

Opinnäytetyö (YAMK)

Kulttuurihyvinvointi

2024

Sari Reiman

Kuvasta kasvaa tarina

– Työnohjattavan omien valokuvien käyttö
dialogisissa työnohjauskeskusteluissa



Opinnäytetyö (YAMK) | Tiivistelmä

Turun ammattikorkeakoulu

Kulttuurihyvinvointi

2024 | 50 sivua

Sari Reiman

Kuvasta kasvaa tarina

- työnhjattavan omien valokuvien käyttö dialogisissa työnhjauskeskusteluissa

Opinnäytetyössä tutkittiin työnhjattavan omien valokuvien käyttöä dialogisissa työnhjauskeskusteluissa. Työn tavoitteena oli kehittää taideperustainen ja luova menetelmä työelämän haasteisiin ja työhyvinvoinnin kehittämiseen.

Taltioituja työnhjauskeskusteluja tarkasteltiin tarinoina. Tavoitteena oli selvittää, miten valokuvat lisäsivät vaihtoehtoisia näkökulmia käsiteltäviin asioihin ja millaisia merkityksiä valokuvien kautta tuotettiin työelämän kysymyksiin.

Osa työnhjauksista toteutettiin taidemuseoissa, mikä mahdollisti myös ohjattavalle merkityksellisten teosten vaikutuksen keskusteluun. Ajatuksena oli, että luomalla valokuvien, taidekuvien ja taidemuseoympäristön avulla keskusteluun tilaa ja vaihtoehtoisia näkökulmia, ohjattavan toimijuus elämänsä ja työelämäänsä liittyvissä kysymyksissä vahvistuu.

Keskusteluaineiston analyysi osoitti, että ohjattavan omien valokuvien käyttö osana dialogista keskustelua ja taidemuseoympäristö taideteoksineen vahvistivat työnhjattavan toimijuutta. Ne loivat jatkuvuuden kokemusta, lisäsivät toiminnan vaihtoehtoja ja synnyttivät myötätuntoa.

Opinnäytetyön tulokset ovat työnhjauksen lisäksi sovellettavissa yksilö- ja perheterapioihin sekä ryhmien ohjaamiseen.

Asiasanat: Työnhjaus, valokuvaterapia, dialogisuus, narratiivinen tutkimus, kulttuurihyvinvointi

Master's Thesis | Abstract

Turku University of Applied Sciences

Master's Degree programme in Creative Well-being

2024 | 50 pages

Sari Reiman

Story emerges from photo

- use of client's own photographs in dialogical professional supervision

This thesis studied the application of the client's photographs in dialogical professional supervision. The objective of the study was to develop a creative and art-based method for everyday work challenges, as well as improving wellbeing at work. Recorded professional supervision discussions were examined as stories. The aim was to find out how the photographs brought alternative viewpoints to the matters discussed and what kind of meanings were produced to questions about everyday work via photographs.

A few of the supervision discussions were carried out in art museums, which enabled the influence of meaningful artworks to the client during the discussions. The idea was that building space and adding alternative viewpoints into conversation through photographs, artworks and art museum environment, the client's agency towards questions about their life and everyday work was reinforced.

The results of the thesis shows that, using the client's photographs as a part of dialogue accompanied by art museum environment with its works of art strengthened the agency of the client, shaped the feeling of continuity, added alternative options and evoked empathy. In addition to professional guidance, the results of this thesis are adoptable to individual therapies and family therapies as well as guiding groups.

Keywords: professional supervision, phototherapy, dialogical approach, narrative research, creative wellbeing

Sisältö

1 Johdanto	6
2 Tietoperusta	9
2.1 Työnohjaus dialogisena prosessina	9
2.2 Valokuva merkityksiä rakentamassa	11
2.3 Kerronnallinen tutkimus ja tarinallisen kiertokulun teoria	13
3 Kehittämistyön ja tutkimuksen toteutus	16
4 Työnohjattavien kertomukset	19
4.1 Työnohjauskertomus: Tuuli	19
4.2 Työnohjauskertomus: Emmi	24
4.3 Työnohjauskertomus: Silja	28
4.4 Ryhmätyönohjauskertomus	34
5 Tulokset: kuvasta kertomuksen kautta merkityksiin	40
5.1 Putoamisen vaara ja reitillä pysyminen – moniääninen kuva	40
5.2 Kohti merkityksellisiä tarinoita	41
5.3 Taidemuseo työnohjauskeskustelujen ympäristönä	44
6 Lopuksi	46
Lähteet	48

Kuvat

Kuva 1. Tuuli, vetoketjut ja lankarullat.	19
Kuva 2. Tuuli, lankku puron yli.	20
Kuva 3. Tuuli, porttikonki ja tuoli.	21
Kuva 4. Pentti Sammallahti (1991) Vuokkiniemi, Vienan Karjala (julkaisu taiteilijan luvalla).	22
Kuva 5. Tuuli, triptyykki ja matkapuhelinkuva Pentti Sammallahten teoksesta.	23

Kuva 6. Emmi, oma koira nukkuu.	25
Kuva 7. Emmi, meri koulutusmatkalla.	25
Kuva 8. Sari Reiman (2024), ruokapöytä, toisinto Emmiin alkuperäisestä kuvasta.	26
Kuva 9. Silja, oma kissa nukkuu.	29
Kuva 10. Silja, valkoinen syreeni.	30
Kuva 11. Silja, lapsi uimarannalla.	31
Kuva 12. Teija Lehto Hetken kestää elämä (2022). Julkaisu taiteilijan luvalla.	31
Kuva 13. Teija Lehto Maantielle hän lähti (2022). Julkaisu taiteilijan luvalla.	32
Kuva 14. Hanna Varis Ihanaa olla vapaa ja itsenäinen (2022). Julkaisu taiteilijan luvalla.	33
Kuva 15. Saana, röpöläinen kivi.	35
Kuva 16. Inka, portaat metsässä.	36
Kuva 17. Kaisa, lammas pää syöttötelineessä.	38

Kuviot

Kuvio 1. Valokuvan terapeuttisen merkityksen jatkumo (Halkola 2017).	12
Kuvio 2. Tarinallinen kiertokulku (Hänninen 2000).	14

Taulukot

Taulukko 1. Nauhoitetut työnohjaukset.
--

1 Johdanto

”Jos meillä ei ole tarinaa, näemme vain tämän huoneen.”

(Yrjänä 2000)

Opinnäytetyössäni olen opinto- ja työhistoriani keskeisimpien ja samalla itselleni merkityksellisimpien käsitteiden äärellä. Olen saanut tutustua dialogiseen ja narratiiviseen viitekehykseen sekä perheterapia- että työnohjaajaopinnoissani. Valokuvaterapian menetelmäohjaajaopinnot ovat tuoneet työhöni perheterapeutina ja työnohjaajana puhutun kielen lisäksi myös taiteen läsnäolon ja käytön valokuvien muodossa.

Opinnäytetyön tarkoituksena on tutkia valokuvien lisäämää moniäänisyyttä sekä tarinallisia merkityksiä, joita ohjattavat tuottavat työnohjauskeskusteluissa omien valokuvien ja niihin mahdollisesti liitettyjen taidekuvien kautta työelämän pohdintoihin. Tarkoituksena on myös tarkastella taidemuseota työnohjauksen ympäristönä. Tutkimuskysymykset ovat:

- Miten valokuvat lisäävät työnohjauskeskustelun moniäänisyyttä?
- Millaisia työelämän teemoihin liittyviä tarinallisia merkityksiä valokuvien kautta tuotetaan?
- Mitä taidemuseo työnohjauksen ympäristönä tuottaa keskusteluihin?

Tarinallisuus kulkee opinnäytetyössäni monikerroksellisesti. Se on työnohjauskeskustelujen taustateorian dialogisuuden ohella. Tarkastelen taltioituja keskusteluja myös tarinoina, joiden kautta työnohjattavat tuottavat merkityksiä työelämäänsä ja elämäänsä yleisesti. Hännisen (2000, 13) luoman tarinallisen kiertokulun teorian mukaan ihmiset tuottavat elämäänsä merkitystä tarinoiden avulla. Perusteena tarinallisuuden valintaan työnohjauksen ja opinnäytetyön lähtökohdaksi, on myös huoli yhteiskunnallisesta muutoksesta liittyen pirstaloituneeseen ja monimutkaiseen maailmaan, jossa varmoja vastauksia ei ole olemassa, kuten ei myöskään perittyjä tarinoita (Jokinen 2020, 85). Työnohjauskeskustelut ohjattavan valokuvien äärellä luovat

mahdollisuuden työelämää ja elämää yleisestikin jäsentävien tarinoiden syntyyn.

Työnohjaajana sekä itse työnohjattavana olen päätenyt ohjattavan omien valokuvien käyttöön työnohjauskeskusteluissa. Kuvan ottamisen hetki on ollut ohjattavalle merkityksellinen ja toistamiseen kuvan merkitys nousee esiin tilanteessa, jossa ohjattava valitsee sen työnohjauskeskusteluun. Omiin valokuviin liittyy usein tunnesisältöjä, joita valmiit valokuvakortit eivät tarjoa. Ohjattavalla on myös ehkä kertomus kuvanottohetkestä ja siitä, mitä tapahtui ennen ja jälkeen kuvan ottamisen. Nämä kuvan ulkopuoliset kertomukset saattavat toisinaan olla merkityksellisempiä kuin kuva itse.

Kulttuurihyvinvoinnin näkökulmat ovat opinnäytetyössäni esillä monin eri tavoin, elämänsisältöinä, itseilmaisuna sekä taiteen kokemisena (ks. Lilja-Viherlampi & Rosenlöf 2019). Työnohjattavien omista valokuvissa on usein merkittävää elämänsisältöä, esimerkiksi käsityöharrastuksesta, puutarhanhoidosta tai lenkkipolun varrella nähdystä kauniista maisemasta. Nykyään valokuvaaminen on itseilmaisun väline monille ihmisille. Kuvaamisen kohteena voivat olla myös julkiset taideteokset tai muu taidetoiminta kuten konsertit. Opinnäytetyössä kuvatut yksilötyönohjaukset toteutettiin taidemuseoympäristöissä. Uusien näkökulmien ja merkitysten löytäminen omaan tarinaan mahdollistui meneillään olevien näyttelyiden teosten kautta.

Hyry (2015, 525) pohtii väitöskirjaansa käsittelevässä artikkelissa *Kun tutkimusmatkan suunta muuttuu* sitä, miten ihmisen elämänmuutoskokemukset ovat syvästi yksilöllisiä. Hän pohtii, miten niitä voi joku toinen ymmärtää, jos itsekkään ei ymmärrä. Hyryn ajatuksena on, että ehkäpä suurin tie yksilön kokemuksen ymmärtämiseen käykin taiteen kautta. Myös työelämän monimutkaisuudelle, hektisyydelle ja vaativuudelle voi taiteen kautta löytyä uudenlaisia sanoja ja ymmärrystä.

Älypuhelimien yleistymisen myötä on valokuvaaminen jossain muodossa osa lähes jokaisen työkäisen arkea. Mukana kulkevat digitaaliset valokuvakansiot tarjoavat uudenlaisen ja luovan mahdollisuuden niiden hyödyntämiseen myös

työnohjauskusteluissa. Valokuvan terapeuttista käyttöä on toistaiseksi tutkittu hyvin vähän Suomessa. Keskinen (2023) tutki hoitotieteen väitöskirjassaan valokuvaterapeuttista interventiota, jossa Facebookiin kehitettiin sururyhmä läheisensä menettäneille. Heikkinen (2021) tutki opinnäytetyössään millaisia merkityksiä ihmissuhdealan asiakkaat liittivät Valintojen tiet -kuvakortteihin.

Työelämän kehittämiseen ja työhyvinvoinnin ylläpitoon tullaan tulevaisuudessa tarvitsemaan uudenlaisia, innovatiivisiakin menetelmiä. Työhyvinvoinnin laitoksen raportin mukaan valtaosa suomalaisista tunnistaa työelämässään mm. psykologisen turvallisuuden tunteeseen ja jatkuvuuden kokemiseen liittyviä ongelmia. Työelämän haasteina 2030-luvulle siirryttäessä ovat globaalit uhat, työurien monimuotoisuus ja työelämän jatkuvat muutokset. Haasteet sisältävät myös mahdollisuuksia, mutta ne vaativat uuden oppimista, uudenlaisia toimintamalleja ja joustavuutta. (Kokkinen 2020, 17, 11–14.) Taiteen ja kulttuurin avulla on mahdollista vastata näihin työelämän kehittämishaasteisiin.

2 Tietoperusta

Omaan työhöni perheterapeutina ovat keskeisesti vaikuttaneet sosiaaliseen konstruktionismiin perustuvat voimavarakeskeiset viitekehykset, keskeisimpinä narratiivisuus ja reflektiivisyys. Dialogisuutta olen aiemmin opiskellut osana voimavarakeskeistä työtettä. Seikkulan (2022, 5) mukaan kuitenkin dialogisuus eroaa muista voimavarakeskeisistä menetelmistä siinä, että dialogi ei ole väline vuorovaikutuksen parantamiseen tai jonkin erityisen tavoitteen saavuttamiseen, vaan arvo sinänsä.

Perheterapeutina valokuvaterapiamenetelmiä käyttäen on ollut mahdollista kokea, miten valokuvien avulla voidaan rakentaa ja täydentää elämäntarinaa moniäänisemmäksi ja merkityksellisemmäksi. Jatkumoksi perheterapiaopinnoille oli luontevaa valita työnohjauskoulutus, joka myös perustuu voimavarakeskeiselle viitekehykselle. Kulttuurihyvinvoinnin opinnoissa on ollut mahdollista hyödyntää niin aiempia koulutuksiani, kokemuksiani työelämässä kuin kulttuurin parissakin.

Taide ja kulttuuri ovat sisäänrakennettuina työni taustateorioihin. Dialogisuuden ydinkäsite polyfonisuus eli moniäänisyys on lainaa kirjallisuustieteilijä Mihail Bahtinilta, joka puolestaan lainasi käsitteen musiikista. Tarinallisen kiertokulun teoria kehottaa meitä pitämään huolta tarinavarannostamme (Jokinen 2020, 96). Sisäistä tarinavarantoamme voimme rikastaa niin kirjallisuuden, elokuvien, teatterin, kuvataiteen kuin musiikinkin kautta.

2.1 Työnohjaus dialogisena prosessina

Työnohjaus on pohdiskelevaa ja suunnitelmallista vuoropuhelua, ja sen yleisiä tavoitteina voivat olla oman työn parempi ymmärtäminen, työn kuormittavuuden säätely, oman ammatillisen kehityksen edistäminen sekä työyhteisöjen haasteiden kohtaaminen. Työnohjaaja toimii dialogin synnyttäjänä, mikä auttaa ohjattavaa refleктоimaan omaa työtään. Alhanen ym. (2016, 14, 16, 24) toteavat mielekkään työnteon edellyttävän työn omakohtaista jäsenystä, mikä luo ehjän

ja alati rikastuvan kokemuksen työntekijästä itsestään ja hänen toimintaympäristöstään.

Työnohjauksella ei ole omaa kokonaisvaltaista teoriapohjaa, vaan sitä on kehitetty psykoterapioiden teorioiden ja käytäntöjen pohjalta (Alhanen ym. 2016, 17). Oma teoreettinen viitekehyseni niin psykoterapeuttina kuin työnohjaajanakin pohjautuu dialogisuuteen. Psykologian tohtori Jaakko Seikkula (2022, 5–6) on kehittänyt dialogisuutta luoden avoimen dialogin mallin. Onnistuneessa keskustelussa ohjaaja onnistuu kunnioittamaan vastauksessaan asiakkaan näkökulmaa. Tämä johtaa siihen, että asiakkaan on mahdollista ymmärtää paremmin omaa kokemustaan ja tulla uudelleen oman elämäntarinansa kirjoittajaksi. Dialogisuus nähdään elämän perusulottuvuutena, ei keskustelun välineenä.

Myös Holm (n.d. 9) kuvaa dialogisuuden olevan ihmiskäsitys. Edelleen hän toteaa, että ihmisen ajatukset, tunteet, merkitykset ja toiminta eivät ole ”sisäisen maailman tuotosta” vaan syntyvät ja ovat aina suhteissa havaintoihin, ympäristöön ja asiayhteyteen sekä muihin ihmisiin. Holmin mukaan näin ollen työnohjauksella ei ole etukäteen määriteltävissä olevaa luonnetta ja juuri tämän vuoksi yhdessä ymmärtäminen työnohjausprosesseissa korostuu.

Seikkula (2020, 50) nostaa artikkelissaan *Dialogi on ruumiillista synkroniaa*, esiin sen miten dialogiseen keskusteluun liittyy olennaisesti myös kokonaisvaltainen, ruumiillinen kokemus. Sanattoman ruumiillisen kokemuksen jakaminen sinällään jo helpottaa.

Dialogisuus voidaan myös määritellä kahden tai useamman ihmisen vastavuoroisena kanssakäymisenä. Sitä voidaan tarkastella sekä suhteena että prosessina. Tätä suhdetta luonnehtivat avoimuus, tasavertaisuus, turvallisuus, luottamus, keskinäinen välittäminen ja kokonaisvaltainen läsnäolo. Prosessille on tunnusomaista kuunteleminen ja kuulluksi tuleminen, ymmärryksen kehittyminen sekä merkitysten muodostuminen ja muuttuminen. (Haarakangas 2009.)

Nieminen (2019, 154) toteaa työhjoausta käsittelevässä väitöskirjassaan, että koulutus ei voi vastata kaikkiin tulevaisuuden työelämän haasteisiin, vaan tarvitaan myös erilaisia reflektiivisiä käytäntöjä henkilöstön kehittämiseen. Lähes runollisesti hän vertaa kehittämisen olevan pohjimmiltaan kuin ikaikainen leirinuotio, jonka äärelle on kokoonnuttu rakentamaan luottamusta, ratkaisemaan yhteisiä pulmatilanteita ja luomaan toimintasuunnitelmia. Voisiko siis työhjoaus, jossa asiakas reflektoi omaa työelämäänsä ja omia ajatuksiaan henkilökohtaisten valokuvien ja taidekuvien avulla, tarjota tarinallisen leirinuotio, jolla itseymmärrys sekä psyykinen turvallisuuden ja jatkuvuuden tunne vahvistuvat?

2.2 Valokuva merkityksiä rakentamassa

Valokuvan terapeuttisista ominaisuuksista. Valokuvalla on lukuisia ominaisuuksia, jotka tekevät siitä psykoterapioihin sekä terapeuttiseen– ja ohjaukselliseen käyttöön hyvin soveltuvan. Valokuvan kertovat ja monimerkitykselliset ominaisuudet avaavat uudenlaisia mahdollisuuksia myös narratiivista ja dialogista viitekehystä käytettäessä. Valokuva itsessään on monimerkityksellinen. Katsojalleen se sisältää niin aistihavainnon, kirjaimellisen merkityksen kuin kulttuurisen sanomankin (Barthes 1986, 76 Hietaharjun 2006, 185 mukaan). Monimerkityksellisyys luo tilaa vaihtoehtoisille näkökulmille kuvaa katsottaessa.

Hietaharju (2006, 192, 185) toteaa kuvan kertovan luonteen olevan tekemisissä intuitiivisen ymmärtämisen kanssa. Edelleen hän jatkaa valokuvan mahdollistavan välittömän tarinan, jota sanat vasta alkavat tapailla. Valokuvaa voi tulkita ulkopuolisesti tarkkaillen tai tunteenomaisesti kuvattuun tilanteeseen eläytymällä. Valokuvaan katsoja voi sijoittaa omia tuntemuksiaan. Seppänen (2008, 145) toteaa visuaalisessa lukutaidossa konkretisoituvan ihmiskunnan ”iikaikainen halu” esittää merkityksiä nonverbaalisti, luovasti ja symbolisesti.

Valokuvaterapia ja terapeuttinen valokuvaus. Valokuvaterapiassa voidaan käyttää symbolisia eli assosiatiivisia kuvia, perhealbumikuvia, asiakkaasta

otettuja tai asiakkaan itsensä ottamia kuvia. Valokuvaterapia on valokuvan ja valokuvauksen menetelmällistä käyttöä psykoterapiassa tai terapeuttisessa työssä. Valokuvaterapia ei Suomessa ole itsenäinen terapiamuoto vaan työskentelyn viitekehyksen muodostaa aina työntekijän oma ammattipätevyys psykoterapeuttina tai terveys-, sosiaali-, tai kasvatustieteen ammattilaisena. Valokuvaterapeuttisia menetelmiä voidaan varioida asiakkaan tarpeiden ja terapeuttisen prosessin tavoitteiden mukaisesti. (Halkola 2009, 5, 15, 18.)

Halkola (2004) kuvaa valokuvan terapeuttista merkitystä jatkumona, jonka toisessa päässä on psykoterapeuttien toteuttama valokuvaterapia ja toisessa valokuvataide.

Valokuvan terapeuttisen merkityksen jatkumo

(Halkola Ulla 2004)



Kuvio 1. Valokuvan terapeuttisen merkityksen jatkumo (Halkola 2004).

Valokuvaterapian kehittäjä Weiser (2024) käyttää termiä valokuvaterapia psykoterapeuttien käyttäessä valokuvaa osana psykoterapiaa. Terapeuttinen valokuvaus puolestaan kuvaa kaikkea muuta valokuvan terapeuttista käyttöä, johon lukeutuu myös valokuvan käyttö työnohjauksessa.

Valokuvaterapian yhteydessä mainitaan usein kirjallisuudentutkija Roland Barthesin teos *Valoisa huone, Camera Lucida*. Barthes jakaa valokuvat studium- ja punctum kuviin. Studium-kuvat ovat tavallisia kuvia, jotka eivät

herätä katsojaa syvällä tunnetasolla, kun taas Punctum-kuvaan muodostuu henkilökohtainen tunnetason yhteys. Punctum-kuva on Barthesin mukaan pistos, pieni reikä, pieni täplä, naarmu tai nopanheitto. (Barthes 1980, 32–33.)

Punctum-kuva nousee tunteen voiman kautta katsojalleen erityismerkitykseen (Halkola 2009, 56). Työnohjauskeskusteluun valikoitunut kuva saattaa muodostua punctum-kuvaksi ja olla avain muutokseen. Kuvaamisen kohde on jo kuvatessa ollut merkityksellinen, ja toistamiseen sen merkitys nousee tilanteessa, jossa ohjattava valitsee kuvia työnohjaukseen.

Näkökulman terapeuttiseen valokuvaukseen tuo myös kontemplatiivinen valokuvaus, joka on valokuvausta ja hiljaista läsnäoloa yhdistävä katsomisen ja kuvaamisen tapa. Mieleemme sisältyy mahdollisuus asettua hetkittäin sivuun itsestämme, jolloin pystymme havainnoimaan omaa toimintaamme, sanojamme, tunteitamme ja sisäistä kokemustamme. Näin syntyvillä valokuvilla on kyky tavoittaa arkikokemusta syvempiä mielen syvimpiä kerroksia. (Tanska & Tanska 2020, 14–15.)

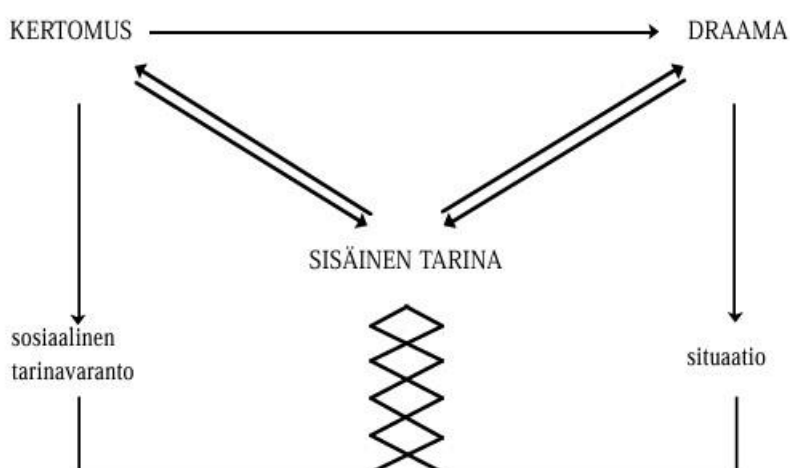
2.3 Kerronnallinen tutkimus ja tarinallisen kiertokulun teoria

Kerronnallisessa eli narratiivisessa tutkimuksessa tarkastellaan tarinoita, joita ikään kuin kuoritaan esille kerronnan pinnan alta. Kerronnasta voidaan löytää esimerkiksi malli- tai valtakertomuksia sekä niiden vastapainona syntyviä vaihtoehto- tai vastakertomuksia. (Heikkinen 2018, 175–176.) Narratiivisen tutkimuksen pyrkimyksenä on paikallisen, henkilökohtaisen ja subjektiivisen tiedon tuottaminen. Tiedon moniäänisyys ja kerroksellisuus mahdollistuu ja syntyy pieniä kertomuksia, yhden universaalisen ja monologisen kertomuksen sijaan (Heikkinen 2001, 188).

Mäkiranta (2008, 41) muistuttaa, että kertomus ei näyttäydy kuvissa ja kertomuksissa sellaisenaan, vaan aina sen suhteen kautta, joka ihmisellä on maailmaan. Valokuvat ja niihin liittyvät kertomukset tulisikin hänen mukaansa

nähdä osana kulttuuria, historiallista aikaa ja yksilön kertomishetkellä kokemaa ja rakentamaa todellisuutta.

Vilma Hänninen (2000, 20, 9) luo väitöskirjassaan tarinallisen kiertokulun teorian, jonka keskeinen käsite on sisäinen tarina (ks. kuvio 2). Hännisen mukaan ihminen tuottaa tarinoiden avulla merkitystä elämäänsä ja muutostilanteissa tarinoiden avulla rakentaa niitä uudelleen. Sisäistä tarinaa rakennetaan mm. kertomuksilla, jotka ovat tarinan esityksiä merkkien muodossa. Yksi kertomus voi sisältää monia tarinoita ja kerronta voi tapahtua myös sosiaalisesta tarinavarannosta ammentaen, elokuvan, näytelmän tai yksittäisen kuvan avulla. Draaman käsitteellä Hänninen viittaa elävään elämään ja situaatiolla elämäntilanteeseen.



Kuvio 2. Tarinallinen kiertokulku (Hänninen 2000).

Sisäinen tarina voi olla refleктоimaton elämänohjaaja tai refleктоitu, sanallistettu. Metarefleкто-käsitteellä tarkoitetaan tarinan tietoista edelleen kehittämistä tarinana (Hänninen 2023). Tarinallisen kiertokulun teoria auttaa jäsentämään niin terapia- kuin työnohjauskeskustelujakin. Parhaimmillaan ne voivat toimia reflektion ja metareflektion mahdollistajana.

Työhön liittyviä tarinamallien lähteitä voivat olla perhe ja muut aikuismallit, ikätoverit, koulutus, kirjallisuus sekä media. Työhön liittyviä perustarinoita ovat protestanttisen työetiikan, ura- ja menestystarinat, itsensä toteuttamisen tarina

ja ”työlle viileä” tarina. Työnohjauksissakin pohditaan usein, miten omaa sisäistä tarinaa on mahdollista toteuttaa tarjoutuvissa työelämän ehdoissa. (Hänninen 2023)

Hänninen (2023) kehottaa kuuntelemaan asiakkaan tarinaa tarinana ja suhteessa kulttuurisiin tarinoihin. Edelleen hän pyytää pohtimaan, palveleeko tarina asiakasta elämän merkityksellistäjänä, toivon antajana ja minuuden vahvistajana. Kirjallisuuden tohtori Elina Jokinen (2020, 87) toteaa, että moninaiset rönsyjä, sotkuja ja solmuja sisältävät tarinat ovat tärkeitä, sillä ne kuvaavat koettua elämää. Hännisen (2023) mukaan voimakkaat ja pakottavat mallitarinat siitä, miten elämää tulee elää, voivat olla haitaksi.

Myöskään työelämää ei tulisi yrittää mahduttaa liian ahtaaseen tarinaan. Taiteen avulla voimme kartuttaa omaa sisäistä tarinavarantoamme. Valokuvat voivat olla avaimia kertomuksiin, jotka muokkaavat sisäistä tarinaamme. Taiteen herättelemät tarinat luovat niin työnohjaajan kuin ohjattavankin mieliin tilaa ja vaihtoehtoisia näkökulmia.

Tarinallisen kiertokulun teoriassa voidaan nähdä yhtymäkohta narratiivisen terapian ajatuksiin. Keskeistä narratiivisessa terapiassa on tarinan uudelleen rakentaminen löytämällä vaihtoehtoisia tapoja tarkastella elettyä todellisuutta (White 2008, 63). Tavoitteena on päästä ohuista tarinoista kohti rikkaita ja moniulotteisia kuvauksia. Ne tuovat yleensä esiin ihmisten kyvyt, taidot, voimavarat ja sitoumukset, jotka ovat jääneet hallitsevan tarinan varjoon (Morgan 2004, 23).

3 Kehittämistyön ja tutkimuksen toteutus

Tutkimuksen kohderyhmänä olivat yksilö- tai ryhmämuotoisessa työnohjauksessani vuosina 2022–2023 olleet työnohjattavat, joiden kanssa solmin sopimuksen opinnäytetyöhön osallistumisesta. Keskeistä tutkimukseen osallistuvien kohdalla oli se, että valokuvatyöskentely sopi osaksi juuri kyseisen työnohjattavan meneillään olevaa prosessia. Oleellista oli siis edetä ohjattavan työelämään liittyvien tarpeiden pohjalta.

Suunnitelmavaiheessa sovittiin yhden työyhteisön kolmesta ryhmätyönohjauksesta ja kahden yksilötyönohjattavan yhteensä kuudesta tutkimuksen aineistoon kuuluvasta työnohjauksesta. Keväällä 2023 aineisto lisääntyi vielä yhden uuden yksilötyönohjattavan kolmella työnohjauskerralla. Nauhoitettuja yksilötyönohjauksia oli tutkimuksen päättyessä yhteensä 11 ja ryhmätyönohjauksia 3. Työnohjattavat edustivat sosiaali- ja terveydenhuoltoa sekä varhaiskasvatusta.

Työnohjaukset toteutuivat taidemuseoympäristöissä sekä osallistujien työympäristöissä etäyhteydellä tietokoneen välityksellä. Taidemuseot sijaitsivat ohjattavien työpaikkakunnilla ja työnohjaus pidettiin niissä työnohjaushetkellä meneillään olevien näyttelyiden aikana. Opinnäytetyön tekijä vastasi työnohjaajana itse kaikista tutkittavista työnohjauskeskusteluista.

Opinnäytetyön valmistelut ja organisointi toteutuivat aikavälillä tammikuu – syyskuu 2022. Työnohjauskeskustelut ja niiden yhteydessä tapahtuva aineiston keruu toteutui lokakuusta 2022 toukokuuhun 2023. Ensimmäinen tutkimuksen aineistoon lukeutuva työnohjauskerta, jolloin menetelmää pilotoitiin, toteutui 5.10.2022. Nauhoitettuja työnohjauksia toteutui yhteensä 14 kpl oheisen taulukon mukaisesti.

Taulukko 1. Nauhoitetut työnohjaukset.

Nauhoitetut työnohjaukset 2022-2023		
Ohjattavat	Määrä	Aika
Yksilötyönohjaus Emmi	6 kpl	lokakuu 2022- toukokuu 2023
Yksilötyönohjaus Tuuli	2 kpl	marraskuu 2022- helmikuu 2023
Yksilötyönohjaus Silja	3 kpl	maalis-toukokuu 2023
Ryhmätyönohjaus	3 kpl	tammi-huhtikuu 2023

Työnohjauskeskustelut nauhoitettiin äänitallenteiksi. Työnohjattavien keskusteluihin mukanaan tuomat valokuvat olivat käytettävissä tutkimuksen ajan, kuten myös työnohjattavan mahdollisesti taidemuseossa ottamat valokuvat. Opinnäytetyössä on työnohjattavien luvalla käytetty heidän alkuperäisiä kuviaan. Yksi valokuvista on opinnäytetyön tekijän ottama toisinto alkuperäisestä kuvasta, jonka julkaisun ohjattava koki liian henkilökohtaiseksi. Opinnäytetyössä julkaistuihin taiteilijoiden teoksiin on myös lupa kyseisiltä taiteilijoilta.

Nauhoitetuista keskusteluista valittiin kuuntelujen jälkeen jokaiselta työnohjattavalta yksi keskustelu. Keskustelut on valittu niin, että ne ovat työnohjattavien prosessien eri kohdista. Ensin keskustelut kirjoitettiin puhtaaksi tekstimuotoon. Litteroinnin jälkeen keskustelut kirjoitettiin mahdollisimman tarkasti tarinamuotoon. Tarinoista jätettiin pois joitakin toistoja sekä kohtia, joista työnohjattava olisi ollut mahdollista tunnistaa. Työnohjattavat eivät esiinny kertomuksissa omilla nimillään. Kertomukset sisältävät myös muutamia suoria lainauksia työnohjattavilta.

Yksilöohjattavia pyydettiin tuomaan jokaiseen työnohjaustapaamiseen noin kolme valokuvaa, jotka liittyvät käsiteltävään aiheeseen tai tuntuvat muuten merkityksellisiltä valintahetkellä. Kuvat voivat olla etukäteen sanallistettuja tai

intuitiolla valittuja, tärkeitä siinä hetkessä tuntuja. Ryhmätyöohjaukseen jokaista ohjattavaa pyydettiin tuomaan yksi kuva samoilla periaatteilla. Kuvien määrän rajoittamisella haluttiin varmistaa yksittäisten kuvien tai kuvasarjojen syvempi tarkastelu.

Työnohjaajan osuus oli pyrkiä toimimaan dialogista työtapaa noudattaen. Käytännössä ja yksinkertaistaen tämä toteutui työnohjattavan kertomuksen erityisen herkällä kuulemisella ja siihen vastaamisella (ks. Seikkula 2022, 6).

4 Työnohjattavien kertomukset

Työnohjattavien kertomukset muodostettiin tallennettujen työnohjauskeskustelujen pohjalta.

4.1 Työnohjauskertomus: Tuuli

Tuuli on tehnyt työtä varhaiskasvatuksessa 30 vuoden ajan. Viimeiset seitsemän vuotta hän on tehnyt päätyön ohessa sivutoita, mm. ryhmien ohjaamisia. Tuulilla on aiempaa kokemusta valokuvan käytöstä työnohjauksissa, jo ennen opinnäytetyöhön osallistumista.

Tuuli toteaa aluksi, että työsyksy on ollut erittäin raskas. Kehityskeskustelu hiljattain on ollut onnistunut ja vienyt puolet pois raskauden kokemuksesta. Kehityskeskustelussa on ollut mahdollisuus puhua suoraan kuormittavista asioista. Valokuvat Tuuli on valinnut teettämästään kuvanipusta, kuvia selailemalla. Hän kertoo ajatuksen kirkastuneen kuvia katsoessa.



Kuva 1. Tuuli, vetoketjut ja lankarullat.

Tuuli kertoo, että hänellä on töiden suhteen tarve laittaa asiat järjestykseen. On tarve kirkastaa fokus karsimalla ja jättämällä tekemättä, jos ei aikaa ole riittävästi tai ei tiedä mitä tehdä. Tavoitteena on työssä jaksaminen. Kuva edustaa päätyön ja sivutöiden järjestelyä. Tuuli huomaa, että kuva kutsuu toisaalta myös käsillä tekemiseen, johon ei ole ollut aikaa.



Kuva 2. Tuuli, lankku puron yli.

Tuuli kertoo kuvan lankun olevan kapea ja kuvassa ylitetään jotain mihin voi myös pudota. Edelleen hän jatkaa keikkuvansa työssä kuin jossakin laudalla ja yrittävänsä sinnitellä eteenpäin. Toisaalta on tietoisuus siitä, että on reitillä ja uteliaisuutta siitä, mitä on tulossa.



Kuva 3. Tuuli, porttikonki ja tuoli.

Kuva edustaa haaveiden työpaikkaa, jossa on sisällöllisesti sellaisia asioita, joita Tuuli toivoisi tulevaisuudessa tekevänsä. Välillä olisi mahdollisuus käydä kuvan tuolissa istuskelemassa.

Kolmen kuvan kokonaisuudesta Tuuli kertoo, että näkee nyt, miten asiat pitää ensin laittaa järjestykseen. Sen jälkeen on mentävä yli, jotta voi päätyä haluamaansa paikkaan. Päätyön suhteen Tuuli kokee olevansa jo lankulla, mutta muut työt vaativat vielä järjestelyä. Väsymys on estänyt suunnittelemista ja karsimista. Tuuli huomaa, että on onneksi päätyössä edennyt jo pidemmälle, joka helpottaa sinne etenemistä myös muiden töiden suhteen. Tuuli myös huomaa, että välillä on välähdyksiä jo kolmannen kuvan edustamasta tavoitetilassa olosta, esimerkiksi tilanteissa, joissa kokee olevansa hyvä omassa työssään. Perheiden ja lasten kohtaamisista syntyy merkityksellisiä hetkiä, jotka ovat välähdyksiä tavoitteessa olemisesta. Tuuli toteaa vielä, että alun perin hän ajatteli, etteivät valitut kuvat sovi yhteen, mutta niistä muodostuikin kokonaisuus.



Kuva 4. Pentti Sammallahti (1991) Vuokkiniemi, Vienan Karjala (julkaisu taiteilijan luvalla).

Näyttelyn kiertäminen. Tuuli on ottanut näyttelyä kierrettäessä kuvan Pentti Sammallahten teoksesta. Hän toteaa kuvassa tapahtuvan paljon ja olevan erilaisia suuntia sekä myös erilaisia vaihtoehtoja:

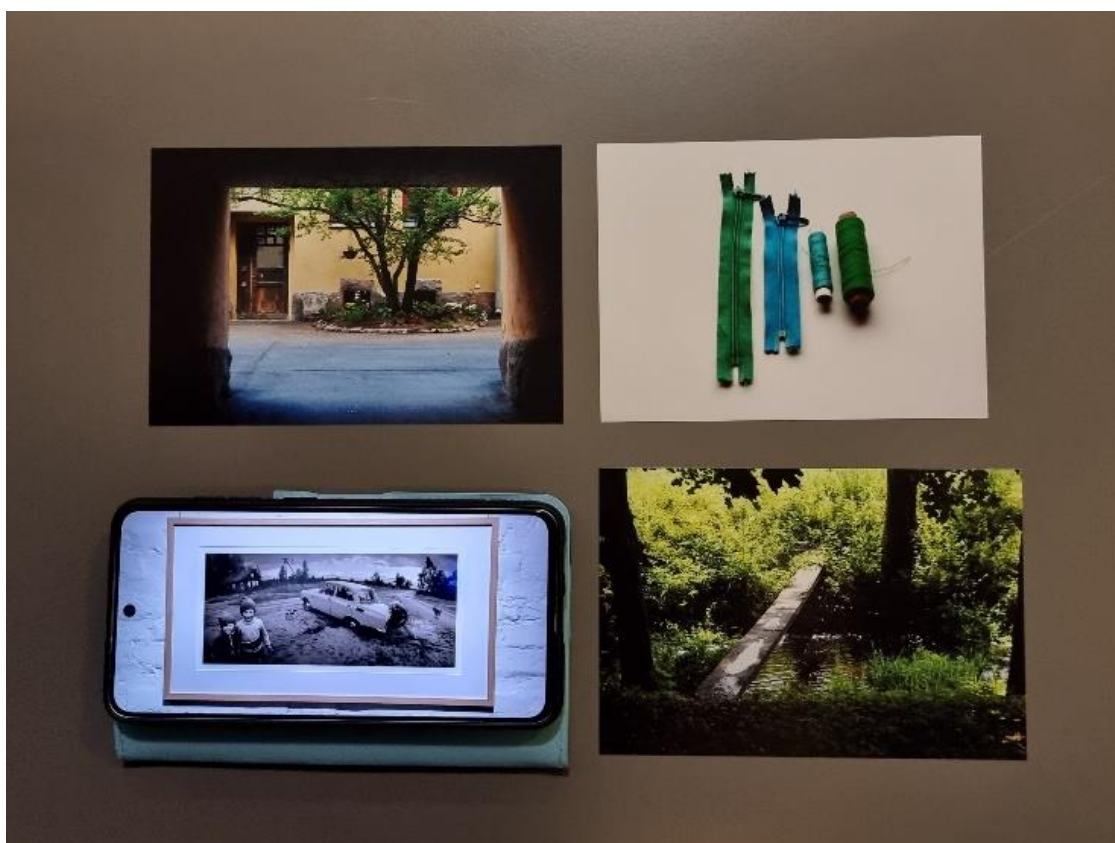
”Ja mä en tiä miks tää kolahti, ensin mä näin vaan ett mä oon vaan vähän jumissa tossa mut sitt mä rupesin näkemään, ett voi ottaa myös tollasen huumoriasenteen ja sit voi kävellä täst ohi vaikka ja tuolla on ihan suora tie jonnekin mut vois myös runtata menemään eteenpäin niinku toi kuski tuoll yrittää parhaansa mukaan [naurua] mä en tiä must tää oli jotenkin, uppos niinku monell tasoll.”

Tuuli huomaa, että Sammallahten kuvassa näkyvätkin kaikki hänen meneillään olevat tilanteensa. Hän pohtii pitäisikö yrittää päättää mitä tekee, rooleja on liikaa ja liikaa meneillään. Tuulia houkuttelisi ottaa reppu selkään ja lähteä. Kuvan keskiössä on työläs prosessi. Selkeyttä ja kirkkautta, jota oli Tuulin omassa ensimmäisessä kuvassa (vetoketjut ja lankarullat), löytyy kuvan horisontista. Tuuli kuvaa, että kyse ei ole siitä, että olisi ”heittänyt hanskat tiskiin” vaan siitä, että olisi jotain valmista, jonka kanssa jatkaa eteenpäin.

Omaa lankulla taiteilu -kuvaa muistuttavat kuvan koirat, jotka etäällä seuraavat mitä tilanteessa tapahtuu. Tuulia myös naurattaa kuvan reunassa olevat

hahmot, joista kaikki on jotenkin vaan hauskaa. Tuuli pohtii vielä kysymystä, että voi valita, mutta pitäisikö valita ja mihin kohtaan pitäisi keskittyä. Hän huomaa puhuvansa usean työnsä kokonaisuudesta, vaikka alun perin ajatteli puhuvansa enemmän päätyöstään. Edelleen hän sanoo kokevansa, että töitä pitäisi saada konkretisoitua, kirkastettua ja karsittua, jotta voisi lähteä eteenpäin. Tuuli osoittaa tämän olevan kuvassa kohta, jossa henkilöt työntävät autoa ja kysyy heti perään, että miksi hän työntää sitä. Tuuli huomaa, että hänhän on se, joka pipo silmillä ajaa autoa ja ottaa ohjokset käsiinsä.

Tuuli kertoo, että tässä työtilanteessa se tarkoittaa hänelle rajojen määrittelyä ja valintojen tekemistä. Sitä, että ei odota kenenkään tuuppaavan eteenpäin vaan tekee itse valintoja ja työtä niiden eteen. Esimerkkinä hän mainitsee cv:n tekemisen.



Kuva 5. Tuuli, triptyykki ja matkapuhelinkuva Pentti Sammallahten teoksesta.

Lopuksi Tuuli pohtii vielä kuvien asettelua todeten, että ajattelee niitä polkuna. Edelleen hän kysyy olisiko kuitenkin helpompi ajatella, että kaikki vaan tavallaan pyörii yhdessä. Hän toteaa kaiken olevan liitoksissa ja välillä vain jonkun pyörän pyörivän kovemmin ja jonkun hitaammin mutta kaiken olevan yhdessä. Alkuun se näyttää sekavalta, mutta ratin takana ollessa pitää määritellä suunta ja mitä seuraavaksi. Pitää tehdä aikataulu ja työjärjestys. Tuuli toteaa, että haluaa jättää kuvat tähän järjestykseen, koska sen myötä voi jotain alkaa tapahtumaan. Hän toteaa alkuperäisen järjestyksen toisaalta rauhoittavan ja näyttävän valmiilta, jolloin ei tarvitse ryhtyä tekemään mitään. Jälkimmäinen järjestys häiritsee, jonka vuoksi on ryhdyttävä tekemään jotain.

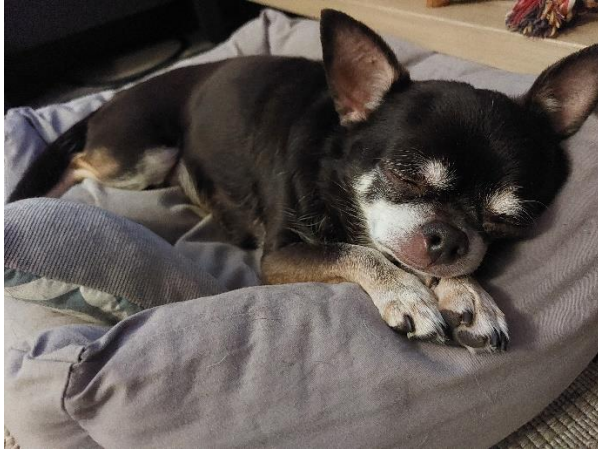
Lopuksi Tuuli toteaa unelmakuvastaan, että vaikka hän pitää siitä paljon päämääränä tai tavoitteena, voi se kuvata paljon muutakin. Kun unelma kuva on aseteltu muiden kuvien kanssa neliön muotoon, ei se kahlitse liikaa. Tuuli toteaa poimivansa keskustelusta mukaansa erityisesti kuvan lankulla kävelystä, koska siinä on nättiä ympärillä. Hän toteaa edelleen olevansa tyytyväinen siihen, että on saanut kirkastettua ajatuksiaan ja järjesteltyä sitä, millä jaksaa paremmin.

4.2 Työnohjauskertomus: Emmi

Emmi on tehnyt työtä psykiatrisessa erikoissairaanhoidossa neljä vuotta eli on työuransa alussa. Hän on kiinnostunut ja valmis kokeilemaan valokuvien käyttöä omassa prosessissaan. Emmi on tuonut ensimmäisen kerran työnohjaustapaamiseen mukaansa kolme valokuvaa. Emmi kanssa sovittiin, että opinnäytetyössä käytetään yhdestä hänen kuvastaan lavastettua, opinnäytetyön tekijän ottamaa kuvaa, koska Emmi koki alkuperäisen kuvan hyvin henkilökohtaiseksi.

Emmi on palannut lomalta takaisin töihin ja kokee negatiivisten työhön liittyvien tunteiden vyöryneen kohti. Hän kuvaa olevansa taas vihainen, pettynyt ja turhautunut. Emmi kertoo valinneensa kolme kuvaa matkapuhelimensa galleriasta melko nopeasti ajatellen mikä on työssä ajankohtaista juuri nyt. Hän

on myös kiinnittänyt huomiota siihen, minkälaisen tunnereaktion kuva aiheutti galleriaa selaillessa sekä pohtinut vapaa-aikaansa työn vastapainona. Emmi toteaa kertovansa kuvista satunnaisessa järjestyksessä.



Kuva 6. Emmi, oma koira nukkuu.

Emmin koira nukkuu levollisena ja rentoutuneena kotiympäristössä. Kuva on Emmin mukaan turvasatama. Se tuo tunteen, että kaikki on hyvin. Koira ottaa vastaan työpäivän jälkeen. Kuva on vastapainoa työympäristölle.



Kuva 7. Emmi, meri koulutusmatkalla.

Emmin toinen kuva on koulutusmatkalta, jolta palatessa meri on Emmin mukaan mielenkiintoinen mutta samalla pelottava. Meri on kiehtova ja toisaalta ahdistava. Kuvaa ottaessa Emmi kertoo itsellään olleen hiljainen hetki merelle katsoen. Ympäristö laivalla oli hektinen. Jälkeenpäin katsoen hän ei koe kuvassa enää hektisyyttä ja huomio kiinnittyy valoisaan, rauhalliseen taivaaseen.

Emmi toteaa kuvan kuvaavan omaa työuraa tällä hetkellä. Työympäristöön (meri) liittyy paljon negatiivisia tunteita. On myös oma kupla, johon voi työpäivien aikana vetäytyä erilleen sanomisista, käskyistä ja uudistuksista. Työnohjauksessa Emmi toteaa kuvaa katsoessaan enemmän kokevansa negatiivisia työhön liittyviä tunteita mutta korjaa, että ehkä kuitenkin tasan puolet tunteista on negatiivisia. Keskittyminen laivalla mm. kuvan rajaukseen auttoi häivyttämään hälinän taustalle. Emmi toteaa, että jos olisi toisenlaisessa työtilanteessa valinnut juuri tämän kuvan, olisi valinta voinut tapahtua valoisan taivaan vuoksi, mutta nyt se valikoitui mereen liittyvien tunteiden vuoksi.



Kuva 8. Sari Reiman (2024), ruokapöytä, toisinto Emmin alkuperäisestä kuvasta.

Lomalla lapsuudenkodissa Emmi kertoo kokeneensa rauhallisen ja tyytyväisen olon. Isän kanssa oli katettu lounas valmiiksi ja äitiä odotettiin ruokatunnille kotiin. Emmi kuvaa arjen olevan hänelle tärkeää ja kyseisen hetken loman kohokohta. Kuvassa oleva oli hänelle arkea ensimmäiset 18 vuotta, lapsuudesta alkaen. Kuvanottamishetken vastakohtana hän kuvaa lounasta työpaikalla. Lapsuudenkodissa Emmi kertoo olleensa yksin keittiössä, kellon tikittäessä seinällä. Työlounaalla puhutaan hänen mukaansa työasioista, valitetaan tai ratkotaan tietokilpailuja. Lapsuudenkodin lounaspöydässä on edelleen samat astiat, sama sanomalehti, maitotölkit samalla puolella pöytää. Hetki tuntui sellaiselta, että Emmi sanoo halunneensa ottaa siitä kuvan itselleen. Hän toteaa arjen asioiden auttavan jaksamaan työssä.

Emmi toteaa, että tämä ei ehkä ole ihmeellinen kuva, mutta kaikkein tärkein. Kuvan merkityksen hän totesi korostuvan, kun sitä alkoi puhua auki. Emmi huomaa, että tämä kuva on kaikkein merkityksellisin. Emmin mukaan itse otettuun kuvaan liittyvä tunnereaktio on voimakkaampi, kuin toisen ottamaan. Hän toteaa pitävänsä kuvissa kuten taiteessakin teoksista, joita voi tulkita aivan kuten haluaa. Jokin asia itsessä kiinnittyy johonkin asiaan kuvassa. Jollekin toiselle ihmiselle se voi olla joku ihan toinen asia. Itse tietää kontekstin, johon oma kuva liittyy. Kuvan kautta on helpompi keskittyä ja ymmärtää omaa näkemystään.

Näyttelyä kierrettäessä Emmi ei ota valokuvia teoksista. Kierroksen jälkeen hän toteaa, että kun on kuvannut asian visuaalisesti ja selittänyt sen auki, saa negatiiviset tunteet tuntumaan kevyemmiltä. Emmi pohtii omia valokuvia. Lopulta se, miksi niitä on ottanut ja miksi ne ovat itselle siinä kohdassa tärkeitä, kertoo omista arvoista. Työssä käymisessäkin on hänen mukaansa kyse arvoista; miksi on valinnut tietyn uran, miten tasapainottaa omaa elämää. Vapaa-ajalla otetuissa kuvissa hän toteaa väistämättä käsittelevänsä omia tunteita, mielihaluja ja inspiraatioita. Kuvat myös rauhoittavat, antavat ideoita tai ovat muistoja. Kuva myös auttaa palaamaan sinne missä on hyvä olla.

Emmi palaa kuvaan mereltä, joka hänen mukaansa kertoo eniten työn arjesta. Hän toteaa vertauskuvallisesti, että hänellä on mahdollisuus valita, onko hän

meri vai taivas. Vai onko hän sumu siinä välillä; horisontti, jossa on molempia puolia, eikä kukaan tiedä missä raja vaihtuu. Emmi toteaa, että työhön mennessä on varaa valita millä asenteella sitä tekee.

4.3 Työnohjauskertomus: Silja

Silja on työskennellyt kymmeniä vuosia useissa sosiaalialan työtehtävissä ja edennyt urallaan. Hänen kanssaan kierretään ensin osa taidenäyttelystä, jonka jälkeen Silja valitsee kuvat matkapuhelimen galleriasta. Hän aloittaa kertomalla tämänhetkisestä työtilanteestaan.

Silja kertoo aluksi, että on odottanut työnohjausta, sillä kokee sen omaksi ajakseen, jolloin ei tarvitse kuunnella ketään eikä auttaa ketään, voi vaan puhua itsestä ja siitä, mitä on nyt mielessä. Silja sanoo kokevansa jo nyt tullessaan turvalliseen paikkaan, jossa voi jakaa sitä, mitä on mielessä. Juuri ennen työnohjauksen alkamista hän on vielä kuullut asioita, joilla on vaikutusta siihen, mitä hän on ajatellut jakaa tänään. Asiat selvensivät jotakin, mutta hän ei ole varma vaikuttavatko ne hänen ratkaisuihinsa.

Silja kertoo olevansa runsauden äärellä. Siitä asti, kun edellisellä työnohjauskerralla asiasta puhuttiin, on hänellä ollut hyvin levollinen olo sen suhteen. Hän on ymmärtänyt, että voi tehdä monenlaisia asioita yhden asian valitsemisen sijaan. Silja tekee kolmea eri työtä ja tulevaisuudessa ehkä myös neljättä liittyen tämänhetkisiin opintoihin.

Tällä hetkellä päätyön tekeminen luo huonoa oloa. Silja muistelee hyvää oloa, jota on kokenut yhdessä sivutyössään. Huonovointisuus liittyy siihen, että Silja kokee, ettei tiedä, mitä päivätyössä tehdä. Oma rooli on epäselvä, eikä työssä ole kumppaneita, joiden kanssa yhdessä reflektoida työn sisältöä. Silja kokee olevansa työssä tosi yksin ja pohtii irtisanoutumista. Toisaalta jo sovitut asiat saavat hänet epäröimään. Silja sanoo kokevansa, että tulee hyvin erilaisesta taustasta kuin henkilöt, joiden kanssa tekee yhteistyötä. Hän kokee olleensa aiemmin kehittämistyöstä hyvin innostunut, mutta miettineensä nyt, onko näin

enää. Silja kuvaa hankaluuksia, joita päätyössä on ollut (asioiden tunnistettavuuden takia ei tätä kohtaa kirjoiteta opinnäytetyössä auki).

Ensimmäisessä valokuvassa on Siljan oma kissa. Silja kokee kuvassa olevan lämpöä, jotain samankaltaista kuin hän koki tullessaan työnohjaukseen. Hän toteaa, että monen muuttujan tilanteessa on kokenut tarvitsevansa lepoa.



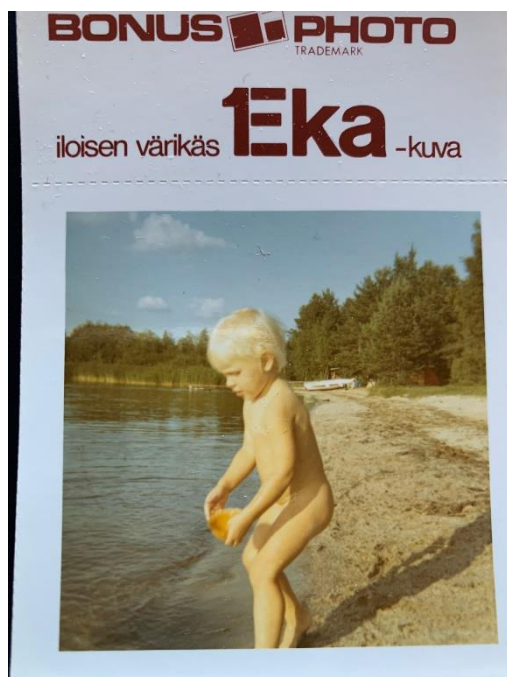
Kuva 9. Silja, oma kissa nukkuu.

Silja kertoo, että toinen kuva veti puoleensa koska se kuvastaa puhtautta ja selkeyttä.



Kuva 10. Silja, valkoinen syreeni.

Silja toteaa aluksi, että ei tiedä miksi valitsi kolmannen kuvan. Hän kertoo katselleensa hiljattain menehtyneen omaisensa valokuvia ja sieltä valinneensa tämän kuvan serkustaan. Nyt katsoessa Silja löytää kuvasta lämpöä ja kirkkautta ja myös ehkä selkeyttä. Kuvassa on myös joku raja, mutta eniten lämpö, kirkkaus ja valo. Silja pohtii, että ehkä joitakin rajoja pitää asettaa, esimerkiksi irtisanoutuako päätyöstä vai ei.



Kuva 11. Silja, lapsi uimarannalla.



Kuva 12. Teija Lehto (2022) Hetken kestää elämä (julkaisu taiteilijan luvalla).

Näyttelystä Silja on valinnut kaksi kuvaa Teija Lehdon grafiikkasarjasta. Hän kuvaa ensimmäisen kuvan yhdistyvän omaan kotiin, joka näyttää kuvan kaltaiselta. Hän sanoo toivovansa, että koti voisi olla järjestyksessä. Se, että taiteilija on tehnyt epäjärjestyksestä taidetta tuo Siljasta hyvän, toisenlaisen merkityksen asialle. Kuva tuntuu Siljasta vapauttavalta, tuo mieleen ilon ja onnistumisenkin. Hän kytkee tämän siihen, että asian voi nähdä toisessa valossa ja se näyttäyty mukavana asiana. Kuvasta tulee paljon hyvää oloa.



Kuva 13. Teija Lehto (2022) Maantielle hän lähti (julkaisu taiteilijan luvalla).

Silja kertoo toisen kuvan valikoituneen, koska myös siinä on hässäkkää. Kuvassa on myös tie ja vihreys. Kuva puhutteli ja Silja sanoo miettivänsä, pitäisikö hänen lähteä tätä tietä kulkemaan ja mihin se vie. Kuvassa on hänen mukaansa avaruutta.

Omien valokuvien ja taidekuvien kokonaisuus saa Siljan pohtimaan, mitä hän tarvitsee. Kahdesta kuvasta nousee hässäkkä, mutta on olemassa myös selkeä tie, jonne mennä. Käydystä keskustelusta Silja sanoo mieleen jääneen sen, että tietä voi myös palata. Hän toteaa, että voi uudelleen myös pitää aiemmista töistä, joista on jo lähtenyt eteenpäin. Hän pohtii edelleen, että voisiko antaa sille nyt luvan mikä on koko ajan tulossa. Hän sanoo kamppailevansa tätä vastaan koska aiemmin ajatteli jo tulleensa sen tien päähän. Mutta nyt tilanne on hänen mukaansa monellakin tapaa erilainen.



Kuva 14. Hanna Varis (2022) Ihanaa olla vapaa ja itsenäinen (julkaisu taiteilijan luvalla).

Kierrämme Siljan kanssa näyttelyn loppuun ja puhumme, löytyykö vielä lisää jo keskusteltuun. Silja on ottanut vielä yhden kuvan Hanna Variksen teoksesta. Silja kuvaa teoksen kautta kokevansa iloa ja vapautta, keveyttä, ”tehdään sitten näin” -tunnetta. Se tuntuu vastakohdalta sille ololle, mikä oli päivällä aiemmin

ennen työnohjaukseen tuloa. Silja sanoo vievänsä työnohjauksesta mukanaan levollisuuden ja kepeyden tunteet. Ei ole hätätilaolo kuten tullessa. Hän toteaa, että ei tiedä mitä tekee, mutta ei sillä ole väliäkään, nyt on näin. Silja toteaa edelleen, että sai etäännytettyä asiaa, eikä tarvitse nyt päättää irtisanoutuuko. ”Mulla on nyt mielessä tie ja se, että voin myös palata, eikä se tarkoita, että palaisin menneeseen, sellaiseen, johon en halua palata.” Lopuksi Silja toteaa: ”Tämä oli maagista.”

Silja lähettää spontaanin palautteen työnohjauksen jälkeen:

”Olen muuten huomannut näiden kuvien kanssa työskennellessä myös sellaista, että minulle näyttää olevan parempi tapa valita kuvia liikoja miettimättä, koska jos alan jotenkin oikein miettimään valintojani, huomaan, että oikein mikään kuva ei ole hyvä tai ei kelpaa. Kun on valinnut kuvat jotenkin ”intuitiivisemmin” -tai arkikielellä ”hetken mielihoiteesta”, niistä alkaakin mieli synnyttää vaikka mitä tarinoita. Lisäksi vielä sellainen havainto, että tarinat kuvista jatkuvat usein mielessä pitkään työnohjauksen jälkeenkin ja usein syntyy/ löytää vielä uusia tarinoita ja merkityksiä valitsemilleen kuville. Se on ihmeellistä ja huikeaa!!”

4.4 Ryhmätyönohjauskertomus

Ryhmätyönohjauksen osallistujat työskentelevät sosiaalitoimen perhepalveluissa. Kaikilla osallistujilla on jo työhistoriaa takanaan useista vuosista kymmeneen vuosiin. Kolme teemallista ryhmätyönohjausta toteutuivat etäyhteydellä. Yksi ryhmän valitsemista teemoista oli vaikeiden asiakastilanteiden käsitteleminen. Ohjattavat esittelivät valitsemansa kuvat taustakuvina, jakoivat tietokoneen näytön tai näyttivät kuvan matkapuhelimen näytöltä. Opinnäytetyöhön on valikoitu tältä työnohjauskerralta kolme kertomusta: Saanan, Inkan ja Kaisan.

Työnohjauksen alkaessa ohjaukseen osallistuvat kertoivat, miltä aiheen työstäminen visuaaliseen muotoon oli tuntunut. Yksi ryhmäläisistä sanoo pohtineensa, miten näin ison asian tiivistäisi yhteen kuvaan. Hän kuitenkin keksi nopeasti kuvan aiheen ja valitsi ensimmäisenä mieleensä tulleen kuvan. Toinen

ohjattava toteaa kuvan visualisoinnin näyttävän asian monia ulottuvuuksia. Kuva hänen mukaansa konkretisoi ja myös niputtaa omia tuntemuksia.

Saana



Kuva 15. Saana, röpöläinen kivi.

Saana kertoo pohtineensa, valitseeko kuvan sileästä vai röpöläisestä kivistä ja päätyneensä jälkimmäiseen. On asiakastilanteita, jotka herättävät hyvin voimakkaita ja ristiriitaisia tunteita. Kuvassa olisi toisaalta myös voinut olla teflonpaistinpannu kuvastaen tilanteita, joissa kokee työntekijänä tehneensä kaikkensa ja muutosta asiakkaan tilanteessa ei vain tapahdu. Vesi valuu kuin hanhen selästä ja tuntuu, että mikään keino, mitkään menetelmät tai mikään väliintulo ei auta. Saana kuvaa tästä seuraavan voimaton turhautuminen ja jaksamattomuuden kokemus. "Levy pyörii vaan samana."

Saana pohtii edelleen kiven pintaa, joka on niin kova, ettei siihen uppoa mikään. Toisaalta hän huomaa, että kuvan kivi on sen verran röpöläinen, että ehkä siihen voisikin alkaa kasvamaan, vaikka pikkuisen sammalta. Hän pohtii olisiko se toivoa antavaa, jos kuitenkin hitaasti tapahtuisi jotakin.

Muut työnhjattavat kertovat jakavansa samoja tuntemuksia. Nousee esiin mm. kysymys siitä, miten kykenee olemaan ammatillinen, kun omat kielteiset tunteet heräävät. Myös syyllisyyden kokeminen omista tunteista tulee esiin. Joskus tunteet liittyvät yhteistyötahojen toimintaan, joskus ulkoa tuleviin vaatimuksiin

siitä, miten omaa työtä pitäisi tehdä. Toisinaan työntekijät kokevat yhteistyötahoilta tulevat vaatimukset asiakkaita kohtaan kohtuuttomina. Muiden saattaa olla vaikea nähdä perheessä olevia hyviä asioita tai erityistilanteita, jotka juuri sillä hetkellä vaikuttavat. Saana toteaa lopuksi kyllä jaksavansa kannatella kiveä, joka taustakuvana näyttää olevan hänen hartioillaan.

Inka



Kuva 16. Inka, portaat metsässä.

Inka toteaa aluksi, että olisi halunnut ottaa kuvan liikennemerkistä, jossa on mutkia matkassa, mutta kyseiseen kohtaan ei voinut pysähtyä autolla. Kännykästä selaillessa oli tällä kertaa vaikea päättää kuvaa. Kuvan portaisiin liittyy ajatus siitä, että välillä mennään ylös, välillä alas. Portaita alaspäin mennessä on tunne, että asiat sujuvat. Ylöspäin noustessa on taas tunne siitä, ettei tiedä missä mennään. Inka kuvaa, että on tilanteita, joissa on hyvä suunnitelma tehtynä perheen kanssa, mutta kotikäynnillä huomaakin jotain yllättävä tapahtuneen ja kaiken menneen päälle. Välillä se tuntuu raskaalta ja käynnit turhilta. Välillä tulee kuitenkin käyntejä, jolloin asioita saadaan hyvin yhdessä eteenpäin.

Inka kertoo myös ymmärtävänsä sen, että on tilanteita, joissa perhe ei pysty sitoutumaan ja kokee työskentelyn raskaaksi. Työntekijän näkökulmasta ”veivaaminen” on myös raskasta ja Inka kertookin viimeisten kuukausien aikana tällaisten tilanteiden painottuneen. Aina välillä onnistuessa ajattelee kuitenkin, että pienikin asia vie eteenpäin.

Yksi ryhmän jäsenistä toteaa olevan tuttu tunne, että mennään ylämäkeen ja välillä alamäkeen. Samoja asioita käydään läpi tuhat kertaa ja oman turhautumisen tunnistaa. Portaiden hän toteaa kuvaavan hyvin myös asiakkaiden tilannetta: ”Se on pelkkää porrasta, tasamaata ei ole ollenkaan. Tai jos on tasamaata, niin sitä on hyvin vähän. Edelleen hän toteaa ihailevansa yhden työkaverinsa positiivista otetta asioiden järjestymisestä, ja sanoo yrittävänsä myös itse oppia sitä ripauksen.

Toinen toteaa portaista tulevan mieleen sen, miten asiakkaiden näkökulmaa ajatellen pitäisi aina jaksaa raahustaa ylöspäin, ottaa uusi askel ja päästä eteenpäin arjessa, vaikka olisi kuinka vaikeaa ottaa apua vastaan ja muuttaa omia toimintamalleja. Hän toteaa uuden toimintamallin opetteluun olevan lisä jo valmiiksi raskaan arjen päälle. On myös ymmärrettävää, että silloin on hankala sitoutua työskentelyyn, vaikka ulkopuolelta työntekijä näkeekin, että tilannetta voisi helpottaa jo aika pienelläkin muutoksella.

Yksi ryhmän jäsenistä sanoo mieleen tulleen yhtäkkiä ajatuksen siitä, että lapsiperheiden elämä on oikeasti aika vaativaa. Ihmisillä on erilaisia resursseja ja erilaisia tilanteita, joissa pitäisi pystyä selviytymään ja se on melkoinen taituruuslaji ja voimavaroja vievä. Hän pohtii edelleen, että taloudesta selviäminen, ja jos vielä kohdalle osuu sairastaminen, saa elämän nopeasti sotkuun: ”Yhtäkkiä tuli nyt tämmönen ymmärrys asiakkaita kohtaan.”

Kaisa



Kuva 17. Kaisa, lammas pää syöttötelineessä.

Kaisa kuvaa, että on viime aikoina pohtinut sitä, ettei hänellä ole ”kauheen kova nahka”. Kaisalle on tärkeää se, että asiakkaat kokevat hänen toimineen oikein. Asiakkaan tyytymätöntä palautetta on vaikea ottaa vastaan. Kaisa toteaa, että niissä tilanteissa mieluummin pistäisi päänsä pensaaseen. Hän toteaa, että toivoisi sen sijaan voivansa seisoa rehdisti sanomistensa ja tekemistensä takana. Kaisa haluaisi, että pystyisi sietämään paremmin ristiriitoja. Hän jatkaa kokevansa stressiä, jos asiakassuhteissa on ristiriitoja, joita väistämättä työssä tulee. Hän toteaa ottavansa ne helposti hyvin henkilökohtaisesti.

Toinen työnohjattava kertoo kokevansa samanlaisia tuntemuksia. Hän toteaa, että on vaikea ottaa vastaan tyytymätöntä palautetta, kun on yrittänyt parhaansa kaikella kapasiteetilla. Näissä tilanteissa alkaa kyseenalaistamaan omaa toimintaansa, vaikka ehkä kyse on asiakkaan sellaisesta turhautumisesta, jolle ei voi työntekijänä mitään.

Yksi työnohjausryhmään osallistuva sanoo kuvasta tulevan mieleen se, että pyöröpaali on perheen tilanne, ja ”työntekijän on pakko pikkusen lykätä päätään sinne perheen tilanteeseen, jotta saa jotain tolkkua ja sit miettii, että mistä heinästä lähtisi nyppäseen.” Ja kun vetää väärästä heinästä niin koko kasa purkautuu ja sen alla mietitään, että mitä seuraavaksi tehdään. Tämä on hänen mukaansa kuitenkin johtanut muutokseen. Toinen ohjattava toteaa asiakkaiden myös välillä työntävän päänsä pensaaseen ja odottavan työntekijöiden tekevän ihmeitä. Edelleen yksi ohjattavista toteaa aika monen voivan laittaa päänsä pensaaseen ja pään olevan jumissa pahimmassa tilanteessa.

Yksi ohjattavista palaa vielä oman toiminnan kyseenalaistamiseen todeten, että tässä työssä on monia tapoja tehdä tai toimia. Jälkikäteen on tervettäkin itsekritiikkiä miettiä miten olisi voinut toimia toisin. Vaihtoehtojen runsaus tekee työn myös raskaaksi. Kaisa vastaa tämän olevan totta, mutta itse hän kokee jäävänsä välillä vatvomaan ehkä liikaakin. Edelleen hän toteaa pitävänsä lauseesta: ”Tämänhetkisen arvion mukaan”, jonka usein löytää omista teksteistään. Toinen vahvistaa arvion olevan siinä hetkessä tehty ja niillä tiedoilla, joita silloin on. Hän jatkaa kirjoittavansa Kaisan lauseen nyt itselleen muistiin.

5 Tulokset: kuvasta kertomuksen kautta merkityksiin

Valokuvien tuottamaa moniäänisyyttä tarkasteltaessa huomio kiinnittyi siihen, miten ohjattavat tuottivat erilaisia näkökulmia yksittäisestä kuvasta tai kuvien yhdistelmästä. Näkökulmat lisääntyivät, kun omat kuvat yhdistyivät taidekuviin. Aineiston analysointivaiheessa ohjattavien kerronnasta jäsenyi tarinoita.

5.1 Putoamisen vaara ja reitillä pysyminen – moniääninen kuva

Yksi kuva: Opinnäytetyöhön valikoituneessa aineistossa oli yhteensä 12 työnohjattavien omaa valokuvaa. Näistä yksi oli perhealbumikuva ja loput kuvat olivat peräisin ohjattavien älypuhelimien gallerioista; kuvia omista lemmikkieläimistä, asetelmista tai ohi kuljetuista maisemista. Yksi kuvista oli työnohjaustilannetta varten otettu, loput olivat valikoituja jo olemassa olevista kuvista.

Työnohjauskeskusteluihin tarjosi vaihtoehtoisia, moniäänisiä näkökulmia yksittäinen kuva, kun sitä tarkasteltiin erilaisista, jopa aivan päinvastaisista näkökulmista. Tuulille kuva lankusta merkitsi aluksi keikkumista, sinnittelyä ja putoamisen vaaraa. Uudelleen tarkasteltuna ja määriteltynä se heijasti hänelle myös reitillä pysymistä ja uteliaisuutta tulevasta. Emmi näki kuvassaan ensin työtilannettaan kuvaavan pelottavan ja vaarallisen sumuisen meren. Myöhemmin keskustelussa hänen huomionsa kiinnittyi samassa kuvassa valoisaan ja rauhalliseen taivaaseen. Kuva saattoi siis aluksi symboloida työn raskaiksi koettuja puolia, mutta sai keskustelussa uudenlaisia työhyvinvointia tukevia merkityksiä.

Yksittäisen kuvan sisältö, esimerkiksi kuva omasta nukkuvasta lemmikistä muistutti Emmiä ja Siljaa heidän tavoittelemastaan levollisesta olosta työssä. Kuva symboloi tavoitetilaa, työssä vallitsevan olotilan vastapainona.

Työnohjauskeskusteluja ohjattavan omien valokuvien ja taidekuvien kautta käytiin laajasti symbolisella kielialueella. Konkreettista työn tekemisen puhetta oli vähemmän. Arnkill ja Seikkula (2009, 126) toteavat, että hyvän hoitotuloksen

potilaiden hoitokokouksissa keskustelua käytiin säännönmukaisesti symbolisella merkitysalueella. Tämä saattaa heidän mukaansa mahdollistaa pidemmän yhteen teemaan keskittymisen ja synnyttää siitä dialogista pohdintaa.

Triptyykki: Uusia ääniä löytyi myös työnohjattavan valokuvien muodostamasta kokonaisuudesta. Tuuli oli valinnut työnohjaukseen kolme toisistaan erillistä kuvaa, joiden hän ei valintavaiheessa ajatellut liittyvän toisiinsa. Kertoessaan kuvista hän havaitsi niiden muodostavan juonellisen tarinan, jossa on alku, keskiosa ja loppu. Hän huomasi olevansa matkalla kohti tavoitetilaa ja asioiden vaativan järjestelyä.

Kolmen erillisen valokuvan kanssa työskentely vertautuu kirjallisuuden puolelta Bakhtinin kuvaukseen Dostojevskin romaaneista. Päähenkilöillä, eli tässä yksittäisillä valokuvilla, on oma totuutensa. Ohjattavan kertoessa, alkavat kuvat ikään kuin dialogissa keskenään luoda vielä omaa uudenlaista ja ehkä yllättävääkin todellisuuttaan. (Bakhtin1984, 293, Seikkulan 2022, 13 mukaan.)

Taidekuvat: Uusia ääniä syntyi, kun omat valokuvat yhdistyivät taidekuviin. Kuvien keskinäistä asettelua pöydällä muuttamalla myös tarina muuttui. Tuuli löysi Pentti Sammallahden teoksesta kaikki omien, erillisten valokuvien teemat. Hän tutki teoksen avulla omaa paikkaansa tarjoutuvassa todellisuudessa. Valokuvien keskinäistä asettelua muuttamalla lineaarisesta neliöön, löytyi havainto omasta toimijuudesta.

Teija Lehdon arjen kaaosta kuvaavat teokset toivat yllättävänkin näkökulman Siljan kokemukseen elämää häiritsevistä kaaoksesta. Lehdon teokset tuntuivatkin Siljasta vapauttavilta ja toivat mieleen ilon.

5.2 Kohti merkityksellisiä tarinoita

Työnohjattavien kerronnan alkaessa oli tunnistettavissa tarinallisia haasteita, jotka saattavat rajoittaa ja kaventaa työnohjattavan toimintamahdollisuuksia ja tehdä työelämästä raskaampaa. Hännisen (2023) mukaan haasteeksi voi muodostua esimerkiksi se, voiko omaa sisäistä tarinaa toteuttaa tarjoutuvissa

työelämän ehdoissa, onko oma sisäinen tarina ohut tai sidoksissa menneisyyden painolastiin. Haasteina voi hänen mukaansa myös olla suhde työorganisaation mallitarinaan tai se, ettei tarinalla ole sanoja.

Opinnäytetyön työnohjauskertomuksissa haasteena näyttäytyi mm. ajatus unelmatyöstä, joka voi muodostua esteeksi meneillään olevan työtilanteen toimiviin hetkiin pysähtymisessä. Ajatus uralla etenemisen suoraviivaisuudesta voi johtaa epätyytyttävään työtilanteeseen, kun aiempiin tehtäviin ei ole mahdollista palata. Ja mallitarina hyvin suunnitelmallisesti ja nopeasti tavoitteisiin etenevästä perhetyöstä voi turhauttaa, kun elävä elämä viekin eri suuntiin.

Aineiston työnohjauksista muodostuu juonellisia tarinoita, joissa on tunnistettavissa kertomuksen alku, keskikohta ja loppu. Alussa työnohjauskeskusteluissa kuvattiin ajankohtaisia työhön liittyviä haasteita. Asiaa tutkittiin ja haettiin ymmärrystä eri näkökulmista. Valokuvat ja taidekuvat synnyttivät uudenlaisia oivalluksia. Keskustelun päätteeksi refleктоitiin syntyneitä ymmärrystä. Hännisen (2023) termin mukaisesti päädyttiin metarefleksion tasolle.

Nimesin työnohjausien alkutarinat kaaos-, hektisyys-, ura- ja turhautumistarinoiksi. Syntyneet tarinat nimesin toimijuus-, jatkuvuus-, vaihtoehtojen- ja myötätuntotarinoiksi. Työnohjauskeskustelussa saattoi olla viitteitä useammastakin eri tarinamallista.

Kaaostarinasta toimijuustarinaan Tuulin kertomuksessa unelmatyö on lähes tavoittamattomissa ja vaatii ensin lankulla pysymistä ja taiteilua. Hän toteaa, että rooleja on liikaa ja liian paljon on meneillään työelämässä. Näkökulma muuttuu, kun Tuuli asettelee kuvat uudelleen ja huomaa, että pieniä asioita tavoitetilassa olosta on jo läsnä tässä hetkessä. Uudessa asetelmassa on myös jotain häiritsevää, joka saa hänet huomaamaan, että on ryhdyttävä toimimaan unelman saavuttamiseksi. Tuulin tarinassa hänen toimijuutensa oman elämäntarinansa kirjoittajana vahvistuu (vrt. Seikkula 2022, 6).

Hektisyystarinasta jatkuvuustarinaan Emmille merkityksellisimmäksi punctum-kuvaksi nousee kuva lapsuudenkodin ruokapöydästä. Se luo vastapainoa työelämän hektisyydelle. Elämänmittaisessa tarkastelussa työn ajankohtaiset haasteet alkavat tuntua pienemmiltä. Emmi pohtii kuvien kautta elämänarvojaan. Hän huomaa työn ulkopuolisen arjen olevan merkityksellistä ja tuottavan hyvää oloa.

Uratarinasta vaihtoehtojen tarinaan Siljan kertomuksesta löytyy tarina uralla etenemisestä. Se on johtanut hänet epätyytyttävään työtilanteeseen ja hän aprikoi onko aiempaan työtehtävään palaaminen paluuta urakehityksessä taaksepäin. Siljalle merkitykselliseksi nousee taidekuva tiestä, joka vapauttaa ajattelemaan, että välillä voi palata takaisin, käydä sivupoluillakin, mutta menneeseen ei ole kuitenkaan mahdollista palata. Vaikka työtehtävät olisivatkin niitä, joista hän on jo lähtenyt eteenpäin, voi hän hyödyntää uutta kokemusta niihin palatessaan.

Turhautumistarinasta myötätuntotarinaan. Ryhmätyöohjauksessa työohjattavilla on ikään kuin mallitarina perheistä, joilla on voimavaroja ja kykyä nopeaan muutokseen yhteisen suunnitelman avulla. Työntekijänä turhautuu, kun asiat eivät etene suunnitellusti. Haastavista asiakastilanteita kuvaavat kivenjätkäle, portaat metsässä ja lammas, joka on työntänyt päänsä syöttötelineeseen. Kuvien ja keskustelun avulla syntyy ymmärrys siitä, että todellisuudessa perheillä on usein samanaikaisesti monia kuormittavia asioita elämässään. Mahdollisuutta nopeaan ja suunnitelmalliseen muutokseen ei aina ole.

Ryhmätyöohjauksessa käsiteltävään asiaan tarjoutuu lukuisia näkökulmia ohjattavien kertoessa omista kuvistaan ja kokemuksistaan ja kuunnellessa muiden kertomuksia. Ymmärryksen kautta nousee myötätuntoista pohdintaa perheiden tilanteisiin. Ohjattavat tunnistavat samankaltaisia kokemuksia ja työohjauksessa muodostuu hyvin vertaistuellisia hetkiä.

5.3 Taidemuseo työnohjauskeskustelujen ympäristönä

”Kun ajassa on hajamielisyyttä, asiat ikään kuin tulevat kohdalle, vaativat valikointia, ja usein liian nopeaa reagoimista, niin taide on jarruna ja pyrkii hidastamaan reagointinopeutta. Taide raivaa meille tilaa ja suo aikaa ajatella.”

(Sederholm 2007).

Ympäristönä taidemuseo tarjosi rauhaa ja hiljaisuutta, joka mahdollisti työn jatkuvan ärsyketulvan sijaan pysähtymisen ja rauhoittumisen.

Taidemuseoissa kävellessä askeleet hidastuivat. Teokselta toiselle kulkiessa, oltiin välillä keskusteluetäisyydellä, välillä etäämmällä teoksia itsenäisesti katsellen ja tutkien. Aivotutkija Huotilaisen (Laine 2023) mukaan kävelyyn liittyy tulevaisuuteen suuntautuvaa ajattelua, joka auttaa aktivoitumaan tulevaisuuteen liittyvissä toiminnoissa ja ratkaisuissa. Edelleen hän toteaa, että keskustelun paikalla on aivojen kannalta merkitystä. Inspiroivalla paikan valinnalla saadaan ajatukset suunnattua pois vanhoista toimintatavoista kohti uusia.

Silja kuvasi olonsa muuttuneen työnohjauksen aikana hätätilaolosta levollisuudeksi ja kepeydeksi. Emmi totesi, ettei työnohjauksen lopulla enää kykene tavoittamaan negatiivisia tunteitaan työhön liittyen. Stressitason laskun ja stressihormoni kortisolin pitoisuuden pienenemisen on todettu olevan yhteydessä vierailuun taidegalleriassa kesken työpäivän (Clow & Fredhoi, 2006).

Näyttelyiden teoksista työnohjattavat löysivät samaistumispintoja omille valokuville ja omalle työtilanteelle. Toisaalta teoksissa puhutteli yllätyksellinen, uusi näkökulma. Ne auttoivat tarkastelemaan omaa tukalaksi koettua tilannetta humoristisestikin. Taideteosten äärellä ohjattavat käyttivät monia kokemiseen ja tunteisiin liittyviä sanoja kuten ilo, onnistuminen, hyvä olo, avaruus, vapaus ja keveys. Taideteosten avulla ohjattavat kykenivät löytämään ja ehkäpä kokemaankin tunnetiloja, jotka kuvastivat myös tavoiteltavassa tilassa oloa.

Marjalan (2009, 226) mukaan työhyvinvoinnin käsitettä ei voi rajata koskemaan vain työtä. Edelleen hän jatkaa työhyvinvoinnin koettuna ja kerrottuna ilmiönä

liittyvän myös yhteiskuntaan, kulttuuriin, työkontekstiin, yksilön elämänselämään ja kokonaiselämäntilanteeseen. Tämän vuoksi hänen mukaansa työhyvinvoinnin edistämistyössä tarvitaan laajaa omat tavoitteet ja vastualueet tiedostavaa yhteistoimintaa.

6 Lopuksi

Dialogisen työnohjauskeskustelun moniäänisyyttä on mahdollista lisätä valokuvien avulla. Valokuva voi monitulkinnaisuudellaan muistuttaa vaihtoehtoisista tavoista tarkastella elettyä todellisuutta. Valokuvan sisältö voi vahvistaa kokemusta tavoiteltavasta tilanteesta tai muistuttaa arjen työtä ohjaavista arvoista. Valokuvilla voidaan luoda merkityksellisiä tarinoita, jotka lisäävät työnohjattavan toimijuutta ja vaihtoehtoisia toimintatapoja sekä synnyttävät jatkuvuuden ja myötätunnon kokemuksia. Holm (n.d.) toteaa artikkelissaan oppimisen, kasvun, kehityksen ja muutoksen tapahtuvan todennäköisimmin silloin kun ihmisellä on vaihtoehtoja. Hännisen termin mukaisesti kyse on myös mallitarinavarantomme monipuolistamisesta.

Yhtenä opinnäytetyön keskeisimmistä asioista itselleni oli löytää työnohjattavien kerronnasta työhyvinvointia lisääviä tarinamalleja. Kerronnat sisälsivät toki erilaisia rönsyjä ja ristiriitaisuuksia, eikä selkeää ratkaisua käsiteltäviin asioihin aina löytynyt. Mutta kuten Silja tyytyväisen oloisena totesi, että vaikka ei tiedä mitä tekee: ”nyt on näin”. Taidemuseoympäristö tarjosi levollisen ympäristön keskusteluille. Taiteilijoiden teokset mahdollistivat niin samaistumisen kokemuksia kuin myös yllätyksellisiä näkökulmia ohjattavien omiin työelämän kysymyksiin.

Opinnäytetyön prosessi syvensi käsitystäni dialogisuudesta ja siihen liittyvän kehollisuuden merkityksestä. Kun ohjattavalle tärkeä ja merkityksellinen oli kerrotun lisäksi nähtävillä paperikuvana tai puhelimen näytöllä, saattoi tunnetila välittyä voimakkaina aistimuksina myös työnohjaajalle. Tätä lisäsi niin kuvan äärelle lähekkäin kumartuminen, kuin hiljaisella äänellä puhuminen. Mukana tuodut valokuvat tuntuivat lahjoilta, joiden äärellä oli helppo virittäytyä kuulemaan ohjattavan kerrontaa ja vastaamaan siihen.

Opinnäytetyön myötä olen tullut yhä tietoisemmaksi siitä, miten dialogisuus on läsnä omassa kuuntelussa, omissa sanoissa, sanattomuuden kokemuksessa, tauoissa, hengityksessä ja itsessä heräävien tunteiden sekä sisäisten äänien havaitsemisessa. Ja miten näitä huomioiden yritän löytää keskustelussa

sopivaa tapaa vastata työohjattavan tarpeisiin. Tätä työohjaajan osuutta dialogisiin keskusteluihin valokuvien äärellä, en tässä opinnäytetyössä tarkemmin tarkastellut. Se olisi menetelmän edelleen kehittämisen kannalta tärkeää.

Eettinen näkökulma huomioiden on hyvä muistaa, että työohjauskeskusteluista esiin kuoriutuneet tarinat ovat viimekädessä opinnäytetyön tekijän subjektiivisia tulkintoja, vaikka ne pohjautuvatkin työohjattavien kerrontaan. Kertomukset sisältävät mahdollisuuksia työohjattavien sisäisen tarinan kehittymiseen. Joskus ne ovat pienen pientä, hidasta liikettä kohti toivottua muutosta. Toisinaan taas yksittäinen kuva tai lause voi johtaa käännteentekevään oivallukseen ja nopeaan toimintaan. Toisaalta on mahdollista, että elävä elämä viekin aivan toiseen suuntaan.

Mielenkiintoinen tutkimuksen kohde olisi myös se, mitä tarinaa ohjattava itse lähtee seuraamaan työarjessaan. Työohjauksen loppureflektiossa usein kysyn, mitä ohjattava vie keskustelusta mukanaan työn arkeen. Se saattaa antaa vihjeitä siitä, mikä keskustelussa on ollut merkityksellistä.

Valokuvat voivat toimia visuaalisena muistutuksena meneillään olevasta prosessista tapaamisten välillä. Valokuvat voivat olla esillä työhuoneessa tai kalenterin välissä. Katseen kohdistuessa niihin, voi mielensisäinen prosessikin jatkaa. Valokuvien ja taiteen käyttö osana keskustelutyötä vaatii luottamista kohtaamiseen ja intuitioon, siihen että kaikki tarvittava on läsnä tässä hetkessä. Yksi työohjattavista totesi työohjauskerran päätteeksi hyvin painokkaasti ”maagista”. Sama kokemus oli usein myös työohjaajalla ohjattavien valokuvien ja tarinoiden äärellä.

”Tarina on tunnetta, tarina on kiteytynyttä merkitystä, vaskooliin kertyvää kertomusten kultaa”

(Tolkki 2007).

Lähteet

Alhanen, K.; Kansanaho, A.; Ahtiainen, O.; Kangas, M.; Soini, T. & Soininen, J. 2016. Työnohjauksen käsikirja. Helsinki: Tammi.

Arnkil, T. E. & Seikkula J. 2009. Dialoginen verkostotyö. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 10.3.2024. <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201205084999>

Barthes, R. 1980. Valoisa huone. Jyväskylä: Gummerrus.

Clow, A. & Fredhoi, C. 2006. Normalisation of salivary cortisol levels and self-report stress by a brief lunchtime visit to an art gallery by London City workers. Journal of holistic healthcare. 3:2, 29–32.

Haarakangas, K. 2009. Läsnaoleminen, kuulluksi tuleminen ja tasa-arvoisuus perheterapiassa. Dialogic.fi. Viitattu 26.10.2022. <https://www.dialogic.fi/lasnaoleminen-kuulluksi-tuleminen-ja-tasa-arvoisuus-perheterapiassa/>

Halkola, U. 2004. Valokuvan terapeuttisen merkityksen jatkumo. Valokuvaterapiayhdistys.fi. Viitattu 10.3.2024. <https://valokuvaterapiayhdistys.fi/valokuvaterapia/>

Halkola, U. 2009. Mitä valokuvaterapia on? Teoksessa Halkola U. Mannermaa L. Koffert T. Koulu L. (toim.) Valokuvan terapeuttinen voima. Helsinki: Duodecim, 13–21.

Heikkinen E. 2021. Katsoa vai nähdä. Valintojen tiet -valokuvakorttisarjojen merkityksiä etsimässä. Opinnäytetyö (YAMK). Sosiaali- ja terveysala. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Viitattu 9.3.2024. <https://www.theseus.fi/handle/10024/400425>

Heikkinen, H. 2001. Toimintatutkimus, tarinat ja opettajaksi tuleminen taito. Väitöskirja. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Viitattu 14.4.2024. <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/27205>

Heikkinen, H. 2018. Kerronnallinen tutkimus. Teoksessa Valli R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. 5. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Hietaharju, M. 2006. Valokuvan voi repiä. Valokuvan rakenne-elementit, käyttöympäristöt sekä valokuvatulkinnan syntyminen. Väitöskirja. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Viitattu 14.4.2024. <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/13441>

Holm, P. n.d. Dialogisuus työnohjaajan osaamisena. Dialogic.fi. Viitattu 10.2.2024. <https://www.dialogic.fi/dialogisuus-tyonohjaajan-osaamisena/>

Hyry, K. 2015. Kun tutkimusmatkan suunta muuttuu. Yhteiskuntapolitiikka-lehti. 5/2015. Viitattu 10.3.2024. <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201601283964>

Hänninen, V. 1999. Sisäinen tarina, elämä ja muutos. Väitöskirja. Tampere: Tampereen yliopisto. Viitattu 10.3.2024. [http://uta17-
kk.lib.helsinki.fi/handle/10024/67873](http://uta17-
kk.lib.helsinki.fi/handle/10024/67873)

Hänninen V. 2023. Luentodiat. Sisäisen tarinan muuttuminen ja muuttaminen (työnohjauksessa): saako toisen tarinaa tökkiä? Diato-verkoston koulutus 28.1.2023. Aulanko.

Jokinen, E. 2020. Säröjen kauneus, sisäisen tarinasi voima. Jyväskylä: Tuuma-kustannus.

Keskinen, N. 2023. Internetissä toteutetun valokuvaterapeuttisen intervention vaikutus läheisen kuoleman kokeneiden suruun ja selviytymiseen. Väitöskirja. Tampere: Tampereen yliopisto. Viitattu 10.3.2024. <https://trepo.tuni.fi/handle/10024/148447>

Kokkinen, L. 2020. Hyvinvointia työstä 2030-luvulla skenaarioita suomalaisen työelämän kehityksestä. Työterveyslaitos. Viitattu 10.3.2024. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-261-943-3>

Laine, T. 2021. Aivot mukana työnohjauksessa. Osviitta-lehti. Suomen Työnohjaajat ry. Viitattu 10.2.2024. <https://www.suomentyonohjaajat.fi/artikkeli/aivot-mukana-tyonohjauksessa/>

Lilja-Viherlampi, L-M. & Rosenlöf, A-M. 2019. Moninäkökulmainen kulttuurihyvinvointi. Tanskanen I. (toim.), Taide töissä: Näkökulmia taiteen opetukseen sekä taiteilijan rooliin yhteisöissä. Turku: Turun ammattikorkeakoulu. Viitattu 21.10.2023 <http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522167170.pdf>.

Maijala, P. 2009. Työhyvinvoinnin kokemukset kertomuksellisina prosesseina–narratiivinen arviointitutkimus. Väitöskirja. Oulu: Oulun yliopisto. Viitattu 14.4.2024. <https://urn.fi/URN:ISBN:9789514290244>

Mäkiranta, M. 2008. Kerrotut kuvat. Omaelämäkerralliset valokuvat yksilön, yhteisön ja kulttuurin kohtaamispaikkoina. Tampere: Juvenes Print.

Nieminen, A. 2019. Työnohjaus monikulttuuriosaamisen edistäjänä. Väitöskirja. Tampere: Tampereen yliopisto. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-03-1149-0>

Morgan, A. 2004. Johdatus narratiiviseen terapiaan. Porvoo: Kuva ja Mieli Ky.

Sederholm, H. 2007. Teoksessa Bardy M. Isotalo M. Korhonen P. Haapalainen R. (toim.) Taide keskellä elämää. Like, 143–150.

Seikkula, J. 2019. Kohtaamisia Keroputaan malliin, Dialogia-akatemia
<https://dialogiakatemia.fi/2019/11/18/kohtaamisia-keroputaan-malliin/>

Seikkula, J. 2020. Dialogi on ruumiillista synkroniaa. Ratkes 3–4/2020, 48–54.

Seikkula, J. 2022. Dialogi parantaa -mutta miksi? Porvoo: Kuva ja Mieli Oy.

Seppänen, J. 2010. Katseen voima, kohti visuaalista lukutaitoa. 7. painos.
Jyväskylä: WS Bookwell Oy.

Tanska, J. & Tanska, J. 2020. Lempeä linssi, Valokuvaus tienä läsnäoloon.
Helsinki: Kirjapaja.

Torkki, J. 2014. Tarinan valta. Kertomus luolamiehen paluusta. Sähkökirjalaitos.
Kustannusosakeyhtiö Otava.

Weiser, J. 2024. Phototherapy techniques, photherapy-centre.com. Viitattu
6.4.2024. <https://photherapy-centre.com/photherapy-techniques/>

White, M. 2008. Kartoja narratiiviseen työskentelyyn. Jyväskylä: Gummerus
Kirjapaino Oy.

Yrjänä, A. 2000. Jatkuu niin kuin sade. Albumilla CMX: Dinosaurus
Stereophonicus. Herodes/EMI.