

Ihmisiä

Kokemuksellisuuden näkyminen esityksen
lähtökohtana

PAULIINA LAUKKANEN



Kuva: Mikko Haiko

TANSSINOPETTAJAN MAISTERIOHJELMA

Ihmisiä

Kokemuksellisuuden näkyminen esityksen
lähtökohtana

PAULIINA LAUKKANEN

TIIVISTELMÄ

Päiväys: 20.10.2015

TEKIJÄ Pauliina Laukkanen (ent. Tyni)		KOULUTUS- TAI MAISTERIOHJELMA Tanssipedagogiikan maisteriohjelma	
KIRJALLISEN OSION / TUTKIELMAN NIMI Ihmisiä - kokemuksellisuuden näkyminen esityksen lähtökohdana		KIRJALLISEN TYÖN SIVUMÄÄRÄ (SIS. LIITTEET) 70 s. ja dvd	
TAITEELLISEN / TAITEELLIS-PEDAGOGISEN TYÖN NIMI Ihmisiä. Ohjaus Pauliina Tyni. Ensi-ilta 6.3.2012, Teatterikorkeakoulu, Studio 2. Taiteellinen osio on suoritettu TeaKissa <input checked="" type="checkbox"/> Taiteellinen osio on suoritettu muualla (tekijänoikeuksista on sovittu) <input type="checkbox"/>			
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><i>Ihmisiä – kokemuksellisuuden näkyminen esityksen lähtökohdana on taiteellis-pedagogisen opinnäytetyöni kirjallinen osio kokemuksellisuuden havainnoimisesta esityksen valmistusprosessissa.</i></p> <p>Kokemuksellisuuden näkymistä tarkasteleva <i>Ihmisiä</i> oli esitys kuudelle 23-77 –vuotiaalle esiintyjälle. Osa esiintyjistä oli esittävän taiteen ammattilaisia, osa harrastajia. Esitys pohjautui tanssiin, mutta mukana oli myös muun muassa äänenkäyttöä, tekstiä ja visuaalisuutta. Esityksen valmistusprosessissa työryhmä keskittyi havainnoimaan työskentelyn aikana tapahtuvia kokemuksia ja tunteita. Työmetodeina käytettiin improvisaatiota, valmista liikemateriaalia, kokemuksellisuutta eli huomion keskittämistä omiin kokemuksiin, aistihavaintoja, keskustelua ja reflektiokirjoittamista. Myös esityksen ympäristönomaisuus eli yleisön ja esiintyjien sijaitseminen esitystilassa lähellä toisiaan, vailla selkeää katsomorajaa, vaikutti merkittävästi esityksen valmistamiseen ja mukanaolijoiden kokemukseen.</p> <p>Työn kirjallinen osuus tarkastelee sitä, millaista on työskennellä taiteellis-pedagogisessa prosessissa kokemuksellisuusnäkökulman kautta, millaisia kokemuksia siitä syntyy ja miten kokemuksellisuusnäkökulma vaikuttaa ohjaaja-opettajan työhön. Käyttämäni kirjallisuus perustuu lähteisiin, jotka käsittelevät erityisesti tunteiden ilmenemistä, ihmistä holistisena kokonaisuutena sekä luovan työskentelyn terapeuttisia näkökulmia.</p> <p><i>Ihmisiä</i> -esityksen valmistusprosessissa oli tärkeää luottamuksellinen ilmapiiri, jokaisen osallistujan arvostaminen, vapaus, itseohjautuvuus, arvostelun puute ja prosessikeskeisyys. Kokemuksellisuuteen keskittyminen tuotti syvältä sisältäpäin kumpuavaa, itseohjautuvaa työskentelyä, jonka kautta tanssi ja muu ilmaisu löysi muotonsa luonnollisesti. Esitys sai mahdollisuuden muotoutua omalla rytmillään, kun työryhmälliset pystyivät antamaan tunteilleen tilaa ja kestäämään myös epävarmuuden hetkiä. Havaintojeni mukaan oman luovuuden tutkiminen ja löytäminen vaikutti osallistujiin kokonaisvaltaisesti ja lisäsi monen kohdalla itsetuntemusta, itseluottamusta ja riskinottoa. Työskentely laitto esiintyjät kohtaamaan itsensä ja omat tunteensa osana taiteellista prosessia, ja joillekin sillä oli myös terapeuttisia vaikutuksia.</p> <p>Oma ohjaajuuteni kiinnittyi dialogiseen pedagogiikkaan, jonka ydintä on dialogi eli yhteinen toisia kunnioittava vuorovaikutus ja salliva asennoituminen. Kokemuksellisuuteen keskittyminen vaati minulta ohjaaja-opettajana ennen kaikkea tiedostamista. Oli tärkeää, että ohjaajana tiedostin oman vastuuni turvallisen työskentelyilmapiirin luomisessa ja osallistujien turvallisuudentunteen mahdollistamisessa. Hyväksyntä, leikkillisuus, vuorovaikutus, aito kontakti omiin kokemuksiin ja kokemusten tietoisiksi tuominen olivat tärkeitä työkaluja tämän päämäärän tavoittelussa. Kokemusten sanallistaminen keskustelujen ja kirjoittamisen kautta edisti sekä turvallisuudentunnetta työryhmässä että taiteellisen prosessin etenemistä.</p> <p>Kokemuksellisuuteen keskittyminen voi tuoda esiin pelkoja. Pelon kohtaaminen ja hyväksyminen voi vapauttaa sekä ohjaajaa että esiintyjää löytämään itsevarmuutta, rentoutta ja uusia ratkaisumalleja. Ohjaaja voi vahvistaa omaa pelonsietokykyään ennakkovalmistelulla ja taustatyöllä, jotka tuovat varmuutta kestävä tuntematonta. Luottaminen prosessiin ja intuitio voivat kantaa työskentelyä yllättävän pitkälle. Taiteelliset sisällöt saavat tilaa tulla esiin, kun ohjaajalla on rentoutta ja luottamusta. Tätä edesauttavat maltti, prosessin tarkkaileminen, tarpeen mukaan sivussa pysyminen ja tilan antaminen toisille sekä armollisuus itseä ja muita kohtaan.</p>			
ASIASANAT Kokemuksellisuus, tanssi, tunteet, dialoginen pedagogiikka, ympäristönomainen esitys			

SISÄLLYSLUETTELO

TERVETULOA MUKAAN	9
LIIKKEELLE	11
<i>Lähtöpisteeni</i>	11
<i>Työryhmä</i>	12

KOHTI KOKEMUKSIA JA TUNTEITA	15
<i>Työskentelyn raamit</i>	15
<i>Tunteet tiedostamisen kohteena</i>	20
<i>Terapeuttinen luovuus</i>	24
<i>Transformaatio soolo-kohtauksiksi</i>	29
<i>Pelon kohtaaminen</i>	32
<i>Metaforat</i>	35
<i>Vapaus ja muoto</i>	38
<i>Yllätyksellisyyttä valinnoista</i>	42

OHJAAJA-OPETTAJAN KOKEMUSMAAILMA	48
<i>Arvonanto jokaiselle</i>	48
<i>Älä puutu – tilaa valinnoille</i>	50
<i>Esityksen rakenteen löytäminen</i>	55
<i>Viis mielipiteistä!</i>	59
<i>Opettaja-oppilassuhde</i>	61
<i>Tunteille tilaa</i>	62
<i>Pedagoginen prosessi vs. taiteellinen prosessi</i>	64

PERILLÄ	66
LÄHTEET	68

TERVETULOA MUKAAN

Tämä taiteellis-pedagogisen opinnäytetyöni kirjallinen osio kertoo *Ihmisiä* -nimisen esityksen valmistamisprosessista ja kokemuksellisuuden näkymisestä esityksen lähtökohtana. *Ihmisiä* oli ohjaamani 45 minuutin mittainen esitys, jossa oli mukana kuusi eri-ikäistä ja eritaustaista esiintyjää. Esitys pohjautui tanssiin, mutta työryhmän monimuotoiset taidot ja kiinnostuksenkohteet näkyivät siinä muun muassa äänenkäytön, tekstinkäytön ja visuaalisuuden kautta.

Esityksen valmistusprosessin aikana keskityimme havainnoimaan työskentelyn aikana tapahtuvia kokemuksia ja tunteita. Metodeina käytin improvisaatiota, valmista liikemateriaalia, kokemuksellisuutta eli huomion keskittämistä omaan kokemukseen, aistihavaintoja, keskustelua ja reflektiikirjoittamista. Kokemuksellisuudessa tärkeää oli erityisesti tunteiden havainnoiminen. Myös yleisön ja esiintyjien läheinen, vailla selkeää katsomorajaa tapahtuva sijainti esitystilassa vaikutti merkittävästi esityksen valmistamiseen ja kaikkien mukanaolijoiden kokemukseen.

Miksi kokemuksellisuus ja erityisesti tunteiden havainnointi kiinnosti minua kokonaisen esityksen verran? Kiinnostuin jo pedagogisten opintojen alkuvaiheessa tanssiessa ilmenevistä tunteista ja niiden havainnoinnista. Siksi kokeilin opintoihin liittyvissä opetusharjoitteluisani tunnekokemusten havainnointia osana tanssinopetuksen sisältöä. Tällöin näin ja koin valtavan hienoja ja koskettavia elämyksiä katsellessani tunteita havainnoivaa tanssia suljetun ryhmän kesken. Jäin pohtimaan, miten tämän saman herkkyyden voisi tuoda esitystilanteeseen. Mitä vaaditaan työprosessilta ja ohjaajalta, jotta esiintyjä voisi tuntea ja kokea vapaasti ja olla samalla turvallisesti auki ulkopuolisille katsojille? Voisiko katsojan saada tunteaan itsensä osaksi ryhmää, vaikka hän olisi vasta saapunut paikalle? Voisiko esiintyjä olla niin avoin, että katsojalla olisi mahdollisuus samaistua hänen tunteisiinsa kuin tutun ihmisen kanssa?

Tunteet aiheena vaihtui opinnäyteprosessin edetessä laajempaan kokemusten tarkasteluun. Tässä kirjallisessa työssä käytän sanaa **kokemuksellisuus**, johon sisällytän sekä tunteiden että muiden kokemusten havainnoinnin osana taiteellista työskentelyä.

Edellä mainituista kysymyksistä johtuen keskityin opinnäyte-esityksen valmistusprosessissa kokemusten havainnoimiseen, niiden hyväksymiseen ja

esiintyjien persoonan ja kokemusten näkymiseen esiintymishetkellä. Näistä teemoista tuli oleellisin osa sekä taiteellisia että pedagogisia tavoitteitani. Tämän kirjallisen työn keskeiset kysymykset ovat myös muotoutuneet samalta pohjalta. Millaista on työskennellä taiteellis-pedagogisessa prosessissa kokemuksellisuusnäkökulman kautta? Millaisia kokemuksia osallistujille syntyy tällaisessa prosessissa? Miten kokemuksellisuusnäkökulma vaikuttaa ohjaaja-opettajan työhön? Mitä opettaja kokee?

Tervetuloa siis sinullekin, Lukija, mukaan kokemusten havainnoinnin maailmaan tämän kirjallisen työn kautta. Asiatekstin lomassa on erilaisia sisennettyjä tekstilainauksia. Ne koostuvat omista työpäiväkirjamerkinnöistäni, esiintyjien harjoitus- ja esitysprosessin päätyttyä kirjoittamista reflektiokirjoituksista, omista muistoistani työskentelyn ajalta sekä muistiinpanoistani työryhmän sisäisistä keskusteluista. Mukana on myös kuvia esityksistä. Toivottavasti nämä tekstit ja kuvat välittävät myös Sinulle jotain siitä kokemus- ja tunnemaailmasta, jonka parissa *Ihmisiä* valmistui.

Olen kirjallisessa työssä vaihtanut esiintyjien nimet keksittyihin. Jokainen esiintyjä oli mukana työskentelyssä koko persoonallaan ja työryhmän kesken vallitsi luottamuksellisuus. Toivon keksittyjen nimien suojaavan esiintyjää. Henkilökohtaisimpien tekstien käyttöön olen pyytänyt esiintyjiltä luvan.

Jätän Sinut lukemaan tätä työtä erään esiintyjän harjoituksiin mukanaan tuoman runon myötä. Se kuvaa sopivasti sekä *Ihmisiä* -esityksen sisältöä että koko työryhmämme löytämää asennoitumista yhteiseen työskentelyyn ja esiintymiseen.

Mitä se nyt haittaa,
jos on vähän enemmän ikää,
kun ilo vielä kukkii silmissä ja askelissa.
Saa olla niin mielettömän vapaa
kukaan ei katso sillä silmällä.
Voit ostaa sen hullun kukkahatun
Martikaisen kaupan ikkunasta.
Olla rauhassa naurettava.

- Sirkka Liisa Asikainen¹

¹ Asikainen, S.L. Julkaisematon lähde

LIIKKEELLE

Lähtöpisteeni

Kuten alkukappaleessa mainitsin, ajatus tämän työn toteuttamisesta sai alkunsa pedagogisten opintojeni opetusharjoittelun aikana. Harjoittelu oli kaksiosainen. Toisessa osassa opetin erään ammattikorkeakoulun tanssinopettajaopiskelijoita ja toisessa taas aikuisten ei-tanssijoiden liikeilmaisun kurssia. Kummankin ryhmän kanssa opetuksen tausta-ajatuksena oli tanssimisen kautta koetut tunteet ja niiden havainnoiminen ja näkyminen. Ilmaisun ja tunteiden syvyys, jota tunneilla koettiin ja nähtiin, muuttui työskentelyn myötä häkellyttävän hienoksi kummankin ryhmän kanssa. Olin itse opettajana useita kertoja hyvin liikuttuneessa ja kosketetussa mielentilassa, koska kurssien osallistujat antoivat itsestään niin paljon sekä työskentelylle että toisilleen. Näin herkkiä, paljaita ja kauniita ihmisiä. Sain myös kuulla heidän tuntemuksistaan ja kokemuksistaan ryhmäkeskustelujen ja henkilökohtaisten kirjoitusten kautta.

Voisiko samanlaisen esiintyjien läsnäolon ja elävyyden sekä katsojan osallisuudentunteen saada aikaan esityksessä, johon katsojat saapuvat paikalle ulkopuolisina ja työskentelyprosessia tuntematta? Halusin yrittää valmistaa esityksen, jossa katsojat voisivat kokea yhtä hienoja kokemuksia kuin itse olin saanut kokea opetusharjoitteluideni yhteydessä. Halusin myös yhdistää esiintymisen ammattilaisia ja kokemattomampia esiintyjii samaan projektiin, toiveena eri-ikäisten ihmisten kirjo. Opetusharjoittelukokemukseni myötä uskoin, että sekä kokeneilla että kokemattommilla esiintyjillä olisi omat vahvuutensa lisättäväksi yhteiseen työskentelyyn. Halusin haastaa itseni opettajana ja ohjaajana tehtävään, jossa erilaisista, eri-ikäisistä ja eritaustaisista esiintyjistä tulisi saada heidän parhaat puolensa esiin. Halusin, että katsojat pääsisivät näkemään näyttämöllä elämää, joka tuntuisi aidolta, todelliselta ja monimuotoiselta.

Tämä kiinnostus kantoi niin pitkälle, että sen pohjalta syntyi taiteellis-pedagogisen opinnäytetyöni esityksellinen osio nimeltä *Ihmisiä*. Esityksen ensi-ilta oli Teatterikorkeakoulun Studio 2:ssa 6.3.2012 ja se oli osa kolmen opinnäytetyön iltaa nimeltä *Kolme ajatusta, tuhat tunnetta*.

Harjoitusprosessimme alkoi marraskuussa 2011.

Työryhmä

Minulla oli toiveena saada työryhmään mukaan mahdollisimman monenlaisia ihmisiä, joilla olisi vaihtelevat taustat esiintymisen suhteen. Oli tärkeää löytää mukaan sellaisia eri-ikäisiä ihmisiä, joilla ei tarvitsisi olla aiempaa kokemusta tanssista tai esiintymisestä, mutta jotka mukaan lähtiessään ymmärtäisivät projektiin ja työryhmään sitoutumisen vaatimukset ja uskaltaisivat myös esiintyä yleisön edessä. En ottanut työryhmään mukaan lapsijäseniä, sillä suunnittelemani työskentelymuoto oli kypsyyttä, abstraktia ajattelua ja keskittymistä vaativa.

Erilaisten vaiheiden kautta sain opinnäytetyöryhmäni kokoon.

Esiintyjäryhmässä oli lopulta mukana yksi 77-vuotias, yksi 68-vuotias, yksi 43-vuotias, kaksi 29-vuotiasta ja yksi 23-vuotias esiintyjä. Kaksi esiintyjistä oli miehiä, neljä naisia. Heidän keksityt nimensä tässä kirjallisessa työssä ovat sekalaisessa järjestyksessä *Hanna, Anja, Petteri, Maria, Seppo* ja *Tuija*.

Ikäjakautaman lisäksi esiintyjäryhmä oli monimuotoinen myös taiteellisilta taustoiltaan. Esiintyjistä kolme oli kurssikavereitani Teatterikorkeakoulun tanssi- ja teatteripedagogiikan laitokselta. Yksi heistä oli taustaltaan teatteriohjaaja ja esitystaiteilija, yksi sirkustaiteilija ja tanssinopettajaopiskelija, yksi liikunnanopettaja-street-tanssija ja fyysinen koomikko. Kukaan esiintyjistä ei siis ollut varsinaisesti erikoistunut omaan tyyliini nykytanssiin. Pidin tästä asetelmasta, sillä tavoitteenani oli tuoda esille monipuolisesti erilaisia persoonia ja liikkumisen tyyliä, taidokkuuden tai treenattujen ja liikkumaan harjaantuneiden kehojen sijaan.

Kuva- ja tekstiilitaiteilija Venla Martikainen vastasi esityksen visuaalisesta ilmeestä ja hänen tehtävänä oli esityksen tilasuunnittelu ja puvustus. Toiveenani oli, että tila olisi jotain ihan muuta kuin perinteinen, etusuuntainen ja paljas tanssinäyttämö, vaikka esitykset tapahtuivatkin Teatterikorkeakoulun studiotilassa. Halusin lämminhenkisen ja tunnelmallisen tilan, jossa katsojat sijoittuisivat joka puolelle esiintyjien ympärille ja saisivat jonkinlaista valinnanvapautta oman olemisensa suhteen.

Työryhmässä oli mukana myös äänisuunnittelija Kai Poutanen. Toivoin Kain ja äänen olevan esityksessä kuin yksi lisäesiintyjä ja elävän mukana tilanteissa, improvisoiden sovittujen rakenteiden sisällä kuten muutkin esiintyjät. Valosuunnittelusta vastasi Opetusteatterissa työskentelevä Janne Björklöf.

Käytin opinnäyteprosessissa termejä **esitys** ja **esiintyjät** termien **tanssiesitys** ja **tanssijat** sijaan. Annoin esiintyjille mahdollisuuden tuoda itselleen läheisiä ilmaisumuotoja mukaan esitykseen. Lopulta esitykseen kuului tanssia, liikettä, puhetta, naurua, laulua, musiikkia, äänimaailmoja, vaatteita, asusteita, rekvisiittaa ja valoja.



Kuva: Mikko Haiko

Minulla ohjaajana oli selkeä tehtävä työskentelyn muodon luojana ja valintojen tekijänä, mutta ennen kaikkea mahdollistamassa jokaisen esiintyjän loistoa omana itsenään. Lopun työn tekivät esiintyjät itse. Kun jossain prosessin vaiheessa aloin miettiä esitykselle nimeä, oli nopeasti selvää, että nimi on *Ihmisiä*, esiintyjäryhmämme kunniaksi.

Myös esiintyjä Petteri arvosti työryhmämme monipuolisuutta:

Työryhmässämme oli suuri ikäjakauma. Ensimmäisissä treeneissä ajattelin, mitähän tästä tulee. Olenhan itse kuitenkin suorittaja. Juuri tämän vuoksi oli tervetullutta myös toisenlainen tekeminen: hieman hitaampi, vähemmän joustava, suppeampi liikerata. Oivalsin heti ensikertojen jälkeen saavani tuosta asetelmasta ja vanhempien ihmisten läsnäolosta paljon. Olen ollut paljon

lasten kanssa, mutta iäkkäämpien ihmisten parissa olen ollut hyvin vähän viime vuosina. (Petteri, reflektiikirjoitus harjoitus- ja esitysjakson päätyttyä 2012)

KOHTI KOKEMUKSIA JA TUNTEITA

Työskentelyn raamit

Oma lähtökohta-ajatukseni koko prosessiin oli tunteet, mutta esiintyjien kanssa käytyjen keskustelujen myötä päädyin puhumaan enemmän kokemuksista kuin tunteista. **Tunteet** sanana johdattaa ajatukset tunteilun, tunteiden esittämisen ja tunteiden vallassa olemisen suuntaan enemmän kuin tarkoittamani merkitys oli. **Kokemus** sanana osui lähemmäs tarkoitusperääni. Toivoin ihmisten kokevan asioita ja antavan näkyä sen, mitä kokeminen heissä herättää, peittämättä ja piilottamatta omia inhimillisiä reaktioitaan. Tässä kirjallisessa työssä käytän sanaa **kokemuksellisuus**, jolla viitataan **hetkellisten kokemusten ja tunteiden havainnointiin**. Toisaalta lähdemateriaalini perustuu paljon erityisesti tunneaiheeseen, koska opinnäytetyöskentelyn suhteen olen kokenut juuri tunteet kiinnostavimpana kokemusilmiönä. Pohdin lähdekirjallisuuden kautta erityisesti tunteiden ilmenemistä, ihmistä holistisena kokonaisuutena sekä luovan työskentelyn terapeutisia näkökulmia.

Itselleni kokemuksellisuudessa on kyse autenttisuudesta – siitä, että ihminen näkyy sellaisena kuin hän kullakin hetkellä on eikä jonkinlaisena harjoittelun ja esitetyn roolin tuloksena. Tutkija Jaana Parviainen (1998) mukaan autenttisuus on nykytanssissa kysymys, joka liittyy siihen, millä tavalla uskomme taideteoksen maailmaan ja millaisen maailmayhteyden se pystyy luomaan. Yksi aspekti tanssiteoksen autenttisuutta koskee sitä, millä lailla peitämme tai autamme elettyä kehoa, todellista ihmistä loistamaan merkityksiä, kommunikoivana ja henkilökohtaisuutta välittävänä kokijana. (Parviainen 1998, 156-157) *Ihmisiä* -esityksessä pyrin luomaan työskentelykulttuurin ja -olosuhteet, jotka mahdollistaisivat esiintyjien autenttisen olemisen näyttämöllä.

Tämä opinnäyteharjoituksissa käyttämämme harjoite avaa kokemusten ja tunteiden havainnointia käytännön näkökulmasta:

Liikettä omaa olotilaa havainnoiden

Tehtävänä oli asettua tilaan silmät kiinni ja havainnoida mikä oma olotila oli kyseisellä hetkellä. Jokainen nimesi oman olotilansa mielessään ja alkoi tehdä yksinkertaista liikettä, esimerkiksi valumista alas maahan ja nousemista takaisin ylös, nimettyä

olotilaansa havainnoiden ja antaen sen vaikuttaa liikkeeseen. Harjoite ei tullut suoraan mukaan esitykseen, mutta sen kautta harjoiteltiin tapoja havainnoida omaa olotilaa, nimetä se ja toimia olotilan mukaan. Harjoite auttoi keskittymään sisäiseen kokemukseen ja unohtamaan liikkeen ulkoisen muodon. Olen tehnyt itse harjoitetta alunperin taiteellisen tutkimuksen professori Leena Rouhiaisien ohjaamalla tunnilla.

Lähtiessäni suunnittelemaan esityksen valmistusprosessia mielessäni oli muutama käytännön elementti, joiden ympärille esitys rakentuisi: **improvisaatio vs. valmis liikemateriaali, oma kohtaaminen jokaiselle esiintyjälle** sekä **katsojat joka suunnalla esitystilassa**. Kokemusten sanallistaminen keskusteluiden ja kirjoittamisen myötä oli myös tärkeässä osassa.

Näiden teemojen ja rakenteiden sisällä halusin pysyä mahdollisimman avoimena sille, että prosessi saisi muotoutua omalla painollaan. Suunnittelin siksi harjoitusprosessia ennalta melko vähän. Minulle oli tärkeää, että esityksestä tulisi juuri mukana olevien esiintyjien näköinen, että jokainen pääsisi näkyviin omana itsenään ja että katsoja voisi kokea pääsevänsä lähelle esiintyjä myös tunnetasolla. Erittäin tärkeää minulle oli, että työryhmä voisi kokea prosessin positiivisena ja turvallisena kokemuksena.

Ensimmäisellä tapaamiskerralla kerroin esiintyjäryhmälle työskentelyohjeet, joiden avulla oli tarkoitus varmistaa työskentelyn turvallisuutta ja oikeaa suuntaa. Työskentelyyn kuuluivat seuraavat ohjenuorat:

- Kuuntele itseäsi ja omaa kehoasi.
- Havainnoi omia kokemuksiasi ja tunteitasi.
- Tee harjoitteita oman olosi mukaan, muokkaa tarvittaessa harjoitetta itsellesi sopivammaksi tai keskeytä tekeminen.
- Kirjoitetaan ja keskustellaan harjoituksissa syntyneistä kokemuksista.
- Pidetään mukana mahdollisimman paljon leikkimielisyyttä ja leikitellään harjoitteiden parissa.
- Kunnioitetaan kaikkien osallistujien kokemuksia.
- Harjoituksissa tapahtunut ja keskusteltu on luottamuksellista.

Pyrin näillä ohjeilla paitsi positiiviseen työskentelytunnelmaan, myös luovuuden vapautumiseen. Tanssiterapeutti Alma M. Hawkinsin mukaan kokemukseen sitoutunut työskentely vaatii aikaa syventyäkseen. Sitoutuminen häiriintyy, jos siirrymme keskittyneestä tilasta arvostelevaan tekemäämme tai katsomaan sitä ulkoisin silmin. Omiin tunteisiin ja tuntemuksiin keskittymällä voi päästä paremmin käsiksi luovaan potentiaaliinsa. (Hawkins 1991, 33)

Halusin pitää opinnäytetyöskentelyn alun työryhmän kesken mahdollisimman kevyenä, rentona ja tavoitteettomana. Tietysti jonkinlaisia tavoitteita oli: ihmisten tutustuminen toisiinsa ja minun työtapoihini tunneteeman parissa (tässä vaiheessa puhuin vielä tunteista, en kokemuksista tai kokemuksellisuudesta). Aluksi tapasimme esiintyjäryhmän kesken harvakseltaan, kerran-pari viikossa. Havainnoimme tunteiden kokemista ja ilmenemistä yhteisen tekemisen ja leikkimisen kautta. Keskustelimme paljon, teimme harjoitteita ja keskustelimme taas. Haimme yhteistä toimintakulttuuria.

Työpäiväkirjamerkinnässäni ensimmäisistä harjoituksista havainnoin omia tunnelmiani uuden työryhmän ja valitsemani työskentelytavan äärellä:

Ensimmäiset harjoitukset. Istumme tanssisalin lattialla piirissä ja jokainen saa vuorollaan kertoa jotain itsestään. Keskustelun tehtävänantona on tunteet ja odotukset tällä hetkellä. Olen suunnitellut kahden tunnin tapaamiskerrallemme erilaisia liikkeellisiä tehtäviä, joiden kautta pääsemme leikkimään yhdessä ja tutustumaan toisiimme yhdessä tekemisen kautta. Suunnitelmiini tulee muutos: kello käy, aika rientää ja keskustelu jatkuu, jatkuu. En henno pistää poikki enkä osaakaan: on selvää, että osallistujat ovat kovin onnellisia saadessaan kertoa asioita niin, että heitä kuunnellaan. Keskustelunaiheet rönsyilevät omasta itsestä naapureihin, aiempiin osallistumisiin tanssiproduktioissa, vaikka mihin... Tämä on tarpeellista, ei kai meillä ole kiire. Yritän päästää irti opettajaminästä, jonka mielestä suunnitelmia pitää noudattaa ja tanssiharjoituksissa kuuluu tehdä jotain fyysistä. Yritän siirtää puheenvuoron itselleni, mutta juttu jatkuu. Okei, luovutan. Tarkkailen muita ympärilläni: onneksi kaikki tuntuvat suostuneen kuunteluun, en näe ainakaan suurempaa turhautumista. Lopuksi ehdimme tehdä yhden liikkeellisen harjoitteen. Se kuitenkin riittää, olemmehan vasta

aivan alussa. Seuraavan kerran alkuun suunnittelen silti toiminnallisemman aloituksen. (Työpäiväkirja 2011-2012)

Tämän kirjallisen työn edetessä palaan näihin samoihin havaintoihin yhä uudestaan ja uudestaan. Keskustelu, kiireettömyys ja pakottomuus olivat hallitsevia tekijöitä koko harjoitusprosessin tunnelmassa ja edistymisessä.

Aluksi teetin paljon erilaisia harjoitteita, joissa osallistujat tuottivat vapaata liikemateriaalia esimerkiksi mielikuvien, toiminnallisten tehtävien, äänien, sisäisten impulssien, keskinäisen vuorovaikutuksen ja leikin kautta.

Leikkiminen olikin oleellinen osa työskentelysuunnitelmaani. Leikkimisen tarkoitus oli paitsi tuottaa iloa ja kepeyttä, myös edesauttaa turvallisen työskentelyilmapiirin syntymistä ja kääntää huomio liian vakavamielisestä itsetarkkailusta kohti havainnointia, joka tapahtuu itsensä hyväksyen, positiivisessa hengessä. Omien havaintojeni mukaan leikki suuntaa huomion itsestä muihin, helpottaa vuorovaikutussuhteiden syntymistä ja harjoittaa yhteistoimintaa. Se auttaa myös tilallisessa havainnoinnissa. Leikkiessä on hankalaa ottaa itseään tarpeettoman vakavasti. Kokemukseni mukaan leikillinen ja toiminnallinen lähestymistapa pitää osallistujat kiinni hetkessä ja keskinäisessä vuorovaikutuksessa.

Aiemmassa opetusharjoittelussa käyttämäni aistiteemat **näkö, kuulo** ja **tunto** olivat harjoitusprosessin alkupuolen keskiössä. Aistit tarjoavat konkreettisen ja turvallisen tavan havainnoida omaa kokemusmaailmaa ja olla tekemisissä uuden ryhmän kanssa. Näköaistin kautta on mahdollista saada impulseja muilta, olla suhteessa tilaan ja toisiin. Kuuloaisti virittää sisäisen ja ulkoisen tilan vuoropuheluun ja mahdollistaa myös yhteistoiminnan toisten kanssa. Tässä esimerkki opinnäyteharjoituksissa paljon käyttämästämme kuuloaistiin perustuvasta harjoitteesta:

Pariäänitehtävä

Tehtävä tehtiin pareittain. Toinen pareista oli liikkuja, toinen napsuttelija tai vapaiden äänten tekijä (harjoitteesta oli kaksi erilaista versiota). Liikkuja asettui tilaan silmät kiinni, napsuttelija tai vapaiden äänten tekijä napsutteli lähistöllä sormiaan tai tuotti muuten ääntä, kokeillen erilaisia etäisyyksiä, voimakkuuksia, rytmejä... Liikkuja reagoi ääniin liikkeen kautta sillä tavalla kuin itselle tuntui sillä hetkellä sopivalta. Usein tehtävästä syntyi

luontevasti myös liikkeellinen duetto, sillä napsuttelija tai vapaiden äänten tekijäkin eläytyi helposti yhteiseen tehtävään kehollaan.

Äänitehtävä ei lopulta päätynyt suoraan esitykseen, vaikka sitä yritinkin, mutta tehtävän kautta syntynyt vuorovaikutus esiintyjien kesken ja tapa viestiä myös äänellä säilyi mukana. Pohdin työpäiväkirjassani viidennellä tapaamiskerrallamme joulukuussa, miten äänten käyttäminen vaikutti työskentelyyn ja tunnelmaan:

Äänet yhdessä toisen kanssa liikkeessa aiheutti todella intensiivistä läsnäoloa, katsoessakin oma keho lähti reagoimaan mukaan. Kahden ihmisen välinen yhteys loi maailmoita, jotka aukesi myös ulospäin, eikä ollut enää selvää kuka tekee mitä, ääntelijät oli tosi liikkuvia ja liikkujat tosi eläviä. (Työpäiväkirja 2011-2012)

Näkö- ja kuuloaistit siis herkistävät ulkoisille impulsseille sekä ulkoisen ja sisäisen vuoropuhelulle. Omien havaintojeni mukaan tuntoaistin tietoinen käyttö taas tuo kokijan usein hyvin henkilökohtaiselle alueelle ja aktivoi tunteita ja muistoja. Tuntoaistin kautta kokeminen voi olla jännittävää ja pelottavaakin, sillä arkielämässäkään emme normaalisti päästä ketä tahansa kosketusetäisyydelle ja tuntoaistin alueelle. Mielestäni tuntoaistin kautta tapahtuva kokemus voi olla syvän inhimillinen ja siksi hauras ja paljastava.



Kuva: Mikko Haiko

Opettajalle on vastuullista ja haastavaa ottaa tuntoaisti tietoisesti mukaan opetushetkeen, sillä tällöin on erityisen tärkeää pitää huolta osallistujien valinnanvapaudesta, turvallisuudesta ja hyvinvoinnista. Oma kokemukseni on, että kun opetustuntiin tai esitysharjoituksiin on sisällytetty tuntoaistin havainnointiin pohjautuvia harjoitteita ja kokemuksista on keskusteltu jälkepäin, osallistujat ovat usein kertoneet kokeneensa hyvinkin henkilökohtaisia tuntemuksia ja muistoja omasta eletystä elämästään. Välillä kokemukset ovat olleet niin herkistäviä ja täysiä, ettei niistä ole edes koettu tarvetta puhua.

Tunteet tiedostamisen kohteena

Neurologi Antonio Damasio (2000) mukaan keho on tunteiden tapahtumapaikka ja tunnistaja. Tunteet **tuntuvat**. Jos esimerkiksi säikähdän, jotain tapahtuu kehossa ja tuon tapahtumisen tunnistaminen kertoo minulle, mitä tunnen. Tunnistaminen ja nimeäminen on jo pitkälle edennyt vaihe tunteiden prosessissa. Usein kuitenkin kokemus jää jonnekin taka-alalle – olo on vaikea, ärsyyntynyt, levoton, omaa olotilaa on vaikea ymmärtää tai varsinkaan tietää, mistä se johtuu. (Damasio 2000, 36-37, 42-43, 257-258, 260)

Opinnäytetyön harjoitusprosessin aikana me kaikki osallistujat koimme monenlaista. Nauroimme, herkistyimme, hiljenimme, liikutuimme, yhdessä ja jokainen erikseen. Moni kertoi kokeneensa syviä tunteita ja oivalluksia. Mukaan mahtui myös turhautumista, hämmennystä ja väsymistä. Näin harjoitteiden tekemisen aikana osallistujissa monia henkilökohtaisia hetkiä, jolloin he antoivat kokemuksen tapahtua itsessään vapaasti. Näiden hetkien sisältöä he ihmettelivät usein jälkepäin joko keskusteluissamme tai omissa kirjoituksissaan.

Damasio mukaan tiedostettujen tunteiden vaikutus on kestävämpi ja täydellisempi kuin tiedostamattomien emootioiden. Siksi tiedostamiseen pyrkiminen voi olla hyödyllistä kokijalle. Emotionaalinen tila on jotain, minkä ulkoinen havainnoija voi nähdä, esimerkiksi kyynelien muodossa, mutta emootio kokija ei välttämättä ole tietoinen emootionsa käynnistäjästä. Kokijalle emootio on pelkkä fyysinen tapahtuma, kunnes hän havainnoi sen tietoisuuden kautta, tiedostamalla oman tilansa, siihen mahdollisesti vaikuttavat syyt ja seurauksena tapahtuneen emootion. Näin emootiosta muodostuu tunnettu ja nimettävissä oleva tunne, esimerkiksi suru. Tunne on

kokijan oma sisäinen kokemus, yksityinen todellisuus. (Damasio 2000, 41, 51-53, 78-79)

Myös psykologi ja filosofian tohtori Lauri Rauhala (2005) kirjoittaa tunteiden ja tiedostamisen yhteydestä. Rauhala jaottelee ihmisen eri olemuspuoliin, joita ovat situationaalisuus eli olemassaolo suhteina todellisuuteen, kehollisuus eli olemassaolo orgaanisena tapahtumana sekä tajunnallisuus eli ihmisen psyykkis-henkinen olemassaolo. Kehollinen, tajunnallinen ja situationaalinen kokemuksellisuus kietoutuvat ja vaikuttavat toisiinsa. Muutokset yhden olemassaolon muodon piirissä heijastuvat myös toisissa. (Rauhala 2005, 32-34).

Rauhalan mukaan merkityssuhde syntyy, kun mieli asettuu tajunnassamme suhteeseen jonkin asian tai ilmiön kanssa siten, että ymmärrämme tuon asian tai ilmiön joksikin. Merkitykset eivät ole vain kielellisiä, vaan ihmiselle on merkitsevää kaikki kokemus siitä huolimatta, onko se kielellisesti ilmaistavaa vai ei. Ihminen saa ulkomaailmasta enemmän vaikutteita kuin mikä järjestyty tietoisiksi merkityssuhteiksi. Ylimääräinen informaatio sijoittuu hermostoon ja säilyy siellä. Tietoiseksi tuleminen on merkityssuhteiden täydentymistä, selkeytymistä ja sijoittumista paikoilleen. Ihmisen kehollisen olemispuolen kannalta puutteellisiksi ja epäselviksi jääneet merkityssuhteet ovat erityisen tärkeitä, koska ne ovat usein sävyltään emotionaalisia ja häiritsevempiä kuin selkeät sanallisesti jäsennettävissä olevat rationaaliset merkityssuhteet. (Rauhala 2005, 160-162, 166-167, 214-215)

Tietoinen ymmärtäminen on ihmisenä olemisessa keskeistä. Rauhalan mukaan tajunnallisuuden tason tuominen mukaan keholliseen, kokemukselliseen toimintaan mahdollistaa syvemmän ja pysyvemmän laatuksen kokemuksen ja merkityssuhteiden muodostumisen. Tajunnan kanavan kautta työskennellessä dialogi eli kokemuksellinen vastavuoroisuus on olennaista. Tällöin vuorovaikutus on eettisesti hyväksyttävää, koska tiedostava aikuinen ihminen voi kieltäytyä hyväksymästä niitä merkityssuhteita, joita hänelle välitetään. Esimerkiksi puhtaasti kehollisen kanavan kautta vaikutettaessa tätä kontrollia ei ole, koska vaikutusta ei oteta vastaan tiedostavan ymmärtämisen kautta. Tiedostamisen kautta tapahtuvia vaikutuksia voidaan arvioida ja myös jälkikäteen korjata. (Rauhala 2005, 164-169)

Oman kokemukseni mukaan kokemukset voivat tanssiessa jäädä helposti tiedostamattomiksi, kehollisuuden ja emootioiden tasolle. Tanssilla, tai

laajemmin ajateltuna liikkeellä, on silti mielestäni hyvät mahdollisuudet tuoda esimerkiksi kehoon varastoituneita muistoja ja tunteita tietoisuuteen ja auttaa ymmärtämään omaa kokemusmaailmaa. Ymmärtäminen vaatii kuitenkin tajunnallisuuden tason tuomista mukaan keholliseen työskentelyyn sanallistamisen ja reflektoinnin kautta. Näin omat kokemukset voidaan tiedostaa ja nimetä vaikkapa tietynnimisiksi tunteiksi. Tanssi on mielestäni vuorovaikutusta, jossa ihminen on suhteessa itseensä, toisiin ihmisiin ja ympäristöönsä. Tanssin kokemuksellisuus määrittyy näistä suhteista. Tanssinopettajalla on mahdollisuus syventää opiskelijoiden oppimisprosessia antamalla heille välineitä ymmärtää omaa kokemustaan tajunnallisuuden tasolla.

Halusin opinnäytetyössäni tarjota osallistujille paljon mahdollisuuksia tuoda tajunnallisuuden tasoa mukaan tekemiseen. Ajattelin, ettei luultavasti olisi edes mahdollista tuoda kokemuksia ja tunteita tietoisesti näkyville esityksessä, elleivät esiintyjät ja minä ohjaajana saisi niihin tietoista kontaktia sekä ymmärrystä omasta kokemusmaailmasta, mahdollisimman turvallisesti. Harjoituksissamme keskusteleminen harjoitteiden tekemisen jälkeen oli erittäin tärkeää, jotta kokemukset saivat sanallisen muodon kautta ymmärryksen ja nimen. Keskustelimme usein pitkään ja polveilevasti, ja jokainen sai oman vuoronsa kertoa kokemuksestaan sen verran kuin halusi. Keskusteleminen oli samalla työtapoihin tutustumista ja epäarvottavan havainnointitavan harjoittelemista. Myös yhdessä tekeminen ja jakaminen herätti paljon reaktioita ja osallistajat tukivat toistensa kokemusta yhteisen jakamisen kautta.

Toinen tapa löytää omille kokemuksille sanallista muotoa oli reflektiokirjoittaminen joko yksittäisten harjoitteiden tai kokonaisen harjoituskerran jälkeen. Tässä kirjallisessa osiossa olen lainannut esiintyjien koko harjoitus- ja esityskauden jälkeen kirjoittamia reflektiokirjoituksia. Reflektio- eli kokemuskirjoittaminen tarkoitti opinnäytetyöharjoituksissani kirjoitushetkeä, jolloin kukin voi kirjoittaa harjoituksissa syntyneistä kokemuksistaan vapaasti itseään varten. Kirjoittamalla esiintyjät saivat mahdollisuuden käsitellä omaa kokemustaan yksityisesti ja ilman jakamisen pakkoa. Koska tarkoituksellisesti pyysin osallistujia kokemaan ja kiinnittämään huomion tunteisiinsa ja kokemukseensa, koin tärkeäksi myös antaa tilan kokemuksen ymmärtämiselle. Ilman tätä mahdollisuutta emotionaalinen kokemus olisi voinut jäädä harjoitusten jälkeen vaivaamaan

kokijaansa, ilman tiedostamista siitä, mitä tuli koetuksi ja mistä siinä mahdollisesti oli itselle kyse.

Omien kokemusten tiedostaminen myös helpotti taiteellista työskentelyä, koska aiempia kokemuksia oli sen johdosta helpompi palauttaa mieleen ja palata niihin toiminnan tasolla. Kun kokemuksista keskusteltiin avoimesti yhdessä, en myöskään itse joutunut vain arvailemaan, mitä kukin osallistuja oli kokenut ja tuntenut tai minkä asian hän oli kokenut mielekkääksi.

Oma osallistumiseni ohjaajana ja opettajana oli tietysti oleellisessa asemassa, jotta kokemusten tiedostaminen turvallisesti oli mahdollista. Harjoitteiden lähtökohtana oli, että jokainen sai tehdä niitä omalla tavallaan, tehdä omia valintojaan, havainnoida miltä tuntuu ja toimia omien kokemustensa mukaan kullakin hetkellä. Esiintyjät saivat valita prosessiin mukaan kiinnostaviksi kokemiaan teemoja. Ohjasin sivustatarkkailijan roolista käsin, painottaen oman kokemuksen havainnoimista, aistien käyttöä ja vapautta valita itse. Näin havainnoiminen oli jo lähtökohtaisesti oleellisena osana harjoitteiden tekemistä ja kokemuksiin oli ehkä helpompi palata myös sanallisessa muodossa.

Pohdin kokemusten sanoittamista ja työryhmän sisäisiä keskustelutapoja työpäiväkirjassani reflektiikirjoituksen muodossa tammikuussa:

Keskustelulla luodaan yhteistä toimimisen kulttuuria ja olemista. Tärkeää puhua omista kokemuksista, vaikka mitä näki toisen tekemisessä ja mitä mielikuvia se herätti, ei arvostella ”hyvä” tai ”huono”. Joillakin osallistujilla korostuu puheissa muistaminen, menikö oikein, kun tehdään toistoja pääsevät syvemmälle ja keskittymään kokemukseen. Tuntuu olevan vahva mielikuva, että jokin on oikein tai on olemassa oikea esittämisen tai tekemisen tapa, keskustelemalla avataan näkökulmaa, että on vain erilaisia valintoja, joista voi olla tietoinen ja valita. Sanoittaminen on uutta, mutta pääsevät siihen mukaan vähitellen. (Työpäiväkirja 2011-2012)

Kokemuksellisuuteen keskittyminen voi olla raskasta. Osallistuja joutuu tutkiskelemaan itseään, omaa olotilaansa ja epä mukaviakin tunteitaan ja tekemään valintoja itseohjautuvasti. Itseään ei voi paeta tehtävien suorittamiseen ulkokohtaisesti tai saada tehtävänannoista suoria kiintopisteitä, joiden perusteella määritellä toivottu suunta tai oma päämäärä. Esimerkiksi kovin väsyneenä se voi olla haastavaa ja vaatia paljon.

Hanna pohdiskelee omia kokemuksiaan ja työskentelytavan sopivuutta itselleen reflektiokirjoituksessaan:

Harjoitukset olivat innostavia ja kuten sanottua leppoisia. Siis siinä mielessä, että pystyin olemaan itsenäni – ainakin melkein =) jos olisin täysin kuunnellut omaa oloani, niin olisin jäänyt kotiin nukkumaan, mutta sen kerroksen ”itsenä olemista” jälkeen, pystyin olemaan rehellisesti sitä miltä tuntui. Tästä me taidettiin prosessin aikana puhua, mutta en ole ihan varma, sopiiko mulle parhaiten työskentely, jossa voi koko ajan kuunnella, miltä itsestä tuntuu. Minä huomasin muuttuvani aika herkkänahkaiseksi ja narisevaksi yksilöksi. Siis vähänkin jos oli jotain mikä hiersi omaa tyytyväisyyden tilaa niin siitä piti saada sanoa ja ”ilmaista omaa epämukavuuttaan”. Olen sitä mieltä, että pitää toki voida sanoa, jos jokin asia oikeasti ei tunnu hyvältä, mutta minä heittäydyn liian mukavuuden haluiseksi. En tiedä voiko tätä ymmärtää. En pidä itsestäni silloin, kun teen karpäsestä härkäsen ja narisen joka asiasta. En ehkä jaksa haastaa itseäni jos ei ole pakko.. olen laiskiainen =) (Hanna, reflektiokirjoitus harjoitus- ja esitysjakson päätyttyä 2012)

Kaikki asiat eivät tietysti sovi kaikille. Hannan havainto omasta mukavuusalueestaan ja siitä, miten hän toimii tietynlaisissa tilanteissa on arvokas. Työskentely, jossa jatkuvasti tarkkaillaan omia tuntemuksia ja mielitekoja vaatii osallistujilta riittävää jaksamisen ja oma-aloitteellisuuden määrää, mikä voi vaihdella samalla henkilölläkin eri elämäntilanteissa. Ohjaajana olisin voinut tarjota vielä vaihtelevammin erilaisia näkökulmia ja toimintatapoja, jolloin jokainen osallistuja olisi voinut helpommin löytää omat vahvuutensa ja hyvältä tuntuvat toimintatapansa mukaan työskentelyyn. On hyvä muistaa, että kun ohjaajana valitsen tietynlaisen painotuksen työskentelylle, se ei välttämättä sovi kaikille yhtä hyvin. Onko mahdollista löytää vaihtoehtoisia, yhtäaikaista näkökulmia, jotka tukevat sekä yhteistä päämäärää että jokaisen omia vahvuuksia? Tämä jää kokeiltavaksi tulevaisuuden projekteissani.

Terapeuttinen luovuus

Kokonaisvaltainen kokeminen avaa monenlaisia ovia taiteelliseen työskentelyyn: oma elämänhistoria, mielikuvat, mielikuvitus, luovat ratkaisut ja yllättävät ideat pääsevät ruokkimaan työskentelyä ja avaavat

mahdollisuuksia kokonaiselle ihmiselle tunteineen ja kokemuksineen olla läsnä tanssissa.

Tanssiterapia käsittelee ihmisen kehollisuuden ja tajunnallisuuden suhdetta oleellisena osana käytäntöjään. Tanssiterapeutti Helen Payne (2006) määrittelee tanssiterapian liikkeen ja tanssin psykoterapeuttisena käyttönä, jonka kautta ihminen voi syventyä luovalla tavalla prosessiin, joka edistää hänen emotionaalista, kognitiivista, fyysistä ja sosiaalista eheyttään (Payne 2006b, 2-3). Tanssiterapian pohjana on liikkeen ja tunteen erottamaton yhteys (Payne 2006a, xv). Jill Hayes (2006) käsittelee tanssiterapian mahdollisuuksia luovassa kontekstissa, kuten tanssinopetuksessa ja tanssikoulutuksessa. Hayes toteaa, että luovassa kontekstissa leikki, liikemetaforat, hyväksyntä ja turvallisuus ovat tanssiterapeuttisen työskentelyn perusta ja edellytys. Nämä elementit sisältävällä työskentelyllä on mahdollisuuksia vahvistaa luovuutta henkilökohtaisten ja sosiaalisten tunteiden integraation kautta. (Hayes 2006, 228)

Oma opinnäytetyöni ja sen harjoitusprosessi eivät ole tanssiterapiaa enkä ole saanut terapeutin koulutusta, mutta näen työtavoissani yhtäläisyyttä tanssiterapian tavoitteisiin. Keskeisiä tavoitteita omassa opetustyössäni ovat turvallisen työskentelyilmapiirin luominen, leikillisuus, vuorovaikutus, aito kontakti omiin kokemuksiin ja kokemusten tietoiseksi tuominen. Samat teemat olivat oleellisia opinnäytetyöprosessissani, jotta kokemuksellisuusteemaa oli mahdollista tuoda esiin työryhmän kesken ja katsojille saakka. Kun esiintyjät havainnoivat kokemuksiaan työprosessin aikana ja olivat kosketuksissa omiin tunteisiinsa, joillekin heistä sillä oli terapeuttisia vaikutuksia, heidän omien sanojensa mukaan. Prosessin kannalta oli tärkeintä, että he uskalsivat heittäytyä mukaan luovaan leikkiin, antaa ideoiden virrata itsestään ja antaa kokemustensa näkyä myös ulospäin.

Seppo pohdiskelee työskentelymme kokonaisvaltaisia vaikutuksia kahdessa tekstikatkelmassaan:

Sitten kun varsinainen esityksemme työstäminen alkoi, niin se oli todella sekä sieluun, että ruumiiseen käypää. Ja taas annoit raamit ja jokainen teki siitä lopulta omannäköisensä, mikä varmasti antoi esitykselle lisää ulottuvuutta. Meillä jokaisella oli ja on omat vahvuutemme enkä usko kenenkään kulkeneen sen(niiden) kanssa esityksessä jarrut päällä. (Seppo, reflektiokirjoitus harjoitus- ja esitysjakson päätyttyä 2012)

Yhden harjoitusvaiheemme tilanteen tahdon nostaa esille, joka minulle jäi erityisesti mieleen, se oli Marian ”harjoituskappale”, jossa hän keräsi tovin jonkin pahanolon kroppaansa ja antoi sen hetken kuluttua tulla tosi aidosti ”ulos” kyyneleitä myöten. Huomasin, kuinka koko huone hiljeni. Se veti aivan sanattomaksi. Olen itse kerännyt monenmoisia tunteita sisälleni, mutten ole onnistunut saamaan niitä sieltä ulos. Mutta ehkäpä joskus se onnistuu minultakin. Nyt näin, että se on ainakin mahdollista, kun vain antaa siihen itselleen luvan. (Seppo, reflektiokirjoitus harjoitus- ja esitysjakson päätyttyä 2012)

Tanssipedagogi ja tanssiterapeutti Alma M. Hawkinsin lähestymistapa omakohtaisen liikkeen tuottamiseen oli keskeisessä roolissa aiemmissa opetusharjoitteluisani, joissa sovelsin Hawkinsin opetusmenetelmää ja harjoitteita osana työskentelyäni. Opinnäytetyöprosessissa teimme muutamia Hawkinsin harjoitteita, joiden kaiku kantoi mielestäni esitykseen asti. Konkreettisten harjoitteiden sijaan Hawkins oli eniten läsnä teorian muodossa omassa suunnittelutyössäni, kun pohdin omia tavoitteitani ja työtapojani.

Hawkins (1991) tarjoaa mielenkiintoisen ja inspiroivan lähtökohdan tanssin ja tunteiden yhdistämiseen. Hän on kehittänyt opetusmetodin, jonka avulla on mahdollista auttaa tanssijaa improvisoimaan ja olemaan luova rehellisesti omista tunteistaan ja tuntemuksistaan käsin. Metodi perustuu erilaisiin mielikuvia hyödyntäviin harjoituksiin, joiden kautta tanssija pääsee käsiksi omiin tunteisiinsa ja kokemuksiinsa ja voi luoda tanssia niiden kautta. Hawkins soveltaa tanssiterapeuttisessa työskentelyssä käyttämiään metodeja luovaan prosessiin. Keskeistä Hawkinsin metodille on luovuuden vahvistaminen ja vuoropuhelu ihmisen sisäisen ja ulkoisen maailman välillä. (Hawkins 1991)

Hawkinsin mukaan luovuus tapahtuu tajunnan ja alitajunnan välimaastossa. Luovassa prosessissa on tärkeää luottamuksellinen ilmapiiri, vapaus, itseohjautuvuus, arvostelun puute ja prosessikeskeisyys. Prosessi tukee havainnon syventämistä ja siirtämistä omaan kokemukseen. Siihen kuuluu eri vaiheita, jotka limittyvät ja sekoittuvat osittain keskenään. Hawkinsin mukaan näitä vaiheita ovat näkeminen, tunteminen, kuvitteleminen, transformaatio ja muotoaminen. (Hawkins 1991, 7, 11-16)

Työskentelyprosessin alussa annoin esiintyjille kotitehtäväksi Hawkinsin havainnointitehtäviä, joiden avulla avataan omaa tietoisuutta havainnoimaan asioita ja ilmiöitä arkihavaintoa herkemmin ja avoimemmin. Tässä esimerkkinä ensimmäinen harjoituksissa antamani havainnointitehtävä ja sen purku seuraavalla tapaamiskerralla:

Puut ja kasvit

- Tarkkaile erilaisia puita ja kasveja, ulkotilassa ja sisällä.
- Valitse jokin puu tai kasvi, jota tarkkailet pitkään ja useita kertoja, ikään kuin katselisit sitä ensimmäistä kertaa.
- Mitä näet? Löydä kohteestasi piirteitä, joita et ole huomannut aikaisemmin. Näe ja koe muotoja, pintoja, suhteita, tunnelmia, liikettä, "oloisuuksia". Millaisia laatuja havaitset?
- Voit myös havainnoida, miten vuodenaika vaikuttaa kasviin. Entä millainen se mahtaa olla jonain toisena vuodenaikana?
- Anna havaintojesi herättää sinussa tunteita ja mielikuvia. Mitä koet?

(Hawkins 1991, 26; Hämäläinen 1999, 293)

Tehtävän purku

Keskustelu tunnin alussa: kohteen laatuun, "oloisuuteen" tai liiketunnelmaan liittyvien piirteiden esiin nostaminen osallistujien havainnoista.

Liikkeellinen tehtävä tunnin lopussa (osallistujat seisaallaan, silmät kiinni vapaamuotoisesti tilassa rentoutuksen jälkeen):

- Palauta mieleesi tarkkailemasi kohde. Käytä aikaa riittävästi, jotta voit tavoittaa mielikuvan kohteestasi mahdollisimman kirkkaana ja selkeänä. Palauta mieleesi sen luoma tunnelma tai kokemus.
- Minkälaisen liikeimpulssin se herättää sinussa? Anna liikkeen tapahtua, kun on sen aika.
- Synnyttääkö liike uusia liikkeitä ja uusia mielikuvia?
- Anna liikkeiden ja mielikuvien virrata vapaasti.

(Hämäläinen 1999, 294)

Hawkins katsoo, että näkemisen, kokemisen, vastaanottamisen ja havainnoinnin syvetessä tanssija oppii pinnallisen katsomisen sijaan aidosti näkemään tarkkailun kohteen olemuksen eri puolia. Tuntemisen eli kehollisten tuntemusten havainnoinnin ja tiedostamisen kautta hän oppii elämän aiheuttamien tunteiden kohtaamista. (Hawkins 1991, 21-27, 29-35)

Anja kertoo harjoitusprosessissa käytettyjen havainnointitehtävien merkityksestä itselleen näin:

Jäikö jotain elämään? Kyllä varmasti: Esim. katselen rakennuksia – puita – kevään ensimmäistä leskenlehteä eri tavalla. Kuuntelen ääniä kaupungin humussa – luonnossa herkemmin – rakentavammin. Tuntuu, että harjoitteet jatkuvat omassa sisäisessä maailmassani ja suhtautumisessani muihin ihmisiin. (Anja, reflektiikirjoitus harjoitus- ja esitysjakson päätyttyä 2012)

Tanssipedagogi ja tanssintutkija Soili Hämäläisen (2007) mielestä tanssinopetus osittain unohtaa tunteet ja painottaa aistimuksia ja kinesteettistä puhetta. Hämäläisen mielestä kehollisten aistimusten ja tunteiden täytyisi toimia tasapainossa keskenään hedelmällisen luovan prosessin mahdollistamiseksi. Kun olemme kosketuksessa tunteisiin syvällä tietoisuuden tasolla, luovuus saa tilaa. (Hämäläinen 2007, 75)

Tutkija Jaana Parviainen (1998) toteaa, että keholla on aina ajallinen rakenteensa ja että keho on muovautunut historiansa kautta, loistaen eletyn elämän merkityksiä ja ilmentäen sitä, millä tavalla sitä on eletty. Jos koreografi ei ota huomioon tanssijan kehon merkityksiä, jotka syntyvät hänen persoonastaan, historiastaan ja elämäkokemuksestaan, kehon syvyys kätketään ja siitä tulee pelkkä mielikuva. Pitkäaikainen tanssin opiskeluprosessi on saattanut myös vaatia sellaisen kehonkuvan toteuttamista, jossa kehon identiteetti kielletään. Silloin tanssija on voinut kadottaa kykynsä loistaa yksilöllisiä merkityksiä. (Parviainen 1998, 157 sit. Monni 2004, 84-85)

Uskon itse, että kokemuksellisuuden ja erityisesti tunteiden taka-alalle siirtäminen on tanssijalle ja myös tanssinopettajalle usein turvakeino selviytyä työn haasteista. Toisaalta juuri kokeminen, tunteminen ja tunteiden ilmaisu on ollut minullekin merkittävä syy ryhtyä tanssimaan ja heittäytyä tanssin maailmaan varsin nuorena. Myös katsoessani tanssiesitystä toivon voivani liikuttua ja eläytyä esiintyjien tunteisiin, samaistua heidän kokemukseensa.

Jos esiintyjät eivät anna tunteidensa olemassaololle tilaa, ei esityksessä ehkä ole tilaa minunkaan tunteilleni katsojana.

Tanssinopettaja taas on keskeisessä asemassa tanssitunnin tai -projektin kokemuksellisen ilmaston syntymisessä sekä omien että muiden osallistujien kokemusten ja tunteiden hyväksymisen kautta. Opettajan asennoituminen ja työtavat vaikuttavat ratkaisevasti turvallisuudentunteen syntymiseen ja vahvistumiseen työskentelytilanteessa, mikä on edellytys luovuudelle. Opettaja voi ohjata opiskelijoita havainnoimaan ja ymmärtämään omia kokemuksiaan ja tunteitaan ja löytämään niistä taiteellisia voimavaroja.

Transformaatio soolo-kohtauksiksi

Ennakkoon suunnittelemiini, rakennetta esitykseen tuoviin tehtävänantoihin kuului jonkinlainen soolo-osuus jokaiselle esiintyjälle. Halusin, että motivaatio löytyy jokaisesta itsestään, joten annoin esiintyjille vapaan tehtävän:

Mieti joku asia, mielellään konkreettinen ja tarkka, joka herättää sinussa vahvoja tunteita. (Työpäiväkirja 2011-2012)

Jokaisella esiintyjällä oli omanlaisensa tapa lähestyä tätä tehtävää, enkä kaikkien kohdalla edes tiedä, mikä heidän oma sisäinen tehtävänsä lopulta oli. Useimmat löysivät konkreettisen muodonkin kohtaukselleen itse ja minä ohjaajana vain vähän avustin.

Esiintyjien omat soolokohtaukset olivat omasta mielestäni rohkeita, herkkiä, avoimia, heittäytymistä vaativia ja usein hyvin pysähdyttäviä ja koskettavia. Tunnelmia olivat muun muassa **kepeys ja herkkyyys, innostuminen ja intensiteetin kasvu, vapautuminen ja leijuminen, intensiivinen kiinnostuminen ja ironinen ärsyntyminen, kaipaus, yksinäisyys ja onni, kipeys ja nautinto**. Edellä mainitut ovat omia muistoihini liittyviä jälkikäteismääritelmiä. Osa kohtauksista näyttäytyi selkeästi sooloina, osa liittyi kohtauksiin, joissa oli mukana muitakin esiintyjä.

Aiemmin kuvailemani Hawkinsin metodin pyrkimys on vapauttaa ajatteluprosessia niin, että mielikuvat voivat syntyä, aueta ja muuntua vapaasti, luomisen ja löytämisen välineenä. Näin sisäinen kokemus luo ulkoista muotoa ja ulkoinen muoto ruokkii sisäistä kokemusta. (Hawkins

1991, 42-43) Tätä tapahtui eri tavoilla esiintyjien soolo-osuuksien muotoutuessa. Hawkinsin mukaan mielikuviin ja tunteen kautta syntyneisiin ajatuksiin löydetään lopulta liikelaatuja, jolloin kokemukset muuntuvat liikkeeksi, joka on syvempää kuin alkuperäinen idea. Transformaatiolla tarkoitetaan tätä. Syvältä sisältä päin kumpuava työskentely on itseohjautuvaa ja liike löytää muodon orgaanisesti. Itseohjautuvan luovuuden löytäminen vaikuttaa henkilön elämään kokonaisvaltaisesti, lisäten itsetuntemusta, itseluottamusta ja riskinottoa. (Hawkins 1991, 59-62, 99, 106-108)

Esiintyjien omista kohtauksista erittäin merkittävänä mieleeni nousee Anjan kohtaus ja tapa, jolla hän kohtauksensa loi:

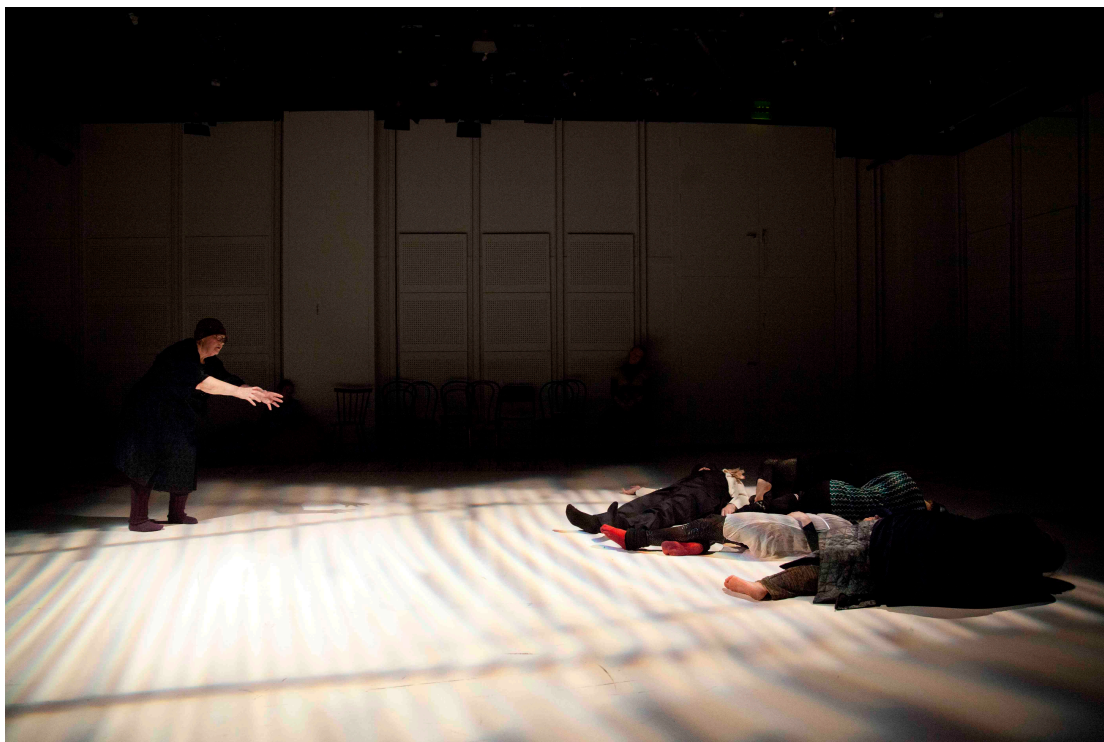
Anjan uni

Anja saapuu harjoituksiin usean viikon sairastelun jälkeen. Hän katsoo, ei osallistu tekemällä, sillä poikkeuksellinen sairastelu on vienyt voimat. Toipilasaikaa. Anja kertoo minulle, että näki kuumeessa unen. Unessa hän oli yhdessä muiden esiintyjien kanssa, mutta muut olivat värejä, jotka lipuivat hänen ohitseensa, kauas pois. Hän itse oli harmaa eikä päässyt mukaan, häntä ei nähty, hän ei ylettänyt muihin.

Joidenkin päivien tai viikkojen jälkeen toteutimme Anjan unen, sellaisena kuin hän sen näki. Esiintyjät lähtevät hitaasti liikkeelle, kaikki yhdessä tiiviissä paketissa, mutta katse sisäänpäin, yksin. Anja jää jälkeen, muut kulkevat hänen lävitseen ja liimaantuvat taas lähekkäin keskenään. Anja jää paikoilleen, kurkottelee kohti toisia, täynnä tunnetta. Katson lamaantuneena ja liikuttuneena. Olemme aiemmin puhuneet tuolin käyttämisestä Anjan soolossa, hän on toivonut sitä. Anja hakee spontaanisti tuolin ja tuo sen keskelle tilaa, istuu. Hän alkaa tanssia istuen tuolilla, ottaa hatun päästään ja kurkkii sinne, katsoo meitä muita kohti kasvot loistaen iloa ja pikkutyön energiaa. Anja nousee tuolilta ja kulkee tilan laidoilla olevalta tuolilta toiselle, näyttäen hattuaan. Hän tanssii nyt muistoaan onnellisesta kohtaamisestaan pienen lapsensa kanssa. Hän on täynnä onnea.

Teemme muutaman lisäyksen: muut esiintyjät vaipuvat hitaasti maahan päästyään matkan päähän Anjasta ja jäävät makaamaan. Anja menee lopuksi herättelemään heitä yksi kerrallaan, mitä mielikuvituksekkaimmilla ja vitsikkäimmillä sananparsilla. Kohtaus on valmis kahdella kokeilulla, Anjan

koreografioimana. Tämä aukinainen, intuitiivinen ja rohkea vanha nainen hämmästyttää minut sanattomaksi. (Oma jälkikäteismuistoni tapahtuneesta)



Kuva: Mikko Haiko

Anjan luoma kohtaaminen on loistava esimerkki Hawkinsin mainitsemasta transformaatiosta. Anja eli mielikuvansa voimakkaina ja antoi niiden vaikuttaa toimintaansa suoraan, jolloin liike sai syvällisen muodon. Hawkinsin käsitteisiin kuuluu myös *forming* eli vapaasti käännettynä muotoaminen. Mielikuvien ja syvältä itsestä lähtevän työskentelyn kautta muotoamalla liike löytää muodon orgaanisesti ja esteettiset elementit ovat yhteydessä toisiinsa niin, että valmis tanssi ilmaisee sisäisen vision vertauskuvallisesti. (Hawkins 1991, 99). Anja osasi tämän taidon intuitiivisesti ja sisäistä kokemustaan tarkasti kuunnellen. Myös Petteri havaitsi Anjan sisäsyntyisen taidon hienouden:

Esitysten myötä mieleeni puski ajatus: elämäkokemusta ei voi koreografoida. Se vain on kokemusten täyttämää liikettä, täynnä totuutta. Näin ajattelin aina kun näin Anjan hapuilevat kädet aivan biisin lopussa. Siinä oli pitkää aikaa jotain, joka sai minun virtuoosi-tekniikkasuorittajan silmäni sulkeutumaan ja avaamaan jotain muuta. Siinä hetkessä oli jotain, jotain missä elämä puhui.

Tämä totuus puhutteli minua myös kohdassa, jossa Seppo jättää Hannalle jäähyväiset. Katselin usein häntä esitystilan ovenpuoleisesta nurkasta. Hänen silmissään näkyi vain totuus. Hän teki asian niin tosissaan, niin kuin lapsi, ja vasta kun hän oli kävellyt aivan seinään asti, hän pudotti. (Petteri, reflektiokirjoitus harjoitus- ja esitysjakson päätyttyä 2012)



Kuva: Mikko Haiko

Pelon kohtaaminen

Tunteita ja kokemuksia havainnoiva yhteinen työskentely tuotti eri vaiheissaan paljon voimakkaita kokemuksia, joista osa tuli jaetuksi keskustelujen ja minulle myöhemmin annettujen reflektiokirjoitusten kautta, osa jäi jokaisen yksityiseksi kokemukseksi.

Ensimmäisissä harjoituksissa keskustelu vei suurimman osan ajasta. Silti, yhdessäolemisen ja vain yhden yksinkertaisen liikkeellisen harjoitteen tekemisen jälkeen olen tehnyt työpäiväkirjaani havainnon tärkeästä koko työskentelyprosessiin liittyvästä tunnetemasta:

Ekalla kerralla nousi vahvasti esiin nämä: Pelot, leikki. (Työpäiväkirja 2011-2012)

Petteri kertoo reflektiikirjoituksessaan, että prosessin aikana oman tunteen etsiminen ja sen tutkiminen tuntuivat sekä pelottavalta että jännittävältä (reflektiikirjoitus harjoitus- ja esitysprosessin päätyttyä 2012). Omista muistiinpanoistani löytyy lisää Petterin pohdintaa pelkoon liittyen, vapaasti muotoiltuna:

Pelottavaakin olla täällä (harjoituksissa), on tärkeiden asioiden äärellä, on kevyt olla. Joskus pelästyy, kuinka voimakkaasti jotkut asiat vaikuttaa omaan kehoon, voi sanoa että tuntee, vaikkei tunnista mistä tunteesta on kyse. Pienen porukan kanssa pääsee oikeasti jakamaan asioita. (Työpäiväkirja 2011-2012)

Koen, että lähtökohtaisesti tunteiden havainnoiminen yksinkertaisenkin tehtävän parissa vie helposti hyvin henkilökohtaiselle ja haavoittuvaiselle alueelle. Leikkiminen ja leikillinen asenne on hyvä työkalu keventämään oloa ja tunnelmaa, jottei painotus luisu tarpeettoman vakaville alueille, kuten pelkästään pelkoon. Pelko aiheena kävi prosessin aikana aina välillä ilmi osallistujien teksteistä ja joistakin keskusteluista. Itse näin mielestäni kaikkien olevan niin rohkeina läsnä harjoituksissa ja harjoitteissa, etten nähnyt heissä pelkoa. Ehkä esiintyjät kohtasivat pelkonsa, hyväksyivät sen ja pääsivät sen yli? Aihetta pohtiessani totean, että pelko on yksi tunne muiden joukossa, kun ihminen on uuden äärellä, ja että se on ihan terveellinen tunne kun sen saa kokea turvallisesti.

Maria käsitteli harjoituksissa pelkoaan erityisen rohkeasti:

Marian ääni

Olemme tehneet pätkän esityksen loppupuolen hahmotelmasta. On Marian soolon vuoro, ensimmäistä kertaa. En ole antanut Marialle ohjeita, koska hän tietää itse parhaiten, mikä häntä kiinnostaa ja mihin hänestä on.

Perusajatuksena on äänen ja liikkeen yhdistäminen. Maria alkaa laulamaan, keho liikkuu ja kouristelee mukana, ääni ja liike ovat yhtä, nuori nainen on vereslihalla ja päästää itsestään ulos jotain hyvin henkilökohtaista ja kipeää. Minuun tekee kipeää katsoa, koska tunnen vastuuta Mariasta, mutta annan

hänen tehdä sen, minkä hän tuntee nyt tarpeelliseksi. Pidättelen itseäni sanomasta mitään, keskeyttämästä, menemästä väliin. Maria pääsee loppuun, on antanut itsestään kaiken, lopettaa äkisti. Teemme ehkä vielä jotain, en muista, haluan kysyä Marialta, miltä tuntuu, onko hän okei. Hän sanoo, että pelotti. Että oliko se ihan kamalaa mitä hän teki. Kerron, että se oli rohkeaa, satuttavaa ja koskettavaa, ja että hän saa mennä niin pitkälle kuin haluaa, mutta että ei tarvitse, myös vähemmän riittää. Että hän saa itse valita turvallisen rajan, mihin asti haluaa mennä. Myöhemmillä kerroilla Marian äänessä ja liikkeessä on syvyyttä ja keveyttä, kipuraja on ylitetty ja sinne ei ole enää tarvetta mennä. Marian itselleen antama tehtävä on rohkea ja haastava, olla itsensä keskellä ja näyttää se muille. (Oma jälkikäteismuistoni tapahtuneesta)



Kuva: Mikko Haiko

Maria kohtasi soolokokeilussaan pelkonsa silmästä silmään ja pääsi sen yli. Samalla hän vapautti itsessään jotain uutta ja hänen esiintymisensä sekä keveni että syveni. Moni esiintyjä eteni prosessissa samankaltaisesti, kuten Anjan ja Petterin kertomuksista voi myös lukea:

Aluksi tunsin oloni ulkopuoliseksi – kuka – mitä – miten – yhtä kaaosta. Ymmärrykseni – outoa – hapuilevaa. Tein kaiken vaikeaksi. Muut kaikki heti mielestäni jyvällä – siis vertailua – mikä virhe itseäni kohtaan. Mutta samalla koin, että olin hyväksytty tällaisena – ihmeellistä. Vähitellen tunsin vapautuvani. Ole Anja vain se mitä olet. Sinun ei tarvitse arkailla. Et todella voi menettää mitään. Voit täysillä leikkiä – ottaa ”tartuntaa” muista – olla vapaa. Vasemman jalan nivelrikko polvessa unohtui täysin vaikka harjoitukset olivat välillä kovia – Ihme –suuri ihme tämä oli. (Anja, reflektiokirjoitus harjoitus- ja esitysprosessin päätyttyä 2012)

Olen myös löytänyt löysemää rannetta esiintymisiinkin. Lavalla voin olla juuri niin hölmö kuin itse uskallan. Ja lavalla (ja onneksi myös meidän proggiksen treeneissä) uskallan. Tuntuu, kuin olisin Anjalta oppinut tai itse omasta halustani väkisin imenyt ajatuksen, että ihmiselämässä leikki voi jatkua läpi koko elämän. Koin saavani armon kaikesta hauskasta, mitä näin sen vanhan naisen tekevän. (Petteri, reflektiokirjoitus harjoitus- ja esitysprosessin päätyttyä 2012)

Myös ohjaajan asemassa voi kokea pelkoa. Ohjaaja vastaa kokonaisuudesta, antaa oman nimensä sille takeeksi ja yleensä haluaa työryhmän ja yleisön arvostavan itseään. Oma pelkoni ohjaajana pysyi poissa ja ihmettelin asiaa itsekseeni. Uskon näin tapahtuneen, koska koin, että minulla oli vahva pohja työskentelylle aiempien opetusharjoittelukokemusteni kautta ja koska luotin kokoamaani ryhmään. Kun maltoin pysyä ohjaajana tarpeeksi sivussa ja antaa asioiden tapahtua, minun ei tarvinnut olla itse pätevä ja hyvä ja siten pelätä epäonnistumista.

Metaforat

Kokemusteni mukaan metaforien eli vertauskuvallisten kielikuvien, mielikuvien tai kokemusten kautta voi päästä käsiksi johonkin syvällä itsessään. Metaforat voivat koskettaa syvältä, lisätä itsetuntemusta ja antaa armon. Metaforien kautta voidaan tuoda esiin asioita, joita on vaikea kuvata suoraan tai jotka koskettavat syvemmin, kun niitä käsitellään runollisemmin, kiertotien kautta. Niiden kautta voi olla helpompaa löytää ja ilmaista omaa sisintä olemustaan.

Myös teatteriohjaaja Anne Bogartin mukaan metaforat voivat tuoda näkyviin asioita, joita on vaikeaa kuvata suoraan:

Suoraan päin todella suuria inhimillisiä kysymyksiä ei voi katsoa sen paremmin kuin voi katsoa suoraan aurinkoon. Nähdäkseen auringon on katsottava hieman sivuun. Havainto auringosta on auringon ja sen kohdan välillä johon katsot. Taiteessa ja teatterissa me käytämme vertauskuvaa asiana, joka on hiukan sivussa. Vertauskuvan kautta näemme totuuden olemassaolostamme. Sana metafora, vertauskuva, tulee kreikan sanoista meta (yli, yllä) ja pherein (kantaa). Metafora on se mikä kantaa elämän kirjaimellisuuden yli. Taide on metaforaa ja metafora on muodonmuutosta. (Bogart 2001, 67)

Monet harjoituksissa käyttämämme harjoitteet perustuivat metaforiin. Yksi tällaisista harjoitteista oli versio Gabrielle Rothin (1998) kehittämästä *Viisi rytmiä* -improvisaatiiorakenteesta. Harjoitteen aikana luin esiintyjille sanalistoja, jotka olivat tiettyjen teemojen mukaan rakennettuja. Kunkin teeman aikana esiintyjät saivat alkaa liikkua silloin kun siltä tuntui ja siten kuin itsestä tuntui. Kunkin sanalistan jälkeen laitoin samaan teemaan valikoitua musiikkia soimaan. Teemoja olivat **virtaus**, **staccato**, **kaaos**, **lyyrinen** ja **hiljaisuus**, aina tässä järjestyksessä. *Viisi rytmiä* -improvisaatiiorakenne perustuu erilaisten tunnelmien vaihteluun, joiden kautta harjoitteen kokija pääsee liikkumaan ja ilmaisemaan itseään.

Harjoitteessa lukemani sanalistat sisälsivät voimakkaan mielikuvallisia sanoja tai sanapareja, kuten leija taivaalla, suden ulvonta, lasihissi, ovien paiskonta, Rice Crispies -murot, lumivyöry, kiehuva vesi, liikenneuhka, lumihiutale, auringonkukkapelto, shamppanja, meduusa, tyhjä kirkko, aavikko, nukkuva kissa... Nämä sanat pitkinä listoina kuultuina herättivät yksittäisten mielikuvien sijaan tunnelmia. Vahvojen tunnelmien kautta esiintyjät löysivät liikettä, joka muotoutui itsestään, oman sisäisen kokemuksen kautta. Osa esiintyjistä löysi itselleen omaa työskentelyään tukevia tunnelmia ja liikelaatuja, joita he käyttivät hyödykseen omia kohtauksiaan rakentaessaan. Itse pidin *Viisi rytmiä* -harjoitteen rakennetta ja tunnelmien kaarta jonkin verran mielessäni esityksen kokonaishahmoa miettiessäni.

Esimerkiksi Anja ja Seppo löysivät vahvoja kokemuksia *Viisi rytmiä* -harjoitteen kautta, kuten muistiinpanoistani käy ilmi:

Anja: Itku oli – olen niin pieni, huolet niin pieniä, tyhjässä kirkossa. Lapsi minussa heräsi lohduttamaan – kaikki hoituu, ei mitään hätää. Nyt on levollinen, kysyvä olo. Vapaus, olen vapaa lapsi. (Työpäiväkirja 2011-2012)

Seppo: Lyyrisyydessä toimi kaikki. Kastepisara, joka tippuu korkealta veteen, leviää. Vesipisarassa oli omin itse. (Työpäiväkirja 2011-2012)

Esityksen valmistamisen kannalta juuri metaforien kautta tai metaforiksi syntyneet tapahtumat ovat mielestäni kaikkein kiinnostavimpia. Ne antavat katsojalle vapaan tilan tulkita ja kokea kukin omalla tavallaan ja omaan elämäkokemukseensa pohjaten. Näyttämölliset tapahtumat ovat kerroksellisia ja monitulkintaisia eivätkä selity vain yhdellä oikealla tavalla, jolloin jokainen voi löytää jotain itselleen. Tällöin katsojan omat tunteet voivat paremmin aktivoitua ja olla mukana esityksessä.

Opinnäyteprosessissa metaforisia kuvia syntyi myös konkreettisempien tehtävänantojen kautta, kuten Hannan ja Sepon sekä Tuijan ja Anjan duetoissa. Duetot valmistettiin alun perin niin, että kumpikin pari suunnitteli keskenään yksinkertaisista liikkeistä oman pienen koreografisen sarjansa, jota toistettiin ja kokeiltiin esimerkiksi erilaisilla tilallisilla ratkaisuilla. Esityksessä duetot tapahtuivat yhtä aikaa ja niiden välille syntyi jännite, joka ainakin minulle loi voimakkaita, uusia mielikuvia, mistä olen kirjoittanut myös työpäiväkirjaani:

Duetot alkavat saada lihaa ympärilleen ja kaksi duettoa muotoutua vastapareiksi feminiininen – maskuliininen. Maskuliininen kiertää kehää staattisen feminiinisen ympärillä, duetoissa on lataus duettoparin sisällä ja kahden parin välillä. (Työpäiväkirja 2011-2012)

Useimmiten esityksen valmistusprosessin aikana käytetyt harjoitteet sisälsivät metaforia jo ohjeistuksen sisältämien mielikuvien tasolla. Työpäiväkirjastani lainattu kohta välittää, miten mielenkiintoista oli havainnoida, kuinka myös teknisten, käytännönläheisten harjoitteiden kautta muotoutui voimakkaan metaforallisia kohtauksia.

Vapaus ja muoto

Vapaamuotoisten, herkkävireisten ja sisäisestä maailmasta impulssia ottavien improvisaatioharjoitteiden kautta syntyy helposti kaunista, vähäeleistä, herkkää ja mielenkiintoista läsnäoloa ja liikettä. Se ei useimmiten kuitenkaan ole näyttämölle tarkoitettua, vaan spontaania, yksityistä, intiimiä ja haavoittuvaista. Mielestäni tätä harjoitteiden tuottamaa materiaalia ei yleensä voida toistaa sellaisenaan, vaan se syntyy ainutkertaisena tilanteissa, joita ei voida välttämättä tuottaa esitysolosuhteissa. Tärkeintä harjoitteissa on ennen kaikkea liikkujan oma kokemus ja sisäinen maailma.

Monni (2004) kirjoittaa, että vapaan improvisatorisen ja ennakoimattoman työskentelyn kautta tanssija pystyy murtamaan totunnaisia liikkumistapojaan ja harjoittamaan kehotietoisuuttaan ennaltamääräämättömästi. Tällöin hän alkaa havainnoida yhä tarkemmin sitä, miten impulssi liikkeeseen nousee, miten hän siihen reagoi ja miten liike organisoitui hänen kokemustaan, eli miten liike luo olemismahdollisuuksia ja toimii ”olemisen avauksena”. (Monni 2004, 87)

Siirryttyämme vuodenvaihteessa tanssisalista esitysstudioon harjoituskertojemme määrä sekä lisääntyi että pidentyi. Tällöin esiintyjä alkoi kiinnostaa aiempaa enemmän, minkälaista esitystä olemme tekemässä ja millaisia työtapoja jatkossa on tarkoitus käyttää, jotta he pystyisivät esiintymään ennalta asettamani tunneteeman parissa. Siihen asti käyttämämme harjoitteet olivat tuottaneet hyvin henkilökohtaista ja sisäänpäin kääntyvää materiaalia ja oli hyvin ymmärrettävää, että esiintyjät olivat hämmentyneitä tulevan esityksen suhteen. Tässä vaiheessa olin itsekin hieman ihmeissäni, mihin suuntaan työskentelyä olisi seuraavaksi parasta viedä. Halusin pysyä avoimena prosessille ja olla suunnittelematta ja päättämättä ennalta liikaa. Esiintyjät mainitsivat jäljellä olevien työskentelyviikkojen määriä ja samalla omat paineeni ohjaajana alkoivat kasvaa.

Jo alun perin tarkoitukseni oli improvisaatioharjoitteiden lisäksi opettaa esiintyjille myös valmis liikemateriaalisarja. Valmis liikemateriaali antaisi rakenteen, jonka sisällä kokeminen ja tunteiden näkyminen saisi mahdollisuuden tapahtua ilman itsetarkoituksellista tunteiden esiintuomista. Aiempi opetusharjoittelukokemukseni samalla liikemateriaalilla antoi minulle luottamusta siihen, että kun toisin valmiin liikesarjan mukaan harjoitusprosessiin ja alkaisimme leikkiä sillä, alkaisimme saada prosessille

enemmän esityksellistä muotoa ja esiintyjät saisivat jotain konkreettista tekemistä johon turvautua. Tiesin kuitenkin, miten tärkeää oli maltaa olla tuomatta valmista liikemateriaalia mukaan harjoitusprosessiin liian aikaisessa vaiheessa. Jos olisin tuonut liikesarjan mukaan harjoituksiin jo prosessin alkuvaiheessa, esiintyjien ajatukset olisivat saattaneet kiinnittyä opetetun materiaalin oppimiseen ja muistamiseen ja mahdollisesti jopa tekniseen suorittamiseen. Liikemateriaali ei kuitenkaan itsessään ollut oleellista, vaan tapa jolla käytimme sitä. Tämä tapa edellytti vahvaa pohjustusta kokemuksellisuuteen vapaamuotoisempien harjoitteiden kautta.

Koreografioitujen duettosarjojen harjoittelemisen jälkeen kirjoittamani työpäiväkirjateksti kertoo sekä omasta että esiintyjien tarpeesta päästä kiinni johonkin toistettavaan, esitykseen mukaan tulevaan muotoon:

Katsojana oli riemukasta nähdä tuttuus ja siitä poistuminen, tuttuutta tarvitaan, että muutoksen voi tunnistaa. Kuulemma esiintyjille oli vapauttavaa ja helpottavaa, että on joku muoto mitä voi toistaa, kun on muuten tehty niin vapaita tehtäviä. Ens viikolla opetellaan sarja. (Työpäiväkirja 2011-2012)

Bogart (2001) kirjoittaa, että näyttämöllepano tai asemointi on kulkuneuvo, jossa näyttelijät voivat liikkua ja kasvaa. Vapauden mahdollisuus syntyy rajoituksista, tarkkuudesta ja täsmällisyydestä. Muodosta tulee säiliö, jonka sisällä näyttelijä voi löytää erilaisia vaihtoehtoja ja tulkinnan vapautta. (Bogart 2001, 56) Myös tässä opinnäytetyöprosessissa valmis liikemateriaali vapautti esiintyjät leikkimään tarjotun muodon sisällä. Liikemateriaalin avulla heillä oli tilanne, jonka sisällä he saattoivat kokeilla muiden harjoitteiden kautta löytämiään asioita vapaasti.

Hawkinsin mukaan energian, rytmien ja tilallisuuden ymmärtäminen on oleellista koreografille (Hawkins 1991, 59). Ajattelen, että edellä mainittu pätee myös esiintyjään, mutta esiintyjä tekee valintojaan hetkessä eikä välttämättä joudu tekemään päätöksiä pysyvistä esityksen muotoa koskevista ratkaisuista samaan tapaan kuin koreografi tai ohjaaja. Edellä mainittujen elementtien ymmärrystä voi Hawkinsin mukaan lisätä sellaisten improvisaatioharjoitteiden kokeminen, joissa näitä elementtejä herätellään mielikuvien kautta. Aluksi esiintyjän täytyy sisäistää näkö-, havainto-, tunne- ja mielikuvakokemuksia ja sitten antaa koetun ajatuksen ja sisäisen näkemyksen muuntua ulkoiseen muotoon. (Hawkins 1991, 60-61, 76) Sovelsin

Hawkinsin teoriaa ajatuksella, että kun esiintyjillä on paljon erilaisia liike- ja tunnekokemuksia ”työkalupakissaan”, heidän on helpompaa soveltaa niitä erilaisiin tilanteisiin esityksen puitteissa.

Kun esiintyjä alkoi mietittyä lähestyvä esitysajankohta, keskustelimme, mikä meneillään oleva prosessi on, mihin se vie ja millä keinoin. Oma mielikuvani tässä vaiheessa oli koti ja perhe, jota katsoja pääsee katsomaan ikään kuin kärpäsenä katossa – kaikilla ”perheenjäsenillä” on omat huomion kohteensa ja välillä he tekevät jotain yhteistä. Esiintyjien tanssia harjoituksissa katsoessani perhemielikuva vahvistui myös siksi, että esitystä katsottiin eri suunnista, kuten normaalissa kotielämässä saatetaan katsoa toisia perheenjäseniä vaikkapa sohvalta käsin. Näin harjoituksissa mielikuvia kuuden hengen perheestä, mutta ilman annettuja perherooleja. Näin tunnelmia ja ihmisten välisiä suhteita.

Keskustelimme myös siitä, että intiimiä olemista voi olla vaikea tuottaa yleisön edessä. Avuksi on hyvä saada konkreettisia tehtäviä ja fiktiivisiä tilanteita. Intiimit harjoitteet ovat harjoitusprosessin asia ja niiden kautta päästään tavoitteiden mukaisiin tunnelmiin, mutta esityksessä nämä tunnelmat tuodaan esiin toisenlaisilla keinoilla.

Kun viimein toin harjoituksiin mukaan ennalta suunnittelemani tanssisarjan ja opetin sitä työryhmälle, asiat alkoivat loksahdella kohdalleen. Annettu muoto auttoi esiintyjä löytämään minkälaiseen esiintyjyyteen ja olemiseen heidän on mahdollista tukeutua. Harjoittelimme sarjan ja annoimme sille nimen *ansku* (annettu materiaali), jonka jälkeen aloimme leikkiä sillä ja lisätä joukkoon elementtejä aiemmista, sisäiseen maailmaan ja tunnekokemuksiin suunnanneista harjoitteista. Olin tarkoituksellisesti sisällyttänyt *anskuun* paljon erilaisia liikelaatuja, esimerkiksi pehmeitä, sitkeitä, putoavia ja teräviä liikkeitä, sekä tunnistettavia eleitä, kuten nilkutusta, käsien pyyhkimistä ja kämmenten ja ranteiden esittelemistä. Tilankäyttö ja rytmi tai ajoitus oli *anskussa* vapaa ja jokainen sai leikitellä niillä vapaasti. *Ansku* oli leikkikalua, jota jokainen sai vääntää ja kääntää haluamallansa tavalla. Sen kautta esiintyjät pallottelivat tunnelmia ja ideoita toisilleen ja heittäytyivät kokemaan ja kokeilemaan olemista monilla eri tavoilla.



Kuva: Mikko Haiko

Sepolle opetin *anskusta* yksinkertaistetun version, koska mielestäni ei ollut tarkoituksenmukaista, että tekninen osaaminen ja sarjan muistamisen vaikeus tulisivat keskeiseksi, vaan sarjan oli tarkoitus olla tukena ja apuna yhteisessä leikissä. Anja oli *anskun* opettelemisen aikaan sairaana eikä edes opetellut sarjaa missään muodossa. Kun sarjalla alettiin leikkimään vapaammin ja Anjakin oli taas mukana, Anjan ja Sepon tehtäväksi muotoutui olla vapaita tarkkailijoita, jotka poimivat toisten tekemisestä elementtejä ja heittäytyvät niiden kautta mukaan leikkiin. Anja olikin luontainen lahjakkuus tällaisessa heittäytymisessä. Sepolle se oli kehitystehtävä, jossa hän lopulta onnistui mielestäni hienosti.

Vapaamuotoiseen tehtävään heittäytymisen onnistuminen vaatii esiintyjältä luottamusta, turvallisuudentunnetta, vapaudentunnetta, itsetuntemusta, rohkeutta, leikkimielisyyttä ja tilanteelle antautumista. Anja ja Seppo osoittivat mielestäni erityisesti *ansku*-sarjan kohdalla suurta rohkeutta ja heittäytymiskykyä ammattilaisten joukossa. Itse asiassa koko tähän esitykseen antautuminen vaati näitä samoja asioita kaikilta esiintyjiltä. Petteri pohdiskelee Anjan taitoja ja työskentelyprosessin merkitystä itselleen reflektiikirjoituksessaan näin:

...on silti ihanaa, että minulla on vielä mahdollisuus päästä tilanteisiin ja tiloihin, joissa voin olla yhä se lapsi ja vain leikkiä. Tähän pysyvyyteen leikin maailmasta koin uskoa etenkin Anjan ihmeellisen tilannetajun vuoksi. Miten voikaan olla noin improvisoiva ja rohkea oikeassa esityksessä? Miten voikaan olla noin positiivinen ja ironinen omasta itsestään? Miten voisinkaan kohdata maailmassa jotain kauniimpaa ja hyväsydämisempää kuin Anjan ja Sepon eleet ja teot?(...) Jos tässä teoksessa ei oltu tekemisissä jonkun perustavanlaatuisen ihmiselämän rakentumispohjan kanssa, niin shoot me. (Petteri, reflektiokirjoitus harjoitus- ja esitysprosessin päätyttyä 2012)

Yllätyksellisyyttä valinnoista

Omista esiintymiskokemuksistani johtuen halusin jo aiemmassa opetusharjoittelussani kokeilla tuntityöskentelyä, jossa tanssi sijoittuu keskelle tilaa vailla yhtä etusuuntaa ja sitä voidaan katsella eri suunnilta. Opinnäyte-esityksessä frontaalisuunnan poistaminen ja katsojien läheisyys muodostui oleelliseksi osaksi työsuunnitelmaa heti alkuvaiheessa. Esiintyjä joutuu ympäröivän yleisön keskellä havainnoimaan kolmiulotteisemmin ja arkisemmin, lähempänä katsojia ja vailla suojattua selustaa. Liike saa enemmän suuntia ja erilaisia katsomiskulmia, kun katsojat saavat valita paikkoja joka puolelta tilaa. Esiintyjä ja katsojat ovat tällaisessa katsomon sijoittelussa enemmän samalla silmäkorkeudella ja samoissa valaistusolosuhteissa kuin jos katsojat istuisivat nousevassa, pimennetyssä katsomossa. Näin tarjoutuu enemmän potentiaalisia kohtaamisia katsojan ja esiintyjän välillä. Uskon, että katsojan on myös helpompi eläytyä esiintyjän tunteisiin ja kokea yhteyttä häneen. Tunnekokemus on erilainen, kun katsojien ja esiintyjien tilan välillä ei ole täydellistä erillisyyttä.

Myös esiintyjien kokemus liittyi vahvasti yleisön läsnäoloon ja sen tiedostamiseen:

Harjoituksista esityksiin ei olisi varmaan voinut tapahtua myöhemmin.. [...]
Tälle esitykselle oli harjoittelemisen kannalta elintärkeää siirtyä yleisön eteen. En tiedä olisiko teosta jaksanut harjoitella pidempään ilman ihmisiä, kun se oli lähtökohtaisesti rakennettu katsojien varaan ja kosketusetäisyydelle. (Hanna, reflektiokirjoitus harjoitus- ja esitysprosessin päätyttyä 2012)

Esityksen tila- ja pukusuunnittelusta vastannut Venla Martikainen rakensi vaaleapintaiseen studiotilaan tunnelmallisen, värikylläisen ja hämyisän esitystilän. Katsojat saivat valita istumapaikkansa tilaa ympäröiviltä tuoleilta, tyynyiltä tai katsomokorokkeelta, joka oli päällystetty matoilla ja tyynyillä. Valoilla luotiin myös hämyisämpiä, ”turvallisempia” nurkkia valittaviksi sellaisille katsojille, jotka eivät halunneet olla erityisen näkyvissä tai liian lähellä esiintyjä. Koin tärkeäksi, että myös katsojilla olisi turvallinen olo eivätkä he joutuisi esimerkiksi pelkäämään joutuvansa yhtäkkiä mukaan näyttämölle. Halusin, että katsojat olisivat kuin kylässä jonkun kotona. Näin nimi *Ihmisiä* sisällyttäisi itseensä kaikki osallistujat eri rooleissaan, katsojat mukaan lukien. Haaveissani oli, että joku katsoja voisi kokea halua tulla näyttämölle mukaan, vaikkei sitä käytännössä toteuttaisikaan. Itse asiassa jälkepäin kuulinkin, että joku oli näin kokenut!



Kuva: Mikko Haiko

Esiintyjille yhden etusuunnan puuttuminen oli totuttelua vaativa asia. Vaikka alusta lähtien puhuin harjoitteita tehtäessä aiheesta, näyttämötilaan siirryttäessä etusuunnan tottumus oli vahva. Vasta konkreettinen koekatsojien läsnäolo tuntui helpottavan muistamista esiintyä kaikkiin suuntiin ja kaikille. Erityisesti katseen avaaminen lähellä oleville katsojille ja

ihän suoraan toista ihmistä päin katsominen oli haastava tehtävä. On hyvin paljasta tulla nähdyksi niin avoimesti ja läheltä, mutta myös katsoa itse ja antaa oman katseensa näkyä ja tavoittaa.

Skenografi Arnold Aronson (1981) käyttää termiä **esityksen kehys** (frame) kuvatessaan esityksen ja yleisön suhdetta. Aronsonin mukaan esityksen tilaratkaisu voi olla joko pääosin **suoraan edestä nähtävä** (frontal) tai **ympäristönomainen** (environmental). Ympäristönomaisessa tilaratkaisussa katsoja on sisällytetty esityksen kehukseen, kun taas suoraan edestä nähtävässä hän on sen ulkopuolella. (Aronson 1981, 1-14)

Teatteriohjaaja Annette Arlander (1998) pohtii, että kun esityksestä pyritään häivyttämään fyysinen raja ja etäisyys näyttämön ja katsomon väliltä, tavoitteena voi olla katsojan ja ympäristön välisen etäisyyden ylittäminen sen sijaan, että keskiössä olisi esittäjien ja katsojien välinen suhde. Katsoja kuitenkin valitsee katsomistapansa viimekädessä itse. Katsojalle tarjoutuu mahdollisuus mieltää ympäristönomainen esitys tilana ja kokemuksena, sen sijaan että katsoisi sitä kuvana. Esitys on maailma, jossa katsoja käy eikä häntä aseteta sen ulkopuolelle. Samalla esitys muuttuu moniaistisesti koettavaksi. Ympäristönomaisuus liittyy fyysisten tilaratkaisujen lisäksi vahvasti myös esittäjä-katsoja -suhteeseen. (Arlander 1998, 18, 33, 43)

Ihmisiä oli ympäristönomainen esitys, jossa katsojat kutsuttiin samaan maailmaan esiintyjien kanssa. Katsojat olivat fyysisesti lähellä esiintyjä, mutta saivat itse valita oman sijaintinsa erilaisista vaihtoehdoista. Esiintyjät katsoivat katsojia välillä suoraan silmiin ja tulivat hyvinkin lähelle, jopa suoraan kontaktiin, mutta pääsääntöisesti esiintyjät keskittyivät omiin toimiinsa tilassa ja katsojat seurasivat tapahtumia tilan reunoilta.

Arlander painottaa, että ympäristönomaisessa esityksessä katsojalla on oltava tietynasteinen havaitsemisen vapaus, eli mahdollisuus halutessaan olla menemättä esityksen tilanteisiin ja tunnelmiin mukaan. Toisaalta katsojalle on kuitenkin tarjottava mahdollisuus osallisuuteen. (Arlander 1998, 51) Olen tässä asiassa samaa mieltä. *Ihmisiä* -esityksessä katsojilla oli mahdollisuus henkiseen etäisyyteen, koskemattomuuteen, eli he saivat halutessaan pysytellä etäisen tarkkailijan roolissa. Katsojilta ei edellytetty suoran kontaktin ottamista esiintyjiin, muutamia tilanteita lukuunottamatta, jotka tarjoutuivat vain osalle yleisöstä. Toivon, että sekä koskemattomuuden mahdollisuuden että vapaan paikkavalinnan vuoksi katsojilla oli mahdollisuus olla turvallisesti avoinna esityksen tunnetasoille.



Kuva: Mikko Haiko

Mielestäni varsin mielenkiintoinen ajatus on, että Arlanderin mukaan erilaiset etäisyydet esiintyjien ja katsojien välillä vaikuttavat myös eri aistien osuuteen vuorovaikutuksessa (Arlander 1998, 47). *Ihmisiä* -esityksessä esiintyjät saattoivat olla joko muutamien kymmenien senttien päässä katsojasta, mikä tosin oli harvinaisempi tilanne, tai tilan toisella reunalla, useiden metrien päässä. Kokeilimme harjoitusprosessin aikana työskentelemistä eri aisteja painottaen, mutta en suuremmin miettinyt katsojan aistikokemusten monipuolisuutta. Lähietäisyydellä esiintyjistä katsojien kuulo-, tunto- ja mahdollisesti jopa hajuaisti saivat mahdollisuuden aktivoitua.

Tämä ajatus ilahduttaa minua näin jälkikäteen. Samalla asiaa pohtiessani huomaan jälleen, kuinka vahvasti oma huomioni oli prosessin aikana suuntautunut työryhmän sisäiseen kokemusmaailmaan. Olin opettajana vastuussa esiintyjien turvallisuudentunteesta, ja vaikka toki pohdin myös katsojan positiota, se oli minulle toissijainen suhteessa esiintyjien kokemukseen. Tältä osin pedagoginen prosessi ja opettajan rooli eli minussa taiteilijan ja ohjaajan roolia vahvempana. Palaan tähän aiheeseen lisää tämän työn seuraavassa luvussa.

Toinen tilasuunnittelun tavoin avoimia rakenteita hyödyntävä ratkaisu esityksessä liittyi äänisuunnitteluun. Äänisuunnittelijamme Kai Poutanen improvisoi esitysten aikana sovittujen rakenteiden sisällä kuten muutkin esiintyjät. Suurin osa käytetystä musiikista oli minun valitsemaani, mutta Kai loi musiikille uudenlaisen muodon poistamalla siitä yksittäisiin kappaleisiin liittyvän musiikillisen kaaren ja dramaturgian. Näin toiminnan oma rytmi ja dramaturgia pääsi paremmin esiin eikä se ollut alisteinen musiikin valmiille rakenteille. Esiintyjät kommentoivatkin usein harjoituksissa, että käytetty musiikki vaikutti paljon heidän tekemiseensä. Kain myötä musiikki alkoi elää esitystä tukevana elementtinä ja siitä tuli joustava osa tapahtumia, mikä sopi esityksen eläväiseen ja muuntuvaan laatuun. Lisäksi käytimme erilaisia esityksen aikana tuotettuja ääniefektejä, kuten mikrofonia, jonka avulla esiintyjät nappasivat ääniä toisiltaan Kain käsitellessä ääniä äänipöydän kautta.



Kuva: Mikko Haiko

Ihmisiä -esitykseen valittujen tilallisten ja äänellisten ratkaisujen käyttö miellyttää omaa taiteellista makuani. Tällaiset avoimet ratkaisut haastavat sekä ohjaajaa että esiintyjä pysymään avoimina kokemuksellisuudelle, koska kaikkia esityksen elementtejä ja tilanteita ei ole määriteltä ennalta täysin

tarkkaan. *Ihmisiä* -esityksessä arvaamattomuuden elementti sisältyi sekä katsojien valitsemaan sijaintiin, heidän reaktioihinsa että kanssaesiintyjien ja äänisuunnittelijan esityksissä tekemiin valintoihin, jolloin jokaisen osallistujan täytyi pysyä avoimena yllätyksille. Piipahdinpa itsekin muutamassa esityksessä yllätykseksi näyttämöllä, joskin olin maininnut esiintyjille tästä mahdollisuudesta. Yllätyksellisyys ruokki leikillisyyttä ja kepeyttä, joka taas mielestäni syvensi ja loi kontrastia vakavammille ja raskaammille tunnelmille. Esiintyjien kokemuksellisuuden läsnäolo vielä esityksissäkin teki jokaisesta esityksestä ainutlaatuisen ja yllätyksellisen. Myös Tuija koki samoin:

Olin tyytyväinen että harjoituksista esityksiin siirryttäessä ne säilyttivät avoimen luonteensa, so. oli mahdollista suhtautua ja toimia haluamallaan tavalla päivästä riippuen. Tietysti oli myös yhdessä ja itsen kanssa sovittuja rakenteita. mutta nämä rakenteet eivät siis estäneet /sulkeneet vaan aukkaisivat mahdollisuuksia: oli jotkin puitteet toimia. Tyytyväinen olin myös hetkessä tehdyistä äänimaailmoista. Hieno homma! (Tuija, reflektiokirjoitus harjoitus- ja esitysprosessin päätyttyä 2012)

OHJAAJA-OPETTAJAN KOKEMUSMAAILMA

Arvonanto jokaiselle

Tärkeimpiä tavoitteitani opettajana tässä prosessissa oli onnistua saamaan erilaisista ihmisistä heidän parhaat puolensa esiin ja pystyä luomaan tasa-arvoinen ja tasavertainen ryhmä eritaustaisista ihmisistä. Lisäksi oli tärkeää luoda riittävän kannatteleva turvallisuudentunne, jotta esiintyjät voisivat uskaltaa pistää oman persoonansa ja kokemusmaailmansa likoon ja tuntea ja kokea asioita aidosti, antaen tunteidensa ja persoonansa näkyä. Olisi ollut ikävää, jos osa esiintyjistä olisi näyttäytynyt amatöörimäisinä, vähemmän taitavina, kömpelöinä tai pelokkaina ja jos esityksessä olisi yleensäkin jotenkin korostunut taitavuus ja aiempi treenaustausta.

Myös Tuijalle esiintyjäryhmän monimuotoisuus oli keskeinen ja kiinnostava asia:

Olen kirjoittanut työpäiväkirjaan muutamaa päivää ennen aiottua enskaria kolme käsiteparia: ammattilainen - harrastaja, taito - asenne, nuori - vanha. Sitten voisi vielä lisätä harjoitus - esitys. Edelleenkin olen sitä mieltä että prosessi jollain tavalla kiinnittyy juuri näihin, ainakin näistä asioista tässä oli minulle kysymys. Mutta ei niin, että olisi vain jotain selvärajaisesti ja tarkasti, muut mahdollisuudet pois sulkien, vaan jollain tavalla rinnakkain eläen, työskentelymaastoa kartoittaen. (Tuija, reflektiokirjoitus harjoitus- ja esitysprosessin päätyttyä 2012)

Kasvatusfilosofi Paulo Freiren (1972) mukaan kukaan ei vapauta itseään täysin omin voimin, muttei myöskään ole toisten vapauttama. Oikea keino on dialogi. (Freire 1972, 42) *Ihmisiä* -esityksen toteutuminen sellaisena kuin se lopulta oli vaati esiintyjiltä vapautumista – tietynlaista itsevarmuuden, turvallisuudentunteen, itsensä haastamisen ja heittäytymisen mahdollisuuden tunnetta – onnistuakseen. Dialogi eli yhteinen toisia kunnioittava vuorovaikutus ja salliva asennoituminen toteutui työryhmässämme riittävän hyvin, jotta ryhmästä muodostui prosessin kuluessa hienolla tavalla todella tiivis ja yhtenäinen ryhmä. Jokainen oli erilainen ja tämä erilaisuus ja monimuotoisuus loi hienoja vivahteita sekä yhdessäolemiseen että esityksen rakentumiseen. Erilaiset ihmiset saivat

mahdollisuuden oppia toisiltaan sekä vahvuuksiensa että heikkouksiensa kautta. Näin näyttämöllä oli näkyvissä erilaisten ihmisten kirjo. Jo aivan harjoitusten alkuaikoina oli aistittavissa hienon yhteishengen pohja:

Mielikuvaharjoitteissa ryhmä oli aluksi yllättävän yhtenäinen, oli sama rytmi. Tuntui alkutunnistakin, että oli hyvää kuuntelua ja toisista nappaamista, oli helppo improvisoida tehtävää eteenpäin. Pelkkä yksinkertainen ajatus kättelystä tai tiloista toisten väleissä tuotti paljon vuorovaikutusta, leikkiä, innostusta ja eri ihmisten intressejä näkyviksi. Kaikilla oli oma tapa suhtautua ja mukaan tuli heti spontaanisti myös sanoja. Oli innostavan tuntuista ja mulla opettajana on tänään ja viimeksi ollut tosi rauhallinen ja rentoutunut olo, ehkä siksikin, kun osa osallistujista on kurssikavereita ja kun olen valinnut kaikki mukaan tähän ja keskustellut heidän kanssaan, tutustunut ja he ovat itsekin innostuneet ja halunneet olla mukana. Ryhmä synnyttää itse uutta ja on mukava poimia asioita heistä. (Työpäiväkirja 2011-2012)

Ammattilaisen ja harrastajan ero oli varmasti tässäkin esityksessä mahdollista nähdä. Omasta mielestäni asia kuitenkin näyttäytyi niin, että harrastaja saattoi joissakin asioissa olla ammattilaista paljon taitavampi ja avoimempi. Ammattilaiset taas olivat harjaantuneempia ja paremmin perillä tämäntyyppisen työskentelyn tavoista ja vaatimuksista. Kukaan ammattilaisistakaan ei ollut varsinaisesti nykytanssiin erikoistunut, joten jokaiselle oli tässä esityksessä jotain uutta, erilaista ja haasteellista kunkin omimpaan työkenttään verrattuna. Tärkeintä oli rohkeus heittäytyä ja uskaltaa olla näkyvä juuri sellaisena kuin on. Sekä Seppo että Tuija löysivät työskentelystä uusia haasteita ja onnistumisia:

...eritoten se intensiteetti, millä te ammattilaiset jo tämän juttumme ”aihiöihin” paneuduitte, sai minutkin yrittämään (jopa ylittämään itseni) parastani, enkä vain olemaan joukon jatkona. Aiemmissa ”jutuissani”, ehkä ekaa kertaa lukuun ottamatta, jossa jokainen mukana ollut joutui yksin lavalle toviksi ihan pelkkänä itsenään, joissa oli jopa 40-50 henkeä, saatoin piiloutua joukkoon, niin nyt se ei tullut kuuloonkaan, vaan nyt joutui olemaan läsnä-
framilla-”pääosassa - koko ajan. Tämän kertainen tekeminen, se vain vei mukanaan. Sinä annoit meille ohjeet: Näin, näin ja näin, ja me saimme muokata sitä niin, että siitä löytyi myös meidän itse kunkin puumerkki.

Jokainen paneutui juttuun 100%. (Seppo, reflektiikirjoitus harjoitus- ja esitysprosessin päätyttyä 2012)

Minulle oma juttunsa, tähän liikkeen tuottamiseen liittyen, oli kehon sanelemat rajoitukset: olkapäähän sattuu, polvikaan ei ole aivan priima, kondis on talvinen rapakunto. Huomaan että se liittyy edellisessä kappaleessa mainitsemaani hyvä - huono asetteluun ja kysymykseen onko tekemäni teoksen kannalta mielenkiintoista vaikka se ei olisi teknistä taituruutta? Tähän on nyt helppo vastata että tietenkin voi ja se juuri tekee minun liikkeestä omanlaisensa: minä liikun näin koska olen minä. Näin joitain videoklippejä harjoituksista. Nämä ilahduttivat ja yllättivät liikkeen toimivuudesta. Niin että: kaiken tämän tiedän ja silti epäilin. Hohhoijaa. Sisäisen tunnelman lisäksi tunnun tarvitsevan ulkoista tukea. Voisinko luottaa vaan että riittää? Voinko olla itseni kokoinen? Osaanko olla? (Tuija, reflektiikirjoitus harjoitus- ja esitysprosessin päätyttyä 2012)

Tavoitteeni esiintyjille liittyivät erityisesti uskallukseen, rehellisyyteen ja avoimuuteen. Seppo ja Tuija kirjoittavat yllä, kuinka he kohtasivat nämä haasteet ja löysivät itsestään jotain uutta. Ennen harjoitusprosessin alkamista toivoin, että osallistujat uskaltaisivat heittäytyä kokemaan ja tuntemaan vilpittömästi, luottavaisesti ja ilolla. Toivoin myös, että tämän heittäytymisen tuottamat kokemukset uskallettaisiin jakaa sekä työryhmän kesken että yleisön kanssa. Näissä asioissa esiintyjät ylittivät kaikki odotukseni. En voi olla kuin kiitollinen heidän työpanoksestaan.

Älä puutu – tilaa valinnoille

Esityksen valmistamisprosessin kokonaiskaari oli mielenkiintoinen ja itselleni yllättävä. Lähdin liikkeelle ilman erityisen tarkkoja suunnitelmia, työvälineinä kokemuksen ja tunteen havainnoiminen, ihmisyyden ja inhimillisyyden näkyminen ja improvisaation sekä valmiin liikesarjan käyttäminen. Ensin esiintyjät ihmettelivät, millainen esitys tästä on tulossa, myöhemmässä vaiheessa jouduin myös itse tämän kysymyksen äärelle.

Bogart (2011) kirjoittaa, että vaikkei ohjaaja tietäisi mitä on tekemässä, intohimo ja innostus asiaan kuljettavat epävarmuuden lävitse. Täytyy vain yrittää työskennellä tarkkuudesta kiinnostuneena ja oltava tarkka siinä, mitä ei tiedä. Toden tuntu näyttämöllä ilmenee parhaiten, kun toimii täsmällisesti

ja päättäväisesti sen suhteen, mikä innostaa. (Bogart 2011, 68) Toisaalta Bogartin mukaan ihmisen selviytymisvietti on vahva ja saattaa alkaa hallita taiteellista prosessia, jolloin ohjaajan tekemät valinnat syntyvät turvallisuuden ja etenemisen tarpeesta. Tämä reitti kuitenkin mahdollistaa vain hyvin pienen osan luovista mahdollisuuksista, jolloin taiteellisen työn laajuudesta ja liikkuma-alasta tulee rajoitettu. (Bogart 2011, 14)

Vaikka koin epävarmuuden ja päämäärättömyyden hetkiä, onnekseni hieno esiintyjäjoukko ja aiemmat kokemukseni samankaltaisesta työskentelystä kannattelivat. Siksi maltoin pysytellä epävarmuudessa ja muistaa alkuperäisen innostukseni. Epävarmuuden seasta löysin aina jonkin oivalluksen, joka kantoi eteenpäin. Myös työpäiväkirjassani näkyy ratkaisujen löytymistä epävarmuuden tunteiden pohtimisen kautta:

Pitää alkaa poimimaan, mitkä ovat yhteisiä kohtauksia, mitkä sooloja, duettoja, trioja... Niissä voi myös olla avustajia. Tuntuu, että harjoitteet jää vähän erillisiksi, en tiedä mikä niiden suunta on. Mössöä.

Punainen lanka on vähän hukassa. Hahmoja, tyylyttelyä, löytää jokaisen oma karaktääri, huumoria. Mitä halutaan sanoa?

Haluaisin, että näkyy kuvia ihmissuhteista, ihmiskontakteista.
(Työpäiväkirja 2011-2012)

Prosessin kuluessa omat tavoitteeni eivät muuttuneet kovin paljon. Luottaminen siihen, että prosessi kantaa itse itseään nousi ennakoimaani keskeisemmäksi teemaksi. Tämä esitys rakentui hyvin vahvasti intuition kautta, mitä en ennakkoon ollut ajatellut. Joka kerta, kun yritin puuttua prosessin kulkuun, yritykseni törmäsi seinään. Muistan esimerkiksi yrittäneeni poimia itselleni kiinnostavina näyttäytyviä ideoita improvisaatioharjoitteiden kautta tehdystä materiaalista, asettaa niitä tiettyyn muotoon ja ohjata esiintyjä toimimaan muodon mukaisesti. En onnistunut siinä. Jouduin aina uudestaan toteamaan itselleni, että älä yritä, malta nyt vain pysyä sivummalla ja anna tapahtua mitä tapahtuu. Onneksi opin tätä taitoa työskentelyprosessin kautta.

Omat haasteeni liittyivät tekemättä jättämiseen ja omiin taiteellisiin ambioioihini. Näin erilaisten harjoitteiden puitteissa paljon herkullisia hetkiä ja halusin usein ryhtyä ohjailemaan niitä oman mieleni mukaan. Tehtäväni oli tietysti valikoida materiaalia esitystä varten ja ohjata harjoitteita kohti

esitystä, mutta valikoimisella ja puuttumisella on hyvin hienovivahteinen keskinäinen raja. Tässä asiassa minun piti jatkuvasti olla tarkkana ja päästää aina irti, kun asiat alkoivat tuntua pakotetuilta. Piti maltaa odottaa ja antaa riittävästi aikaa.

Tuijan ja Petterin välinen harjoitustilanne on hyvä esimerkki omista haasteistani olla puuttumatta esityksen muotoutumiseen liikaa:

Tuija ja Petteri

Teemme anskusarjaa, tai jotain muuta. Liike on muuntunut vapaaksi ja jokainen menee omaan suuntaansa, osa on poistunut näyttämöalueelta. Tuija alkaa vääntämään ja kiertämään jalkojaan, kuuluu narinaa, Petteri on lähellä, lattialla. Pyydän Tuijaa aloittamaan aiemmin harjoituksissa tapahtuneen äänidueton Petterin kanssa, äänenä sormien napsuttelu. Naps! Petteri säpsähtää. Naps naps! Petteri kyyristelee silmät kiinni, kiertyy, kumartuu, kouristelee. Yllätyksekseni nauran vedet silmissä, tämä duetto on jotain poskettoman hauskaa, mutten oikein tiedä miksi, mitä ihmettä tässä tapahtuu? Onko tämä kenestäkään muusta edes hauskaa? Nainen keskittyy omaan kiinnostavaan jalkanarinaansa ja napsuttelee kepeästi miehelle, on kiinnostunut, mutta melko neutraali. Mies vääntää kuin viimeistä päivää omassa maailmassaan, onko hän vallankäytön kohteena vai määrääkö hän itse itsensä kärsimään? Tässä on jotain ihan kipeää, mustaa huumoria. En oikein tiedä, saisinko nauraa näin, omassa asemassani, vallankäyttäjänä suhteessa esiintyjiin, kun itse pyysin heitä tekemään näin, yhdistämään omat liikekokeilunsa keskenään. Silmistä valuu vettä.

Joskus myöhemmin yritän rekonstruoida tämän kohtauksen ja pyydän Tuijaa ja Petteriä palaamaan samoihin tehtäviin, toisenlaisessa tilanteessa. Juttu ei toimi ollenkaan, se on minun määräämäni eikä tule esiintyjien sisältä. Heidän omien liikekokeilujensa painopistekin on muuntunut ihan toisenlaiseksi. En voi pakottaa tätä kipeänhauskaa duettoa esitykseen. Luovutan. Mutta muistan: nauroin vedet silmissä. (Oma jälkikäteismuistoni tilanteesta)

Koin tärkeäksi tavoitteeksi itselleni, että osaisin antaa osallistujille aidosti tilaa tuoda mukaan omia kiinnostuksenkohteitaan ja käsitellä niitä heille mielekkäillä tavoilla. Tämä tarkoitti sitä, ettei minulla ollut lupaa ensin innostaa esiintyjä kokeilemaan ja etsimään omia ideoitaan ja sitten varastaa

niitä ja muokata niitä oman mieleni mukaan toisenlaisiksi kuin he alun perin tarkoittivat. Myös esiintyjillä oli omistusoikeus ja tekijyys itse tuottamaansa materiaaliin. Iso osa esityksestä rakentui esiintyjien omien kohtausten varaan, joita minä hienovaraisesti ohjasin ja järjestelin suhteessa kokonaisuuteen.

Samaan aiheeseen liittyen, lavastaja-pukusuunnittelija Venlalla oli merkittävä rooli puvustuksellisessa dialogissa esiintyjien kanssa. Jokainen esiintyjä sai koota ja muokata oman asunsa Teatterikorkeakoulun puvustosta yhdessä Venlan kanssa. Kuulemani mukaan tämä oli monelle merkittävä asia oman esiintymisen kannalta. Puvustuksesta tuli elävä osa esitystä muun muassa vaihtuvien hattujen ja asusteiden kautta. Esitystilassa oli vaatetanko, josta esiintyjät kävivät välillä hakemassa uusia asusteita tai jopa vaihtamassa vaatteita. Puvustuksen kerroksellisuuden ja absurdiuden avulla esitys siirtyi jo visuaalisuutensa kautta sopivan etäälle arkirealismista ja lähemmäs unenkaltaista, mielikuviin ja tunnelmiin nojaavaa maailmaa, jota työprosessin aikana käyttämämme harjoitteet loivat. Puvustus toi omalta osaltaan jokaisen esiintyjän persoonaa esiin. Myös tämä oli osa-alue, jonka muotoutumiseen en halunnut puuttua liikaa vaan annoin Venlalle ja esiintyjille vapaat kädet toteuttaa visioitaan.



Kuva: Mikko Haiko

Freire (1998b) kirjoittaa, ettei kukaan ole ensin täysin irrallinen todellisuudesta ja sitten tee päätöksiä. Autonomia on tulos prosessista, johon liittyy lukuisia päätöksiä, ja joko kypsytymme vähitellen päivä päivältä tai emme. Autonomia on itseksitulemisen prosessi, joka ei tapahdu yhdessä hetkessä. (Freire 1998b, 98) Freiren teksti käsittelee pedagogiikkaa ja ihmisen suhdetta itseensä ja muihin. Itse näin esiintyjäjoukkomme kasvavan harjoitusprosessin myötä siksi, keitä he tässä tilanteessa, tässä joukossa ja tässä kontekstissa olivat ja halusivat olla. Jokainen kasvoi ikään kuin itsensä kokoiseksi ja näköiseksi.

Näen samassa Freiren ajatuksessa myös taiteellisen prosessin kulun. Taideteos ei synny tyhjiössä, johon sen tekijä tai tekijät ilmestyvät kuin tyhjinä tauluina, vaan jokainen tuo prosessiin oman kokemusmaailmansa, historiansa ja mieltymyksensä. Ympäröivät olosuhteet vaikuttavat myös taideteoksen muotoutumiseen. Taiteelliselle tuotokselle täytyy antaa aikaa ja vapautta tulla itsekseen. Autonomisuuden pedagogiikan tulisi Freiren mukaan keskittyä kokemuksiin, jotka kannustavat valintojen tekemistä ja vastuunottoa, toisin sanoen kokemuksiin, jotka kunnioittavat vapautta (Freire 1998b, 98). *Ihmisiä* -esityksessä tällaisten valintojen tekeminen ja esiintyjien vastuunotto tähtäsi vapauden kunnioittamisen lisäksi esityksen muodon löytymiseen työskentelyprosessin kautta.

Ohjaajana minulle oli välillä haastavaa olla puuttumatta liikaa, mutta antaa silti esiintyjille tarpeeksi palautetta ja välineitä päästä eteenpäin. Esiintyjien tuli voida luottaa omaan tekemiseensä ja löytää omat ratkaisunsa. Osalle esiintyjistä annoin enemmän ohjeita, toisille vähemmän. Välillä saatoinkin kysyä joltakulta, kaipaisiko hän lisää ohjeita tai palautetta. Onneksi tunnelma harjoituksissa oli välitön ja esiintyjät uskalsivat kysyä tarvitsemiaan asioita. He ottivat itse vastuun itsestään ja minun täytyi antaa se vastuu heille.

Vastuuseen omasta tekemisestä liittyy myös oikeus omistajuuteen. Ohjaajan vastuuna on kunnioittaa tätä oikeutta ja luoda puitteet omaehtoiseen työskentelyyn. Tuija kirjoittaa aiheesta näin:

Kirjoitin äsken positiosta työryhmässä, mikä siis ei tuntunut ehkä kaikkein omimmalta mutta mahdolliselta. Mahdolliseksi sen teki omistajuus omaan materiaaliin. Muistan sanoneeni keväällä 2011 ensimmäisessä palaverissa tämän asian tiimoilta reunaehdoksi osallistumiselleni tällaisen avoimen työtavan ja ilmapiiirin. Ja olen nyt entistä vakuuttuneempi että näin on. On

kysymys yhdessä työskentelystä ja toisten arvostamisesta, ”vanhojen” toimintamallien kyseenalaistamisesta ja taiteilijakuvan muutoksesta. Tällaiset tavat toimia edellyttävät mielestäni tekijöiltä omaa näkemystä/ käsitystä mitä ollaan tekemässä sekä itsetuntemusta omaa apparaattia kohtaan: miten minä työskentelen, mikä on hyvä minulle. Ohjaajan, ryhmän koollekutsujan tehtäväksi jää siten olosuhteiden mahdollistaminen. Toisaalta ajattelen että nämä edellä kertamani ”taidot” ovat olemassa ihmisissä sinänsä. Onkin siis kysymys tietoisuudesta ja tietoisuuden suuntaamisesta. Ohjaaja voi auttaa tässä suuntaamisasiassa. Sillä tavalla kaikkien ihmisten on mahdollista työskennellä näin, ihmisyyttä sinänsä riittää. (Tuija, reflektiokirjoitus harjoitus- ja esitysprosessin päätyttyä 2012)

Esityksen rakenteen löytäminen

Epävarmuuden hetkien jälkeen esitys alkoi löytää muotoaan. Pysyttelin edelleen tunneharjoitteissa, mutta mukana oli myös *ansku*-sarja ja omien kohtausten teemojen hienovarainen lähestyminen. Olen kirjoittanut työpäiväkirjaani teoksen muodon hahmottumisesta näin:

Kaikin puolin tanssi alkaa elää ja syntyy kuvia ja tilanteita ihmissuhteista, mitä pidempään tehdään, sen enemmän tulee ilmaa ja rauhaa mukaan, asiat nousee näkyviin. Ja ihan mahtavinta on, kun esiintyjät alkaa usein kertoa, kuinka hyvältä harjoituksissa tuntuu olla, kuinka tärkeiltä ja merkityksellisiltä asiat tuntuu ja kuinka meillä on ihan oma maailma, muu maailma on tuolla jossain ja sinnekin voi viedä tätä turvallista kohtaamista. Tämä kun saadaan jaettua yleisölle, heidän omaksi kokemuksekseen! Ollaan niin oikeiden asioiden äärellä. Paljon myös puhutaan, ja yhteiset tärkeät asiat alkaa olla näkyvillä ja kaikkien jaettavissa, kuten ihmisen näkyminen, oleminen, hiljaisuus, pysähtyminen, vastaanottaminen, luottamus, leikki. Luulen, että esityksen kaari on sellainen, että ensin lähdetään liikkeelle kevyemmistä asioista ja kohtaamisista, loppua kohden pelkistyy, yksinkertaistuu ja tunnetaso tulee näkyvämmiin esiin, kun katsojakin on sille jo valmiimpi. (Työpäiväkirja 2011-2012)

Mielestäni vaikein tai toimimattomin kohta esityksessä oli loppuun asti *Kaaos* eli Hawkinsin *Pulssi* -harjoitteesta lähtenyt energiannostatuskohta. Alunperin harjoitteessa kiihdytettiin pulssia juoksemalla, sitten havainnoitiin

kiihtynyttä pulssia ja liikuttiin sen antamien impulssien mukaan. Myöhemmin muutimme harjoitetta niin, että otimme pulssihavainnoinnin kautta kehoon löytyneen liikelaadun käyttöön ja osallistujat kiihdyttivät omaa pulssimaista liikettään, kunnes antoivat sen laantua. Tämä versio tuli mukaan esitykseen ja sai nimen *Kaaos, Viisi rytmiä* -harjoitteen osion mukaan. Joskus kohtaaminen muotoutui esityksessä orgaanisesti ja luonnollisella rytmillään, joskus se oli hieman pakotettu ja ulkoapäin määrätyn tuntuinen.

Kaaos limittyi saumattomasti sitä edeltäviin kohtaamosioihin, mutta se oli mielestäni melko ulkoapäin ohjattu, minun siihen kohtaan haluamani kohtaaminen. Siirtyminen edellisestä kohtauksesta *Kaaokseen* oli joskus esiintyjille vaikea hahmottaa. Jos *Kaaos* onnistui oli se mielestäni erittäin hyvä ja tarpeellinen osa esitystä ja esityksen energiakaarta. Se oli kuitenkin vaikea toteuttaa ja vaati tarkkaa yhteistyötä äänisuunnittelija Kain kanssa, sillä Kai vastasi musiikin kautta kohtauksen ajoituksesta. Vielä ensimmäisissä esityksissäkin meillä taisi olla väärinkäsitystä oikeasta ajoituksesta – *Kaaoksen* piti olla nopea, ohimenevä hetki, mutta monesti se pitkittyi ja väsytti esiintyjät.

Kohtauksen ideana oli energian nousu ja purkautuminen, aggressio, jännitteet ihmisten välillä ja kaaos ennen lepoa. Kaipasin esitykseen tällaista dynaamista hetkeä ja olen edelleen sitä mieltä, että tällainen hetki oli kokonaisuuden kannalta tarpeellinen. Toisaalta en osannut rakentaa kohtauksia parhaalla mahdollisella tavalla, jolloin se olisi toiminut varmemmin ja esiintyjille ystävällisemmin. Ehkä saman energiantunnun olisi voinut saada luotua näyttämölle toisin keinoin.

Parviainen (1998) mukaan autenttista merkitystä ei voida saada aikaan muodon manipulaatiolla ja puhdistamisella, sillä autenttisuus on se lähde, josta muoto ylipäänsä voi saada merkityksiä (Parviainen 1998, 153-154). Monni (2004) pitää tärkeänä sitä, että vapaamuotoiseen improvisaatioon perustuvassa työskentelyssä liikkuja saa itse ohjata toimintaansa oman kokemuksellisen valmiutensa mukaisesti. Jotta tanssija voisi työstää omaa eletyn kehon kokemustaan ja liikkeen henkilökohtaista yhteyttä maailmaan, tällainen itseohjautuvuus ja ”itseääräämisoikeus” on hänen mukaansa välttämätöntä. (Monni 2004, 89)

Ehkä *Kaaos* -kohtauksen haasteena oli ennen kaikkea, ettei se ollut muotoutunut esiintyjien oman, sisäsyntyisen muotoamisprosessin kautta. Muissa esityksen kohtauksissa en törmännyt vastaaviin toteutusongelmiin

riittävän pitkän harjoittelun jälkeen. Poimin kyllä *Kaaos* -kohtauksen liikelaadun esiintyjien toiminnasta, mutta harjoite pohjautui ensisijaisesti toiminnallisiin ohjeisiin eikä siihen liittynyt mielikuvaohjeita. Ehkä *Kaaos* -kohtaus ei kaikin puolin yltänyt esiintyjien kokemuksessa mielikuvien tasolle asti ja sen vuoksi se jäi heille ulkokohtaisemmaksi suorittamiseksi kuin muut esityksen kohtaukset. Toisaalta en tiedä, mitä kaikkea esiintyjien mielissä liikkui kohtauksen aikana.

Tässä prosessissa kohtauksien pituuden rajaaminen oli yleisesti ottaen todella haastavaa. Koska moni kohtausaihio syntyi hyvin sisäsyntyisistä ja kokemuksellisista lähtökohdista, oli vaikeaa saada oleellisia asioita tapahtumaan käskystä ja tietystä aikataulussa. Kesti aikaa, että eri asioita oli päästy harjoittelemaan niin paljon, että niiden kestoille voitiin antaa määreitä ja tapahtumille järjestystä. Olennaisin asia tässä oli aika – tätäkään asiaa ei voinut pakottaa.

Lopulta kuitenkin, muutamaa viikkoa ennen ensi-iltaa, huomasin harjoituksissa, että esityshän on kuin vaivihkaa löytänyt muotonsa ja voisimme lähipäivinä yllättäen kokeilla ensimmäistä, hahmotelmanomaista läpimenoa! Tämä hahmotelma olikin pohja, josta lopullinen esityksen muoto syntyi, vain muutamilla muutoksilla ja tarkennuksilla. Olin todella hämmästynyt, sillä ensi-iltaan oli vielä kaksi viikkoa aikaa. Harjoitustunteja meillä oli ollut selkeästi vähemmän kuin mitä olin aiemmin tottunut käyttämään näin pitkän esityksen valmistamiseen. Lisäksi esiintyjäryhmä ei ollut ollut yhtenäkkään viikkona kokonaisuena paikalla, koska joka viikko joku oli ollut joko sairaana tai ennalta sovitusti poissa muiden menojen vuoksi.

Palaan tässä kohtaa Hawkinsin ajatukseen muotoamisesta (*forming*) (Hawkins 1991, 99). Kirjoitin aiemmin Anjan soolokohtauksen luonnollisesta muotoutumisesta ja totesin, että Anja osasi antaa luovuudelleen tilaa niin, että kohtaus pääsi muotoutumaan omalla painollaan. Nyt asiaa pohtiessani voisin sanoa, että koko *Ihmisiä* -esitys muotoutui kuin itsestään. Tuntui todella hyvältä, että kevyen, iloisen, melko stressittömän ja työtuntimäärältään kohtuullisen prosessin kautta saatoimme löytää muodon esitykselle näin helposti ja luonnollisesti.

Tästä haluan pitää jatkossakin kiinni: tuska ja hammastenkiristys ei ole minulle välttämätön edellytys onnistuneelle taiteelliselle prosessille, eikä varsinkaan taiteellis-pedagogiselle prosessille. Taiteellista ja pedagogista prosessia ei tietysti voida täysin erottaa toisistaan, mutta huomaa olevani

kiinnostunut niiden rajapinnasta ja siitä, milloin toinen näistä prosesseista muuttuu vahvemmaksi tai keskeisemmäksi kuin toinen. Tämä saattaa johtua siitä, että olen itse ollut ensin taiteilija ja pedagogin rooli on astunut työnkuvaani mukaan vasta myöhemmin.

Taide vaatii usein oman ajattelun kyseenalaistamista ja uusien ratkaisujen löytämistä. Mielestäni nämä asiat voivat tapahtua repimättä osallistujia ääri rajoilleen. Joskus lukemattomat työtunnit esityksen aiheen parissa, vakavat pohdinnat, tiukka lankojen pitäminen omissa käsissään, ristiriidat ihmisten välillä, stressi tai jopa ahdistus voivat edesauttaa taiteellisen prosessin edistymistä ja lopputuloksen kiteytymistä. Myös pedagogisessa prosessissa on paikkansa kyseenalaistamiselle, uudelleenmäärittelylle ja vastakkainasetteluille. Edellä mainitut tilanteet vaativat mielestäni kuitenkin, että ohjaajalla tai opettajalla sekä muulla työryhmällä on riittävästi tiedostamiskykyä, keinoja ja voimavaroja käsitellä vaikeita asioita rakentavasti ja löytää positiivisia ratkaisuja. Näin haasteet palvelevat prosessin edistymistä ja työryhmäläisten yhteistyön syvenemistä. Jos ongelmatilanteet jäävät ratkaisematta tai ne hiertävät työryhmän sisällä ilman että niitä on edes tiedostettu, ne saattavat rikkoa osallistujia henkisesti ja kuluttaa heidän voimavarojaan. Tällöin ongelmat todennäköisesti heijastuvat epätoivottavina jännitteinä myös taiteellisessa tuotoksessa tai pedagogisessa prosessissa.

Tuija kirjoittaa reflektiokirjoituksessaan mielenkiintoisesti ajankäytöstä ja tunnelmasta harjoituksissamme:

Harjoituksia ja harjoitusaikaa muistellessa ensimmäinen mielikuva on ajantuntu, kiireettömyys. Se on aika (heh) luksusta nykyään. Toisaalta siihen liittyy epäusko: voiko näin tehdä, kostauduuko tämä, pitäisikö olla ”tehokkaampi” tai ”suorittaa” jotain. Nämä kysymykset siitä huolimatta vaikka ajatuksellisesti kannatan kaikkea sitä miten harjoitukset oli rakennettu. On niin helppo alkaa epäilemään itseään ja muita, olemaan ”kriittinen”. Itseasiassa se taitaa olla defenssi. Että jos jokin menee pieleen niin voi sitten sanoa että mä kyllä ajattelin/tiesin tän homman. (Tuija, reflektiokirjoitus harjoitus- ja esitysprosessin päätyttyä 2012)

Ainakin omalla kohdallani lempeämpi ja kevyempi prosessi tuntuu toimivan paremmin kuin kovin paineinen tai stressintäyteinen työskentely. Se ei

tarkoita, että välttelisin ristiriitoja tai pyrkisin harmoniaan muiden mahdollisuuksien kustannuksella. Opinnäytetyön harjoitusprosessia edelsi tekemäni pitkä valmistelu- ja taustatyö ensin aiempien opetusharjoittelujen suunnittelun ja toteuttamisen kautta ja vielä varsinaista opinnäytetyöprosessia suunnitellessa. Uskon, että tämä pitkä valmistautuminen ja oman visioni kirkkaus mahdollisti ainakin tällä kertaa rentouden, itseluottamuksen ja maltin, joiden avulla osasin tarkkailla prosessin luontevinta kulkusuuntaa ja antaa sille tilaa. Myös oma turvallisuudentunteeni itse valitsemani työryhmän keskuudessa mahdollisti tätä. Näin esityksen muoto ikään kuin löysi itse itsensä.

Viis mielipiteistä!

Oma itseluottamukseni esityksen aiheen suhteen ilmeni myös toisella tavalla. Vaikka prosessin tavoitteena oli valmistaa esitys ja minulla oli tietysti esityksellisiä tavoitteita etenkin katsojan tunnekokemukseen liittyen, jossain vaiheessa työryhmän ulkopuolisten ihmisten mielipide lakkasi kiinnostamasta minua. Olin itse syvällä tunnekokemuksessa työryhmän kanssa enkä pystynyt asettumaan ulkopuolelle. Koen, että tämä oli vahvuus eikä rajoite, sillä tämän prosessin kannalta etäisyys ja ulkopuolisuuden näkökulma olisivat uskoakseni olleet enemmän haitaksi kuin eduksi. Olin mukana täysin sydämin, mutta antaen muille tilaa. Toivon, että yleisö pystyi sitä kautta myös saamaan sopivasti sekä osallisuutta että omaa tilaa.

Uskoisin, että katsojien mielipide lakkasi kiinnostamasta minua siksi, että koin vahvasti esityksessämme olevan jotain syvää ja hyvää ja sellaista, jota olin hakenut. Toisaalta ymmärsin, että esityksen tyyli ei välttämättä sopisi kaikille eikä kiinnosta kaikkia, eikä jokainen kohta esityksessä varmastikaan olisi juuri parhaimmaksi hioutunut. Uskoin, että esitys koskettaisi niitä katsojia, joiden taidemielityksiin ja persoonaan se sopisi. Pidin myöskin pedagogista prosessia kaikkein tärkeimpänä ja taiteellisen tuotoksen laatu oli huomiokentässäni vasta sen jälkeen, tai oikeastaan pedagogiset ja taiteelliset tavoitteet yhdistyivät toisiinsa ja onnistumisen tunne syntyi sitä kautta. Esiintyjien hyvä kokemus koko prosessista ja esityksistä sekä heidän turvallisuudentunteensa oli tärkeintä. Olisin voinut kysellä valikoiduilta katsojilta jälkeenpäin palautetta tätä kirjallista opinnäytetyötä varten, mutten tehnyt sitä luultavasti samoista syistä – työryhmän sisäinen kokemus oli minulle tärkein ja kiinnostavin. Keskittymiseni oli suuntautunut omaan

ryhmään ja heistä huolehtimiseen. Ajatuksena oli, että jaamme jotain meiltä muille ja se riittää ja on kiinnostavaa.

Seppo kirjoittaa reflektiikirjoituksessaan kauniisti yhdestä esityksemme tärkeästä annista, arvonnasta vanhemmille ihmisille. Itse voisin yleistää Sepon sanat tarkoittamaan jokaisen ihmisen yksilöllistä arvoa:

Meistä ikäihmisistä puhutaan tänä päivänä aika yleisestikin, että me vain kulutamme yhteiskunnan varoja - että me vain ”maksamme”, mutta ”Ihmiset” kyllä puhui aivan jotain muuta. Meillä näyttää sittenkin olevan vielä jotain annettavaa, ja ehkäpä saamapuolellakin on vielä jotain ”kuittaamatta”. (Seppo, reflektiikirjoituksesta harjoitus- ja esitysprosessin jälkeen 2012)



Kuva: Mikko Haiko

Opettaja-oppilassuhde

Opettaja-oppilassuhde tuntuu tässä kontekstissa kummalliselta sanalta. En niinkään kokenut opettavani mitään, vaan mahdollistavani, ohjaavani ja leikkiväni yhdessä toisten kanssa. Sana **opettaja** kuitenkin esiintyi usein vanhimpien osallistujien puheissa ja heille olin ennen kaikkea opettaja. Se tuntuu itselleni oudolta, koska heillä oli huomattavasti enemmän elämäkokemusta kuin minulla ja koska tämä prosessi keskittyi niin vahvasti ihmisenä olemiseen ja jokaisen osallistujan omaan erityislaatuun. Ehkä sitten opettajuuteni suhteessa heihin oli ennen kaikkea tässä työskentelykontekstissa toimimisen ohjaamista. Tämänkaltainen vapaa ja työryhmäkeskeinen työtapana oli heille uusi kokemus.

Yhteiseen toimintakulttuuriin tutustuttaminen oli kieltämättä välillä haasteellista. Tekemisen arvottaminen ja käsitteet **hyvä – huono, oikein – väärin** nousivat usein esiin, erityisesti harjoitusprosessin alkuvaiheessa. Tässä prosessissa ei kuitenkaan ollut tavoitteena suorittaa mitään oikein, vaan kokeilla ja havainnoida erilaisia tapoja olla ja toimia. Kun kysyin, mitä esiintyjät olivat kokeneet harjoitteiden aikana tai nähneet katsoessaan toistensa tekemistä, saatoinkin välillä saada vastaukseksi jotain omaan tai toisen suoriutumiseen liittyvää sen sijaan, että olisi pohdittu, minkälaisia ajatuksia harjoitteet kussakin herättivät. Yritin ohjeistaa uudenlaista keskustelukulttuuria ja ajattelua. Tässä oli suuri apu siitä, että esiintyjäjoukkoon kuului kolme pedagogiopiskelijaa. Useita kertoja syntyi myös mielenkiintoisia reaktioita siitä, kun kaksi esiintyjää kokivat toisensa hieman vieraaksi maastoksi ja yrittivät oppia ymmärtämään toisiaan. Onneksi tämä tapahtui kaikella kunnioituksella.

Tuija pohtii vastakkainasettelun tematiikkaa reflektiokirjoituksessaan:

Itselleni rasittavaa, ellei rasittavinta, oli tämä oikein – väärin, hyvä – huono, osaa – ei osaa, kelpaa – ei kelpaa keskustelu. Rasittavaa siksi, että vaikka kuinka haluaisi itsessään päästää irti tästä ajattelusta niin silti se aika ajoon nostaa päätään. Tällainen ajattelu on niin syvään juurtunutta ja sellaisen (taide)kasvatuksen perustassa minkä parissa on viipynyt lukemattomia tunteja/ harjoitustilanteita. Sellaisten kokemusten ja käsitysten valossa mitä itselläni nykyään on, ymmärtää että se on turhaa eikä nähdäkseni vie työskentelyä rakentavaan suuntaan. Päinvastoin: se rakentaa eriarvoisuutta, kilpailua, suorittamista, hierarkioita ja hoidan vain omat asiani –asennetta

(mikä puolestaan heikentää avointa vuorovaikutusta). Vastakkainasettelu on kuin basilli mikä voi sairastuttaa koko prosessin. Onneksi siihen on lääkettäkin. Ja tietenkin kyse on myös omasta ideaalista: minkälaisen esityksen tulisi olla että se olisi mielekäs. Siis omasta taidekäsitelmästä. (Tuija, reflektiokirjoitus harjoitus- ja esitysprosessin päätyttyä 2012)

Konkreettinen keskusteleminen oli tärkeä ja näkyvä osa työryhmämme työskentelyä: juttelimme niitä näitä, teimme harjoitteita, puhuimme niiden kautta saamistamme kokemuksista, kokeilimme lisää ja jaoimme hyvin henkilökohtaisiakin tapahtumia ja mietteitä. En voisi kuvitella tätä oppinäyteprosessia ja sen luottamuksellista laatua ilman näitä keskusteluja. Varmasti tärkeimpiä anteja harjoituksissa oli nimittäin kuulluksi ja nähdyksi tuleminen. Oli usein vaikeaa keskeyttää rönsyilevää juttutuokiota, mutta ymmärsin jutustelun merkittävyyden ja annoin sille mahdollisuuksien mukaan tilaa, ohjaten sitä joskus enemmän yhteisen prosessin aihepiiriin. Hyvä olo yhdessä olemisesta, kuulluksi ja nähdyksi tulemisesta, omien kokemusten arvosta ja jokaisen vapaudesta olla oma itsensä oli edellytys koko prosessin onnistumiselle.

Ryhmänohjaajuuteni tässä prosessissa kiinnittyi dialogiseen pedagogiikkaan. Freiren (1972) mukaan dialoginen eli kriittinen tai vapauden pedagogiikka tähtää autenttiseen olemassaoloon ja vapauten esteistä, jotka pidättelevät ihmisiä tulemasta täysin ihmisiksi. Vapaus ei kuitenkaan ole lahja joltakulta toiselta, vaan se on dialogin ja tiedostamiseen tähtäävän toiminnan tulos, eli kriittinen tietoisuus. (Freire 1972, 42) Itse en olisi varmastikaan onnistunut muunlaisilla kuin dialogisuuteen perustuvilla keinoilla luotsaamaan ryhmää havainnoimaan kukin omia tunteitaan ja kokemuksiaan harjoitusprosessissa tapahtuneen tavoin. Dialogisuus ei tietenkään tarkoita täysin samaa kuin pelkkä dialogi eli vuoropuhelu tai keskustelu. Mutta ihmisten aito, kaikille tilaa antava kohtaaminen ja keskustelu, joka tähtää tiedostamiseen ja itsen oivaltamiseen, edesauttaa dialogisen pedagogiikan tavoitetta oppilaan vapauden löytämisestä. Vapaus taas oli edellytys tämän esityksen sisältöjen muotoutumiselle.

Tunteille tilaa

Omalta kohdaltani tämä prosessi oli kaikin puolin kevyt ja luonteva. Olin pohjustanut työskentelyä jo aiemmilla opetusharjoittelullani ja pohtinut

tunneteemaa myös pedagogisiin opintoihin liittyvässä seminaarityössäni. Työryhmä oli itse valitsemani ja kaikki esitykseen liittyvät elementit, kuten lavastus, puvustus, äänisuunnittelu ja valosuunnittelu hoituivat sujuvasti ja kokonaisuutta tukien.

Mutta mitä jos prosessi olisi ollut vaikeampi? Jos olisin kokenut riittämättömydentunteita, taiteellisia vaikeuksia tai henkilökemiaongelmia työryhmäläisten kanssa – miten se olisi vaikuttanut työprosessiin ja esitykseen? Kyseessä kun oli prosessi, jossa turvallisuudentunne ja luottamuksellisuus oli avainasemassa. Olisiko oma epävarmuuteni tai kireyteni lukinnut esiintyjien mahdollisuudet kokea, tuntea ja antaa tunteidensa näkyä? Olisinko pakottanut esityksen johonkin muottiin, joka ei olisi ollut toimiva eikä esiintyjille luonteva? Olisiko esitys jäänyt kokonaan vajaaksi niistä teemoista, jotka alunperin itseäni kiinnostivat, eli tunteiden, kokemisen ja ihmisyyden näkyminen? Entä jos esiintyjät olisivat vastustaneet prosessia, epäilleet, kiukutelleet, olleet välinpitämättömiä, lintsanneet harjoituksista? Entä jos joidenkin työryhmäläisten välillä olisi ollut ilmiriitaa ja toistensa vähättelyä? Entä jos en itse olisi tullut toimeen joidenkin osallistujien kanssa?

Edellä mainitut kysymykset sisältävät myöskin monenlaisia tunteita, tunnelmia ja kokemuksia. Mutta varmasti lopputulos olisi ollut edellä mainituissa tilanteissa erilainen. Tai vaikka lopputulos olisi ollut tyydyttävä, jälkitunnelmat prosessista olisivat voineet olla toisenlaiset. Bogart (2004) kirjoittaa, että ilmapiiri harjoitussalissa voi olla joko pelon tai luottamuksen kyllästävä. Hänen mielestään dynaamisimmat ja jännittävimmat valinnat tehdään silloin kun luotetaan prosessiin, taiteilijoihin ja materiaaliin. Bogart mainitsee kauhun ja armon. Hänen mukaansa taiteelliseen työprosessiin ryhtyminen sisältää aina jonkin määrän kauhua, mutta rakkaus, luottamus ja huumorintaju voivat toimia pelastavina tekijöinä ja tuoda armon harjoitustilanteeseen ja näyttämölle. (Bogart 2004, 93)

Palaan itse jälleen pohtimaan pelon läsnäolon tai poissaolon merkitystä. Pelko voi lamaannuttaa ja rikkoa, mutta kohdattuna ja hyväksyttynä se voi olla rakentava tekijä ja johtaa uusien haasteiden vastaanottamiseen ja yli pääsemiseen. Pelko ei kuitenkaan saa hallita työskentelyn tunnelmaa ja ihmisten välisiä vuorovaikutussuhteita. On realismia, että joskus kaikki ei suju suunnitelmien mukaan. Silti opettajan tai ohjaajan ammattitaitoon kuuluu kestää omaa pelkoaan ja epävarmuuttaan ja suunnitella työskentely niin, että

kaikilla työryhmän jäsenillä on tilaa ja lupa olla omana itsenään, myöskin negatiivisine tunteineen. Tunteiden peittäminen ja patoaminen tuskin johtaa hyvään lopputulokseen, varsinkaan esityksessä, jonka tarkoituksena on antaa tunteiden näkyä.

Ammattitaitoinen opettaja voi pyrkiä antamaan tilaa kaikenlaisille tunteille, myöskin negatiivisille, ja tarjota osallistujille tilaisuuksia ilmaista ja ymmärtää tunteitaan. Opettaja voi yrittää olla pelkäämättä, tai ehkä paremminkin hyväksyä oman pelkonsa. Hän voi pohtia ja valikoida työmenetelmiään, mutta pysyä avoimena työskentelyprosessille ja siinä mukana oleville ihmisille. Opettaja voi antaa tilaa ja huomiota kaikille ja ohjata ryhmätyöskentelyä tasa-arvoisesti. Hän voi havainnoida, miten hyvin työtapa sopii kyseiselle työryhmälle ja tarvittaessa muokata työtapojaan sopivissa määrin. Omasta mielestäni tärkeää on olla armollinen itselleen ja toisille, olla itse luottamuksen arvoinen. Tuntee ja olla ihminen ihmiselle.

Pedagoginen prosessi vs. taiteellinen prosessi

Oma opettajuuteni on kehittynyt maisterikoulutuksen kuluessa huomattavasti tarkkailevampaan, sallivampaan ja vähäeleisempään suuntaan. Valitsen mielelläni entistä avoimempia tehtäviä ja otan impulsseja muista osallistujista. Merkittävät havainnot omasta opettajuudestani opinnäyteesityksen valmistamisprosessissa olivatkin tilan antamiseen, kuuntelemiseen, tarkkailemiseen ja tekemättä jättämiseen liittyviä. Usein pääsimme hyvään suuntaan juuri sillä, etten puuttunut prosessiin ja esiintyjien tekemiseen liikaa. Tämä ei tietenkään tarkoita sitä, että olisin jotenkin voinut luistaa vastuusta ja vain oleilla mukana harjoituksissa. Totta kai roolini oli tärkeä: olin liikkeellepanija, ideoija, tehtävänantaja, suunnannäyttävä, tarkkailija, kuuntelija, kyselijä, valintojen tekijä. Vastasin raameista, jotta esiintyjillä olisi mahdollisuus rentoutua, luottaa ja heittäytyä niiden puitteissa.

Opinnäyte-esityksen valmistaminen sai minut miettimään paljon pedagogisen ja taiteellisen prosessin yhteneväisyyksiä ja eroja. Minkä verran pedagoginen ja taiteellinen prosessi kulkevat sisäkkäin, minkä verran niillä on eroa? Muuttuuko pedagoginen tavoite myös taiteelliseksi tavoitteeksi vai ovatko ne eri asia?

Itse miellän, että lähtökohdiltaan selkeästi taiteellisessa prosessissa minulla on yleensä enemmän tavoitteita ulospäin eli katsojia kohti ja pedagogiseksi mieltämässäni prosessissa taas sisään päin eli työryhmää kohti. Opinnäyte-

esityksen yhteydessä nämä prosessit punoutuivat erityisen tiukasti toisiinsa. Lopulta kuitenkin pedagoginen prosessi määrittyi itselleni tärkeämmäksi, sillä sen onnistuminen oli edellytys myös taiteellisen prosessin onnistumiselle. Olisin epäonnistunut, vaikka esitys olisi ollut hieno, jos esiintyjät olisivat kokeneet olonsa turvattomaksi tai pakotetuksi. Tuskin esitys olisi voinut onnistuakaan, jos näyttämöllä olisi ollut itsensä epävarmoiksi tuntevia, itseään suojaavia ja keskinäisestä vuorovaikutuksesta irrallisia ihmisiä. Pedagogisesta tavoitteesta tuottaa esiintyjille itsevarmuutta, heittäytymiskykyä ja rohkeutta antaa kokemustensa ja tunteidensa näkyä tuli myös osa taiteellista sisältöä ja esityksen muotoutumista määrittävä tekijä. Esityksen aikana tapahtuvien ihmisten sisäisten kokemusten heijastuminen ulospäin oli välttämättömyys, jotta *Ihmisiä* olisi todella näyttäytynyt taiteellisesti sellaisena, kuin itse toivoin.

Ihmisiä -esityksen kohdalla voin ilokseni sanoa mielestäni onnistuneeni hyvin pedagogin- ja ohjaajantehtävissäni omien tavoitteideni suhteen hyvin. Sekä työn tulokset että esiintyjiltä saamani palaute vahvistavat tätä käsitystä. Prosessi eteni luonnollisesti ja ilman suurempia kriisejä. Esiintyjät kertoivat tuntevansa, että he ovat tärkeiden asioiden parissa ja että on hyvä olla. Ryhmä oli monimuotoinen, mutta yhtenäinen ja turvallinen. Esitys löysi muotonsa pakottomasti. Tapasin yleisön jäseniä, joilla oli kyynel silmissään esityksen jälkeen.

Vaikka ”kyyneleet silmissä” ei ehkä kerrokaan mitään esityksen taiteellisesta tasosta, se kertoo minulle, että se, mitä me työryhmän kesken harjoituksissa koimme, ei jäänyt vain harjoituksiin ja työryhmän sisäiseksi terapeutiksi puuhasteluksi. Jos katsoja pystyi liikuttumaan näkemästään ja kokemastaan, onnistuimme tuomaan elämisen iloja, suruja, herkkyyksiä ja vahvuuksia näkyviin niin, että yleisölläkin oli mahdollisuus kokea ja jakaa niitä esityksen aikana. Tässä tapauksessa vahva ajatukseni työprosessin aikaisesta ilosta, pakottomuudesta ja helppoudesta laajentui myös yleisön suuntaan luoden pakottomatonta tilaa, jossa oli mahdollisuus tuntea esiintyjien kanssa ja ottaa vastaan heidän kokemisensa heijastumia, nähdä kuvia elävästä elämästä ja samaistua. Tällöin pedagoginen tavoitteeni siirtyi suoraan taiteelliseksi sisällöksi, näyttäen ihmisiä ihmisille.

PERILLÄ

Tämä matka kokemuksellisuuden näkymiseen perustuvan esityksen valmistamiseen on päättymässä ja on aika purkaa matkatavarat. Taiteilijapedagogin laukkuun on matkalla kertynyt monenlaista. Sieltä löytyy **kohtaamista ja hyväksyntää**, joiden turvin on helpompaa kohdata itsensä ja olla vuorovaikutuksessa toisten kanssa. Sieltä löytyy **pelonsietokykyä**, joka antaa malttia kestää epävarmuutta ja olla paljaana tuntemattoman edessä. Sieltä löytyy **tiedostamista ja sanallistamista**, joiden avulla kaikkien omat kokemukset ja tunteet saavat tilaisuuden päästä esiin. Sieltä löytyy **itseluottamusta ja taitoa siirtyä syrjään**, jotta muiden vahvuudet saavat tilaa tulla esiin.

Tämän työn alussa esitin kysymyksiä: Millaista on työskennellä taiteellispedagogisessa prosessissa kokemuksellisuusnäkökulman kautta? Millaisia kokemuksia osallistujille syntyy tällaisessa prosessissa? Miten kokemuksellisuusnäkökulma vaikuttaa ohjaaja-opettajan työhön? Mitä opettaja kokee?

Tämän prosessin ehdoton onnistuminen edellytyksenä oli jokaisen osallistujan hyvä olo yhdessä olemisesta, kuulluksi ja nähdyksi tulemisesta, omien kokemusten arvosta ja vapaudesta olla oma itsensä. Tämä tavoite määritteli työskentelyä ja työtapojen valintaa.

Kokemuksellisuuteen keskittyminen tuotti syvältä sisältä päin kumpuavaa, itseohjautuvaa työskentelyä, jonka kautta tanssi ja muu ilmaisu löysi muotonsa luonnollisesti. Oman luovuuden tutkiminen ja löytäminen vaikutti osallistujiin kokonaisvaltaisesti ja lisäsi monen kohdalla itsetuntemusta, itseluottamusta ja riskinottokykyä. Työskentely laittoi esiintyjät kohtaamaan itsensä ja omat tunteensa osana taiteellista prosessia, ja joillekin sillä oli myös terapeuttisia vaikutuksia.

Ihmisiä -esityksen valmistaminen kiteytti monia itselleni tärkeitä taideopettajuuden kulmakiviä selkeämpään muotoon. Olen entistä vakuuttuneempi siitä, että kokemuksellisuus eli kokemusten ja tunteiden havainnointi tuottaa hienoja taiteellisia vivahteita ja antaa esiintyjille mahdollisuuden päästä todella esiin. Kokemuksellisuuteen keskittyminen vaatii ohjaaja-opettajalta ennen kaikkea tiedostamista. Ohjaajan täytyy tiedostaa oma vastuunsa turvallisen työskentelyilmapiirin luomisessa ja

osallistujien turvallisuudentunteen mahdollistamisessa. Hyväksyntä, leikillisuus, vuorovaikutus ja aito kontakti omiin kokemuksiin ja kokemusten tietoiseksi tuominen ovat tärkeitä työkaluja tämän päämäärän tavoittelussa.

Kokemuksellisuus tuo helposti esiin pelkoja, mutta pelon kohtaaminen ja hyväksyminen yhtenä tunteena muiden joukossa voi vapauttaa sekä ohjaajaa että esiintyjää löytämään itsevarmuutta, rentoutta ja uusia ratkaisumalleja. Ohjaaja voi vahvistaa omaa pelonsietokykyään ennakkovalmistelulla ja taustatyöllä, jotka tuovat tervettä itsevarmuutta kestää tuntematonta ja antaa tilaa muille.

Luottaminen prosessiin ja intuitio kantavat yllättävän pitkälle. Ei tarvita tuskaa, jotta voidaan tuottaa kiinnostavaa taiteellista sisältöä. Malti, prosessin tarkkaileminen, tarpeen mukaan sivussa pysyminen ja tilan antaminen sekä armollisuus itseä ja muita kohtaan tuottavat rentoutta ja luottamusta, joiden turvin taiteelliset sisällöt saavat tilaa tulla esiin.

Vaikka ohjaaja-opettaja asettuisikin tarkkailevaan rooliin, hän ei silti jää syrjästäkatsojaksi, vaan pääsee myös itse osalliseksi vahvoista tunteista ja hienoista hetkistä. On vapauttavaa antaa itsensä olla, tuntea, elää – olla ihminen.

Tämä *Ihminen* kirjoittaa nyt opinnäytetyönsä viimeisiä lauseita ja muistelee, millaisia tunteita hän koki katsellessaan työryhmänsä hienoa työskentelyä liikkeen, äänen ja leikin parissa.

Päällimmäisinä tunnemuistoina ovat *ilo ja rauha*.



Kuva: Mikko Haiko

LÄHTEET

Anttila, E. 2003. *A Dream Journey to the Unknown: Searching for Dialogue in Dance Education*. Teatterikorkeakoulu, Helsinki: Acta Scenica 14.

Arlander, A. 1998. *Esitys tilana*. Teatterikorkeakoulu, Helsinki: Acta Scenica 2.

Aronson, A. 1981. *The History and Theory of Environmental Scenography, Theater and Dramatic Studies*, No. 3. Ann Arbor, Michigan: The University of Michigan Research Press.

Bogart, A. 2004. *Ohjaaja valmistautuu. Seitsemän kirjoitusta taiteesta ja teatterista*. Kääntänyt Annette Arlander. Jyväskylä: Like.

Damasio, A. 2000. *Tapahtumisen tunne. Miten tietoisuus syntyy*. Kääntänyt Kimmo Pietiläinen. Helsinki: Terra Cognita.

Freire, P. 1972. *Pedagogy of the oppressed* (M.B. Ramos, Trans.). Harmondsworth: Penguin Education.

Freire, P. 1998b. *Pedagogy of freedom: Ethics, democracy and civic courage* (P. Clarke, Trans.). Lanham: Rowman & Littlefield.

Hayes, J. 2006. *Dance movement therapy with undergraduate dance students. 'Special ingredients in the development of playfulness, self-confidence and relationship'*. Teoksessa Payne, H. (toim.). *Dance Movement Therapy: Theory, Research and Practice* (2nd edition). London: Routledge, 207–231.

Hawkins, A. M. 1991. *Moving from Within: A New Method for Dance Making*. Pennington: a cappella books.

Hämäläinen, S. 1999. Koreografian opetus- ja oppimisprosesseista – kaksi opetusmallia oman liikkeen löytämiseksi ja tanssin muotoamiseksi. Teatterikorkeakoulu, Helsinki: Acta Scenica 4.

Hämäläinen, S. 2007. The Meaning of Bodily Knowledge in a Creative Dance-Making Process. Teoksessa Rouhiainen, L. (toim.). *Ways of Knowing in Dance and Art*. Teatterikorkeakoulu, Helsinki: Acta Scenica 19, 56–78.

Monni, K. 2004. Alexander-tekniikka ja Autenttinen liike –työskentely: Kaksi kehontietoisuuden harjoittamisen metodia. Teatterikorkeakoulu, Helsinki: Acta Scenica 15.

Parviainen, J. 1998. *Bodies Moving and Moved: A Phenomenological Analysis of the Dancing Subject and the Cognitive and Ethical Values of the Dance Art*. Vammala: Tampere University Press.

Payne, H. 2006a. Preface. Teoksessa Payne, H. (toim.). *Dance Movement Therapy: Theory, Research and Practice* (2nd edition). London: Routledge, xv-xvi.

Payne, H. 2006b. Introduction: Embodiment in action. Teoksessa Payne, H. (toim.). *Dance Movement Therapy: Theory, Research and Practice* (2nd edition). London: Routledge, 1-16.

Rauhala, L. 2005 (1983). *Ihmiskäsitys ihmistyössä*. Helsinki: Yliopistopaino.

Roth, G. 1998. *Sweat your Prayers: The Five Rhythms of the Soul. Movement as Spiritual Practice*. New York: Penguin Putnam Inc..

Muut lähteet:

Asikainen, S. L. Runo. Julkaisematon lähde.

Tyni, P. 2011. ”Fiiliksellä todella on väliä” – tutkimus tanssimisen tunteista. Seminaarityö. Helsinki: Teatterikorkeakoulu.

Tyni, P. 2011-2012. Työpäiväkirja. Helsinki: Teatterikorkeakoulu.

Ihmisiä -esityksen esiintyjien harjoitus- ja esitysprosessin päätyttyä kirjoittamat reflektiokirjoitukset.