



Vipuvoimaa  
EU:lta  
2014–2020



LAPIN YLIOPISTO  
UNIVERSITY OF LAPLAND



# EMPATIALLA ETÄNÄKIN ENEMMÄN PELKO vs. ROHKEUS

Työpaja 4.11.2021

Johanna Oksanen, Anu Kylmänen & Heidi Pietarinen

Työpaja nauhoitetaan

Nauhoite on ainoastaan Lapin yliopiston Etänä Enemmän hankkeen tutkijoiden tutkimusaineistoa

Nauhoitetta ei julkaista

Etänä  
Enemmän

– sote-työ uudistuu

# VIRITTÄYTYMINEN

*Pelolla on pitkät sormet, sormet koukeroiset.*

*Pelot toiset asuu puissa, louhikoissa toiset.*

*Pelkoja on kaikkialla, lautasella, vuoteen alla,  
vaatemytty öisin on pelonpesä iloton.*

*Hirvensarvet olivatkin pelkät varjot vain,  
peloissani peipposesta väärän kuvan sain.*

*Se on lintu punarinta ja on kaikkein kamalinta,  
että se ei pelkolintu tiedä olevansa lain.*

*Uppo-Nalle unnukkani tämän kuulla saa:  
pelkokeikkojakin joskus hiukan pelottaa.*

*Käypi niin, pelkokeikko tahtoo peto olla,  
urhoollisten silmissä onkin pelkkä nolla.*

Elina Karjalainen - (Karjalainen, E. 1977. Uppo-Nalle. Helsinki:WSOY.)



Marjaana Sivonen, suruvaippa 2020



LAPIN YLIOPISTO  
UNIVERSITY OF LAPLAND  
Pohjoisen puolesta – maailmaa varten



European unioni  
Euroopan sosiaalirahasto

Vipuvoimaa  
EU:lta  
2014–2020



samk

# Tutki ja kartoita

Ota pieni palanen paperia ja kynä

**Piirrä yhdellä viivalla, miltä pelon kasvot näyttävät?**

näytä piirros kameralle



LAPIN YLIOPISTO  
UNIVERSITY OF LAPLAND  
Pohjoisen puolesta – maailmaa varten



Euroopan unioni  
Euroopan sosiaalirahasto

Vipuvoimaa  
EU:lta  
2014–2020

Tampereen  
ammattikorkeakoulu



UNIVERSITY  
OF EASTERN  
FINLAND

samk

Minkä värinen pelko on? Kerro tai kirjoita chattiin

Miltä pelko kuulostaa? Kerro/ kirjoita chattiin

Missä pelko tuntuu? Kerro tai kirjoita se chattiin



# Mitä pelko on?

Miten vaate/roolit/nimikyltit/tittelit suojaa tai naamioi pelkoja?

Mitä minä pelkään?

Kasvojen menetystä, mokaamista, selän takana pahan puhumista, epäluottavaisia työntekijöitä, omien esimiesten arviointeja --- pelon näyttämistä?

“Pelko-naamion visuaalisessa muotokielessä käsittelin ympyrää, henkistä kehää: tunnetta, jossa pelko kasvaa niin suureksi, ettei ihminen osaa muuta kuin tarkkailla, siirtyä ulkokehälle, nähdä uhkia kaikkialla ja valmistautua pakenemaan tai puolustautumaan heti kun tilanne niin vaatisi. Pelon silmät ovat suuret, se näkee kaiken ja kaikkialle, mutta hahmona se ei kuitenkaan aina osaa erotella tunnetta todellisuudesta. Se paisuttelee näkemiään asioita ja pahimmillaan alkaa ruokkia itse itseään ja nähdä kauhuja kaikkialla...”



LAPIN YLIOPISTO  
UNIVERSITY OF LAPLAND  
Pohjoisen puolesta – maailmaa varten



Euroopan unioni  
Euroopan sosiaalirahasto

Vipuvoimaa  
EU:lta  
2014–2020

Tampereen  
ammattikorkeakoulu



UNIVERSITY  
OF EASTERN  
FINLAND

samk

# MITÄ PELKO AIHEUTTAA?

- Miten sen vaikutukset näkyvät työelämässä?
- Ihmisten hyvinvoinnissa?





# JOS EI OLE PELKOA EI OLE ROHKEUTTA

Siellä se pelko on ja antaa pelon olla.

- Sen kanssa vain pitää oppia olemaan.

**Piirrä yhdellä viivalla, miltä näyttää rohkeuden kasvot?**

Miten luodaan peloton, turvallinen  
(työ)ilmapiiri?



LAPIN YLIOPISTO  
UNIVERSITY OF LAPLAND  
Pohjoisen puolesta – maailmaa varten



Euroopan unioni  
Euroopan sosiaalirahasto

Vipuvoimaa  
EU:lta  
2014–2020

Tampereen  
ammattikorkeakoulu



UNIVERSITY  
OF EASTERN  
FINLAND

samk

**Minkä värinen rohkeus on?**

Kerro tai kirjoita chattiin

**Miltä rohkeus kuulostaa?**

Kerro tai kirjoita chattiin

**Missä rohkeus tuntuu?**

Kerro tai kirjoita chattiin



# Onko rohkeus tarpeen, jos on turvallinen työilmapiiri?



LAPIN YLIOPISTO  
UNIVERSITY OF LAPLAND  
Pohjoisen puolesta – maailmaa varten



Euroopan unioni  
Euroopan sosiaalirahasto

Vipuvoimaa  
EU:lta  
2014–2020





# Kiitos!

[johanna.oksanen@ulapland.fi](mailto:johanna.oksanen@ulapland.fi)

[anu.kylmanen@ulapland.fi](mailto:anu.kylmanen@ulapland.fi)

[heidi.pietarinen@ulapland.fi](mailto:heidi.pietarinen@ulapland.fi)



LAPIN YLIOPISTO  
UNIVERSITY OF LAPLAND  
Pohjoisen puolesta – maailmaa varten



European unioni  
Euroopan sosiaalirahasto

Vipuvoimaa  
EU:lta  
2014–2020



UNIVERSITY  
OF EASTERN  
FINLAND

