

Asetin pöydälle valmiiksi tarvittavat tavarat; liimaa, saksia, peitevärejä, väriliituja ja postikortit. Postikortteihin oli kuvattu erilaisia tunnelmia, tilanteita ja tunnetiloja. Kerroin, että he voisivat käyttää niitä inspiraation lähteenä. Kerroin, että he voisivat valita niistä itselleen mieluisat tai muuten puhuttelevat. Maija ja Paula valitsivat postikortteja itselleen. Sen jälkeen leikkasin heille isot palat paperia. Pyysin Maijaa ja Paulaa kuvaamaan paperiin ajatuksia, tunteita ja mielikuvia joita heille syntyi postikorteista. Kerroin, että he voisivat piirtää ja maalata postikorteista syntyneitä ajatuksia, ideoita, tunteita yms. vapaasti paperille. ”Jopa ihmisten reaktiot muiden ihmisten postikortteihin, lehtien kuviin ja valokuvuihin voivat tarjota vihjeitä (illuminating clues) katsojan itsensä sisäiseen maailmaan ja sen salaisuuksiin)”. (Weiser 2001-2005.)

IN ENGLISH:

I put ready on the table the needed things: glue, scissors, colours, postcards. Postcards were describing different kinds of atmospheres, situations and feelings. I told that they could use the cards as an inspiration. I told that they could use the one's that they like or that "speak" to them. Maija and Paula chose cards to themselves. After that I gave them big pieces of paper. I asked Maija and Paula to describe on the paper those feelings, thoughts and images there arouse for them from the cards. I told that they could feel free to express their feelings, thoughts and images on the paper. *And then I added you text.* "Even their reactions to postcards, magazine pictures, and snapshots taken by others can provide illuminating clues to their own inner life and its secrets." Notice: I made a change to a text: I added into a Finnish version: even a **people's (instead of word "their")** reaction to postcards...etc.

Kerroin Maijalle ja Paulalle valokuvausosion idean: Kuvata itselle merkityksellisiä paikkoja, ihmisiä, tilanteita yms. Paikat voivat olla sellaisia, missä heillä on hyvä olla tai vastaavasti huono olla. Ihmiset, joita he kuvaavat voivat olla perheenjäseniä, ystäviä, tuttuja yms. Ainoana rajoituksena oli se, että muita asukkaita ei saisi kuvata ilman kyseisen henkilön lupaa. Filmille voisi myös ottaa (toisen henkilön avustuksella) kuvan itsestä, omakuvan. Paikan voisi määrittää itse. Kerroin Maijalle ja Paulalle, että omakuvan voi ottaa jos tunsi olevansa valmis siihen. ”Omakuva-tekniikat valokuvaterapiassa ovat turvallinen keino asiakkaille kohdata kiellettyjä tunteita ja hyväksyä heidän omia rajoituksiaan ja puolustusmekanismejaan turvallisissa määrin. Omakuvat tarjoavat asiakkaille keinon erottaa ja tarkastella niitä osia itsestään joista he eivät ehkä pidä tai eivät halua olevan itsessään ja yrittää etsiä vaihtoehtoja.”(Weiser 2001-2005.)

IN ENGLISH

I told Maija and Paula the idea of photography-part. to take pictures of meaningful places, people and situations etc. The places could be the kind of places where they feel good or bad. People that they

pictures of could be family members, friends, people they know etc. The only limitation was that they were not allowed to take pictures of other patients in the treatment place without their permission. They could also take a picture of themselves on the film (with the help of other person), a self-portrait. They could decide the place. I told to Maija and Paula that they could take the self-picture if they felt that they were ready for it. *And then I added your text* "Self-portrait PhotoTherapy techniques are a safe way for clients to meet denial head-on and probe their own limitations and defenses in carefully-managed amounts. Self-portraits provide a way for clients to differentiate themselves from the parts of themselves that they may not like or want, and try out alternatives (without other people having to know)." (Weiser 2001-2005)

Kerroin, että valokuvausosion tehtävänanto oli hyvin vapaa, ja että he voisivat käyttää omaa luovuuttaan kuvien suunnittelussa ja ottamisessa. ” Valokuvaustehtäviä (photo -taking assignments) ei tarvitse välttämättä kohdistaa tarkasti, sillä suurempi verkko tuo usein paremman saaliin (the wide net brings often the better catch)-asiakasta voidaan pyytää esimerkiksi kuvaamaan asioita jotka tekevät hänet onnelliseksi, asioita joita hän haluaisi muuttaa maailmassa...” (Weiser 2001-2005.)

IN ENGLISH:

I told that the assignment in this photo –part was very free and that they could use their own creativity in designing and taking of the pictures. *Then added your text* Photo-taking assignments do not have to be tightly focused, because "fishing with a wide net" often brings in a better "catch" (for example: "This is the last roll of film on Earth; please take pictures with it and bring these to your next session", "Go take photos you'd like to leave as a visual legacy for your grandchildren", and other similarly "wide-topic" assignments). Photographing what affects them gives clients more control over its unknown or unexpected aspects; getting it "outside" themselves gives them a better viewpoint from which to explore it more safely. (Weiser 2001-2005)