



**TURUN
YLIOPISTO**

Virtuaalinen ”vilkaisu” toisenlaiseen elämään

Virtuaalitodellisuus empatian oppimisen välineenä sosiaalityön opinnoissa

Sosiaalityön
kandidaatintutkielma

Laatija:
Mona Klasila

18.12.2025
Turku

Turun yliopiston laatujärjestelmän mukaisesti tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu
Turnitin OriginalityCheck -järjestelmällä.

Kandidaatintutkielma

Oppiaine: Sosiaalityö

Tekijä(t): Mona Klasila

Otsikko: Virtuaalinen ”vilkaaisu” toisenlaiseen elämään: Virtuaalitodellisuus empatian oppimisen välineenä sosiaalityön opinnoissa

Ohjaaja(t): väitöskirjatutkija Elina Lammervo

Sivumäärä: 32 sivua

Päivämäärä: 18.12.2025

Tässä kandidaatintutkielmassa tarkastelen, miten virtuaalitodellisuutta (VR) voidaan hyödyntää sosiaalityön opinnoissa empatian opettamisen välineenä ja mitä haasteita tähän voi liittyä. Aineistoni koostuu yhdeksästä vertaisarvioidusta tieteellisestä artikkelista, ja tutkimusmenetelmänä käytän narratiivista kirjallisuuskatsausta. Tarkastelen empatiaa sosiaalityön näkökulmasta käyttäen apunani Gerdesin ja Segalin (2009) sosiaalityön empatian mallia. Mallin mukaan empatia koostuu henkilön tunneperäisistä reaktioista, kognitiivisista prosesseista sekä tietoisesta käyttäytymisestä. Tutkielmani tavoitteena on muodostaa kokonaiskuva tutkimusaiheesta sekä tuoda siihen liittyvää tutkimustietoa suomalaisen sosiaalityön kentälle.

Aineiston perusteella olen ryhmitellyt virtuaalitodellisuuden empatiaan vaikuttavat mekanismit neljään alaluokkaan: virtuaalitodellisuuden todentuntuisuus, toisen henkilön asemaan asettuminen, empaattinen toiminta ja VR-kokemuksen reflektointi. Lisäksi tarkastelen virtuaalitodellisuuteen liittyviä haasteita. Virtuaalitodellisuuden todentuntuisuus mahdollistaa käyttäjän uppoutumisen simulaatioon niin hyvin, että hänestä tuntuu kuin hän todellisesti olisi simuloidussa tilanteessa. Todentuntuisuus mahdollistaa myös emotionaalisen uppoutumisen ja empatian tuntemisen. Toisen henkilön asemaan asettuminen voi virtuaalitodellisuuden avulla tapahtua kirjaimellisesti, ja käyttäjä saa sen avulla ”vilkaisuuden” toisenlaiseen elämään. Tätä toisen henkilön asemaan asettumista pidetään aiemmassa kirjallisuudessa osana empatian määritelmää.

Empaattista toimintaa ei aiemmassa kirjallisuudessa aina sisällytetä osaksi empatian määritelmää, mutta kun aihetta tarkastellaan erityisesti sosiaalityön näkökulmasta, voidaan empaattista toimintaa pitää olennaisena osatekijänä määritelmässä. Aineiston perusteella virtuaalitodellisuus herättää ihmisissä enemmän empatiaa kuin esimerkiksi mielikuvitusharjoitukset tai kaksiolotteisten videoiden katsominen. Yhtenä tärkeänä empatian oppimisen vaikutusmekanismina toimii aineiston mukaan myös VR-kokemuksen reflektointi, joka mahdollistaa koettujen tunteiden ja reaktioiden kognitiivisen käsittelyn sekä koetun empatian lisääntymisen. Virtuaalitodellisuuteen liittyvät haasteet puolestaan koskevat ensinnäkin käyttäjän mahdollisuutta traumatisoitua tai uudelleentraumatisoitua simulaation takia. Toiseksi virtuaalitodellisuuteen liittyy myös riski siitä, että empatian sijasta käyttäjälle muodostuu jopa negatiivisia asenteita simulaatiossa kuvattuja henkilöitä kohtaan.

Kaiken kaikkiaan tutkielman perusteella näyttää siltä, että virtuaalitodellisuudella on varteenotettavaa potentiaalia toimia välineenä empatian oppimiselle. Kun virtuaalitodellisuutta integroidaan sosiaalityön opintoihin, tulee kuitenkin muistaa kiinnittää huomiota teknologian saavutettavuuteen. On myös tärkeää testata simulaation vaikutuksia etukäteen, jotta vältetään suurimmilta sisällöllisiltä haitoilta. Virtuaalitodellisuuden käyttöä oppimisvälineenä tulisi tutkia lisää, sillä varsinkin Suomessa sitä koskevan tutkimuksen määrä on vielä hyvin vähäistä.

Avainsanat: virtuaalitodellisuus, empatia, sosiaalityö, oppiminen

Sisällysluettelo

1	Johdanto	4
2	Virtuaalitodellisuus ja empatia	5
2.1	Virtuaalitodellisuus	5
2.2	Empatia	6
2.2.1	Sosiaalityön empatian malli	7
2.2.2	Empatian merkitys sosiaalityössä ja empatian oppiminen	8
2.3	Aiempi tutkimus empatian opettamisesta virtuaalitodellisuuden avulla	9
3	Tutkimusasetelma	11
3.1	Tutkielman tavoitteet ja tutkimuskysymykset	11
3.2	Tutkimusmenetelmä	11
3.3	Tutkimusaineisto	12
4	Virtuaalitodellisuuden hyödyntäminen empatian opettamisessa	14
4.1	Virtuaalitodellisuuden todentuntuisuus	14
4.2	Toisen henkilön asemaan asettuminen	16
4.3	Empaattinen toiminta	17
4.4	Kokemuksen refleктоiminen	18
4.5	Virtuaalitodellisuuteen liittyvät haasteet	20
5	Johtopäätökset	23
	Lähteet	27
	Liitteet	32
	Liite 1. Aineisto	32

1 Johdanto

Empatia on yksi sosiaalityön keskeisistä taidoista (Mielenterveyden keskusliitto [MTKL], 2024). Se on osa ammattilaisen vuorovaikutustaitoja, joita tarvitaan asiakkaiden kanssa työskentelyyn ja luotettavien asiakassuhteiden muodostamiseen (Suomen Mielenterveys ry, 2024; MTKL, 2024). Empatia mahdollistaa sen, että työntekijä voi tunnistaa asiakkaan tunteita ja tarpeita sekä ottaa ne huomioon työnteossa (Suomen Mielenterveys ry, 2024). Empatian avulla voidaan lisätä työntekijän ja asiakkaan välistä tasa-arvoa, vahvistaa asiakkaan kuulluksi tulemisen tunnetta ja lisätä asiakkaan sitoutumista työhön (MTKL, 2024).

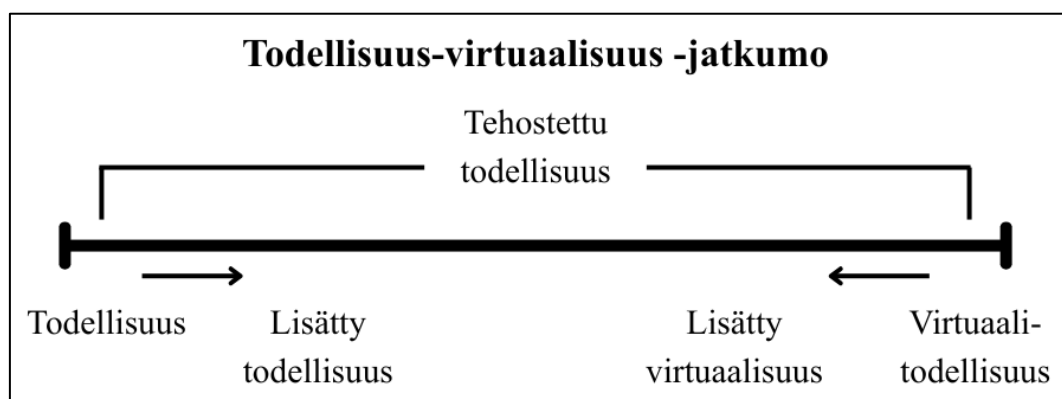
Empatian tärkeyttä sosiaalityössä painotetaan jo sosiaalityön opinnoissa. Harvemmin sosiaalityön opiskelijoille kuitenkaan varsinaisesti opetetaan, mitä empatia on tai miten sitä voi kehittää. Usein empatiaa pidetään jonkinlaisena itsestäänselvyytenä. (Lattu & Moisio, 2022.) Näin ei kuitenkaan tulisi olla, sillä vaikka empatialla on paljon positiivisia vaikutuksia asiakastyöhön, voi sillä olla myös negatiivisia seurauksia — varsinkin silloin, kun sosiaalityöntekijän taidot käyttää empatiaa ovat puutteelliset (Lattu ym., 2022). Empatia on yhteydessä esimerkiksi myötätuntouupumukseen sekä sijaistraumatisoitumiseen, jotka molemmat johtuvat pelkistetysti siitä, että ammattilainen on toistuvasti ja empaattisesti kohdannut asiakkaiden kokemuksia kärsimyksestä ja vääryydestä. Erityisesti sijaistraumatisoitumisen riski on sitä korkeampi, mitä vähemmän työkokemusta työntekijällä on. (Railio & Tamminen, 2019.)

Tässä tutkielmassa tarkastelen, miten sosiaalityön opinnoissa voidaan hyödyntää virtuaalitodellisuutta (VR) apuna empatian oppimisessa. Virtuaalitodellisuudella tarkoitetaan yleensä virtuaalilasien avulla nähtävää virtuaalista maailmaa, jossa esimerkiksi opiskelijat voivat turvallisesti tutustua erilaisiin työtilanteisiin (Pietilä ym., 2023). Virtuaalitodellisuuden suosio on ollut kasvussa jo yli kymmenen vuotta, ja VR-laitteet ovat koko ajan helpommin saatavilla (Hamad & Jia, 2022). Viime vuosina virtuaalitodellisuuden suosio on kasvanut myös opetuksen saralla, ja Suomessakin hyödynnetään virtuaalitodellisuutta esimerkiksi osana sairaanhoitajien koulutusta (Lin ym., 2024; Salakari, 2024). Virtuaalitodellisuuden käyttö sosiaalialalla on kuitenkin vielä vähäistä ja virtuaalitodellisuuteen liittyvässä suomalaisessa tutkimuksessa on keskitytty lähinnä tarkastelemaan virtuaalitodellisuuden hyödyntämistä kuntoutuksessa (Pietilä ym., 2023).

2 Virtuaalitodellisuus ja empatia

2.1 Virtuaalitodellisuus

Virtuaalitodellisuudella tarkoitetaan tyypillisesti keinotekoista, tietokoneella luotua maailmaa, jonka käyttäjä voi nähdä virtuaalilasien avulla (Vatanen, 2016). Virtuaalitodellisuudella voidaan kuitenkin arkikielessä tarkoittaa muitakin. Milgram ym. (1994) ovat kehittäneet todellisuus-virtuaalisuus-jatkumon, joka auttaa hahmottamaan virtuaalitodellisuuden eri lajeja. Todellisuus-virtuaalisuus-jatkumon ideana on, että sen toisessa päässä ihminen on täysin todellisessa maailmassa tai katsoo esimerkiksi videota siitä, ja jatkumon toisessa päässä ihminen on täysin virtuaalisessa maailmassa eli virtuaalitodellisuudessa (*virtual reality*, VR). Kaikki näiden kahden ääripään välille sijoittuva kuuluu tehostetun todellisuuden (*mixed reality*) käsitteen alle. Tehostetussa todellisuudessa on olemassa sekä todellisuuden että virtuaalitodellisuuden piirteitä samanaikaisesti. (Milgram ym., 1994.) Kuvio 1 havainnollistaa todellisuus-virtuaalisuus-jatkumoa.



Kuvio 1: Todellisuus-virtuaalisuus-jatkumo Milgramin ym. (1994) mukaan.

Lisätty todellisuus (*augmented reality*) sijoittuu jatkumolla lähemmäs todellisuutta kuin virtuaalitodellisuutta. Lisätyllä todellisuudella tarkoitetaan esimerkiksi sitä, kun puhelimen kameran kautta katsotaan todellista maailmaa, johon on lisätty virtuaalisia objekteja. (Milgram ym., 1994.) Milgram ym. (1994) käyttävät myös termiä lisätty virtuaalisuus (*augmented virtuality*), jolla he tarkoittavat jatkumolla lähemmäs virtuaalitodellisuuden päätyä sijoittuvaa tehostetun todellisuuden lajia. Lisätty virtuaalisuus tarkoittaa täysin keinotekoista ympäristöä, johon on lisätty jonkin verran todellisuutta. Esimerkkinä tästä on virtuaalinen maailma, jossa käyttäjä näkee omat kätensä todellisina. (Milgram ym., 1994.) Välillä virtuaalitodellisuutta koskevassa tutkimuksessa käytetään myös termiä laajennettu

todellisuus (*extended reality*), joka on kattotermi kaikille edellä mainituille (Hemminki-Reijonen, 2021).

Virtuaalitodellisuus tarkoittaa siis sitä, että henkilö on täysin virtuaalisessa maailmassa. Täysin mukaansatempaavan VR-kokemuksen saavuttamiseksi käytetään yleensä virtuaalilaseja tai visiiriä, ja lisäksi voidaan käyttää myös liikeohjaimia (Hemminki-Reijonen, 2021). Virtuaalilasien avulla käyttäjä pystyy näkemään maailman, jossa korkeus, syvyysvaikutelma ja perspektiivi vaikuttavat samalta kuin todellisuudessa. Näin ollen virtuaalitodellisuudessa koetut kokemukset tuntuvat aidoilta ja virtuaalitodellisuuden kautta saatuja kokemuksia tulisi joidenkin tutkijoiden mukaan pitää todellisina kokemuksina. (Hemminki-Reijonen, 2021; Vatanen, 2016.) VR-sisältöjä on olemassa kahdenlaisia: 360-videoita ja keinotekoisia maailmoja (Vatanen, 2016). 360-videolla tarkoitetaan videota, jossa käyttäjä voi katsoa mihin suuntaan tahansa eli hänen visuaalinen kenttensä kattaa 360 astetta (Hemminki-Reijonen, 2021). 360-videoiden avulla voidaan tarjota ihmisille kokemuksia, joita he eivät muuten todennäköisesti saisi. Keinotekoiset maailmat puolestaan ovat täysin fiktiivisiä maailmoja, joissa käyttäjä voi liikkua haluamallaan tavalla. (Vatanen, 2016; Hemminki-Reijonen, 2021.)

Oppimisen kannalta virtuaalitodellisuus on Hemminki-Reijosen (2021) mukaan hyvä valinta erityisesti ammatillisessa koulutuksessa, sillä esimerkiksi asiakastilanteita voi harjoitella sujuvasti sen avulla. Suomessa jotkin oppilaitokset jo hyödyntävät virtuaalitodellisuutta koulutuksessaan ja virtuaalitodellisuuden käyttö oppimisen välineenä tulee luultavasti lisääntymään nopeasti (Loikkanen, 2021). Virtuaalitodellisuuden avulla oppija voi myös tarkastella omaa toimintaansa eri tilanteissa sekä ymmärtää paremmin, miten hänen toimintansa vaikuttaa muihin ihmisiin. Käyttäjä voi esimerkiksi virtuaalisesti asettua asiakkaan rooliin ja kokea näin, miltä hänen omat kommenttinsa kuulostavat asiakkaan näkökulmasta. (Hemminki-Reijonen, 2021.) Virtuaalitodellisuuden vahvuudet oppimisen välineenä liittyvät myös siihen, miten virtuaalisia kokemuksia voidaan kontrolloida helpommin kuin kasvokkain tapahtuvia kohtaamisia, ja näin voidaan varmistaa, että ne ovat laadultaan positiivisia (Batson, ym., 1997).

2.2 Empatia

Empatialle on olemassa monia määritelmiä. Segal (2011) määrittelee empatian kyvyksi ymmärtää muita ihmisiä joko havainnoimalla tai kokemalla heidän elämäänsä. Decety ja

Moriguchi (2007) puolestaan esittävät empatian koostuvan neljästä eri ulottuvuudesta, joita ovat: kyky peilata toisten ihmisten tunteita, kyky tunnistaa oma itsensä erillisenä toisista, kyky asettua toisten asemaan ja kyky säädellä omia tunteita. Gerdes ja Segal (2009) ovat kehittäneet kyseistä teoriaa vielä pidemmälle ja luoneet sosiaalityön empatian mallin. Mallin tarkoituksena on tarjota empatialle määritelmä, joka sopii erityisesti juuri sosiaalityön tarkasteluun ja tutkimiseen. Malli perustuu osin Gerdesin ja Segalin omiin kokemuksiin sosiaalityön harjoittamisesta. (Gerdes & Segal, 2009.) Käsittelen mallia tarkemmin seuraavassa luvussa, mutta ensin tarkennan vielä hieman sympatian ja empatian eroa.

Sympatian ja empatian käsitteet sekoitetaan usein toisiinsa. Yhtenä syynä tälle voidaan pitää sitä, että sympatiaa usein vain luonnehditaan epämääräisesti sen sijasta, että sille tarjottaisiin tarkkoja määritelmiä. Yleensä sympatialla kuitenkin tarkoitetaan sitä, että yksilössä herää toisen ihmisen tilanteesta välittäviä tai huolestuneita tunteita, jotka eivät välttämättä ole samoja tunteita, joita sympatian kohteena oleva henkilö tuntee. Sympatialla siis osoitetaan, että välitetään toisesta henkilöstä ilman, että välttämättä asetutaan tämän asemaan. (Malbois, 2023.) Gerdesin ym. (2011) mukaan ero sympatian ja empatian välillä konkretisoituu työskentelyssä siten, että sympatiaan pohjautuvat interventiot ovat mahdollistavia, kun taas empatiaan pohjautuvat interventiot ovat asiakasta voimaannuttavia. Gerdes ym. viittaavat myös Wilmeriin (1968), jonka mukaan sympatia auttaa yleensä ja empatia auttaa aina (Gerdes ym., 2011).

2.2.1 Sosiaalityön empatian malli

Gerdesin ja Segalin (2009) sosiaalityön empatian malli koostuu kolmesta osatekijästä, jotka rakentuvat toistensa päälle. Ensimmäinen osatekijöistä koskee henkilön tunneperäisiä reaktioita, toinen kognitiivista prosessointia ja kolmas empaattista toimintaa. Tunneperäiset reaktiot tarkoittavat erinäisiä tahattomia fysiologisia reaktioita, joita yksilössä herää toisen henkilön tunteita ja käyttäytymistä kohtaan. Kognitiivinen prosessointi puolestaan sisältää ajatusprosesseja, jotka ovat tiedostetumpia kuin tunneperäiset reaktiot. (Gerdes & Segal, 2009.) Aiemmin mainitut Decety'n ja Moriguchin (2007) mallin kolme viimeistä ulottuvuutta, eli henkilön kyky tunnistaa itsensä erillisenä toisista, asettua toisten asemaan ja säädellä omia tunteitaan, ovat kaikki esimerkkejä kognitiivisesta prosessoinnista.

Mallin kolmas ja viimeinen osatekijä — empaattinen toiminta — pitää sisällään täysin tietoisia päätöksiä sekä tietoista käyttäytymistä, kuten esimerkiksi altruismin (Gerdes & Segal, 2009). Altruismilla tarkoitetaan henkilön perimmäistä pyrkimystä lisätä muiden

ihmisten hyvinvointia riippumatta siitä, mitä haittaa tai hyötyä siitä voi hänelle itselleen olla (Batson, 2018, s. 28–30). Segal (2011) selittää empaattista toimintaa siten, että kun yksilö ymmärtää muita ihmisiä, ymmärtää hän myös rakenteellisia eriarvoisuuksia ja haluaa toimia niiden vähentämiseksi (Segal, 2011; ks. myös Segal 2007a, 2007b). Useat muista empatiia käsittelevistä malleista eivät sisällytä empatian määritelmään toimintaa. Ne eivät siis vaadi yksilöltä empaattista toimintaa, jotta hänen kohdallaan voidaan puhua täysimääräisestä empatiasta. (Gerdes & Segal, 2009.) Gerdes ja Segal (2009) kuitenkin argumentoivat, että varsinkin sosiaalityön näkökulmasta empatia on prosessi, joka huipentuu empaattiseen toimintaan. Empaattinen toiminta onkin vahvasti läsnä sosiaalityön asiakasprosesseissa sekä osana rakenteellista sosiaalityötä.

2.2.2 Empatian merkitys sosiaalityössä ja empatian oppiminen

Tutkimusten mukaan sosiaalityöntekijät, jotka kykenevät paremmin samaistumaan toisiin ihmisiin, ovat muita menestyksekkäämpiä niin työssään kuin myös vapaa-ajallaan (Grant, 2014). Sosiaalityöntekijöiden harjoittamalla empatialla on myös tutkitusti vahvoja terapeutisia vaikutuksia asiakkaiden hyvinvointiin niin fyysisesti, psyykkisesti kuin myös sosiaalisesti (Gerdes ym., 2011; Grant, 2014). Empatialla voi kuitenkin olla myös negatiivisia vaikutuksia, kuten myötätuntuupumusta, depersonalisaatiota ja emotionaalista irtautumista (Raatikainen, 2022; Lattu ym., 2022; Grant, 2014). Haastavissa asiakastilanteissa empatia voi tehdä sosiaalityöntekijästä haavoittuvaisen ja hän saattaa pyrkiä tukahduttamaan empatian tunnetta suojellakseen itseään (Raatikainen, 2022; Lattu ym., 2022). Empatiaan liittyvät haasteet johtuvat sosiaalityössä lähinnä siitä, että työntekijöillä ei ole tarpeeksi taitoja tai valmiuksia harjoittaa empatiia (Lattu ym., 2022).

Empatia on sosiaalityössä tärkeää myös siksi, että sosiaalityön asiakasryhmät ovat usein stigmatisoituja ja empatian avulla on mahdollista vähentää stigmaa (Gonzalez, ym., 2015; Batson, ym., 1997; Blom ym., 2025). Stigmalla tarkoitetaan jotain ei-toivottua ominaisuutta, joka erottaa ihmisen muista. Stigmoja on erityyppisiä ja ne voivat kohdistua esimerkiksi yksilön vammaan, mielenterveysongelmaan, riippuvuuteen, seksuaaliseen suuntautumiseen, ihonväriin tai uskontoon. (Goffman, 1968.) Stigmaan liittyy yleensä syrjintää stigmatisoituja henkilöitä kohtaan. Tämä syrjintä voi olla myös rakenteellista, esimerkiksi institutionaalista rasismia. (Link & Phelan, 2001.) Link ja Phelan (2001) painottavat myös vallan merkitystä stigman määritelmässä, sillä jonkin ihmisryhmän stigmatisoiminen vaatii sosiaalista, ekonomista tai poliittista valtaa. Ryhmät, joilla ei ole valtaa, eivät voi stigmatisoida muita

ryhmiä. Esimerkiksi sairaalan potilaat voivat keskenään pilkata sairaanhoitajia, mutta sairaanhoitajista ei silti muodostu stigmatisoitua ryhmää. (Link & Phelan, 2001.)

Empatia on siis merkittävä tekijä sosiaalityössä. Jopa yksilön päätös ryhtyä opiskelemaan sosiaalityötä pohjautuu usein empaattiseen huoleen ja haluun auttaa ihmisiä (Harr & Moore, 2011; King, 2011). Tästä huolimatta empatiaa ei kuitenkaan ole tutkittu tarpeeksi sosiaalityön opetuksen ja käytännön näkökulmista (Grant, 2014; Harr & Moore, 2011). Vaikka empatiasta on puhuttu sosiaalityössä jo vuosikymmeniä, niin empatialle ei myöskään ole olemassa yhtä universaalisesti hyväksyttyä määritelmää (Gerdes ym., 2011; Gerdes & Segal, 2009). Gerdesin ym. (2011) mukaan empatian johdonmukaisempi sekä laajempi tutkiminen parantaisi niin sosiaalityön opetusta kuin myös käytännön työtä.

Empatia voidaan ymmärtää yksilön ominaisuutena mutta myös taitona, jota voi oppia kuten mitä tahansa muutakin taitoa (Lattu ym., 2022; Gerdes ym., 2011). Empatiaa voi oppia esimerkiksi kaunokirjallisuutta lukemalla, harjoittelemalla vuorovaikutustaitoja, asettamalla rajoja, harjoittelemalla tietoista läsnäoloa tai auttamalla muita (Raatikainen ym., 2017; Gerdes ym., 2011; Hecht ym., 2022; Gerdes & Segal, 2009). Gerdes ym. (2011) lisäävät keinojen listaan vielä stigmatisoitujen henkilöiden kokemuksista lukemisen tai kuulemisen sekä harjoitukset, joissa asetutaan toisen henkilön asemaan. Monet tutkijat myös painottavat reflektoinnin merkitystä empatian oppimisessa, ja onkin esitetty, että reflektointi voi toimia välittäjänä empaattisten tunteiden ja empaattisen toiminnan välillä (Hecht ym., 2022; Grant, 2014). Sosiaalityön opinnoissa empatiaa on kuitenkin pyritty opettamaan lähinnä epäsuorasti muun opetuksen ohella, kuten esimerkiksi harjoittelujaksojen avulla, ja usein varsinaisen empatian opettaminen on jäänyt lähinnä pinnalliseksi (Grant, 2014; King, 2011; Gerdes ym., 2011).

2.3 Aiempi tutkimus empatian opettamisesta virtuaalitodellisuuden avulla

Virtuaalitodellisuuden roolia empatian opettamisessa on tutkittu jonkin verran viimeisen vuosikymmenen aikana. Tutkimuksissa on keskitytty esimerkiksi tarkastelemaan, miten virtuaalitodellisuuden avulla voidaan vähentää autismikirjon häiriöihin liittyvää stigmaa (Tsujita ym., 2023); edistää vammaisten henkilöiden kanssa työskentelevien puheterapeuttien, tukihenkilöiden ja suunnittelijoiden empatiaa (Wilding ym., 2022); sekä lisätä hammaslääketieteen opiskelijoiden empatiaa alaikäisiä asiakkaita kohtaan (Hu & Lai, 2022). Tutkimukset viittaavat siihen, että virtuaalitodellisuuden avulla voitaisiin lisätä ihmisten

kokemaa empatiaa, ja virtuaalitodellisuuteen viitataan usein “empatiaa luovana koneena” (*”empathy machine”* tai *”empathy-making machine”*) (ks. esim. Milk, 2015; Young ym., 2021).

Virtuaalitodellisuutta koskeva tutkimus on kuitenkin enimmäkseen keskittynyt muuhun kuin empatian opettamiseen. Tutkimusta on esimerkiksi siitä, miten virtuaalitodellisuutta voitaisiin käyttää osana kuntoutusta ja tukea. Lau ym. (2025) ovat esimerkiksi tutkineet sitä, miten virtuaalitodellisuutta voitaisiin hyödyntää osana dementiaa sairastavien henkilöiden hoitoa, ja Stamm ym. (2022) sitä, miten virtuaalitodellisuus voisi täydentää kroonisen selkävun hoitoa. Näissä tutkimuksissa virtuaalitodellisuus vaikuttaa potentiaaliselta hoitovälineeltä. Myös suomalainen tutkimus virtuaalitodellisuudesta on vähäistä. Tämän lisäksi virtuaalitodellisuutta ja empatian opettamista koskeva tutkimus keskittyy lähinnä tarkastelemaan muita aloja kuin sosiaalityötä — esimerkiksi sairaanhoitajia.

3 Tutkimusasetelma

3.1 Tutkielman tavoitteet ja tutkimuskysymykset

Tutkielmani tavoitteena on muodostaa kokonaiskuva siitä, miten virtuaalitodellisuutta voidaan käyttää sosiaalityön opinnoissa empatian oppimiseksi. Aihe on ajankohtainen ja valitsin sen myös siksi, että teknologian tuomat uudet mahdollisuudet kiinnostavat minua henkilökohtaisesti. Virtuaalitodellisuuden mahdollisuuksia empatian opetukseen liittyen on tutkittu jo ennenkin, mutta lähinnä vain muilla tieteenaloilla ja muissa maissa (ks. esim. Hu & Lai, 2022). Tällä tutkielmalla haluan tuoda aiheeseen liittyvää tutkimustietoa erityisesti suomalaisen sosiaalityön kentälle.

Tutkimuskysymykset ovat:

- 1) Miten virtuaalitodellisuuden avulla voidaan opettaa empatiaa sosiaalityön opinnoissa?
- 2) Mitä haittoja tähän voi liittyä?

3.2 Tutkimusmenetelmä

Tutkielmani tutkimusmenetelmänä on kirjallisuuskatsaus. Kirjallisuuskatsauksessa kootaan yhteen aiempaa tutkimusta, jonka avulla vastataan uuteen tutkimusongelmaan.

Kirjallisuuskatsaus sopii menetelmänä tähän tutkielmaan, sillä aiempaa tutkimusta aiheesta löytyy tarpeeksi ja lisäksi tämän tutkielman tarkoituksena on muodostaa kokonaiskuva tutkimusaiheesta. Menetelmänä kirjallisuuskatsaus auttaa tunnistamaan, arvioimaan ja tiivistämään aiempaa tutkimusta aiheeseen liittyen. Kirjallisuuskatsaus jakautuu kahteen alatyyppeihin, joita ovat narratiivinen ja integroiva kirjallisuuskatsaus. (Salminen, 2011.)

Toteutin tämän tutkielman juuri narratiivisen kirjallisuuskatsauksen muodossa. En käyttänyt tutkielman tekemisessä tekoälyä.

Narratiivisen kirjallisuuskatsauksen avulla minun on mahdollista muodostaa kattava kuva tutkielmani aiheesta sekä järjestellä aiempaa tutkimusta yhtenäisemmäksi kokonaisuudeksi vastaamaan juuri sosiaalityön alan tarpeisiin (Salminen, 2011). Narratiivisen kirjallisuuskatsauksen avulla on myös mahdollista yhdistää tutkimuksia, jotka käyttävät erilaisia tutkimusmenetelmiä, ja muodostaa niistä eräänlaista yhteenvetoa.

Kirjallisuuskatsauksen tärkein tavoite on kerätä yhteen ja jäsenellä tiettyä aihetta koskevaa

tietoa. (Pautasso, 2019.) Kriittisyys aiempaa tutkimusta kohtaan on tärkeä piirre kirjallisuuskatsauksen toteuttamisessa, ja tämän lisäksi on tärkeää analysoida aiempaa tutkimusta perusteellisesti (Salminen, 2011).

3.3 Tutkimusaineisto

Tutkielman aineisto koostuu vertaisarvioituista tutkimuksista, jotka käsittelevät jollain tavalla virtuaalitodellisuuden roolia empatian oppimisessa. Tiedonhaussa käyttämiäni tietokantoja olivat Sociology Source Ultimate, Scopus, Volter, Finna sekä Google Scholar. Hakusanoina käytin sanoja kuten “*virtuaalitodellisuus*”, “*empatia*”, “*sosiaalityö*” ja “*oppiminen*”, sekä vastaavia englanninkielisiä sanoja ja useita synonyymejä laajimman mahdollisen aihetta koskevan aineiston löytämiseksi. Suomenkielistä aineistoa ei kuitenkaan löytynyt, joten kaikki valitut artikkelit ovat englanniksi. Aineistoa ei tarvinnut rajata ajallisesti, sillä virtuaalitodellisuutta koskevia tutkimuksia on enimmäkseen toteutettu viimeisten kymmenen vuoden aikana. Rajasin aineiston ulkopuolelle tutkimukset, joissa virtuaalitodellisuudella tarkoitettiin jotain muuta kuin virtuaalilasien avulla nähtävää kolmiulotteista ympäristöä.

Valikoin tutkielman lopulliseksi aineistoksi yhdeksän tutkimusta (ks. Liite 1). Kaikki nämä tutkimukset tarjoavat jonkinlaisen näkökulman tutkimusongelmaan. Tutkimuksista kolme kohdistuu sosiaalityön opiskelijoihin, kaksi sairaanhoitajaopiskelijoihin, yksi opiskelijoihin yleisesti, kaksi niin opiskelijoihin kuin muihinkin henkilöihin, ja yksi vammaisiin henkilöihin, joiden kokemukset antavat tutkielmalle stigmatisoidun ryhmän perspektiiviä. Kaksi tutkimuksista on toteutettu Suomessa, kaksi muissa Pohjoismaissa, kolme Amerikassa ja kaksi Australiassa. Tutkimuksista kaikki on julkaistu vuosien 2018–2025 aikana, paitsi Kalyanaramanin ym. (2010) tutkimus. Tutkimuksissa käytetyt menetelmät jakautuvat lähes täysin tasaisesti laadullisten ja määrällisten kesken.

Hellen ym. (2023) sekä Vannin ym. (2024) tutkimuksissa käsitellään sosiaalityön opiskelijoiden kokemuksia virtuaalitodellisuuden käyttämisestä oppimismenetelmänä. Rambareen ym. (2023) tutkimus käsittelee sosiaalityön opiskelijoiden kokemuksia siitä, miten hyvin virtuaalitodellisuus toimii juuri empatian oppimisen välineenä. Kaikissa näissä kolmessa tutkimuksessa tutkittavat katsoivat ensin yhden tai kaksi 360-videota ja osallistuivat sen jälkeen ryhmäkeskusteluun, jossa käsiteltiin kokemuksia yhdessä. Koiviston ym. (2025) sekä Mattssonin ym. (2025) tutkimuksissa tarkastellaan sairaanhoitajaopiskelijoiden kokemuksia empatiasta sekä sen oppimisesta virtuaalitodellisuudessa.

Formosan ym. (2018) sekä Kalyanaramanin ym. (2010) tutkimuksissa tarkastellaan virtuaalitodellisuuden mahdollisuuksia empatian lisäämiseksi erityisesti skitsofreniaa sairastavia henkilöitä kohtaan. Herreran ym. (2018) tutkimus tarkastelee virtuaalitodellisuuden opettaman empatian kestävyyttä pidemmällä aikavälillä sekä vertaa virtuaalitodellisuutta muihin empatian opettamiseen käytettyihin, perinteisempiin keinoihin. Jiangin ym. (2023) tutkimus täydentää vielä aineistoani antamalla sille stigmatisoidun ryhmän näkökulmaa, sillä se tarkastelee vammaisten henkilöiden kokemuksia ja näkökulmia liittyen virtuaalitodellisuuden käyttöön empatian oppimiseksi.

4 Virtuaalitodellisuuden hyödyntäminen empatian opettamisessa

4.1 Virtuaalitodellisuuden todentuntuisuus

Aineistossa mainitaan lähes poikkeuksetta virtuaalitodellisuuden (VR) todentuntuisuuden tärkeys. Vannin ym. (2024) tutkimuksessa opiskelijat kokivat, että VR sai aikaan illuusion siitä, kuin he oikeasti olisivat olleet tilanteessa paikan päällä. VR:n todentuntuisuuden merkitys vahvistuu myös Rambareen ym. (2023) ja Herreran ym. (2018) tutkimuksissa, joissa kummassakin verrattiin VR:n ja kaksiulotteisten videoiden todentuntuisuutta keskenään. Tutkimustulosten mukaan kaksiulotteiset videot koettiin huomattavasti vähemmän todentuntuiseksi kuin VR-simulaatio (Rambaree ym., 2023; Herrera ym., 2018). Mattssonin ym. (2025) tutkimuksessa, jossa opiskelijat asettuivat VR:n avulla sairaanhoitajan rooliin, virtuaalisen potilaan realistisina koetut liikkeet ja reaktiot nähdään edellytyksenä empatian oppimiselle. Myös Jiangin ym. (2023) tutkimuksessa, jossa tutkittiin vammaisten henkilöiden omia näkemyksiä VR:ään liittyen, sanoitettiin näkemyksiä siitä, että VR on todentuntuinen, ja että sen avulla voidaan kuvata vammaisuuden kokemusta paremmin kuin muilla keinoilla.

Aineiston perusteella todentuntuisuus auttaa VR:n käyttäjiä uppoutumaan simulaatioon sekä sitoutumaan paremmin siinä kuvattuun tilanteeseen — myös emotionaalisesti (Vann ym., 2024; Rambaree ym., 2023; Formosa ym., 2018). Erityisesti Vann ym. (2024) painottavat, että uppoutuminen ja emotionaalinen sitoutuminen lisäävät VR:n käyttäjien kokemaa empatiaa. Eräs Jiangin ym. (2023) tutkimuksessa haastatelluista vammaisista henkilöistä kuitenkin huomautti, että mikään teknologia ei voi korvata kohtaamisia todellisten ihmisten kanssa. Kenties VR voisi kuitenkin toimia niin sanotusti toiseksi parhaana vaihtoehtona, jos kohtaamisia todellisten ihmisten kanssa ei syystä tai toisesta ole mahdollista sisällyttää sosiaalityön opintoihin.

VR:n todentuntuisuus ei kuitenkaan ole itsestäänselvyys, sillä joidenkin käyttäjien mielestä simulaatiot eivät tunnu todellisilta. Esimerkiksi Rambareen ym. (2023) kiusaamista koskevassa tutkimuksessa VR:n käyttäjät saattoivat simulaation aikana kyseenalaistaa, tapahtuuko simulaatiossa kuvatun kaltaista kiusaamista oikeassa elämässä. Eräästä käyttäjästä esimerkiksi tuntui, että kiusaamistilanne oli liian dramaattinen ja muistutti enemmän elokuvaa kuin todellisuutta (Rambaree ym., 2023). Kokemusta saattoivat haitata myös ulkoiset tekijät, kuten häiritsevät äänet tai teknologia itsessään, joiden takia huomio siirtyi pois simulaatiosta (Helle ym., 2023; Vann ym., 2024; Herrera ym., 2018). Mattssonin ym. (2025) tutkimuksessa,

jossa käyttäjä asettui sairaanhoitajan rooliin, osa käyttäjistä oli puolestaan sitä mieltä, että potilaan keinotekoinen olemus johti siihen, että he eivät pystyneet kokemaan empatiaa potilasta kohtaan.

Virtuaalitodellisuuden todentuntuisuuden lisäksi VR:ssä oppimista edesauttaa mahdollisuus tutustua tarkemmin simulaation tarjoamaan ympäristöön (Helle ym., 2023).

Virtuaalitodellisuudessa käyttäjä pystyy esimerkiksi paremmin havainnoimaan virtuaalisten hahmojen kehonkieltä kuin jos saman tilanteen näkisi kaksiulotteisesti (Helle ym., 2023). Kehonkielen tarkastelu auttoi esimerkiksi Mattssonin ym. (2025) tutkimuksessa opiskelijoita paremmin ymmärtämään virtuaalisen potilaan tunteita ja avuntarvetta. Eräs Hellen ym. (2023) tutkimista opiskelijoista puolestaan kuvasi, miten simulaatiossa esitetyn asiakkaan negatiivisen reaktion ymmärsi paremmin, kun sen saattoi nähdä, verrattuna siihen, jos siitä olisi vain saanut lukea. Kehonkielen lisäksi VR:n avulla pääsee tekemään havaintoja ympäristöstä. Esimerkiksi Hellen ym. (2023) tutkimuksessa käyttäjä pääsi havainnoimaan asiakkaan kotia. Ympäristöön liittyvät yksityiskohdat tarjoavat käyttäjälle lisää informaatiota simulaatiossa kuvattujen hahmojen tekojen ja sanojen lisäksi — informaatiota, joka kaksiulotteista videota katsomalla saattaisi jäädä huomaamatta (Helle ym., 2023; Vann ym., 2024).

Simulaatiosta riippuen ympäristön kanssa on myös mahdollista olla vuorovaikutuksessa esimerkiksi siirtelemällä esineitä tai valitsemalla eri keskusteluvaihtoehtoista sopivin (Herrera ym., 2018; Mattsson ym., 2025). Herreran ym. (2018) tutkimuksessa tällaisen vuorovaikutuksen koettiin lisäävän VR:n käyttäjien läsnäolon kokemuksia. Käyttäjät eivät kuitenkaan voineet vuorovaikuttaa virtuaalisen ympäristön kanssa niin kuin he vuorovaikuttaisivat todellisen ympäristön kanssa sen takia, että teknologia ei ole tarpeeksi kehittynyttä siihen (Herrera ym., 2018; Mattsson ym., 2025). Mattssonin ym. (2025) tutkimassa simulaatiossa, jossa käyttäjälle tarjotaan keskusteluvaihtoehtoja virtuaalisen potilaan kanssa vuorovaikuttamiseen, osa käyttäjistä kokee keskustelun rajoittuneena ja haluaisi enemmän keskusteluvaihtoehtoja sekä ylipäättään enemmän mahdollisuuksia vuorovaikuttaa potilaan kanssa. Vuorovaikutus ympäristön kanssa saatetaan toisaalta kokea myös häiritsevänä, sillä se kiinnittää käyttäjän huomion VR:n toimintamekanismeihin. Tämä johti esimerkiksi Mattssonin ym. (2025) tutkimuksessa joidenkin käyttäjien osalta siihen, että virtuaaliselle potilaalle jäi vähemmän huomiota ja täten käyttäjät myös kokivat vähemmän empatiaa potilasta kohtaan.

Vuorovaikutuksellisen simulaation vaihtoehtona on simulaatio, jossa VR:n käyttäjä voi vain aistia ympäristöä passiivisesti. Tämä antaa käyttäjälle mahdollisuuden keskittyä enemmän virtuaaliseen tilanteeseen, sillä hänen ei itse tarvitse toimia aktiivisessa roolissa (Helle ym., 2023). Eräät Hellen ym. (2023) tutkimukseen osallistuvista opiskelijoista kuvasivat passiivisen roolin myös herättäneen heissä eräänlaista turvallisuuden tunnetta, sillä heidän läsnäolollaan ei ollut mitään vaikutusta tilanteeseen. Passiivisella roolilla nähdään kuitenkin myös olevan haittapuolensa, sillä se voi esimerkiksi vähentää simulaatioon uppoutumista ja siten myös emotionaalista sitoutumista, jotka ovat aineiston sekä aiemman kirjallisuuden mukaan tärkeitä tekijöitä empatian syntymiselle (Helle ym., 2023; Mattsson ym., 2025; Gerdes & Segal, 2009; Decety & Moriguchi, 2007). Aktiivisella ja passiivisella roolilla on siis omat vahvuutensa ja heikkoutensa mitä tulee VR simulaation todentuntuisuuteen ja vaikuttavuuteen empatian opettamisen näkökulmasta.

4.2 Toisen henkilön asemaan asettuminen

Rambareen ym. (2023) tutkimuksessa tarkasteltiin simulaatiota, jossa käyttäjä joutui kiusaamisen kohteeksi. Eräs tutkittavista kuvaili kokemustaan sanoen, että hänestä tuntui kuin hän olisi oikeasti ollut kiusaamisen kohteena ollut henkilö, ja tiennyt, miltä kiusaaminen tuntuu. Eräs toinen samaiseen tutkimukseen osallistunut puolestaan totesi, että hänen ei tarvinnut simulaatioissa erityisesti pyrkiä saamaan ymmärrystä siitä, millaista on olla kiusaamisen kohteena, sillä hän saattoi vain yksinkertaisesti kokea sen. (Rambaree ym., 2023.) Jiangin ym. (2023) vammaisten henkilöiden haastatteluissa puolestaan nousi esille huoli siitä, että VR:n avulla toisen ihmisen asemaan asettuminen estää käyttäjää näkemästä kyseisen henkilön ilmeet ja kehonkielen. Näin jotain olennaista saattaa jäädä pois kyseisen henkilön emotionaalisen kokemuksen ymmärtämisestä, ja siten henkilöä kohtaan koetusta empatiasta. Toisaalta tämä huoli saa vastapainoa siitä, miten Rambareen ym. (2023) tutkimuksessa kiusaamisen kohteeksi joutuminen herättää VR:n käyttäjissä muun muassa yksinäisyyden, pelon ja epävarmuuden tunteita. Voidaan kuitenkin pohtia, ovatko nämä tunteet totuudenmukaisia lajiltaan sekä voimakkuudeltaan.

VR:n avulla käyttäjä voi asettua toisen henkilön asemaan myös ajatuksen tasolla siten, että hän seuraa tilannetta vierestä (Helle ym., 2023; Vann ym., 2024). Tämä kytkeytyy jo aiemmin käsitellyyn VR:n todentuntuisuuteen, sillä Hellen ym. (2023) sekä Vannin ym. (2024) tutkimuksissa VR simulaation kokeneet henkilöt kuvasivat, miten simulaatiotilanteen

todentuntuisuus ja läsnäolon kokemus auttoivat heitä ymmärtämään virtuaalisia hahmoja paremmin ja tuntemaan empatiaa heitä kohtaan. Käyttäjien ymmärrys kasvoi myös virtuaalisesti kuvattuja ihmisiä ja tilanteita kohtaan; he ymmärsivät paremmin, mitä esimerkiksi kodittomat, tummaihoiset tai vammaiset henkilöt saattavat joutua kokemaan (Vann ym., 2024; Rambaree ym., 2023; Jiang ym., 2023).

Koiviston ym. (2025) simulaatiossa käyttäjä toimi sairaanhoitajan roolissa ja hoivasi virtuaalista potilasta sekä koki samalla empatiaa tätä kohtaan. Koiviston ym. tulokset osoittavat, että jo sairaanhoitajan roolissa oleminen voi osaltaan lisätä VR:n käyttäjän kokemaa empatiaa (Koivisto, 2025). Kyseessä ei tässä tapauksessa ole puhtaasti vain joko toisen elämän kokeminen tai toisen elämän vierestä havainnoiminen, vaan näiden kahden yhdistelmä; samaan aikaan käyttäjä kokee sairaanhoitajan elämää ja havainnoi vierestä potilaan elämää. Samanlaista yhteisvaikutusta tapahtuu myös Herreran ym. (2018) tutkimuksessa, jossa käyttäjä sekä kokee kodittoman henkilön elämää ja näkee samalla muitakin (virtuaalisia) kodittomia ihmisiä.

Jiangin ym. (2023) tutkimuksessa vammaiset henkilöt kokivat, että VR:n avulla voidaan lisätä myös ihmisten ymmärrystä erilaisten vammojen sekä rakenteellisten ja ympäristöön liittyvien esteiden vaikutuksista vammaisten ihmisten elämään. VR:n avulla ihmiset voivat päästä esimerkiksi kokemaan, millaista elämä on vammaisille henkilöille ilman rampeja tai avustajaa. VR:n avulla käyttäjä pääsee myös näkemään, miten muut ihmiset suhtautuvat vammaisiin henkilöihin, esimerkiksi kokemalla muiden ihmisten tuijotuksen. VR:n avulla käyttäjä saa pienen ”vilkaisun” vammaisen henkilön elämään ja oppii näkemään joitain siihen kuuluvia haasteita. (Jiang ym., 2023.) Vannin ym. (2024) tutkimuksessa koehenkilöt saivat puolestaan paljon tietoa rasismien historiasta sekä kodittomien henkilöiden kokemuksista.

4.3 Empaattinen toiminta

Virtuaalitodellisuuden avulla saatu empatian kokemus sekä lisääntynyt tietämys voivat johtaa siihen, että henkilölle muodostuu myös halu auttaa. Vannin ym. (2024) tutkivat opiskelijat kokivat VR:n lisänneen heidän tietämystään sosiaaliseen oikeudenmukaisuuteen liittyvistä ongelmista, mikä johti heissä haluun auttaa muita ja osallistua rakenteellisen tason sosiaalityöhön. Koiviston ym. (2025) tutkimuksessa puolestaan sairaanhoitajaopiskelijoilla heräsi vahva halu auttaa virtuaalista potilasta. Rambareen ym. (2023) tutkimassa

kiusaamiseen liittyvässä simulaatiossa käyttäjien halu auttaa ulottui kiusaamista kokevien henkilöiden lisäksi kiusaajiin, joiden koettiin myös tarvitsevan apua.

Herrera ym. (2018) tekivät kaksi tutkimusta, joissa he vertailivat virtuaalitodellisuutta muihin empatian opettamisen välineisiin selvittääkseen, miten VR:n aikaansaama auttamisen halu eroaa niiden aikaansaamasta halusta auttaa. Ensimmäisessä tutkimuksessa virtuaalitodellisuutta verrattiin tutkittavien omaan mielikuvitukseen, ja toisessa virtuaalitodellisuuden ja mielikuvituksen lisäksi vertailuun otettiin myös tietokonesimulaatio. Ensimmäisessä tutkimuksista niin tutkittavien oma mielikuvitus kuin VR johtivat samantasoiseen haluun auttaa, mutta toisessa tutkimuksessa ryhmien välillä esiintyi eroja siten, että VR:n avulla saavutettu halu auttaa oli suurempi kuin tietokoneella ja pelkällä mielikuvituksella saavutettu vastaava halu. (Herrera ym., 2018.) Herreran ym. (2018) suorittamat tutkimukset ovat siis ristiriidassa keskenään. Ensimmäisessä tutkimuksessa tarkasteltiin myös VR:n ja mielikuvituksen eroa pitkällä aikavälillä, jolloin selvisi, että VR:n synnyttämä auttamishalu säilyi koehenkilöillä paljon pidempään kuin mielikuvituksen aikaansaama halu auttaa — jopa neljä viikkoa (Herrera ym., 2018). Auttamishalu ei siis ole vain hetkellistä.

Herreran ym. (2018) tutkimuksissa tarkasteltiin myös VR:n kykyä saada ihmisissä aikaan varsinaista toimintaa. Tätä tutkittiin vertaamalla, miten moni koehenkilöistä allekirjoittaa vetoomuksen, jossa vaaditaan kodittomille henkilöille enemmän heidän varojensa mukaista asumista. Molemmissa tutkimuksissa huomattavasti useampi VR-simulaation kokenut henkilö allekirjoitti vetoomuksen kuin pelkkää mielikuvitusta käyttäneet koehenkilöt, ja jälkimmäisessä tutkimuksessa myös tietokonesimulaation kokeneet allekirjoittivat vetoomusta vähemmän kuin VR:n käyttäjät. (Herrera, 2018.) Kun tarkastellaan ensimmäistä Herreran ym. (2018) tutkimuksista, voidaan tiivistetysti todeta, että vaikka sekä VR että mielikuvituksen käyttö johtivat samantasoiseen haluun auttaa, niin VR sai silti tutkittavissa aikaan enemmän varsinaista toimintaa.

4.4 Kokemuksen reflektointi

Aineiston mukaan virtuaalitodellisuuden vaikutukset yksilön kokemaan empatiaan ovat vahvasti kytköksissä hänen suorittamaansa reflektioon. Koiviston ym. (2025) tutkimuksessa todetaan, että VR auttaa opiskelijoita identifioimaan ja refleктоimaan asiakassuhteeseen kuuluvaa ammattimaista käytöstä. Vannin ym. (2024) tutkimuksen mukaan VR voi auttaa

opiskelijoita myös oppimaan, miten sosiaalityössä kohdataan asiakkaita hienovaraisesti. Kaikki ihmiset kuitenkin kokevat samoja asioita hieman eri tavalla ja eri näkökulmista — tämä on totta myös virtuaalitodellisuuden kohdalla (Rambaree ym., 2023). Sen takia niin Rambaree ym. (2023) kuin myös Helle ym. (2023) pitävät simulaation jälkeen käytyjä ryhmäkeskusteluja hyvin arvokkaina. Kyseisissä keskusteluissa VR:n käyttäjät pystyvät jakamaan omia kokemuksiaan ja oppimaan muiden kokemusten pohjalta (Helle ym., 2023). Eräs Hellen ym. (2023) tutkimukseen osallistuneista opiskelijoista kertoi, miten hänen VR:ssä saamansa näkökulma laajentui entisestään ryhmäkeskustelun aikana hänen kuultuaan, millaisia näkökulmia muut olivat simulaatiosta saaneet.

Aineiston perusteella virtuaalitodellisuus vaikuttaa kuitenkin jo itsessään tarjoavan paljon refleктоimista. Ensinnäkin VR herättää käyttäjässä paljon tunnereaktioita, kuten pelkoa, ärtymystä, huolta, surua sekä empatiaa (Helle ym., 2023; Vann ym., 2024; Rambaree ym., 2023). Virtuaalitodellisuus tarjoaa käyttäjälle tilaisuuden huomata, mitä tunteita eri tilanteet hänessä herättävät, ja mahdollisuuden oppia, miten niiden kanssa tulisi toimia (Rambaree ym., 2023; Vann ym., 2024). Täten virtuaalitodellisuus voi auttaa käyttäjää tunnistamaan esimerkiksi omia ennakoasenteitaan ja etuoikeuksiaan, jolloin hän voi valmistautua tulevaan työelämään, jossa hän tulee kohtaamaan hyvin samankaltaisia tilanteita kuin virtuaalitodellisuudessa (Vann ym., 2024; Helle ym., 2023). Tunnereaktiot toista henkilöä kohtaan ovat ensimmäinen osatekijä Gerdesin ja Segalin (2009) sosiaalityön empatian mallissa, ja kognitiiviset prosessit, kuten tunteiden pohjalta tapahtuva refleктоiminen, muodostavat mallin toisen osatekijän.

Hellen ym. (2023) tutkimuksessa opiskelijat kokivat refleктоivansa virtuaalitodellisuuden avulla täysin eri tavalla kuin esimerkiksi kirjoitettua asiakastapausta pohtimalla. Virtuaalitodellisuudessa he pystyivät konkreettisesti reagoimaan tilanteeseen, jolloin he pystyivät refleктоimaan omia reaktioitaan sekä haastamaan omia käsityksiään tulevaisuuden työntekoon liittyen (Helle ym., 2023). VR voi siis auttaa opiskelijoita tunnistamaan asiakastyön herättämiä tunnereaktioita ja käsittelemään niitä estäen sen, että ne tulevaisuudessa tiedostamatta vaikuttaisivat asiakastyöhön (Vann ym., 2024). Itsessään mahdollisesti heräävistä tunteista on hyvä oppia jo etukäteen, jotta työelämässä omat tunnereaktiot eivät ainakaan tule täytenä yllätyksenä. Virtuaalitodellisuus tarjoaa myös mahdollisuuden opetella, miten tunteiden kanssa toimitaan.

VR tarjosi aineiston mukaan myös paljon mahdollisuuksia tunnistaa itsessään muitakin kuin vain tunteisiin liittyviä reaktioita. Esimerkiksi Mattssonin ym. (2025) simulaatiossa opiskelijat oppivat tunnistamaan tunteita myös muissa ihmisissä sekä refleктоimaan omaa käytöstään, mikä sopii yhteen aiemman tutkimuksen kanssa (ks. esim. Hemminki-Reijonen, 2021). Hellen ym. (2023) tutkimuksessa sosiaalityön opiskelijat pääsivät myös refleктоimaan virtuaalitodellisuudessa todistamaansa virtuaalisen sosiaalityöntekijän ja asiakkaan välistä vuorovaikutusta. Rambareen ym. (2023) tutkimus puolestaan antoi VR:n käyttäjille mahdollisuuden refleктоida opettajan valta-asemaa kiusaamistilanteessa. VR voi siis toimia tärkeänä oppimisvälineenä, jonka avulla opiskelijoille voidaan antaa todentuntuinen oppimiskokemus, joka tukee yksilöllistä — ja yhdistettynä ryhmäkeskusteluihin myös jaettua — refleктоintia (Rambaree ym., 2023). Refleктоiminen puolestaan toimii sekä aineiston että aiemman kirjallisuuden perusteella tärkeänä välittäjänä kokemusten ja empatian välillä (Vann ym., 2024; Rambaree ym., 2023; Hecht ym., 2022; Grant, 2014).

4.5 Virtuaalitodellisuuteen liittyvät haasteet

Rambareen ym. (2023) kiusaamista käsittelevässä tutkimuksessa osalla käyttäjistä oli omakohtaista kokemusta kiusaamisesta. Tämä nostaa esille yhden VR:ään liittyvistä haasteista eli mahdollisuuden uudelleentraumatisoitumiseen. Eräs Rambareen ym. (2023) tutkimuksen koehenkilöistä esitti näkemyksensä siitä, miten simulaatio voi nostaa pintaan vanhoja kokemuksia. Myös Vannin ym. (2024) tutkimuksessa esiintyi uudelleentraumatisoitumisen riski, sillä VR-simulaatio käsitteli rasismia ja suurin osa tutkittavista oli tummaihoisia henkilöitä. Eräs tutkittavista kertoi, että simulaatio palautti hänen mieleensä vanhoja kokemuksia. Tämän lisäksi virtuaalitodellisuuteen liittyvä riski myös traumatisoitumiselle ylipäätään, sillä VR-simulaatiot koetaan yleensä hyvin intensiivisinä ja todentuntuisinä. (Vann ym., 2024.)

Traumatisoitumisen mahdollisuuden takia Vannin ym. (2024) tutkittavat pitivät tärkeänä sitä, että simulaatiota ennen VR:n käyttäjille annettaisiin jonkinlainen kuvaus tulevasta simulaatiosta, ja että simulaation jälkeen käyttäjille pidettäisiin kattava tilanteen jälkipuinti. Toisaalta Hellen ym. (2023) tutkimuksessa erään opiskelijan mukaan simulaatiota ennen tarjottu tieto simulaatiosta vähensi hänen emotionaalista sitoutumistaan siihen. Traumatisoitumisen välttämiseksi tämä saattaa kuitenkin olla tarkoituksellistakin. Toisaalta vastapainona traumatisoitumisen riskille toimii erään Vannin ym. (2024) tutkimuksessa

haastateltavan kokemus siitä, että VR-simulaatio oli hänelle voimaannuttava kokemus. Ihmiset voivat siis kokea saman simulaation täysin eri tavalla. Lisäksi on hyvä muistaa, että VR-kokemukset ovat ajalliselta kestoaltaan rajattuja, esimerkiksi vain 15 minuuttia, joten altistuminen mahdollisesti traumatisoivalle materiaalille on usein hyvin lyhytaikaista (ks. esim. Jiang ym., 2023; Herrera ym., 2018).

Toinen virtuaalitodellisuuteen liittyvä haaste on se, että simulaatio saattaa positiivisten asenteiden sijasta muodostaa käyttäjille jopa negatiivisia asenteita simulaatiossa kuvattuja henkilöitä kohtaan. Kalyanaraman ym. (2010) tutkimuksessa koehenkilöt jaettiin kolmeen ryhmään, joista yksi samaistui skitsofreniaa sairastaviin henkilöihin ohjeistetun mielikuvitusharjoituksen avulla, toinen VR-simulaation avulla, ja kolmas näiden molempien avulla. Tutkimuksessa kävi ilmi, että koehenkilöt, jotka kokivat vain VR-simulaation, tunsivat sen jälkeen suurempaa sosiaalista etäisyyttä (*social distance*) skitsofreniaa sairastavia henkilöitä kohtaan kuin koehenkilöt, jotka olivat ennen VR-simulaatiota asettuneet skitsofreniaa sairastavan henkilön asemaan mielikuvitusharjoituksen avulla (Kalyanaraman ym., 2010). Kalyanaraman ym. (2010) arvelevat tämän johtuvan siitä, että niin mielikuvitusharjoituksen kuin VR-simulaation kokeneet koehenkilöt pystyivät käyttämään mielikuvitusharjoituksessa saamaansa informaatiota säädelläkseen niitä reaktioita, joita VR-simulaatio heissä synnytti. Pelkästään VR-simulaation kokeneilla ei tällaista mahdollisuutta ollut. VR-simulaatio ilman mitään täydentäviä resursseja voi siis johtaa jopa VR:n tarkoitusta vastakkaisiin lopputuloksiin. (Kalyanaraman ym., 2010.)

Herreran ym. (2018) tutkimuksessa puolestaan koehenkilöille näytettiin sama simulaatio sekä VR:n että tietokoneen välityksellä. Kyseisessä simulaatiossa koehenkilö koki, millaista on elää kodittomana, ja yhdessä vaiheessa simulaatiota eräs toinen koditon henkilö ahdistelee häntä bussissa. Tutkimuksessa kävi ilmi, että tietokone-simulaation nähneet koehenkilöt pitivät kodittomia henkilöitä inhimillisempinä kuin VR:ää käyttäneet koehenkilöt. (Herrera ym., 2018.) Herrera ym. (2018) arvioivat, että ero inhimillisyyden kokemuksessa voi johtua siitä, että VR:n tarjoama kokemus on paljon todentuntuisempi ja näin ollen käyttäjistä voi todellisesti tuntua siltä, kuin virtuaalinen ahdistelija olisi hänen henkilökohtaisen alueensa sisäpuolella. Tämä johtaa negatiivisempien asenteiden kehittymiseen kyseistä henkilöä kohtaan.

Virtuaalitodellisuuteen liittyy myös monia muita haasteita. VR:n käyttäjä saattaa esimerkiksi tuntea fyysisistä epä mukavuutta simulaation aikana, kuten esimerkiksi huimausta tai kipua,

joka johtuu virtuaalilasien käytöstä (Vann ym., 2024). Haasteet voivat toisaalta liittyä myös siihen, että teknologia itsessään voi viedä käyttäjän huomion pois simulaatiosta (Herrera ym., 2018). Esimerkiksi Mattssonin ym. (2025) tutkimuksessa osa koehenkilöistä ei ollut ikinä ennen käyttänyt virtuaalitodellisuutta ja koki uuden teknologian harhauttavana. Vannin ym. (2024) tutkimuksessa opiskelijat toivat ilmi myös huolensa liittyen siihen, että kaikki ihmiset eivät välttämättä pysty käyttämään virtuaalitodellisuutta esimerkiksi teknologian saavutettavuuteen liittyvien ongelmien takia. Tällöin haasteita ilmenee myös esimerkiksi siinä, voidaanko VR ottaa pakolliseksi osaksi yliopisto-opintoja (Vann ym., 2024).

5 Johtopäätökset

Tämän tutkielman tavoitteena oli selvittää, miten virtuaalitodellisuutta voidaan hyödyntää sosiaalityön opinnoissa empatian oppimisen välineenä. Aineiston perusteella tutkimusongelman vastaukseksi muodostui neljä pääluokkaa. Ensinnäkin virtuaalitodellisuuden vahvuudet empatian oppimisen välineenä kytkeytyvät vahvasti VR:n todentuntuisuuteen. Todentuntuisuus auttaa käyttäjää uppoutumaan kokemukseen niin hyvin, että käyttäjästä tuntuu kuin hän oikeasti olisi simuloitussa tilanteessa. Todentuntuisuuteen vaikuttavat osaltaan simulaation tarjoamat mahdollisuudet havainnoida ympäristöä laajasti ja omatoimisesti, sekä mahdollisuudet vuorovaikuttaa ympäristön kanssa. Toisaalta vuorovaikutusmahdollisuuden koettiin lisäävän simulaation todentuntuisuutta entisestään, mutta toisaalta aineistosta nousi myös esille, että kun käyttäjällä ei ollut mahdollisuutta vuorovaikuttaa ympäristön kanssa, saattoi hän paremmin keskittyä havainnoimaan ympäristöä.

Toinen pääluokka koskee VR:n tarjoamaa ainutlaatuista tilaisuutta asettua toisen henkilön asemaan. Decety ja Moriguchi (2007) pitävät kykyä asettua toisen henkilön asemaan yhtenä keskeisenä empatian piirteenä. Samankaltaisesti Segal (2011) määrittelee empatian kykynä ymmärtää toista ihmistä joko tätä havainnoimalla tai kokemalla tämän elämää.

Virtuaalitodellisuus tarjoaa tutkielmani aineiston mukaan merkittävän mahdollisuuden juuri näihin määritelmiin liittyen, sillä VR:n avulla voi, simulaatiosta riippuen, joko havainnoida jonkun toisen elämää sivusta katsojana tai sitten kirjaimellisesti asettua jonkun toisen asemaan ja kokea itse, millaista hänen elämänsä on.

Virtuaalitodellisuus voi siis tarjota sosiaalityön opiskelijoille mahdollisuuden nähdä, millaisia vaikeuksia ihmiset kohtaavat. Eräs Jiangin ym. (2023) haastattelemista vammaisista henkilöistä kuitenkin huomauttaa, että VR:n avulla ei saa täydellistä kuvaa siitä, millainen toisen henkilön elämä on, vaan ainoastaan rajallisen ”vilkaisun” siihen. VR-simulaatioiden suunnittelijoilla on paljon valtaa, sillä he päättävät, mitä simulaatioon sisällytetään ja mitä jätetään sen ulkopuolelle. Olisikin tärkeää suunnitella simulaatioita yhdessä niiden ihmisryhmien kanssa, joita simulaatio koskee, jotta valta-asetelma ei olisi niin merkittävä, ja jotta vältyttäisiin suurimmilta väärinkäsityksiltä. Erityisesti stigmatisoituja ryhmiä käsittelevien VR-simulaatioiden yhteydessä on tärkeää varoa, ettei simulaatio toteuta osaltaan rakenteellista syrjintää.

Kolmanneksi aineistosta nousee esille virtuaalitodellisuuden kyky saada käyttäjässä aikaan niin halua toimia empaattisesti kuin myös varsinaista empaattista toimintaa.

Virtuaalitodellisuuden synnyttämä halu auttaa on pidempikestoista kuin muiden keinojen aikaansaama auttamishalu. Tämän lisäksi VR:n avulla saatiin useammin aikaan varsinaista toimintaa kuin muilla vertailukeinoilla. Aineistosta ei kuitenkaan selviä, mihin vaikutusmekanismeihin virtuaalitodellisuuden kyky saada aikaan empaattista toimintaa perustuu. Lisäksi on todettava, ettei auttamishalu välttämättä aina johda empaattiseen toimintaan, mikä on havaittu myös aiemmassa kirjallisuudessa (ks. esim. Batson ym., 2002). Herrera ym. (2018) päätyvät siihen lopputulokseen, että heidän tutkimiansa koehenkilöiden empaattinen toiminta ei todennäköisesti johtunut koehenkilöiden kokemasta empatiasta, vaan heidän lisääntyneestä tietämyksestään kodittomia henkilöitä kohtaan. Toisaalta Herrera ym. (2018) arvelevat myös, että taustalla voi vaikuttaa niin kutsuttu sosiaalisen suotavuuden harha eli koehenkilöiden yleinen taipumus antaa itsestään sosiaalisesti hyväksyttävä kuva, kun he ovat tutkimuksen kohteena.

Aineiston pohjalta muodostunut neljäs pääluokka koskee VR-kokemuksen refleктоimista. Virtuaalitodellisuuden kyky opettaa sosiaalityön opiskelijoille empatiaa kytkeytyy vahvasti VR:n tarjoamiin mahdollisuuksiin reflektoida niin simulaation aikana itsessään heränneitä tunteita sekä muita reaktioita kuin myös itse simulaation kuvaamaa tilannetta. Oman toiminnan ja erilaisten tilanteiden refleктоiminen on tärkeää, sillä se valmistaa opiskelijoita tulevaan työelämään. Sosiaalityöntekijän ammattitaitoihin kuuluu Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL, 2023) mukaan itsessään vallitsevien arvojen ja asenteiden tiedostaminen sekä sen tunnistaminen, miten ne voivat vaikuttaa asiakastyöhön. On sosiaalityöntekijän vastuulla varmistaa, että hänen tunteensa eivät kuormita asiakasta tai muuten vaaranna työn eettisyyttä (THL, 2023). VR:n avulla tapahtuva refleктоinti ja harjoittelu voi valmistaa opiskelijoita juuri tähän. Aineistossa korostetaan vahvasti sen tärkeyttä, että refleктоimisen tueksi voitaisiin VR-simulaation jälkeen pitää ryhmäkeskusteluja. Vaihtoehtoisesti opiskelijat voisivat VR-simulaation jälkeen reflektoida kokemaansa esimerkiksi yksilöllisen reflektiotehtävän muodossa.

Sen lisäksi, että tutkielman tavoitteena oli selvittää, miten virtuaalitodellisuuden avulla voidaan oppia empatiaa, niin tavoitteena oli myös selvittää, mitä haasteita siihen voi liittyä. Yhtenä VR:n haasteena ovat sen käyttäjälle aiheuttamat riskit traumatisoitua tai uudelleentraumatisoitua. Nämä riskit on otettava huomioon, kun virtuaalitodellisuutta integroidaan sosiaalityön opintoihin. Aina tulisi esimerkiksi etukäteen tarjota opiskelijoille

mahdollisuus olla osallistumatta VR-simulaatioon, sillä joillain opiskelijoilla voi olla omakohtaista kokemusta simulaation aiheesta, ja sille uudelleen altistuminen saattaa nostaa traumoja pintaan. Jotta opiskelijat voivat päättää, osallistuvatko he simulaatioon vai eivät, tulee opiskelijoille tarjota etukäteen riittävästi tietoa simulaatiosta, mikä voi puolestaan heikentää simulaation todentuntuisuutta. VR-simulaatioita toteutettaessa onkin punnittava tarkkaan niiden riskejä ja hyötyjä. Toisaalta opiskelijoille voi myös tarjota mahdollisuuden jättää VR-simulaatio kesken milloin tahansa, eivätkä simulaatiot yleensä muutenkaan ole ajallisesti kovin pitkiä, joten kenties traumatisoitumisen riskiä voidaan pitää suhteellisen pienenä.

Traumatisoitumisen ja uudelleentraumatisoitumisen lisäksi aineistosta nousee esille haaste siitä, että VR-simulaatio voi empatian lisäämisen sijasta jopa aiheuttaa negatiivisten asenteiden muodostumista. Tällöin alun perin empatian lisäämiseksi tiettyä ihmisryhmää kohtaan luotu simulaatio saattaakin antaa käyttäjälle syystä tai toisesta negatiivisen kuvan kyseisestä ihmisryhmästä. Tämä virtuaalitodellisuuden liittyvä haaste sekä traumatisoitumiseen ja uudelleentraumatisoitumiseen liittyvät haasteet korostavat sen tärkeyttä, että VR-simulaatioita ja niiden käyttäjissä aikaansaamia vaikutuksia testataan, ennen kuin kyseiset simulaatiot otetaan laajemmin käyttöön. Tämän lisäksi kyseisiä haasteita voidaan myös pyrkiä lievittämään muuttamalla VR-simulaation sisältöä. On kuitenkin olemassa myös sellaisia virtuaalitodellisuuden liittyviä haasteita, joihin ei voida vaikuttaa simulaation sisältöä kontrolloimalla. Tällaisia ovat esimerkiksi teknologian aiheuttama fyysinen epämukavuus sekä teknologian harhauttavuus. Haasteita liittyy myös siihen, että VR-teknologia ei ole kaikille saavutettavaa, mikä pitää erityisesti ottaa huomioon, kun sitä integroidaan sosiaalityön opintoihin.

Tämän tutkielman keskeisiä rajoituksiksi ovat käytetyn aineiston rajallinen koko sekä se, että kullakin tutkitulla artikkelilla on omat yksilölliset rajoitteensa. Tutkielmani tarkoituksena ei kuitenkaan ollut tarjota tyhjentävää kuvausta ilmiöstä, vaan muodostaa kokonaiskuva tutkimusaiheesta ja tuoda siihen liittyvää ajankohtaista tutkimustietoa suomalaisen sosiaalityön kentälle. Aihetta olisi kuitenkin tärkeää tutkia myös laajemmin, sillä empatiaa on yleisesti tutkittu sosiaalityössä hyvin vähän ja VR-teknologialla on tämän tutkielman perusteella potentiaalia toimia empatian opettamisen välineenä esimerkiksi sosiaalityön opinnoissa. Toki virtuaalitodellisuuden käyttöön opettamisessa liittyy myös haasteita, mutta aineistosta nousee silti jatkuvasti esiin luottamus teknologian tarjoamia mahdollisuuksia

kohtaan. Erityisesti Vannin ym. (2024) sekä Koiviston ym. (2025) tutkimuksissa opiskelijat painottavat vahvasti virtuaalitodellisuuden arvoa empatian oppimista tukevana välineenä.

Lähteet

- Batson, C. D. (2018). *A scientific search for altruism: Do we only care about ourselves?* Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oso/9780190651374.001.0001>
- Batson, C. D., Chang, J., Orr, R. & Rowland, J. (2002). Empathy, Attitudes, and Action: Can Feeling for a Member of a Stigmatized Group Motivate One to Help the Group? *Personality & Social Psychology Bulletin*, 28(12), 1656–1666. <https://doi.org/10.1177/014616702237647>
- Batson, C. D., Polycarpou, M. P., Harmon-Jones, E., Imhoff, H. J., Mitchener, E. C., Bednar, L. L., Klein, T. R. & Highberger, L. (1997). Empathy and Attitudes: Can Feeling for a Member of a Stigmatized Group Improve Feelings Toward the Group? *Journal of Personality and Social Psychology*, 72(1), 105–118. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.72.1.105>
- Blom, B., Carpholt, C. & Krull, I. (2025). Outline of a theory of stigmatization in the personal social services. *Nordic Social Work Research*, 15(3), 394–408. <https://doi.org/10.1080/2156857X.2023.2281991>
- Decety, J. & Moriguchi, Y. (2007). The empathic brain and its dysfunction in psychiatric populations: implications for intervention across different clinical conditions. *BioPsychoSocial Medicine*, 1(1), artikkeli 22. <https://doi.org/10.1186/1751-0759-1-22>
- Gerdes, K. E. & Segal, E. A. (2009). A Social Work Model of Empathy. *Advances in Social Work*, 10(2), 114–127. <https://doi.org/10.18060/235>
- Gerdes, K. E., Segal, E. A., Jackson, K. F. & Mullins, J. L. (2011). Teaching Empathy: A Framework Rooted in Social Cognitive Neuroscience and Social Justice. *Journal of Social Work Education*, 47(1), 109–131. <https://doi.org/10.5175/JSWE.2011.200900085>
- Goffman, E. (1968). *Stigma: notes on the management of spoiled identity*. Penguin Books.
- Gonzalez, K. A., Riggle, E. D. B. & Rostosky, S. S. (2015). Cultivating Positive Feelings and Attitudes: A Path to Prejudice Reduction and Ally Behavior. *Translational Issues in Psychological Science*, 1(4), 372–381. <https://doi.org/10.1037/tps0000049>
- Grant, L. (2014). Hearts and Minds: Aspects of Empathy and Wellbeing in Social Work Students. *Social Work Education*, 33(3), 338–352. <https://doi.org/10.1080/02615479.2013.805191>
- Hamad, A. & Jia, B. (2022). How Virtual Reality Technology Has Changed Our Lives: An Overview of the Current and Potential Applications and Limitations. *International*

- Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(18), artikkeli 11278.
<https://doi.org/10.3390/ijerph191811278>
- Harr, C. & Moore, B. (2011). Compassion Fatigue Among Social Work Students in Field Placements. *Journal of Teaching in Social Work*, 31(3), 350–363.
<https://doi.org/10.1080/08841233.2011.580262>
- Hecht, M., Kloß, A. & Bartsch, A. (2022). Stopping the Stigma. How Empathy and Reflectiveness Can Help Reduce Mental Health Stigma. *Media Psychology*, 25(3), 367–386. <https://doi.org/10.1080/15213269.2021.1963991>
- Hemminki-Reijonen, U. (2021). *Virtuaalitodellisuus oppimisessa*. Oppaat ja käsikirjat 2021:3. Opetushallitus. <https://www.oph.fi/fi/tilastot-ja-julkaisut/julkaisut/virtuaalitodellisuus-oppimisessa>
- Hu, S. & Lai, B. W. P. (2022). Increasing empathy for children in dental students using virtual reality. *International Journal of Paediatric Dentistry*, 32(6), 793–800.
<https://doi.org/10.1111/ipd.12957>
- King, S. H., Jr. (2011). The Structure of Empathy in Social Work Practice. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 21(6), 679–695.
<https://doi.org/10.1080/10911359.2011.583516>
- Lattu, S.-J. & Moisio, H. (2022). *Empatia sosiaalialalla: Empaattisen itsen löytämisen harjoitus ammatillisen empatian kehittämiseksi* [opinnäytetyö, Tampereen ammattikorkeakoulu]. <https://www.theseus.fi/handle/10024/728759>
- Lattu, S.-J., Moisio, H. & Miettinen, E.-M. (2022). Empaattisempi sosiaaliala luomassa empaattisempaa yhteiskuntaa. *Sosiaalipedagogiikka*, 23(2), 71–84.
<https://doi.org/10.30675/sa.119759>
- Lau, J. S. Y., Tang, Y. M., Gao, G., Fong, K. N. K. & So, B. C. L. (2025). Development and Usability Testing of Virtual Reality (VR)-Based Reminiscence Therapy for People with Dementia. *Information Systems Frontiers*, 27, 155–170.
<https://doi.org/10.1007/s10796-024-10479-w>
- Lin, X. P., Li, B. B., Yao, Z. N., Yang, Z. & Zhang, M. (2024). The impact of virtual reality on student engagement in the classroom—a critical review of the literature. *Frontiers in Psychology*, 15, artikkeli 1360574. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1360574>
- Link, B. G. & Phelan, J. C. (2001). Conceptualizing stigma. *Annual Review of Sociology*, 27, 363–385. <https://doi.org/10.1146/annurev.soc.27.1.363>

- Loikkanen, M. (2021). Turun AMK rakentaa opettavaisia virtuaalitodellisuuksia. *Talk Tekniikka magazine 2021*, 14–17. <https://talk.turkuamk.fi/tekniikka/turun-amk-rakentaa-opettavaisia-virtuaalitodellisuuksia/>
- Malbois, E. (2023). What is Sympathy? Understanding the Structure of Other-Oriented Emotions. *Emotion Review*, 15(1), 85–95. <https://doi.org/10.1177/17540739221140404>
- Mielenterveyden keskusliitto. (2024). *Empatia on yhteinen voimavaramme*. Haettu 7.12.2025 osoitteesta <https://mtkl.fi/empatia-on-yhteinen-voimavaramme/>
- Milgram, P., Takemura, H., Utsumi, A. & Kishino, F. (1994). Augmented reality: A class of displays on the reality-virtuality continuum. *Telem manipulator and Telepresence Technologies*, 2351, 282–292. <https://doi.org/10.1117/12.197321>
- Milk, C. (2015). *How virtual reality can create the ultimate empathy machine* [video]. Ted Conferences. https://www.ted.com/talks/chris_milk_how_virtual_reality_can_create_the_ultimate_empathy_machine
- Pautasso, M. (2019). The Structure and Conduct of a Narrative Literature Review. Teoksessa M. Shoja, A. Arynchyna, M. Loukas, A. V. D’Antoni, S. M. Buerger, M. Karl & R. S. Tubbs (toim.), *A Guide to the Scientific Career* (s. 372–386). John Wiley & Sons, Inc. <https://doi.org/10.1002/9781118907283.ch31>
- Pietilä, N., Raatikainen, E. & Rantala-Nenonen, K. (2023). VR todellisuuden hyödyntäminen opinnoissa tukee valmentautumista ennakoimattomiin asiakastilanteisiin. *Uudistuva sosiaalialan osaaminen*. <https://blogit.metropolia.fi/uudistuva-sosiaalialan-osaaminen/2023/02/07/vr-todellisuuden-hyodyntaminen-opinnoissa-tukee-valmentautumista-ennakoimattomiin-asiakastilanteisiin/>
- Raatikainen, E. (2022). Psykologisen- ja emotionaalisen turvallisuuden merkitys sosiaalialan työssä. *Uudistuva sosiaalialan osaaminen*. <https://blogit.metropolia.fi/uudistuva-sosiaalialan-osaaminen/2022/06/07/psykologisen-ja-emotionaalisen-turvallisuuden-merkitys-sosiaalialan-tyossa/>
- Raatikainen, E., Rauhala, L. A. & Mäenpää, S. (2017). Qualified Empathy — a key element for an empowerment professional. *Sosiaalipedagogiikka*, 18, 113–121. <https://doi.org/10.30675/sa.65404>
- Railio, A. & Tamminen, E. (2019). *Empatia, myötätunto ja myötätuntouupumus — Kokemuksia käsitteistä ja niiden ilmenemisestä sosionomien työssä, työyhteisöissä ja*

keskusteluissa [opinnäytetyö, Metropolian ammattikorkeakoulu].

<https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201905098520>

Salakari, M. (2024). *Virtuaalitodellisuus innostaa oppimaan – ”Hyvä lisämauste perinteiseen opetukseen”*. Turku AMK. <https://www.turkuamk.fi/artikkeli/virtuaalitodellisuus-innostaa-oppimaan-hyva-lisamauste-perinteiseen-opetukseen/>

Salminen, A. (2011). *Mikä kirjallisuuskatsaus?: johdatus kirjallisuuskatsauksen tyyppeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin*. (Vaasan yliopiston julkaisuja. Opetusjulkaisuja, 62. Julkisjohtaminen, 4). Vaasan yliopisto. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-476-349-3>

Segal, E. A. (2007a). Social Empathy: A New Paradigm to Address Poverty. *Journal of Poverty*, 11(3), 65–81. https://doi.org/10.1300/J134v11n03_06

Segal, E. A. (2007b). Social Empathy: A Tool to Address the Contradiction of Working but Still Poor. *Families in Society: The Journal of Contemporary Social Services*, 88(3), 333–337. <https://doi.org/10.1606/1044-3894.3642>

Segal, E. A. (2011). Social Empathy: A Model Built on Empathy, Contextual Understanding, and Social Responsibility That Promotes Social Justice. *Journal of Social Service Research*, 37(3), artikkeli 937012450. <https://doi.org/10.1080/01488376.2011.564040>

Stamm, O., Dahms, R., Reithinger, N., Ruß, A. & Müller-Werdan, U. (2022). Virtual reality exergame for supplementing multimodal pain therapy in older adults with chronic back pain: a randomized controlled pilot study. *Virtual Reality*, 26, 1291–1305. <https://doi-org.ezproxy.utu.fi:2443/10.1007/s10055-022-00629-3>

Suomen Mielenterveys ry. (2024). *Vuorovaikutustaitoja voi oppia*. Haettu 7.12.2025 osoitteesta <https://mieli.fi/vahvista-mielenterveyttasi/ihmissuhteet-ja-vuorovaikutus/vuorovaikutustaitoja-voi-oppia/>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (2023). *Kunnioittava kohtaaminen ja vuorovaikutusosaaminen*. Haettu 7.12.2025 osoitteesta <https://thl.fi/aiheet/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdeyto/puheeksiotto-ja-mini-interventio/kunnioittava-kohtaaminen-ja-vuorovaikutusosaaminen>

Tsujita, M., Homma, M., Kumagaya, S-i. & Nagai, Y. (2023). Comprehensive intervention for reducing stigma of autism spectrum disorders: Incorporating the experience of simulated autistic perception and social contact. *PLOS One*, 18(8), artikkeli e0288586. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0288586>

Vatanen, P. (7.8.2016). *Tästä virtuaalitodellisuudessa on kyse – kymmenen kysymystä virtuaalilaseihin ja keinotodellisuuteen liittyen*. Yle. <https://yle.fi/a/3-9072959>

- Wilding, C., Young, K., Cummins, C., Bowler, C., Dean, T., Lakhani, A. & Blackberry, I. (2022). Virtual reality to foster empathy in disability workers: A feasibility study during COVID-19. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 36(1), 132–142. <https://doi.org/10.1111/jar.13042>
- Young, G. W., O'Dwyer, N. & Smolic, A. (2021). Exploring virtual reality for quality immersive empathy building experiences. *Behaviour & Information Technology*, 41(16), 3415–3431. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2021.1993336>

Liitteet

Liite 1. Aineisto

- Formosa, N. J., Morrison, B. W., Hill, G. & Stone, D. (2018). Testing the efficacy of a virtual reality-based simulation in enhancing users' knowledge, attitudes, and empathy relating to psychosis. *Australian Journal of Psychology*, 70(1), 57–65.
<https://doi.org/10.1111/ajpy.12167>
- Helle, N., Vikman, M. D., Dahl-Michelsen, T. & Lie, S. S. (2023). Health Care and Social Work Students' Experiences With a Virtual Reality Simulation Learning Activity: Qualitative Study. *JMIR Medical Education*, 9, artikkeli e49372.
<https://doi.org/10.2196/49372>
- Herrera, F., Bailenson, J., Weisz, E., Ogle, E. & Zaki, J. (2018). Building long-term empathy: A large-scale comparison of traditional and virtual reality perspective-taking. *PLOS One*, 13(10), artikkeli e0204494. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0204494>
- Jiang, Z., Meltzer, A. & Zhang, X. (2023). Using virtual reality to implement disability studies' advocacy principles: uncovering the perspectives of people with disability. *Disability & Society*, 39(6), 1592–1612.
<https://doi.org/10.1080/09687599.2022.2150601>
- Kalyanaraman, S., Penn, D. L., Ivory, J. D. & Judge, A. (2010). The Virtual Doppelgänger: Effects of a Virtual Reality Simulator on Perceptions of Schizophrenia. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 198(6), 437–443.
<https://doi.org/10.1097/NMD.0b013e3181e07d66>
- Koivisto, J.-M., Kämäräinen, S., Mattsson, K., Jumisko-Pyykkö, S., Ikonen, R. & Haavisto, E. (2025). Exploring Nursing Students' Experiences of Empathy and User Experiences in an Immersive Virtual Reality Simulation Game: Cross-Sectional Study. *JMIR Serious Games*, 13, artikkeli e62688. <https://doi.org/10.2196/62688>
- Mattsson, K., Haavisto, E. & Koivisto, J. M. (2025). Embracing opportunities and addressing barriers in learning empathy through VR simulation games - a qualitative descriptive study of nursing students' experiences. *BMC Nursing*, 24, artikkeli 991.
<https://doi.org/10.1186/s12912-025-03639-z>
- Rambaree, K., Nässén, N., Holmberg, J. & Fransson, G. (2023). Enhancing Cultural Empathy in International Social Work Education through Virtual Reality. *Education Sciences*, 13(5), artikkeli 507. <https://doi.org/10.3390/educsci13050507>
- Vann, M., Senreich, E., Saint-Louis, N., Williams-Gray, B., Kahn, J. M. & Sisselman-Borgia, A. (2024). The Impact of Virtual Reality Simulations on Social Work Education: A Qualitative Study. *Studies in Clinical Social Work: Transforming Practice, Education and Research*, 95(1), 43–65. <https://doi.org/10.1080/28376811.2024.2399028>