

# Unelmia kohtaamisesta

Teatteriopettajan pohdintaa empatian ja  
kehollisuuden vaikutuksesta taideopetukseen

ANNA TAIPONEN



**TIIVISTELMÄ****PÄIVÄYS:**

<b>TEKIJÄ</b> Anna Taiponen		<b>KOULUTUS- TAI MAISTERIOHJELMA</b> Teatteriohjelma	
<b>KIRJALLISEN OSION / TUTKIELMAN NIMI</b> Unelmia kohtaamisesta. Teatteriohjelma pohdintaa empatian ja kehollisuuden vaikutuksesta taideopetukseen		<b>KIRJALLISEN TYÖN SIVUMÄÄRÄ (SIS. LIITTEET)</b> 74	
Kirjallisen osion/tutkielman saa julkaista avoimessa tietoverkossa. Lupa on ajallisesti rajoittamaton.	Kyllä <input checked="" type="checkbox"/> Ei <input type="checkbox"/>	Opinnäytteen tiivistelmän saa julkaista avoimessa tietoverkossa. Lupa on ajallisesti rajoittamaton.	Kyllä <input checked="" type="checkbox"/> Ei <input type="checkbox"/>
<p>Opinnäytteen aiheena on kohtaaminen taideopetuksessa kehollisesta näkökulmasta käsin katsellen. Kohtaaminen on minulle taideopettajuuteni ydin. Teatteriohjelma opintojeni aikana olen keskittynyt tutkimaan sitä eri suunnista ja hahmottamaan sen vaikutusta teatterin ja taiteen opettamiseen.</p> <p>Tutkielmani kiinnostuksen kohteena on, missä määrin kohtaaminen lähtee meistä kehollisina olentoina. Vaikuttaako se meihin taidetta tekeviin ja sitä kokeviin. Tutkimusotteessani tunnistan fenomenologis-hermeneuttisen tutkimusotteen sekä viitteitä autoetnografiasta. Tämän työn puitteissa tarkastelen meitä ihmisiä kehollisina olentoina tässä maailmassa näiden linssien läpi.</p> <p>Työni alussa avaan lukijalle syyt siihen, miksi olen kiinnostunut kohtaamisesta. Matkaan hetkeksi menneisyyteeni kohtaajana. Valotan myös omaan taideopettajuuteeni vaikuttavia tekijöitä, holistista ihmiskäsitystä, pedagogi ja kasvatusfilosofi Paulo Freiren ajatuksia ja pedagogi ja kirjailija bell hooksin ajatuksia.</p> <p>Työni aineiston muodostaa teatteriohjelma opintojeni toinen opetusharjoittelu ja siinä pitämäni työpajat otsikolla <i>Unelmia kohtaamisesta</i>. Sieltä löytyneitä laajempia teemoja, empaattisuutta, kehollisuutta sekä kehon ja tunteiden välistä suhdetta tarkastelen osallistujien tuottaman aineiston ja omien muistiinpanojeni pohjalta. Kuvaan opetusharjoittelun käytännön tasolla. Tämän jälkeen siirryn tarkemmin tutkimusaineistoni pariin.</p> <p>Empatiaa käsittelevässä luvussa päädyn pohtimaan empaattisuutta kinesteettisen empatian kautta. Opetusharjoitteluni työpajoissa se nousi selkeästi esiin. Päädyn aineiston, oman kokemukseni ja lähdeaineiston perusteella luvussa lopputulokseen, että kehollisuus ja empatia vaikuttavat toisiinsa. Tässä luvussa pääkeskustelutovereinani toimivat empatiaa tutkinut Elisa Aaltola ja kinesteettistä empatiaa tutkinut filosofian dosentti Jaana Parviainen.</p> <p>Kehollisuutta käsittelevän luvun alla sukellan työpajoihini ja niistä nousevaan aineistoon kehollisuuden näkökulmasta. Vertaan työpajoihini osallistuneiden oppimispäiväkirjoissaan avaamia huomioita lähdekirjallisuuteen ja yhdistän niitä omiin näkemyksiini kehollisuuden ja kohtaamisen välisestä suhteesta. Aineiston ohella pääkeskustelukumppanini tässä luvussa on tanssitaiteen tohtori Kirsi Törmi.</p> <p>Työn viimeisessä luvussa pääosassa ovat keho ja tunteet ja niiden välinen suhde kohtaamiseen. Vertaan aineistostani nousseita näkökulmia neurotieteilijä Antonio Damasion näkemyksiin. Päädyn näiden kolmen tutkimuslukupiiriä myötä linkittämään toisiinsa empatian, kehollisuuden sekä kehon ja tunteiden välisen yhteyden kohtaamisen mahdollistaviksi tekijöiksi taideopetuksessa. Näkemykseni mukaan tämä vaikutus taiteen tekemiseen ja taidetunteihin on väistämätön.</p>			
<b>ASIASANAT</b>			
Kohtaaminen, empaattisuus, myötätunto, kehollisuus, tunteet, dialogisuus, intuitio, teatteriohjelma, taideopetus.			

# SISÄLLYSLUETTELO

---

PROLOGI	5
1. JOHDANTO	7
2. OMA TAUSTANI KOHTAAJANA	9
2.1. <i>Kokemuksiani kohtaamisesta</i>	9
2.2. <i>Teatteriohjaaja löytöretkellä</i>	10
2.2.1. <i>Seminaarityö</i>	10
2.2.2. <i>Praktiikan löytäminen</i>	11
2.3. <i>Kappale isästä</i>	13

---

3. TAIDEOPETTAJAN LÖYTÖJÄ	15
3.1. <i>Teoreettinen löydös numero 1: Holistinen ihmiskäsitys</i>	16
3.2. <i>Teoreettinen löydös numero 2: Paulo Freire</i>	17
3.3. <i>Teoreettinen löydös numero 3: bell hooks</i>	19
3.4. <i>Kohti tutkimusta</i>	20

---

4. PRAKTIKKA KEHITTYY	23
4.1. <i>Koronan kurituksessa</i>	23
4.2. <i>Opettajan epävarmuus osana prosessia</i>	24
4.3. <i>Avoimet työpajat</i>	26
4.3.1. <i>Kehollisuus-työpajat</i>	27
4.3.2. <i>Kohti toista -työpajat</i>	28
4.3.3. <i>Keskustelutilaisuus: Kohtaaminen taiteessa – mitä se voi olla?</i>	30
4.3.4. <i>Unelmia kohtaamisesta -työpaja</i>	30
4.3.5. <i>Avoimen työpajajakson yhteenvetoa</i>	32
4.4. <i>Suljetut työpajat</i>	34
4.5. <i>Työpajajaksojen yhteenvetoa</i>	36

---

5. EMPATIA MAHDOLLISTAA KOHTAAMISEN	37
5.1. <i>Ajatuksiani empatiasta</i>	37
5.2. <i>Empatian määrittelyä</i>	39
5.3. <i>Kinesteettinen empatia työpajoissa</i>	42
5.4. <i>Ruumiillinen empatia</i>	44
5.5. <i>Luvun yhteenveto</i>	46

---

6. KEHOLLISUUS – MITÄ SE NOSTAA ESIIN KOHTAAMISESTA?	47
6.1. <i>Omia havaintojani kehollisuudesta</i>	48

6.2.	<i>Kehollisuudesta työpajoissa</i>	52
6.2.1.	<i>Leikillisuus osana kohtaamista työpajoissa</i>	54
6.2.2.	<i>Itsen kuuntelu ja toiseen reagointi</i>	56
6.2.3.	<i>Sanattomuudesta työpajoissa</i>	57
6.3.	<i>Ilmapiiiristä työpajojen aikana</i>	59
6.4.	<i>Hitaus työskentelytapana ja kohtaamisen herättelijänä</i>	60
6.5.	<i>Luvun yhteenveto</i>	62

---

7.	<b>KEHO JA TUNTEET OVAT YHTEYDESSÄ</b>	63
----	--	----

7.1.	<i>Miksi kehon ja tunteiden välinen suhde kiinnostaa minua?</i>	63
7.2.	<i>Kehon, mielen ja tunteiden välisestä suhteesta</i>	64
7.3.	<i>Työpajoista noussutta</i>	67
7.3.1.	<i>Yhteyden tunne</i>	67
7.3.2.	<i>Taideopettajan tunnetason kokemukset työpajoissa</i>	69
7.4.	<i>Luvun yhteenveto</i>	71

---

8.	<b>LANKOJEN PUNOMISTA YHTEEN</b>	73
----	----------------------------------	----

	<b>EPILOGI</b>	76
--	----------------	----

**LÄHTEET**

## PROLOGI

Navakka myrsky on vaivannut Ranskan maata jo kolmen päivän ajan. Meren väri on harmaa kuin rauta. Istun Usko, Toivo ja Rakkaus -laivan kannella kansituolissa. On hieman pahoinvoiva olo, mutta vielä enemmän minua askarruttaa tuleva vastaanotto.

Kohtasimme aikoinaan yli 35-vuotta sitten. Muistaako hän vielä minut? Lopulta horisontissa näkyy maata ja laiva rantautuu satamaan. Jatkan matkaa taksilla.

Perillä pihamaan poppelipuut tuoksuvat. Sydän pamppaillen kävelen ovea kohti. Mitä hän mahtaa ajatella? Koputan oveen. Ovi aukeaa. Siinä hän seisoo, Setä Tonton. Pieni leikkinalle on harmaantunut, mutta tunnistan hänet silti. Setä katsoo minua pitkään kuin muistellen jotain kaukaista. En malta olla puhkeamatta puheeseen: *Setä Tonton, muistatko minut vielä?* Setä Tonton alkaa hymyillä ja avaa kätensä. Halaamme. Hän toteaa: *Tottakai muistan sinut Anna. Siitä on pitkä aika. Vieläkö tanssit?* Vastaan: *Muistan välillä tanssia ja silloin tunnen oloni onnelliseksi.* Setä Tonton miettii hetken: *Tule sisään. Minä teen nyt sinulle ruokaa.* Katselen etäisesti tuttua taloa, jossa takkatuli loimuaa luoden seinille varjoja. Setä Tonton katsoo minua: *Tulepa keittiöön. Kaivan ruuan esiin ja sitten voimme puhua.* Hän ottaa esiin herkkuja toisensa jälkeen puuhaten touhukkaasti. Puren malttamattomana huultani. Oloni alkaa rentoutua. Setä Tonton laittaa eteeni kuuman kupin teetä. Hän istuu pöytään minua vastapäätä. Otamme ruokaa.

Ruuasta nautittuamme Setä katsoo minuun: *No niin Anna. Mikä mieltäsi painaa? Näen sen sinusta.* Istun hetken hiljaa. Sanon: *Olen tullut, koska sinulta opin jotain olennaista kohtaamisesta. Uskon, että siellä jossain menneisyydessä lepää se siemen, joka sai minut kiinnostumaan tästä aiheesta. Nyt minun pitäisi kirjoittaa aiheesta. Mutta mitä enemmän rajaon, sitä enemmän aihe tuntuu laajenevan. Voitko auttaa minua rajaamaan työtä?* Setä Tonton katsoo minuun tutkivasti ja toteaa: *Minä autan sinua mielelläni. Mutta muista, että sinä tiesit tämän jo pienenä. Tärkeintä on, että kohtaaminen lähtee sydämestä. Kuuntele sen ääntä ja se kertoo sinulle, miten kohdata toinen ihminen. Olen aivan varma, että sinä olet elänyt sen mukaan.* Vastaan: *Juuri niin minä koetan tehdä Setä. Mielestäni olen siinä hyvä. Se on taito, jota olen kehittänyt ja joka on minun vahvuuteni. Mutta aina en minäkään jaksa kohdata. Välillä pakenen itseeni. Joskus vaivun niin syvälle itseeni, että unohdan maailman ympärilläni. Silloin*

*kohtaamisesta tulee pääni sisäinen leikki. Silti eniten maailmassa saan kohtaamisista Toisten kanssa. Niinä hetkinä maailma tuntuu pysähtyvän ja olemme yhdessä maailmassa, jonne kuulumme sen hetken vain minä ja tuo Toinen. Parhaimmillaan tuo kohtaaminen laajenee ryhmään ja floun tavoin ruokimme toinen toistamme ja löydämme aina jotain enemmän. Nuo hetket minä talletan syvälle sydämeeni ja vaalin niitä.*

Setä Tonton katsoo minua tutkivasti: *Minä näen sinut yhä sinä pienenä tyttönä, joka rakasti tanssia. Se näkyy sinussa yhä osana tuota kaikkea. Sinä olet tärkeällä asialla. Minä autan sinua löytämään sen, mitä haluat kohtaamisesta sanoa. Kello on kuitenkin paljon. Petaan sinulle sängyn vierashuoneeseen ja jatkamme aamulla. Kävelemme yhdessä ohi jo hiipuvan takkatulen huoneeseen, jossa on iso pehmeä sänky. Yhdessä petaamme sängyn. Lakanoissa on laventelin tuoksu. Myrsky on laantunut ja tuuli humisee rauhassa ulkona. Kuulen peipposen sirkuttavan yölaulullaan. Setä Tonton peittelee minut sänkyyn ja istahtaa hetkeksi sen laidalle. Hän sanoo: *Hyvää yötä Anna! Näe kauniita unia. Vastaan toivotukseen: Kiitos Setä Tonton! Olen niin kovin kiitollinen, että haluat auttaa minua. Arvostan sitä kovin. Setä vastaa: Mielellänihän minä. Jatkamme aamulla. Nuku nyt. Hän sammuttaa valon ja sulkee oven. Verhon raosta näen varjojen luovan leikkiään. Nukahdan onnellisena, sillä tiedän olevani nyt oikeassa paikassa.**

\*\*\*\*\*

# 1. JOHDANTO

Kun olin neljävuotias, äitini luki minulle iltasaduiksi Elina Karjalaisen Uppo-Nalleja. Uppo-Nalle on leikkinalle, joka eräänä päivänä ajelehti mereltä Reeta-tytön luokse. Heistä tulee erottamattomat ystävykset. Uppo-Nallejen joukossa lempikirjani on Uppo-Nalle ja Setä Tonton. Siinä Uppo-Nalle ja Reeta matkaavat tapaamaan leikkinalle Setä Tontonia Ranskaan. Setä Tonton on Uppo-Nallen rakas vanha ystävä. Viime syksynä lukiessani kirjaa lapsilleni törmäsin sen ajatuksiin, joissa oli jotain kovin tuttua: Setä Tonton oivaltaa kirjassa, että kaikki eivät ajattelekaan samalla tavalla kuin hän. Siitä eteenpäin hän yrittää kirjassa huomioida toisten toiveet entistä paremmin. Tässä lepää pohja omalle käsitykselleni kohtaamisesta.

Minulle kohtaaminen on pyrkimystä asettua ymmärtämään toista ihmistä ilman, että omat tulkinnat tulevat tielle. Se on kykyä huomioida toinen ihminen sellaisena kuin tämä on. Arvostaa ja kunnioittaa niitä, joiden kanssa olemme tekemisessä. Se on yritystä lähestyä toista ihmistä läsnä ollen, kuunnellen ja hänet huomioiden. Miten tämä kaikki liittyy taideopettajuuteen? Siten, että se on minulle taiteen tekemisen ydin. Kohtaamalla toisemme avoimesti ja tulkintoja välttäen mahdollistamme taiteen prosessille turvallisen ja toimivan maaperän. Se lisää kunkin osallistujan nähdäksi ja kuulluksi tulemisen kokemusta. Parhaimmillaan se syventää taidetyöskentelyä entisestään.

Tutkin opinnäytteessäni sitä, miten kohtaaminen näyttäytyy tuntiolosuhteissa. Miten tunneilleni osallistuneet kokevat kohtaamisen näkyvän työskentelyssämme? Onko sillä jokin merkitys? Kiinnostukseni lepää myös omassa ammatti-identiteetissäni. Pystynkö minä omalla työskentelylläni vahvistamaan tunneilleni osallistuvien henkilöiden kokemusta kohtaamisesta? Koen, että näissä kohtaamisissa myös itse vaikutun näkemästäni. Kaiken pohjalla elää haluni nähdä kohtaaminen taideopettajan työssä toisesta liikkeelle lähtevänä voimana, joka mahdollistaa myös opettajalle itselleen vaikuttumisen ja taiteen äärelle asettumisen suhteisuuden kautta.

Ennakkokäsitykseni mukaan kohtaaminen on kehollinen kokemus, jossa kehon tunteukset vaikuttavat taidetta opiskelevan tai tekevän kokemuksiin ja tunteisiin. Samoin ne vaikuttavat myös taideopettajaan. Tutkin työssäni, *millä tasolla kohtaaminen lähtee meistä kehollisina olentoina*. Miten kehollisuuden ja tunteiden välinen suhde vaikuttaa taiteen tekemiseen? Pohjimmaisena tavoitteenani on löytää työkaluja, jotka mahdollistavat opettajan ja opiskelijan tasaveroisen kohtaamisen.

Tutkielmani aineistona toimii teatteriopettajan maisteriohjelman toinen opetusharjoitteluni, *Unelmia kohtaamisesta* -työpajat. Tarkastelen siihen osallistuneiden henkilöiden kokemusta heidän oppimispäiväkirja-merkintöjensä kautta. Tarkastelen myös työpajakerroilla nauhoittamiani keskusteluja aiheesta. Vertaan niitä omiin oppimispäiväkirjamerkintöihini ja omiin muistikuviini sekä linkitän niitä aiheesta löytämiini lähteisiin. Tästä kokonaisuudesta pyrin nostamaan esiin löydöksiä, jotka kertovat jotain kohtaamiseen vaikuttavista tekijöistä.

Opinnäytteessäni on useita keskustelukumppaneita. Tanssitaiteen tohtori Kirsi Törmi on väitöstutkimuksessaan ja sen jälkeisessä työskentelyssään tutkinut vuorovaikutusta koreografisessa prosessissa. Filosofian dosentti Jaana Parviaisen tutkimukset ovat vieneet minut kohti empaattista kinestesiaa ja eläytymistä. Neurotieteilijä Antonio Damasio on käsitellyt työssään kehon ja tunteiden välistä suhdetta. Filosofia Elisa Aaltola on kirjoittanut empatiasta, joka nousee yhdeksi työni kantavista teemoista. Psykologi Lauri Rauhalan holistisen ihmiskäsityksen olen kokenut itselleni läheiseksi. Omaan taideopettajuuteeni vaikuttaneita tekijöitä olen löytänyt lisäksi Paulo Freiren ja bell hooksin ajatuksista.

Opinnäytetyössäni kulkee käsi kädessä kaksi tasoa. Toisella tasolla käsittelen kohtaamista opetusharjoitteluni pohjalta aiheesta kerääntyneiden materiaalien kautta. Pyrin soveltamaan löytämäni materiaalia kohti käyttökelpoista taideopettajan työkalupakkia. Toisella, fiktiivisellä tasolla tuon esiin omaa taustaani kohtaajana keskusteluissa Setä Tontonin kanssa. Setä Tonton kohtaukset inspiroituvat Elina Karjalaisen Uppo-Nalle -kirjoista. Aiheeseen perehtynyt lukija saattaa tunnistaa asioita sieltä. Tässä kohtaa toivotan sinut, rakas lukijani mukaan tälle matkalle. Tervetuloa!



## 2. OMA TAUSTANI KOHTAAJANA

Mietin tässä luvussa, miksi kohtaamisesta on tullut minulle niin tärkeää? Avaan näiden teatteriopettajan opintojen aikana aiheesta tekemiäni havaintoja. Luvun lopuksi palaan hetkeksi siihen syyhyn, miten päädyin itse teatterialan ammattilaiseksi.

### 2.1. Kokemuksiani kohtaamisesta

Omaan taustaani kohtajana vaikuttaa eletyn elämän ohella kaksi menneisyyden tapahtumaa. Opiskellessani teatteri-ilmaisun ohjaajaksi olin opiskelijavaihdossa Sambiassa vuonna 2006. Siellä kohtaamiset paikallisten ihmisten kanssa olivat hyvin vahvoja, sillä he olivat tapaamisissa kokonaisvaltaisesti läsnä. Keskustelun aikana oli usein sellainen olo, että olemme yhdessä keskinäisessä kuplassa. Siellä ainoa merkityksellinen asia on tämä hetki, yhdessä olo ja molemminpuolinen jakaminen.

Myöhemmin olen linkittänyt tämän mielessäni aikaan. Aikakäsitys on Sambiassa erilainen. Tapaamisiin saatetaan tulla myöhässä, mutta niiden aikana ei ole kiire minnekään. Palattuani Suomeen osallistuin koulullani Helsingin ammattikorkeakoulu Stadiassa tarinateatterityöpajaan. Sen aikana harjoittelimme erottamaan omat kokemuksemme toisen henkilön kokemuksesta. Tämä muodostui minulle pysyväksi työkaluksi. Keskittymällä toisen henkilön kokemukseen ja kuuntelemalla häntä läsnä olevasti, pystyn luomaan hänelle nähdyksi ja kuulluksi tulemisen kokemuksen.

Valmistuin teatteri-ilmaisun ohjaajaksi vuoden 2007 lopulla. Tämän jälkeen työskentelin taide- ja sosiaalialan opetus- ja ohjaustehtävissä aina elokuuhun 2020 asti. Vuosien saatossa minulle tärkeimmäksi arvoksi tasavertaisuuden ohella muodostui kohtaaminen. Minulle tärkeämpää on opettamieni ryhmien ja yksilöiden hyvinvointi kuin taiteellinen lopputulos. Koen, että huomion kiinnittäminen yksilöiden ja ryhmien hyvinvointiin kääntyy usein voimaksi ja syventää lopputulosta.

Aloittaessani nämä teatteriopettajan opinnot olin kuitenkin hyvin väsynyt kohtaja. Suurin piirtein vuoden 2019 keväällä havahduin siihen, että rakastamastani työstä oli tullut minulle raskasta. Kuluvan opetusvuoden olin vetänyt kahdeksan ryhmän opetusta, osallistunut produktion näyttelijänä ja toiminut muutenkin aktiivisesti työpaikkani eri

tehtävissä esimerkiksi työsuojeluvaltuutettuna. Lukuvuoden 2019–2020 aikana huomasin, että en enää jaksanut tarttua asioihin riittävästi. Samalla mieltäni kaiveli työn ajoittuminen iltoihin. En ehtinyt riittävästi nähdä lapsiani. Aamuisin oli herättävä viemään lapsia hoitoon, joten univelka kasvoi kasvamistaan. Samalla vuoden 2020 alussa isäni sairastui vakavasti ja kuoli lääkärin tekemään hoitovirheeseen. Ensimmäistä kertaa elämässäni suru kaatoi minut työkyvyttömäksi. Hiljalleen hengitellen palasin kiinni elämään.

Tämän käänteen kautta pääsin kokonaisvaltaisemmin takaisin kiinni opettamiseen. Opettaminen toimi pakokeinona, kun edes hetkeksi unohdin kokemani surun. Olin vahvemmin läsnä, kuunnellen ja vastaanottaen oppilaitteni mietteitä. Samalla tiesin tullessi elämässä käännekohtaan. En enää voisi jatkaa samoin kuin siihen asti. Tähän teatteriopettajan opinnot tarjosivat hyvä mahdollisuuden. Saisin aikaa keskittyä kohtaamiseen ja omaan teatteriopettajan identiteettiini kahden vuoden ajan. Se tuntui isolta lahjalta.

## 2.2. Teatteriopettaja löytöretkellä

Viimeisen vajaan kahden vuoden ajan olen ollut löytöretkellä kohtaamisessa. Minulle teatteriopettajan opinnot ovat olleet matka syvemmälle kohti kohtaamisen maailmaa. Samalla ne ovat olleet tutkimusmatka itseeni. Tässä kappaleessa avaan hieman tarkemmin, mitä olen löytänyt.

### 2.2.1. Seminaarityö

Ensimmäisenä syksynä teatteriopettajan opintoissa harjoittelimme tutkimuksellisempaa kirjoitusotetta kirjoittamalla seminaarityön. Taidepedagogiikan seminaari -kurssin aikana harjoitellaan kirjoittamaan lähteitä hyväksikäyttäen ja osallistutaan omalta osalta alaan liittyvään keskusteluun. Seminaarityössäni ”*Mitä sinulle kuuluu? Pohdintaa kohtaamisesta ja sen merkityksestä teatteriopetuksen tunnilla*” pyrin paikallistamaan kohtaamisen luonnetta ja sen merkitystä taideopettajan työssä. Työssäni peilasin omaa kokemustani kohtaamisesta teatteriopetuksessa dialogisuusfilosofian, kasvatustieteiden ja psykologian alueilta tuleviin lähteisiin. Puheenvuoronsa työssä saivat muun muassa filosofit Martin Buber ja Emmanuel Levinas, kasvatustiedettä edustavat Juho Hollo ja

Jari Wihersaari sekä psykologit Tony Dunderfelt ja Maarit Kallio. Työni yhteenvedossa kokosin löytämäni tietoa seuraavasti:

*” Kaiken kaikkiaan kootusti voidaan todeta, että onnistuneen kohtaamisen osia ovat läsnäolo, kuunteleminen, kysy asettua toisen asemaan, keskittyminen, vuoropuhelu ja avoin asenne olla tilanteessa mukana. Näillä eväillä pääsee jo pitkälle. Näitä asioita meidän on myös mahdollista opettaa oppilaillemme. Sen kautta heidän on mahdollista myös vielä paremmin näitä kohtaamisen taitoja harjoittaa.”* (Taiponen 2020, 14–15)

Palatessani nyt, yli vuotta myöhemmin, seminaarityöni pariin näen tässä selvän jatkumon tulevalle. Seminaarityössäni pysyttäydyin selkeästi enemmän mielen tasolla. Sen vastakappaleena itselleni toimi keho. Opintojani seminaarityön jälkeen on värittänyt viehtymys kehollisiin menetelmiin taideopetuksessa. Näin ollen halusin tässä opinnäytteessäni hakeutua kohtaamisen äärelle kehollisuuden näkökulmasta tarkastellen. Sen vuoksi tässä työssä rajaan sen ulkopuolelle dialogisuuden käsittelyn, vaikka työni sitä selkeästi sivuaakin.

### 2.2.2. Praktiikan löytyminen

Ensimmäisessä opetusharjoittelussani Kansallisteatterin Kiertuenäyttämöllä työskentelin Helsingin Diakonissalaitoksen asiakkaiden kanssa. Osalla osallistujista oli päihdekuntoutustausta. Alkuperäisenä tarkoituksena oli luoda ryhmätyölähtöinen<sup>1</sup> teatteriesitys Kiertuenäyttämön vuosipäiväjuhliin. Opetusharjoitteluni toteutui tilanteessa, jossa COVID19-pandemia oli kestänyt lähes kaksi vuotta. Käytän tämän työn jatkossa nimitystä koronapandemia, sillä kyseisellä termillä totuin vuosien ajan siitä puhumaan.

Koronapandemiatilanteen kiristyttyä päädyin sattuman kautta tekemään yksilöllisiä taideprojekteja osallistujien kanssa. Koronapandemiaa ja sen vaikutuksia käsittelen tarkemmin luvussa 4.1. Totean kuitenkin jo tässä kohtaa, että olimme keväällä 2021 tilanteessa, jossa ryhmäkokoonantumisia ei voinut järjestää ja sain luvan tavata osallistujia vain yksitellen. Tämä aiheutti minulle päänvaivaa. Teatteria pitkään opettaneena en voinut kuvitella yksilöohjaamisten kautta tekeväni teatterilähtöisesti osallistujien kanssa jotakin. Harjoitteluni ohjaajan, Kiertuenäyttämön taiteellisen suunnittelija Jussi Lehtosen kannustamana päädyin aloittamaan osallistujien kanssa yksilölliset

<sup>1</sup> Ryhmätyölähtöinen työskentelytapa tarkoittaa prosessilähtöistä työskentelytapaa, jossa ennalta määrättyä käsikirjoitusta ei ole. Ryhmä suunnittelee, harjoittelee ja toteuttaa teoksen yhteistyössä. Prosessilla voi kuitenkin olla ohjaaja, joka vie prosessia ryhmäläisten ideoiden pohjalta eteenpäin.

taideprojektit. Vaikka myöhemmin keväällä pääsimme osallistujien kanssa tekemään ryhmätyölähtöisen esityksen, yksilölliset taideprojektit nousivat itselleni harjoitteluni helmeiksi.

Taideprojektin aikana kukin osallistuja suunnitteli ja toteutti avustuksellani oman taideprojektinsa. Projektien sisällöt vaihtelivat valokuvien ja omien runojen yhdistämisestä valokuvaukseen ja koottuun videoteokseen Helsingin diakonissalaitoksen historiasta sekä maalattuihin tauluihin. Teokset koottiin yhteiseen näyttelyyn, joka oli esillä Diakonissalaitoksen kahvilassa kesän 2021 ajan.

Projektin alussa olin monitasoisesti uuden äärellä. Kokemukseni yksilöohjaamisesta rajautui yksilön ohjaamiseen teatterin ryhmätunneilla sekä sosiaalipuolella tekemiini, enemmän nuorten yleiseen yksilöohjaamiseen painottuneisiin yksilöohjaushetkiin. Projektin alussa olin lisäksi tilanteessa, jossa projektin kaarta oli aika lailla mahdoton määrittää. En tiennyt, saisiko taideprojektit esittää jossain. Saisimmeko jossain kohtaa kokoontua yhdessä koko porukalla? Näistä syistä johtuen määritin yksilötaideprojekteille summittaisen keston, 10 tuntia/yksilö ja lähdin vapaasti luovimaan tämän aikarajan puitteissa. Suunnittelin sisällön alustavasti seuraavasti: 1. Tutustuminen ja osallistujan taiteellisten kiinnostusten kohteiden kartoitus. 2. Osallistuja tekee aarrekartan<sup>2</sup>. 3 - X. Keskustelun ja aarrekartan pohjalta ideoidaan ja tuotetaan materiaalia projektiin.

Halusin tuoda taideprojektin keskiöön kohtaamisen. Sen vuoksi aina ensimmäisen tapaamisen aluksi kerroin, että en määritä keskustelumme sisältöä sen tarkemmin. Tarkoitus on tutustua toisiimme. En näin ollen määritä tapaamisemme kestoa tai keskustelumme sisältöä. Tahdoin tällä luoda minun ja osallistujan välille henkilökohtaisen, joskin ammatillisen suhteen. Korostin, että keskustelut välillämme pysyvät luottamuksellisina. Kerroin oman taiteen lajini olevan teatteri, mutta ilmaisain olevani kiinnostunut eri taiteenlajeista ja niiden yhdistämisestä. Uskon tämän lähestymistavan luoneen minun ja osallistujien välille välittömän suhteen, joka johti sitoutumiseen. Se mahdollisti sen, että he loivat minun tukemanani itselleen mieleiset taideteokset.

---

<sup>2</sup> Aarrekartan ajatuksena on, että sen tekijä hahmottelee isolle kartongille haaveilemiaan asioita. Kartongille voidaan leikellä kuvia aikakauslehdistä, piirtää, yms.

Taideprojektin alussa en rajannut yksittäisten tapaamistemme kestoa. Halusin, että tarpeelliset asiat saavat rauhassa tulla mukaan toimintaan. Myöhemmin päädyin hieman rajaamaan kestoja, sillä jopa kolmeen tuntiin venyneiden, maskit päässä käytyjen keskusteluiden jälkeen olin poikkeuksetta väsynyt. Pala palalta projektit etenivät. Niiden ohessa käydyt keskustelut vaihtelivat henkilökohtaisesta yhteiskunnallisiin, taiteesta muuhun elämään. Keväämmällä pääsimme kokemaan myös ryhmätyöskentelyn. Ryhmän solahtaessa yhtenäiseksi muistan miettineeni, että yksilötyöskentelyt toimivat tässä mahdollistajana. Työskentely minun kanssani oli jo tuttua, joten yhteisen työtavan hakeminen ryhmänä onnistui helposti ja keveästi.

Ensimmäisen opetusharjoitteluni kautta päädyin kuin varkain seuraavan opetusharjoitteluni aiheisiin. Opin uskomaan siihen, että vaikka taustani lepää teatterissa, voin rohkeasti lähteä etsimään taiteen sisältä eri tapoja tehdä ja opettaa taidetta. Koko opetusharjoittelun kuljin kohtaaminen ja sen merkitys mielessäni. Koska aikataulujen lukkoon lyöminen oli haastavaa, päädyimme osallistujien kanssa yhdessä sukeltamaan projektiin vapaammin miettimättä tarkkoja kellonaikoja. Työtavaksi kehittyi tämän myötä hitaus, joka projektissa mahdollisti kohtaamisen. Hitaudesta työtapana kirjoitan tässä tutkielmassani myöhemmin luvussa 6.4.

### 2.3. Kappale isästä

Palaan tämän taustastani kertovan kappaleen lopuksi vielä niille juurille, jotka toivat minut teatterin pariin. Isäni oli näyttelijä. Kasvoin katsoen teatteria. Koen arvokkaaksi sen, että pääsin moninaisesti seuraamaan isäni työtä niin kulisseyksissä kuin katsojan ominaisuudessa. Tutustuin sen kautta alaan, jolle itse päädyin. Ensin näyttelin ja lopulta laajensin puvustamiseen, ohjaamiseen ja opettamiseen. Pitkään ajattelin, että haluan opiskella nimenomaan näyttelijäksi. Monen vuoden päästä huomasin ajattelevani teatterista monipuolisemmin. Minulle oli ominaista hahmottaa esityksiä tehdessä nimenomaan esityksen kokonaisuus. Halusin työskennellä teatterin parissa laajemmin kuin näyttelijänä ja toimia eri työrooleissa. Päädyin muuttamaan suunnitelmiani ja hakeuduin opiskelemaan teatteri-ilmaisun ohjaajaksi. Teatteri-ilmaisun ohjaajan opintojeni myötä olimme isäni kanssa samalla alalla ja se yhdisti meitä. Keskustelut teatterista olivat antoisia ja luulen meidän oppineen paljon toisiltamme.

Isäni sai vuonna 2008 aivoinfarktin ja kärsi sen jälkeen afasiasta. Afasia tarkoittaa puheen ymmärtämisen ja tuottamisen vaikeutta. Hän joutui jäämään eläkkeelle viitisen vuotta ennen aikojaan. Isäni afasia hankaloitti meidän keskustelujamme, mutta löysimme lopulta aina yhteisymmärryksen. Keskustelut teatterista jatkuivat. Surukseni en isälleni koskaan ehtinyt kertoa hakemisestani teatteriopettajan maisteriohjelmaan. Koulutuksen aikana hän on ollut mielessäni läsnä päivittäin. Pala palalta olen yrittänyt tehdä surutyötä ja sopua sen suhteen, että tärkeä jatkumo ammatillisestikin on poissa. Tietyllä tavalla osa minusta kohtaa isäni tämän alan ja tämän työn kautta päivittäin. Suru on läsnä työssäni ja opinnoissani, vaikka sen välillä hetkeksi unohdankin. Siten isäni on jollain tasolla läsnä myös tässä työssä, yhtenä sen tärkeänä palikkana.

### 3. TAIDEOPETTAJAN LÖYTÖJÄ

Valonsäteet siivilöityvät setä Tontonin olohuoneeseen. Ne tuntuvat hypähtelevän ja muodostavan tanssivia kuvioita. Istun pienen kahvipöydän ääressä siemaillen aamuteetä. Lintujen liverrys kuuluu ulkoa ja avoimesta ikkunasta haistan tuoreen, myrskyn jälkeisen raikkauuden. Setä Tonton saapuu ja kaataa minulle teetä. Nyökkään, sillä haluan vielä hetken nauttia tästä rauhan tunnelmasta. Setä silittää kättäni ja istuu pöydän toiselle puolelle.

Istumme hiljaa mieltien kumpikin omiamme. Yhtäkkiä lintu lennähtää sirkuttamaan ikkunalaudalle. Setä Tonton hymyilee. Lintu ja leikkinalle katselevat toisiaan. *Heipä hei*

*Eloise, tulitko hakemaan leipää, setä kysäisee? Eloise vastaa tsirp tsirp. Olen vakuuttunut, että samalla se nyökyttää. Setä Tonton murentaa leipää ulos ikkunasta ja lintu lennähtää nauttimaan omasta aamupalastaan. Sedän kanssa hörppäämme omista kupeistamme vielä lämmintä teetä. Ruokailtuaan Eloise lennähtää vielä ikkunalaudalle. Tsirp tsirp, se hihkaisee. Setä hymyilee. Ole hyvä vain. Eloise sirkuttaa vielä viimeisen kommenttinsa ja lennähtää pois. Setä katsoo minuun. Eloise on käynyt tässä keväisin jo useamman kevään ajan, hän kertoo. Hymyilen. Eloise vaikuttaa oikein mukavalta tyypiltä, totean. Se onkin. Aivan upea yksilö, setä vastaa. Hiljenemme sulassa sovussa.*

Ulkoa ikkunasta saapuu pieni lämmin tuulahdus tulevasta.

\*\*\*\*\*

Hakeuduin opiskelemaan teatteriopettajan maisteriohjelmaan, koska halusin löytää taustaa omille ajatuksilleni teatterin opettamisesta. Opettaminen on minulle se tapa olla yhteydessä taiteeseen, joka tuntuu luontevimmalta. Silloinkin, kun ohjaan teatteriesityksiä, pedagoginen näkemys on läsnä esimerkiksi siinä, miten kohtaan näyttelijät. Koen, että omassa opettajuudessa ydin ovat aina osallistujani. Minulle taide ei voi kävellä yksilön ylitse. Aiemmin olen opiskellut useampia kasvatustieteellisiä opintokokonaisuuksia hahmottaakseni ihmisen kasvatusta ja oppimista. Teatteriopettajan opintojen aikana olen löytänyt teoreettista taustaa niille asioille, jotka olen käytännön opetustyön kautta löytänyt. Tähän kappaleeseen olen valinnut muutamia näkökulmia, jotka resonoivat oman ajatteluni kanssa. Samalla voisin kirjoittaa koko opinnäytteeni tämän ajatuksen varaan, niin monet teoriat ovat ajatteluuni

vedonneet. Ennen kuin sukellamme niihin, lienee kuitenkin paikallaan piipahtaa vielä hetkeksi omaan taustaani.

Kasvoin vasemmistolaisessa perheessä, jossa kulttuuri oli arvostettua. Isäni oli näyttelijä ja äitini on monen muun ohella laulaja. Vanhempani olivat taustaltaan työväenluokkaisista perheistä, mutta nousivat oman uransa myötä osaksi keskiluokkaa. Tarkastellessani kotoani saamiani arvoja, nostan tärkeimmäksi arvoksi tasa-arvoisuuden. Opin meidän kaikkien olevan tasa-arvoisia riippumatta taustasta, josta tulemme. Sain myös vanhempieni kannustamana tehdä jo varhain itse valintoja, joissa minua tuettiin. Dialogisuus näkyi perheessäni vahvasti ja keskustelimme tekemistäni valinnoista yhdessä.

Nämä jäljet ovat minussa osana taideopettajuuttani. Omassa työssäni pyrin toimimaan mahdollisimman tasavertaisena oppilaitteni kanssa. Erityisesti lapsia ja nuoria opettaessani suunnittelen opetuksen ja vedän sitä eteenpäin, mutta pyrin samalla olemaan avoin myös oppilaiden ajatuksille. Heidän ajatustensa pohjalta reflektoin omaa toimintaani ja tarvittaessa muutan jo tekemiäni suunnitelmia. Opettajuus on näin ollen minulle molemmin puolinen oppimisprosessi. Minä opin oppilailtani ja he minulta.

Teatteriopettajan opintojeni myötä koen löytäneeni sanoja ja taustaa useille käytännön teatteriopettajan työstä nousseille asioille. Esittelen seuraavaksi niistä muutamia.

### **3.1. Teoreettinen löydös numero 1: Holistinen ihmiskäsitys**

Olen jo vuosien ajan huomionnut teatteriopetuksen tunneilla sen, että olosuhteet vaikuttavat opetukseen. Jos oppilas on vaikkapa ollut vaarassa jäädä auton alle matkalla tunnille, kokemusta on tärkeää käsitellä tunnin alussa. Tosin tässä on huomioitava se, haluaako oppilas asiaa käsiteltävän. Kuten myös se, tapahtuuko käsittely ryhmän edessä vai kahden kesken opettajan kanssa. Yleensä kuitenkin kannustan oppilasta avaamaan asian myös ryhmälle, sillä usein se näkyy tunnilla ja aiheuttaa muissa ihmetystä.

Vastaavasti ryhmän tasolla marraskuun pimeinä ja märkinä iltoina oppilaiden rämpiessä tunnille koko ryhmän energiataso saattaa olla alhainen tai keskittymiskyvytön. Tähän auttaa tunnin sisällön muokkaamisen ohella myös se, että asian sanoittaa heti tunnin



aluksi. Sanon oppilailleni, että tunteilla voi hyvin olla omat tuntemukset mukana. Väsynyttä olotilaa ei tarvitse yrittää peitellä. Usein oppilaat sanovat tunnin aktivoineen heitä ja olon olevan positiivisempi ja energisempi tunnin jälkeen. Toki välillä myös päinvastoin.

Näiden teatteriopettajan opintojen aikana olemme tutustuneet filosofi ja psykologi Lauri Rauhalan holistiseen ihmiskäsitykseen. Rauhalan mukaan ihmisen olemassaolon perusta lepää yhteen kietoutuneissa tajunnallisuudessa, kehollisuudessa ja situationaalisuudessa. Tajunnallisuudella tarkoitetaan kokemuksen inhimillisyyttä. Sen on perustavalaatuisesti mielellistä. Mieli ja kokemus ovat aina yhteydessä. Kehollisuus on aineellisorganista elollisuutta, joka tapahtuu konkreettisesti. Siihen liittyvät niin elinten toiminta kuin muut toiminnot. Kehollisuus on ennen kaikkea elämistä. Situationaalisuudessa oma elämäntilanne liittyy ihmisen todellisuuteen ja ympäristöönsä. Osaan situaatiostaan ihminen voi vaikuttaa, mutta ei kaikkeen. Sillä on merkittävä vaikutus ihmisen identiteetin muodostumiseen. Jokaisen ihmisen tilaatio on ainutlaatuinen. (Rauhala 2014, 32, 34–35, 38–42, 44; ks. myös Anttila 2017, luku 4.4.)

Uskon aina jollain tasolla ymmärtäneeni tämän asian meissä ihmisissä. Itselleni teatteriopettajana on ollut tärkeää huomioida se, että jokainen oppilaani on ainutkertainen yksilö, johon Rauhalan hahmottelemat osatekijät vaikuttavat. Pysin näin ollen välttämään työssäni tyypittelyjä ihmisryhmän, iän, asuinpaikan ynnä muun sellaisen perusteella. Minulle ihminen on monimuotoinen kokonaisuus.

### 3.2. Teoreettinen löydös numero 2: Paulo Freire

Minulle teatterin tekeminen ja opettaminen on tapa oppia asioita. Teatterin myötä olen itse oivaltanut syvästi asioita liittyen ihmisyyteen, itseeni ja ympäröivään maailmaan. Vaikka pärjäsinkin peruskoulussa ja lukiossa suhteellisen hyvin, toiminnallisempi tapa oppia on sopinut minulle erinomaisesti. Olen oppinut vasta myöhempien, yliopisto-opintojeni myötä kunnolla ymmärtämään, hyödyntämään ja kritisoimaan lukemaani lähdeaineistoa. Hakeuduin ensin ammatillisiin opintoihin ammattikorkeakoulun puolelle, sillä koin sen toiminnallisemmaksi tavaksi oppia.

Teatteri-ilmaisun ohjaajan opintojeni aikana soveltavan teatterin opiskelu oli olennainen osa opintojani. Tutustuin esimerkiksi teatteriohjaaja, tutkija ja opettaja Augusto Boalin kehittämään sorrettujen teatteriin. Sorrettujen teatterin luokkia ovat esimerkiksi näkymätön teatteri ja forum-teatteri. Sorrettujen teatterin menetelmien taustalla on ajatus sorron tunnistamisesta ja sorretun yhteisön olojen parantamisesta. Sorrettujen teatterin menetelmät ovat seuranneet minua pitkin uraani. Patsastyöskentelyä ja forum-teatterin menetelmiä, kuten jokerin työskentelyä, olen päässyt työssäni hyödyntämään verrattain paljon esimerkiksi tehtäessä ryhmätyölähtöisiä esityksiä. Augusto Boal kehitti sorrettujen teatterin pedagogi ja kasvatustilosophi Paulo Freiren kriittistä pedagogiikkaa hyödyntäen. Näiden opiskelujen myötä olen tarkemmin tutustunut hänen ajatuksiinsa.

Freiren mukaan opetuksen perustana ovat oppilaiden kokemukset ja heidän maailmasuhteensa. Ihmisten välinen dialogi kasvattaa tietoisuutta itsestä, toisista ja ympäristöstä. Yhteistoiminnallisesti ihmiset voivat muuttaa yhteistä todellisuuttaan. Kriittinen pedagogiikka tavoittelee sitä, että oppilas kriittisesti tutkisi ympäristöään ja miettisi ja ymmärtäisi omaa elämäntilannettaan. Näin oppilas kokee voivansa vaikuttaa omaan elämäänsä ja ympäristöönsä. (Freire 1972 Anttila 2017 mukaan, luku 5.4.) Näen taiteen ja teatterin opettamisen olevan dialoginen suhde opettajan ja oppilaiden välillä. Oppilaat oppivat itseltään, toisiltaan ja minulta ja samoin minä opin oppilailtani. Pyrin opettaessani avaamaan itseni ja oppilaitteni välille aktiivisemmän keskustelun ja korostan sitä, että myös oppilaani opettavat minua.

Mielestäni Freiren näkemys aktivoi oppilaan ja tekee hänestä kuuntelijan sijaan osallistujan. Freire kirjoittaakin oppimisen olevan opettajan ja oppilaiden yhteinen oppimismatka (Freire 2016/2005, 85). Opettajan ja oppilaan välistä suhdetta pohtii myös professori Juha Varto kirjoittaessaan opettajan ja oppilaan välisestä suhteesta puhuen siitä seuraamisena. Taiteen opetuksessa sekä opettaja että oppilas suhtautuvat ihmetellen oppilaan oivalluksiin. Niin taideopettaja kuin taiteen opiskelija saattavat taiteen kautta ymmärtää isojakin asioita: ”tehtävän itsensä, keskinäisen suhteensa, tiedollisia, arvoihin liittyviä, teknisiä ja taiteellisia asioita.” (Varto 2007, 18) Tämä Varron näkemys yhdistyy mielessäni Freiren ajatuksiin, joissa myös on nähtävissä oppimisen olevan opettajan ja oppilaan välinen tutkimusmatka.

Freiren mukaan dialogi on ihmisten välistä vuorovaikutusta ja yhteyttä, jonka maailma ilmaisee, ja jotta maailma voidaan nimetä. Dialogi vaatii täyttää rakkautta ihmisiin ja maailmaan. Ainoastaan rakkauden läpäisemä maailman nimeäminen on saavutettavissa oleva. Dialogi on nöyryyttä kohdata maailma yhdessä. Kohtaamisessa ihmiset yhdessä haluavat oppia enemmän. Toteutuakseen dialogi tarvitsee myös toivoa ja kriittistä ajattelua. Aidossa kasvatuksessa opettaja ja oppilas toimivat yhdessä maailman välittäminä. (Freire 2016, 96–102) Tässä Freiren ajatuksessa dialogisuudesta on paljon samaa, kuin mitä opettajuus minulle merkitsee. Koen itse olevani ennen kaikkea kanssakokija, joka vierestä seuraten yhdessä oppilaan kanssa pohtii taidetta ja tekee ja toteuttaa sitä. Samalla kyllä toki tiedostan sen, että opettajana pidän valtaa käsissäni. Tiedostan vallan ja vastuun kulkevan käsi kädessä.

### 3.3. Teoreettinen löydös numero 3: bell hooks

Muutama vuosi sitten päädyin teatteritunnilla toteamaan opettamalleni ryhmälle rakastavani heitä. Tilanteessa oppilaani hiljenivät ja kääntyivät katsomaan minua kysyvästi. Avasin ajatusta sen kautta, että jokaisesta opettamastani ryhmästä muodostuu minulle ajan myötä rakas ja tärkeä. Jakamamme asiat ja yhdessä kulkemamme kokemukset eivät ole toistettavissa kenenkään muun kanssa. Oppilaillani on sen myötä paikka sydämessäni. Kuten Freirekin edellisessä kappaleessa välillisesti toteaa, opettaminen on myös rakkautta. Ilman rakkautta ei voi olla todellista dialogia.

Freiren ajatuksista on ammentanut myös feministisen pedagogiikan kehittäjänä tunnettu pedagogi ja kirjailija bell hooks, jonka käsitteisiin kuuluu pedagoginen rakkaus. Hilikka Rekola ja Marjo Vuorikoski ovat Kasvatus-lehden artikkelissaan käyneet läpi feministisen pedagogiikan ajatuksia. hooks näkee koulutuksen yksilön vapauttajana. Opetusta lähestytään osallistavan pedagogiikan kautta. Oppilaat ja opettaja yhdessä luovat opetuksen. Osallistavan pedagogiikan tähtäimenä on hierarkkisia valta-asetelmia purkava tasa-arvoinen oppimisyhteisö. Niin oppijat kuin opettaja osallistuvat aktiivisesti kokonaisvaltaisina tuntijoina ja kehoina tuoden mukanaan myös oman taustansa. Feministinen pedagogiikka ja hooks tähdentävätkin jokaisen yksilön omaa kokemusta ainutkertaisena. (hooks Rekola & Vuorikosken 2006 mukaan, 17, 20)

Tässä ajattelussa hooks vertautuu mielessäni myös Lauri Rauhalan ajatuksiin kokonaisvaltaisesta ihmisestä. Olemme mukana oppimistilanteessa tunteinemme kokonaisvaltaisina yksilöinä yhdessä oppimassa. Kasvatus linkittyy hooksin mukaan yhteiskuntaan. Koulujärjestelmä toisintaa yhteiskunnan valtasuhteita ja oppilaat oppivat alusta asti toimimaan tiettyjen mallien mukaisesti. Näistä vapautuminen vaatii sekä opettajalta että oppilaalta tietoisuutta toteuttamistaan vallan asemista. (hooks 1984; 1989; 1994 Rekola & Vuorikosken 2006, 20 mukaan)

Olen monia kertoja aloittanut ala-aste ikäisten, nuorten tai aikuisten ryhmän opettajana ja havainnut asettuvani tiettyyn muottiin heidän silmissään. Uuden ryhmän kanssa vie aikaa päästä tilanteeseen, jossa he rohkeasti uskaltavat kyseenalaistaa opittua ja käynnissä olevaa ja ehdottaa omia taiteellisia ratkaisujaan. Osa työtäni on rohkaista heitä heidän omassa taiteellisessa ajattelussaan. Koen, että juuri teatteri on kasvattajana paras mahdollinen opettaja omien opittujen mallien kyseenalaistamisessa ja uusien, omien mallien oppimisessa. Tämän myötä palaudun takaisin ajatukseen, jonka mukaan minulle taiteen opettaminen on pedagogista rakkautta, jota koen opettamaani taidetta ja oppilaitani kohtaan.

### 3.4. Kohti tutkimusta

Tässä kolmannessa luvussa olen lyhyesti käsitellyt muutamia niistä monista näkökulmista, jotka näkyvät oman taideopettajuuteni pohjalla. Nämä kolme löydöstä resonoiivat ajatteluni taustalla, vaikka en heihin tutkielmassani juurikaan viittaa.

Käytän tässä työssä itsestäni vaihtelevasti nimitystä teatteriopettaja tai taideopettaja. Tähän liittyy näiden opiskeluideni aikana itsestäni löytämäni huomio. Aloittaessani nämä opinnot koin vahvasti olevani nimenomaan teatteriopettaja. Näiden opintojen myötä olen havahtunut huomaamaan sen, että oma suuntaukseni ponnistaa kenties teatterista, mutta tähtää laajemmin kohti taiteen opettamista. Olen huomannut, että taiteen opettamisessa on omista lainalaisuuksistaan huomaamatta paljon samaa. Suuntaudun koko ajan vahvemmin yleensä taiteen tekijäksi ja opettajaksi kuin spesifisti teatteriopettajaksi. Siten minulla on vahva pyrkimys kohti kokonaisvaltaisuutta myös suhteessa taiteeseen.

Oma tutkimuksellinen kiinnostukseni suhteessa taideopetukseen liittyy aina jollain tasolla kohtaamiseen. Sen koen olevan ytimessä, kun näemme, koemme ja teemme taidetta. Tämän opinnäytetyöni puitteissa tarkempuna kiinnostuksen kohteenani on ollut ihminen kehollisena olentona kohtaamassa muita. Työni päätutkimuskysymyksenä on, *millä tasolla kohtaaminen lähtee meistä kehollisina olentoina?* Tavoitteenani on ollut tutkia ihmistä kokonaisuutena holistisen ihmiskäsityksen mukaisesti. Mietin myös sitä, *voinko itse taiteen opettajana vahvistaa kohtaamista tuntiolosuhteissa. Mitkä tekijät siihen vaikuttavat?*

Työssäni on fenomenologis-hermeneuttinen tutkimusote ja piirteitä myös autoetnografiasta. Tanssipedagogiikan professori Eeva Anttilan mukaan fenomenologis-hermeneuttisen tutkimusotteen tutkimuskohteenä on eletty kokemus, joka on jokaisella yksilöllä ainutlaatuinen. Tutkimuskohde pyritään tavoittamaan omana itsenään ja tutkija haastaa itsensä nostamaan esiin uskomuksensa ja ennakkokäsityksensä. Tässä tutkimusotteessa myös tutkijan eettisyys aineistoon ja tutkimuskohteitaan kohtaan korostuu. Autoetnografisessa tutkimusotteessa puolestaan yhdistyvät etnografinen, omaelämäkerrallinen, narratiivinen ja toimintatutkimus. Se on niin henkilökohtaista kuin jaettua. Tutkija kyseenalaistaa mietteensä ja oman kokemuksensa asettamalla ne vastakkain toisten kokemusten kanssa. (Anttila 2007, luku 4) Molemmat tutkimusotteet tunnistan siinä, miten olen tätä tutkielmaani lähestynyt. Haluaisin nähdä, että tutkielmassani henkilökohtainen kokemukseni, taideopettajuuteni, aineistoni ja lähdeaineisto ovat jatkuvassa vuoropuhelussa keskenään.

Tutkielmani aineiston muodostaa toinen opetusharjoitteluni ja sen aikana syntynyt materiaali. Suoritin opetusharjoitteluni Teatterikorkeakoulun tiloissa pitämällä kohtaamista käsitteleviä työpajoja yläotsikolla *Unelmia kohtaamisesta*. Harjoittelun käytännön osuudesta kerron tarkemmin seuraavassa luvussa. Aineistoni koostuu työpajoihin osallistuneiden henkilöiden työpajojen lopuksi kirjoittamista oppimispäiväkirjoista, työpajojen aikana käydyistä nauhoitetuista keskusteluista ja työpajat päättäneistä keskusteluista, omista muistikuvistani ja oppimispäiväkirjastani. Videoin myös osan työpajoista, mutta videoiden käyttö aineistona rajautui aineiston laajuuden takia pois. En niitä tarvinnut.

Aineiston käsittelyssä minulle on ollut erityisen tärkeää pyrkiä anonymiteettiin. Siinä missä omia henkilökohtaisia merkintöjäni käytän avoimesti hyödyksi, olen luvannut osallistujilleni rauhan työskentelyyn työpajoissani. Jo työpajojen alussa olen kertonut, että heidän oppimispäiväkirjojaan käytetään tässä työssä aineistona. Samalla olen kuitenkin luvannut pyrkiä häivyttämään tunnistettavuuden suhteessa siihen, kuka osallistujista on mitään kertonut. Tämä eettinen periaate on itselleni tärkeää myös taidetta opettaessani. Jos oppilas minulle kertoo jotain luottamuksella, pyrin sen asian säilyttämään meidän välisenämme.

Aineistoa läpikäydessäni törmäsin toistuvasti seuraaviin teemoihin: empatia, kehollisuus ja kehon ja tunteiden välinen suhde. Näin ollen ne nousevat tässä työssä näkökulmiksi, joiden läpi tarkastelen kohtaamista. Kuten moni muukin asia, nekin ovat tästä työstä löytyneet jälkikäteen tai matkan aikana. Vielä viime elokuussa luulin kirjoittavani opinnäytettäni kohtaamisesta dialogisuuden näkökulmasta. Tämän tutkimuksellisen osuuden myötä näkökulmaksi ovat yhä selkeämmin nousseet edellä mainitut näkökulmat. Sen myötä varmistun siitä, että fenomenologinen lähestymistapa on ollut työlleni tyypillinen: koettu elämä on vaikuttanut työhöni olennaisesti. Seuraavaksi on tullut aika siirtyä itse aiheeseen: mitä olen suhteessa kohtaamiseen löytänyt tämän myötä?

## 4. PRAKTIIKKA KEHITTYY

Opinnäytteeni sisäisen maailman luo teatteriopettajan opintojeni toinen opetusharjoittelu, jonka suoritin järjestämällä työpajoja Teatterikorkeakoulun tiloissa. Työpajajaksot jakaantuivat kahteen osaan. Ensimmäisessä vedin avoimia työpajoja otsikolla *Unelmia kohtaamisesta*. Avoin työpaja tarkoitti tässä yhteydessä sitä, että kuka vain voi tulla osallistumaan työpajoihin. Osallistua voi joko yhteen työpajaan, tai halutessaan useampaan. Markkinoin avoimia työpajoja Taideyliopiston ja Aalto-yliopiston opiskelijoille sekä omalle taidealalla toimivalle tuttavapiirilleni.

Toinen osa opetusharjoittelusta tapahtui suljettuna jaksonea. Suljetulla jaksolla työskenneltiin ryhmätyölähtöisesti yhdessä. Toimin näin ollen yhtenä osallistujana muiden joukossa. Työskentelyn aikana pyrittiin synnyttämään joku jälki tai ulostulo, joka dokumentoitiin. Suljettuun osaan kutsuin kanssani työskentelemään taiteen tekijöitä, jotka joko olivat osallistuneet avoimen osuuden työpajoihin, tai joiden kanssa aiheen parissa askarteleminen tuntui mielekkäältä. Kaikilla tekijöistä oli kokemusta useammasta taiteenlajista.

Työpajat järjestettiin tilanteessa, jossa koronapandemia oli kestänyt lähes kaksi vuotta. Koronan vaikutukset alallemme ovat kiistattomasti olleet suuria. Koska aihe vaikuttaa myös näihin opetusharjoitteluni työpajoihin, avaan seuraavaksi viimeisen kahden vuoden aikaista todellisuutta. Mielikuvissani palaan aina syksyyn 2019 asti. Silloin seisoin itse pitkästä ajasta esiintyjänä lavalla.

### 4.1. Koronan kurituksessa

Vuoden 2019 aikana rakensimme teatteri- ja sirkusopettajakollegoideni kanssa esitystä työpaikkani vuosipäiväjuhliin. Esityksen aiheeksi nousi dystopia. Maailman saastumisen takia ihmiset ovat joutuneet muuttamaan omiin kupliinsa ainoana yhteytenään ulkomaailmaan sosiaalinen media. Heitä palvelevat botit, robottia muistuttavat koneet. Esityksessä päähenkilö alkaa kaivata elämäänsä kosketusta muihin ihmisiin. Botit vastustavat tätä. Esitys esitettiin syyskuussa 2019 ja sen oli tarkoitus lähteä kiertueelle peruskouluihin. Keväällä 2020 törmäsin siihen, että istun omassa

kuplassani eristettynä suuresta osasta läheisiäni kansainvälisen koronapandemian alettua. Olo tuntui omituiselta.

Vuoden 2020 keväästä lähtien olemme kahden vuoden ajan opetelleet elämään uudenlaisessa maailmassa, jossa koskettaminen, liian lähelle tuleminen tai jopa muiden tapaaminen on ollut ajoittain lähes kiellettyä, tai vähintäänkin vaikeaa. Kirurgisten maskien ja käsidesin käytöstä on tullut arkipäivää. Pahimpina aikoina olen opettanut teatteria internetin videoyhteyden välityksellä. Alun ilo siitä, että on edes joku tapa nähdä toisia ihmisiä ja kommunikoida jollain tasolla, on vaihtunut läheisyyden kaipuuseen.

Muistan itse syksyiltä 2021 hetken, kun yksi luokkakavereistani alkoi silittää minua lavalla ollessamme. Kosketuksen merkitys tuntui pakahduttavalta. Edelleen selässäni tuntuu hänen kätensä lämpö. Tiedostin myös, että aiemmin olisin pitänyt tätä asiaa täysin normaalina. Tässä todellisuudessa aloitin harjoittelujaksoni. Loppuvuodesta 2021 aloittaessani opetusharjoitteluni virus alkoi jälleen vaatia kontaktien rajoittamista. Varovaisuus ja samalla ilo yhdessä olosta oli työpajoissa läsnä niin omasta kuin osallistujieni mielestä. Oppimispäiväkirjoissaan he ovat avanneet kaipaamaan toisen ihmisen luo. Työskentelyolosuhteissa tämä näkyi selkeimmin siinä, että pyrimme pitämään turvavälejä niin työskentelyn aikana kuin sen ulkopuolella.

## 4.2. Opettajan epävarmuus osana prosessia

Opetusharjoitteluni alkoi olosuhteissa, joissa olin syksyn opintojen jäljiltä lopen uupunut. Epäilin omien voimavarojeni riittämistä intensiiviseen opetusharjoitteluun. Mielessäni kaiheresi harjoittelun tärkeys, sillä siitä oli tulossa opinnäytteeni aineisto. Tuntisuunnitelmat olivat keskeneräiset ja eri avoimen työpajajakson eri kaarien miettiminen kesken.

Teatteriopettajan opintojen aikana en harjoittelujen ulkopuolella juurikaan opettanut käytännössä. Opettamisen puute jännitti aiemmasta opetuskokemuksestani huolimatta. Olin lisäksi astumassa teatteriopettajana uuden aiheen äärelle. Kehollisuus kiinnosti minua suuresti ja uskoin sen liittyvän kohtaamiseen. Opintojeni aikana olin oppinut jotain lisää, mutta sen soveltaminen käytäntöön jännitti minua. Minua myös mietitytti



ajatus taiteidenvälisyyden käyttämisestä. Pohja-ajatuksenani oli muokata työpajoja osallistujien mukaan ja luoda avointa yhdessä tekemisen kulttuuria. Siitä huolimatta oma kurottamiseni kohti muita taiteenlajeja tuntui hypyltä tuntemattomaan.

Epävarmuus lisääntyi opetusharjoittelua edeltävän viikon lopulla. Silloin vedin opiskelukavereilleni opintojaksoon liittyvän taiteellis-pedagogisen tuntikokeilun, joka nosti osassa osallistujista esiin vahvoja tunteita. Säikähdin tilanteesta siinä määrin, että se loi epävarmuutta opetusharjoittelun alkuviiikkoihin. Jälkikäteen tarkastellen taiteellis-pedagogisen kokeilun vetäminen tilanteessa, jossa uupunut opettaja ei jaksanut riittävästi suunnitella sisältöä, oli virhe. Tämä olisi pitänyt huomioida opetustilanteessa ja sanoittaa työskentely paloihin. Todennäköisesti sen myötä osallistujille olisi jäänyt mukavampi kokemus aiheesta. Tämä kokemus toimi itselleni hyvänä muistuttajana siitä, että myös taideopettajan oma jaksaminen on tärkeää taidetunnilla. Jos opettaja on lopen uupunut, hän ei jaksanut riittävästi tarttua tunnin aiheisiin. Aloittaessani opetusharjoitteluani olin näin ollen uupumuksen ohella varsin epävarma omasta osaamisestani.

Onnekseni minulle on työhistoriassani muodostunut tavaksi ottaa tunnilla puheeksi, jos olen jostain epävarma. Tämän asian avoimesti jakaminen tunnilla kevensi omaa mieltäni ja uskalsin kokeilla asioita. Uskon tämän vaikuttaneen myös siihen, että osallistujat avoimesti uskalsivat kysyä tarvittaessa. Tätä en kuitenkaan tullut missään vaiheessa kysyneeksi, joten se jää minun tulkinnakseni. Oppimispäiväkirjastani löysin kuitenkin yhden merkinnän, mihin opettajan epävarmuuden avaaminen voi johtaa:

*Jatkoimme lopuksi piirtämisharjoituksen parissa. Toinen osallistujista osasi oman alansa (kuvataide) kautta mukaan tuoda hyvää konkretiaa tekemiseen ja ohjeistaa tekemistä sitä kohti, että tekeminen sujui kivasti. Tämä tietoinen opettajaroolista irti päästäminen ja kanssakokijana/seuraajana (sillä en itse osallistunut) toimiminen toi mielestäni loppuun hyvää tasavertaisuutta lisäävää tatsia. Toinen, jo ke osallistunut osallistuja koki piirtelyn jälkeen, että aiemmin tehty tekeminen näkyi piirtämisessä ja vei työskentelyä syvemmälle tasolle. – Oppimispäiväkirjani 19.11.2021*

Tämän tyyppinen yhdessä kehittäminen ja puuhastelu jäi avoimella työpajajaksolla vähäiseksi, mutta oli sitäkin selvemmin läsnä suljetun osan työskentelyssä. Lopulta, pala palalta, epävarmuus alkoi hellittää otettaan.

Suljetun työpajaosuuden muutettua muotoaan ajauduin epävarmuuden äärelle uudelleen. Käytännössä alkupään työskentelyissä vielä kehitin eteenpäin omaa ajattelua ja työskentelytapojani. Tästä johtuen niissä oli nähtävissä enemmän osallistujan aktiivisuutta ja omaa seuraamistani tilanteessa. Harjoittelun edetessä uskalsin itse ottaa työskentelyssä aktiivisempaa roolia. Tämä näkyi hienosti esimerkiksi suljetun osan viimeisessä työskentelyssä, jonka päätteeksi emme osallistujien kanssa olleet varmoja, mitä kukakin oli tuonut prosessiin. Tätä aihetta käsittelem enemmän luvussa 7.3.1.

Muuta suljetun osan aikaista epävarmuuttani olen pohtinut opetusharjoittelun kirjallisessa reflektiossa seuraavasti:

*Suljetun jakson aikana jouduin tekemään useita kompromisseja. En päässyt näkemään yhden suljetun työryhmän pitempää matkaa. Pitkin matkaa kyseenalaistin sitä, että työskentelyssä vallitsi syvä rauha ja hitaasti etenevä työskentely. Siinä päätään nosti vanha uskomukseni siihen, että taidetunneilla tulisi päästä konkreettisesti eteenpäin voidakseen näyttää tuloksia. Tämä lienee perimää tuntiopettajan ja -palkkalaisen elämän varrelta. Oli sellainen olo, että minun pitäisi aktiivisemmin tehdä töitä ja kannatella tilannetta, kysehän on minun harjoittelustani. Loppujen lopuksi olen kuitenkin onnellinen, että asiat menivät niin kuin menivät. Tämä työskentely mahdollisti itselleni kohtaamisen tutkimisen tuntiolosuhteissa. Kun paine jostain tietyn tyyppisestä lopputulemasta oli poissa, saatoin paremmin keskittyä olemaan tilanteessa läsnä omana itsenäni ja muita kohti kurottaen. Se teki työskentelystä itselleni, kuten toivoakseni myös osallistujilleni, stressitasoa laskevaa ja antoisaa. - Opetusharjoitteluni kirjallinen reflektio, 28.1.2022*

Loppujen lopuksi koen, että suunnitelmien uusiksi menon myötä mahdollistui myös paremmin valitsemani työtavan kokeilu. Jos olisin lähtenyt luomaan suljetusta osasta yhtenäistä prosessia, olisin kenties päätenyt helposti vanhoihin totuttuihin työtapoihin. Usein teatteriesitystä tehdessä lopputulos pyörii mielessä prosessin aikana ja vaikuttaa lopputulokseen. Tämä luo harjoitusprosessiin painetta, jota tässä tapauksessa halusin välttää. Työskentelyn jakaantuminen palasi mahdollisesti osaltaan sen, että oli helpompi keskittyä prosessiin ja sen sisältöön. Tämän myötä monet prosessin työtavat, kuten hitaus, aika ja tasavertaisuus pääsivät paremmin esiin. Se näkyy aineistossa, jota käsittelem tarkemmin tässä työssä myöhemmin.

### 4.3. Avoimet työpajat

Avoimien työpajajakso tapahtui loppuvuodesta 2021. Se koostui seuraavista työpajoista:

- *Kehollisuus* (3 työpajaa)

- *Kohti toista* (3 työpajaa)
- *Kohtaaminen taiteessa – mitä se voi olla?* (toiminnallinen keskustelutilaisuus)
- *Unelmia kohtaamisesta* (1 työpaja).

Ajatuksena oli, että jokainen työpaja toimisi osallistujalle sellaisenaan. Halutessaan osallistuja voisi osallistua useampaan työpajaan, ja saada sen kautta itselleen kokonaisuuden aiheen ympärillä. Avoimen työpajasarjan yksittäisten työpajojen osallistujamäärät vaihtelivat yhdestä neljään. Tämä mahdollisti yksilöllisemmän opetusotteen. Samalla jää kuitenkin arvelujen varaan, miten isommat osallistujamäärät olisivat vaikuttaneet yksittäisten ryhmäläisten kokemuksiin kohtaamisesta. Koen kuitenkin arvokkaana sen, että pääsimme intiimimmin pienessä ryhmässä käsittelemään asioita kuin mitä isompi ryhmä olisi mahdollistanut.

#### 4.3.1. Kehollisuus-työpajat

*Kehollisuus*-työpajoissa lähdettiin liikkeelle omasta kehosta ja sen kuuntelusta. Tarkoituksena oli päästä kohti vuorovaikutusta ja pohtia kehollisuuden vaikutusta taiteen tekemiseen. Käytännössä alun keskustelun jälkeen työskentely alkoi selinmakuulta omasta rauhasta hengitellen. Hengitystä lähdettiin ajatuksen avulla suuntaamaan eri puolille kehoa. Hengityksen avulla kehoa lähdettiin kohottamaan vaiheittain ylös ja liikkeelle tilassa. Hiljalleen suuntauduttiin työskentelemään itsestä ulospäin kohti ympäristöä ja toisia paikalla olijoita. Liikkuminen tilassa oman kehon kanssa toimien säilyi pohja-ajatuksena. Kehollisesta työskentelystä siirryttiin kirjoittamaan, piirtämään tai luotiin isoille fläppi-papereille taideteoksia oman kehollisen kokemuksen pohjalta.

Ennakkosuunnittelussa pohdin paljon sitä, voisiko näissä työpajoissa kokeilla toisesta ja vuorovaikutuksesta liikkeelle lähtemistä. Päädyin kuitenkin ajatukseen, että kehollisuus on jokaiselle varsin henkilökohtainen asia. Oma elämänhistoriamme, kokemus kehon käyttämisestä työskentelyyn, ja monet muut asiat aiheuttavat sen, että taideopettaja ei voi tehdä oletuksia ihmisten osallistumisesta. Lisänä tähän toimi vielä se, että työpajoihin osallistui pääsääntöisesti minulle sekä toisilleen tuntemattomia ihmisiä. Koin tärkeäksi, että työpajoissa lähdettiin liikkeelle itsestä omaa kehoa ja mieltä tunnustellen ja laajennuttiin sen kautta kohtaamaan toista tai käsittelemään kokemusta kirjoittaen, piirtäen, askarrellen yms. Tämä paljastui toimivaksi tavaksi toimia, sillä

osallistujat kokivat osallistumisen olevan paineetonta. Osallistujia näissä työpajoissa oli 1–3 työpajasta riippuen.

Jälkikäteen omaa toimintaani tarkastellessa minun on helppo nähdä, että epävarmuuteni uusien työkalujen käyttämisessä vaikutti tekemiseen ensimmäiset pari *kehollisuus*-työpajakertaa. Tämän vuoksi toiminnan ohjaaminen yksilöstä liikkeelle lähteväksi tuntui itselleni turvallisemmalta tavalta toimia. Kehollisuutta työpajoissa pohdin tarkemmin luvussa 6.

Filosofian dosentti Jaana Parviainen on väitöstudiumuksessaan todennut kehon fenomenologian riskiksi nousevan katseen kääntymisen vain itsen päin ja omien reaktioiden tarkkailuun keskittymisen. Siitä seuraa helposti jääminen itsen päin kääntyneeseen tarkasteluun. Oman kehon tarkkailulla voi mahdollistaa havainnoivan tiedon pääsemisen maailmaan. (Parviainen 2006, 75–76) Parviainen sanallistaa hyvin omaa ajatustani siitä, että oman kehon tuntemusten ja reaktioiden käsittely kääntyy helposti itsen päin. Itselleni kohtaamisessa olennaista on kuitenkin jonkin laatuinen vuorovaikutus tai pyrkimys siihen. Sen myötä ulospäin itsestä suuntaaminen tuntui tarpeelliselta tuoda osaksi työpajoja.

Avoimen osuuden työpajoissa tämä näkyi siten, että alun sisäänpäin hengittelyn ja oman kehon kuulostelun jälkeen huomiota lähdettiin kääntämään omasta itsestä ympäristöön ja muihin työpajaan osallistuviin päin. Paljon harjoitteissa myös suunnattiin huomiota toisen kanssa työskentelyyn ja kehollisen vuoropuhelun käymiseen.

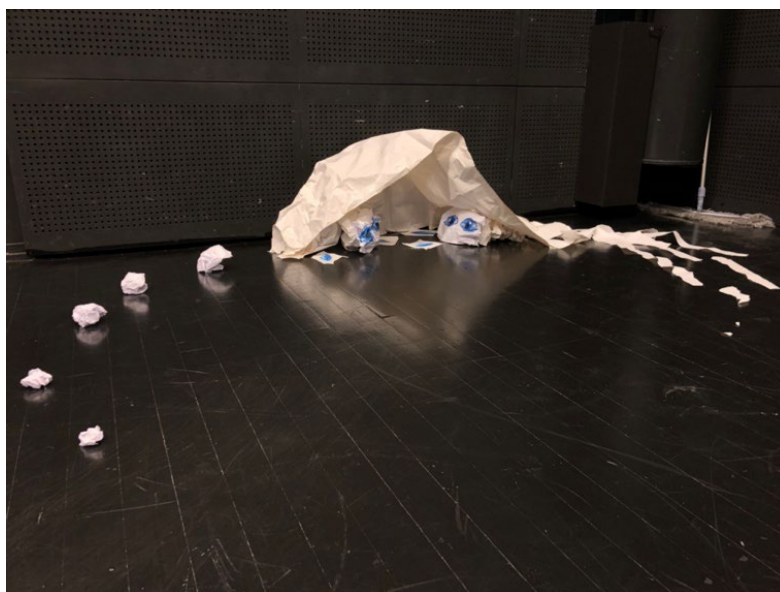
#### 4.3.2. Kohti toista -työpajat

Näissä työpajoissa toimin itselleni tutummalla maaperällä. Työpajojen ajatuksena oli lähteä kurottamaan kohti toista vuorovaikutuksellisesti vaikuttuen. Päädyin näissä työpajoissa käyttämään itselleni tuttuja harjoitteita, joiden olen kokenut nostavan kohtaamisen esille. Yleisesti ottaen näiden työpajojen suunnitteluun vaikuttivat aina edellisestä kehollisuustyöpajasta nousseet teemat. Näiden työpajojen kaaren, eli kolmen kerran kokonaisuuden hahmottaminen, tuntui itsestäni myös helpommalta kuin kehollisuustyöpajoissa. Näissä työpajoissa mielenkiintoisimmaksi nousi se, miten

hienolla tavalla avoimin mielin osallistujat lähtivät mukaan tekemään ja pohtimaan asioita. Tuntui siltä, että jokainen kerta nosti esiin jotain uutta kohtaamiseen liittyen.

Käytännössä ensimmäisellä työpajakerralla teimme liikkeellisiä harjoitteita, joiden perusajatuksena oli toisen kuuntelu ja häneen reagoiminen. Tästä esimerkkinä mainittakoon harjoite, jossa toinen tekee jonkin liikkeen ja toinen vastaa siihen omalla liikkeellään. Toisella kerralla osallistujat pääsivät tekemään Augusto Boalin harjoitteita. Käytännössä he tekivät parityöskentelyä. Harjoitteena toimi muun muassa *kolumbialainen hypnoosi*, jossa ajatuksena on kiinnittää oma huomio toisen sormeen ja seurata sen liikkeitä pitkin tilaa liikkuen. Kolmannella kerralla keskityimme leikillisiin teatterissa käytettyihin harjoitteisiin, *seuraa toista* ja *peili*. Tämän jälkeen osallistujat kirjoittivat kokemuksesta ja kokosivat sen pohjalta taideteokset.

*Kohti toista* -työpajoissa etenin kerta kerralta enemmän kohti yhteistä työskentelyä ja taiteidenvälisyyttä. Kolmannessa aiheen työpajassa nämä tekijät yhdistyivät luoden kokonaisuuden, jossa yhdessä tekemisen kautta pääsimme oman kokemuksen äärelle omissa taideteoksissa. Pariharjoittelun myötä siirryimme kirjoittamaan omasta kokemuksesta, ja kirjoittamisen pohjalta osallistujat loivat omat taideteokset. Koen, että tämän myötä jotain kertyi yhteen ja olin löytänyt uudenlaisen tavan käsitellä osallistujien kanssa kokemuksellisia asioita. Työpajoihin osallistui työpajasta riippuen 2–4 osallistujaa.



*Kuva 1 Osallistujan taideteos Kohti toista -työpajassa.*

### 4.3.3. Keskustelutilaisuus: Kohtaaminen taiteessa – mitä se voi olla?

Tässä tilaisuudessa kokoonnuttiin keskustelemaan siitä, mitä kohtaaminen taiteessa voi olla. Itse toimin tilaisuuden koollekutsujana ja fasilitoijana. Tilaisuuden otsikointi oli tarkoituksella varsin avoin, sillä en halunnut ohjata osallistujien ajatuksia mihinkään suuntaan. Etukäteen ajattelin ohjailla keskustelua kohti toiminnallisuutta ja aiheen käsittelyä esimerkiksi patsastyöskentelyn kautta. Keskustelu kuitenkin eli niin upealla tavalla, että en malttanut juurikaan puuttua sen kulkuun. Näitä tilaisuuksia jäin kaipaamaan useampia, sillä ne olisivat varmasti tuoneet moninaiseen teemaan lisää ulottuvuuksia. Keskustelutilaisuuteen osallistui neljä taidealan toimijaa, jotka edustivat eri taiteenlajeja. Osa osallistujista toimi useammalla taiteenalalla. Keskustelu toi lisää lihaa luihin kohtaamisen aiheen ympärillä. Alkuperäinen ajatukseni tälle tilaisuudelle olikin kerätä lisätietoa siitä, miten muut taiteen alan toimijat ehkä näkevät kohtaamisen osana taideopetusta.

### 4.3.4. Unelmia kohtaamisesta -työpaja

Tässä työpajassa lähdimme yhdessä rakentamaan kohtaamisen mahdollistavaa maailmaa. Työpajaa varten olin varannut Ikea-kassillisen satunnaisia tavaroita kankaista pikkuesineisiin ja köysiin. Lähdimme liikkeelle avoimista lähtökohdista jokaisen valitseman esineen kautta. Esineestä kirjoitettiin ajatuksenvirtaa ja ajatuksenvirran pohjalta runot, jotka jaoimme toisillemme. Esittelimme myös, miksi olimme valinneet tiettyjä esineitä. Jatkoimme valitsemalla kukin 1–2 esinettä. Tämän jälkeen rakensimme kukin aihiot yhteiseen maailmaamme. Nämä esiteltiin toisille. Sen jälkeen luotiin yhdessä edeten maailmasta yhteinen paikka käyttäen hyödyksi jäljellä olevia tavaroita. Ihanteellisissa olosuhteissa olisimme jatkaneet vuorovaikutuksellisen tason luomiseen tilassa, mutta aika loppui.

*Unelmia kohtaamisesta* -työpajassa aloin entistä vahvemmin siirtyä myöhemmin suljetulla työpajajaksolla käyttämäni tasavertaisuuteen pyrkivän ryhmätyöskentelyn äärelle. Ohjeistin alun toiminnan, mutta samalla osallistuin toimintaan itsekkin yhtenä osallistujista. Tämän tyyppinen kahden työroolin yhdistäminen on itselleni opettajana ollut aiemmin harvinaisempaa. Usein isommissa ryhmätilanteissa taideopettajana ryhmätehtävissä aikani kuluu ryhmissä kiertämiseen ja mahdollisten pulmien

selvittelyyn. Etukäteen olin kiinnostunut näkemään, miten työroolien yhdistäminen sujuu. Oli mukavaa kuulla tämän asian sujuvan luontevasti myös osallistujien palautteen mukaan. Toki asiaa edesauttoi se, että paikalla oli lisäksi vain kaksi osallistujaa.

Tästä työpajasta mukaani suljetulle työpajajaksolle seurasivat tavarat Ikea-kassissa. Tavaroiden käyttämisen tausta-ajatuksena oli niiden kautta päästä henkilökohtaisemmalle ja syvemmälle tasolle työskentelyssä. Tähän tarjosi mahdollisuuden esinekasa, monien ryhmätyötilaisuuksien käynnistäjä. Harjoitteessa valitaan esinekasan keskeltä esine, joka jostain syystä tuntuu merkitykselliseltä. Esine esitellään toisille ja kerrotaan samalla syy siihen, miksi sen on valinnut. Halusin tuoda työskentelyyn uuden tason tämän tyyppistä materiaalia hyödyntämällä. Niin sanotusti lavastamalla tila, voidaanko yhdessä luoda puhutteleva ja vuorovaikutukseen kutsuva tila? Samalla tavaroiden, tai kuten teatterissa sanottaisiin tarpeiston, käyttäminen tarjoaa kevyen tavan tehdä jotain yhdessä. Työpajaan osallistuneiden mielestä ratkaisu oli toimiva.



*Kuva 2. Osa osallistujan luomaa installaatiota Unelmia kohtaamisesta työpajassa.*

#### 4.3.5. Avoimen työpajajakson yhteenvetoa

Avoimen työpajajakson aikana työskentelyyni taideopettajana syntyi uusi taso. Siirryin tietoisesti käyttämään eri taiteenlajien mukanaan tuomia työkaluja. Aiemmin teatteritunneilla olen työskennellyt lähinnä teatterin kautta ja sen työkaluja hyväksi käyttäen.

Avoimissa työpajoissa lähdimme usein liikkeelle kehollisista harjoitteista tai pariharjoitteista. Jossain kohtaa liitin mukaan musiikkia ja osallistujat saivat tutkia sen vaikutusta omaan keholliseen toimintaansa. Tästä edettiin joko kirjoittamaan aiheesta, tai yhä useammin kuvataiteen suuntaan. Osallistujat piirsivät isoille fläppi-papereille, askartelivat omaa kehollista kokemustaan visuaaliseen muotoon. Lopuksi sitten kirjoitettiin. Välillä kirjoittaminen ja fläppi-paperille piirtely vaihtoivat paikkaa. Parhaimmillaan toimittiin kolmiportaisesti: 1. kehollinen tai paritehtävä, 2. ajatusvirran kirjoittamista, jonka pohjalta muokattiin esimerkiksi runo. 3. Runon/kirjoitelman pohjalta kuvataiteen keinoin hahmoteltiin omaa kokemusta paperille. Lisäksi prosessin vaiheiden välillä pysähdyttiin keskustelemaan auki omia tuntemuksia.

Koen, että tämä työskentelytapa vei työskentelyä syvemmälle tasolle.

Oppimispäiväkirjassa avoimen työpajajakson loppupuolella olen pohtinut asiaa seuraavasti:

*Olen edelleen niin vaikuttunut eilisistä taideteoksista. Omassa päässä esille nousee entistä vahvemmin se, mikä voima on monitaiteellisuutta kohti pyrkivässä työskentelyssä. Käyttämällä eri taiteenlajeista nousevia elementtejä, voimme ehkä vahvistaa kokemusta ja syventää aiheen käsittelyä? Nytkin lähtökohtana olleen kehollisen työskentelyn myötä päästiin käsiksi luomiseen, joka syveni askel askeleelta. Olen niin innoissani siitä, miten nyt näytti naksahdavan jotain paikoilleen. Jotenkin mieleen nousee se \*\*\*\*\* (tietyn opettajan) parhaama Kolbin malli. Kun käytetään eri tapoja työskennellä, jokin tulee eri tavalla esiin/näkyviin. Sinällään olen itsekin niillä linjoilla, että tarvitseeko kokemukselle aina löytää se perustelu? Eikö riittävää voi olla myös se, että minulla oli kokemus, joka tuntui merkitykselliseltä? Eikö silloin olla jo sen taiteen tekemisen ytimessä? Itsellenikin taide on ennen kaikkea kokemus. Sitä ei aina pysty sanallistamaan, mutta silti sen tietää tuoneen jotain merkityksellistä lisää elämään. – Oppimispäiväkirjani 9.12.21*

Kaikesta huolimatta koen, että tämän toiminnan myötä mahdollistui Kolbin malli jollakin tasolla. Eeva Anttilan (Anttila 2017, luku 4.2) mukaan Kolbin malli on kehitetty edelleen kasvatustieteilijä John Deweyn kokemuksellisen oppimiskäsityksen pohjalta. Sen lähtökohtana on keskeytymätön vuorovaikutus ympäristön ja organismin

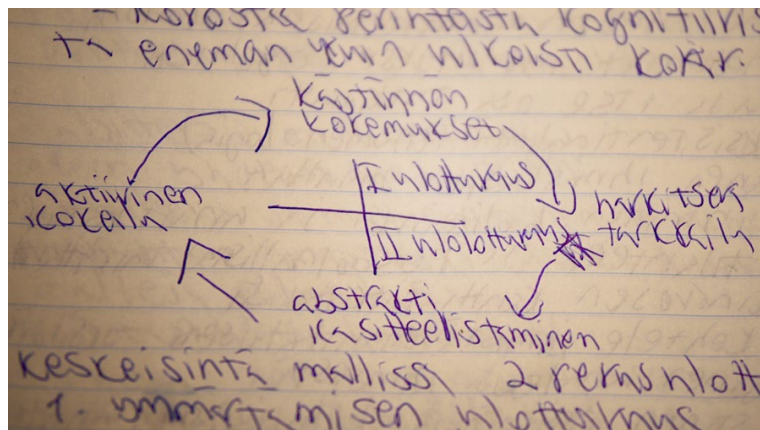


välillä. Organismi toimii ja valikoi aktiivisesti. Sen tavoitteena on sopeuttaa ympäristönsä omiin tarpeisiinsa sopivaksi. John Deweyn teoria tähtää ajatuksen ja toiminnan erillisyyden purkamiseen ja hyödyntää siinä kokemuksen käsitettä. (Dewey Anttila 2017, luku 4.2 mukaan)

John Deweyn ajatuksia on eteenpäin kehittänyt David Kolb. Hänen luomassaan kokemuksellisen oppimisen mallissa konkreettiset kokemukset ja niiden reflektointi vievät kohti teoreettista ymmärrystä ja parempia toimintamalleja. Kolb liittää kokemukselliseen oppimiseen kognitiivisen perspektiivin. Reflektoimalla kokemuksiaan oppija voi löytää ja luoda uusia tapoja nähdä ja toimia. Kolbin oppimisen sykliässä mallissa tavoite on kehittää ja soveltaa hyvä käyttöteoria. Mallin keskiössä ovat ymmärtämisen ja muuntelun ulottuvuudet. Ymmärtämisen ulottuvuudessa kokemus ja käsitteellistäminen asettuvat oppimisen ääripäihin. Motivaatio ja tiedollinen ymmärtäminen ovat keskeisiä ja auttavat meitä ymmärtämään kokemamme. Muuntelun ulottuvuudessa reflektio ja toiminta muodostavat oppimisen ääripäät. Tähän ulottuvuuteen kuuluvat muuntautuvat sisäinen ja ulkoinen toiminta. Havainnoiminen tapahtuu niin toiminnassa kuin sen ulkopuolella. Kokemuksellisen oppimisen kehän mukaan yksilö voi oppia yhdistämällä seuraavat oppimisen tavat:

- käytännön toimintaa korostavan aktiivisen kokeilun kautta
- omien elämäkokemusten kautta kokemalla
- reflektoimalla ja havainnoimalla omia kokemuksiaan ja tilanteita
- systemaattisen ajattelun ja ongelmanratkaisun kautta abstraktisti käsitteellistämällä

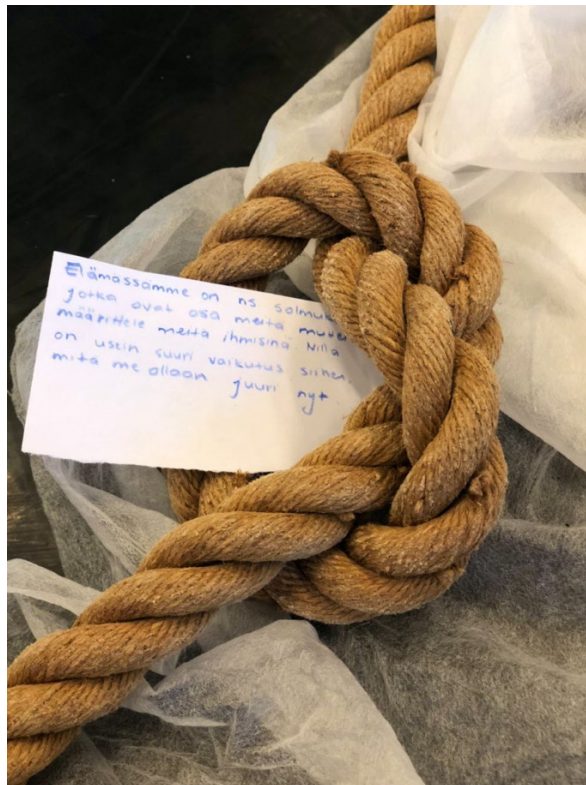
(Kolb Anttila 2017, luku 4.2 mukaan)



Kuva 3. Luentomuistiinpanoni Kolbin oppimisen syklistä mallista.

Miettiessäni Kolbin mallia tunnistan monia kertoja, joissa oppilaani oppiminen on edennyt tämän mallin mukaisesti lähtien liikkeelle kokeiluista taiteen parissa ja hiljalleen päätyen kohti opiskeltavan aiheen syvempää ymmärrystä. Samalla jään kuitenkin miettimään sitä, tarvitseeko kaikki kokemukset taiteen parissa käydä tämän kautta läpi. Eikö joskus voi riittää se, että vaikuttuu taiteen äärellä toimiessaan ja tämä jää kokemukseksi tai muistijäljeksi kehoon. Joskus myöhemmin tuo jälki voi sitten muistojen kätköistä nousta kertoakseen meille jotakin.

#### 4.4. Suljetut työpajat



Kuva 4. Osa osallistujan installaatiosta suljetulla työpajaosuudella.

Alun perin tässä osassa olin ajatellut kerätä työryhmän, joka tutkisi kohtaamista yhdessä. Kohtaamisen lopputuloksena esitettäisiin demonstraatio löydetyistä aiheista. Koronatilanteen kiristyttyä päädyin työskentelemään pienemmissä jaksoissa parityöskentelynä. Työpareja oli yhteensä kolme. Neljännessä tapauksessa työskentelimme kolmikkona. Työskentelyaika vaihteli viidestä tunnista kymmeneen tuntiin riippuen parista. Kolmikkomme työskenteli kymmenen tunnin ajan.

Ennakkosuunnitelman mennessä uusiksi myös sisällölliset asiat menivät uusiksi. Prosessi nousi vahvemmin työskentelyn pääosaan. Halusin luoda työskentelyyn turvallisen sataman, jossa pääosassa on jakaminen ja yhdessä vietetty aika taiteen äärellä. Tahdoin myös tuoda työskentelyyn lisää tasavertaisuutta ja toimia itse yhtenä osallistujana vetäjän roolin sijaan. Tähän vaikutti osaltaan Unelmia kohtaamisesta - työpajan hyvä kokemus.

En ennakkoon halunnut vaikuttaa omilla suunnitelmillani ryhmätyölähtöiseen työskentelyymme, joten päädyin työskentelyn aikana käyttämään työkaluna intuitiota. Tällä tarkoitan sitä, että en ennakkoon tehnyt päätöksiä liittyen sisältöön tai tapaamisten kulkuun. Minulla on paha taipumus ylisuunnitella opetustunnit. Kuitenkin jo pitkään olen päätenyt varsinaisessa opetustilanteessa seuraamaan tilannetta ja toimimaan sen mukaisesti. Halusin näin ollen testata sitä, miten lähes viidentoista vuoden työkokemus kannattelee tilannetta tuntiolosuhteissa. Toinen syy tähän oli se, että tahdoin tällä toiminnalla vahvistaa sitä, että lähtisimme osallistujien kanssa työskentelyyn mahdollisimman samalta viivalta.

Taiteen tohtori Asta Raami kertoo intuition olevan arkikielessä hetkessä syntyvää tietoa. Psykologia kutsuu sitä kokemukseen ja oppimiseen pohjautuvaksi sanattomaksi tiedoksi. Yksinkertaistaen ihmisen ajattelu koostuu rationaalisesta, tietoisesta päättelystä ja sen toinen puoli on intuitiivinen tietäminen. Ihmisen aivoissa intuitio seuraa ensin ja päättely viiveellä seuraavaksi. Päättely ja intuitio kietoutuvat osaksi toisiaan. (Raami 2016, 17–19) Tämän myötä voidaan ajatella, että omassa työskentelyssäni intuitio ja päättelykyky nivoutuvat yhteen. Mahdollistajana tälle toimii oma kokemukseni taiteen opettamisesta. Sen myötä uskallan luottaa intuition työkaluna.

Päätin, että vien työskentelyyn mukaanani jo avoimella osuudella käytössä olleet materiaalit. Näitä olivat Ikea-kassillinen tavaroita ja kankaita, iso rulla paperia ja kyniä, sekä A4-paperia. Yhdessä osallistujien kanssa päätimme, minkä aikaa kukin ryhmä työskentelee. Tiedossa oli myös, että työskentelystä olisi hyvä jäädä jokin jälki. Muuten työskentelyn sisältö ja työtavat määriteltiin yhdessä osallistujien kanssa työskentelyn alussa. Työskentelyyn vaikutti toki se, että minä olin toiminut koollekutsujana ja

kyseessä oli minun opetusharjoitteluni. Tavoitteenani oli, että siitä huolimatta työskentelisimme mahdollisimman tasavertaisina yhdessä.

Yhtä lukuun ottamatta jokainen työskentely alkoi samalla kaavalla: vaihdoimme kuulumisia ja lähdimme fläppi-työkalulle määrittelemään työskentelyn lähtökohtia. Työtavat muodostuivat prosessinomaisesti yhdessä pohdiskellen. Omalta osaltani pyrin alusta alkaen luomaan avoimen ja mahdollistavan ilmapiirin. Korostin myös sitä, että työskentelyyn syntyisi paineeton ilmapiiri. Mahdollinen syntyvä jälki oli tarkoitettu osaksi prosessia ja sen tulemaksi sen sijaan, että se nousisi työskentelyn päämääräksi. Työskentelytavat vaihtelivat parista toiseen ja muotoutuivat yhteistuumin matkan varrella tarpeen vaatiessa. Yksittäisten työskentelykertojen kestot olivat keskimäärin viiden tunnin mittaisia, mutta mukana oli myös muutamia lyhyempiä tapaamisia. Jokainen työskentely tuotti jäljen, joka myös dokumentoitiin. Kahden työskentelyn jäljet dokumentoitiin valokuvin, ja lopusta kahdesta jäljestä syntyi video. Yksi jäljistä päätyi lopulta tämän työn kansikuvaksi. Siinä ihailen syntyneitä installaatiota, kyseisen työskentelyn jälkeä.

#### 4.5. Työpajajaksojen yhteenvetoa

Koen avoimen ja suljetun vaiheen työskentelyn kehittäneen itselleni uudenlaisen tavan toimia opettajana. Pala palalta avasin työskentelyä dialogisempaan suuntaan. Askel askeleelta uskalsin itse selkeämmin luopua ohjaksista ja luoda työpajoista yhteisiä kokemuksia. Samalla minun oli ilo työskennellä avoimien, kohtaamisesta kiinnostuneiden eri taidealojen edustajien kanssa. Tässä kohtaa kiitän heitä jo siitä luottamuksesta, jota he minulle osoittivat. Jokainen työskentely ja kohtaaminen avarsi osaltaan omaa näkemystäni ja loi uskoa siihen, että olen oikean asian äärellä. Yhteinen jakaminen loi muistoja, joita jään vaalimaan. Jo siksi tämä opetusharjoittelu oli itselleni niin merkityksellinen. Loin sen myötä nahkani ja lähden näiden teatteriopettajan pintojen jälkeen kohti uudenlaista tapaa työskennellä taiteen parissa.

## 5. EMPATIA MAHDOLLISTAA KOHTAAMISEN

Aamulla herään auringonsäteisiin, jotka siivilöityvät ikkunasta. Linnut sirkuttavat. Poskillani valuvat kyynleet. Olen nähnyt unta kuolleesta isästani, joka leikkii yhdessä rakkaiden lapsieni kanssa. Ikävä tuntuu sydämessä. Nyyhkytys vavisuttaa kehoa ja tuntuu kehossani kaikkialla.

Ovelta kuuluu hienotunteinen koputus. Setä Tonton kurkkaa varovasti sisään. *Mikä sinulla on*, hän kysyy Vastaa: *Minulla on niin kova ikävä sekä isää että lapsiani*. Setä Tonton kävelee huoneen poikki sängyn vieressä olevalle tuolille ja istuu. Hän tarttuu minua kädestä kiinni. Niin olemme hetken ajan hiljaa. Käsi tassussa ja tassu kädessä. Setä Tonton selvittää kurkkuaan. *Isäsi taisi olla sinulle rakas? Kovin rakas*, vastaan. *Minä olin aina isän tyttö. Isä oli paras isä, jota saatoin toivoa. Vielä parempi hän oli vaarina. Pojatkin rakastivat häntä kovin*. Setä Tonton ojentaa minulle nenäliinan. Niistä nenäni. Setä Tonton toteaa: *Usein unet nostavat meille esiin jotain olennaista. Onko joku syy, miksi isäsi nousee sinulle mieleen juuri nyt?* Olen hiljaa ja mietin. *Minä luulen, että se liittyy kahteen asiaan. Isäni oli hyvin tunneälykäs ihminen, joka vaistosi herkästi vaivasiko joku asia Toista. Viimeisinä vuosina tunsin, että ymmärsimme toisiamme ilman sanoja. Kaipaamme sellaista yhteyttä toiseen ihmiseen*. Setä Tonton miettii hetken. *Se on hyvin harvinaista, hän sanoo. Hän silittää vielä kättäni. Mitä sanot, mennäänkö aamiaiselle? Nyökkään.*

Kävelemme yhdessä puutarhaan, jossa aurinko ja linnunlaulu meidät vastaanottavat.

Pienen pariisilaispöydän ääreen katettu aamiainen odottaa meitä. Olo on keveämpi. Suru tuntuu edelleen sydämessä. Mietin lapsiani siellä jossain ja hymyilen. Setä Tonton kaataa meille kahvia. Uusi päivä on alkamassa.

\*\*\*\*\*

### 5.1. Ajatuksiani empatiasta

Aiemmin olen kertonut osana avointa työpajajaksoa järjestämästäni keskustelutilaisuudesta *Kohtaaminen taiteessa – mitä se voi olla?* Sen aikana yksi keskustelijoista pohdiskeli empatian mahdollistavan kohtaamisen. Toinen osallistuja liitti tämän epävarmuuden ja epämukavuuden sietämiseen, jonka koki usein olevan

taiteen tekemisessä osallisena. Hänen mukaansa se toi mukanaan empatiaa muita kohtaan, joka nousi tästä epävarmuuden sietämisestä. Jäin itse jälkikäteen miettimään asiaa tarkemmin. Koin empatian jollain tasolla näkyneen avoimella työpajajaksolla jokaisella kerralla. Se näkyi siinä, että osallistujat tuntuivat kunnioittavan toisiaan. He pyrkivät kanssakäymiseen, jossa mahdollistui molemminpuolinen kuunteleminen ja toiseen reagointi. He antoivat toisilleen tilaa. Loppuringissä osallistujat saivat jokaisella kerralla tuoda esiin ajatuksiaan kohtaamisesta. Muut osallistujat kuuntelivat heitä. Omassa mielessäni liitän nämä ominaisuudet myös kohtaamiseen. Liittyvätkö siis empatia ja kohtaaminen toisiinsa jollain tasolla?

Koen itse virittäneeni tämän tyyppisen työskentelyilmapiirin jo työpajakertojen alussa. Jokaisen kerran alussa istuessamme alas pohtimaan yhdessä tulevaa kertaa, loimme yhdessä avoimen, kuuntelevan ja hyväksyvän työilmapiirin. Itse toimin sen mahdollistajana olemalla avoin, pohdiskeleva, kuunteleva ja kiinnostunut jokaisesta osallistujasta ja siitä, mitä he tahtoivat kertoa. Tärkeänä osana toimi myös epävarmuuteni. Koska minä ohjasin työpajoja tarkoitukseni etsiä jotakin kohtaamiseen liittyvää, en pitänyt yllä valmista asennetta. En siis lähtökohtaisesti pyrkinyt tarjoamaan työpajoissa jotain valmista, vaan halusin mahdollistaa sinne tasaveroisen yhdessä etsimisen ja pohdinnan. Muun muassa näiden tekijöiden kautta työpajoissa vallitsi avoin ja kokeileva ilmapiiri. Ihmiset virittäytyivät kohtaamaan toisiaan myös empaattisella tasolla.

Olen luontaisesti empaattinen henkilö ja se määrittää kanssakäymistäni muiden ihmisten kanssa. Päädyn usein ihmissuhteissani kuuntelijan rooliin. Tästä johtuen minusta on luontevaa aloittaa teatteritunnit kuulumiskierroksella, jonka aikana jokainen osallistuja saa kertoa sen hetken olotilastaan. Tämän tavan vein myös *Unelmia kohtaamisesta* -työpajoihin. Tässä tapauksessa tavoitteenani oli kuitenkin hahmottaa, miten kohtaaminen näyttäytyy tuntiolosuhteissa. Jokaisessa työpajassa pohdimme osallistujien kanssa, mitä heistä kokemuksellisesti nousi esiin. Koen työpajojen myötä havahtuneeni entistä vahvemmin siihen, miten paljon taiteen äärellä työskentely linkittyy empatiaan. Ehkä ennakkoajatukseni mietin asiaa jotenkin siihen tapaan, että empatia ja kohtaaminen linkittyvät taiteessa toisiinsa ihmisten välisen suhteisuuden ja vuorovaikutuksen kautta, ja vaikuttavat siten tunnin tapahtumiin osaltaan. Empatia

lienee terminä kaikille tuttu jo peruskoulusta lähtien. Silti luulen, että jokainen ihminen kokee sen omalla tavallaan. Tästä syystä johtuen lienee paikallaan pysähtyä hetkeksi empatian määrittelyn äärelle.

## 5.2. Empatian määrittelyä

Tieteen termipankin mukaan etiikan kannalta katsoen empatia tarkoittaa toisen yksilön sisäisen tunteen oivaltamista (Tieteen termipankki). Empatiata tutkinut filosofi Elisa Aaltola määrittelee empatian olevan ymmärrystä toisen henkilön tunnetiloista ja niiden tunnistamista. Empatiata käytettäessä jaetaan kokemuksia ja myötäelämistä.

Parhaimmillaan empatia herättää meidät toimimaan toistemme puolesta. Pahimmillaan sitä voidaan hyödyntää manipulaatioon ja vallan tavoitteluun. (Aaltola 2020, 24–25)

Aaltola kertoo empatian historiasta seuraavaa: tausta kehon ja mielen erottelulle on ollut nähtävissä jo antiikin Kreikasta lähtien. Länsimainen ajattelu tapaa korostaa todellisuuden kohtaamista ensisijaisesti järjen kautta tunteiden jäädessä sivuosaan.

Länsimaisista filosofiista Platonin mielestä tunteiden ja järjen välisessä suhteessa järki toimii tunteiden hallitsijana. Immanuel Kant korosti arvokysymysten ja moraalin periaatteiden havaitsemista järjen kautta. Myöhemmin Arthur Schopenhauer totesi yksinomaan järjen käytön mahdollistavan rikoksia, mutta tunteiden pelastavan niiden seurauksilta. Myötätunto nousi Schopenhauerilla moraalin alkuperäksi. Aaltola lisää tunteiden havahduttavan meidät tosiasioiden todellisuudesta moraalin piiriin.

Parhaimmillaan empatia herättää meidät toimimaan toistemme puolesta. Moraalin kannalta asiaa lähestyessä empatia nouseekin ainutlaatuiseksi kyvyksi, jonka kautta oivaltaa toisen näkökulma. (Aaltola 2020, 13, 15–17, 22, 24–25)

Tutkijat Anne Birgitta Pessi ja Frank Martela näkevät empatian toisen tunteissa mukana olemisena, samaistumisena ja tunteiden yhteytenä. Empatia jakautuu kahteen tyyppiin. Kognitiivisessa empatiassa asetumme tietoisesti toisen asemaan ja pohdimme maailman näyttäytymistä hänen näkökulmastaan. Affektiivisessä empatiassa jotain toisen ihmisen kokemasta tunteesta heijastuu meihin. (Pessi & Martela 2017, 14; ks. myös Aaltola 2020, 64) Aaltolan mukaan tunnetila ei silti ole täsmälleen sama. Toisen ihmisen kokiessa esimerkiksi surua, me reagoimme siinä vieressä kokemalla omaa suruamme. Affektiivisessä empatiassa olemme silti tietoisia siitä, että toinen on meistä erillinen.

Tämän myötä pystymme toteamaan, että kyseessä on toisen ihmisen tunne. Aaltolan mukaan filosofi Arthur Schopenhauer näki tämän mahdollistavan toisen ihmisyyttä sekä erityisyyttä arvostavan vuorovaikutuksen. (Aaltola 2020, 64–65)

Elisa Aaltola näkee Pessistä ja Martelasta poiketen empatian jakautuvan useaan alalajiin. Ensimmäinen alalaji jakautuu kahtia. Projektiivisessä empatiassa pyrimme asettumaan toisen asemaan omana itsenämme. Kuvittelemme siis, mitä itse tekisimme tuon toisen asemassa. Simuloivassa empatiassa puolestaan yritämme jättää oman kokemuksemme ja tunteemme pois ja tavallaan tulla empatian kohteeksemme. Kognitiivisessa empatiassa näemme toisen tunteet ottamatta niihin itse osaa. Jo aiemmin mainitussa affektiivisessä empatiassa huomattuamme tunnetilan toisessa, siitä tulee osa meitä itseämme. Affektiivisen empatian kautta koemme toisen tunnetilan omien tunteidemme kautta. (Aaltola 2020, 30–31, 49, 63–64) Oma alalajinsa on ruumiillinen empatia, jonka filosofi Max Scheler näkee toisen kehonkielen tarkkailuna. Keho tekee tunteet nähtäväksi myös muille. (Scheler 2009 Aaltola 2020, 78 mukaan) Tämän tutkielmani puitteissa keskityn näistä empatian alalajeista erityisesti ruumiilliseen empatiaan.

Sosiaalinen neurotiede on tutkinut empatian perustumista kehollisiin tuntemuksiin. Hermosoluja edustavat peilisolut tai peilineuronit aktivoituvat ihmisen liikkeen kautta. Myös toisen ihmisen liike ja mielikuva omasta liikkeestä aiheuttavat tämän. Toisen ihmisen eleiden ja liikkeiden huomioiminen kehittää sosiaalista tietoisuutta. Tämän myötä empatia pohjautuu kehollisiin tuntemuksiin. (Anttila 2017, luku 6.2., ks. myös Damasio 2011, 105) Neurologi Antonio Damasion mukaan peilineuronien tehtävä on auttaa meitä ymmärtämään toista ihmistä. Havainnoidessamme toisen toimintaa aivomme ruumista aistien sisäistävät ruumiin toiminnan ja käynnistävät jo etukäteen liikerakenteen. Oman ruumiimme tilan kautta pystymme paremmin oivaltamaan toisen henkilön ruumiintilaa ja simuloimaan sitä. Tämä toimii vahvana pohjana empatialle. (Damasio 2011, 106–107)

Tämän jaottelun myötä päädyn pohtimaan sitä, että empatian vaikutus meihin yksilöinä on moninaisempi kuin olen ajatellut. Erityisesti peilineuronien toiminta ja ruumiillisen empatian käsitteen avaaminen vahvistaa itselleni sitä näkemystä, että empatia ja



kehollisuus linkittyvät yhteen ja luovat osaltaan perustaa kohtaamiselle tehden siitä kokonaisvaltaisemman kokemuksen. Tähän yhteyteen palaan tässä tutkielmassa myöhemmin luvuissa 6 ja 7. Omia työpajojani miettiessäni mieleeni nousevat työpajojen osallistujien päiväkirjoihinsa kirjoittamat huomiot siitä, miten oma keho on lähtenyt mukaan reagoimaan toisen osallistujan toimintaan. Tarkastellessani tätä kokemusta en mielessäni voi olla vahvasti linkittämättä empatiaa ja kehollisuutta toisiinsa vaikuttaviksi tekijöiksi. Palaan osallistujien kokemuksiin oman kehon reagoimisesta toisen toimintaan myöhemmin tässä luvussa sekä luvussa 6.2.2.

Pessi ja Martela erottavat myötätunnon empatian sisarlajiksi. Myötätunnon voi nähdä kykynä tietoisesti tunnistaa, havaita ja oivaltaa toisen tilanne ja tunnetila. Se on tunteiden yhteyttä, sympatiaa ja halua toimia toisen hyväksi. Myötätunto on myös toimimista toisen hyvän edistämiseksi. (Pessi & Martela 2017, 14) Elisa Aaltola määrittelee puolestaan myötätunnon sympatiaksi ja toista kohti tuntemiseksi (Aaltola 2020, 25). Tämä määritelmä myötätunnosta lähenee myös omaa käsitystäni kohtaamisesta. Mielestäni molemminpuolinen dialoginen kohtaaminen edellyttää sen osapuolilta myötätunnoista asennoitumista ja pyrkimistä sitä kohti.

Minulle taiteilijana ja taidetta opettavana yksilönä tunteet toimivat tärkeänä osana taideopetuksen tunnilla, kuten myös taiteellisessa prosessissa. Taide nostaa esiin tunteita. Sen takia on tärkeää, että tunnilla esiin nousseita asioita voidaan käsitellä turvallisesti myötätuntoisessa ilmapiirissä. Empatia nousee minulle myötätunnon eli sympatian tärkeäksi täydentäjäksi. Aaltola mainitseekin, että empatiaan ei välttämättä liity tunteita (Aaltola 2020, 25). Tämä on mielestäni tärkeä tarkennus. Taidetta opettaessa tunteet nousevat usein esiin. Taideopettajan on hyvä tunnistaa tilanteeseen sekoittuvat omat tunteet voidakseen keskittyä oppilaansa tunteisiin sotkematta omia tulkintojaan aiheeseen. Tästä aiheesta kirjoitan lisää luvussa 7.3.2.

Tämän alaluvun kautta jään miettimään, miten kehon ja mielen erottelu on näkynyt jo varhain ihmisen historiaa tarkastellessa. Koska tieto rakentuu usein tiedon päälle, ajatus kehosta ja mielestä erillisinä osina ihmistä ovat jääneet elämään länsimaisessa ajattelussa. Vasta myöhemmin tätä rakennetta on alettu kyseenalaistaa. Siinä missä empatiaa voidaan käyttää ja varmasti käytetäänkin työkaluna taiteen parissa

toimittaessa, myös kehon ja mielen yhteen kietoutuminen on hyvä muistaa. Tätä näkemystä vahvistaa myös neurologian käsitys siitä, että empatia linkittyy ruumiillisuuteen. Tarkastelen seuraavaksi, mitä empatian kannalta työpajoista nousee esiin.

### 5.3. Kinesteettinen empatia työpajoissa

*Käännän päätäni katsoakseni lattialla makaavaa hahmotelmaamme. Pääni kallistuu oikealle päin ja pyrin havaitsemaan hahmotelmasta jotain. Yksi osallistuja puhkeaa puheeseen ihmetellen minun ja toisen paikalla olevan osallistujan toimineen täsmälleen samalla hetkellä samoin liikkein ja ilmein. Ihmettelemme yhdessä, miten tällaista voikin tapahtua? Mikä meidät sai toimimaan samalla tavalla samaan aikaan? - Oma muisteluni yhdeltä suljetun osan tapaamiskerralta.*

Avoimella työpajajaksolla todistin monessa työpajassa sitä, miten osallistujat päätyivät tekemään samanaikaisesti samoja liikkeitä kumpikin erillään. Usein tähän päädyttiin tekemällä ensin liikkeitä vuorotellen siten, että tarkoituksena oli reagoida toisen tekemään liikkeeseen. Tästä lopulta päästiin tilanteeseen, jossa osallistujat liikkuivat samanaikaisesti, ensin toisen liikkeisiin reagoiden, ja lopulta samoja liikkeitä tehden. Esimerkiksi jo lasten leikeistä tutussa seuraa johtajaa -leikissä toiminnan sekoittuminen johti siihen, että osallistujat eivät osanneet sanoa, kumpi heistä oli toimintaa johdattanut eteenpäin. Yksi useampaan työpajaan osallistunut osallistuja kommentoi yhden kerran loppukeskustelussa tähän liittyen sitä, että usein oli lähdetty liikkeelle jostain yksinkertaisesta toiminnosta. Toimintojen tekeminen oli kuitenkin joka kerta johtanut yhteisten maailmojen syntymiseen.

Filosofi Hannah Arendt on kirjoittanut toiminnasta suhteessa toiseen. Hänen mukaansa yksilö erottautuu muista ihmisistä oman puheensa ja toimintansa kautta ja liittyy osaksi yhteistä maailmaa. Toiminta ja puhe linkittyvät toisiinsa. Ilman puhetta toimijaa ei ole. Vasta sanat paljastavat toimijan ja selventävät toisille hänen motiivinsa. (Arendt 2002, 181, 183) Ymmärrän Arendtin ajatuksen siinä, että emme voi toisesta tietää ilman että hän itse kertoo asiasta. Koen kuitenkin, että esimerkiksi omissa työpajoissani sanojen poistaminen itseasiassa vahvisti yhteisymmärrystä ja edesauttoi osallistujani mainitsemaa yhteisten maailmojen syntymistä. Taiteen tekeminen on itselleni vahvasti kokemuksellista. Välillä kokemuksia on vaikeaa sanallistaa. Yhteinen kokemus ja yhdessä olon tunne on silti vahvana mielessä. Itselleni tässä on kyse juuri voimasta, jonka esimerkiksi teatteri taiteen lajina nostaa. Olemme yhdessä kokemassa asioita,

joista kaikki eivät sanallisesti selity. Silti niistä jää meihin jälki, muistikuva ja tärkeä kokemus.

Jäin itse jälkikäteen työpajoja pohtiessani miettimään sitä, mistä samanaikaisten ja samankaltaisten liikkeiden syntyminen kertoo. Samankaltaisuudessa tai siihen hakeutumisessa on jotain varsin tunnistettavaa. Olen monta kertaa kadulla kävellessäni kiinnittänyt huomiota siihen, miten kaksi koiraa lähtee hakemaan kontaktia toisiinsa. Yhdessä tavassa eläimet pysähtyvät vasten toisiaan. Molempien liikkeet alkavat synkronoitua samankaltaisiksi. Tämän jälkeen varovasti hakeudutaan tutkimaan toista. Vastaavasti sanattoman improvisaation tilanteissa teatteritunneilla olen nähnyt oppilaitteni käyttäytyvän vastaavalla tavalla. Määritän itse kohtaamisen tapahtuvat jossain ihmisten välisyydessä. Mutta voiko tässä kehollisessa samanaikaisuudessa olla olemassa jokin empatiaan liittyvä asia? Mietin, että voisiko se linkittyä kinesteettiseen empatiaan?

Filosofian dosentti Jaana Parviainen on väitöstudiumuksessaan tutkinut kinesteettistä tietoa. Hän liittää kinesteettisen tiedon hiljaiseen tietoon. Kaikkeen humaaniin taitoon kuuluu rakenteellisesti esimerkiksi päättelytaitoon tai ihmisten väliseen sosiaaliseen kanssakäymiseen liittyvää taitoa. Tätä on mahdollista kutsua kinesteettiseksi taidoksi. (Parviainen 2006, 86) Tanssiantropologi, psykoterapeutti ja tanssi-liiketerapeutti Maarit Ylösen mukaan tanssi voi nostaa kehossamme sijaitsevia muistoja esiin tietoisuuteen. Dialogin myötä improvisoimme liikkeellisesti toisen kanssa. Dialogisuuden ja rajojen ylittämisen myötä sosiaalinen kanssakäyminen voi tuoda tietoisuuteemme kehoomme piirtyneitä käsityksiä, tapoja, tunteita tai estoja. (Ylönen 2004 Parviainen 2006, 87–88 mukaan)

Moni työpajojeni osallistujista on kirjoittanut työpajojen oppimispäiväkirjoissa kokemuksista, joissa toisen läsnäolo alkaa muokata omaa tekemistä. Asiaa on kuvattu oman toiminnan sopeuttamisena toisen toimintaan, sanattomana yhteistyönä ja toisen kehon kuunteluna, tekemisenä toisesta saatujen impulssien mukaan. Yhdessä oppimispäiväkirjan merkinnässä puhutaan liikkeen samanaikaisuudesta tilanteessa, jossa ei täysin näe toista. Mielessäni yhdistän nämä asiat siihen, miten kehollisuuden kautta jotain voi nousta näkyviin itsellemme ja toisillemme. Tämä liittyy kohtaamiseen,

sillä osallistujat ovat olleet yhdessä, vuorovaikutuksessa liikkumassa toisistaan vaikuttuen ja vaikutteita ottaen. Parviaisen mukaan liikkuminen ja kehollisten taitojen opettelu voi synnyttää kinesteettistä tietoa liikkujan niin halutessa (Parviainen 2006, 95).

Parviainen jatkaa kinesteettisen eläytymisen käsitteen näkyneen jo jonkin aikaa kirjoituksissa tanssista, urheilusta ja liikunnasta. Kinesteettisen eläytymisen kautta yksilö pystyy saavuttamaan tunneyhteyden toiseen ihmiseen. (Parviainen 2006, 99) Eläytymistä tutkinut Edith Stein miettii väitöstudiumuksessaan, miten ihminen voi ymmärtää toisen ihmisen kokemusta. Eläytymisen kautta tavoitamme kokemuksen, joka eroaa omastamme. Tiedonhankkimisen edellytys on eläytyvä sosiaalinen kanssakäyminen. Tässä näkökulmassa eläytyvä subjekti muuttuu myös objektiksi, sillä hän joutuu kohtaamisen kautta kohtaamaan itsensä toisen katseen kautta. Oman kehon kinesteettinen kartta mahdollistaa toisen kehon ymmärtämisen. Silti kokemus omasta kehosta säilyy. (Stein 1980 Parviainen 2006, 100–101, 103–104 mukaan)

Yhdellä avoimen työpajajakson kerralla kaksi osallistujaa pohti sanojen poistamisen ja kehollisen kohtaamisen vahvistavan tunnetta kohtaamisen syvyydestä. Vastaavasti yhden osallistujan puheissa sekä oppimispäiväkirjan pohdinnoissa puhutaan yhteisten maailmojen syntymisestä. Tämän yhteisessä keskustelussa tunnisti myös hänen kanssaan tilanteessa parina toiminut osallistuja. Jos tarkastelen tätä asiaa Steinin äsken mainitun näkemyksen valossa, nämä asiat linkittyvät osaltaan kohtaamiseen ihmisten välillä. Koen, että keho jollain tasolla tosiaan vahvistaa kehollista kohtaamista. Mietin niitä kertoja, kun kohtaaminen teatteria tehdessä on tuntunut vahvasti kehossa. Muistelllessani tällaisia kohtaamisia, kehostani alkaa nousta esiin erilaisia tuntemuksia. Jollain tasolla ne tuntuvat säväyksinä eri puolella kehoa. Tämän myötä empatia alkaa mielessäni yhä vahvemmin linkittyä kehollisuuteen.

#### 5.4. Ruumiillinen empatia

Empatiaa määrittelevässä kappaleessa 5.2. sivusin ruumiillisen empatian käsitettä. Ruumiillisen empatian perustana on kehon ja mielen yhteys. Ruumiillisessa empatiassa keholliset tuntemukset auttavat tunnistamaan tunteita. Kaksi subjektiä, kehoa, kohtaa vuorovaikutuksessa. Ruumiillinen empatia hakeutuu näin kohti yksilöä. Tunnistettavien

tunteiden ohella tunnistamme myös niihin liittyvän yksilön. On silti tärkeää tunnistaa myös se, että kaikkeen tietoon en täysin kokonaisvaltaisesti pääse käsiksi tietoisella tasolla. Ruumiillisen empatian kautta keskitymme toisen ihmisen moninaisuuteen yksittäisten tunteiden sijaan. (Aaltola 2020, 78–82)

Liittämällä ruumiilliseen empatiaan intersubjektiivisuuden pääsemme seuraavaan päätelmään: alun kehollisen, välittömän vuorovaikutuksen kautta pääsemme ruumiilliseen empatiaan ja käsiksi toisen ihmisen näkökulmaan ja kokemuksiin. Käsittäakseni toisen ihmisyyttä ja luonnetta, minun on ensin vuorovaikutuksen kautta suhtauduttava häneen yksilönä. Toisen kohtaaminen tarvitsee aistien valpastamista. Ilman sitä emme virittäytyä toisen läsnäoloon. Silloin kehollinen tieto päätyy sivuosaan. Aaltola kehottaa liittämään ruumiillisen empatian affektiiviseen empatiaan. Ruumiillisen empatian kautta muistamme erilaisuuden toisessa. Lisäämällä mukaan resonaation havaitsemme toisen yksilön myös moraalisesti huolta hänestä kantaen. (Aaltola 2020, 84–85, 91)

Liitän tämän kehollisen tiedon päätyneen sivuosaan omassa mielessäni moneen yhteiskunnan toimintoomme. Tämän lukuvuoden 2021–2022 aikana olen päässyt seuraamaan oman lapseni koulutien alkua. Opiskeleminen näyttää edelleen perustuvan pitkälti omassa pulpetissa istumiseen, tiedon vastaanottamiseen ja sen kautta uuden oppimiseen. Tämä toimintatapa rajaa mielestäni meidät kognition tasolle. Kehollisuus jää väistämättä sivuosaan, jos se erotetaan muun muassa liikunnan ja käsitöiden tunneilla tapahtuvaksi. Peruskoulun ajan istumme opiskelemaan asioita ja kehitämme tietoisesti ajattelun tasoamme. Kehollinen tieto jää väistämättä tällöin sivuosaan. Sama jatkumo on nähtävissä monissa asiantuntijatasoissa ja jopa teatteritunneilla analysoinnin ja sanallistamisen muodossa.

Yhdessä avoimen puolen työpajassa sivusimme kohtaamisen teeman päätyneenä sivuosaan. Osallistuja kertoi kokeneensa taiteen maailmassa usein tulevansa ohitetuksi. Vastaavasti muissa yhteyksissä hän koki tulevansa vahvasti kohdatuksi. Päädyimme tuolloin yhdessä osallistujien kanssa pohtimaan, mikä kohtaamisen mahdollistaa. Toinen osallistuja pohti tuolloin kohtaamisen mahdollistuvan balanssin kautta:

molempien osapuolten tulee tulla kohtaamiseen avoimna kohtaamiselle ja sen mahdollisuudelle.

Tunnistan ohitetuksi tulemisen kokemuksen monilta teatteritunneiltani. Usein tunneille saapuvat lapset ja nuoret saapuvat paikalle innoissaan tunnista. Tarve tulla kuulluksi ja nähdyksi on nähtävissä heidän käytöksessään. Tunti alkaa usein kuulumiskierroksella. Oppilailla on kiire päästä kertomaan omasta päivästä ja kokemuksistaan. Omat prosessit nousevat pääosaan. Tapaan tuntien alussa pyrkiä kohti yhteistä rauhoittumisen hetkeä. Alkupiirissä näemme, keitä olemme ja mistä tulemme kohtaamaan toisiamme. Omassa mielessäni liitän kohtaamiseen vahvasti pysähtymisen elementin. Pysähtymällä päädyimme tilanteeseen, jossa toisen kohtaaminen ylipäättään mahdollistuu. Silloin paremmin näemme tuon toisen. Jään silti pohtimaan tässä luvussa vahvasti esiin nousutta kehollisuuden teemaa. Empatia ja kehollisuus näyttävät linkittyvän toisiinsa. Se on todistettu jopa neurologian tasolla. Mietin, että onko niiden yhteyden kautta mahdollista päästä vielä selkeämmin käsiksi kohtaamiseen ja sen mahdollistumiseen?

## 5.5. Luvun yhteenvedo

Olen tämän luvun myötä laajentanut omaa kuvaani empatiasta ja sen vaikutuksesta kohtaamiseen. Olen jo aiemmin uskonut vahvasti siihen, että empatia osaltaan linkittyy tunteisiin. Niiden kautta ylipäättään koemme empatiaa.

Tämän luvun myötä vakuutun sitä, että kehollisuus ja empaattisuus liittyvät toisiinsa. Avoimen työpajaosuuden harjoitteista suuri osa tehtiin sanattomasti. Tämä on varmaan osaltaan nostanut esiin kehollisuuden ja empatian teemoja. Alustavasti kehollisuus ja empatia vaikuttavat kulkeneen työpajoissa käsi kädessä. Olen itse luonut sitä tunnelmaa tekemilläni valinnoilla. Seuraavassa luvussa käsittelen teemaa vielä tarkemmin kehollisuuden näkökulmasta.

## 6. KEHOLLISUUS – MITÄ SE NOSTAA ESIIN KOHTAAMISESTA?

Linnut sirkuttavat. Puut siivilöivät valoa. Seison syvällä harvassa metsässä. Ihmettelen isoja puita ja sitä, miten valo tuntuu siivilöityvän läpi lehtien lomasta. Suljen silmäni ja hengitän syvään hiljaisuutta. Tunnen täyttyväni hapesta ja rauhan tunteesta. Kehoni rentoutuu.

Setä Tonton tulee luokseni sienikorinsa kanssa. Hymyilen hänelle. Hän sanoo: *Näytät onnelliselta. Vastaan: Koen onnellisuutta. Minulla on usein se olo, että puut kertovat olemuksellaan tarinaa. Lapsesta asti olen rakastanut niitä.* Setä Tonton: *Se liittyy nyt päässäni jatkumoksi sen tytön kanssa, joka tanssii. Minullekin nämä puut kertovat tarinaa. Ne ovat elämänsä aikana nähneet paljon. Olemuksellaan ne suojaavat luontoa niiden ympärillä.* Hymyilen Sedälle. *Voi, voisimmepa me kuulla ne tarinat, huokaan.*

Setä Tonton miettii: *Ehkä se onkin jollain tasolla mahdollista. Tule.* Hän johdattaa minut läheisen puun luo ja kietoo käteni sen ympärille. Puu on niin iso, että käteni eivät yllä edes puoleen väliin. Painan kämmeni vasten puun runkoa. Setä asettuu toiselle puolelle ja painaa omat tassunsa runkoa vasten. Suljemme molemmat silmämme ja kuuntelemme. Käsieni välissä tuntuu, että tunnen puun liikkeen. Aistin sen todellisuuden. Loputtomalta tuntuvan ajan päästä avaan silmäni. Setä Tonton tekee samoin. Katsomme toisiamme ja hymyilemme vaistomaisesti. Sanoille ei ole tarvetta.

\*\*\*\*\*

Koen ihmisen olevan kehollinen olento. En itse usko ruumiin ja mielen erotteluun. Uskon ihmisen olevan kokonaisuus, jossa molemmat tekijät vaikuttavat toisiinsa. Kehomme, tunteemme ja olemuksemme ovat yhteydessä toisiinsa. Minulle keho kertoo usein tarinaa, kun vain muistan pysähtyä kuuntelemaan. Tullessamme teatteritunnille tai taidetunnille, tuomme mukamme myös kehollisuutemme. Haluan uskoa, että taide lajista riippumatta on kehollista. Tekijän eläytyessä taiteeseensa, myös keho virittäytyy vastaanottamaan ja toimii aktiivisesti tuottavana osana teoksen synnyssä.

Jaana Parviainen näkee ruumiin tunteista, tahdosta ja ajatuksista vapaana somaattisena kokonaisuutena. Ruumiin tietoinen, liikutettava, muistava ja havaitseva osuus on keho. Siinä missä hengitys toimii joka tapauksessa tahdottomasti, sen tahti on meistä itsestämme kiinni. (Parviainen 2006, 70) Tanssipedagogiikan professori Eeva Anttila jatkaa kehon tietoisesta olemuksesta käytettävän yleisesti sekä termejä ruumiillisuus että kehollisuus (Anttila 2011, 159). Hänen mukaansa filosofi Evan Thompson määrittää kehon käsitteenä viittaavan elävään eliöön. Thompson haastaa kartesiolaisen näkemyksen kehosta fyysisenä. Kehon jakaminen materiaaliseksi ja koetuksi voi ylläpitää käsitystä ihmisyyden kahtalaisesta ilmenemisestä. Pohjimmiltaan ongelma seuraa jaossa mentaalisen ja fyysisen välillä. Thompsonin ratkaisu on puhua elämästä ja elävästä olenosta. Miten oma kokemus syntyy tässä elävässä olenossa, nousee tavoitteeksi. (Thompson 2007 Anttila 2011, 159 mukaan)

Olen itse kokenut ruumis-termin käyttämisen itselleni hankalana. Minulle ruumis assosioituu liikaa joko kuolleeseen ruumiiseen, tai vastaavasti siihen osaan meitä, johon emme pysty tietoisella osalla meistä vaikuttamaan. Elävä ruumis terminä puolestaan tuo mieleeni lähinnä zombiet. Päädyn näin ollen tässä työssäni käyttämään käsitettä keho ja kehollisuus. Kiinnostuksen kohteenani tässä opinnäytteessä on se, miten kehosta nousee jotakin tietoisuuteen. Entä olisiko minun teatteriopettajana hyvä olla tietoisempi kehon meille mahdollisesti kertomista asioista?

## 6.1. Omia havaintojani kehollisuudesta

Olen jo pitkään teatteritunneilla opettaessani ja ohjatessani haaveillut sanojen vähentämisestä. Minulle kiinnostavinta näyttelijäntyössä on se, mitä tapahtuu sanojen alla. Vaikutun tunteista, fyysisestä ilmaisusta, tanssillisuudesta. Ennen kaikkea vaikutun, jos näen esiintyjien välillä jännitteen. Jotain, joka sitoo heidät toisiinsa. Itse pyrin töissäni ennen kaikkea luomaan tätä jännitettä. Sitä nähdessäni tunnen onnistuneeni luomaan jotakin, joka välittyy katsojalle asti. Vuosien ajan olen työstänyt tätä asiaa teatteritunneilla opettaessani ja kerännyt siihen sopivia harjoitteita. Tavallaan näen, että itselleni tärkein osa näyttelijäntyön opettamisessa ja näyttelijöiden ohjaamisessa on nimenomaan luoda olosuhteet kohtaamiselle roolihenkilöiden välillä.



Käytännössä toimivia keinoja luoda jännitettä voi olla esimerkiksi ristiriidan luominen roolihenkilöiden välille. Kumpikin voi tavoitella kohtauksen aikana eri asiaa. Jos toinen roolihenkilöistä haluaa päästä suutelemaan toista, mutta toisen tavoitteena on välttää kosketus, ristiriita on valmis. Myös tilan hyödyntäminen voi olla apuna jännitteen luomisessa. Jos roolihenkilöt sijoittaa eri puolille tilaa ja pyytää heitä käyttäytymään ikään kuin he olisivat lähekkäin tai tahtoisivat lähelle toisiaan, tämä voi lisätä jännitettä. Vastaavia toimivia keinoja on monia. Niiden taustalla on usein ajatus, että esiintyjät keskittyvät toisiinsa täysipainoisesti läpi kohtauksen. Minulle tietyllä tavalla siinä hetkessä toteutuu kohtaaminen näiden roolihenkilöiden välillä.

Askarrellessani edellisen aiheen parissa olen myös koko ajan enemmän nähnyt tarpeelliseksi päästä pois sanojen maailmasta. Koen sanojen sitovan meitä helposti. Niiden taakse voi kätkeytyä. Niitä tulkitaan helposti. Kun poistamme sanat, jotain meistä eläiminä tulee uudelleen esiin. Voimme hyödyntää vaistojamme ja aistejamme ja tuoda sen myötä kohtaamiseen jonkun uuden tason. Samalla kuulemme ehkä jotain uutta myös itsestämme. Tai palaamme jonkun meissä äärelle, joka ilmenee kehollisuuden kautta tai siitä lähtöisin.

Tämä lienee syynä sille, että oma kiinnostukseni lepää tällä hetkellä kohtaamisen kehollisessa luonteessa ja sen tutkimisessa. Eeva Anttila kirjoittaa neurotieteilijä Antonio Damasion näkevän sanallisen ajattelun olevan jäävuoren huippu tietoisuudessa ja tiedon rakentumisessa. Suuri osa tiedostamista on syvällistä ymmärtämistä ja käsitteiden muodostamista. Nämä nousevat toiminnan kautta ja mahdollistavat myös itsen ulkopuolisen tiedon sisäistämisen. (Damasio 2000 Anttila 2017, luku 6.3 mukaan)

Tanssitaiteen tohtori Kirsi Törmi kirjoittaa väitöskirjassaan kehollisuuden merkityksestä taiteellisessa työskentelyssä. Hänen mukaansa kehosta voi päätellä paljon omasta olostaan. Keho-mielemme on yhteydessä maailmaan yhteyksiensä ja vuorovaikutussuhteidensa kautta. Siitä syntyy meihin jälkiä. Nämä jäljet voivat tulla esiin vuorovaikutteisessa koreografisessa prosessissa. (Törmi 2016, 163–164) Minulle tämä kytkeytyy myös teatterin tekemiseen ja opettamiseen, puhumattakaan taiteen opettamisesta yleisemmin. Rauhala mukailen (ks. luku 3.1.) saavumme taidetunnille mukanamme oma elämänhistoriamme ja situationaalisuutemme. Olemme tunneilla

läsnä kokonaisvaltaisesti kaikkinemme. Tunnistan tämän Törmin ajatuksen monista teatteriprojekteista, joissa olen saanut olla mukana. Samoin ajatuksen voi kääntää myös päinvastoin. Ajattelen, että kehosta voi samoin syntyä asioita osaksi taiteellista prosessia.

Ammatillisten syiden ohella kiinnostukseeni kehollisuudesta vaikuttavat myös henkilökohtaisemmat syyt. Kuten koko tämän tarinan aloittavassa Setä Tonton jaksossa käy ilmi, olen aina rakastanut tanssimista. Teini-ikäisenä kadotin tanssin vuosiksi, mutta sen löytäminen uudelleen oli ilo. Tavalla tai toisella tanssi on kulkenut mukana ja tuonut lisämausteensa myös minuun taiteilijana. Ohjatessani ja opettaessani hakeudun helposti luomaan ilmaisuja sanattomasti tanssillisin tai siihen tähtäävin keinoin. Vastaavanlaisesti musiikki nostaa itsessäni esiin vahvoja tunteita, ja tätä hyödynnän myös ohjatessani ja opettaessani teatteria.

Toisena syynä asiaan vaikuttaa se, että reagoin yleisesti ottaen asioihin kehollisesti. Stressin purkautuessa sairastun flunssaan. Syvät tunnetilat jäävät helposti kehollisiksi muistoiksi. Näiden teatteriopettajan opintojen aikana olen päässyt tutustumaan siihen, miten kehollisilla menetelmillä voidaan edesauttaa kehon toipumista ja hyvinvointia ja sen kautta vaikuttaa kokonaisvaltaisesti hyvinvointiin. Erityisesti kehollisten aamutuntiemme opettajat ovat olleet perehtyneitä esimerkiksi shiatsun menetelmiin ja hyödyntäneet niitä osana kehollista työskentelyä. Pääsääntöisesti tärkein ominaisuus itselleni näillä tunneilla on ollut löytää itselleni sopivia ja taloudellisia tapoja kuunnella omaa kehoa ja toimia sen antamien impulssien mukaan. Tätä aihetta haluaisin tulevaisuudessa opiskella enemmän. Uskon, että asian tunteminen auttaa myös itseäni löytämään kokonaisvaltaisemman käsityksen opettamastani taiteenlajista.

Olen joskus kuullut teatteria kuvailtavan analyttiseksi taiteen lajiksi. Tämä on näkynyt omassa opetuksessani esimerkiksi siten, että asioita on tunneilla pohdittu sanallisesti. Roolihenkilöistä kirjoitetaan elämäkertoja tai heidät istutetaan ”kuumaan tuoliin”, jossa roolihenkilö vastaa muiden hänelle esittämiin kysymyksiin. Olen lisännyt roolihenkilöharjoitteisiin fyysisyyttä auttamalla oppilaita kokoamaan itselleen roolihenkilön fyysisen tavan liikkua pala kerrallaan. Harjoitteessa luodaan roolihenkilölle tyyli kävellä sekä toimia tilanteessa fyysisesti itsestään eroavalla tavalla.

Tästä on hyötyä erityisesti tapauksissa, joissa esiintyjä esittää useampaa roolihenkilöä samassa näytelmässä. Harjoitteluvaiheessa se myös antaa oppilaalle jotain, johon nojata. Tämän tyyppisen fyysisen harjoittelun pulma saattaa olla siinä, että se roolihenkilö jää niin sanotusti karaktääriksi. Koen silti, että opettelemalla tämän tyyppistä fyysistä toimintaa oppilas oppii samalla omasta kehostaan ja sen käyttämisestä.

Olen kuitenkin kaivannut teatteritunneille myös kehollisempaa tapaa toimia. Tällä viittaa aiemmin tässä luvussa esiin nostamaani käsitykseen kehosta tiedostavana organismina. Tutkimalla oman kehomme mahdollisuuksia muunakin kuin työkaluna, löydämme siitä uusia ominaisuuksia. Se voi viedä työskentelyä syvempään suuntaan. Parhaimmillaan sen kautta on mahdollista oppia jotain uutta itsestä. Usein teatterituntien alussa olen teettänyt erilaisia kehollisia harjoitteita. Niiden jälkeen erityisesti lapsi- ja nuoriso-oppilaideni on usein ollut vaikeuksia sanallistaa koettua. Olen kaivannut lisää keinoja käsitellä näitä asioita yhdessä oppilaiden kanssa.

Suunnitellessani opetusharjoitteluani minusta tuntui näistä syistä johtuen tärkeältä päästä pois sanojen ääreltä kohti kehollisuutta. Valtaosa tehdyistä harjoitteista oli sanattomia. Vaikka harjoitteita purettiin myös sanallisesti, niiden käsittelyssä hyödynsin muun muassa piirtämistä ja askartelua. Koen tämän myötä osallistujien päässeen kokemuksen läpikäymisessä sanojen ohi syvemmälle tasolle. Se auttoi heitä ymmärtämään kokemustaan paremmin.

Halusin opetusharjoittelussani hyödyntää taiteidenvälisyyden ajatusta. Vuosikausien ajan olen omissa teatteriesityksissäni käyttänyt monitaiteellisia elementtejä. Selkeimmin tämä on näkynyt ohjaamassani William Shakespearen *Myrskyssä* vuonna 2009. Esityksen teksti suomennettiin ja dramatisoitiin uudelleen. Esitys sisälsi elementtejä sirkuksesta, tanssista, itsesävelletystä musiikista ja äänimaailmasta. Vuosien mittaan olen harmitellut sitä, miten harvoin on ajallisia resursseja tuoda esityksiin eri taiteenlajeja sisältäviä elementtejä.

Tämän opetusharjoittelun myötä halusin tietoisemmin siirtyä tasolle, jossa avaan oman teatterista ponnistavan osaamiseni vuoropuheluun muiden taiteenlajien kanssa. Jakamisen kautta toivoin syntyvän lisää syvyyttä ja monipuolisuutta myös

kohtaamiseen. Opetusharjoittelu vahvisti itselleni sen, että olen tässä aiheessa matkalla oikeaan suuntaan. Toinen lähtökohta halulle käyttää taiteidenvälisyyttä lähtee uskostani, jonka mukaan eri taiteenlajit ovat kaikki tekijälleen kehollisia kokemuksia. Keho toimii osana luomisprosessia ja osallistuu taideteoksen tuottamiseen osana meitä kokonaisuutena.

## 6.2. Kehollisuudesta työpajoissa



*Kuva 5. Yhden suljetun työpajaosuuden lavastus.*

Mielestäni on selkeää, että kohtamisaiheisiin työpajoihin tulijat ovat lähtökohtaisesti kiinnostuneita kohtaamaan toisensa. Tätä käsitystäni vahvistaa myös yhden avoimen osuuden yhteen työpajaan osallistuneen osallistujan oppimispäiväkirjaan kirjoittama toteamus. Hänen mukaansa asian nimeäminen kohtamiseksi aiheuttaa sen, että osallistuja virittäytyy siihen. Olen silti yllätynyt siitä, miten avoimesti osallistujat ovat analysoineet omia tunteuksiaan työpajojen päätteeksi. Edellisen empatiaa käsittelevän luvun alussa pohdin, että pyrin tunneilla avoimesti luomaan pohdiskelevaa ja havainnoivaa ilmapiiriä. Tämä osaltaan on saattanut johtaa siihen, että osallistujat ovat omaksuneet saman tyyppisen asenteen osaksi omaa toimintaansa ja havainnointiaan.

Katsellessani esiin noussutta aineistoa työpajoissa itselleni nousee selkeästi esiin kohtaaminen ja sen suhde kehollisuuteen. Käsittelen seuraavaksi osallistujien kokemuksia. Olen jo työpajavaiheessa luvannut suojella heidän anonymiteettiaan. Näin ollen käsittelen aineistoa pääsääntöisesti yhdessä, enkä linkitä sitä mihinkään tiettyyn työpajaan. Kuten olen aiemmin todennut, aineistoni koostuu osallistujien

oppimispäiväkirjoista ja työpajojen lopuksi sanelimelle nauhoitetuista loppukeskusteluista. Nämä edelliset ovat osaksi päällekkäisiä, sillä suurin osa loppukeskusteluista käytiin oppimispäiväkirjan kirjoittamisen jälkeen. Aineiston toisen puoliskon muodostavat omat mielikuvani työpajatilanteista ja oppimispäiväkirjani.

Kehollisuuden ja kohtaamisen väliseen suhteeseen liittyviä asioita nousee aineistosta useita. Kahdessa kohtaa esiin nousee kohtaaminen tilanteessa, jossa fyysistä kosketusta osallistujien välillä ei ole. Silti osallistujilla on ollut sellainen olo, että he ovat yhteydessä toisiinsa. Tämä nousee esiin tilanteissa, joissa toiseen ei ole ollut suoraa näköyhteyttä tai hallaharso on peittänyt näkyvyyden. Usealla kerralla osallistujat ovat miettineet oppimispäiväkirjoissaan keskittymistä toisen/toisten osallistujien liikkeeseen ja siihen reagoimista. Sen on koettu tuovan omaan tekemiseen lisää näkökulmia. On myös nähty sen olevan mielenkiintoista ja irrottavan ajatukset omasta osaamisesta tilanteessa. Kohtaamisen on todettu olevan oman toiminnan sopeuttamista toisen toimintaan. Esiin nousee myös kehollinen toisen kanssa leikkiminen, jonka on tunnistettu vahvistavan kohtaamista ja yhdessä tekemisen tunnetta. Yhdellä työpajakerralla osallistuja kommentoi sanojen poistamisen ja kehollisesti yhdessä työskentelemisen syventävän kokemusta kohtaamisesta.

Itse olen useassa kohdassa oppimispäiväkirjaa kirjoittanut kokemuksesta, jossa keho lähtee reagoimaan osallistujien salissa tekemiseen. Erityisesti kehollisuustyöpajoissa tarve liittyä itse toimintaan on elänyt vahvana. Samalla olen pohtinut paljon sitä, miten katsoa osallistujia. Erityisesti pienten osallistujamäärien kohdalla katseen alaisena oleminen korostuu tehdessä kehollisia harjoitteita. Tässä tapauksessa videokamera muodostaa vielä ylimääräisen ”silmän”. Olen jäänyt paljon istumaan ja seuraamaan työpajoja ja näen siinä jäänteiden taiteen perusopetuksesta. Siellä opettajan yhtenä tehtävänä on arvioida oppilaan toimintaa. Jos itse osallistuisin toimintaan koko ajan, oppilaiden havainnointi jäisi väistämättä vähäiseksi.

Kehon tarve liittyä mukaan toimintaan elää silti itsessäni vahvana. Tunnistan tämän saman tuntemuksen siitä vaiheesta, kun harjoiteltu esitys on läpimenovaiheessa ja sitä harjoitellaan keskeytyksettä. Tällöin oma kehoni elää mukana läpi esityksen sen mukana hengittäen. Sama kehollinen kokemus toistuu myös kokiessani taidetta

taidenäyttelyistä esityksiin ja musiikkikonsertteihin asti. Seuraavaksi käsittelen esiin nousseita asioita yksi kerrallaan.

### 6.2.1. Leikillisuus osana kohtaamista työpajoissa

*Seuraan ihmetellen osallistujien tekemistä yhdessä. Olen aikonut antaa seuraavan ohjeistuksen, mutta tekeminen eteneekin luontaisesti uuteen, ennakkoon aikomaani suuntaan. Ilman, että olen sanallisesti ohjeistanut osallistujia toimimaan niin. Peräkkäin kulkeva muoto on muuttunut vastakkaiseksi. Kehoni jännittyi. Tunnistan tunteuksen innostukseksi. Koen, että nyt olemme jonkun todella olennaisen äärellä.*  
– Omaa muisteluani Kohti toista -työpajakerralta

Avoimella työpajajaksolla leikillisuus vaikutti osallistujien toimintaan. Usein osallistujien käytökseen ja toimintaan harjoitteiden sisällä muodostui leikillinen taso. Tätä pohdittiin paljon ja se nousi esiin osallistujien puheissa ja heidän päiväkirjoissaan. Teetin paljon harjoitteita, joissa tehtävänä oli reagoida jotenkin toisen liikkeeseen vuorotellen.

Leikin koettiin vapauttavan kehollista vuoropuhelua. Osallistujien oppimispäiväkirjojen mukaan se lisäsi hetkeen keskittymistä. Harmonian rikkomisen tunnistettiin nostavan esiin leikillisyyttä. Yhden toiseen reagoimisharjoitteen aikana kaksi osallistujaa päätyi leikkimään varpaita hyödyntäen. Ensin toinen teki varpaillaan jotain, johon toinen sitten reagoi omien varpaidensa liikkeellä. Toisessa työpajassa *seuraa johtajaa* -leikissä osallistujien tekeminen sulautui toisiinsa tavalla, jossa kukaan paikalla osallistujista ei osannut kommentoida kenestä liike alkoi ja kuka sen lopetti. Tätä kuvattiin tekemiseksi, jossa voi tehdä mitä vain ja toinen tajuaa sen.

Olen itse pohtinut leikin merkitystä kohtaamiselle oppimispäiväkirjassa seuraavasti:

*Keskiviikon työpajassa esiin nousi jälleen leikin merkitys kohtaamiselle. Se on melkein joka kerralla noussut tekemisessä johonkin osaan. Leikillisyydellä on tästä päätellen jotain tekemistä kohtaamisen kanssa ja se vaikuttaa siihen, miten kohtaaminen pääsee syntymään. Koen että leikkisyys asuu meissä ihmisissä osana. Seuratessa lapsia se näkyy selvästi, mutta myös nuorilla ja aikuisilla tämä on olemassa.*

- Oppimispäiväkirjani, pe 26.11.2021.

Jälkikäteen muistan miettineeni, miten syvällä leikkiminen meissä onkaan. Se muodostaa tavan kommunikoida. Näen leikkisyttä monissa eri taiteenlajeissa musiikista kuvataiteeseen, tanssista teatteriin asti. Draamakasvatuksen opettaja Hannu Heikkinen (2004) kertoo Johan Huizingan nimenneen leikin kulttuurin peruskallioksi jo

1900-luvun alkupuoliskolla. Alkuperäiskansoilla leikki on vaikuttanut esimerkiksi metsästyksen ja leikinomaisuuden on nähty olleen tavanomaista kulttuurin esimuodoille. (Huizinga 1947/1917 Heikkinen 2004, 61, 63 mukaan)

Vaikuttaisi siis siltä, että leikin merkitys meille ihmisille on ollut aina olemassa ja tulee myös aina olemaan. Samaa on nähtävissä myös muilla eläinlajeilla. Nimeän sen omassa mielessäni sisäiseksi tavaksi toimia yhdessä toisten kanssa. Miettiessäni tätä työpajojeni esiin nostamaa näkökulmaa suhteessa keholliseen leikillisyyteen näen sen tuovan tärkeän lisän kohtaamiseen. Se tuo siihen annoksen hauskuutta ja keveyttä, jonka koen olevan taiteen tekemisen yksi voimista ja yhdistävistä tekemisistä. Usein lapsioppilaani kommentoivatkin teatteritunnin päätteeksi, että oli kivaa.

Voidakseen olla leikillinen, ihmisen on tunnettava olonsa turvalliseksi. Kirsi Törmi kirjoittaa turvallisuuden olevan merkittävää luovalle prosessille. Uuden oppiminen mahdollistuu vasta rennon kehon kautta. Turvallisuudentunteen myötä ihminen pystyy liittymään muiden kanssa sosiaalisesti. Sen myötä luovuus, uuden tutkiminen ja leikkiminen ovat mahdollisia. (Törmi 2019) Turvallisuus nousi esille myös keskusteluissa työpajoihin osallistujien kanssa. Leikillisyyden näkyminen osallistujien käytöksessä vahvistaa osaltaan sitä, että työpajojen ilmapiiri oli turvallinen. Turvallisuuden pohtimista jatkan tässä luvussa myöhemmin ilmapiirin alla.

Leikillisyyttä näyttäytyi myös niinä kertoina, kun materiaaleja hyödyntäen lavastettiin tilaan oma maailmansa. Usein työskentely tehtiin hiljaisuudessa. Tilaan ilmestyi suuremman kokonaisuuden ohella pieniä yksityiskohtia. Koloja, joihin ryömiä sisään. Lavastaessamme näitä tiloja yhdessä, testaillessamme kankaiden, lankojen ja muiden materiaalien toimimista, olimme osallistujien kanssa muuttamassa tilan maailmaa toiseksi. Samalla päädyimme tutkailemaan jo luomaamme tilaa ja miettimään sille tarkoituksia. Tämän työskentelytavan vahvuus oli sen konkreettisesti luomisen luonteessa. Yhden suljetun osan työpajan loppukeskustelussa pohdin, että luomalla tämän tyyppisiä keitaita, voisimme vahvistaa hyvinvointia. Puhumattakaan, jos työpäivään sisältyisi pieni hetki, jolloin lavastetaan ympäristöä tai puuhastellaan muuten jonkun konkreettisen parissa.



*Kuva 6. Yhden työpajaosuuden installaatio.*

### 6.2.2. Itsen kuuntelu ja toiseen reagointi

Moni osallistuja kirjoitti ja kertoi kehollisuustyöpajojen lopussa oman kehon kuuntelemisesta ja sen nostattamista reaktioista. Muistan työpajoja suunnitellessani miettineeni, miten tätä itsen kohdistunutta havainnointia voi lähteä suuntaamaan itsestä ulospäin. Henkilökohtaisesti olen kiinnostuneempi kohtaamisesta, joka suuntautuu itsestä ulospäin kohti toista. Silti minusta tuntui paremmalta lähteä liikkeelle oman itsen ja kehon kuuntelun kautta etenemään kohti toista. Olen kirjoittanut tästä asiasta myös luvussa 4.3.1.

Osallistujien oppimispäiväkirjoista ja keskusteluista nousee kuitenkin esiin oman tekemisen ohella toisen kehollisen toiminnan seuraaminen ja sen vaikutus omaan tekemiseen. Luvussa 5 linkitin tämän osaksi empatiaa ja myös peilineuronien toimintaa (Ks. luku 5.2). Osallistujat huomioivat toistensa tekemisen. Toisessa kehollisuustyöpajassa kehotin osallistujia liikkeen keskellä seuraamaan myös muiden toimintaa ja reagoimaan sieltä nouseviin impulsseihin, mikäli se tuntuu luontevalta. Osallistujien kommentteista päätellen näyttäisi siltä, että itsestä ulospäin suuntaaminen toteutui työpajoissa. Samoin kommentit toiseen reagoimisesta vahvistavat sitä kuvaa,



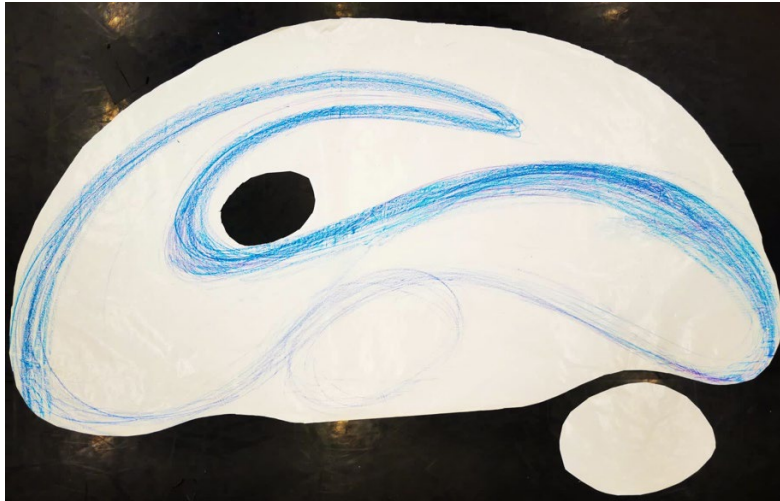
että pyrkimykseni saada työpajoihin itsestä ulospäin suuntaavaa toimintaa on toiminut. Mielessäni tämä linkittyy myös luvussa 5.3 käsittelemääni kinesteettiseen empatiaan. Osallistujien käytös on lähtenyt muokkautumaan kehollisen yhteyden kautta. Omassa mielessäni tämä on toiminut toisen kohtaamista vahvistavana tekijänä.

Nämä edellä mainitut osallistujien kokemukset resonoivat päässäni filosofi Martin Buberin ajatuksiin ja kertovat omalla tavallaan hänen käsityksestään kohtaamisesta. Tanssitaiteen tohtori Heli Kauppila on väitöstutkimuksessaan avannut Buberin tapaa hahmottaa edessämme oleva ihminen. Tapoja havaita toinen ihminen on kolme. Ensimmäisessä havainnoija pyrkii määrittämään toisen ihmisen. Toisessa hän katsoo vailla tavoitteita. Nämä kaksi tapaa molemmat havainnoivat ihmistä edessään objektiivisesti. Kolmannessa tavassa jokin havainnoinnin kohteessa puhuttelee havainnoijaa. Tämä tuo havainnoinnin kohteen yhteyteen havainnoitsijan elämän kanssa. Buberille tämä on tietoiseksi tulemista. (Buber 2002/1947 Kauppila 2012, 100–101 mukaan; ks. myös Anttila 2011, 167)

Mielestäni nämä Kauppilan kuvaamat tavat ovat nähtävissä osallistujien oppimispäiväkirjoihinsa kirjoittamien havainnoissa. Opetustilanteessa he ovat havahtuneet kuuntelemaan omaa kehoaan ja sen esiin nostamia tuntemuksia. Tämän myötä he ovat tulleet tietoiseksi omasta itsestään moninaisemmin. Ehkä tämän voisi myös viedä pidemmälle ja miettiä, miten tämä vaikuttaa tietoiseksi tulemiseen suhteessa toiseen?

### 6.2.3. Sanattomuudesta työpajoissa

*Sydän pakahtuen katson osallistujia, jotka luovat omia teoksiaan isoille papereille oman kehollisen kokemuksensa pohjalta. Ilmeet ovat keskittyneitä. Kehot elävät mukana materiaalia tuottaen. Tila tuntuu kaikuvan keskittyneisyyttä ja antautumista taiteen äärelle. Kiinnitän huomiota, että tätä on helpompaa seurata kuin kehollista työskentelyä. Jostain syystä uskallan tänään paremmin seurata tätä, kun välissä on työstettävä materiaali. Myöhemmin teokset valmistuvat. Ihailen ja nauttien kierrän niitä katsomassa. On upeaa kuulla osallistujien esittelevän omia töitään. Välillä tarina lipeää omaan taustaan ja henkilökohtaisuuteen. Tässäkin se taide näkyy parhaimmillaan. Saamme siitä eväitä muuhun elämään, mahdollisuuden käsitellä, luoda ja niin paljon muuta. Siksi rakastan tätä työtä. – Muisteluaani kolmannesta kehollisuustyöpajasta, joka pidettiin 8.12.2021.*



Kuva 7. Emilia Linnavuoren ottama valokuva omasta taideteoksestaan.

Näissä kolmansissa työpajoissa *Kehollisuudesta* ja *Kohti toista* jotain lokshti paikoilleen. Koin löytäneeni työtavan, jonka ääressä työskentelyä haluan jatkaa ja kehittää. Usein teatteritunneilla koettujen asioiden läpikäyminen on jäänyt sanalliselle tasolle, tai korkeintaan oppilaan oppimispäiväkirjaan kirjoittamaksi. *Unelmia kohtaamisesta* -työpajojen myötä törmäsin jälleen voimaan siinä, jos sanat otetaan työskentelystä pois. Tilalle tulee taso, jolla jokin todellistuu ja taiteesta tulee näkyvämpää. Samoin se vaikuttaa kohtaamiseen.

Yhdessä työpajassa kaksi osallistujaa pohdiskeli kohtaamisen näyttäytyvän vahvemmin, kun tehdään yhdessä sanatonta harjoitetta. Tästä aiheesta olen kirjoittanut tämän tutkielmani luvussa 5.3, jossa pohdin tätä kokemusta kinesteettisen empatian näkökannalta katsoen. Tämä tiivistää sen, miksi suurimman osan avoimesta työpajajaksosta pyrin saamaan osallistujat pois sanojen ääreltä. Osittain tämän vuoksi työpajojen alussa ja lyhyiden kaarien välissä puhuttiin niin paljon. Sen kautta johdattiin toisilleen ja itselleni tuntemattomat ihmiset yhteisen oleilun äärelle. Se osaltaan mahdollisti siirtymisen sanattomaan toimintaan. Sanoille jäi tarvetta enää harjoitteiden ohjeistamisiin.

Osallistujat puhuivat tässä yhteydessä hiljaisuudesta yhtenä tuntien toimintatapoina. Tämä asia nousi esiin erityisesti suljettujen työpajojen jälkeen käydyissä keskusteluissa. Yksi osallistujista kertoi tapaamiskerroilla olleen tilaa hiljaisuudelle. Hän kuvasi oppimispäiväkirjassa sitä, miten työskentely eteni hitaasti ja hiljaisesti, puuhastellen

materiaalien parissa. Itse kiinnitin huomiota hiljaisuuteen jokaisen suljetun työskentelyn aikana. Esimerkiksi yhden tapaamiskerran aloittaminen meditaatioharjoitteella johti siihen, että lopputapaaminen sujui puuhastellen hiljaisuudessa. Yleisesti ottaen tilojen lavastaminen, kuten kankaiden tai hallaharson asettaminen, tapahtui hiljaisuudessa. Näen että toteutuakseen hiljaisuus vaatii luottamusta, hyväksymistä ja tilanteelle antautumista.

### 6.3. Ilmapiiristä työpajojen aikana

Kootessani aineistoani kokosin osallistujien mietteitä yhteen myös työilmapiirin osalta. Koen, että nämä esiin tulleet tekijät ovat olleet mahdollistamassa kohtaamista. Jälkikäteen harmittelen, että en opetusharjoittelun aikana osannut sanallistaa yhden kiinnostukseni kohteen olevan: voiko taideopettaja käytöksellään vahvistaa osallistujan kokemusta kohtaamisesta? Näkyykö se työpajaolosuhteissa?

Osallistajat tuovat aineistossa esiin tilaan tutustumisen työpajan alussa. Tilaan tutustumisen koettiin lisäävän turvallisuutta. Turvallisuus toistui myös kuvailussa lempeydestä. Ilmapiiriä kuvailtiin hyväksi ja tunnelmaa sallivaksi. Oli lupa tehdä omalle jaksamistasolle sopivalla tasolla. Osallistujille nousi tunne siitä, ettei tekijöiden kesken ole hierarkiaa. Kaikki vastaukset olivat oikeita. Kaikki vetäjän tekemät ratkaisut, teot ja valinnat olivat avoinna myös keskustelulle osallistujien kanssa. Asioiden koettiin syntyneen yhdessä.

Kauppatieteen tohtori Maria Joutsenvirta ja professori Arto O. Salonen ovat pohtineet yhteiskunnallisia voimavaroja ja sivistystä vaurautena. He nostavat merkittäväksi voimavaraksi näkökulmien ja kokemusmaailmojen monipuolisuuden. Ihminen on kehollinen olento ja sen myötä kiinnittyy vuorovaikutussuhteiden kautta todellisuuteen. Länsimaissa pitkään näkyneen keho-mielierottelun myötä ihminen on kuitenkin tottunut asettamaan ruumiin mielelle alisteiseksi. Keholliset kokemukset ovat jääneet älyllisen päättelyn jalkoihin. Tarvitaan muutosta ja sen myötä dualismista on luovuttava. Tärkeää on linkittää toisiinsa vastavuoroisuutta, luottamusta ja läpinäkyvyyttä. Tämä vahvistaa jokaisen kykyä tuntea itsensä toimijaksi. Tulevaisuudessa kyky yhdistellä tietoa ratkaisukeskeisesti nousee keskiöön. ”*Se perustuu läsnä olemiseen, kuuntelemiseen ja uusien merkitysten tunnistamiseen.*” (Joutsenvirta & Salonen 2020, 308–309)

Nämä edellä mainitut näkökulmat resonoivat kauttaaltaan *Unelmia kohtaamisesta* -työpajoille tyypilliseen ilmapiiriin ja tunnelmaan. Nämä tekijät ja niiden läsnäolo auttoivat kohtaamista työpajoissa. Tulkitsen tämän johtuneen muutamista tekijöistä. Kuten jo aiemmin tässä työssä olen maininnut, kohtaamiseen keskittyvään työpajaan tullessaan osallistuja on jo herkemmin avoinna mahdollisuudelle kohtaamisesta. Avoimien työpajojen alussa kävimme tarkoin läpi, mikä on ollut ajatukseni työpajoja suunnitellessa. Sama toistui suljetulla jaksolla. Jokainen sai sanoa, mitä aiheesta ajattelee ja mikä on oma suhde alkamassa olevan työpajan aiheeseen. Puhuimme yleisesti kohtaamisesta ja kerroimme itsestämme sen, mikä tuntui hyvältä.

Uskon näiden alkukeskustelujen ennakoasetelmien ohella luoneen meille hyvän ja avoimen työilmapiiriin, jossa osallistujat uskalsivat nostaa esiin myös omia epävarmuuksiaan. Samoin minä jaoin työpajojen aikana avoimesti sitä, että olen vielä näiden asioiden äärellä epävarmana kokeilemassa ja etsimässä ratkaisuja yhdessä osallistujien kanssa. Muistin myös korostaa sitä, että aina voi kysyä, jos jokin askarruttaa. Näin osaltani loin työpajoihin yhteistä avoimen tekemisen tunnelmaa. Tämän myötä ilmapiiri hengitti ja työpajoissa oli rauha olla ja tehdä omien voimavarojen antamissa puitteissa.

#### 6.4. Hitaus työskentelytapana ja kohtaamisen herättelijänä

Hiljaisuuden pohtimisen ohella yksi osallistuja nosti esiin hitauden työskentelytapana. Hän koki lopputuloksen syntyneen orgaanisesti sen pohjalta. Hitauteen olin kiinnittänyt itsekkin huomiota. Koin sen antavan tilaa hiljaisuudelle. Itselläni oli jo ennen suljetun jakson alkua ollut selkeästi mielessä, että prosessiin täytyy sisällyttää hitauden elementti. Halusin sen antavan asioille aikaa ja tilaa tapahtua. Hitautta elementtinä hyödynsin jo avoimella työpajajaksolla, jossa annoin osallistujille tilaa viedä työskentelyä omien tarpeidensa ja impulssiensa mukaan. Kirsi Törmi (2021) on pohtinut hitautta seuraavasti: *”Ajattelen, että suunta löytyy vauhdin hiljentämisestä, pysähtymisestä, uudelleen ajattelusta.”* Törmi liittää tämän tavan aikaan ja toteaa edellä mainitun työskentelytavan poistavan alisteisuuden produktiolle. (Törmi 2021, 472)

Itselleni tässä on jotain varsin tunnistettavaa taiteellisen työskentelyn keskeltä. Usein teatteriesitystä rakennetaan tilanteessa, jossa kiireen tuntu ja tiukat aikaresurssit ovat läsnä. Tuolloin ei ole aikaa pysähtyä kuuntelemaan prosessin esiin nostamia ideoita riittävästi. Hitaus mahdollistaa itselleni syvemmän yhteyden ja mahdollisuuden pysähtyä kuuntelemaan toisia paremmin. Teatteriopettajan opintojen aikana olen saanut todistaa sen myös synnyttävän taidetta orgaanisemmin ja stressittömämmin.

Hitaus ja avoin työskentelytapa saattaa aiheuttaa myös vastustusta. Moni suljetun osuuden osallistuja kirjoitti ja sanoitti kokeneensa avoimen työskentelytavan haastavaksi, sillä mieleen nousi ajatus keskeneräisyydestä. Ehtiikö jälki syntyä, jos työskentely etenee tällä tavoin? Yksi osallistuja kirjoitti tämän tavan herättävän huolta keskeneräisyydestä. Toisen mukaan minun luottoni prosessin kantamiseen valoi uskoa siihen, että asiat etenevät kyllä omalla painollaan.

Tunnistan tätä samaa ajattelutapaa myös omalta kohdaltani aiemman työurani ajalta. Liitän tähän itse mielessäni ulkoiset paineet. Taiteellisessa työskentelyssämme olemme usein paineiden alla. Lopputuloksesta voi riippua niin oma toimeentulo, kuin muiden työryhmäläisten toimeentulo. Työskentelyajat ovat usein lyhyitä, sillä taloudellinen pohja ei mahdollista antaumuksella työskentelyä. Tästä kirjoittaa myös Kirsi Törmi todetessaan tämän työskentelytavan asettavan tuotanto- ja projektiajattelun ylempään arvoon verrattuna taiteellisen työskentelyn sisältöön (Törmi 2021, 472). Haaveilen itse siitä, että tämän työskentelytavan voisikin kääntää ylösalaisin. Tuomalla työprosesseihin sisään hitautta voisimme ehkä luoda hyvinvointia ja mahdollistaa sen myötä innovaatioiden parempaa syntyä.

Törmi (2016) kirjoittaa tehneensä väitöstutkimuksensa taiteelliset osiot lopputuloksesta huolettomana. Hän kytkee tämän asenteena myös leikillisyyteen. Prosessi hakeutuu tämän myötä tässä ja nyt -hetkeen ja mahdollistaa osaltaan vuorovaikutteisen prosessin. Huolettomaan asenteeseen linkittyvät myös riittävä levollisuus ja aika. Levollisuudella Törmi viittaa ei-tietämisen hetkiin, joiden aikana ei vielä tiedä työn tulevaa suuntaa tai lopputulosta. Tarvittava tieto syntyy tämän kautta. (Törmi 2016, 149–151) Tunnistan näissä Törmin tekemissä löydöksissä paljon työtapoja, joita halusin viedä suljetulle työpajajaksolleni työskentelyn kantaviksi teemoiksi. Samaa tapaa huomaa

hyödyntäneeni myös vetäessäni ensimmäisen opetusharjoittelun aikaisia työpajojani. Siinä missä tämä työtapa tuntui siellä järkevältä suhteessa osallistujien elämäntilanteeseen, tämän opetusharjoittelun myötä se nousi itselleni tavaksi toimia opetustilanteessa ja oikeastaan myös yhdeksi työskentelyn arvoksi. Mietin silti samalla, että levollista mieltä on vaikea saavuttaa, jos taloudellinen toimeentulo riippuu vaikkapa lopputuloksesta. Tällöin lopputulos on väistämättä mukana ainakin ajatuksen tasolla vaikuttaen produktion aikaiseen työskentelyyn.

Takanani on monia työskentelyjä, joissa aikataulu on ollut turhan tiukka. Se on vaikuttanut työryhmän tunnelmaan ja moninaisesti produktioon laajemminkin. Parhaita ovat olleet ne kerrat, kun on saatu rauhassa rakentaa esitystä eteenpäin. Tunnen, että luovuus vaatii aikaa toimiakseen. Toki prosessissa tulee vaihe, jolloin katse käännetään työskentelyn yhteenvetoa kohti. Ehkä ryhmätyölähtöisen työskentelyn päätepisteen voisi nähdä työskentelyn yhteenvetona? Helpottaisiko tämä lähestymistapa meidän olemistamme prosessin sisällä sille antautuen?

## 6.5. Luvun yhteenveto

Olen tässä kehollisuutta käsittelevässä luvussa sukeltanut syvemmälle työpajoistani löytyneeseen aineistoon. Näyttää selkeältä, että kehollisuus on ollut vahvasti läsnä *Unelmia kohtaamisesta* -työpajoissa. Se on herättänyt osallistujat ja minut kohtaamaan toisemme erilaisella, sanat ylittävällä tasolla. Kehollisuus tuntuu kutsuvan puoleensa itsen sekä toisen kuuntelemista. Se on herättänyt osallistujissa ajatuksia.

Mahdollistavina tekijöinä tälle ovat olleet hitaus ja hyvä ilmapiiri. Kehollisuus myös linkittyy tämän luvun myötä vahvemmin empatiaan ja tunteisiin. Viimeisimpänä totean lähdeaineistoa mukaillen, että kehollisuuden selkeämpi huomioiminen osana ihmistä voisi tuoda yhteiskuntaan uutta ja tarvittavaa kestävästä kehitystä. Seuraavaksi sukellamme kohti kehon ja tunteiden välistä suhdetta.

## 7. KEHO JA TUNTEET OVAT YHTEYDESSÄ

Seisomme Setä Tontonin kanssa meren rannalla. Lokit huutavat, aurinko paistaa ja tuulee lempeästi. Istuudumme alas ja seuraamme aaltojen liukumista pitkin rantahietikkoa. Kuuntelemme hiljaa ääniä ja katsomme merta kohti. Äänimaailmassa on jotain kovin tunnistettavaa. Tunteeseen liittyy mukaan keveys, tuoksu ja onnellisuuden tunne. Suljen silmäni. Näen silmieni edessä lapsuuden kotikaupunkini hiekkarannan. Muistan edelleen ne kesäpäivät, jotka vietimme perheeni kanssa rannalla. Silloin onnellisuus muodostui auringosta, lämmöstä, järvestä ja perheen kesken yhdessä vietetystä ajasta. Kenellekään ei ollut kiire mihinkään.

Avaan silmäni ja huomaan Setä Tontonin katsovan minua. Hän hymyilee ja toteaa: *Näytät onnelliselta. Nyökkään ja hymyilen takaisin. Vastaan: Tämä hetki liittyy mielessäni onnellisten hetkien jatkumoon. Ne minä talletan syvälle sydämeeni ja palaan niihin aina välillä kehoni muistuttaessa niiden olemassaolosta.* Setä vastaa: *Muistot kannattelevat mieltä ja luovat meistä sen, mitä olemme tänä päivänä.* Tuulen henkäys pyörittää hiuksiani ja Setä Tontonin karvoja. Hiljenemme ja keskitymme nauttimaan tästä kokemuksesta, jonka jaamme toistemme kanssa. Huomaamme aaltojen jo lähestyvän meitä. Naurahtaen nousemme ylös ja siirrymme kahlailemaan lämpimässä vedessä.

\*\*\*\*\*

### 7.1. Miksi kehon ja tunteiden välinen suhde kiinnostaa minua?

Luvuissa 5 ja 6 olen käsitellyt kohtaamiseen vaikuttavia tekijöitä empatian ja kehollisuuden näkökulmista liikkeelle lähtien. Tässä luvussa keskityn kehon ja tunteiden väliseen suhteeseen. Uskon niiden olevan yhteydessä toisiinsa ja vaikuttavan taideopetukseen.

Vahvimmin olen omassa elämässäni ymmärtänyt kehon ja tunteiden välisen yhteyden siinä vaiheessa, kun isäni kuoli. Kärsin surun ohella muun muassa vapinasta, sydämen tykyttelystä ja hengästyin kävellessäni vähääkään vauhdikkaammin. Kaiken keskellä oli vahva tunne, että olen uppoamassa mustaan syvyyteen, josta en näe pois pääsyä. Ainoa

valonlähde oli perheeni. Lapseni jatkoivat leikkejään ja arkeaan, vaikka itselleni se oli järkkynyt. He kiskoivat minut mukaan leikkeihinsä ja auttoivat minua kiinnittymään todellisuuteen, joka oli surun ulkopuolella. Siihen tukeutumalla itsekkin aloin hiljalleen pala palalta kasata itseäni kokoon.

Isäni kuolemasta on tätä kirjoittaessani kulunut yli kaksi vuotta, mutta suru tuntuu edelleen vahvasti kehossa, yhtenä kehollisena traumana muiden joukossa. Syvää, läheisen menettämisen aiheuttaman surun ilmenemistä on tutkittu. Toimittajaopiskelija Heli Selinin mukaan läheisen menettämisen aiheuttama suru on kokonaisvaltainen reaktio. Aivot joutuvat sen myötä poikkeustilaan. Hermostoa, hormoneja ja muita mekanismeja hyödyntäen aivot siirtävät kokemuksen muualle kehoon. Suru aiheuttaa paitsi henkistä painetta, myös epätasapainoa biologisessa stressinjärjestelyjärjestelmässä. (Selin 2014)

Oman kokemukseni myötä olen ajautunut ajattelemaan, että tunteiden ja kehon välinen suhde on väistämätön. Taideopetuksessa niin me opettajat kuin meidän oppilaamme työskentelemme kehollisina, tuntevina olentoina. Taide nostaa meissä esiin tunteita. Tämän myötä haluan tässä luvussa keskittyä selvittämään niiden välistä suhdetta. Nostan myös esiin hetkiä *Unelmia kohtaamisesta* -työpajoista, joissa kehon ja tunteiden välinen suhde näkyy jollain tasolla.

## 7.2. Kehon, mielen ja tunteiden välisestä suhteesta

Luvussa 5.2. kerroin kehon ja mielen erottelusta, jota länsimainen historia on korostanut. Elisa Aaltola kertoo yhden kuuluisimmista tätä näkemystä vastustaneen henkilön olleen filosofi Maurice Merleau-Ponty. Merleau-Pontyn mukaan mieli ja ruumis muodostavat kokonaisuuden, sillä ne vaikuttavat toisiinsa saumattomasti. Keho muokkaa ja rakentaa mieltä. Mieli puolestaan saa kehon toimimaan. Ruumiin liikkeet ovat osa mielellisiä aikeitamme ja nämä aikeet kirjautuvat kehomme rajoihin ja mahdollisuuksiin. Tämä tekee myös tunteistamme kehollisia. Tunteet näkyvät kasvojemme ja eleidemme kautta. (Merleau-Ponty 2013/1964 Aaltola 2020, 78 mukaan)



Mietin tämän kautta niitä hetkiä, kun tunteet ovat vallanneet minut ja olen toiminut niiden mukaisesti. Usein olen tämän kautta myös päätenyt tekemään päätöksiä, joiden olen intuitiivisesti tiennyt olevan oikeita. Taiteen tohtori Asta Raamin mukaan intuition vaikuttavat mielikuvat, kiintymykset, tavat ja muistot. Intuitio liittyy usein prosesseihin, joita ei voi selkeästi identifioida johonkin tiettyyn asiaan linkittyviksi. (Raami 2015, 21, 52) Usein tämän tyyppiset, tunteisiin perustuvat päätökset liittyvät kohdallani taidetunnin tapahtumiin ja erityisesti teatteriesityksen harjoittelun hetkiin. Joku harjoitustilanteessa nostaa esiin ratkaisun siihen, miten viedä tilannetta eteenpäin. Tai vaihtoehtoisesti pysäyttää sen äärelle, mitä tilanne ja lavalla esiintyvät kehot nostavat esiin.

Neurotieteilijä Antonio Damasio mukaan tietoisien mielen perusta lepää ruumiissa. Mieli on yhdistelmä todellisia kuvia ja muistettuja kuvia, joiden suhteet toisiinsa muuttuvat koko ajan. Mieli voi olla tietoinen tai tiedostamaton. Myös tiedostamaton osa vaikuttaa meihin. Tämän myötä päättelyn ja luovan ajattelun prosessi etenee silloinkin, kun keskitymme johonkin muuhun. (Damasio 2011, 30, 76–77) Olen tämän tutkielmani aikana puhunut jonkin verran kokemuksesta ja kokemuksellisuudesta. Damasion tarjoaman näkökulman kautta päädyn ajattelemaan, että se tarjoaa selityksen asialle. Kokemuksellisuus itsessään on jo tärkeää taidetta tehdessä. Kaikkea kokemuksesta emme voi nostaa täysin tietoiselle tasolle. Tämä mielen prosessi kuitenkin mahdollistaa sen, että luova taiteellinen prosessi etenee ja tuottaa aikanaan ratkaisuja ja osia tulevaan taideteokseen.

Omassa ajattelussani tämä linkittyy myös niihin teoksiin, joita osallistujani avoimen työpajakajon loppupuolella olevilla kerroilla tuottivat. Heidän kehollisesta kokemuksestaan jotain nousi taideteoksen työstämisen myötä tietoiselle tasolle. Samalla teokset nostivat esiin myös sen kokemuksellisen puolen, jota he eivät osanneet sanallisesti ilmaista. Tarkastellessamme yhdessä näitä teoksia jaoimme samalla kokemuksesta jotain, joka liittyi puolestaan meidän omaan kokemusmaailmaamme ja sen osaksi. Näin ollen kohtasimme toisemme paitsi suoraan vuorovaikutuksellisesti, myös syntyneiden teosten ja niiden tarjoaman maailman kautta.

Damasio esittää, että joissakin olosuhteissa emootioiden kehittyessä aivot synnyttävät ruumiiseen karttoja. Emootiot ja tunteet ovat kietoutuneet toisiinsa, mutta eroavat toisistaan neurobiologian kannalta katseltaessa. Emootiot ovat evoluution myötä muodostuneita, suurimmaksi osaksi automaattisia toimintoja ja niiden ohjelmia. Niihin liittyy ideoita ja moodeja täydentävä kognition ohjelma. Emootioiden maailma muodostuu silti suurimmaksi osaksi ruumiimme toiminnoista. Emootion tunteet puolestaan ovat koottuja havaintoja ruumiimme ja mieleemme tapahtumista emootion aikana. Ruumiista käsin katsoen tunteet ovat enemmänkin kuvia toiminnoista kuin ehdottomia toimintoja. (Damasio 2011, 104, 111) Emootiot ilmenevät kehossa ja tunteet esitetään mielessä. Tunteita edeltävät emootiot. Emootiot ovat perusta tunteille. (Damasio 2003 Törmi 2016, 71 mukaan)

En väitä kaikilta osin ymmärtäväni riittävän syvällisesti tätä emootioiden ja tunteiden välistä eroa. Mietin kuitenkin, että emootiot ja ruumis kietoutuvat yhteen moninaisesti ja sen myötä havaitsemamme tunteet kertovat myös osaltaan ruumiin tarinaa. Damasio jatkaa emootioiden liittyvän sosiaalisiin tilanteisiin. Näitä sosiaalisia emootioita ovat esimerkiksi myötätunto, häpeä, kateus ja ihailu. Nämä emootiot ilmenevät sosiaalisissa tilanteissa. (Damasio 2011, 125–126) Tämä näkemys tuntuu itsestäni selkeältä, sillä usein noihin emootioihin liittyy muita ihmisiä. Tämä sosiaalisten emootioiden yhteys näkyy nähdäkseni myös kohtaamisessa. Kohtaaminen on itselleni aina suhteisuuden tai välisyyteen liittyvä asia. Voimme kääntyä kohtaamaan itsemme, mutta myös taiteen/taideteoksen tai sosiaalisesti myös muut ihmiset. Tämän myötä kehomme liittyy vahvasti osaksi kohtaamista.

Kirsi Törmi sivuaa omassa väitöstutkimuksessaan Damasion ajattelua. Törmin mukaan Damasio osoittaa tutkimustensa avulla järjen ja tunteiden liittyvän yhteen. Järjen tehokas käyttäminen edellyttää jatkuvaa kykyä tuntea tunteita. Hermorakenteessa järki ja emootion ja tunteiden tasot sijaitsevat samassa paikassa. (Damasio 2001 Törmi 2016, 70 mukaan) Viimeistään tämä neurologinen tieto riittää omassa mielessäni kumoamaan empatia-kappaleessa esiin nousseen järjen korostamisen tunteiden yli. Jos jo hermoston kautta nämä kaksi linkittyvät yhteen, niiden voi nähdä hyötyvän toisistaan. Pessi ja Martela kertovat myös myötätunnon liittyvän kehollisuuteen. Myötätunnon kokemisen

myötä ihmisen kehossa oksitosiinin ja dopamiinin määrä lisääntyy ja vagusherma<sup>3</sup> aktivoituu. Näin ollen myötätunto on yhteydessä terveyteen. Useat tutkimukset vahvistavat itsemyötätunnon ja myötätuntoa voimistavien interventioiden yhdistyvän pienempään ahdistukseen, masennukseen ja stressiin. (Pessi & Martela 2017, 22)

Niin ikään filosofi David Hume uskoi empatian koostuvan tietynlaisen liikkeen kautta. Huomaamme toisen kehossa muutoksia. Se saa meidät ajattelemaan ja lopulta muuntuu keholliseksi kokemukseksi itsellemme. (Hume 1969 Aaltola 2020, 48–49 mukaan) Näiden tekijöiden yhteissummana voin todeta, että käsitykseni kehon ja tunteiden välisestä vahvasta yhteydestä on ollut paikkaansa pitävä. Sen merkitys taiteen tekemiseen ja sen opettamiseen on väistämätön. Olemmehan tunneilla mukana kokonaisvaltaisesti kehomme ja tunteidemme kanssa.

### 7.3. Työpajoista nousutta

Tässä alaluvussa tarkastelen asioita, jotka Unelmia kohtaamisesta -työpajoissa nousivat esiin kehon ja tunteiden välisen yhteyden myötä. Näen kuitenkin, että jo aiemmissa luvuissa tarkastellut työpajoista nousseet asiat ja osallistujien kokemukset resonoivat myös tähän lukuun ja liittyvät siihen omalta osaltaan.

#### 7.3.1. Yhteyden tunne

*Katson lattialla liikkuvaa hallaharsoa. Sen alla kaksi henkilöä matkaa ryömien pitkin lattiaa. Tavoitteena on vaihtaa paikkaa, mutta sitä katsojat eivät tiedä. Isossa ja teollisuushallimaisessa harmaassa urbaanissa ympäristössä itselleni korostuu hallaharson pehmeys. Äänimaisemassa kuuluu rätinä. Sen olemme aiemmin luoneet taittelemalla valkoista iso paperia yhä pienempään kasaan. Sydämeni täyttää onni siitä, että olen saanut olla osa tätä kokeilua. Vielä enemmän iloa herättää se, että olemme julkisella paikalla. Joku voi nähdä tämän teoksen ja näkeekin. Olemme saaneet mukaamme yhden katsojan. Performanssin aikana ohi kulkee ihmisiä, joista osa katsoo teosta pitempään ja osa lyhyemmin. Tulemme nähdyksi. Hymyilen ja nyökkään ohikulkevalle henkilölle, joka pysähtyy nähdessään minun videoivan teosta. Viitään kädelläni ja hän kulkee ohi pikaisesti matkallaan kohti ulko-ovea. Tässä vaiheessa tunnistan kokemani tunteen onnellisuudeksi. Minulle taide haluaa tulla nähdyksi, kuulluksi ja koetuksi. – Omaa muisteluaani suljetun osuuden kolmikkotyöskentelyn tiimoilta*

---

<sup>3</sup> Vagusherma, pisin ihmisen aivohermoista, on toiselta nimeltään kiertäjähermo. Se on tärkein hermo autonomisen hermoston parasympaattisessa hermostossa, joka rauhoittaa elimistöä. (Lehto 2020)



*Kuva 8. Suljetun työpajan jälki: "Harso-olio"*

Puimme kolmestaan äskeistä kokemusta. Yksi meistä toteaa, että äsken hallaharson sisällä hän koki olevansa yhteydessä toiseen tekijään tätä näkemättä. Pohtiessamme läpikäymäämme prosessia emme pysty erottamaan, kuka on keksinyt minkäkin osan. Asiat ovat seuranneet toisiaan jouhevasti. Sama kokemus toistuu myös kahdessa muussa suljetun osuuden yhteistyössä. Toiseen suljetun työpajaosuuden työskentelyyn osallistunut osallistuja kuvailee oppimispäiväkirjassaan kokemusta jatkuvaksi yhteistyöksi. Lukiessani myöhemmin osallistujien päiväkirjoja ja omia oppimispäiväkirjojani nostan niistä esiin sanoja: avoimuus, kuunteleminen, rajattomuus, hitaus, välittäminen, kehittäminen, kiireettömyys, tauot, epävarmuuden sietäminen, leikki, luominen. Tuntuu siltä, että ne kuvastavat kokemustamme, mutta kertovat silti siitä liian vähän. Mutta mikä voisi selittää tätä kokemusta?

Kirsi Törmi kirjoittaa autonomisen hermoston olevan läsnä aina tehtäessä yhteisöllisiä taideprosesseja. Perinteinen malli jakaa autonomisen hermoston kahteen osaan, sympaattiseksi ja parasympaattiseksi hermostoksi. Näistä toinen aktivoi ja toinen passivoi meitä. Neurofysiologi Stephen W. Porges on polyvagaalisessa teoriassa jaotellut hermoston kolmeen hierarkkisessa suhteessa toisiinsa olevaan osaan. Alkukantaisimmassa osassa kyse on lamaantumisesta, asteen verran kehittyneemmässä osassa taistelusta ja kehittyneimmässä osassa sosiaalisesta liittymisestä. Elämäkokemukset ja ympäristötekijät muokkaavat autonomista hermostoa. Turvattomien kokemusten myötä hermoston puolustusjärjestelmä aktivoituu. (Porges 2001 Törmi 2019 mukaan)

Törmi esittää, että demokraattisissa taideprosesseissa olisi hyvä toimia niin sanotussa sietoikkunassa, joka tarkoittaa toimimista autonomisen hermoston optimaalisessa viireystilassa. Tämä vahvistaa toimijuutta. (Törmi 2019) Tarkastellessani yhteistä prosessiamme tämän tiedon valossa, mietin meidän toimineen työpajajaksolla sietoikkunassa. Se on mahdollistanut luovan prosessin etenemisen. Tämä avaa itselleni myös enemmän sitä näkökulmaa, miksi löytämäni sanat tuntuvat kuvastavan kokemustamme liian vähän. Damasiokin aiemmin tässä tarinassa viittasi siihen, että sanat ovat vain tajuntamme jäävuoren huippu. Osa kokemuksestamme on näin ollen sanojen tavoittamattomissa.

Paulo Freire kertoo aidon kasvatuksen syntyvän yhteisen tekemisen kautta. Yhteinen maailma koskettaa molempia, haastaen ja luoden uusia ajattelutapoja ja mielikuvitusta. (Freire 2018, 102) Kolmikkomme työskentelyssä olemme luoneet työskentelyn aikana yhteisen maailman. Tähän viittaa myös avoimen työpajaosuuden useampaan kertaan osallistunut osallistuja todetessaan joka osallistumiskerralla syntyneen omia maailmojaan. Joskus aiemmin olen tämän nimennyt teatterin taikakehäksi, jossa yhteinen kokemuksellinen maailma syntyy osallistujien välille. Näiden työpajojen jälkeen laajennan sen koskemaan taidetta ylipäättään. Kokemuksellisuus ja yhteinen jakaminen mahdollistavat yhteisten maailmojen syntymisen.

Miettiessäni myöhemmin opetusharjoitteluni suljetun osuuden työpajojen itselleni tärkeitä asioita nostan mielessäni esiin jakamisen, kuuntelemisen, luvan hiljaisuuteen, hitauden toiminnassa, paineettomuuden. Näitä toimintatapoja haluaisin nähdä enemmän niissä taiteellisissa ja taideopetus projekteissa, joihin osallistun.

### 7.3.2. Taideopettajan tunnetason kokemukset työpajoissa

*Yhden oman tunnetason kokemuksen tunnistin loppukeskustelussa. Yksi osallistujista puhui siitä, että kohtaamista ei voi pakottaa ja se syntyy, jos on syntyäkseen. Hän puhui omasta kohtaamattomuuden kokemuksestaan. Mutta avasi sitten, että työpajassa se oli ollut pakotonta ja mukavaa. Eli ei kokenut sitä huonoksi asiaksi. Pitkän puheenvuoron aikana kuitenkin tunnistin esiin nousevan kauhistuksen siitä, että olenko nyt tehnyt sen saman kuin luokkakaverilleni vetämässäni työpajassa. Onneksi tunnistin tämän itsessäni ja odotin rauhassa hänen puheenvuoronsa loppuun asti. Tässä tilanteessa itse näin sen merkityksen, että pysyttelee kertojan kokemuksessa eikä lähde omaa kokemustaan nostamaan esille. Tässä ehkä itselleni korostuu se ryhmän ohjaajan*

*vastuu: toki omia tunteita on mahdollista nostaa esiin. On kuitenkin tärkeää, että ryhmänohjaaja ei tilanteeseen projisoi omia tunnetason kokemuksiaan. –*  
Oppimispäiväkirjastani, 26.11.2021

Ylhäällä olevassa oppimispäiväkirjani merkinnässä nostan esiin projisoinnin. Psykologi Tony Dunderfelt liittyy projisoinnin osaksi tunneviestintää. Siinä siirrämme oman kokemamme tunteen itsestämme toiseen ihmiseen. Projektioon liittyy itsetuntemuksen kannalta kolme astetta. Ensimmäisessä osassa maailma näyttäytyy meille oman mielialamme tai tunteemme kautta. Toisessa osassa ihmisten hyväksyminen vaatii sen, että he ovat samanlaisia kuin me. Kolmannessa osassa projisoimme toiseen ihmiseen sen osan persoonallisuudestamme, jonka olemme torjuneet uhkana miellyttävälle minäkäsityksellemme. (Dunderfelt 2016, 77–78) Koen, että projisointi on meille luontaista. Taideopettajana hyödyn kuitenkin siitä, että harjoittelen tunnistamaan projisointia ja välttämään sitä. Siinä itseäni auttaa sen muistaminen, että oppilaani ovat minusta erillisiä ihmisiä.

Kirsi Törmi kirjoittaa väitöstutkimuksessaan kohtaamisesta osana terapeutin työtä. On olennaista tiedostaa omia kipupisteitään, sokeita kohtiaan ja tunteitaan kohtaamisten keskellä. Havainto ja tulkinta ovat lähes käsi kädessä ja olemalla tietoisia ja kontaktissa itseemme, vähennämme tulkinnan mahdollisuutta. Taiteellinen työskentely hyötyy tämän tyyppisestä työtavasta. Koreografian on hyvä tiedostaa ja tuntea riittävästi omaa historiaansa ja varjojaan. Silloin hän ei provosoidu suhteessa osallistujansa. Tämä mahdollistaa pysähtymisen kahden erillisen ihmisen väliseen minä-sinä-suhteeseen. (Törmi 2016, 53, 57)

Itse opin tämän tyyppisen työskentelytavan teatteri-ilmaisun ohjaajan opinnoissani alkuvuodesta 2007. Tarinateatterikurssilla harjoittelimme erottamaan oman tulkintamme siitä, mitä toinen meille kertoi. Tätä työtapaa olen vuosien ajan hyödyntänyt työssäni ja pyrkinyt opettamaan myös oppilailleni. Olen opettaessani ja kohdatessani oppilaitani valpas tunnistamaan sen hetken, jolloin alan tulkita puhujan puheita. Yhtenä työtavoistani pyrin kysymään oppilaalta avoimesti, mitä hän on tarkoittanut. Sen kautta vältymme oppilaan kanssa tulkinnoilta ja opimme tulkitsemaan toisiamme oikein. Yksi kohtaamisen osa minulle onkin muistaa, että ihminen on monikerroksinen olento. Jokaisen kohtaamisen myötä opimme toisistamme uusia kerroksia ja kasvamme yhteiseen ymmärrykseen ja toimintaan.

Haluan tässä yhteydessä tuoda esiin sen, että taiteen opettajat eivät ole terapeutteja, eikä sitä voida meiltä edellyttää. Mutta työssämme tarvitsemme itsetuntemusta, joka auttaa meitä tulemaan työssämme paremmiksi ja oppilaitamme näkyvimmäksi ja kuulluiksi. Tämän vuoksi haluaisin ajatella, että alamme hyötyisi pysyvästä työnohjauksesta, joka auttaisi näkemään lähelle niihin sokeisiin kohtiin. Vaikka itse olen kehittänyt tätä itsetuntemusta ja oman tulkinnan välttämistä itsessäni, tiedostan silti aika ajoin syyllistyväni tulkintojen tekemiseen. Onneksi oppilaani nostavat usein esiin asioita, joiden kautta oivallan ymmärtäneeni väärin. Tämän myötä lisään taideopettajan työkalupakkiini itsereflektion ja sen merkityksen taideopettajalle.

Törmi toteaa väitöstutkimuksessaan huomanneensa käytännön kokemuksensa kautta hyvän itsetuntemuksen olevan vuorovaikutuksen keskiössä. Omien voimavarojen hyödyntämiseen auttaa se, että tunnet itsesi hyvin. Tiedostamalla omat käsittelemättömät asiat, energiaa irrottautuu vuorovaikutukselliseen kohtaamiseen. (Törmi 2016, 129–130) Koen hyödyntäväni tätä toimintatapaa yhtenä tärkeänä työkaluna. Olen jo kahdeksan vuoden ajan pitänyt työpäiväkirjaa, jossa kirjaan ylös tunnin tapahtumia. Sen kautta reflektoin myös omaa toimintaani ja lisään itsetuntemustani. Mielestäni teatteritaiteen perusopetuksessa yhtenä työtehtävänä on opettaa oppilaalle itsetuntemusta ja keinoja oppia itsestä lisää. Sen myötä vältymme siltä, että oma epävarmuutemme ja halu sen peittelemiseen tulee osaksi vuorovaikutusta. Hyvän itsetuntemuksen kautta uskallamme olla taidetta tehdessämme avoimia ja haavoittuvia. Sillä keinolla pääsemme työskentelyssä syvemmälle tasolle.

Koen taiteen opettamisessa olevani jatkuvasti matkalla kohti jotakin. Jokainen oppilaani, työpajoihini osallistunut ja matkani varrella tapaamani yksilöt johdattavat minua askel askeleelta johonkin suuntaan. Yhdessä löydämme usein taiteen äärelle, vaikutumme ja opimme aivan yhtä paljon. Tämän edellytyksenä on se, että kohtaamme toisemme avoimesti valmiina vaikuttamaan ja muuttumaan kohtaamisen voimasta.

#### 7.4. Luvun yhteenveto

Tässä tutkielmani viimeisessä varsinaisessa luvussa olen keskittynyt tutkailemaan *Unelmia kohtaamisesta* -työpajaprosessia kehon ja tunteiden välisen yhteyden kautta. Olen etsinyt ja selvittänyt tietoa siitä, miten ne linkittyvät yhteen. Työpajoissa tämä

yhteys on nähdäkseni ollut esillä. Niihin liittyvän empatian myötä me työpajoihin osallistuneet olemme kohdanneet toisemme kokonaisvaltaisesti yhdessä kokijoina toimien. Työpajojen toimintatavat ovat osaltaan vahvistaneet näiden asioiden syntymistä.

Itselleni tärkeäksi löydöksi nousee hitauden ja sen myötä ajan merkitys mahdollistajana. Antonio Damasion ja Kirsi Törmin ajatusten myötä liityn yhä vahvemmin mukaan käsitykseen, joka mukaan kehollisuus ja sen vaikutus meihin ihmisiin olisi myös teatteriopetuksessa syytä nostaa vielä selkeämmin esille. Tällä me taiteen tekijät ja sen opettajat voisimme osaltamme olla mukana yhteiskunnallisessa keskustelussa kehollisuuden nostamisesta esiin yhtenä luonnollisena osana meitä kokonaisvaltaisia olentoja. Rikkomalla osaltamme kehon ja mielen vastakkainasettelua voimme nostaa esiin lisää voimavaroja käyttöömme. Tämän ajatuksen myötä siirryn keräämään yhteen niitä punaisia lankoja, jotka tässä tutkielmassani ovat näkyneet niin konkreettisena esineenä kuin ajatuksellisena asioita yhdistävänä lankana.



*Kuva 9. Osa osallistujan luomaa installaatiota suljetulla työpajaosuudella.*

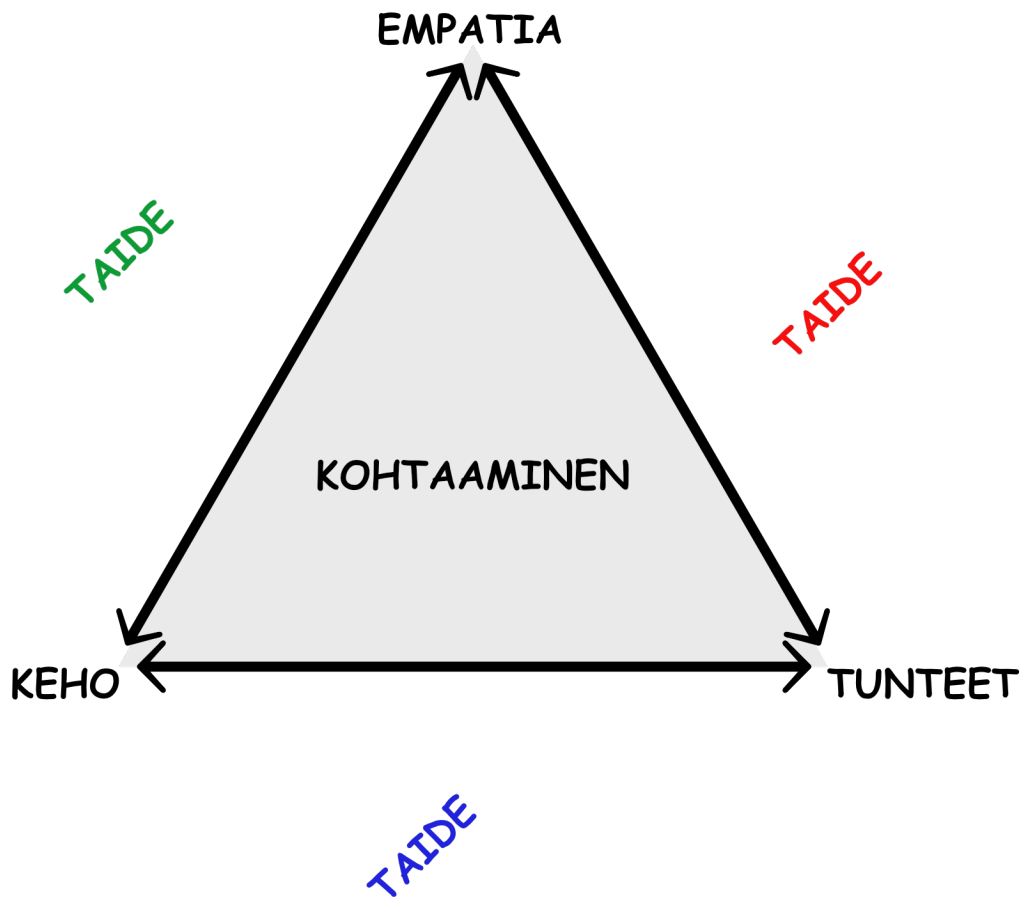


## 8. LANKOJEN PUNOMISTA YHTEEN

Olemme saapuneet lähes tämän löytöretkeni päätökseen. Matka on ollut pitkä ja osin karikoinen. Aloittaessani tämä opinnäyteprosessin minulla oli mielessäni ajatus. Uskoin, että kehollisuus vaikuttaa meihin ihmisiin enemmän, kuin mitä moni meistä tietoisesti tietääkään. Taiteellisen prosessin keskellä kehomme puhuu meille ja nostaa esiin asioita. Sen myötä ymmärrämme kokonaisvaltaisemmin itseämme ja meitä ympäröivää maailmaa. Tämä vaatii pysähtymistä, aikaa ja rohkeutta kuunnella tätä sanomaa. Koen, että ymmärtämällä tämän näkökulman ja hyväksymällä sen, meidän on mahdollista valjastaa käyttöömmä voimavaramme. Kuuntelemalla kehomme meille tuomaa sanomaa, voimme kuulla jotain olennaista.

Tämä tutkimusmatka on opettanut minulle, että kehomme on vielä ihmeellisempi kuin olen uskonut. Se mahdollistaa meille kiinnittymisen toiseen. Jos opimme kuuntelemaan sen sanomaa, se suuntaa huomionamme meistä ulospäin, kohti maailmaa ja muita ihmisiä. Matkan aikana pedagoginen rakkauteni on kasvanut. Nöyränä olen seurannut, miten työpajoihini osallistuneet ihmiset ovat heittäytyneet kokemaan ja kokeilemaan. Kuulleet itsensä ja toisensa. Olleet avoimia ja haavoittuvia. Jakaneet yhdessä hetkiä. Olen saanut liittyä näihin kokemuksiin ja niistä on tullut minunkin todellisuuttani. Kaiken pohjalla hermostomme on meille kertonut sanomaa, auttanut reagoimaan ja löytämään jotain uutta.

Minusta tuntuu, että olen vasta raottanut kantta. Sen alla odottaa ihmeellinen taiteen maailma, jossa minulle kerros kerrokselta paljastuu uusia näkökulmia kohtaamisesta. *Unelmia kohtaamisesta* -työpajat ovat johdattaneet minut kerros kerrokselta, askel askeleelta kohti syvempää tietoutta meistä ihmisistä. Siinä missä uskoin jo matkan alussa kehollisuuden vaikuttavan kohtaamiseen, nyt olen siitä varma. Kerä, joka sisältää empatian, kehon ja kehon ja tunteiden välisen solmun, toimii kohtaamisen mahdollistajana ainakin meillä ihmisillä. Taide muodostaa sen moottorin, jonka kautta kohtaaminen syvenee ja kokonaisvaltaistuu.



*Kuva 10. Hahmotelmani kohtaamisen mahdollistavista tekijöistä kehollisen näkökulman kautta katsellen.*

Tarkastellessani tätä matkaa nostan sieltä esiin muutamia tekijöitä. Kohtaaminen vaatii toteutuakseen aikaa ja pysähtymistä aiheen äärelle. Se on hiljaisuutta ja prosessin hitautta. Se on kuuntelemista, reagoimista ja vastaanottamista. Se on avoimuutta ja rohkeutta olla auki ja uskaltaa paljastaa itsestään jotain. Se on myötätuntoista asennoitumista toisiin. Toteutuakseen se vaatii turvallisuutta ja molemminpuolisuutta.

Tämä matka on opettanut minulle myös paljon itsestäni taideopettajana. Olen oppinut luottamaan siihen, että olen viemässä opettajuuttani oikeaan suuntaan. Olen hyväksynyt sen, että askel askeleelta taiteesta tulee itselleni kokonaisvaltaisempaa. Jokainen oppilaani opettaa minua ja tarjoaa minulle uusia näkökulmia. Olen luonut nahkani teatteriopettajan ympäriltä ja löytänyt sen sisältä rohkeuden viedä oma taideopettajuuteni uudelle tasolle. Matkan varrella olen sanallistanut niitä tekijöitä, jotka tekevät minusta kohtaavan, pedagogista rakkautta käyttävän taideopettajan. Rakastan

työtäni ja rakastan oppilaitani. Olen myös yhä vahvemmin alkanut nähdä, että kutsumukseni lepää myös tutkimuksen puolella. Haluan jatkaa tätä aloittamaani tutkimusmatkaa kohtaamisen ja taiteen maailmassa ja etsiä siitä yhä uusia näkökulmia.

Työn alussa kysyin, *millä tasolla kohtaaminen lähtee meistä kehollisina olentoina?* Olen löytänyt sille vastauksen. Kehollisuus on edellytys kohtaamiselle. Ilman kehoa jäämme sanojen tasolle ja jotain kokemuksesta jää puuttumaan. Kehon kautta todella ymmärrämme kohtaavamme. Aistimme, hengitämme ja olemme olemassa. Yhdessä, yhteisellä matkalla kokonaisvaltaisina yksilöinä.

Rakas lukijani. Kiitos, että olet jaksanut lukea tutkielmani tähän asti. Jäljellä on vielä yksi askel. Hyvästit Setä Tonttonille tällä erää!

## EPILOGI

Rakas Setä Tonton!

Kirjoitan tätä kotini terassilla. Aurinko paistaa ja lapseni pelaavat pihalla jalkapalloa.

Heidän riemunkiljahduksensa kaikuvat korvissani. Ihan kuin sinä aamuna, kun istuit vieressäni ja silitit kättäni. Välillä lapset huikkaavat minut mukaan kannustamaan. Niinä hetkinä maailma pysähtyy hetkeksi ja hymyilen. Pysähdyn kuuntelemaan linnun laulua.

Se sirkuttaa samalla nuotilla kuin Eloise. Ehkä se on hänelle jotain sukua?

Matka luoksesi oli monella tapaa opettavainen. Opin kuuntelemaan jälleen itseäni. Sain pysähtyä ja hengittää lämmintä tuulta. Kuunnella ja miettiä sitä, mitä olin kohtaamisesta etsimässä. Johdatit hiljalleen minua kohti vastauksia. Istuit ajatuksissani vieressäni ja kannustit minua silloin, kun väsyin matkan keskellä.

Sinä veit minut takaisin lapsuuteen, jossa kohtaamisen maailma oli koko ajan läsnä kaikkialla. Se oli läsnä niissä puissa, niissä linnuissa, siinä järvessä ja niissä äänissä.

Laineen liplatuksessa, tuulen huminassa, puiden lehtien helähtäessä. Siinä, miten auringon valon säteet hyppelivät järven pinnalla. Johdatit minut pala palalta sen ääreen, mistä halusin sinun äänelläsi kertoa. Halusin kertoa siitä, että elämä on minulle kokemus ja kohtaamista. Sinä kohtaat jokaisen samalla lämmöllä. Kuuntelet muita ja keskityt heihin. Olet läsnä ja täynnä lämpöä ja syvää ymmärrystä. Muistutat minua siitä, että aina välillä elämässä tulee aika, jolloin on syytä pysähtyä. Miettiä, mikä koskettaa ja on olennaista. Olla miettimättä liikaa ja vain olla. Silloin vastaukset löytävät tiensä luoksesi.

Minulla on tunne, että me kohtaamme vielä. Ehkä jonain päivänä saavun taas luoksesi.

Tässä kohtaa haluan sanoa sinulle, KIITOS!

Rakastan sinua. Voi hyvin!

Rakkain terveisin,

Anna

\*\*\*\*\*

## LÄHTEET

Aaltola, E. & Keto, S. 2020. *Empatia. Myötäelämisen tiede*. Helsinki: Into kustannus Oy.

Anttila, E. 2017. *Ihmis- ja oppimiskäsitykset taideopetuksessa*. Teatterikorkeakoulun julkaisusarja 58. Kurssioppimateriaali. Taideyliopiston Teatterikorkeakoulu. Haettu 30.4.2022. <https://disco.teak.fi/anttila/>

Anttila, E. 2010. *Taiteen tieto ja kohtaamisen pedagogiikka*. Teoksessa *Taiteen jälki: Taidepedagogiikan polkuja ja risteyksiä*, toim. Eeva Anttila. 151–173. Teatterikorkeakoulun julkaisusarja 40. Helsinki: Teatterikorkeakoulu.

Anttila, E. 2007. *Minäkö tutkija? Johdanto laadulliseen/ postpositivistiseen tutkimukseen*. Kurssioppimateriaali. Taideyliopiston Teatterikorkeakoulu. Haettu 30.4.2022. <https://www.xip.fi/tutkija/>

Arendt, H. 2017. *Vita activa – Ihmisenä olemisen ehdot*. Suom. Anu Keskinen. 3. painos. Tampere. Vastapaino.

Damasio, A. 2011. *Itse tulee mieleen. Tietoisten aivojen rakentaminen*. Suom. Kimmo Pietiläinen. Helsinki: Terra Cognita Oy.

Dunderfelt, T. 2016. *Läsnäoleva kohtaaminen*. Juva: PS-kustannus.

Freire, P. 2016. *Sorrettujen pedagogiikka*. Suom. Joel Kuortti. Ensimmäinen pokkaripainos 2016 (1.suomenkielinen painos 2005). Tampere: Vastapaino.

Heikkinen, H. 2004. *Vakava leikillisyyys. Draamakasvatusta opettajille*. 2. painos. Vantaa: Kansanvalistusseura.

Joutsenvirta, M. & Salonen, A. 2020. *Sivistys vaurautena. Radikaalisti, mutta lempeästi kohti kestävä yhteiskuntaa*. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy.

Kauppila, H. 2012. *Avoimena aukikiertoon – Opettajan näkökulma kokonaisvaltaiseen lähestymistapaan baletinopetuksessa*. Helsinki: Teatterikorkeakoulu, esittävien taiteiden tutkimuskeskus. Haettu 23.4.2022.

[https://taju.uniarts.fi/bitstream/handle/10024/6059/Acta\\_Scenica\\_30.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://taju.uniarts.fi/bitstream/handle/10024/6059/Acta_Scenica_30.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Lehto, P. 2020. *Vagushermo rauhoittaa elimistösi*. Internet-sivusto. Haettu 1.5.2022. <https://www.evermind.fi/vagushermo-rauhottaa-elimistosi/>

Parviainen, J. 2006. *Meduusan liike. Mobiiliajan tiedonmuodostuksen filosofiaa*. Helsinki: Gaudeamus Oy.

Pessi, A. & Martela, F. 2017. *Myötätuntoista ihmistä ja työelämää etsimässä*. Teoksessa *Myötätunnon mullistava voima*. toim. Miia Paakkanen. 12–34. Juva: PS-Kustannus.

Raami, A. 2016. *Älykäs intuitio ja miten käytämme sitä*. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Raami, A. 2015. *Intuition Unleashed – On the application and development of intuition in the creative process*. Aalto University publication series DOCTORAL DISSERTATIONS. Helsinki: Aalto-yliopisto. Haettu 23.4.2022.  
<https://aaltodoc.aalto.fi/bitstream/handle/123456789/15347/isbn9789526061085.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Rauhala, L. 2014. *Ihmiskäsitys ihmistyössä*. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.

Rekola, H. & Vuorikoski, M. 2006. *Feministinen pedagogiikka rajojen ylittäjänä*. Kasvatus 37(1), 16–25.

Selin, H. 2014. *Mitä suru on?* Potilaan lääkärilehti. Haettu 24.4.2022.  
<https://www.potilaanlaakarilehti.fi/artikkelit/mita-suru-on/>

Tieteen termipankki. Verkkosivusto. Haettu 16.4.2022.  
<https://tieteentermipankki.fi/wiki/Filosofia:empatia>.

Törmi, K. 2021. *Kehotietoisuus eettisen osaamisen perustana*. Julkaisussa *Yhteisötaiteen etiikka. Tilaa toiselle, arvoa arvaamattomalle*. toim. Lea Kantonen & Sari Karttunen. Helsinki: Taideyliopisto.

Törmi, K. 2019. *Eläin meissä. Kohtaamisen taito ja taide autonomisen hermoston valossa*. Julkaisussa *Yhteisö ja taide. Taide ja osallisuus eri yhteisöissä*. Teatterikorkeakoulun julkaisusarja. Haettu 2.5.2022. <https://disco.teak.fi/yhteiso-ja-taide/2-1-elain-meissa-kohtaamisen-taito-ja-taide-autonomisen-hermoston-valossa/>

Törmi, K. 2016. *Koreografinen prosessi vuorovaikutuksena*. Helsinki: Taideyliopiston Teatterikorkeakoulu, esittävien taiteiden tutkimuskeskus.

Varto, J. 2007. *Ihmisen seuraaminen*. Synnyt/Origins 4/2007. Haettu 30.4.2022.  
[http://arted.uiah.fi/synnyt/4\\_2007/varto.pdf](http://arted.uiah.fi/synnyt/4_2007/varto.pdf)