keskittyi tiiviisti kuvattavana olemiseen. Amanda totesi, ettei kuvaaminen ollut yhtään niin jännittävää, kuin hän oli kuvitellut. Hän myös arvioi, ettei tapaamiskertoja olisi tarvittu ennen kuvaamista kahta enempää. *”Minua olisi jännittänyt nämä kuvaukset, vaikka me oltaisiin nähty 100 kertaa sitä ennen.”*

Toimintaa oli mahdollista soveltaa. Katsoimme tilanteessa luontevimmaksi kuvata vuorotellen, vaikei se ollutkaan ohjekirjan mukainen ratkaisu. Olimme molemmat

läsnä kuvaustilanteissa ja kuvasimme vuoron perään sekä toisinaan myös samaan aikaan. Amandan mielestä tämä tuntui luontevalta. Ratkaisu oli hyvä myös käytännön syistä: kylmä pakkassää sai sormet ja varpaat jäätymään nopeasti, ja toisen kuvatessa oli toisen mahdollista lämmitellä. Kahden kuvaajan käyttäminen mahdollisti myös vuorovaikutustilanteiden kuvaamisen. Toisaalta kahdenkeskisellä kuvausretkellä olisi kahdenvälinen vuorovaikutus voinut olla tiiviimpi.

Kuvausretki oli Amandan mielestä ehdottomasti prosessin toistaiseksi mieluisin osa. Hän koki mielihyvää yksilöllisestä ajasta sekä saamastaan rohkaisevasta palautteesta. Luonnon ääressä oleminen toi toimintaan rentouttavan ja palauttavan elementin, valmiit valokuvat edustavat tuottavuutta. Nämä tekijät rakensivat toiminnasta vetoavan tytölle. Päivä oli myös uuvuttava. Paluumatkalla lautan kyydissä istui kolme hiljaista, mutta tyytyväistä matkustajaa.



KUVIO 3. Parasta oli kuuman kaakaon juominen vuoren laella.

Uutta suuntaa hakemassa

Seuraavalla ryhmäkerralla olimme pitkästä aikaa koolla kaikki yhdessä. Tapaamisen aluksi keskustelimme vielä peruuntuneesta kuvauskerrasta. Emilia halusi oma-

aloitteisesti pyytää anteeksi estymistään. Myös ohjaajat pyysivät anteeksi puutteita yhteisissä pelisäännöissä. Sovinto mahdollisti työskentelyn jatkumisen puhtaalta pöydältä. Yhteinen keskustelu teki tilaa jokaisen henkilökohtaisten epäonnistumisen ja pettymyksen tunteiden ilmaisemiseen ja käsittelyyn.

Amanda kertoi toisille kokemuksistaan kuvausretkellä. Hän nimesi mieleenpainuvimmaksi hetkeksi ”*kuuman kaakaon juomisen vuoren laella*”. Tämä oli ollut tytön mielestä erityinen hetki. Amandasta oli tuntunut, että aika oli kulunut kuvausretkellä kuin siivillä. Kokonaisuudessaan valokuvausretki oli ollut hänelle hyvä, uusi kokemus.

Sovimme tyttöjen kanssa kuvauspäivän studiolle tulevalle viikolle. Tähän aika löytyi helposti, mutta tämän jälkeisen tapaamisen sopiminen tuotti Emilialle hankaluuksia. Kahden viikon päässä olevan päivän suunnitteleminen ja sen aikataulujen hahmottaminen tuotti hänelle suurta ahdistusta.

Järjestimme Amandaa varten oman, yksityisen tilan, jossa hän voisi rauhassa tutustua kuviinsa. Tällä jäsentämisellä halusimme luoda turvallisen, toisten uteliailta katseilta piilossa olevan paikan omien henkilökohtaisten valokuvien tutkimiseen. Emilian kanssa aloimme kolmisin suunnitella tämän ihannekuvaa. Näimme tarpeelliseksi palata ajassa taaksepäin ja löytää uudestaan se ilo, joka omien kuvien ideoinnissa oli aiemmin niin vahvana herännyt.

Olimme tuoneet mukamme kassillisen kuvausrekvisiittaa, johon olimme valinneet kankaita, huiveja ja vaatteita, joiden uskoimme inspiroivan juuri Emiliaa. Hän uppoutuikin kokonaisvaltaisen innostuneena sovitteluun ja suunnitteluun kuvausasuja. Jokainen kankaanpala sai Emilialle henkilökohtaisen merkityksen. Koimme tärkeäksi järjestää Emilialle oma hetkensä, jolla vahvistaa hänen mukanaolonsa prosessissa. Näin hän ei jäisi täysin kuvausretkellä jo olleen Amandan varjoon. Pyrkimyksenä oli myös palauttaa Emilian prosessista kokema mielihyvä, joka kenties oli kadonnut peruutuksen aiheuttaman pettymyksen alle. Mielihyvän myötä sitoutuminen prosessiin paranisi.

Amanda tutustui sillä välin kuviinsa täydellisen hiljaisuuden vallitessa. Hän löysi aluksi yhden kuvan, josta piti varauksetta. Hetken päästä löytyi kaksi lisää. Nämä kolme kuvaa hän oli valmis esittämään muille. Yksi kuva oli onnistunut siksi, että *”tämä on ensimmäinen hymykuva, jota voin katsoa ilman, että tulee itku”*. Muut kaksi kuvaa olivat *”juuri sellaisia utuisia ja talvisia, joista olin haaveillut”*. Muut osoittivat kuvia kohtaan vilpitöntä kiinnostusta ja ihailua. Osoitimme Amandalle erityisen kauniita ja koskettavia piirteitä kuvissa. Peilauksella tavoiteltiin varhaisen vuorovaikutuksen elementtejä. Savolaisen (2009a) mukaan nuoren kuvan ihastelussa on samoja piirteitä kuin äidin hyväksyvässä katseessa.

Tapaamisen lopuksi tarkennettiin vielä yhteisiä pelisääntöjä tulevalle viikolle. Emilia toivoi, että kuvauspäivästä muistutettaisiin vielä kahdesti etukäteen. Jäsentämisen avulla vahvistettiin aiempia, hyväiksi koettuja toimintatapoja ja vahvistettiin prosessin puitteita.



KUVIO 4. Tää on ihan kuin telkkarissa!

”Tästä jää meille ikuiset muistot”

Tapasimme tytöt ennen kuvaamaan lähtöä Tyttöjen Talolla. Molemmat saapuivat Talolle myöhässä ja väsyneen oloisina. Innottomuus välittyi heidän eleistään ja ilmeistään. Kuvausretken vaiheet vaikuttivat olevan tyttöjen mielissä raskaita ponnistuksia. Lähdimme kuitenkin matkaan Sanoma Magazines Finlandin kuvausstudiolle, jonka Lehtinen oli miehensä kanssa järjestänyt meille kuvauspaikaksi.

Studiolle saapuminen sai tyttöissä aikaan muodonmuutoksen. ”*Mä vasta heräsin*”, kuvasi Emilia tuntemuksiaan maskeeraushuoneen valojen loisteessa. Ammattilaisten puitteet tekivät tyttöihin vaikutuksen. Maskeeraushuoneessa vietettiin yhteinen kaunistautumishetki. Olimme tuoneet mukamme Emilian valitsemat Helsingin tanssiopiston vaatteet sekä omia kesävaatteitamme kuvausrekvisiitaksi. Tämä olikin tarpeen, sillä molemmat tytöistä olivat puutteellisesti varustautuneita.

Molemmat tytöt nauttivat kuvausajun sovittelusta, meikkaamisesta ja kaunistautumisesta. He kehuivat kilvan toisiaan. Molemmat olivat valinneet hyvin omannäköisensä vaatteet. ”*Ihana Emilia*”, ”*Ihana sinä!*” olivat tuttuja kiljahduksia illan aikana.

Varsinkin kuvauspaikkojen rakentaminen ja taustakankaiden valinta olivat Emilialle ja Amandalle hienoja kokemuksia. ”*Tää on ihan niin kuin telkkarissa!*” Tytöt kokivat erityislaatuisuutta. He miettivät, kuinka kertoisivat kokemuksestaan omille ystävilleen. ”*Tästä jää meille ikuiset muistot.*”

Tytöt halusivat ensimmäiseksi tulla kuvatuiksi kahdestaan. Tämä lievensi molempien jännitystä. Studiokuvausympäristö oli meille haastava. Kameroiden säätäminen valaistukseen sopivaksi, taustakankaat, valot ja varjot muodostivat joukon muuttujia, jotka eivät ulkokuvauksesta olleet meille tuttuja. Lisäksi iso tila ja sen houkutukset tuottivat varsinkin toiselle tytölle haasteita. Kahden tytön ohjaaminen oli myös haastavaa. Koko pakettia oli pitämässä kasassa yhteensä neljä aikuista.

Seuraavaksi siirryimme kuvaamaan tyttöjä omille kuvauspaikoilleen. Molempien kuvauspaikat olivat yksilöllisen näköiset. Tytöt ottivat ajan ja tilan itselleen ja nauttivat

nähdäksi ja huomioduksi tulemisesta. Kuvien kannalta studio ei kuitenkaan ammattitaidottomille kuvaajille ollut paras mahdollinen. Kovat valot ja taustakankaat muodostivat suuren kontrastin pehmeisiin luontokuviin nähden. Kuvien lopputulos ei kuitenkaan tuntunut olevan tytöille tärkein päämäärä. *”Ei se haittaa, vaikkei tulis yhtään onnistunutta kuvaa, kun tää oli niin onnistunutta.”* Arki-iltana kuvaamisen haasteena oli ajan kanssa kilpaileminen. Tunnit vierähtivät kuin varkain tyttöjen uppoutuessa toimintaan. Kuvausillan paras mahdollinen onnistuminen vaati kokonaisvaltaista itsensä likoon laittamista.

Mahdollisuus toteuttaa itseään ja käyttää luovuuttaan puhututti tyttöjä vielä kotimatalla. *”Yleensä ei ole mahdollista toteuttaa omaa luovuuttaan, tai sitten ei kehtaa tai uskalla.”* Kuvausillan onnistuminen kirvoitti tytöissä ylitsevuotavia kiitoksia. *”Kun mä ensimmäistä kertaa tulin (voimauttavaa valokuvausta varten) Tyttöjen Talolle, niin mä en ois ikinä voinu kuvitella että tää ois näin kivaa.”* *”Mä odotin tältä paljon, mutta tää vielä ylitti odotukset.”*



KUVIO 5. Mä katson nää vielä uudelleen, kun mä olin liian armoton ensin.

”Mä en oo ikinä nähnyt itseäni ton näköisenä”

Tytöt saapuivat iloisina ja mielellään saamaan valokuviaan, vaikka hiihtoloma oli sekoittanut heidän arkirytmejään. Amandalla oli paljon asioita, jotka hän halusi jakaa ryhmässä. Jouduimme rajaamaan hänen mieltään painavien asioiden käsittelyn muulle ajalle.

Välipalan jälkeen tytöt aloittivat valokuvatyöskentelyn. Molemmille oli varattu omat työpöydät, joiden ääressä he pääsivät tutkimaan uusia kuviaan. Ohjeistuksena oli koota kuvakollaasi niistä otoksista, jotka tytöt halusivat jakaa muiden kanssa. Tytöt puhuivat tauotta ihastellen ja kauhistellen kuviaan vuoron perään. He tarkastelivat kuviaan kriittisesti arvioiden. *”Ei voi olla totta, en oo ikinä nähnyt itseäni ton näköisenä.”* *”Mun varpaat pilaa.”* Tyytymättömiä haukkuja keräsivät niin hymy, sivuprofiili kuin linjatkin. Tasapainottelimme kritiikkiä kuunnellessamme toisaalta antaen tilaa tyttöjen kommenteille ja toisaalta kyseenalaistaen liian kriittisiä lausuntoja.

Molemmat löysivät myös useita onnistuneita kuvia itsestään. Etenkin Emilia oli hyvin ihastuksissaan kuvistaan ja täytti kuvakollaasillaan koko pöydän. Hän oli ilahtunut ja yllättynyt omasta ulkomuodostaan ja onnistumisestaan kuvissa. *”Vitsi mä luulin, et mul ois jotain kolme hyvää, mut mul onkin kaksisataa.”* *”Mä löydän hienoja täältä!”*

Amanda oli huomattavasti varovaisempi kuviensa suhteen, mutta ystävän innostus rohkaisi häntäkin tarkastelemaan kuviaan uusin silmin. *”Mä katson nää vielä uudelleen, kun mä olin liian armoton ensin.”* Edelliskerran kolmen kuvan sijasta Amanda valitsikin nyt parikymmentä hyvää kuvaa. Hän totesikin, että kuvien katsominen oli helpompaa toisella kerralla.

Tytöt kehuivat estoitta toisiaan. Heidän oli vaikea maltaa päästä katsomaan toistensa kuvia. *”Ihana Amanda, sä oot tässä ihan paras. Amanda wow!”* Tytöistä otetut yhteiskuvat vaikuttivat olevan tärkeitä. *”Sä oot tosi suloinen näissä.”*

Kuvakollaasien valmistuttua muut kerääntyivät ensiksi Emilian ympärille. Hän oli hyvin ylpeä kuvistaan ja nautti saamastaan huomiosta ja ihasteluista. Hän osasi

perustella yksityiskohtaisesti valitsemiensa kuvien merkityksiä. Kuvat toivat esiin hyvin erilaisia puolia Emiliasta.

Amanda oli kuviensa suhteen ujompi. Hän oli kuitenkin löytänyt monia kuvia, joista vilpittömästi piti. Muiden kommentit ja kehut olivat hänelle erityisen tärkeitä. Molempien tyttöjen kuvissa näkyivät naiseksi kasvamisen teemat sekä itselle uusien roolien kanssa leikkittely. *"Täst mä en kyl kehtaa puhua, mut tää on hieno."*

Seuraavaksi tytöt valitsivat itselleen voimakuvan. Tämän tuli olla sellainen kuva, joka puhuttelisi tyttöjä erityisellä tavalla. Tyttöjä pyydettiin myös keksimään nimi kuvalle. Lopuksi kuvat esiteltiin toisille. Emilia oli valinnut hyvin herkän kuvan, jolle oli antanut nimen "Hymy". Valintaansa Emilia perusteli sillä, että kuvasta tuli hänelle turvallinen olo. *"Ja siksi, kun täs on niinku ilon hymy."*

Amandan valitsema kuva oli hyvin eeterinen ja intensiivinen. Kuva oli selkeästi puhutteleva, mutta Amandan oli vaikea löytää sanoja sitä kuvaamaan. Hän kertoi kuvan tuovan esille uuden, yllättävän puolen itsestään. Tätä puolta hän kuvasi kuplivaksi ja värikkääksi. Todellista tunnettaan Amanda ei täysin tavoittanut. Kuva sai nimen "Crazy".

Ennakoimme tyttöjen vaikeutta tulla viimeiselle tapaamiskerralle lupaamalla antaa kuvat sisältävät cd:t vasta tuolloin. Tytöille cd:t olivat erityisen tärkeitä siksi, että ne mahdollistivat kuvien julkaisun ja lähettämisen internetissä. Jo nyt tytöt lajittelivat kuvat tarkasti eri kansioihin päästäkseen näyttämään parhaimpia otoksiaan heti kavereilleen. Kotitehtäväksi tytöt saivat ottaa koko kuvasatonsa ensi kerralle mukaan.

Prosessin päätyminen

Lopetuskerta ei toteutunut suunnittelemallamme tavalla, koska kumpikaan tytöistä ei saapunut paikalle. Amanda oli estynyt muista syistä, Emilian kohdalla lopetustyöskentely muodostui liian ylivoimaiseksi. Päädyimme lähettämään tekemämme palautelomakkeen heille postitse.

Lopetuskerran peruunnuttua emme voineet päättää prosessia parhaalla mahdollisella tavalla. Olisimme halunneet vielä kerran palata prosessin aikana syntyneisiin omakuviin. Lisäksi tarkoituksena oli ohjeistaa tyttöjä miettimään, mitä kuvia he laittavat internetiin. Jatkoyhteydenpito tyttöjen kanssa palautteen ja lupa-asioiden osalta jäi Lehtisen tehtäväksi.



Toimintaterapeuttiopiskelijat
Shadia Gaily
shadia.gaily@metropolia.fi
Julia Valtanen
julia.valtaene@metropolia.fi

Nuoren suostumus

Minä _____ haluan osallistua Voimauttava valokuva kuvauskokeiluun. Sitoudun osallistumaan sekä pienryhmätapaamisiin että kuvausretkiin.

Huoltajan suostumus

Minä _____ annan tyttärelleni luvan osallistua Voimauttava valokuva kuvauskokeiluun. Olen saanut tiedotteen kuvauskokeilun sisällöstä ja tiedän, mihin tyttäreni on osallistumassa.

Aika ja paikka _____

Allekirjoitukset

(nuoren allekirjoitus)

(huoltajan allekirjoitus)



Toimintaterapeuttiopiskelijat
 Shadia Gaily
 shadia.gaily@metropolia.fi
 Julia Valtanen
 julia.valtanen@metropolia.fi

Hyvä huoltaja,

Haluamme tämän kirjeen muodossa kertoa opinnäytetyöstämme, johon tyttärellänne on mahdollisuus osallistua. Olemme kaksi keväällä valmistuvaa toimintaterapeuttiopiskelijaa Metropolia ammattikorkeakoulusta, ja olemme toteuttamassa opinnäytetyön yhteistyössä Tyttöjen Talon kanssa.

Työmme aiheena on Voimauttava valokuva menetelmän käyttäminen nuorten tyttöjen kanssa. Menetelmä perustuu valokuvan terapeuttiseen käyttöön ja sitä on käytetty myös aikaisemmin Tyttöjen Talolla. Opinnäytetyömme keskeisenä osana on kuvausprosessin toteuttaminen muutaman tytön kanssa.

Kuvausprosessien tarkoitus

Kuvausprosessien tarkoituksena on kerätä tietoa Voimauttava valokuva menetelmän käyttämisestä nuorten tyttöjen kanssa. Kuvausprosessien sisältö kootaan kirjalliseksi raportiksi, joka julkaistaan keväällä 2009. Tyttöjen tunnistetiedot poistetaan raportista.

Kuvaaminen tapahtuu tämän vuoden marraskuun ja ensi vuoden tammikuun välillä. Kuvaamisesta ei aiheudu tytöille kustannuksia.

Kuvausprosesseja sitovat tekijät

Kuvauksien aikana tytöt ovat vakuutettuina Tyttöjen Talon toimesta. Työskentelyämme sitoo vaitiolovelvollisuus, ja ohjaajanamme toimii Henna Lehtinen Tyttöjen Talolta.

Toivomme, että tyttärenne saa luvan osallistua kuvauskokeiluihin.
 Vastaaamme mielellämme kysymyksiinne.

Aika ja paikka _____

Allekirjoitukset

 Shadia Gaily, toimintaterapeuttiopiskelija

 Julia Valtanen, toimintaterapeuttiopiskelija

Kokemuksia voimauttavan valokuvan ryhmästä

1 Sopiiko voimauttava valokuva nuorille? Miksi?

2 Kuka voisi hyötyä voimauttavasta valokuvasta? Miksi?

3 Mikä oli kaikista palkitsevinta?

4 Mikä oli vaikeinta?

5 Oliko voimauttava valokuva mielessäsi tapaamisten välissä? Jos, niin miten?

6 Mitä uutta löysit itsestäsi prosessin aikana?

7 Miten voimauttavat valokuvat erosivat sinusta olevista muista kuvista?

8 Mitä jäit vielä kaipaamaan?

9 Mitä muuta haluaisit kertoa ryhmän ohjaajille?

Kiitos!

**PALAUTE TOIMINTATERAPEUTTIOPISKELIJOIDEN
SHADIA GAILYN JA JULIA VALTASEN OPINNÄTETYÖPROSESSISTA
TYTTÖJEN TALON® TOIMINTATERAPEUTIN NÄKÖKULMASTA**

Tyttöjen Talon® toimintaterapeuttina olen kokenut yhteistyön Gailyn ja Valtasen kanssa merkittävänä ja molemminpuolisena oppimiskokemuksena. Opiskelijoiden sitoutuneisuudella, innolla ja silti sensitiivisyydellä on ollut voimauttava vaikutus prosessiin osallistuville tytöille ja itselleni uutta menetelmää ihmettelevänä ammattilaisena.

Voimauttava valokuva -menetelmän periaatteet ja moninaiset ulottuvuudet olivat lähtökohtaisesti kiinnostavat ja toivoa herättävät mutta prosessiin osallistuminen vahvisti kokemusta menetelmän käyttökelpoisuudesta Tyttöjen Talon ryhmätoiminnassa sekä menetelmän terapeuttisista ulottuvuuksista. Menetelmä tuntuisi olevan hyvin sovellettavissa ja muokattavissa erilaisiin ryhmiin tai käyttäväksi sellaisenaan. Lisäksi kokemus osoitti, että sen voisi hyvinkin ottaa osaksi omaa toimintaterapeutin käyttöteoriaa.

Olen kiitollinen siitä että opiskelijat työssään nostivat voimauttava valokuva -menetelmäosaamisen rinnalla tärkeäksi elementiksi juuri terapeutin ja nuoren välisen vuorovaikutuksen, luottamuksen ja itsessä heräävät tunteet prosessin aikana. Terapeuttisuus on muutakin kuin vain yksittäisen menetelmän hallinta. Vuorovaikutuksen luominen ei aina ole helppoa ja yksinkertaista, Gaily ja Valtanen onnistuivat tässä mielestäni hienosti. Uskon että tärkeäksi oppimiskokemukseksi muodostui myöskin nuorten maailman lyhytjännitteisyys ja terapeutin monitahoinen rooli prosessin aikana.

Kiitos yhteistyöstä ja erityinen kiitos tyttöjen puolesta, jotka saivat kauttanne merkittävän ja voimauttavan kokemuksen herkässä kasvun kohdassaan.

Helsingissä 30.3.2009

Henna Lehtinen
toimintaterapeutti,
Tyttöjen Talon vs. johtaja