

# EMPATÍA A DISTANCIA COMPASIÓN SIN CONTACTO PRESENCIAL

## EMPATHY REMOTELY COMPASSION WITHOUT IN-PERSON CONTACT

ANU KYLMÄNEN<sup>1</sup>, HEIDI PIETARINEN<sup>1</sup>, JOHANNA OKSANEN<sup>1</sup>

<sup>1</sup> FACULTY OF ART AND DESIGN, UNIVERSITY OF LAPLAND, ROVANIEMI, FINLAND

---

RECIBIDO: 28 DE FEBRERO DE 2022 // ACEPTADO: 29 DE ABRIL DE 2022 • RECEIVED: 28 FEBRUARY 2022 // ACCEPTED: 29 APRIL 2022

---

ESTE ARTÍCULO SE ENFOCA EN EXAMINAR LA INVESTIGACIÓN BASADA EN EL ARTE Y LA EMPATÍA EN RELACIÓN AL CUIDADO DE LA SALUD. EL TEXTO SE BASA EN DOS NARRATIVAS PRODUCIDAS EN EL MARCO DEL PROYECTO *MORE REMOTELY – WORK IN SOCIAL AND HEALTH CARE IS CHANGING* (MÁS REMOTAMENTE: EL TRABAJO EN LA ATENCIÓN SOCIAL Y DE SALUD ESTÁ CAMBIANDO): EL PROYECTO *CAREFREE ROOM* (HABITACIÓN SIN PREOCUPACIONES) Y EL SEMINARIO *WEB LOOK AT THE CLOUDS* (MIRA LAS NUBES). EN ESTE ARTÍCULO, LA PRIMERA SE DENOMINARÁ NARRATIVA I Y LA SEGUNDA, NARRATIVA II. LAS NARRATIVAS TIENEN COMO OBJETIVO MEJORAR EL BIENESTAR DEL PERSONAL DE ATENCIÓN SOCIAL Y DE LA SALUD Y DE LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS, ASÍ COMO SU PARTICIPACIÓN EN ENTORNOS CAMBIANTES DE TRABAJO Y ESTUDIO. NUESTRA INVESTIGACIÓN DESARROLLA NUEVOS MÉTODOS PARA LA INTERACCIÓN REMOTA, AQUÍ LLAMADOS “COMPASIÓN SIN CONTACTO PRESENCIAL”. EL MATERIAL DE INVESTIGACIÓN Y LOS PROCESOS BASADOS EN EL ARTE VINCULADOS A ESTE DEFINEN Y DESARROLLAN UN MÉTODO PARA LA PARTICIPACIÓN INDIVIDUAL EN LA INTERACCIÓN REMOTA, Y PARA COMPRENDER Y ARTICULAR LA SUBJETIVIDAD DE LA INTERACCIÓN. EL MATERIAL DE INVESTIGACIÓN SE RECOLECTÓ UTILIZANDO MÉTODOS DE INVESTIGACIÓN BASADOS EN EL ARTE (ABR), Y SE PRESENTA EN ESTE ARTÍCULO UTILIZANDO LAS NARRATIVAS I Y II MENCIONADAS ANTERIORMENTE. ESTO, COMO POR MEDIO DE CASOS DE EJEMPLO CON UN ÉNFASIS ESPECIAL EN LA VISUALIZACIÓN DE EMOCIONES Y EL PENSAMIENTO BASADO EN LA EMPATÍA. EL MÉTODO PRESENTADO AQUÍ HABILITA FORMAS DE INVOLUCRAR A LOS PARTICIPANTES EN LA CONSTRUCCIÓN DE UN ENTENDIMIENTO COMPARTIDO CON EL OBJETIVO DE MEJORAR EL BIENESTAR COLECTIVO Y CREAR MÉTODOS BASADOS EN LA EMPATÍA EN ENTORNOS DE TRABAJO CAMBIANTES. ESTE ARTÍCULO ABORDA LAS SIGUIENTES PREGUNTAS: (1) ¿CÓMO RECONOCER, PROCESAR Y GESTIONAR LAS PROPIAS EMOCIONES? Y (2) ¿CÓMO IDENTIFICAR, COMPARTIR Y COMPRENDER LAS EMOCIONES DE LOS DEMÁS A DISTANCIA?

**PALABRAS CLAVE:**

DISEÑO NARRATIVO, EMPATÍA, MÉTODO BASADO EN EL ARTE, EMOCIONES, TRABAJO REMOTO, ASISTENCIA SANITARIA Y SOCIAL

THIS ARTICLE FOCUSES ON EXAMINING ART-BASED RESEARCH AND EMPATHY RESEARCH RELATED TO HEALTH CARE. THE ARTICLE IS BASED ON TWO NARRATIVES PRODUCED IN THE PROJECT *MORE REMOTELY – WORK IN SOCIAL AND HEALTH CARE IS CHANGING* (2020–22): *CAREFREE ROOM PROJECT* (2020–21) AND *LOOK AT THE CLOUDS WEBINAR* (2020). IN THIS ARTICLE, THE FORMER WILL BE REFERRED TO AS NARRATIVE I AND THE LATTER AS NARRATIVE II. THE NARRATIVES AIM AT ENHANCING THE WELL-BEING OF SOCIAL AND HEALTH CARE STAFF AND UNIVERSITY STUDENTS, AS WELL AS THEIR PARTICIPATION IN CHANGING WORK AND STUDY ENVIRONMENTS. OUR RESEARCH DEVELOPS NEW KINDS OF METHODS FOR REMOTE INTERACTION, HERE CALLED “COMPASSION WITHOUT IN-PERSON CONTACT”. THE RESEARCH MATERIAL AND THE RELATED ART-BASED PROCESSES DEFINE AND DEVELOP A METHOD FOR INDIVIDUAL PARTICIPATION IN REMOTE INTERACTION, AND FOR UNDERSTANDING AND ARTICULATING THE SUBJECTIVITY OF THE INTERACTION. THE RESEARCH MATERIAL WAS COLLECTED BY USING ART-BASED RESEARCH METHODS (ABR), AND IT IS PRESENTED IN THIS ARTICLE USING THE ABOVEMENTIONED NARRATIVES I AND II AS EXAMPLE CASES WITH A SPECIAL EMPHASIS ON VISUALIZING EMOTIONS AND EMPATHY-BASED THINKING. THE METHOD PRESENTED HERE ENABLES WAYS TO ENGAGE PARTICIPANTS IN BUILDING A SHARED UNDERSTANDING, AIMING TOWARDS ENHANCING COLLECTIVE WELL-BEING AND CREATING EMPATHY-BASED METHODS IN CHANGING WORK ENVIRONMENTS. THIS ARTICLE ADDRESSES THE FOLLOWING QUESTIONS: 1) HOW TO ENCOUNTER, PROCESS, AND MANAGE ONE’S OWN EMOTIONS? AND 2) HOW TO IDENTIFY, SHARE AND UNDERSTAND THE EMOTIONS OF THE OTHERS REMOTELY?

**KEYWORDS:**

NARRATIVE, EMPATHY DESIGN, ART-BASED METHOD, EMOTIONS, REMOTE WORK, SOCIAL AND HEALTH CARE

## EMPATÍA, STORYTELLING Y VISUALIZACIÓN COMO MÉTODOS DE INVESTIGACIÓN BASADOS EN EL ARTE

El foco de esta investigación fue explorar las reacciones de los participantes sobre ciertas emociones y expresiones emocionales en contextos de trabajo específicos, más que buscar el cierre de un problema predeterminado. El objetivo fue entablar un diálogo abierto entre los participantes de los talleres y del seminario web mediante la utilización de métodos de narración y visualización basados en el arte, entendiendo que la investigación basada en las artes puede verse como un método diseñado para ampliar la comprensión humana.

Los procesos basados en el arte implementados durante los talleres y el seminario web favorecieron una atmósfera segura y empática para que los participantes se involucraran en las experiencias y emociones de los demás en el tiempo y el lugar (p. ej., Barone & Eisner 2011, pp. 7–9). La empatía se refiere a la consideración y comprensión de los sentimientos de otras personas. Puede verse como un estado compartido de experiencia que evoca compasión por otra persona y como una herramienta importante para la interacción en la comunicación social. La empatía también juega un papel en la anticipación de los estados emocionales de otra persona cuando tratamos de deducir lo que la otra persona siente sobre una situación particular (Nummenmaa 2010, pp. 132 y 133).

Los datos de los talleres y del seminario web (Narrativas I y II) presentados en este artículo se recopilaron utilizando métodos de observación (investigadores como observadores participantes), documentación de las discusiones (notas, discusiones escritas durante los talleres, por ejemplo, a través de Adobe Connect y la plataforma visual Miro, comentarios y retroalimentación de los participantes) y de los procesos artísticos (documentación visual de las obras de arte concretas creadas en el proceso). Los datos fueron recopilados durante los talleres y el seminario web. El proyecto *The carefree room* (Narrativa I) se llevó a cabo del 7 de septiembre de 2020 al 31 de mayo de 2021, y el seminario web *Look at the clouds* (Narrativa II) tuvo lugar el 4 de noviembre de 2021. El proyecto *The carefree room* involucró a trece estudiantes de arte que cocrearon una obra titulada *Sara's story* (La historia de Sara) a través de la ilustración de su conversación remota. El seminario web *Look at the clouds* consistió en una discusión grupal de dieciséis trabajadores sociales y de atención médica representada visualmente por la artista (Susanna Sivonen). En combinación con la investigación narrativa, los datos y su análisis crearon diálogos, formas alternativas de expresión y se lograron vínculos óptimos con los participantes. Los métodos utilizados ayudaron a construir un entendimiento compartido no solo entre los participantes, sino también entre los participantes y los investigadores.

### CASOS NARRATIVOS

#### NARRATIVA I: VISUALIZACIÓN Y MÉTODOS BASADOS EN LA EMPATÍA UTILIZADOS EN EL PROYECTO "CAREFREE ROOM" (HABITACIÓN SIN PREOCUPACIONES)

En otoño de 2020, un grupo de trece estudiantes se reunió en la Universidad de Laponia para probar métodos basados en el arte que se desarrollarían durante los talleres (figura 1). Los métodos incluían varias formas empáticas de trabajar, principalmente a través de plataformas de colaboración digital existentes destinadas al trabajo remoto. Las actividades del grupo se basaron en las ideas personales de los participantes sobre la experiencia de bienestar de los estudiantes y el desarrollo de actividades que

## EMPATHY, STORYTELLING AND VISUALIZING AS METHODS OF ART-BASED RESEARCH

In this research, rather than seeking closure on a predetermined problem, the intention was to explore participants' reactions on certain emotions and emotional expressions in specific working contexts. The aim was to enhance an open dialogue between the participants of the workshops and webinar by utilizing methods of storytelling and visualizing as art-based approaches, as arts-based research can be seen as a method designed to enlarge human understanding.

The art-based processes implemented during the workshops and webinar formed a basis for a secure and empathetic atmosphere for the participants to get involved in the experiences and emotions of the others in time and place (e.g. Barone & Eisner 2011, pp. 7–9). Empathy refers to the consideration and understanding of the feelings of other people. It can be seen as a shared state of experience that evokes compassion for another person and as a significant tool for interaction in social communication. Empathy also plays a role in anticipating another person's emotional states as we try to deduce what the other person feels about or in a particular situation(s) (Nummenmaa 2010, pp. 132–133).

The data of the workshops and webinar (Narratives I & II) presented in this article were collected using methods of observation (researchers as a participant observer), documentation of the discussions (notes, written discussions during the workshops e.g. via Adobe Connect and visual platform Miro, comments and feedback from the participants) and of the artistic processes (visual documentation of the concrete pieces of art created in the process). Data were collected during the workshops and the webinar. The Carefree room project (Narrative I) ran from 7 September 2020 to 31 May 2021, and the Look at the Clouds webinar (Narrative II) took place on 4 November 2021. The Carefree Room project involved 13 art students who co-created a work of art entitled Sara's Story on the basis of their illustrated remote conversation. The Look at the Clouds webinar consisted of a group discussion of 16 social and health care workers visualized by artist (Susanna Sivonen).

In combination with narrative enquiry, the data and its analysis created dialogues, alternative ways of expression, and enhanced engagements were achieved with the participants. The methods used helped build a shared understanding not only among participants, but also between participants and researchers.

### NARRATIVE CASES

#### NARRATIVE I: VISUALIZING AND EMPATHY-BASED METHODS USED IN "CAREFREE ROOM" PROJECT

In the autumn of 2020, a group of thirteen students gathered at the University of Lapland to test art-based methods that would be developed during the workshops (Figure 1). The methods included various empathetic ways of working mostly via existing digital collaboration platforms intended for remote working. The group's activities were based on the participants' personal ideas of student well-being experience and development of activities that enhance well-being in the context of working and studying remotely. In mapping the development needs or areas identified by the group, we used a narrative research approach. According to Kosonen (2018), storytelling is a fundamental way to express ourselves and link people together. Stories can form an essential part of communicating (ibid. 30).

mejoran el bienestar en el contexto de trabajo y estudio remoto. Utilizamos un enfoque de investigación narrativo para mapear las necesidades o áreas de desarrollo identificadas por el grupo. Según Kosonen (2018), el storytelling es una forma fundamental de expresarnos y vincular a las personas. Las historias pueden formar una parte esencial de la comunicación (ibíd. 30). En los métodos utilizados en los talleres de *Carefree room*, se utilizaron las historias personales de los estudiantes para identificar situaciones cotidianas que necesitaban mejorar. También se buscaron posibles sugerencias de mejora para estas situaciones desafiantes junto con los participantes. El primer paso fue combinar las historias personales de los participantes en una narración conjunta titulada *La historia de Sara* enmarcada en torno a un personaje imaginario llamado Sara. El grupo creó una cronología de la vida de Sara para centrarse en las experiencias individuales, las emociones y los sentimientos actuales de los participantes. En la línea de tiempo creada por el grupo, el personaje de Sara se encontraba en una situación desafiante y los participantes discutieron cómo se podría haber evitado la situación. La plataforma de discusión utilizada para la tarea fue el software Adobe Connect y las ideas se almacenaron en la plataforma de colaboración visual Miro. Además, el grupo se reunía de forma independiente y discutía a través del grupo de WhatsApp *Carefree room project* (aplicación de mensajería instantánea).

In the methods used in the Carefree room workshops, students' personal stories were used to identify everyday situations that needed improvement. Possible suggestions for improvement were also sought for these challenging situations together with the participants. The first step was to combine the participants' personal stories into a joint narrative entitled Sara's Story framed around an imaginary character called Sara. The group created a timeline of Sara's life to focus on the individual experiences, emotions and current feelings of the participants. On the timeline created by the group, Sara's character currently found herself in a challenging situation, and the participants discussed how the situation could have been prevented. The discussion platform used for the assignment was Adobe Connect software and the ideas were stored on the visual collaboration platform Miro. In addition, the group met independently and had discussions through the Carefree Room Project WhatsApp group (instant messaging application).



FIG. 1 Notas visuales de la reunión del 26 de octubre de 2020 por Veeti Tukiainen. Foto Anu Kylmänen

FIG.1 Visual notes of the meeting on 26th of October 2020 by Veeti Tukiainen. Photo Anu Kylmänen

Durante las discusiones, el grupo hizo un dibujo conjunto de Sara (figura 2). Para ello usaron la pizarra en línea de la plataforma Miro para la colaboración visual (busque <https://miro.com>). La apariencia del personaje fue tomando forma a medida que se desarrollaban las ideas en la pizarra de Miro. Todo el grupo participó en el dibujo y la lluvia de ideas del personaje. En conjunto, las percepciones, las ideas, la imaginación y las experiencias de la vida real de los participantes formaron una historia multidimensional y participativa. Como resultado, la historia sirvió incluso como método para introducir temas difíciles en la discusión. El personaje de Sara habilitó una forma segura de lidiar con algunas de las capas más difíciles de las historias que originalmente ni siquiera se pensó que se tratarían. Al desentrañar la historia de Sara, el grupo consideró diferentes formas de resolver algunos de los desafíos que habían surgido en las historias contadas al comienzo del proyecto.

During the discussions, the group jointly drew a picture of Sara (Figure 2). They used the Miro platform online whiteboard for visual collaboration (look <https://miro.com>) for this assignment. The appearance of the character took shape as the ideas were developed on the above-mentioned Miro whiteboard. The whole group was involved in drawing and brainstorming the character. Taken together, the perceptions, ideas, imagination, and the participants' real-life experiences formed one multidimensional and participatory story. As a result, the story served as a method to introduce even difficult topics into discussion. Sara's character created a secure way to deal with some of the most difficult layers of the stories which originally were not even thought to be dealt with. Unraveling Sara's story, the group considered different ways of solving some of the challenges that had emerged in the stories told at the beginning of the project.

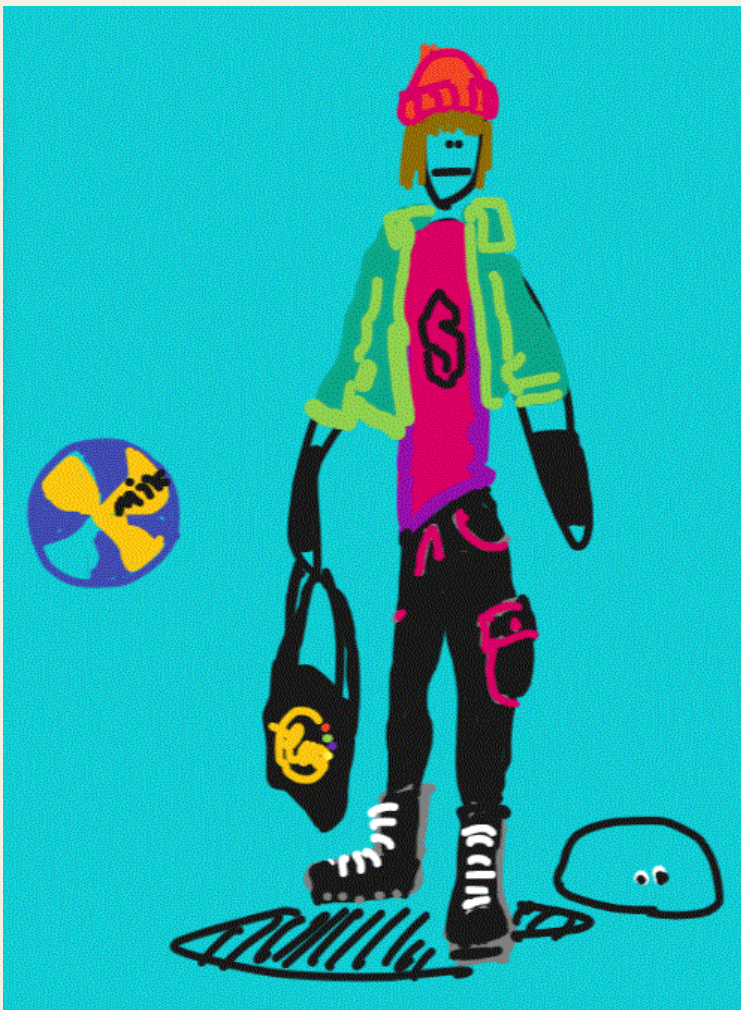


FIG. 2 Dibujo que representa el personaje de Sara.  
Foto Anu Kylmänen

FIG. 2 A drawing representing the character of Sara.  
Photo Anu Kylmänen

Se creó una atmósfera segura entre los participantes actuando de forma anónima a través de un chat en línea en tiempo real. Las discusiones procedieron haciendo preguntas que habían sido preparadas de antemano. Las respuestas se recogieron en una pizarra conjunta de Miro anotando y dibujando, y si se deseaba, concretando mediante discusión. La conversación se amenizó con el uso de emojis, que apoyaron la visualización de los estados de ánimo o emocionales de los participantes. La tarea animó al grupo a discutir abiertamente sus sentimientos. Eventualmente, la historia de Sara se cristalizó en los conceptos centrales de *Carefree room*: seguridad, prevención, apoyo entre pares, comunidad y liberación de emociones. A través de estos conceptos, se condujeron dos talleres de arte, en los que se trabajaron las reacciones emocionales en un ambiente seguro. La asistencia a los talleres podía ser en persona o de forma remota. Uno de los talleres de arte del proyecto *Carefree room* consistió en la idea de hacer un tablero multisensorial, en el que cada participante elaboraba uno o más soportes sensoriales en un tamaño de 40 x 40 cms utilizando la técnica de su elección. La obra constaba de doce azulejos, cada uno hecho para representar los sentimientos de su creador. Todos tuvieron la libertad de expresar sus diferentes estados emocionales en la obra creando mosaicos que se ensamblaron a partir de diversos materiales. El conjunto de azulejos sensoriales se exhibió como resultado final de los talleres combinados. Una de las autoras del azulejo sensorial escribió sobre su trabajo:

*En el trabajo textil mi propósito fue reflejar diferentes estados emocionales. El patrón de encaje negro sobre el tejido oscuro refleja el miedo asociado a la situación de pandemia en el mundo. Por otro lado, las flores blancas de la obra cuentan una historia de esperanza. Las flores son como un sueño para un mañana mejor, donde se permite volver a abrazar a los amigos e incluso una cuarentena por corona es solo un recuerdo lejano. Las rosas rosadas de Dior aportan delicadeza a la obra. Nos recuerdan la importancia de tratar a los demás con empatía, sin olvidar la misericordia hacia uno mismo también. Las rosetas de gasa de encaje negro dejan una marca en el trabajo como mariposas de luto, que a veces puede estar oculta en las mentes de la mente. Los abundantes volantes dorados son como ideas que brotan con anticipación, la luz y el calor del sol primaveral: algo nuevo y hermoso está creciendo debajo de la base de tonos oscuros. Tomada en su conjunto, la obra recuerda un flujo oscuro de pensamientos, con sueños y deseos tranquilos en flor. Junto con otros trabajos grupales, Sense Board (Panel de los sentidos) representa el espectro completo de emociones. (Participante 1. del proyecto Carefree room 2021)*

El propósito del tablero multisensorial llamado *Sense the wall* (Siente el muro) fue crear un espacio para concentrarse en el momento presente. En este caso, la sensorialidad táctil tuvo un papel especialmente importante. La idea era recordar lo importante que es detenerse por un momento. *Sense the wall* se concibió como una experiencia multisensorial que hace que el espectador vea y toque. Al volvernos más conscientes de nuestra percepción sensorial del entorno, puede ser más fácil calmarnos por un tiempo. Cuando las manos tienen sensaciones diferentes, es más fácil para la mente concentrarse en el momento presente.

A secure atmosphere in a real-time online chat between the participants was created by acting anonymously. The discussions proceeded by asking questions that had been prepared beforehand. The answers were collected on a joint Miro whiteboard by writing them down and drawing them, and if desired, specifying them by discussion. The conversation was enlivened by the use of emojis, which supported the visualization of the moods or emotional states of the participants. The task encouraged the group to openly discuss their feelings. Eventually, the story of Sara was crystallized into the core concepts of the *Carefree Room: safety, prevention, peer support, communality and release of emotions*. Through these concepts, two art workshops, in which the emotional reactions were to be worked on in a safe atmosphere. It was possible to attend the workshops on site or remotely. One of the Carefree Room project's art workshops consisted of the idea of making a multisensory board, in which each participant made one or more sensory plates in a size of 40 cm x 40 cm using the technique of their choice. The work consisted of twelve tiles, each made to represent the feelings of its creator. The tiles were assembled from diverse materials and everyone was free to express their different emotional states in the work. The sensory tile ensemble was exhibited as the final result of the combined workshops. One of the authors of the sensory wall tile wrote about her work:

*In the textile work, my purpose was to reflect different emotional states. The black lace pattern on the dark base fabric reflects the fear associated with the pandemic situation in the world. On the other hand, the white flowers in the work tell a story of hope. Flowers are like a dream for a better tomorrow, where hugging friends is allowed again and even a corona quarantine is only a distant memory. The pink Dior roses bring gentleness to the work. They remind us of the importance of treating other people with empathy, not forgetting mercy for oneself as well. The gauze-like rosettes of black lace leave a mark on the work of mourning butterflies, which may sometimes be hidden in the minds of the mind. The golden, abundant ruffles are like sprouting ideas with anticipation, the light and warmth of the spring sun: Something new and beautiful is growing beneath the dark-toned base. Taken as a whole, the work is reminiscent of a dark flow of thoughts, with dreams and quiet desires in bloom. Together with other group works, the Sense Board represents the full spectrum of emotions. (Participant 1. of Carefree Room project 2021)*

The purpose of the multisensory board called *Sense the wall* was to create a space for concentrating on the present moment (Figure 3). In this case, tactile sensoriality had a particularly important role. The idea was to be reminded of how important it is to just cease for a moment. The Sense the wall was intended as a multi-sensory experience that makes the viewer see and touch. By becoming more aware of our sensory perception of the environment, it might be easier to cease for a while. When the hands have different sensations, it is easier for the mind to focus on the present moment.



FIG. 3 Grupo de Carefree room haciendo los tableros sensoriales. Foto Annu Kuivas

FIG. 3 Carefree Room group making the sensory boards. Photo Annu Kuivas

El segundo taller de la serie fue el *Community Clay Workshop* (taller comunitario de arcilla), ejecutado el 15 de febrero de 2021. El objetivo del taller fue ofrecer a los participantes la oportunidad de probar la creación artística como una forma de aliviar el estrés. Durante el taller, a cada participante se le entregó un trozo de arcilla para formar una escultura que representara sus propios sentimientos. Muchos de los miembros del grupo habían experimentado que el estrés podía aliviarse practicando la presencia consciente, activando diferentes sentidos y haciendo arte. Especialmente al activar el sentido del tacto, ya sea creando arte textil o cerámica, es posible liberar el estrés. Durante el taller se mapearon las emociones que surgieron a través de una encuesta.

The second workshop in the series was the *Community clay workshop*, organized on 15 February 2021. The purpose of the workshop was to offer the participants an opportunity to try art making as a way to alleviate stress. During the workshop, each participant was given a piece of clay to shape a sculpture depicting their own feelings (Figure 4). Many of the group members had experienced that stress could be alleviated by practicing conscious presence, activating different senses, and making art. Especially by activating the sense of touch – whether through creating textile art or ceramics – it is possible to release stress. During the workshop, the emotions that emerged were mapped out using a survey.

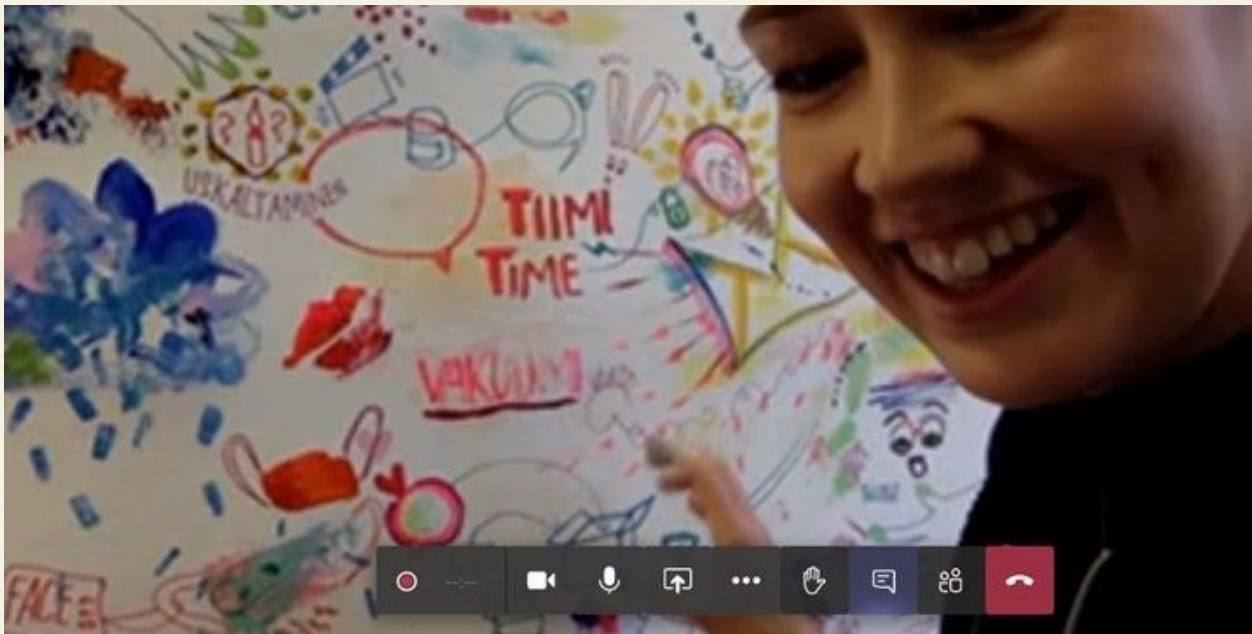


FIG. 4 Mis sentimientos visualizados con arcilla. Foto Annu Kuivas  
 FIG. 4 My feelings visualized with clay. Photo Annu Kuivas

Los estados emocionales afectan a las personas de manera multidimensional, se manifiestan en la interacción social, pero también como sensaciones corporales. Las emociones también contribuyen a la forma en que experimentamos e interpretamos los eventos en nuestro entorno. Las emociones son provocadas por eventos externos que producen una respuesta emocional automática, a menudo involuntaria. Una reacción emocional se manifiesta como cambios en la función cerebral, la función corporal y el comportamiento. Al interactuar con otras personas, las expresiones emocionales que percibimos en los demás también afectan nuestras propias emociones. Las emociones son contagiosas: un mal presentimiento de una persona puede afectar negativamente la atmósfera en su conjunto, y un buen momento puede mejorar un mal día. El propósito del contagio emocional es optimizar nuestra respuesta a diferentes situaciones y facilitar la interacción humana. Las emociones afectan nuestras interpretaciones de la interacción social (Nummenmaa 2010, págs. 52–53, 76, 92, 100, 115, 130–132). Cuando somos capaces de percibir nuestros propios estados emocionales y sus factores de fondo, es más fácil comprender nuestro propio comportamiento y tratar de influir en él. Al trabajar y discutir juntos en el *Multisensory Board Workshop* y en el *Community Clay Workshop*, se creó un espacio de interacción seguro y acogedor, optimizando la oportunidad para que cada participante reaccionara ante la nueva situación desde su propio punto de vista.

#### 132 NARRATIVA II: LOOK AT THE CLOUDS (MIRA LAS NUBES)

¿Cuándo fue la última vez que miraste las nubes y sus formas? Esta pregunta se formuló en el seminario web *Empathy - Feeling Remotely* (Empatía: sentir de forma remota) (2020) como parte del proyecto nacional coordinado por la Universidad de Ciencias Aplicadas de Tampere y la Universidad de Laponia (*More Remotely*

Emotional states affect people in a multidimensional way, they show direction in social interaction, but also manifest as bodily sensations. Emotions also contribute to the way we experience and interpret events in our environment. Emotions are triggered by external events that evoke an automatic, often involuntary emotional response. An emotional reaction manifests as changes in brain function, body function, and behavior. In our interactions with other people, the emotional expressions we perceive in others also affect our own emotions. Emotions are contagious: A bad feeling of one person can negatively affect the atmosphere as a whole, and one good moment can change a bad day for the better. The purpose of emotional contagion is to optimize our response to different situations and to facilitate human interaction. Emotions affect our interpretations of social interaction. (Nummenmaa, 2010, pp. 52–53, 76, 92, 100, 115, 130–132). When we are able to perceive our own emotional states and their background factors, it is easier to understand our own behavior and try to influence it. By working and discussing together in the Multisensory board workshop and the Community clay workshop, a safe and accepting interaction space was created, optimizing the opportunity for each participant to react to the new situation from their own point of view.

#### NARRATIVE II: LOOK AT THE CLOUDS

When was the last time you looked at the clouds and their shapes? This question was asked in the *Empathy - Feeling Remotely* (2020) webinar as a part of the national project coordinated by Tampere University of Applied Sciences and the University of Lapland (*More Remotely* 2022). The metaphorical question was intended to facilitate a visually illustrated discussion, creative brainstorming and to see one's own actions from a new perspective. Most importantly, participants were encouraged to try and

2022; Más remotamente 2022). La pregunta metafórica pretendía facilitar una discusión ilustrada visualmente, una lluvia de ideas que permitiera ver las acciones desde una nueva perspectiva. Lo que es más importante, se alentó a los participantes a probar y utilizar diversas herramientas y métodos de comunicación, sin enfocarse en dominar un método en particular. El objetivo del seminario web era encontrar claridad y crear un ambiente tranquilo y agradable.

La noción de tener la cabeza en las nubes pretendía ser un cambio estratégico para distraer y desconectar a los participantes de su situación actual. El propósito de usar la metáfora familiar era llevar a los participantes a pensar sobre el pensamiento, enfocar sus propios pensamientos e imaginar las nubes como una parte integral del cielo que consta de colores, luces y ritmos: vincular sus sentimientos al momento o simplemente disfrutar el momento. También se alentó a los participantes a escribir sus pensamientos y sentimientos en un cuadro de *chat* (aplicación de mensajería de Microsoft Teams) que funcionó como una actividad rápida para involucrarlos. Tres participantes escribieron: “Un ambiente de espera. En medio de un apuro, trato de calmarme aquí. Estoy involucrado con interés, apertura, cansancio, anticipación, interés”. Más tarde, una discusión directa demostró ser más popular que los pensamientos, sentimientos y opiniones escritos y compartidos en el cuadro de *chat*. Se trataba de compartir sentimientos con métodos remotos, pero ¿cómo ver, compartir y comprender los sentimientos que sienten los demás? El seminario web *Empathy – Feeling Remotely* (2020) buscaba brindar a los diseñadores y al personal de atención médica acceso a mejores herramientas para el pluralismo y métodos inclusivos para desarrollar la interacción remota. En estos contextos, la(s) metáfora(s), los colores y las formas lograron constituir y expresar un pluriverso (Escobar, 2011) de visualidad, sentimientos, significados e historias que se incrustaron en el dibujo y la pintura de la vida. Pero esto también puede entenderse como una diversidad social y un valor social, que se derivan de las experiencias humanas vividas. (Pietarinen, Qureshi y Sarantou 2022; Tsirogianni y Gaskell 2011, 2).

La diseñadora Susanna Sivonen (Sivonen 2022) visualizó la discusión del seminario web utilizando medios mixtos, diferentes métodos de pintura y dibujo, relacionado con la presencia, la autoría compartida y la creatividad en el contexto de la discusión sobre empatía. La narrativa (discusión) se ilustró con imágenes, colores, líneas, formas, ritmos, repeticiones, patrones, y superficies, dibujando en sincronía con la discusión en línea en curso. No era solo un video de dibujos animados ordinario, aunque eso también sea una forma efectiva de comunicación. Por ejemplo, el color verde apoyó temas como las nubes, un patrón repetitivo en espiral representaba una conversación estancada, las líneas onduladas representaban una gran cantidad de ideas y un color fluyendo se usó para expresar incertidumbre. A medida que avanzaba el proceso de pintura, la diseñadora se pintó a sí misma detrás de una plantilla de acrílico transparente. La interacción entre el personal sanitario, la diseñadora y el grupo de trabajo no fue necesaria y transcurrió sin problemas. Por ejemplo, las palabras “Houston, tenemos un problema”, que estaban escritas en rojo, expresaban una situación problemática vivida durante la discusión. Todo el proceso, una discusión remota, reveló capas previamente ocultas y una arqueología de la habilidad de visualización (ver Foucault 1994). La visualización se trataba de lo que veían los miembros del grupo (color,

use communication tools and methods, not so much to master a particular method. The aim of the webinar was to find clarity and to create a calm and pleasant atmosphere.

The notion of having one’s head in the clouds was intended as a strategic shift to distract and disconnect participants from their present situation. The purpose of using the familiar metaphor was to lead participants to think about thinking, focus one’s own thoughts, and image clouds as an integral part of the sky, consisting of colors, lights and rhythms – attach their feelings to the moment or just enjoy the moment. Participants were also encouraged to write their thoughts and feelings in a (Microsoft Teams messaging app) chat box, which worked as a quick activity to engage participants. Three participants wrote: “A waiting atmosphere. In the middle of a hurry, I try to calm down here. I am involved with interest, openness, tiredness, anticipation, interest.” Later a direct discussion proved to be more popular than the thoughts, feelings, and opinions written and shared in the chat box. This was all about sharing feelings with remote methods, but how to see, share and understand the feelings that others feel?

Empathy – Feeling Remotely (2020) webinar sought to provide both designers and health care staff access to better tools for pluralism and inclusive methods for developing remote interaction. In these contexts, metaphor(s), colors and shapes were able to constitute and express a pluriverse (Escobar, 2011) of visuality, feelings, meanings and stories that were embedded in life drawing and painting. But this can also be understood as social diversity and a social value, which stem from lived human experiences (Pietarinen et al., 2022; Tsirogianni & Gaskell 2011). Designer Susanna Sivonen (Sivonen, 2022) visualized the webinar discussion by using mixed media, different methods of painting and drawing, which was related to presence, shared authorship and creativity in the context of the empathy discussion. The narrative (discussion) was illustrated with images, colors, lines, shapes, rhythms, repetitions, patterns, surfaces and drawn in synchrony with the ongoing online discussion. It was not just an ordinary cartoon video, although that, too, is an effective way to communicate. For example, the color green supported topics such as clouds, a repetitive spiral pattern represented a stalled conversation, wavy lines stood for an abundance of ideas, and a flowing color was used to express uncertainty. As the painting process proceeded, the designer eventually painted herself behind a transparent acrylic template. Interaction between health care staff, the designer and the working group was not necessary proceeding smoothly. For example, the words “Houston, we have a problem”, which were written in red, expressed a problematic situation experienced during the discussion. The whole process, a remote discussion, revealed previously unforeseen layers and an archaeology of skill of visualization (see Foucault, 1994.) The visualization was about what the group members saw (color, shape, material, author), what kind of dialogue the group had based on the image in progress (stopping, being in the moment, presence) and how the finished work addressed the group members (emotions evoked by the image). Narratives as a natural part of support for opinion expression are needed. A living measurement (evolving with everyday practices), Quality cards (following everyday actions and understanding them) or A crisis assistant (instructions for different crises) are just examples, but encourage work together and more proactively (Fokus, 2022). Although virtual meetings have become a



forma, material, autor), el tipo de diálogo producido ilustrado en la imagen en curso (detención, estar en el momento, presencia) y en cómo la obra terminada se dirigía a los miembros del grupo (emociones evocadas por la imagen).

Se necesitan narrativas como parte natural del apoyo a la expresión de opiniones. Una medición viva (que evoluciona con las prácticas cotidianas), *quality cards* (tarjetas de calidad, que sigue las acciones cotidianas y las comprende) o un *crisis assistant* (asistente de crisis con instrucciones para diferentes crisis) son solo ejemplos, pero fomentan el trabajo conjunto y proactivo (Focus 2022). Si bien las reuniones virtuales se han convertido en una parte familiar de nuestra vida cotidiana, solo unos pocos participantes se sintieron cómodos con el uso de la cámara en nuestros seminarios web. Apagar la cámara para reuniones de video o seminarios web es posiblemente más productivo y menos agotador. La cámara puede tener parte de la culpa, pero los empleados, en particular los más nuevos y con menos antigüedad, también parecían más inseguros o vulnerables en términos de su posición social en los seminarios web (en su lugar de trabajo). (Ver Shockley et. al 2021.). La conversación ilustrada en el seminario web volteó la mirada de la cámara. Al principio, la atención se centró en la propia artista. Estaba de pie frente a la audiencia, cara a cara con los participantes, pero detrás de una lámina o plantilla de acrílico transparente. A medida que avanzaba la discusión, la artista se pintó gradualmente a sí misma para ocultarse detrás de la narrativa, lo que permitió que la atención de los participantes se enfocara más en la línea narrativa que en la propia artista.

La oportunidad de los participantes de ver y sentir el movimiento (cinestesia) del diseñador y presenciar la trama narrativa evolucionando paso a paso frente a ellos, les ayudó a concentrarse en el momento. Por otro lado, a veces se olvidaban de mirar a la artista y de seguir la conversación, tenían la cabeza en las nubes. La discusión visualizada mostró que el encuentro requiere una variedad de herramientas alternativas para promover la inclusión. Un autorretrato generalmente se considera una actuación privada, pero tan pronto como el diseñador intervino en el proceso o presentación, lo privado se volvió público y compartido.

#### CREANDO BIENESTAR CON MÉTODOS BASADOS EN EL ARTE

*Carefree room* creó una exposición de arte comunitario que se exhibió en la Galería Kopio de la Universidad de Laponia del 2 al 18 de marzo de 2021. La exposición produjo un espacio empático donde todos tuvieron la oportunidad de recibir apoyo emocional entre pares a través del arte. El tablero sensorial, llamado *Sense the wall*, cristalizó todas las emociones, que también se mostraron en Instagram @huoetonhuone2021.

Según el cuestionario contestado por los participantes de *Carefree room*, las emociones más comunes experimentadas durante el taller fueron calma, diversión y alivio. También se encontró que la sensación de seguridad creada a lo largo de todo el proyecto fue una parte esencial para alcanzar la meta de crear bienestar común entre los participantes y desarrollar métodos basados en el arte para situaciones como los casos presentados en este artículo. Este tipo de retroalimentación sugiere que el método funciona y es aplicable a otros campos, ya que los talleres fueron diseñados para brindarles a los participantes la oportunidad de abordar sus emociones de una manera concreta. Además, se pidió a los visitantes de la exposición *Sense the wall* en la Galería

familiar part of our everyday life, only a few participants were comfortable with using the camera in our webinars. Turning off the camera for video meetings or webinars makes you possibly more productive and less tired. The camera may be partially to blame but employees, in particular newer, less tenured ones, seemed also to be more insecure or vulnerable in terms of their social position in the webinars (workplace) (see Shockley et. al., 2021). The illustrated webinar conversation turned the camera's gaze upside down. At the very beginning, the attention was drawn to the artist herself. She was standing in front of the audience, face to face with the participants but behind a transparent acrylic sheet or template. As the discussion proceeded, the artist gradually painted herself into hiding, behind the narrative, allowing participants' attention to focus more on the narrative line than on the artist herself.

The participants' opportunity to see and sense the motion (kines-thesis) of the designer and to witness the narrative plot evolving step by step in front of them, helped them to focus on the moment. On the other hand, they sometimes forgot to look at the artist and forgot to follow the conversation – had their head in the clouds. The visualized discussion showed that the encounter requires a variety of alternative tools to promote inclusion. A self-portrait is generally considered a private performance, but as soon as the designer took place in the process or presentation, the private became public and shared.

#### CREATING WELL-BEING WITH ART-BASED METHODS

The *Carefree room* created a community-based art exhibition displayed in the Kopio Gallery at the University of Lapland from 2 to 18 March 2021. The exhibition created an empathetic space where everyone had an opportunity to receive emotional peer support through art. The sensory board, called *Sense the wall*, crystallized all the emotions, which were also displayed on Instagram @huoetonhuone2021.

According to the questionnaire completed by the participants of the *Carefree Room*, the most common emotions experienced during the workshop were calm, amusement and relief. It was also found out that the sense of security created throughout the whole project was an essential part of reaching the goal of creating common well-being among the participants and developing art-based methods for situations such as the cases presented in this article. This type of feedback suggests that the method works and is applicable to other fields as well, as the workshops were designed to give participants the opportunity to address their emotions in a concrete way. Also, the visitors to the *Sense the Wall* exhibition in the Kopio Gallery (2021) were asked to complete a questionnaire about feelings evoked by the exhibition the *Carefree room* project created. Based on the responses, the main emotions experienced by visitors to the exhibition were interest, appreciation of aesthetics interest, appreciation of aesthetics, serenity and admiration. The projects and the exhibition showed that emotions can be shared and understood without in-person contact, via different remote methods and platforms.

Art provided a means to express emotions: Where words end, artistic possibilities only begin. Making by hand also allowed for a concrete approach to dealing with emotions. Working together enhanced a sense of relevance and community. (Participant 2 of Carefree Room project 2021)

Kopio (2021) que completaran un cuestionario sobre los sentimientos evocados por la exposición creada por el proyecto *Carefree room*. Basándose en las respuestas, las principales emociones experimentadas por los visitantes de la exposición fueron interés, apreciación de la estética, serenidad y admiración. Los proyectos y la exposición demostraron que las emociones se pueden compartir y comprender sin contacto presencial, a través de diferentes métodos y plataformas remotas.

*El arte proporcionó un medio para expresar emociones: donde terminan las palabras, las posibilidades artísticas solo comienzan. Hacer a mano también permitió un enfoque concreto para tratar con las emociones. Trabajar juntos propició un sentido de relevancia y comunidad.* (Participante 2 del proyecto *Carefree room* 2021)

El ABR y el diseño de empatía se están desarrollando actualmente en una forma colaborativa al integrar arte, diseño y atención médica. Los seminarios web de empatía intentan mejorar las habilidades de los investigadores de diseño para construir proyectos de investigación basados en evidencia, con la comprensión del bienestar laboral y la participación remota del personal de atención social y de la salud. Este es un tipo particular de compromiso y demuestra una comprensión profunda de lo que trata una discusión compartida. La visualización y recolección de información generó discusiones y motivó a los participantes del taller a desarrollar diferentes temas junto con el líder. Por ejemplo, hacer una lista de actividades que tienen un efecto positivo en el manejo de la vida cotidiana y el bienestar –como el arte, la música y el ejercicio– podría transformarse en una guía para sentirse mejor. Reflexionamos sobre el potencial del diseño para promover la salud mental y mejorar los entornos de trabajo. Cuando se implementan, estos mejoran el espíritu comunitario, la confianza y brindan apoyo entre pares en la comunidad laboral, aunque al mismo tiempo, debemos reconocer la naturaleza lenta de tales procesos. El propósito del mensaje visual fue involucrar a todos en el proceso, para fortalecer y aumentar la inclusión social a nivel individual y comunal en discusiones remotas. (Clarke 2020; Bardt 2019, 173–184; Leavy 2015).

En el corazón de las narrativas estaba la integración de la investigación y el arte a través de una variedad de ABR en acciones concretas. Las ideas se utilizaron, por ejemplo, para describir emociones y comprender las emociones de otros mediante el uso de diferentes materiales. Se facilitó la participación del personal en encuentros cercanos y lejanos y se hicieron esfuerzos para encontrar soluciones que apoyen a las comunidades para enfrentar mejor el trabajo remoto.

La participación genuinamente empática y activa del líder del equipo con los participantes de los talleres, y su papel claro como uno de los miembros del equipo, se considera un enfoque importante para los métodos remotos basados en el arte en los casos presentados en este artículo. El líder permaneció activamente involucrado en las actividades del grupo, guiando levemente, dando sugerencias, pero otorgando a los miembros del grupo libertad de ideación. Se hizo especial hincapié en la libertad y la necesidad de expresar las propias opiniones y el coraje, no solo para tener éxito, sino también para cometer errores (véase, por ejemplo, Fredrickson 2003). El objetivo fue alentar a todos los participantes a encontrar sus propias fortalezas y a ver cosas familiares desde nuevas perspectivas. También se considera que

ABR and empathy design are currently being developed into a collaborative way of integrating art, design and health care. Empathy webinars attempt to improve design researchers' abilities to build on evidence-based research projects, with the understanding of the social and health care staff's occupational well-being and remote participation. This is a particular kind of commitment and demonstrates a deep understanding of what a shared discussion is about. The visualization and accumulation of information sparked discussions and motivated the workshop participants to develop different topics together with the leader. For example, listing things, such as art, music and exercise, that have a positive effect on managing everyday life and well-being might end up as a guideline of ways to feel better. We reflect on the potential of design to promote mental health and to seek better ways of coping in various working environments. When implemented, these enhance community spirit, trust, and provide peer support in the work community, but at the same time, we must acknowledge the time-consuming nature of such processes. The purpose of the visual message was to engage all in the process, to strengthen and increase social inclusion at the individual and communal level in remote discussions. (Clarke, 2020; Bardt, 2019, pp. 173–184; Leavy, 2015). At the heart of the narratives was the integration of research and art through a variety of ABRs into concrete action. The ideas were utilized, for example, in describing emotions and understanding the emotions of another by using different materials. The involvement of staff in both near and far encounters was facilitated and efforts were made to find solutions for how communities could better cope with remote working.

The team leader's genuine empathetic and active involvement with the workshops' participants and his or her clear role as one of the team members is seen as an important approach to the art based remote methods in the cases presented in this article. The team leader remained actively involved in the group's activities, slightly guiding, suggesting, but giving group members freedom of ideation. A particular emphasis was placed on the freedom and necessity of expressing one's own opinions and the courage not only to succeed but also to make mistakes (see e.g. Fredrickson et al., 2003). The aim was to encourage all participants to find their own strengths and to encourage them to see familiar things from new perspectives. Also repeated, positive emotional experiences are seen as linked to people's overall well-being (Lyubomirsky et al., 2005). This study suggests that collaboration between different research fields, such as art, design and health care, enriches the nature of the projects. For example, the working group of the Carefree Room project felt that recognizing their own strengths brought strength in the group and increased the group members' motivation and self-esteem, which was translated into doing.

These results support the idea that processing of concrete material by hand is therapeutic. The narrative approach to the topics of the workshops and webinars aroused interest in the new art-based methods, but also provided concrete opportunities for dealing with different challenging subjects. Under these workshops and webinars, the narrative and empathic approach are working quite well with the art-based remote methods if the participants are open to new ways of working and communicating. Although a sincere and supportive atmosphere was identified as a key element in finding new ways to operate, participants of the workshops sometimes perceived achieving such an atmosphere

las experiencias emocionales positivas repetidas están vinculadas al bienestar general de las personas (Lyubomirsky et. al 2005). Este estudio sugiere que la colaboración entre diferentes campos de investigación, como el arte, el diseño y la salud, enriquece la naturaleza de los proyectos. Por ejemplo, el grupo de trabajo del proyecto *Carefree room* sintió que reconocer sus propias fortalezas enriqueció al grupo y aumentó la motivación y la autoestima de los participantes, lo que se tradujo en hacer. Estos resultados respaldan la idea de que el procesamiento manual del material concreto es terapéutico. El enfoque narrativo de los temas de los talleres y del seminario web despertó interés en los nuevos métodos basados en el arte, y también brindó oportunidades concretas para abordar diferentes temas desafiantes. En estos talleres y seminarios web, el enfoque narrativo y empático funcionan bastante bien con los métodos remotos basados en el arte, siempre que los participantes están abiertos a nuevas formas de trabajar y comunicarse. Aunque se identificó una atmósfera sincera y de apoyo como un elemento clave para encontrar nuevas formas de operar, los participantes de los talleres a veces percibían que lograr esa atmósfera era un desafío. Sobre la base de los talleres descritos en este artículo, no es posible construir directamente una cultura o un modelo operativos adecuados para cualquier organización, pero las oportunidades de trabajo que se presentan en ellos pueden testarse y los métodos pueden ser utilizados por diferentes organizaciones por iniciativa propia y considerando sus características particulares.

as challenging. On the basis of the workshops described in this article, it is not possible to directly build an operating culture or operating model suitable for any organization, but the working opportunities presented in them can be tested and the methods can be used by different organizations on their own initiative and considering their own characteristics.

#### REFERENCIAS / REFERENCES

- Bardt, C. (2019). *Material and mind*. The MIT Press
- Barone, E. & Eisner, E.W. (2011.) *Arts Based Research*. Sage.
- Clarke, R. I. (2020). *Design Thinking*. ALA Neal-Schuman.
- Escobar, A. (2011). Sustainability: Design for the pluriverse. *Development*, 54(2), 137-140.
- FOCUS on MANAGEMENT of WELLBEING at WORK, (2022). <https://www.fokukseen.fi/in-english/>.
- Foucault, M. (1994). *The archaeology of knowledge*. Routledge.
- Fredrickson, B.L., Tugade, M.M., Waugh, C.E. & Larkin, G.R. (2003). What Good Are Positive Emotions in Crises? A Prospective Study of Resilience and Emotions Following the Terrorist Attacks on the United States on September 11th, 2001. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2003 March; 84(2): 365-376. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.2.365>
- More Remotely - Work in Social and Health Care is Changing (Etänä enemmän). (2022). <https://www.etanaenemman.fi/in-english/>.
- Kosonen, K. (2018). *Finding one's own way in design. Reflections on narrative professional identity*. Doctoral dissertation. Aalto university. Finding One's Own Way in Design - Reflections on Narrative Professional Identity (aalto.fi)
- Leavy, P. (2015). *Method meets art: Arts-based research practice* (second edition). Guilford Press
- Nummenmaa, L. (2010). *Tunteiden psykologia*. Tammi.
- Pietarinen, H. Qureshi, A. & Sarantou, M. (forthcoming 2022). *Flag: A Shared Horizon. Artistic Cartographies and Design Explorations towards the Pluriverse*. University of Lapland.
- Shockley, K. M., Gabriel, A. S., Robertson, D., Rosen, C. C., Chawla, N., Ganster, M. L., & Ezerins, M. E. (2021). The fatiguing effects of camera use in virtual meetings: A within-person field experiment. *Journal of Applied Psychology*, 106(8), 1137-1155. <https://doi.org/10.1037/apl0000948>.
- Tsirogianni, S., & Gaskell, G. (2011). The role of plurality and context in social values. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 41(4), 441-465. <https://doi.org/10.1111/j.1468-5914.2011.00470.x>.

**ANU KYLMÄNEN**

anu.kylmanen@ulapland.fi

FACULTY OF ART AND DESIGN, UNIVERSITY OF LAPLAND,  
ROVANIEMI, FINLAND

[HTTPS://ORCID.ORG/0000-0002-7282-4231](https://orcid.org/0000-0002-7282-4231)

**ANU KYLMÄNEN (MA)** HA TRABAJADO COMO

DOCENTE UNIVERSITARIA EN DISEÑO DE INDUMENTARIA EN LA UNIVERSIDAD DE LAPONIA DESDE 2013. SU EXPERIENCIA LABORAL EN LA INDUSTRIA DE LA INDUMENTARIA (1996-2013) SIENTA LAS BASES PARA SU INTERÉS EN DESARROLLAR EL DISEÑO DE INDUMENTARIA A TRAVÉS DE MÉTODOS DE ENSEÑANZA INNOVADORES Y EXPLORATORIOS. LA INVESTIGACIÓN DOCTORAL DE KYLMÄNEN SE CENTRA EN LA INFLUENCIA DEL VESTUARIO EN LAS EMOCIONES DE LAS PERSONAS.

**ANU KYLMÄNEN (MA)** HAS BEEN WORKING AS A

UNIVERSITY TEACHER OF CLOTHING DESIGN AT THE UNIVERSITY OF LAPLAND SINCE 2013. HER WORK EXPERIENCE IN THE APPAREL INDUSTRY (1996-2013) CREATES A FOUNDATION FOR HER INTEREST IN DEVELOPING APPAREL DESIGN WITH INNOVATIVE AND EXPLORATORY TEACHING METHODS. KYLMÄNEN'S DOCTORAL RESEARCH FOCUSES ON HOW CLOTHING AFFECTS A PERSON'S EMOTIONS.

**HEIDI PIETARINEN**

heidi.pietarinen@ulapland.fi

FACULTY OF ART AND DESIGN, UNIVERSITY OF  
LAPLAND, ROVANIEMI, FINLAND

[HTTPS://ORCID.ORG/0000-0002-9841-5188](https://orcid.org/0000-0002-9841-5188)

**HEIDI PIETARINEN** ES DOCENTE EN LA FACULTAD DE ARTE Y DISEÑO DE LA UNIVERSIDAD DE LAPONIA, FINLANDIA. TIENE UN DOCTORADO EN DISEÑO TEXTIL Y SU INVESTIGACIÓN SE ENFOCA EN EL CONOCIMIENTO Y LOS MÉTODOS DEL ARTE TEXTIL, EL BIOARTE Y LA INVESTIGACIÓN BASADA EN EL ARTE. SU INVESTIGACIÓN INCLUYE PROYECTOS Y GRUPOS DE TRABAJO COMO FUTURE BIO ARCTIC DESIGN, HIGH ALTITUDE BIOPROSPECTING Y BIOARTECH LABORATORY. PIETARINEN TAMBIÉN SIENTE CURIOSIDAD POR LAS NARRATIVAS Y LAS MÚLTIPLES INFLUENCIAS CULTURALES QUE CONTEMPLAN LOS TEXTILES.

**HEIDI PIETARINEN** IS A PROFESSOR IN THE FACULTY OF ART AND DESIGN AT THE UNIVERSITY OF LAPLAND, FINLAND. SHE HOLDS A PHD DEGREE IN TEXTILE DESIGN AND HER RESEARCH HAS EMPHASIS ON KNOWLEDGE AND METHODS OF TEXTILE ART, BIOART AND ART-BASED RESEARCH. HER RESEARCH INCLUDES PROJECTS AND WORKING GROUPS SUCH AS THE FUTURE BIO ARCTIC DESIGN, HIGH ALTITUDE BIOPROSPECTING AND BIOARTECH LABORATORY. PIETARINEN IS ALSO CURIOUS ABOUT THE NARRATIVES AND MULTIPLE CULTURAL INFLUENCES TOLD BY TEXTILES.

**JOHANNA OKSANEN**

johanna.oksanen@ulapland.fi

FACULTY OF ART AND DESIGN, UNIVERSITY OF  
LAPLAND, ROVANIEMI, FINLAND

[HTTPS://ORCID.ORG/0000-0002-2101-4490](https://orcid.org/0000-0002-2101-4490)

**JOHANNA OKSANEN (PHD)** TRABAJA ACTUALMENTE EN LA UNIVERSIDAD DE LAPONIA COMO DOCENTE UNIVERSITARIA DE MODA Y DISEÑO DE INDUMENTARIA. COMBINA EL ARTE Y LA INVESTIGACIÓN EN SU(S) PROYECTO(S) EN CURSO, ESTUDIANDO LOS SIGNIFICADOS ASOCIADOS A LAS OBRAS DE ARTE Y EL DISEÑO, Y LOS PROCESOS RELACIONADOS DE CREACIÓN DE SIGNIFICADO.

**JOHANNA OKSANEN (PHD)** IS CURRENTLY WORKING AT THE UNIVERSITY OF LAPLAND AS A UNIVERSITY LECTURER OF FASHION AND CLOTHING DESIGN. SHE COMBINES ART AND RESEARCH IN HER ONGOING PROJECT(S) INVESTIGATING MEANINGS ATTACHED TO WORKS OF ART AND DESIGN AND THE RELATED PROCESSES OF MEANING MAKING.