

Valokuvia itsetunnosta

Kintsugin filosofia keholla

LAB-ammattikorkeakoulu

Kuvataiteilija (AMK)

2023

Melina Modinos

Tiivistelmä

| | | |
|--|-------------------------------------|-------------------------|
| Tekijä(t) Modinos, Melina | Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK | Valmistumisaika 2023 |
| | Sivumäärä 24 | |
| Työn nimi Valokuvia itsetunnosta Kintsugin filosofia keholla | | |
| Tutkinto Kuvataiteilija (AMK) | | |
| Ohjaavan opettajan nimi, titteli ja organisaatio | | |
| Toimeksiantajan nimi, titteli ja organisaatio LAB ammattikorkeakoulu | | |
| <p>Tiivistelmä</p> <p>Opinnäytetyö käsittelee itsetuntoa, kehonkuvaa ja ihmisen rikkinäisyyttä. Aihetta tutkittiin valokuvaamalla malleja mustavalkovalokuviin. Valokuvissa kuvattiin mallien niemeämiä kehonalueita, joista malli itse potee huonoa kehonkuvaa. Näille alueille maalattiin suoraan mallin keholle kultaisella maalilla säröjä ja tuotiin epäkohta esille uuden näkökulman kanssa. Teeman vaikutteena oli kintsugin filosofia rikkinäisen korjaamisesta ja sen tuomasta uniikista arvokkuudesta.</p> <p>Teoskokonaisuus on osallistava, ja sen tavoitteena oli tuoda esille erilaisia kehoja ja niiden uniikkeja piirteitä. Toisena tavoitteena oli saada malleille uusi näkökulma oman kehonsa epäkohtiin.</p> <p>Kirjallisessa osassa käsiteltiin kintsugia ja sen osuutta nykytaiteessa Perttu Saksan teoksen kautta. Teksti sisälsi pohdintaa kehojen monimuotoisuudesta ja yhteiskunnan vaikutuksesta ihmisten kehonkuviiin ja kehonkuvan syntymiseen. Myös tekijän omaa kehonkuvaa ja sen muodostumisen vaiheita tarkasteltiin. Opinnäytetyön osallistavan teoksen näkökulmaa tutkittiin Katriina Haikalan ja Miina Savolaisen kautta.</p> <p>Valmiit teokset muodostivat valokuvasarjan mustavalkokuvia, joissa on manipuloituna kulta värillisenä osana. Teossarja kulkee nimellä <i>as I am</i>, ja siihen kuuluu 6 yksittäiskuvaa yhtenäisenä sarjana. Kuvien kokoluokka vaihtelee keskenään isoimmasta 100 cm x 66 cm pienimpään 25 cm x 15 cm.</p> | | |
| Asiasanat valokuvaus, itsetunto, muotokuva, kintsugi | | |

Abstract

| | | |
|--|------------------------------------|-------------------|
| Author(s) Modinos, Melina | Type of Publication Thesis, UAS | Published 2023 |
| | Number of Pages 24 | |
| Title of Publication Photos of self esteem Philosophy of kintsugi on a body | | |
| Name of Degree Bachelor of Culture and Arts, Fine Arts | | |
| Name, title and organization of the supervising teacher | | |
| Name, title and organization of the client LAB University of Applied Sciences | | |
| <p>Abstract</p> <p>The thesis is about self-esteem and being broken. The subject was studied by taking grayscale pictures of models. The pictures were taken by focusing on the area of the model's body, which they feel the most uncomfortable and have low self-esteem on. These parts were painted with golden body-paint, straight on the model's skin. Inspiration to the golden paint and the cracking-like pattern used in the paintings was from the philosophy of kintsugi. In kintsugi broken objects have a new unique life after being repaired with gold.</p> <p>In its entirety the production is involving the models and its aspiration was to bring out different body types and their unique features. Another goal was to give the models a new perspective to see their faults.</p> <p>At the literary part the study tells about Kintsugi in the contemporary art by viewing Perttu Saksa's work. The literary part converse on the diversity of bodies and the impact of the society to the body image and it's originate. The authors own body image and the way it was formed was also being viewed. The participating part of the work was examined by the work of Katriina Haikala and Miina Savolainen.</p> <p>The ready artwork makes a series of photographs made in black and white, with the golden parts manipulated in color. The work series goes by the name <i>as I am</i> and includes 6 singular pictures making the series. Sizes of the pictures vary with the biggest one being 100 cm x 66 cm and the smallest one being 25 cm x 15 cm.</p> | | |
| Keywords photography, self-esteem, portrait, kintsugi | | |

Sisällys

| | | |
|-----|--|----|
| 1 | Johdanto..... | 1 |
| 2 | Keho ja inspiraatio | 2 |
| 2.1 | Kehonkuva | 2 |
| 2.2 | Oma kokemus | 3 |
| 2.3 | Kintsugi..... | 4 |
| 2.4 | Kintsugi nykyaikaisessa | 4 |
| 2.5 | Katriina Haikala | 5 |
| 2.6 | Voimauttavan valokuvan menetelmä | 6 |
| 3 | Ideasta menetelmään | 7 |
| 3.1 | Suunnitelmasta prosessiin | 7 |
| 3.2 | Kuvaukset..... | 7 |
| 3.3 | Haastattelut ja tulkinta | 9 |
| 4 | Toteutus | 16 |
| 4.1 | Pohdinta ohjaajan kanssa..... | 16 |
| 4.2 | Kokeiluista toteutukseen..... | 16 |
| 4.3 | Viimeistely ja lopullinen tulos | 17 |
| 5 | Yhteenveto ja pohdinta | 21 |
| | Lähteet | 23 |

1 Johdanto

Opinnäytetyöni Valokuvia itsetunnosta käsittelee ihmisen rikkinäisyyttä, niin henkisesti kuin fyysisesti. Monella löytyy kehostaan osia tai alueita, joista ei itse pidä. Kyseessä voi olla esimerkiksi arpi tai löysä nahka. Moni ajattelee myös, että nämä asiat ovat rumia ja ne pitäisi piilottaa. Itse ajattelen, että ne ovat osa ihmiskehoa ja ikään kuin tarina, joka kulkee keholamme ja kertoo oman elämän matkasta. Täten halusin myös produktiollani osallistaa muita ihmisiä näkemään kehonsa eri tavalla ja uudesta näkökulmasta.

Itsetunto-ongelmat ja ihmisen kehonkuva on minulle tärkeä aihe, sillä kärsin vääristyneestä kehonkuvasta itse. Valitsin tämän aiheen myös sen takia, että voin käsitellä minulle tärkeää aihetta, mutta irtaantua itse siitä. Olen aikaisemmin valokuvannut ihmiskehoa, mutta ottaen enemmän abstrakteja kuvia. Aiheeni silloin pyrki tuomaan esille ihon kauneuden sellaisena kuin se on, mutta nyt tuon esille laajempia teemoja. Nykypäivänä vääristynyt kehonkuva on yllättävän yleinen ongelma ja haluan tuoda sitä esille. Vääristyneelle kehonkuvalle on ominaista nähdä keho erilaisella tavalla, kuin mitä muut sen näkevät. Tämä tekee ongelmasta omalla tavallaan näkymättömän. Kamppailu käydäänkin suurimmilta osin oman pään sisällä. Tämä tuo samalla vaikeuksia työhöni, sillä tarkoitus on kaunistaa valokuvan mallia, ei korostaa hänelle itselleen ilmiselvää epäkohtaa.

Teokseeni valokuvaan ihmiskehoja valokuvasarjaan nimeltä as I am. Olen valinnut mallit lähipiiristäni ja pyrkinyt saamaan mahdollisimman monta erilaista tarinaa mukaan. Koska mallit ovat omaa lähipiiriäni, koen, että kuvauksista saadaan intiimimpi hetki ja jännitys minimoitua. Kuvien tarkoitus ei ole pystyä tunnistamaan kuvasta arpea, vaan pystyä tunnistamaan, miten paljon meillä on erilaisia näkymättömiä ongelmia, jotka vaikuttavat kehoihimme ja mieleemme. Haastattelen malleja ja pyydän heitä kertomaan oman näkemyksensä omasta rikkinäisyydestään. Tämän perusteella maalaan heidän kehoilleen Kintsugille ominaisella tyyllillä kultaa. Kintsugin filosofiaa hyödyntäen tuon esille sen, miten rikkinäinen ei tarkoita rumaa vaan enemmänkin uniikkia.

2 Keho ja inspiraatio

2.1 Kehonkuva

Kehonkuva ei ole ihmiskehon fyysinen olemus, vaan oma mielikuva omasta kehosta. Joskus tämä mielikuva ei vastaa kehon todellista olemusta, ja henkilö voi ajatella kehonsa olevan viallinen tai epämuodostunut. Silloin puhutaan dysmorfisesta kehonkuvasta (Huttunen 2018.)

Kehonkuva muodostuu hiljaa, ja siihen vaikuttaa ympäristön tapahtumat. Kaikki mitä mainostetaan radiossa ja televisiossa, ja mitä lähipiirissä puhutaan vaikuttaa kehonkuvan syntyn ja kehitykseen. Nykypäivänä suurimpana vaikuttajan on se, mitä sosiaalisessa mediassa on nähtävillä. Osa inhimillisyyttä on vertailla ja ihailla muita ihmisiä, varsinkin niitä, jotka poikkeavat itsestämme paljon. Yhteiskunnan asettamat paineet näiden ohella pääsevät myös vaikuttamaan alitajuntaan ja kehonkuvan muodostumiseen. Naisen tulisi olla hoikka, mutta kurvikas ja miehen taas iso, mutta ei lihava, vaan lihaksikas ja vahva (Jackson ym. 2014, Gunterin 2022, 82 mukaan). Jokainen keho on kuitenkin uniikki ja omanlaatuinen, joten niitä on mahdoton pistää samaan muottiin, silti niin pyritään tekemään alitajuisesti.

Usein sosiaaliseen mediaan halutaan jakaa mahdollisimman täydellinen versio itsestään. Korostetaan oman kehon ominaisuuksia ajankohtaisten kauneusstandardien mukaisesti tavoitteena saada hyväksyntää muilta (Gunter 2022, 81.)

Sosiaalisessa mediassa korostuu hyvin kauneus- ja kehoihanteet, jotka vaihtelevat vuosien saatossa. Omassa nuoruudessani oli ihailtavaa olla mahdollisimman hoikka, kun taas tänä päivänä ihailun kohteena on treenattu vartalo. Oman kehon ollessa kuvien muodossa esillä sosiaalisen median eri alustoilla arvosteltavana, altistuu herkästi keho- ja ulkonäköpaineille. Kun sosiaalinen media tarjoilee uutissyötteessään ja päivitysvirrassaan kuvia treenatuista vartaloista ja dieettisuunnitelmista, on vaikeaa olla omaksumatta ajatusta siitä, että oman kehon pitäisi myös olla treenattu. Ulkonäköpaineita aiheutuu nuorilla sukupuoleen riippumatta, mutta sukupuoli vaikuttaa siihen, miten ne ilmenevät. Ihanteet vaihtelevat, mutta lihavuuspelkoinen puhe on säilynyt vuosikymmeniä keskuudessamme (Unkuri 2021.)

Doven kehonkuvaan liittyvän kampanjan self-esteem expert Jess Weiner on kirjoittanut sosiaalisen median vaikutuksesta nuoriin. Vaikka sosiaalinen media ei itsessään aiheuta kenellekään huono itsetuntoa, se on täydellinen ympäristö siihen (Mysko Weinerin, 2019 mukaan).

Voiko jatkuva hyväksynnän etsiminen aiheuttaa negatiivisia ajatuksia kehonkuvasta? Voiko jatkuva vertailu muiden kuviin aiheuttaa tyytymättömyyttä omaan ulkonäköön? (Weiner 2019).

Vaikka moni hakee hyväksyntään viittaavia kommentteja sosiaalisessa mediassa, on tärkeää muistaa, kuinka paljon sosiaalinen media myös auttaa ihmisiä ongelmissaan. Moni on saanut apua ja vertaistukea erilaisten kirjoituspalstojen ja yhteisöjen toiminnasta.

2.2 Oma kokemus

Omat kokemukseni kehonkuvan käsittelyssä johdattivat minut opinnäytetyön aiheeseen. Varhaiskasvatuksen yhteydessä koin jo kehoni olevan erilainen, kuin muilla lapsilla. Kärsin siis jo lapsesta asti dysmorfisesta kehonkuvasta. Näin itseni isompana, kuin muut luokkakaverini. Muut tytöt näyttivät silmiini kauniilta ja hoikilta ja koin olevani heitä huonompi. En kuitenkaan nuorena lapsena uskaltanut tällaisesta puhua ääneen. Olisin voinut joutua vaikeuksiin. Murrosiän lähentyessä kehoni jatkoi muuttumista. Ala-asteella alkoi myös koulu-kiusaaminen henkisesti ja fyysisesti. Haukkumanimien seassa löytyi sana läski. Moni sana ei enää muistissani ole, mutta tämä on jäänyt kaikumaan päähäni.

Yläasteelle siirryttäessä yritin parhaani mukaan näyttää samalta, kuin muut tytöt. Yritin puheutua samalla tavalla, meikata samalla tavalla, jopa puhua samalla tavalla. Ajoittain päässäni kaikui silti tämä yksi sana: läski. Niinpä näin itseni peilistä sellaisena: ylipainoisena ja riittämättömänä. Todellisuudessa olin liikuntaa rakastava nuori ja harrastin tanssia ja liikuntaa monta kertaa viikossa. Aloin hyväksyä itseni paremmin, kun tiedostin, kuinka hyvässä kunnossa olen fyysisesti. Yhdeksännen luokan terveystarkastukset muuttivat maailmani. Tarkastuksessa käytiin läpi omia arkirutiineja ja liikunnan määrää, sekä mitattiin pituus ja paino. Terveystarkastajani kertoi, että painoindeksin mukaan olen hieman ylipainoinen ja minun tulisi kiinnittää enemmän huomiota siihen mitä syön. Maailmani romahti. Minua kiussattiin jo aiemmin kutsumalla läskiksi, mutta nyt sen todisti minulle terveystarkastaja. Eihän tämä voinut tarkoittaa mitään muuta, kuin että olen lihava. Teini-iässä olevalle tällainen kommentti on raskas ja jättää jäljet pysyvästi. Tällaisesta kommentista on vaikea toipua, eikä siihen aikaan dysmorfinen kehonkuva ollut niin tunnettu.

Vuosia, vuosia myöhemmin endometrioosin myötä aloitin hormonaalisen hoidon, jonka myötä painoni teki huiman nousun. Puolessa vuodessa sain 25 kg lisää painoa. Jo huonossa jamassa ollutta kehonkuvaa oli vaikea korjata tämän jälkeen. Tätä matkaa kuljen vieläkin, korjaan kehonkuvaani ja asennettani kehooni. Samalla yrittäessäni karistaa ylimääräisiä kiloja, yritän muistaa, ettei ulkonäköni tai puntarin numerot määritä minua ihmisenä.

Halusin käsitellä opinnäytetyössäni kehonkuvaa ja sen muodostumisia, ikään kuin osana omaa parantumisprosessia. Halusin myös tuoda arkaluontoisia asioita esiin, sillä moni samoista asioista kamppaileva luulee olevansa yksin kokemuksiansa kanssa. Moni ei tiedä, kuinka yleisiä nämä ongelmat ovat. Kehonkuvasta ja perussairauksista puhuminen on arka aihe monelle ja niistä ei siksi puhuta tarpeeksi. Koska aihe on minulle todella henkilökohtainen, jouduinkin pohtimaan pitkään, kuinka toteutan tämän työn. Halusin käsitellä kehonkuvaa ja sen rikkonaisuutta. Tiedostan, kuinka yleinen ongelma dysmorfinen kehonkuva on, joten päätin lähestyä aihetta muiden ihmisten kautta. Näin saan itselleni myös tarpeeksi etäisyyttä aiheeseen, ettei teoksen työstämisestä tule itselle liian rankka kokemus. Halusin myös osallistaa teokseen lähimmäisiäni, ja saada heidät näkemään itsensä yhtä kauniina, kuin minä heidät näen.

2.3 Kintsugi

Kintsugi on Japanista lähtöisin oleva taidemuoto sekä filosofinen ajattelutapa. Kintsugia harjoittaneet sepät korjasivat rikkiäistä keramiikkaa liittämällä särkyneet palaset takaisin yhteen useimmiten kullalla, mutta myös muut arvokkaat metallit kuten hopea kävivät tähän. Näin ollen ennen rikkiäinen esine sai uuden elämän uniikilla lisäyksellä. Tämän 1500-luvulta peräisin olevan filosofian mukaan voisi ajatella, ettei rikkiäinen ole ruma, vaan erikoinen ja kaunis (Heikkilä & Tensing 2016.)

Tekniikkaa kutsutaan myös nimellä kintugi, jonka voi kääntää kultaiseksi sepän työksi. Toinen tapa kutsua tekniikkaa on kintsukuroi, joka tarkoittaa kultaista korjausta. Korjaus tapahtuu sekoittamalla jauhettua metallia, esimerkiksi kultaa, lakkaan. Tällä sekoitteella lakan kovettua näkyviin jää metallin kaunis jälki. Kintsugissa käytetään perinteisesti japanilaista urushi lakkaa, joka valmistetaan urushi puun mahlasta. Tämän lakan käytöllä on pitkä historia sen koostumuksen ollessa täydellinen Japanin kosteaan ilmastoon. Lakka kuivaa ja kovettuu imemällä kosteuden ilmasta itseensä (Pombriant Manzella 2014.)

Kintsugin filosofian ideana on myös se, ettei esineen rikkiäisyyttä haluta peittää korjauksen yhteydessä. Minua kiehtoo myös ajatus siitä, miten tämä rikkiäisyys on näkyvillä. Se, miten rikkiäisyys on yhä olemassa vielä korjauksen jälkeenkin: uudessa arvostetussa muodossaan.

2.4 Kintsugi nykytaiteessa

Kintsugin käyttö keramiikassa on jatkunut ja sitä on jalostettu myös modernimpiin muotoihin. Kintsugia sellaisenaan ei käytetä paljon nykytaiteessa, mutta variaatioita sen filosofiasta on käytetty monissa eri taidemuodoissa. Suomalaisessa taiteessa esimerkiksi Perttu

Saksan suunnittelema Mauno Koiviston hautakivi, Kartta, on saanut vaikutteita tästä vanhasta filosofiasta. Saksa muisti lapsuudestaan vanhan lehtiartikkelin, jossa presidentti Koivisto itse porasi kiveen reikää. Syksyn sateiden myötä kiven reikä täyttyy vedellä ja jäätyy talvella, jonka seurauksena kivi halkeaa osiksi (Rinta-Tassi 2018.)

Juttu teki minuun suuren vaikutuksen. Koivisto oli lapsuusaikani presidentti ja kunnioitan häntä (Saksa 2018, Rinta-Tassin 2018 mukaan).

Saksan teos on kooltaan 2,5 x 1,6 metriä. Hän käytti teokseen 8000 kiloa Varpaisjärveltä hankittua mustaa diabaasikiveä. Saksan kanssa tätä muistomerkkiä valmistamassa on ollut mukana Kultaus Snellman Oy ja Loimaan Kivi Oy (Valtioneuvosto 2018).

2.5 Katriina Haikala

Katriina Haikala on 1977 syntynyt suomalainen nykytaiteilija. Taiteellaan hän on halunnut tuoda esille tärkeitä aiheita esimerkiksi kauneusihanteista ja muista rajoista ja raameista, joita voi taiteen avulla rikkoa. Haikala käsittelee paljon poliittisia kysymyksiä mm. tasa-arvosta ja ihmisoikeuksista. Hänen tyylinsä luoda osallistavaa taidetta ja rikkoa rajoja inspiroi minua. Haikalan viimeisimpänä projektina ollut Social Portrait – Women Only, joka on osallistava teos. Projektin ideana on ollut piirtää tavallisista eri-ikäisistä naisista muotokuvia. Kaikki muotokuvissa olevat naiset ovat itse olleet halukkaita poseeraamaan kuvia varten. Haikala käyttää yhteen muotokuvaan arviolta 10–15 minuuttia, ja hän on piirtänyt jo yli 900 muotokuvaa. Haikala on piirtänyt muotokuvia ympäri maailmaa, jopa madridilaisessa vaniklassa (Rinta-Tassi 2022.)

Katriina Haikala on tunnettu myös toisesta osallistavasta projektistaan Monokini 2.0, johon osallistui kymmenen rintasyövän sairastanutta suomalaisnaista. Rintasyövän takia näille naisille oli tehty rintojen poistoleikkaus, joko yhteen tai molempiin rintoihin. Sasu Kauppi, Teemu Muurimäki, Mert Otsamo, Outi Pyy ja Tyra Therman olivat mukana suunnittelemassa uima-asuja malleille. Vaatekauppojen valikoimasta ei löydy tarjontaa, kuin kaksirintaisille naisille. Projektin osallistuneet mallit kertoivat, että on haastavaa löytää mitään istuvia vaatteita tästä syystä. Nyt kuitenkin tässä projektissa paljastettiin juuri ne alueet, joita on totuttu pitämään piilossa. Mukaan osallistuneiden naisten rohkeus tuotiin esiin tuomalla heidät yleisön eteen juuri sellaisina, kuin ovat. Taiteellisena ohjaajana projektissa oli Katriina Haikalan lisäksi Vilma Metteri taiteilijaryhmällään Tärähtäneet ämmät, joka on ilmaisut kiinnostustaan tasa-arvoon ja naiseuteen taiteessaan. Monokini 2.0 -projektilla oli tarkoitus tuoda keskustelua itsensä hyväksymisestä ja nykyajan kauneusihanteista ja siinä onnistuttiin. Projekti sai näkyvyyttä paljon ja yhdysvaltalainen artisti Lady Gaga kirjoitti siitä Facebookissa (Rinta-Tassi 2015.)

2.6 Voimauttavan valokuvan menetelmä

Miina Savolainen aloitti vuonna 1998 Maailman ihanin tyttö -projektin, joka jatkuu edelleen. Savolainen on palkittu valokuvaaja, taide- ja sosiaalikasvattaja. Savolainen on voittanut Duodecimin kulttuuripalkinnon vuonna 2006. Palkinto myönnetään taiteilijalle, joka on edistänyt kulttuurin ja terveyden välisten yhteyksien ymmärtämistä omalla työllään. Savolainen valmistui aluksi sosiaalikasvattajaksi, mutta jatkoi opintojaan taidekasvatuksen parissa samalla, kun työskenteli Maailman ihanin tyttö -projektin parissa (Kosonen 2006.)

Savolaisen projektin idea perustuu voimaantumiseen ja ajatukseen, jossa kauniin valokuvan myötä projektiin osallistuvien omakuva saisi käännytystä toiseen suuntaan. Kauniin kuvan myötä alkaa katsomaan itseään lempeämmin. Tämä projekti oli Savolaisen taiteen maisterin lopputyö taidekasvatuksen puolelle. Projektissa Savolainen käytti hänen omaa kehittämäänsä sosiaalipedagogista menetelmää, jossa voimautumisen käsitteet yhdistyvät valokuvauksen kanssa. Nykyisin Savolainen opettaa voimauttavan valokuvan menetelmää kurssina Taideteollisessa korkeakoulussa täydennyskoulutuksena, sekä työpajoina ympäri Suomea (Voimauttava valokuva.)

3 Ideasta menetelmään

3.1 Suunnitelmasta prosessiin

Suunnitelmani lopulliseen teoksen toteutukseen oli sarja valokuvia. Valokuvat ovat musta-valkoisia kultaisella yksityiskohdalla. Kuvasarja sisältää jokaisesta mallista yhden kuvan ja yhteensä kuvia on kuusi kappaletta. Kuvakoot vaihtelevat keskenään, mutta kuvien herkkyys ei kestä minusta liian isoa kokoluokkaa. Halusin jättää osan kuvista pienemmiksi myös sommitelmallisista syistä. Alkuperäinen sommitteluideani tasaisesta rivistä olisi tehnyt kuvasarjasta jäykän ja luotaantyöntävän. Vaihtelevilla kuvako'illa sain sommitelmaan mukaan herkkyyttä ja tarinallisuutta.

Prosessini alkoi mallien hankinnasta. Tiesin, että lähipiirissäni on ihmisiä, jotka ovat valmiita tulemaan malleiksi vapaa-ajan tai opintoihin liittyviin projekteihini. Ensimmäinen pohdinta alkoi siitä, kuinka kysyä mukaan ihmistä kuvauksiin, joissa käsitellään kehonkuvaa ja sen epäkohtia. En halunnut kuitenkaan kuulostaa siltä, että mielestäni heidän kehoissaan on jotain rumaa tai epämiellyttävää. Näin kehitin tavan kertoa, mitä suunnittelen tekeväni opin-
näytteeksi opinnoissani ja suunnitelmani herätti jokaisessa heissä hyvän reaktion ja innostuksen projektiini. Seuraavaksi oli luontevaa kysyä, mahtaisikohan heillä olla jotain, mitä tässä projektissa voisi kuvata.

Kaikki vastaukset olivat innokkaita kyllä -vastauksia, joten seuraava vaihe oli varata kampukselta studio käyttöön niin, että jokainen malli pääsee kuvauksiin kanssani kahden kesken. Halusin toimia näin, sillä tilanne kuitenkin on intiimi ja arka monelle. Ennen kuvauksia minun oli etsittävä projektiin sopivaa kultaista vartalomaalia ja lehtikultaa. Asuinkunnastani en löytänyt näitä, joten jouduin tilaamaan tuotteet, minkä seurauksena kuvausten aloittaminen viivästyi. Materiaalien saavuttua pääsin varaamaan kampukselta studioaikoja. Sain sovittua mallien kanssa yksilölliset kuvausajat oletettua helpommin ja nopeammin.

3.2 Kuvaukset

Kuvaukset alkoivat 5.12.2022 heti maanantai aamuna 9:00. Varasin studion käyttööni viideksi tunniksi, jotta mukaan mahtuu mahdollisia muuttujia. Valokuvaajana tahtini on nopea-tempoinen, joten uskoin viiden tunnin riittävän hyvin. Aloitin ensin muutamalla kuvalla niin, että asetin mallin seisomaan taustapaperin luokse. Näin sain säädettyä kameran asetukset sopiviksi studion valaistukseen. Seuraavaksi maalasin mallin epäkohtaa, tässä tapauksessa selkää. Ensin maalasin pienen alueen ja kokeilimme miltä tämä näyttää kamerassa. Pidin näkemästäni, mutta kultamaalilla maalattu alue olisi voinut olla mielestäni suurempi, sillä halusin kultaisen maalin kuvaan fokusointipisteeksi. Otimme vielä muutaman kuvan ja

päätin maalata lisää kullalla mallin selkää. Otimme lisää kuvia ja tämä toimi mielestäni paljon vahvemmin, kuin ensimmäiset kuvat pienen maalimäärän kanssa. Lisätty maali toi lisää tekstuuria ja korosti selän muotoja. Olin luonnostellut nämä kuvat jo mielessäni, joten mallin asettelu kuvaan oli helppoa ja luontevaa. Studion varaus oli riittävän pitkä jokaisen mallin kohdalla, ja sain kaiken tarvittavan materiaalin kuvattua hyvissä ajoin ennen varauksen päättymistä.

Kuvaukset etenivät nopeasti ja pääsin kuvaamaan kaikki mallini kahden viikon sisällä. Seuraavan mallin kanssa oli ollut puhetta aikaisemmin hänen epäkohdastaan, joka oli vatsan alueen leikkausarvet. Mallin saapuessa paikalle kysyin ensimmäisenä laatimani kolme kysymystä, joissa selvisi epäkohdan olevan kuitenkin vaivaisenluut leikkausarpien sijaan. Tiesin, että seuraavan mallin epäkohta sijoittuu myös vatsan alueelle, joten kuvauskohteen vaihtuminen ei haitannut minua. Halusin alun perinkin kuvattaviin kohtiin mahdollisimman paljon erilaisia epäkohtia ja eri ruumiinosia, joten vaihto vatsasta jalkoihin sopi paremmin kuin hyvin suunnitelmiini. Otin edellisissä kuvauksissa ylös asetukset, joita käytin kameran ja studiovalojen kanssa, joten oli nopeampaa laittaa laitteisto valmiiksi kuvauksia varten. Pohdin erilaisia tapoja tuoda esille epäkohta niin, että se on ymmärrettävissä ilman, että alleviivaan sitä liikaa. Vaivaisenluut ovat muotona sellainen, että itse jalan asennolla kuvassa sen saa tuotua esille. Edellisen mallin kohdalla halusin arven näkyvän osana kuvaa, joten käytin pelkkää kultaista maalia. Nyt halusin lisätä maalin lisäksi iholle lehtikultaa, sillä epäkohta näkyisi siitä huolimatta kuvissa, eikä jäisi epäselväksi kaiken alle. Sain hyviä kuvia paljon ja huomasin mitkä asennot toimivat ja mitkä eivät. Mallin maalauksessa meni enemmän aikaa lehtikullan lisäämisen takia, ajan käytössä ei ollut ongelmia.

Kolmannen mallin kuvaukset olivat heti seuraavana päivänä, ja tahti jatkui reippaana. Malli oli ennakkoon kertonut hänen epäkohtansa olevan insuliinipistoksista johtuvat arpeumat vatsan seudulla. Mielessäni kuvittelin näiden arpeumien olevan ulkoisia, kosmeettisia jälkiä. Kuvausten alkaessa huomasin, että arpeumat olivatkin kaksi massaa, jotka ovat muodostuneen ihonalaisesti vatsan alueelle. Jouduin luonnostelemaan ja suunnittelemaan kaiken uusiksi pääni sisällä ja sitten mallin keholla. En ole tyytyväinen omaan piirustusjälkeeni, ja nopeat luonnokset paperille eivät taivu käyttööni yhtä hyvin, kuin muille. Haluan aina saada kuvan valmiiksi, joten jään tekemään pikkutarkkoja asioita luonnoksiin, enkä osaa jättää niitä suunnitelmiksi. Muistan kuitenkin asioita valokuvan omaisesti ja pystyn tämän ansiosta kuvittelemaan valmiita kuvia helposti. Tästä syystä tykkään luonnostella omassa päässäni kuvia valmiiksi.

Oma epäkohtani omassa kehossani on myös vatsan alue, joten koin kuvaukset intiimimmäksi ja herkemmäksi, kuin aikaisemmat. Aiemmissa kuvauksissa pääsin irtautumaan itse

aiheesta tarpeeksi kauas, jotta pystyin katsomaan objektiivisesti kohteitani. Nyt epäkohdan ollessa samalla alueella omani kanssa, huomasin tuskailevani enemmän kuvien kanssa. Ikään kuin minua olisi pelottanut epäonnistuminen. Sain kuitenkin kauniita kuvia, joita malli itse kommentoi sanoilla ”näytän, kuin kauniilta kreikkalaiselta marmoriveistokselta!”. Tämä antoi minulle itsevarmuutta ja sain työnnettyä omia tunteitani tarpeeksi syrjään. Tarkoitukseni on tutkia aihetta mallien kautta, joten en voinut jäädä pohtimaan aihetta oman pääni sisään.

Neljännän mallin kanssa kuvaukset suoriutuivat ripeästi, koska olin valmiiksi suunnitellut minkälaisia kuvia tulen hänestä ottamaan. Pieniä kompastuskiviä tuli, kun en saanut lehtikultaa näkymään kuvissa haluamallani tavalla. Olin suunnitellut myös varasuunnitelman, jonka mukaan lopuksi kuvat toteutin. Lopullisesta otoksesta jätin lehtikullan pois. Sain otoksia sopivan määrän ja olin tyytyväinen työn jälkeen. Seuraavat kaksi mallia tulivat samanaikaisesti kuvauksiin. Muiden kanssa sovin kuvaukset yksilöllisesti, mutta mallit olivat ystäviä keskenään ja tämä sopi jokaisella osapuolelle. Pohdin aiemmin malli numero viiden kanssa, mikä olisi hänen epäkohtansa, ja kuinka se ilmenisi valokuvissa. Hän kertoi sisäisistä arvistaan ja sivusi puheessaan käsivarsiaan. Kysyin mallilta sopisiko käsivarsien kuvaus, sillä tarkoitus olisi juuri tehdä heistä kauniita sellaisenaan omiin silmiinsä. Päädyimme kuvaamaan käsivarsia ja aloin pohtimaan, kuinka levittäisin maalin niin, ettei se korosta isoja käsivarsia väärällä tavalla. Maalilla on helppo korostaa isoja alueita, ja tämä ei ollut kuvauksien tarkoitus. Löysin tavan maalata kehoa niin, ettei se näyttänyt liialliselta korostamiselta ja aloitimme kuvien ottamisen.

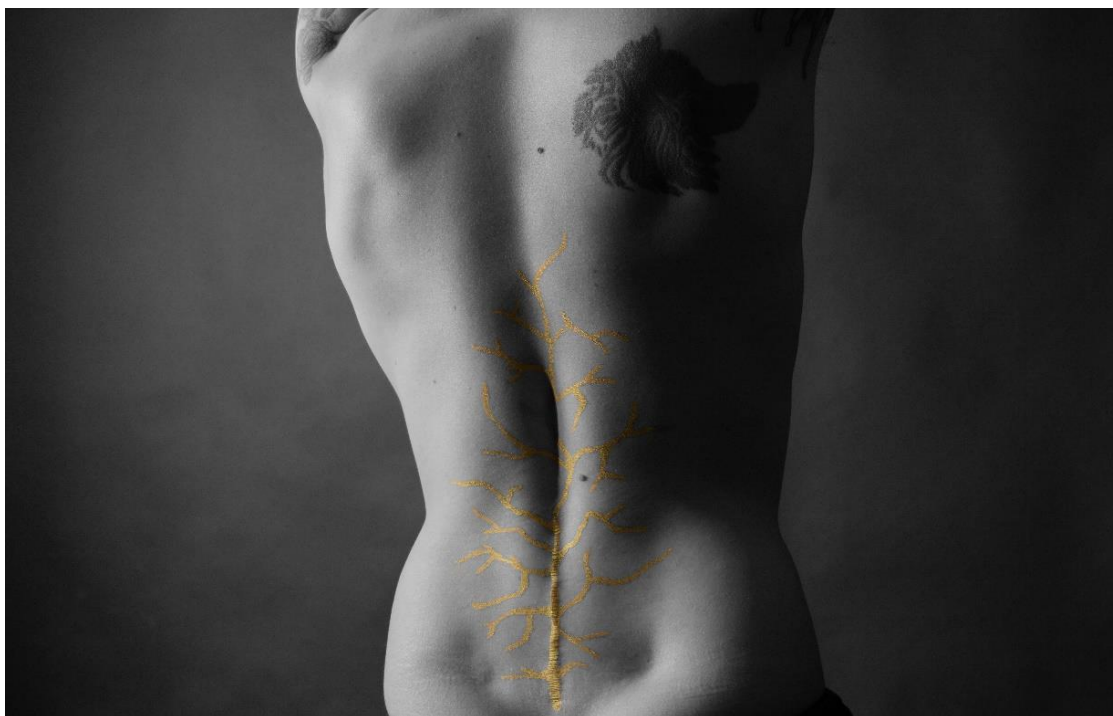
Kuudes malli oli keskustellut kanssani myös erilaisista epäkohdistaan ja päädyimme kuvaushetkellä nenään. En ollut suunnitellut tätä yhtään, mutta inspiraationi heräsi nopeasti ja sain idean toteutuksesta. Otin muutaman kuvan mallista pelkän kultamaalin kanssa. Päädyin vielä lisäämään lehtikultaa mukaan, antamaan tekstuuria lisää. Näistä kuvista tuli omat henkilökohtaiset suosikkini tässä projektissa.

3.3 Haastattelut ja tulkinta

Halusin haastatella lyhyesti jokaista malliani ja kysyä tarkemmin heidän omista kokemuksistaan kehonkuvaansa liittyen. Tämä auttoi myös minua toteuttamaan maalaukset mallien kehoille ja kuvien kokonaisuuden mietinnässä. Kysyin jokaiselta mallilta kolme kysymystä. Kysymykset olivat mallin ikä, tarkennus epäkohdasta ja kyllä tai ei vastaus siihen, kokeeko malli, että sosiaalinen media ja yhteiskunnan asettamat kauneusstandardit olisivat vaikuttaneet hänen kehonkuvaansa.

Malli nro 1

Ensimmäinen malli (kuva 1) on 31-vuotias henkilö, jolla on epäkohtana lannerangan synnynäinen vika. Tämä vika on aiheuttanut paljon kipua ja leikkauksia, joiden seurauksena mallilla on alaselässään pitkä arpi. Malli ei koe, että hänen kehonkuvaansa olisi vaikuttanut yhteiskunnan asettamat kauneusstandardit tai ihanteet sosiaalisessa mediassa.



Kuva 1. Malli numero 1, valmis digitaalinen kuva

Malli nro 2

Kuvassa numero 2 on toinen malli, 29-vuotias henkilö, ja hänen epäkohtanaan oli vaivaisenluut molemmissa päkiöissä. Hänen epäkohtansa on aiheuttanut kivun lisäksi surua siitä, ettei hän pysty käyttämään mitä tahansa kenkiä, varsinkaan korollisia kenkiä. Tämän lisäksi lääkärikäynneistä, fysioterapiasta, sekä kalliista kengistä pohjallisineen on aiheutunut ylimääräisiä kuluja. Malli vastasi kyllä, kun kysyttiin, onko sosiaalinen media ja yhteiskunnan kauneusstandardit vaikuttaneet hänen kehonkuvaansa.



Kuva 2. Malli numero 2, valmis digitaalinen kuva

Malli nro 3

Kolmas malli on 24-vuotias diabetesta sairastava henkilö. Hänen epäkohtanaan on vatsan alueelle syntyneet arpeumat (kuva 3), jotka ovat aiheutuneet insuliinipistoksista. Arpeumat ovat ihonalaisia, mutta näkyvät erillisinä massamaisina alueina pistoalueella mallin vatsassa. Mallin mukaan sosiaalinen media ja yhteiskunnan asettamat kauneusstandardit ovat vaikuttaneet hänen kehonkuvaansa.



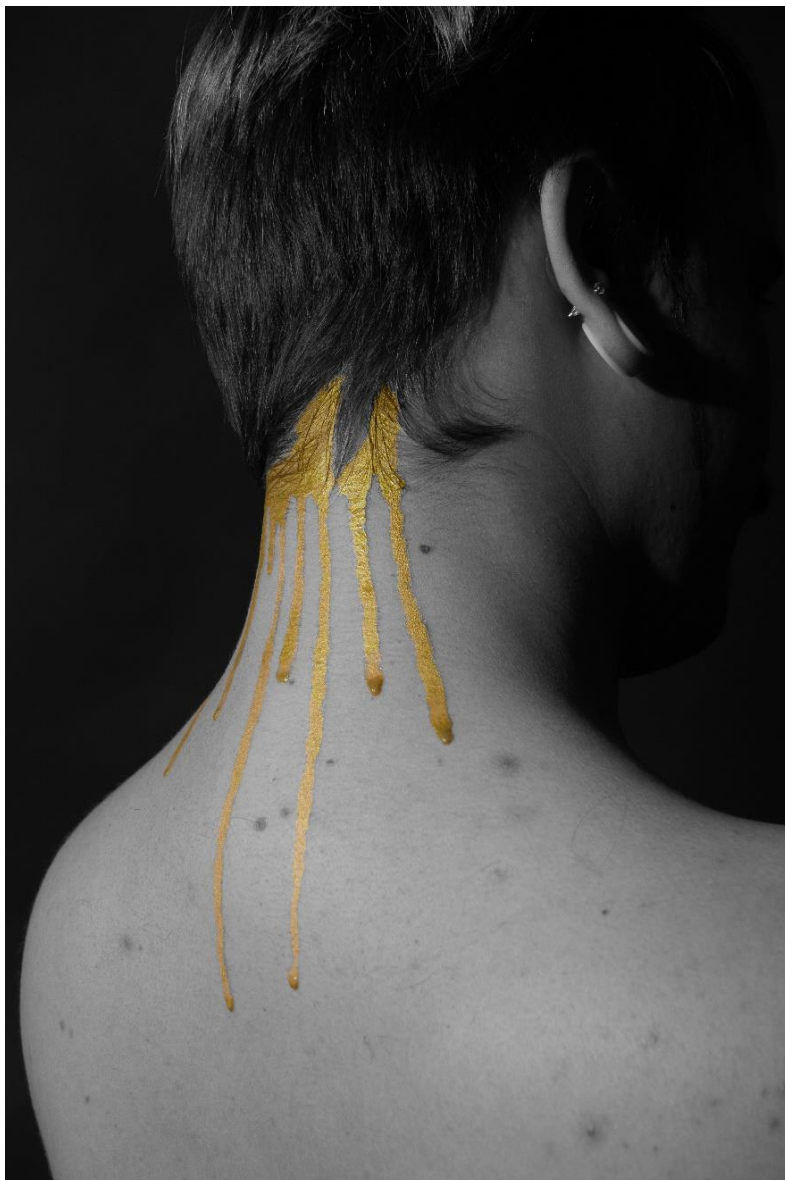
Kuva 3. Malli numero 3, valmis digitaalinen kuva

Malli nro 4

Neljäntenä mallina (kuva 4) on 26-vuotias MS-tautia, eli multippeliskleroosia.

Kyseessä on autoimmuunitauti, jossa elimistö hyökkää omia kudoksia vastaan muodostamalla vasta-aineita (Atula 2019).

MS-tauti aiheuttaa hänelle keskushermostollisia tulehduksia ja sen myötä lääkärikäyntejä ja vaikeuksia normaalin arjen kanssa. Malli ei kuitenkaan koe, että yhteiskunnan kauneusstandardit ja sosiaalinen media olisivat vaikuttaneet hänen kehonkuvaansa.



Kuva 4. Malli numero 4, valmis digitaalinen kuva

Malli nro 5

Kuvassa numero viisi on viides malli, 25-vuotias henkilö, jolla ruumiinrakenteesta riippumattomana käsivarsissa on löysää ihoa. Malli kertoi epäkohdan olevan niin kutsuttu sukuvika, eli se on hänen suvussaan geneettisesti periytyvä ominaisuus. Tämä epäkohta on aiheuttanut mallille ongelmia pukeutumisen kanssa hänen halutessaan piilottaa tämän epäkohdan. Malli kertoi, kuinka kesäisin on vaikea ajatella laittavansa päälle lyhythihaista paitaa, sillä hänen käsivartensa olisivat näkyvissä silloin. Malli kokee, että sosiaalinen media ja yhteiskunnan kauneusstandardit ovat vaikuttaneet hänen kehonkuvaansa.



Kuva 5. Malli numero 5, valmis digitaalinen kuva

Malli nro 6

Kuudentena mallina oli 26-vuotias henkilö, jonka epäkohtana hänen nenänsä (kuva 6). Malli kokee nenänsä olevan epäsymmetrinen muodoltaan ja suurempi, kuin hän haluaisi sen olevan. Hänellä on myös nenässään kyömy, joka tunnetaan myös roomalaisena nenänä. Mallin nenä ei ole aiheuttanut suurta haastetta, mutta on iso osa hänen kehonkuvaansa. Malli kokee myös, että sosiaalinen media ja yhteiskunnan asettamat kauneusstandardit ovat vaikuttaneet hänen kehonkuvaansa yleisesti.



Kuva 6. Malli numero 6, valmis digitaalinen kuva

Huomasin haastattelujen lopputuloksista jakauman miesoletettujen ja naisoletettujen mallien kesken. Kaikki naisoletetut mallit vastasivat kyllä kysymykseen: koetko, että sosiaalinen media ja yhteiskunnan asettamat kauneusstandardit ovat vaikuttaneet kehonkuvaasi, kun miesoletetut mallit taas vastasivat ei. Ulkonäköpaineista ja kehonkuvasta puhutaan nykyisin paljon enemmän, kuin ennen, sekä nyt on tuotu esiin nimenomaan miesten ulkonäköpaineet. YLE:n artikkelin mukaan ulkonäköpaineita on tutkittu paljon muilla sukupuolilla, kuin miehillä ja miesten ulkonäköpaineiden ongelmat tulisikin tuoda nyt näkyvämmiksi kuin aiemmin (Flinkkilä 2022). Koska miesten kehonkuvan ja ulkonäköön liittyvät ongelmat ovat olleet varsin pinnalla lähiaikoina, oletin sen näkyvän omien mallieni kyselyissä myös.

4 Toteutus

4.1 Pohdinta ohjaajan kanssa

Ohjaajani opinnäytetyön taiteellisessa osiossa oli kuvataiteilija Mari Hokkanen. Tapasin Hokkasen etäyhteydellä juuri ennen joululoman alkua ja kävin hänen kanssaan läpi sen hetkisen tilanteen. Minulla oli mallit kuvattuna ja muokkausurakka edessä. Keskustelimme hänen kanssaan kuvistani ja niiden vahvuuksista. Pohdimme alkuperäistä ideaani, jossa tekisin teoksista jollain tasolla kolmiulotteisia, esimerkiksi maalaamalla valmiin kuvan päälle. Alkujaan ideaani sisältyi kolmiulotteisuus, mutta päädyin luopumaan ajatuksesta sen tuodessa lisää ongelmia ja kysymyksiä toteutuksesta.

Hokkanen sai minut kyseenalaistamaan päätöksiäni hyvällä tavalla. Päädyin kokeilemaan ja tutkimaan testiprinttien kanssa eri mahdollisuuksia materiaalien käytöstä. Hokkanen muistutti rajojen rikkomisesta mm. materiaalien suhteen. Materiaalien rikkominen ei ole tullut mieleenikään ennen Hokkasen kanssa keskustelua, sillä opiskellessa kursseilla on tarkka budjetti siitä mitä materiaaleja käytetään. Aina puhutaan siitä, ettei jäisi hukkamateriaaleja ja kaikki käytettäisiin järkevästi, joten tarkoituksella valmiin kuvan rikkominen ja repiminen ei tullut mieleeni ensinkään. Pidin kuitenkin tästä ajatuksesta, ja päädyin kokeilemaan kuvien repimistä ja sommittelua.

4.2 Kokeiluista toteutukseen

Kokeilin leikata kopiokoneella tulostettuja kuvia ja maalata niiden päälle. Kopiokoneen kuvat olivat kuitenkin niin huonolaatuisia, että tulokset jäivät liian epäselvälle tasolle päätösten tekemiseen. Sain onnekseni varattua nopealla aikataululla koetulostusajan ja pääsin tarkastelemaan materiaaleja kunnolla. Olen aina ajatellut, että mattapaperi tuo kuviin eri tavalla syvyyttä verrattuna kiiltävään valokuvapaperiin. Nyt kuitenkin koetulostusten kanssa päädyin aivan uuteen mielipiteeseen ja päädyin valitsemaan kiiltävää valokuvapaperia teoksiini. Tulostin ylimääräisiä kuvia, jotta pystyn vertailemaan eri paperien vaikutusta kuvan tunnelmaan, ja kultamaalin sopivuutta paperin päälle. Pidin kultamaalin efektistä heijastaa valoa tietystä kulmasta katsottuna, mutta se ei tuonut lisää sisältöä teoksiini, niin päätin jättää sen pois. Kokeilin maalia sekä kiiltävän- että mattapaperin pintaan. Kiiltävään paperiin maali ei toiminut ollenkaan kuten olisin halunnut ja päädyin jättämään sen yhdistelmänä kokonaan pois vaihtoehtoista. Mattapaperilla maali toimi kuitenkin hyvin, mutta sitä olisi voinut olla isommalla alueella. En kuitenkaan halunnut peittää koko alkuperäisen kuvan maalikerrosta kuvan päälle maalattavalla kerroksella. Halusin, että kuvassa näkyy

alkuperäinen idea ja ajatus siitä, että mallit ovat päässeet kokemaan melkein ritualistisen tilanteen oman epäkohtansa kanssa ja kultainen maali kuvan päälle maalattuna olisi peittänyt liikaa tätä informaatiota kuvista.

Ajatus revitystä paperista, joka on kultamaalin avulla liimattu takaisin yhteen, tuntui juuri sellaiselta elementiltä, jota halusin teoksissani käyttää. Kokeiluissani tämä oli ihan toimiva ja kauniin näköinen efekti, mutta koin tarvittavan herkkyyden katoavan teoksista. Vaikka teemana Kintsugi on juuri rikkinäisen korjaamista, pohdin, ettei sen tarvitse olla niin kirjaimellista työssäni. Halusin kuitenkin tuoda esille ihmisen rikkinäisyyttä nimenomaisesti sillä tasolla, jota ei välttämättä katsoja päällepäin näe, vaan kuinka koemme maailman.

Pääsin hyödyntämään taiteellisen työskentelyn kurssikritiikkiä ja kysyinkin täysin ulkopuolisilta ja kuvia ensimmäistä kertaa katsovilta, mitä mieltä he ovat teoksista. Sain monipuolisesti vastauksia liittyen paperin mattaisuuden ja kiiltävyyden välillä tehtävään valintaan. Suurin osa oli mattapaperin kannalla, mutta muutama kannatti kiiltävää paperia. Päädyin kiiltävään paperiin, sillä se valtasi kuvan tunnelman värisävyltään hyvin, sekä siihen piirtyi paremmin varjoalueet. Nyt enää viimeinen sommittelu ja ripustustekniikka olivat harteillani. Sain HOKKASelta apua ideointiin sommittelun ja ripustuksen kannalta, mutta viimeiset päätökset sain valmiiksi pyöritellessäni valmiita kuvia museotilan lattialla minulle valikoidun seinän edustalla.

4.3 Viimeistely ja lopullinen tulos

Lopullinen kuvasarja koostui kuudesta valokuvasta (kuva 7), joista tein mustesuihkutulosteet. Nämä tulosteet pohjustin alumiinikomposiittilevyille kaksipuoleisella liimapaperilla. Päädyin tulostamaan kaksi kuvaa paljon suurempina, kuin muut. Päädyin tähän lopputulokseen, sillä halusin sommitelmaani dramatiikkaa. Suurimmat kuvat olivat leveydeltään 100 cm, ja pienin kuvista oli 25 cm x 15 cm kooltaan. Pohjustaessa kaikki kuvat kapenivat muutamalla millimetrillä reunoista, mutta tämä ei vaikuttanut esillepanoon.



Kuva 7. Lopullinen sommitelma museon seinällä

Sommitelmalla ja kuvien koolla halusin ohjata katsojan katselukokemusta. Kahdeksi suurimmaksi kuvaksi valitsin kuvan vatsasta ja nenästä. Halusin tuoda tämän kuvan (kuva 8) isona kokonaisuuteen, sillä vatsa on useasti se, jota moni meistä häpeää. Kuvan asettaminen isona katselukokonaisuuteen, sekä kulkusuunnallisesti ensimmäisenä, tuo dramatiikkaa, joka pysäyttää katsojan tarkastelemaan teoksia.



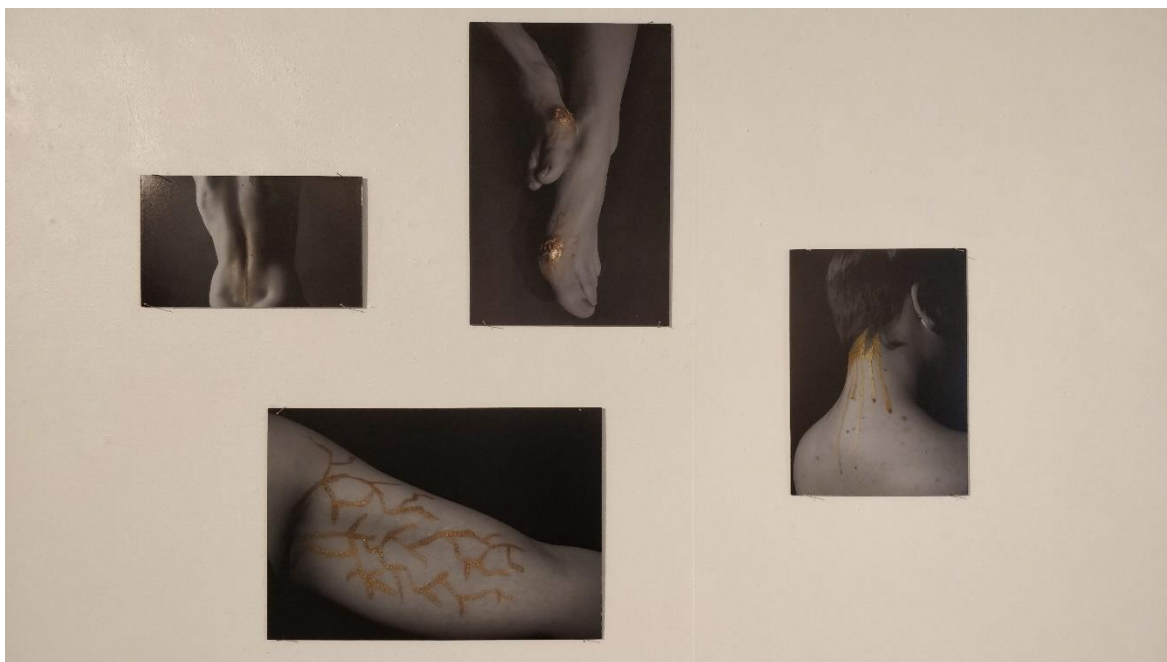
Kuva 8. Mallin numero 3 kuva ripustettuna

Vatsakuvan lisäksi halusin tuoda dramatiikkaa sommitelmaan, lisäämällä mallin numero 6 kuvan isona kokonaisuuteen. Näin mallin katse ohjaa katsojan kohti kokonaisuutta. Kuvassa numero 9 näkee mallin numero 6 katseen. Tämä katse onnistui minusta kiteyttämään tunnelman hyvin kuvien kokonaisuutta ajatellen. Kuvassa on sopiva määrä herkkyyttä ja tyyneyttä. Näin ollen kokonaisuudesta ei tule liian kylmä ja etäinen. Myös kuvan kullatut yksityiskohdat ovat onnistuneet ja kuvan tarkkuus on miellyttävä.



Kuva 9. Mallin numero 6 kuvan ripustus

Pienempien kuvien kokonaisuuden sommittelu oli tarkka ja haasteellinen prosessi. Minun täytyi ottaa huomioon, mikä osa kehoa kuvassa on. Hankaluuksia oli asettaa kuva käsivarresta niin, ettei se näytä kuuluvan toiseen kuvaan. Jos kuva käsivarresta olisi ollut esimerkiksi liian lähellä kuvaa vatsasta, olisi saattanut näyttää, että kyseessä on yksi henkilö. Myös kuva niskasta liian lähellä selästä otettua kuvaa, olisi saanut helposti illuusion yhdestä kokonaisesta kuvasta, jossa henkilöllä on suuri pää. Kun pyörittelin lopullista sommitelmaa, päädyin ratkaisuun, jossa kuva jaloista on ylimpänä (kuva 9). Tämä itsessään sai jo hyvin irrotettua tunteen kokonaisen vartalon kokoamisesta.



Kuva 9. Pienten kuvien sommitelma museon seinällä

Pohtiessani lopullista ripustustapaa kuvilleni, halusin tehdä teoksista mahdollisimman kestäviä. En kuitenkaan halunnut kehystää töitani, sillä kehykset olisivat mielestäni vieneet liikaa huomiota kuvista. Päädyin pohjustamaan kuvat alumiinikomposiittilevyihin, sillä niihin voin myöhemmin vielä teettää lasit levyjen päälle, jotta teokset pysyisivät pitkäikäisinä. Alun perin pohdin metallisten kiskojen liimaamista levyn takapuolelle, jotta teokset voisi ripustaa myös siiman tai vaijerin avulla seinään. Kiskojen avulla myös naulat olisivat toimiva vaihtoehto, mutta ei pakollinen. Kiskot levyn takana korottavat kuvaa irti seinästä ja voivat luoda upeita varjoja kuvan yhteyteen. Näin kuitenkin varjot mahdollisena uhkana kiiltävälaatuisen paperin kanssa. Halusin kuville intiimin katselukokemuksen ilman ylimääräisiä häiriötekijöitä, joten päädyin jättämään kiskot pois suunnitelmastani. Lopullisessa ripustuksessa käytin ohuita nauloja, jotta saisin mahdollisimman huomaamattoman ripustusmekanismin.

Koska pohjustin ensimmäistä kertaa elämässäni, jouduin tulostamaan osan kuvista useaan kertaan. Teknisestä näkökulmasta katsottuna valitsin teoksilleni haastavan paperin, sillä se oli erittäin ohut ja vaikea käsitellä pohjustaessa. Ohuen paperin suurin ongelma on ilmakuplien syntyminen kuvaan. Ilmakuplia pystyy jonkin verran ohjaamaan ulos kuvasta hieromalla kuplia ulos kohti reunoja, pitäen kuvan päällä silkkipaperia ja käsissä puuvillahansikkaita. Tällä tekniikalla voi saada suurimman osan ilmakuplista pois, mutta vaaraksi jää musteen hiertyminen irti kuvasta. Nenäkuvan jouduin tulostamaan uudelleen useamman kerran. Kolmas tuloste päättyi näyttelyyn mukaan, ja kaksi ensimmäistä roskikseen.

5 Yhteenveto ja pohdinta

Käsittelin opinnäytetyössäni kehonkuvaa ja sen muodostumista. Tutkin aihetta omien kokemuksieni ja mallieni kehonkuvan kautta. Pohdinnassa oli sosiaalisen median vaikutus kehonkuvaan ja itsetuntoon, joka toimi myös linkkinä omien kokemuksieni ja mallieni kokemusten välillä. Itsereflektio tapahtui minulla tekstin muodossa, sillä halusin teosten käsittelevän enemmän muiden kehonkuvaa, kuin omaani. Taiteellisessa osiossa kehonkuvaa käsiteltiin mallien kautta. Tärkeämpänä tavoitteena oli saada osallistava kokemus kuvien malleille, mutta ohella kävin läpi omia kokemuksiani ja pohdin myös oman kehonkuvani muodostumisen matkaa. Mallien käyttäminen auttoi prosessissa pitämään itseni tutkijan roolissa ja käsittelemään aihetta objektiivisesti.

Inspiraation lähteenä kintsugi toimi osana taiteellista produktiota ja ajoi sen suuntaa käsitteen ja filosofian kautta. Tärkeänä osana oli tehdä malleille selväksi mihin suuntaan haluan viedä tutkimukseni kehoillisuuden ja itsetunnon osalta. Oma avoimuus itsetutkiskelun ja kehonkuvan pohdinnan kanssa auttoi malleja kokemaan kuvaushetken seremoniallisena ja itseään uudistavana. Iso osa työn eteenpäin vientiä oli kommunikointi mallien kanssa, ja palautteen saaminen kuvauksista. Palautteet siitä, miten kokee ja näkee kehonsa eri perspektiivistä kuvausten jälkeen, oli tärkein osa prosessiani. Se auttoi ymmärtämään, että kokemus oli onnistunut kuten oli suunniteltu.

Raportissani pohdin osallistavaa taidetta ja sen eri muotoja. Olen aina ollut empaattinen ja halukas tekemään muiden vuoksi hyvää. Näin olikin luontevaa toteuttaa osallistavaa taidetta, jolla on vaikutus siihen mukaan lähteville ihmisille. Lähdin jo alusta tutkimaan projektiani osallistavuuden, enkä niinkään tekniikan kautta. Näin päädyin löytämään suuren inspiraation Katriina Haikalan töistä. Hänen tapansa taiteen tekemiselle ruokki omaa intohimoani toteuttaa itseäni ja tehdä jatkossakin osallistavia teoksia. Toinen inspiraationi löytyi Miina Savolaisen maailman ihanin tyttö projektista. Hänen työskentelynsä taiteen kentällä on avannut muille paljon, ja hän järjestää koulutuksia omasta metodistaan: voimauttavasta valokuvasta. Kiinnostuin hänen menetelmästäni niinkin paljon, että haluaisin lähitulevaisuudessa osallistua hänen koulutukseensa voimauttavan valokuvan menetelmästä.

Tärkeänä osana myös oli tutkia itse kintsugia ja sen osallisuutta nykytaiteessa. Kintsugin filosofian ymmärtäminen, ja sen liittäminen taiteeseen eri muodoissa oli tärkeä osa omaa tutkimusprosessiani. Perttu Saksa oli yhdistänyt kintsugin edesmenneen presidentin Mauno Koiviston hautakivessä. Koska valokuvaus oli minulle varma valinta, olikin etsittävä oma tapa tuoda kintsugin filosofia esiin. Olen löytänyt minua inspiroivia teoksia, sekä taiteilijoita ja saanut uutta paloa matkalleni taiteilijuuteen.

Pidän nopeatempoisesta työskentelystä, ja suurin oppini opinnäytetyössäni oli pitkäjänteisyys ja kärsivällisyys. Pystyin työskentelemään vaaditulla tavalla, ja sain aikaan sellaista jälkeä, jota halusin ja odotin. Kuvien manipulointi oli minulle haastavin osa prosessia, mutta lopputulos kuvissa vastaa alkuperäistä ideaa. Jos jotain olisin tehnyt toisin, niin olisin tilannut välineistöä aikaisemmin, jotta olisin päässyt ottamaan mahdollisia testikuvauksia ennen mallien kanssa kuvaamista. Harjoituskuvausten avulla olisin luultavasti onnistunut ylittämään odotukseni vielä isommin, kuin mitä nyt onnistuin. Kuvista tuli kuitenkin suunnitelmien mukaiset ja niissä itsessään en mitään muuttaisi. Valmiit teokseni kuitenkin vastasivat odotuksiani ja lopputulos on miellyttävä. Kuvista tuli monipuolisia ja niistä saa idean mitä kehon osaa on kuvattu. Teossarjan lopulliseen nimeen päädyin, kun päätin, että en halua nimen suoraan kertovan näistä epäkohdista. Tämä tukee alkuperäistä ideaa omien kehollisten kamppailujen näkymättömyydessä.

Opinnäytetyöni tekeminen on ollut itselleni hankala, mutta tärkeä matka. Opinnäytettä rakentaessani olen käsitellyt paljon omaa suhdettani omaan kehooni ja omaan taiteeseeni. Olen käsitellyt myös itsetuntoni heijastelua arkeeni ja ajatusmaailmaani. Tämän opinnäytetyön tekeminen on avartanut katsettani siihen, kuinka paljon itsetunto vaikuttaa kaikkeen tekemiseen. Olen ymmärtänyt, miten paljon olen estellyt itseäni taiteen kentällä ja mistä tämä on johtunut. Minun oli pakko olla itselleni armollisempi, kuin aiemmin. Empatia, jota annoin malleilleni, tarttui väkisinkin tapaan ajatella omaa kehoani ja omaa tekemistäni. Opin malleiltani paljon prosessin aikana, mutta ennen kaikkea armo ja rakkaus omaan kehoon, ovat yksi arvokkaimpia opetuksia tällä matkalla.

Koen tämän prosessin olleen minulle vapauttava kokemus. Prosessin aikana työskentelin omien kehonkuvaan liittyvien tunnelukkojen kanssa, ja vapautin itseäni oman taiteen tekemisen kanssa. Taiteen kentällä minulle löytyy vielä paljon tutkittavaa, ja nyt minulla on välineet tutkimiseen ja tarpeeksi itsetuntoa itseni toteuttamiseen.

Lähteet

Atula, S. 2019. MS-tauti, Lääkärikirja Duodecim. Viitattu 28.12.2022. Saatavissa <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00048>

Flinkkilä, J. 2022. Sixpack, tuuheat hiukset ja leveät hartiat – miehen ihannekuva on kaipa, mutta miesten ulkonäköpaineista ei juuri puhuta, YLE. Viitattu 28.12.2022. Saatavissa <https://yle.fi/aihe/a/20-10003684>

Gunter, B. 2022. Psychology of the Selfie, What the Research Says. E-Kirja, Primo. Routledge. New York: Taylor & Francis Group. Saatavissa rajoitetusti <https://lut.primo.exlibrisgroup.com>

Heikkilä, J-P & Tensing, M. 2016. Kintsugi, säröjen ja häiriöiden kultainen raja. Metanoia instituutti. Viitattu 15.11.2022. Saatavissa <https://www.metanoiainstituutti.fi/kintsugi-sarojen-ja-hairioiden-kultainen-raja>

Huttunen, M. 2018. Lääkärikirja Duodecim. Viitattu 5.12.2022. Saatavissa <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00364/ruumiinkuvahairiot-dysmorfinen-ruumiinkuvan-hairio?q=dysmorfinen>

Kosonen, S. 2006. Duodecimin kulttuuripalkinto Miina Savolaiselle, Aikakausikirja Duodecim. Viitattu 6.2.2023. Saatavissa <https://www.duodecimlehti.fi/duo95437>

Pombriant Manzella, K. 2014. Beauty in the Art of Repair: Kintsugi by David Pike. Viitattu 25.3.2023. Saatavissa <https://traditionalkyoto.com/culture/kintsugi/>

Rinta-Tassi, M. 2015. Rohkeat rintasyövän sairastaneet esiintyivät uimapuvuissa täydelle katsomolle, YLE. Viitattu 4.1.2023. Saatavissa <https://yle.fi/a/3-8264251>

Rinta-tassi, M. 2018. Perttu Saksaan teki vaikutuksen, kuinka Mauno Koivisto porasi kiiveen reikää – Nyt hautamuistomerkki on valmis, YLE. Viitattu 12.12.2022. Saatavissa <https://yle.fi/a/3-10511986>

Rinta-Tassi, M. 2022. Suomalaistaiteilija piirtää naisten muotokuvia New Yorkissa ja saa heidät herkistymään: ”Teen naisista näkyviä”, YLE. Viitattu 4.1.2023. Saatavissa <https://yle.fi/a/74-20001861>

Sippel, K. 2021. Mikä kehonkuva? Syömishäiriöliitto. Viitattu 10.11.2022. Saatavissa <https://syomishairioliitto.fi/blogi/mika-kehonkuva>

Unkuri, J. 2021. Nuorten kehonkuvaan liittyvät hankaluudet ovat hyvin yleisiä, Lasten ja nuorten keskus. Viitattu 25.3.2023. Saatavissa <https://www.lastenjanuortenkeskus.fi/nuorten-kehonkuvaan-liittyvat-hankaluudet-ovat-hyvin-yleisia/>

Valtioneuvoston viestintäosasto. 2018. Presidentti Koiviston hautamuistomerkki paljastettiin. Viitattu 28.12.2022. Saatavissa <https://valtioneuvosto.fi/-/10616/presidentti-koiviston-hautamuistomerkki-paljastettiin>

Voimauttava valokuva. Maailman ihanin tyttö. Viitattu 6.2.2023. Saatavissa <http://www.voimauttavavalokuva.net/etusivu.htm>

Weiner, J. 2019. Kehopositiivisuus – kuinka sosiaalinen media vaikuttaa kehonkuvaan, Dove. Viitattu 25.3.2023. Saatavissa <https://www.dove.com/fi/itsetunto/help-for-parents/talking-about-appearance/positive-body-confidence-how-social-media-can-affect-body-image.html>