

**S T a D I a**

HELSINGIN AMMATTIKORKEAKOULU

---

# **MATKA VAPAAMPAAN ILMAISUUN**

Kohti itsensä kohtaamista

Esittävän taiteen koulutusohjelma  
Teatteri-ilmaisun ohjaaja  
Opinnäytetyö  
16.4.2007

---

Tanja Männistö



## TIIVISTELMÄSIVU

Koulutusohjelma Esittävä taide		Suuntautumisvaihtoehto Teatteri-ilmaisun ohjaaja	
Tekijä Tanja Männistö			
Työn nimi Matka vapaampaan ilmaisuun, kohti itsensä kohtaamista			
Työn ohjaaja/ohjaajat Elina Rainio			
Työn laji Opinnäytetyö	Aika 16.4.2007	Numeroidut sivut + liitteiden sivut 31	
<p>TIIVISTELMÄ</p> <p>Kokemukseni teatterityöstä heijastavat tarvetta vapaampaan ilmaisuun. Voiko teatteria tehdä kysyen ”miltä sinusta tuntuu”? Kokemukseni näyttelijän- ja ohjaajantyöstä pohjautuvat pääasiassa kylmän ulkoiseen, fyysiseen ja tekniseen tekemiseen. Minua on jo kauan kiinnostanut luonnollisuus ja inhimillisuus näyttämöllä.</p> <p>Tämä opinnäytetyö on pysähdys, hiljainen hetki sen kysymyksen äärellä, voiko teatteria tehdä kuunnellen ja kunnioittaen omia tuntemuksia ja tunteita. Tämä työ pohjautuu omiin kokemuksiini, joita arvioin rehellisesti ja suorasti. Kokemukseni pohjautuvat hahmometodityöpajaan, joka antoi työkaluja käsitellä vapaampaa ilmaisua teatterityössä.</p> <p>Opinnäytteessäni erittelen hahmometodin kautta erilaisia työtapoja kohti vapaampaa ilmaisua omiin kokemuksiini pohjaten. Näiden kautta avaan omaa ohjaustani Eeva-Liisa Mannerin <i>Poltetusta oranssista</i>. Ohjausta purkaessani arvioin hahmometodin käytettävyyttä ja sovellettavuutta käytännössä. Käsitelen ohjauskokemukseni prosessina, joka pyrki luonnollisuuteen.</p> <p>Työn lopussa hahmometodin ja oman ohjaukseni tarkastelun kautta astun askeleen lähemmäksi itseäni teatterintekijänä ja arvioin rehellisesti katsojasuhdettani ja yhteisöllisyyttä teatterityössä. Pohdinnassa päädyn teatterintekijänä suuntaan, joka antaa mahdollisuuden olla rehellinen ja avoin omille tunteille, vastustukselle, luottamukselle ja inhimillisyydelle.</p>			
Teos/Esitys/Produktio			
Säilytyspaikka Taideteollisen korkeakoulun kirjasto, Aralis-kirjastokeskus			
Avainsanat Hahmometodi, näyttelijäntyö, ohjaajantyö, luonnollisuus, vastustus, rajat			



Degree Programme in Performing Arts		Specialisation Bachelor of Drama Instructor
Author Tanja Männistö		
Title Journey To Free Expression, Facing Myself		
Tutor(s) Elina Rainio		
Type of Work Final Project	Date 16 April, 2007	Number of pages + appendices 31
<p>My experiences about theatre work reflect the increased need for a free expression. Experiences about acting and directing are based on mainly external, physical and technical factors. For a long time, I have been interested in being natural and humane on the stage.</p> <p>This final project is like a silent moment around the following question: is it possible to listen and respect one's own knowledge and feelings in the theatre. This work is based on experiences, which are evaluated honestly and directly. Experiences are based on a Gestalt method workshop, which gave better tools to handle free expression in the theatre work.</p> <p>In this final project, different ways to work are analysed using a Gestalt method. These ways aim for free expression and are based on my own experiences. Eeva-Liisa Manner's play Poltettu Oranssi is linked to the ways and experiences. Furthermore the Gestalt method's availability and applications in practice are evaluated. Experience about directing is accounted as a process that strives for a natural expression.</p> <p>In the end of final project step is taken towards facing myself as an author. A change towards honesty and opening one's own feelings in addition to trust, resistance and humanity are the main points of this final project.</p>		
Work / Performance / Project		
Place of Storage Aralis Library and Information Center, Helsinki		
Keywords Gestalt method, acting, directing, natural, resistance, limits		

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO .....	1
2	HAHMOMETODI TYÖVÄLINEENÄ .....	3
2.1	Fyysisyydestä uskottavuuteen.....	4
2.2	Kontakti .....	6
2.3	Suhde yleisöön .....	8
2.4	Puuttuva palanen .....	9
2.5	Hahmometodin käytettävyys.....	10
3	POLTETUN ORANSSIN OHJAAMINEN .....	11
3.1	Voileipämetodi.....	13
3.2	Tekstiin rakastuttaminen.....	13
3.3	Työryhmässä panttaaminen .....	15
3.4	Omat rajat ohjaajana.....	18
3.5	Intuitiivisuus.....	19
3.6	Tarkkuus ohjatessa .....	20
3.6.1	Tunne ja tekniikka ohjatessa .....	22
4	KOHTI ITSENSÄ KOHTAAMISTA.....	24
4.1	Katsojasuhteeni .....	24
4.2	Yhteisöllisyys.....	25
5	POHDINTA.....	27
	LÄHTEET .....	31

## 1 JOHDANTO

Kokemukseni teatterityössä heijastavat tarvetta vapaampaan ilmaisuun. Voiko teatteria tehdä kysyen ”miltä sinusta tuntuu”? Kokemukseni näyttelijäntyöstä ovat ulkoisen fyysisiä ja teknisiä. Näyttelijänä en oikeasti tunne, vaan toteutan tunteet teknisesti. On helppo tehdä tunteet, mutta vaikeampaa on oikeasti tuntea. Niin ohjaajana kuin näyttelijänäkin minua on jo kauan kiinnostanut luonnollisuus ja inhimillisyys näyttämöllä. Omat tunteet ja tuntemukset jäävät usein suorittamisen ja hyvän tekniikan alle. Mitä luonnollisuus ja tunteminen näyttämöllä vaativat? Miten siihen päästään? Pysähdyttyäni omien kokemusteni äärelle avautuu itselleni mielekäs tapa nähdä ja tehdä teatteria. Tämä työni on eräänlainen pysähdys ja hiljainen hetki. Toivon, että oivallus rehellisestä pysähdyksestä muodostaa yhden polun työtapaan, jossa voidaan kysyä ”miltä sinusta tuntuu”? Hahmometodityöpajasta sain hyvän työkalun päästä omien luonnollisuutta estävien asioiden äärelle. Mitä teknisen ja fyysisen tekemisen takana on? Hahmometodin kautta avaan rehellisesti tutkien omia kehityspisteitani, esiintymisen esteitä, omaa vastustustani, kontaktia ja ylipäättään omaan luonnolliseen ilmaisuun johtavia mutkia ja kiemuroita.

Tarkastelen työtä omasta näkökulmastani niin näyttelijänä kuin ohjaajanakin. Tämä peilaa hyvin tulevaa monialaista ammattikuvaani. Miten omat kokemukseni hahmometodista ovat evästäneet minua kohti vapaampaa ilmaisua ja kohti omaa ohjaustani? Miten sovellan hahmometodia omassa ohjauksessani *Poltetussa oranssissa*? Miten työtavat toimivat ja minkälaisen asioiden äärellä on oleiltava pyrkiessä luonnollisuuteen? Missä menevät omat rajani?

Loppujen lopuksi tämä opinnäyte perustelee näkemykseni teatterin tekemisestä. Tämän työn kautta kuljen matkan tunnustellen ja kooten omaa identiteettiäni teatteri-ilmaisun ohjaajana. Opinnäytetyö on selvitys, mitkä ovat voimavarani, mikä on minun tieni tehdä teatteria. Tämä työ kulkee polkua kohti itseäni. Se on henkilökohtaisuudessaan merkittävä, se vahvistaa identiteettiäni ja näkökulmaani teatterin tekemiseen. Työ selvittää omien oivallusten kautta miten olla luonnollisempi näyttämöllä. Miten hellittää jäykkää fyysisyyttä?

Oivallus oivallukselta omat tarpeeni ovat muuttaneet suuntaa, rikkoneet jäykkyyttä ja antaneet itselleni mahdollisuuden hengittää vapaammin. Minä olen erittäin taitava peittämään itseni. Ettei kukaan vain näkisi minua, että näkisivät ainoastaan ja puhtaasti roolin. Tämä on hyvää itsesuojelua, enkä olekaan sitä mieltä, että ideaalitapauksessa räväyttäisin itseni auki kaikkien katsottavaksi vaan haluaisin, että minä uskaltaisin näkyä rooleissani, omassa työssäni. Näiden omien oivallusten kautta selvitän näkemykseni teatterin tekemisestä. Kohti vapaampaa ja ilmavampaa ilmaisua, joka mahdollistaa kuulemisen, kohtaamisen ja rehellisyyden suhteessa itseeni ja ympäristööni. Lähdetään kohti vapaampaa ilmaisua, kohti itsensä kohtaamista.

## 2 HAHMOMETODI TYÖVÄLINEENÄ

Tammikuussa 2006 aloitin hahmometodi näyttelijäntyössä työpajan. Kurssia ohjasi Tuuja Jänicke. Olin valinnut kurssin viimeiseksi valinnaisekseni, koska halusin uutta näkökulmaa näyttelijäntyöhön sekä eväitä tulevaa ohjausta varten. Kurssin sisältö oli purkaa esiintymisen ja esilläolon esteitä. Painopiste oli näyttelijäntyössä. Päälause koko kurssille oli mielestäni: *Olet vastuussa itse itsestäsi*. Hahmometodissa pyritään sanomaan asiat ääneen. Hahmometodi on tiedostamista mitä itsessä tapahtuu. Pysäytys ja herkkyys, tässä ja nyt -ajattelu ja umpikujassa oleminen, siinä pysyminen ovat hahmometodin keskeisiä teemoja. Hahmometodi on sovellus hahmoterapiasta.

*I don't ask you to be private but I want you to be personal*  
(Päiväkirjamerkintä 2006).

Hahmoterapiasivustojen ([www.suomenhahmoterapia.fi](http://www.suomenhahmoterapia.fi)) mukaan hahmoterapia eli gestalt-terapia on psykoterapian menetelmä. Sen kehittäjä ja luoja on Frederick Perls 1893-1970. Psykiatriksi valmistunut Perls kritisoi silloista psykoanalyysia autoritäärisyydestä ja liiallisesta älyllisyydestä, sekä asiakkaan alisteisesta asemasta omassa prosessissaan; terapeutti tietää paremmin ja analysoi asiakasta kohtaamisen sijasta. Täten syntyi gestalt-terapia, jossa on vaikutteita mm. psykoanalyysista, Morenon psykodraamasta, W. Reichin kehotyöskentelystä, fenomenologiasta ja idän filosofioista. Myös taideterapia ja unityöskentely ovat osa gestalt-terapiaa.

Hahmometodissa keskitytään nykyhetkeen. Ajatuksena on, että olet läsnä tässä ja nyt. Vastuu omasta prosessista on itsellä. Keskeisiä käskyjä ja kehotuksia itselle onkin: Minä olen minä, sinä olet sinä, tunne omat jalat maassa, mitä sinä haluat, mitä minä haluan, tällaista minun elämä on juuri nyt. Hahmometodi keskittyykin luonnolliseen läsnäoloon, kun vain olet, riität. Tuukka Vasaman (2005, 50) mukaan hahmometodin perusteena on juuri tyyneys ja tekemättömyys. Päämääränä on aito kontakti omaan itseen, oman neutraalin ilmaisun löytäminen. Mielestäni hahmometodi jopa provosoi kohtaamaan itsensä. Hahmometodi nojaa siihen, että jokainen on loppujen lopuksi vastuussa vain itsestään. Työpajan alussa tehtiin selväksi, että jokainen voi valita käyttääkö työpajan sisältöä terapiana vai oman teatterityön työkaluna. Tämä hämmensi. Lähtisin kulkemaan tätä polkua puhtaasti oman näyttelemisen ja tulevan ohjauksen kannalta, koska tiesin jo tuolloin, että en uskalla näyttää mitään itsestäni. Terapeuttiseen

suhteeseen kuuluu aina tietty määrä turhautumista. Se on myös hyväksi oppimiselle. Miten paljon tarvitsee turhautumista, että alkaa kävellä omilla jaloillaan? Paljon. Koko kurssi kokonaisuudessaan oli minulle yhtä turhautumista ja paikallaan panttaamista. Tämä on itselleni tuttua erityisesti aikaisemmista fyysisistä rooleista. Se oli minun tapani reagoida ja piiloutua ympäristöltä. Koin kurssin myös hyvin pitkälle provosointina. Kun koin provosoituvani ryymisi muutokset kunnolla ja kovaa. Tästä oli kysymys, itseni herättelystä. Hämmennyin valtavasti muiden helposta tavasta avata itseään ja näyttää itsensä haavoittuvana ja keskeneräisenä.

## 2.1 Fyysisyydestä uskottavuuteen

Hahmometodikurssilla oivalsin omasta fyysisyydestäni sen, että teen aina samankaltaisia rooleja ja mistä se ylipäättään johtuu. Kurssilla oli harjoite, jossa tuoli laitettiin keskelle lattiaan siten, että siinä istuessa näkee muut kurssilaiset istumassa ikään kuin katsojina. Siinä istuessani huomasin, että otan ryhdin ja jäykistyneen tavan istua. Yritän vakuuttaa muille, että tässä minä nyt istun ja minulla ei ole hätää ja katsokaa miten vahva ja kestävä minä olen. Kun kokeilin istumista vapauttaen fyysisyyttä ja hakien omaa tapaani istua niin venkoilu alkoi. En ollut ollenkaan ryhdikäs vaan valuin tuoilta kuin mato ja jalat ja kädet liikkuvat levottomasti. Tuli tarve liikkua. Tajusin, että aina kun ohjaan ryhmää, pidän esitelmää tai pyrin olemaan vakuuttava olen jäykkä ja otan tällaisen selviytyjänroolin. Tämä toistuu näyttämölläkin. Se, että olen jäyhä, kova ja voimakas ja että roolini jähmettyvät fyysisiksi, johtuu siitä että näin pitää olla että pärjään. Pärjään missä? Että olisin muiden silmissä vahva ja kukaan ei pääse satuttamaan ja minut hyväksytään. Eli kukaan ei oikeasti pääse näkemään kuka minä olen. Olen pitänyt niin vahvasti siitä kiinni vahvoine rooleineni, ettei kukaan vain pääsisi näkemään minua itseäni, Tanjaa. Omia selviytymisstrategioitani ovatkin: Yksin on pärjättävä ja kyllä minä yksin pärjään.

Tein teatterihistorian proseminarityöni Jouko Turkasta ja Tuuja kehotti minua pitämään saman esitelmän ryhmäläisille käyttäen tuoliharjoituksessa syntynyttä tunnetta ja olotilaa. Vakuuttava Tanja alkoi rakoilla. Tilanne oli outo. Aloin kertoa samoja asioita sieltä täältä mitä työssäni esiintyi. Aloin kävellä edestakaisin yleisön edessä. Keho oli levoton ja auki. ”Puhuin höpöjä ja nauroin hysterisesti kun yleisökin nauroi. Nauroin vedet silmissä ja keho vispasi. Hysterisoinnuin ja mulla oli kivaa! Päästin itsestäni irti!” (Päiväkirjamerkintä 19.1.2006.) Olin aina ajatellut, että näyttelijän pitää



olla staattinen ollakseen uskottava. Sain aivan päinvastaista palautetta tuon vispauksen jälkeen. Olo oli hurmiollinen. Uskalsin nauraa itselleni toisten kanssa. Eikä se tuntunut pahalta. Ei tarvinnutkaan olla jähmeä ja staattinen, että olisi ollut uskottava ja kiinnostava. Tämä on oman näyttelijäntyöni kannalta merkittävä oivallus. Kun päästää vakuuttavuuden harhasta irti voi syntyä vapaata ja aitoa.

Toinen merkittävä kokemukseni hahmometodissa tuli monologiin kautta. Jokainen harjoitteli itse valitsemansa tekstin. Oma tekstini oli Sirkka Turkan novelliteoksesta *Valaan vatsassa*. Istuin tuolille ja aloin puhua tekstiä. Yritin olla hyvä, mahdollisimman luonteva ja yritin hillitä armotonta jännitystäni. Minua kuitenkin vaivasi yleisön katseet ja sanoin ääneen asiat, jotka yleisössä ja ylipäätään teatterissa ärsyttivät: ”Mitä säkin kuvittelet? Ei poliittinen teatteri vaikuta. Mitä säkin pompit ja hillut hepeneissä? Ei tästä kannata haaveilla, tee jotain oikeaa”. (Päiväkirjamerkintä 23.2.) Säikähdin omia mielipiteitäni. Nämä ovat hahmometodin mukaan käskyjä joita annan itselleni näyttämöllä. Nämä estivät minua olemasta kontaktissa yleisöön, vastaanäyttelijöihin tai itseeni. Olin varma että minun on oltava joko falski, todella epäuskottava tai luonnollinen ja täysin oma itseni ollakseni hyvä. Missä on näiden kahden välimuoto? Pelkäsin kumpaakin ääripäätä ja ajattelin, että vain ääripäät ovat mahdollisia. Se, että etsii rauhassa välimuotoa vaatii aikaa ja taitoa. Koska monologini tekeminen tuntui tahmealta, sain mahdollisuuden karuun falskiuteen. Ryhmäläiset laitoivat minut tekemään tekstin hilluen hepeneissä, kuten olin itse asian ilmaissut. Koska olin ollut falskia tekemistä vastaan annettiin minulle mahdollisuus toteuttaa monologi falskina. Minulle laitettiin rimpsuhametta ja korkokenkää, käteen annettiin moppi ja ohjeeksi, että ole falski, tanssi ja laula!

Vasaman (2005, 50) mukaan näyttelijä seuraa näyttämöllä omia impulssejaan eikä pyri keksimään roolihenkilön impulsseja. Johtoajatuksena on, että katsoja tulkitsee näyttelijän, ristiriitaisetkin impulssit roolihenkilön impulsseiksi kunhan näyttelijä ei tee niistä itselleen ongelmaa. Näyttelijälle on siis tärkeämpää kuunnella itseään ja tilannetta kuin rakentaa tarkka psykologinen roolihaamo. Tehdessäni monologia hepeneissä hilluen sain kiinni omista impulsseistani ja annoin itselleni luvan mennä. Lopputulos oli hurja. Tein sellaisia asioita näyttämöllä mitä en yleensä tee. Olin raikuva hupakko ja kevytmielinen nainen joka hurmioitui itsestään ja yltyi laulamaan ja tanssimaan mopin kanssa. Jopa tekstinsyöttötilanteessa rooli ei tippunut vaan hupakko diivaili siinäkin. Yleisöllä oli hauskaa. Kontakti yleisöön tuli kuin huomaamatta. Minulla ei ollut

minkäänlaista ongelmaa kohdata silmäpareja. Minä salaisesti nautin tästä. Häpeä oli kuitenkin suuri. Kun olin tehnyt tämän monologin muutamia kertoja aina vaan yltyen Hannele Laurimaiseen olemukseen häpesin itseäni ja tapaani tehdä. Häpesin sitä, etteihän tämä ole kunnollista vaan tämä on pelleilyä. Eli pidän kiinni jatkuvasti siitä, että on oltava vakuuttava ja tosissaan. Vakavaa draamaa, että olisi uskottavaa, ei mitään höpöhöpöä. Päiväkirjassani (22.2.2006) kirjoitankin olevani oikeilla jäljillä kun tunnistan oman häpeäni. Ylipäätään kun uskaltaa tunnistaa ja myöntää oman häpeänsä joku solmuista aukeaa ja tekemisestä tulee helpompaa. Nolon mokaamisen kautta voittoon. Nolossa mutta vapautuneessa tilassa olen kukkiva ja auki. Virtaan, nautin ja fyysinen kankeus on kaukana. Hahmometodin kautta voisi ajatella, että minua on kielletty olemaan hepeneissä tai kielletty olemaan tyttömäisen villi, on pitänyt pitäytyä asiallisena.

Hahmometodissa puhutaan dumpaamisesta. Usein ihminen dumpaa sellaisia asioita itsessään jotka ovat olleet jollain tavalla kiellettyjä tai sopimattomia. Esim. minulla tässä vakuuttelu ja järkevyyks on naisellisen höpöhöpön dumpaamista. Minulla jäykkä fyysisuus sisältää vakuuttelun ja uskottavuuden harhan, tämän fyysisyyden alla on kupliva, vapaampi itsensä ilmaisun muoto. Kun omia esiintymisen esteitä alkaa tunnistaa sekä tiedostaa, voi niitä alkaa työstää. Nämä kokemukset itsestä ovat oman työskentelyni vahvoja peruspilareita niin näyttelijänä kuin ohjaajanakin.

## 2.2 Kontakti

Hahmoterapialla on piirteitä, johon hahmometodi suhteessa kontaktiin nojautuu. On oltava tässä ja nyt ja pohdittava mitä minä koen. Miltä minusta tuntuu juuri nyt? Kontaktissa minut kohtaa jokin, mikä ei ole osa minua. Kontaktin vastakohtana onkin symbioosi, on tultava ulos joukosta kohdatakseen. Jokaisella on vastuu omasta elämästään ja siitä miten valitsee omia suuntiaan. Kontaktissa tietoisuus onkin parhaillaan virtausta ja muutos edellyttää tietoisuutta. Oma tietoisuuteni hämärtyy näyttämöllä, ikään kuin jokin aisti otettaisiin pois. Tutuinta tässä on varmasti perustuntemusten kuten säryn katoaminen tai surun ja ilon häipyminen mielestä. Näyttämöllä en ole mielestäni todellisessa kontaktissa vastaanäyttelijään tai yleisöön. Kontakti itseeni on hämärtyntä mutta olemassa. Sitä kuvittelee olevansa kontaktissa, mutta todellisuudessa kontakti ei mene perille asti, se jää matkan varrelle. Jokin estää

tätä kontaktia. Tästä aiheutuu monet pelkotilat kuten jännitys ja pelko yleisön kohtaamiseen. Siten minä tarraudunkin vahvaan ja ulkoisesti rakennettuun roolityöhön.

Hahmometodi opettaakin, että kun on kontaktissa johonkin, on ikään kuin turvassa ja kaikki menee hyvin. On vain vaikea luottaa kontaktin syntymiseen, eikä täten anna sen tapahtua. Minulle näyttämöllä pelottavinta on ottaa kontaktia katsojiin. Kohdata heidät ja esiintyä vain heille. Onkin hyvä pohtia kontaktia itseän, vastaanäyttelijään, yleisöön, tekstiin ja esineisiin. Läsnaolo vaatii kontaktin. Kun on näyttämöllä suunnittelematta, voi olla myös orgaanisempi, eikä takerru omiin illuusioihin, miten tämä pitäisi tehdä. Kun kontrolloi koko ajan omaa tekemistään ei ole kontaktissa. Tämä orgaanisempi oleminen, luonnollinen läsnäolo, natura vaatii luotettavaa ohjaajaa, joka pystyy tuottamaan tilan, jossa on mahdollista olla lähtökohtaisesti oma itsensä. Tällöin näyttelijä uskaltaa avata itseään, eikä takerru ensimmäiseen mahdolliseen ratkaisumalliin, mikä itselläni on vahvasti fyysinen, jännittynyt ja ulkoinen tapa olla näyttämöllä.

Teimme hahmometodityöpajassa Tsehovin *Lokista* pätkän, jossa vastaanäyttelijäni oli tuttu jo edellisestä teatteriproduktiosta *Jekyll ja Hyde*. Olimme tehneet yhdessä dramaattisen loppukohtauksen kyseisessä näytelmässä. Tiesimme, että todellista kontaktia ei välillämme näyttämöllä ollut. Kun kiinnitti huomiota kontaktin edellyttämiin seikkoihin, ettei yrittänyt olla näyttämöllä kiinnostava, vaan minä roolin takana riitän, antoivat nämä huomiot mahdollisuuden rauhaan ja omiin impulsseihin. Tilanne oli jännittävä. Siinä me istuimme ikkunalaudalla toisiamme tuijotellen ja emme saaneet repliikkejä puhutuksi. Meillä oli kontakti. Minua nauratti, häntä nauratti. Oli helpottavaa katsoa toista silmiin tietäen että toistakin jännittää eikä tämä ole helppoa kummallekaan. Kontakti auttoi vapautumaan. Kohtauksesta tuli raikas ja naurava. Huomasin, että aina kun on hukassa tai alkaa puskemaan jäykkää ja fyysistä olemista, voi turvautua kontaktiin. Vastanäyttelijään, itseensä, yleisöön tai vaikka tuoliin. Pääasia että on kontaktissa.

### 2.3 Suhde yleisöön

Yleisö on pelottava. Kasa ihmisiä katsoo tiettyyn suuntaan ja yleensä se suunta on näyttämölle, näyttelijöihin. Tämä on minun pikku paradoksini, yleisön pelko. Hahmometodissa tuoliharjoituksessa istuin ja katsoin yleisööni. Näin tuttuja ihmisiä, ystäviäkin, mutta silti se oli yleisö. Koska minulla ei ollut mitään kummempaa roolia, koska olin avoimena ja paljaana Tanjana, tilanne oli hankala. Minusta tuntui, että kaikilla oli minusta mielipide. Minä luulin pystyväni tietämään mitä he minusta ajattelevat. Minä koen, että yleisöllä on valta minuun. Yleisöllä on valta kääntää katseensa pois, yleisöllä on valta kyllästyä ja provosoidakin näyttelijää omalla olemuksellaan. Pelkään yleisön reaktioita ja siksi, jos vain mahdollista, en halua kontaktia yleisöön. Silloin olen turvassa. ”Sydän tykyttää, tulin tietoiseksi siitä, että analysoin katsojia, luin ajatuksia. Nousin seisomaan ja sanoin: Olen Tanja ja luen teidän ajatuksia, sinä ajattelet että... Enhän voinut tietää mitä he ajattelevat. Sitten helpotti vähän, he vain tuijottivat. Istuin ja sanoin: Mä katon sua, ettet sä kattoisi mua! Tämä muuttui automaattisesti: Olen Tanja ja kato mua!” (Päiväkirjamerkintä 19.1.2006.) Kun sanoin ”mä katon sua, ettet sä kattoisi mua” muuttui tämä käsky: ”Olen Tanja ja kato mua!” tässä tapahtui automaattisesti muutos. Valta siirtyi minulle. Samalla kun valta siirtyi, oma kehoni vapautui tahmeudesta ja alkoi elää impulsiivisesti ja vapaasti. Tässä oli olennainen kehityspiste.

Teimme klovniharjoituksen. Seisoin selkä yleisöön päin ja asetin punaisen klovnin nenän nenääni ja käännyn yleisöön. Sillä hetkellä kun kääntyy yleisöön syntyy kloveni. Täytyy olla valmis kuuntelemaan niin omia kuin yleisönkin impulsseja. Ei pidä yrittää mitään, vaan olla ja antaa asioiden syntyä. Kun olin nähnyt muiden klovneneja ne olivat hellyttäviä ja hauskoja. Kun käännyn punainen nenä naamallani yleisöön, tunne oli karmiva. Minulla ei ollut mitään roolia, vain nenä, joka ei riittänyt suojaksi. Paniikissa yritin toteuttaa liikkeitä ja olin kokoajan tietoinen yleisön reaktioista ja tarkkailin itseäni ulkopuolelta, että miten typerä sinä olet, miltä sinä näytät. Lopetin tekemisen ja riisuin nenän. Selitin, että en pysty, minusta tuntuu, että yleisö katsoo minua arvostelevasti, se katsoo liian läpi ja näkee liikaa. Minua kehoitettiin menemään käytävään tekemään harjoitusta yksin, ilman yleisöä, ja kokeilemaan jos tämä olisi turvallisempaa ja kivempaa. Menin käytävään ja tapailin liikkeitä ja typerältäähän se tuntui. Ymmärsin, että pakkohan minun on kohdata yleisö, jos tätä haluan tehdä. Ymmärsin miten

pelottava asia tämä on. Oma fyysinen, kova roolini suojaa minua yleisöni kohtaamiselta ja yleisöä ei varsinaisesti ole olemassakaan.

*Yleisön katseet vaikuttavat sinuun. Ruumiisi reagoi eri tavalla, eivätkä tunteesi ole todennäköisesti kovinkaan vapaita* (Yoshi Oida 2004, 34).

Eli kun oma suhde yleisöön hahmottuu on mahdollista löytää oikeat työkalut sen työstämiseen. Ehdottomasti kontakti yleisöön on osa tunteita. Kuinka paljon uskaltaa näyttää ja kuinka herkillä uskaltaa ottaa yleisön impulsseja. Oidan (2004, 62) mukaan yleisö on peili näyttelijälle ja rooli löytyy sillä hetkellä, kun näyttelijä pääsee yleisön eteen. Näyttelijä on yleisölleen kuin autonkuljettaja joka vie yleisön muualle, sisälle tarinaan ja tähän erityiseen maailmaan. Omasta mielestäni harjoitukset ovat kuin valmistautumista yleisön kohtaamiseen. Olen usein saanut itseni kiinni ajattelemasta, että oma roolini ja koko tarina syttyy kun yleisö saapuu. Yleensä yleisö puhaltaakin aivan erilaisen energian minuun. Oida (2004,33) kannustaakin kuvittelemaan yleisön jo harjoituskaudella. Silloin oma työskentely on huolellisempaa. Omat näyttelijäntyön esteeni tuntien, yleisön kuvittelemisen saattaa lisätä kovaa fyysisyyttä eikä kokeiluille eikä etsimiselle jääkään aikaa. Kun yleisö sitten saapuu menen makaamaan kulisseihin ja kuuntelen kun yleisö virittäytyy esitykseen. Oidakin (2004, 87) tunnustelee mielellään yleisöä ennen näyttämölle menoa. Jokainen kerta on erilainen. Kun yleisön mielialat ovat suunnilleen selvillä voi oman näyttölemisen sovittaa sen mukaan. Yleisön kuuntelu kulisseista on minun shokkihoitoani ja saan vireystilani huippuun.

#### 2.4 Puuttuva palanen

Puuttuva palanen eli missing part on hahmometodin mukaan se osa itsestään mitä ei näytä muille, mutta mikä meissä on. Hahmometodissa antaessamme ja vastaanottaessamme palautetta saimme esiin myös sen, mitä projisoi muihin ja mitä paljastaa omista puuttuvista palasista. Usein toisten arviointi, mm. kritisointi tai kehuminen kertovat myös palautteen antajasta. Mitä palautteen antaja paljastaa itsestään esimerkiksi kritisoidessaan toista. Näin saattaa hahmottua omat halut, toiveet tai kielletyt suunnat, mitkä ovat osaltaan tiedostamattomia ja salaisia. Kiinnostavaahan on tietää mitä muut näkevät minussa, mikä olisi minun missing part? Näitä puuttuvia paloja, mitä itsestään löytää, usein työstetään hahmometodityöpajassa pidemmälle. Tätä roolia voi kokeilla, mutta sieltä saattaa tulla esiin asioita, miksi tätä puolta, tätä palaa ei

ole aikaisemmin saanut näyttää ja mikä sitä estää. Palautteessa puuttuvat palaseni, jotka tulivat esiin olivat mm. nanna, joka ei voi vastustaa kiusausta, korkean c:n oopperalaulaja, keiju, viattomuuden aika ennen seksuaalisuutta, sadut, helinä, taika ja magiikka.

Nämä palaset, mitä muut minussa näkivät eivät sinänsä yllättäneet. Oma kasvu ja pyrkimys ylipäättään näiden läsnäolon ja kovuuden kysymyksissä ovat mielestäni pyrkineet löytämään vastausta siihen, miksi en pysty näyttämään herkkyyttäni muille, miksi en näytä itseäni? Tämä on perustavaa laatua oleva kysymys niin näyttelijän kuin ohjaajankin näkökulmasta. Kun oman ”salaisen puolen”, puuttuvan palasen tiedostaa, pystytään sen kanssa työskentelemään. Me emme lähteneet näitä työstämään eteenpäin, mutta omassa tietoisuudessa nämä tulevat esiin ja haluan niitä tulevaisuudessa työstää. Näitä työstäessä omat esteet ja kielletyt tunteet saattavat tulla esiin. Tämä on hyvä tiedostaa sekä näyttelijänä, että ohjaajana. Tiedostamalla osaa antaa aikaa ja rauhaa asioiden löytymiselle ja tunnistaa myös esteiden voiman, eikä runno väkivalloin niiden läpi, vaan osaa pitäytyä ns. vastustuksessa.

## 2.5 Hahmometodin käytettävyys

Hahmometodi on käyttökelpoista tavaraa. Hahmometodin mukaan jokainen on vastuussa itsestään. Tämä provosoi näkemään itsensä ilman ulkopuolista kannattelua. Minä panttasin ja vastustin hyvin pitkälle eri työtapoja. Pysyin hiljaa tarkkailijana, enkä halunnut paljastaa itsestäni mitään. Se on minun suojani ja on hyvä, että se toimii. Hahmometodi voi mennä syville vesille ja toimia eheyttävänä ja voimaannuttavana työtapana, mutta silloin jokaisen on otettava itse vastuu omasta prosessistaan. Minä pääsin kurssin aikana oleellisiin asioihin nimenomaan näyttelijäntyön kautta. Se oli oma tavoite, saada toimivia työkaluja tulevaan. Näillä edellä puretuilla henkilökohtaisilla kokemuksilla on suuri painoarvo niin näyttelijän- kuin ohjaajantyössäkin. Ne ovat omia kokemuksiani, mutta ovat toimivuudessaan yleistettäviä ja sovellettavia. Voidaan sukeltaa syvälle, kunhan itse on vastuussa itsestään. Hahmometodi ei ole minulle yksi ja ainut totuus metodina, vaan se on yksi toimivista työkaluista. Hahmometodin ollessa henkilökohtainen se tarjoaa omanlaisensa otteen minuun. Se, mitä hahmometodi on minulle, ei ole sitä jollekin muulle. Se on nimenomaan henkilökohtainen työkalu. Olen oppinut hahmometodin kautta valtavasti itsestäni ja työskentelystäni. Se on antanut minulle välineitä pehmentää kovaa fyysistä kuortani ja auttanut minua saapumaan kohti

itseäni. Tämä on valtavan hurja matka, mutta oman tasapainon kannalta on matka kuljettava. Toki pienin askelin.

Hahmometodi antoi minulle vastauksia jo kauan askarruttaneihin kysymyksiin nimenomaan läsnäolosta ja luonnollisuudesta, tunteesta ja tekniikasta. Aikaisemmin minulla ei ollut näin toimivia työvälineitä kulkea kohti luonnollista läsnäoloa. Kun hahmometodityöpaja loppui alkoivat ohjaukseni harjoitukset. Halusin mm. käyttää tuoreita hahmometodin työvälineitä ohjatessani, sekä antaa näyttelijöille ja itselleni mahdollisuuden luonnolliseen olemiseen näyttämöllä. Tämä ohjausprosessi toimisi myös peilinä juuri koetulle, uutta suuntaa antavalle työtavalle. Näytelmä toteutettaisiin ja harjoiteltaisiin omien tunteiden ja oloilojen ehdoilla. Koska hahmometodi on henkilökohtainen työväline, sovelsin sitä hyvin pitkälle siten, että se toimisi myös muiden lähtökohdista ja antaisi uutta näkökulmaa myös muille. Ennen kaikkea hahmometodi toimi minulle ohjaajana voimaannuttavana työtapana. Tunnistin tätä kautta tapahtumia näyttämöltä ja tiedostin reaktioitani työskentelyn aikana. Soveltaessa hahmometodia korostui myös oma ammattitaito pedagogiikan kautta. Soveltaessani hyviä ryhmänohjaustaitoja hahmometodiin saadaan kiinnostava ja lämmin näkökulma ohjaamiseen.

### 3 POLTETUN ORANSSIN OHJAAMINEN

Oman fyysisen ja teknisen tekemisen kautta olen ollut jo pitkään kiinnostunut luonnollisemmasta olemisesta näyttämöllä ja niistä työkaluista, miten tämä saavutetaan. Tämä on minulle haastavaa ja täysin sitä vastaan miten yleensä itse olen tehnyt näyttelijäntyötä. Hilda Hellwigin (1998, 43) mukaan jokaiseen esitykseen täytyy löytää asiaankuuluva tapa työskennellä. On lähestyttävä sisältöä tavalla, joka on sille henkisesti sukua. Hahmometodi antoi soveltuvat täsmäaseet tämän tavoitteen toteuttamiselle, joten matka oli valmis kuljettavaksi. Sain mahdollisuuden ohjata Eeva-Liisa Mannerin Poltetun oranssin ja sain kasaan hyvän työryhmän, sellaiset näyttelijät, joiden uskoin selviytyvän tästä haasteesta. Tyyllilajina halusin pyrkiä realismiin, ”naturaan”. Natura on termi hahmometodista, jolla tarkoitetaan luonnollista läsnäoloa, olemalla oma itsensä riittää ollakseen kiinnostava näyttämöllä. Sitä ei tule sekoittaa puhtaaseen naturalismiin, fyysiseen todenmukaisuuteen vaan naturalla tarkoitetaan enemmänkin naturalistista, luonnollista läsnäoloa suhteessa omaan olemiseen, joka sisältää sekä omat tunteet, että oman fyysisyyden. Tämä työskentelytapa on kiinnostava

ja hämmentävä luonnollisuudellaan ja tunnetasolla. Olen aina odottanut tiukkoja neuvoja ohjaajalta ja luottanut ohjaajan määrittelemiін suuntiin ja tehnyt teknisen tarkasti töitä fyysisesti.

Mitä jos ohjaaja ohjaisikin kohti vapaampaa ilmaisua kuitenkin selviin suuntiin nojaten? Kuljettaisiin yhdessä matka, jossa ohjaaja olisi tukena ja loisi turvallisen tilan kokeilla ja tehdä. Alusta alkaen oli tämän tyyllilajin suojissa selvää, että prosessista tulisi tärkeämpää kuin lopputuloksesta. Tässä mielestäni yhdistyy hyvin oma teatteri-ilmaisun ohjaajan identiteettini. Toimia luotettavana ja hyvänä ohjaajana matkalla, jossa jokaisen ääni kuullaan ja jokaisella on mahdollista hyvän työskentelyn lisäksi oppia uutta itsestään. Prosessi on tärkeää kasvua taiteilijana. Lopputulos on myös tavoite, taiteellinen hyvä tuotos, mutta prosessin tärkeyttä ei tule polkea tuotoksen jalkoihin.

Eeva-Liisa Mannerin teksti *Poltettu oranssi* tuli eteeni vuonna 2000, mistä lähtien teksti kulki mukani. Olin ihastunut tekstin symboliseen ja runolliseen maailmaan. Teksti ei ollut helppo, se haastaa edelleen. *Poltettu oranssi* on mielestäni enemmän kuin näytelmäteksti. Se on syväluotaava sukellus ihmisen loputtomaan psyykeen. Halusin ohjata tämän tekstin juuri sen tähden, että teksti on hyvä ja kiinnostava. Tarina on minulle omakohtainen. Uskon, että jokainen voi peilata siitä itseään. *Poltettu oranssi* on tarina nuoresta tytöstä, Marinasta, joka äidin toimesta toimitetaan tapaamaan tohtoria terapeutin suhteen toivossa. Marina on kehittänyt oman maailman, kielen ja suojamuurin. Marinan logiikka on totta, mystistä ja kiehtovaa. Terapiasuhte vie tohtorin ja Marinan sellaisten asioiden äärelle, jotka paljastavat kaikkien näytelmän henkilöiden kipupisteet. Näytelmä kuvaa hyvin sitä, miten me ymmärrämme loppujen lopuksi toisiamme. Näemmekö me muurien taakse tai annammeko edes itsemme näkyä? Lopulta Marinan ja tohtorin suhde paljastaa tukahdutettuja rakkauden ja intohimojen suuntia. Marinan enkeli, kohmeinen punainen varsa, *Poltettu oranssi* hyppää ikkunasta ja murskautuu katuun. Marina sytyttää kotinsa palamaan. Tyttö suljetaan laitokseen. Teksti puhuttelee jokaista, koska kaikilla meillä on eheyteen pyrkivä mieli. Tekstin henkilökohtaisuus avautui itselleni ja työryhmälleni hitaasti ja oivaltavasti. Koska teksti on syväluotaava ja puoleensavetävä oli hahmometodi sovellettuna oiva työkalu tekstin tutkimiseen ja toteuttamiseen.



### 3.1 Voileipämetodi

Pyrkimys oli luonnollisuuteen, naturaan, joten alusta alkaen oli selvitettävä, mitä tämä kullekin tarkoittaa ja miten pääsisimme määriteltyyn, yhteiseen tyyllilajiin. Pohdimme ja puhuimme paljon tyyllilajista ja sitä edellyttävistä keinoista. Eniten pohdintaa tapahtui juuri näytelmän päähenkilöiden kanssa. Hahmometodi oli kokoajan taustavaikuttajana, enemmän tai vähemmän. Kehittelin hahmometodista johdannaisia toimivia työtapoja. Esimerkiksi karsin pois maneereja ja teatraalisen teknisiä tapoja tehdä ja toteuttaa. Työryhmän sisällä syntyi termi ”puskeminen”, joka tarkoittaa juuri sitä hetkeä, kun pelkästään tekninen tai fyysinen tapa tai maneerit puskee oman aidon ja hengittävän ilmaisun päälle. Kun näitä hetkiä tunnistettiin, pysäytin tilanteen ja mietimme yhdessä näyttelijän kanssa mitä tässä hetkessä tapahtuu.

Voileipämetodi syntyi harjoitusten alussa, kun hahmotin yhteistä tyyllilajia ryhmälle. Vahvasti musiikkiteatteripainotteisen näyttelijän kanssa pyrimme pois opituista maneereista. Halusin rauhoittaa tilanteen ja antaa aikaa kyseiselle näyttelijälle etsiä omaa luonnollisempaa ilmaisua. Istuimme vastakkain tuoleilla ja puhuimme arkisia asioita. Mitä panen leipäni päälle? Levitteet ja makkarat siirtyivät samalla rauhallisella ja sisällöllisellä tavalla tekstiin ja ulkoiset opitut maneerit unohtuivat. Luonnollinen oleminen löytyi voileipämetodin kautta, joka keskittyi arkielämän siirtämisestä tekstin elämään. ”Olet kiinnostava, vaikka vain olet”. Tämä tuotti suuria oivalluksia myös näyttelijöille, että minä riitän olemalla minä. Hahmometodin antamat työkalut jäivät taustalle mitä pidemmälle työ eteni. Pääsimme syvemmälle tekstissä ja työskentely oli löytänyt omat raaminsa. Olen sitä mieltä, että hahmometodi ohjaamisen taustalla synnytti osan luottamuksesta työryhmässä. Omien rajojen, rehellisyyden ja aitouden kautta teksti aukesi syvemmälle ja työskentely virtasi uudella tasolla.

### 3.2 Tekstiin rakastuttaminen

Itse ohjaajana uskoin matkan kulkemiseen yhdessä työryhmän kanssa. Ikään kuin houkuttelin kaikki tälle matkalle ja annoin jokaiselle mahdollisuuden luoda oma suhteensa tekstiin ja salaa toivoin, että jokainen siihen rakastuisi. Koska tekstillä oli suuri mystinenkin merkitys minulle itselleni niin halusin, että jokainen näyttelijä saisi myös oman kokemuksensa ilman suurempaa selittelyä tekstistä. Tämä oli tavoite. Hellwig (1998, 49) toteaaakin, että ohjaajan on vieteltävä näyttelijät sekä älyn, että tunteen tasolla ja jos he eivät innostu, se on ohjaajan vika. Toivoin hartaasti, että

jokainen työryhmässä innostuisi tästä tekstistä ja sen toteuttamisesta. Rakastutin työryhmäläiset tähän produktion huomaamatta ja heiltä salaa. Uskon, että näytelmästä tuli hyvin henkilökohtainen matka sen toteuttajille. Etenkin päänäyttelijäparille, joiden kanssa eniten pohdimme ja matkasimme syvälle henkilökohtaisiin asioihin, joita teksti toi vahvasti esiin. Itse rakastan tekstiä ja sen vaikeuden vuoksi tutustuimme tekstiin varoen ja sen kiemuroita kunnioittaen. Teksti aukesi varovasti meidän käsissämme ja parhaita hetkiä olivatkin ne, kun itse olin tekstin perinpohjin analysoinut, niin harjoitustilanteessa se antaakin itsestään aivan uuden puolen ja suuria oivalluksia, että näinhän tämä on. En halunnut antaa näyttelijöille valmiiksi pureskeltua analyysiä tekstistä vaan teimme pohdintoja yhdessä harjoitusten aikana. Tämä lähensi meitä ohjaajana ja näyttelijöinä, jotka tunsivat saaneensa vastuuta myös tekstin hallitsemisesta.

Oma taipumukseni kannatella ryhmää oli lamauttavaa ja samalla antoisaa. Koska olin halunnut toteuttaa tämän naturana, hahmometodia mukaillen oli matka raskas ja uuvuttava. Jouduin monesti pohtimaan omia rajojani ohjaajana. Halusin, että jokainen saa tulla ja olla harjoituksissa niin kuin on. Mutta oma roolini oli epäselvä. Ominaista minulle on kannattelu. Kun kannattelee liikaa ei näe enää terävästi vaan energia ja huomio menee siihen, että näyttelijöillä on hyvä olla. Tämä kieli myös varovaisuudesta, että ei kuitenkaan uskalla sanoa rehellisesti mitä mieltä on, vaan ohjailee lempeäsi oikeampaan suuntaan. Esimerkiksi kerran yksi näyttelijöistä soitti minulle, että hänellä on niin paha olla, paha mieli, ettei halua lähteä harjoitukseen. Kannustin näyttelijää tulemaan harjoitukseen ilman, että hän kokoaisi itseään matkalla teatterille. Ajattelin, että hän voi tulla sellaisena kuin on, minua varten ei tarvitse tsemptata eikä esittää vahvempaa kuin on. Esitys vaati henkilökohtaisuutta ja tällaiset rehelliset olotilat vain syvensivät työskentelyä näyttämöllä. Näyttelijä saapui harjoitukseen uupuneena ja heikkona. Kunnioitin hänen uskallustaan ja tätä tekoa valtavasti. Juttelimme pitkään olotiloistamme ja tekstistä. Kuljetin kokoajan tekstiä ja sen maailmaa mukana näissä omien olotilojen tutkiskelussa, koska koin, että niillä on selkeä yhteys. Teksti on maaginen. Harjoituksesta tuli hyvä, mutta tunsin olevani väsynyt ja uupunut siitä, että jaksanko kannatella muita? Omat olotilani, väsymys ja uupumus kärjistyivätkin harjoituskauden loppupuolella siihen, että en osannut juurikaan näyttää omia tunteitani. Koin tämän ahdistavana panttaamisena. En osannutkaan itse olla yhtä rehellinen muille. Minä itse kannustin ryhmää avoimuuteen, mutta itse en siihen pystynytäkään.

### 3.3 Työryhmässä panttaaminen

Panttaaminen on työryhmässä esiintyvää vastustusta. Vastustusta voi ilmetä niin ohjaajalla kuin näyttelijälläkin. Panttaaminen sisältää mielestäni tunteita, joita ei voi tai ei uskalla näyttää. Laura Mannilan (2007, 12) mukaan vastustus suojaa ihmistä ahdistukselta. Se onkin puolustusmekanismi. Sitä ei tule murtaa väkisin. Mielestäni ohjaajalla on nimenomaan vastuu ottaa vastaan tämä panttaaminen ja antaa sille aikaa. Ei saa toimia vastustusta vastaan. Kun panttaamisen tiedostaa, se voidaan nimetä ja silloin se tehdään näkyväksi ja sitä voidaan varovasti työstää. Mannila (2007, 10) toteaa, että jokainen teatterintekijä joutuu tekemisiin vastustuksen kanssa. Tämä ilmenee monimuotoisesti: mm. haluttomuutena, myöhästelynä, sairasteluna, kullekin tyypillisinä asenteina.

Ohjaajana toimiessani koin, että oma herkkyys tuntosarvissa ja hyvä ihmistuntemus auttoi tunnistamaan panttausta työryhmässä. Mannila (2007, 12) kannustaa antamaan vastustukselle huomiota ja aikaa. Kuitenkaan vastustuksen läpi ei tule puskea, jos näyttelijä tekee omaa vastustustaan vastaan saattaa hän sulkeutua yhtä nopeasti kuin on avautunutkin. Omasta mielestäni ohjaajan tulee olla tasapainossa itsensä kanssa, että hän pystyy antamaan näyttelijälle etsiä oikeaa tapaa kohdata omaa vastustustaan. Ohjaajan onkin huomioitava myös oma mahdollinen vastustus. Näyttelijä on mielestäni ohjaajan peili. Ohjaaja on näyttelijöitä varten, eikä toisinpäin. Kuitenkin vastustus, pantatut eli piilotetut tunteet ja ajatukset heijastuvat työryhmään, ja näyttelijät tekevät ehkä tiedostamattaankin ohjaajan tuntemukset näkyviksi. Itse en tätä ymmärtänyt itse ohjaustilanteessa, vaan oivallukset tulivat myöhemmin.

Poltetussa oranssissa prosessi oli tärkeää oppimista ja niillä hetkillä arvokkaampaakin materiaalia kuin lopputulos. Koska näytelmä oli tekstinä niin syväluotaava ja jokaiselle jollain tavalla henkilökohtainen oli oma tukeni ohjaajana tärkeää, että yhdessä näyttelijöiden kanssa voisimme tutkia ja löytää uutta ja pysyvää näytelmää silmällä pitäen. Uskon, että päänäyttelijäpari koki syvimmän matkan ja prosessi heijastui myös heidän elämäänsä. Prosessi ei ollut helppo, mutta se kuljettiin alusta loppuun yhdessä.

Ohjaajana olin luonut näyttelijöiden kanssa turvallisen työilmapiirin, jossa prosessi oli mahdollinen. Robert Cohen (1986, 42) täsmentääkin, että näyttelijäryhmän sisällä vallitseva luottamus on jo sellaisenaan hedelmällinen ympäristö paljouden tilalle, niin on myös herkkätuntoisen ja taitavan ohjaajan luoma ilmapiiri. Halusin olla ohjaajana

mahdollisimman tasavertainen työryhmän kanssa, etten asettaisi itseäni ylös enkä alas. Suhtauduin auktoriteettiasemaan kyseenalaistaen koko auktoriteettistatuksen olemassaolon. Mannilan (2007, 12) mukaan ohjaaja on aina auktoriteetti ja joutuu kohtaamaan auktoriteettirooliin liittyviä ilmiöitä. Ohjaaja joutuu ottamaan vastaan esiintyjien puolelta käyttäytymistä ja tunteita, jotka liittyvät henkilökohtaiseen elämään ja tulevat esiin juuri panttaamisena. Mannila (2007, 12) kiteyttääkin, että auktoriteettiasemassa olevaa helpottaa, jos hän ymmärtää tämän ilmiön ja kykenee toimimaan tästä ymmärryksestä käsin. On hyvä, että itse kyseenalaistin auktoriteettiaseman, mutta ohjatessa ymmärsin ryhmän aina tarvitsevan ohjaajalta tiettyjä rajoja ja napakkuutta. Auktoriteetin ei tarvitse olla korostunutta, sulkeutunutta ja kylmää, vaan auktoriteettina pystyn olemaan tasavertainen ja lämmin. Ohjaajan pystyn ottamaan panttaamista vastaan. Eri asia onkin se, että miten siihen itse jopa tiedostamattaankin reagoi.

Usein huomasin syytteleväni itseäni siitä, etten kyennyt toimimaan haastavissa tilanteissa, vaan menin lukkoon. Mannila (2007, 12) kirjoittaaakin, että ohjaajan on oltava tietoinen omista tunteistaan kyetäkseen vastaanottamaan sen, mitä esiintyjälle tapahtuu. Ohjaajan olisi erittäin hyödyllistä työskennellä omien aistimustensa, tunteidensa ja asenteidensa kanssa. Omien rajojen ja tunteiden tunnistaminen olikin haastavaa. Tunnistin ryhmän panttaamisen ja oman panttaamisen itsessäni niin, että en pystynyt ilmaisemaan omia tunteitani ulos ja täten esiintyi jäädytettyjä hetkiä. Työryhmä oli hiljainen ja omasta mielestään ”kuin huopatossutehtaalla”. Minä vaadin heiltä luonnollista olemista näyttämöllä ja tunteiden tutkiskelua, mutta itse en ollutkaan valmis näyttämään mitään. Se näkyi ja heijastui näyttämölle. Tässä yhdistyi sekä näyttelijöiden, että ohjaajan vastustus. Minä toivoin ryhmältäni avoimuutta ja rehellisyyttä. Tämä oli rohkeaa, koska täten jouduin tekemisiin epävarmuuteni ja tunteideni kanssa. Kuitenkin parhaimpia hetkiä olivat juuri ne rehellisimmät kohdat, joissa näyttelijät sanoivat suoraan omat mielipiteensä kohtauksista, työskentelystä tai omasta olotilastaan. Yritin pitäytyä haastavimmissa umpisolmuissa hahmometodin tapaan. Ei ole pakonomaista tarvetta selvittää asioita heti. ”En tiedä, katsotaan” on hyvä asenne. Se antaa aikaa niin näyttelijälle kuin ohjaajallekin. Mannila (2007, 12) toteaa, että ohjaaja voi opetella kestämään epävarmuutta ja suurimman ahdistuksen määrän kestäminen on ydinkysymys. Tämän ydinkysymyksen äärellä selviytymiskeinoja on monia. Ingmar Bergman avaa omaa asennettaan seuraavissa lauseissa.

*En kuitenkaan näytä mitään. Yksityisiä onnettomuuksia ei saa päästää näkyviin työnaikana, se olisi virkavirhe. Mielialan on oltava tasainen ja kannustava. Määrittelemätöntä luomisen himoa ei kuitenkaan voi saada syntymään komentamalla. On turvauduttava huolelliseen valmisteluun ja toivottava parempia aikoja. (Bergman 1988, 42.)*

Olen eri mieltä. Mielestäni ei ole virkavirhe näyttää omia yksityisiä onnettomuuksiaan. Jos nämä ”onnettomuudet” ovat kytköksissä työhön, tulee ne käyttää hyödyksi. Se, että näyttää itsestään jotain osoittaa mielestäni luottamusta työryhmää kohtaan. Tunteet ja olotilat ovat tervetulleita, varsinkin jos ne liittyvät tehtävään työhön. Mielestäni omat henkilökohtaiset suunnat ja mullistukset ovat aina aikasidonnaisia, ne vaikuttavat myös sen hetkiseen työskentelyyn ja toisinpäin. Omat mullistukset tuovat uutta esim. näyttelijäntyöhön tai ohjaamiseen. Avoimuus siirtyy työskentelystä lopputulokseen.

Oman epävarmuuden, oman panttaamisen sietäminen on tuskallista. Ohjatessa tuntui, että en osaa näyttää itseäni, omia tuntemuksiani. Oma ohjaustapani kannusti siihen, että näytetään miltä tuntuu milläkin hetkellä. Ollaan luonnollisia omien tunteittemme kanssa näyttämöllä. Jos väsyttää niin väsyttää, annetaan tulla ja mennä. Kuitenkin itse lankesin omaan ansaani. On helppoa kannustaa toiset näyttämään ja olemaan avoimia, mutta mitä minä teen, suljen kaikki luukut ja en osaa sanoa miltä minusta tuntuu. Tämä on oman epävarmuuden kestäminen ydinkohta. Tässä tulisi pitäytyä, hengitellä ja miettiä rauhassa keinoja, miten käsittelen omaa epävarmuuttani, miten siedän omaa panttaamistani, miten todella otan panttaamista vastaan.

Mielestäni ehdoton pyrkimys teatteria tehdessä on rehellisyys ja turvallisuus. Asiat sanotaan ääneen. Omat pahat ja hyvät olot puretaan, jos ne liittyvät tehtävään työhön. Kun harjoituksissa puretaan omia henkilökohtaisia asioita on työilmapiirin oltava erittäin turvallinen. Oleellisinta on kuitenkin se, että jos omat tuntemukset haittaavat työskentelyä tulee niistä puhua. Ohjaajan on kyettävä ottamaan vastaan. Ohjaajan on kyettävä ohjaamaan näyttelijää. Karkeasti arvioiden ketju voisi olla tällainen: Ohjaaja on näyttelijöitä varten, näyttelijät tekstiä varten ja teksti yleisöä varten.

### 3.4 Omat rajat ohjaajana

Kun käsittelen tunteiden näyttämistä ja avoimuutta on kysymys tietenkin minun kokemuksestani ja omista rajoistani. Jossain suhteessa rajat ovat automaattisia selviytymiskeinoja, joten ne voivat olla lähellä panttaamista. Kuitenkin oman itsensä kunnioittaminen vaatii tärkeitä rajoja. Kaikkia rajoja ei tarvitse rikkoa. Poltetussa oranssissa syvät olotilat ja niiden kokeminen vaativat mielestäni selkeitä rajoja sekä ohjaajalta että näyttelijöiltä. Rajat muotoutuivat matkan varrella. Olimme aluksi tehneet yhteisen suullisen sopimuksen tyylilajista. Olin parhaani mukaan osoittanut ohjaajana kykyä vastaanottaa erilaisia kokemuksia ja tunteita näyttelijöiltä. Näyttelijät tiesivät, että minuun voi luottaa. Jotkut näyttivät enemmän ja jotkut vähemmän, mikä on kiinni myös yksilön omista henkilökohtaisista rajoista. Jokainen on vastuussa itsestään. Minulla on taipumusta mennä mukaan toisten tunteisiin. Myötäelän vahvasti ja tunnen kun toinenkin tuntee. Minun täytyi monesti harjoituskaudella tehdä hiljaisia harjoitteita itselleni hahmometodin mukaan, että muistaisin omat rajani. Asetan kädet eteeni ja sanon ”minä ole minä ja sinä olet sinä”. Näin pysyin erilläni toisten murheista ja haasteista.

Ihanteellinen tilanne on se, että pysyisi ohjaajana tasapainoisena haastavissa tilanteissa. Kuitenkaan se ei aina ole näin. Koska painavasti myötäelän toisten tuntemuksia, enkä aina tunnista omia tunteitani omat rajani sumentuvat. Näissä tilanteissa ei näe rajojaan selvästi. Usein ne ymmärtää jälkeinpäin. Nämä hetket ovat tuskaisen sekavia. Kuitenkin turhaa ankaruutta ja ruoskintaa tulisi välttää. Hellwigin (1998, 50) sanoin voi olla epämiellyttävää ja ikävää ettei pysty parempaan, mutta ei sitä kannata pelätä. Muuten ei kasva. Jos uskaltaa myöntää, että tämän verran osaan nyt, tässä seison, sen tekee eikä siinä ole mitään pelättävää. On hyvä tunnistaa näitä hetkiä. Tunnistin ohjatessa, että olen ohjaajana yksin omien rajatulkintojeni kanssa. Joten olisi parempi oppia luottamaan itseensä ja omiin rajoihinsa.

Poltetun oranssin aikana opin omista rajoistani valtavasti. Opin sanomaan ei, seisomaan omien ajatuksieni takana. Kuuntelemaan ja vastaanottamaan ilman, että menen tunteisiin mukaan. Välillä tuntui, että jaksan liikaa ja minun täytyisi pysähtyä ja levätä, oli hyvä tunnistaa omat rajansa, mitä jaksan mitä en. Mihinkään hulluun neuroosiin tai itsensä repimiseen en päätenyt. Tämä rajojen selkiytyminen ja muotoutuminen tarkaksi johtui hyvin pitkälle ryhmässä vallinneesta luottamuksesta. Hahmometodin mukaan on

hyvä välillä pohtia mikä on kauheinta mitä voisi tapahtua. Mikä on kauhukuvitelma? Tämä auttaa ymmärtämään oman pelon suuruusluokan. Kun asetan itselleni omat rajat ja pitäydyn niissä, on helpottavaa huomata ettei siinä kuinkaan käy vaikka pitääkin omista rajoistaan tiukasti kiinni.

### 3.5 Intuitiivisuus

Intuitio on minulle omaa hiljaista tietoa, joka ei rajoitu pelkästään ajatteluun vaan se on kokonaisvaltaista kokemista ja ymmärtämistä. Elämäkokemuksen kautta intuitio kehittyy. Sivistyssanaston (2002, 41) mukaan intuitio on sisäinen näkemys, välitön tajuaminen. Minulle oma intuitioni on arkea, se ilmoittaa olemassa olostaan kaikessa mitä teen. Minä olen intuitiivinen ohjaaja. Tarkat piirrokset kuten esim. lukutapamethodi, jossa teksti pilkotaan ja analysoidaan pikkutarkasti, eivät ole osa minun ennakkotyöskentelyä. Tästä hätääntyneenä yrittää tehdä itseään vastaan, kunnes kuuntelee itseään ja oppii mitä minä haluan. Toki tarkoista kohtaustuetteloidista, mistä käy kaikki ilmi, on kätevä katsoa mitä tapahtuu. Tällä ei kuitenkaan ole mielestäni mitään tekemistä itse luovuuden ja uutta luovan ohjaamisen kanssa.

Provosoiduin ennen harjoituksia siitä, että minun pitäisi tietää tarkkoja vastauksia ja tehdä tarkkoja ennakkovalmisteluja. Oman äänen kuuleminen on tässäkin tarpeen. Tehdessä väkisin ennakkovalmisteluja tarkasti ja analyttisesti ymmärsin, että minun tapani tehdä on toinen. Luin loputtomasti tekstiä ja jokaisella kerralla aukesi jotain uutta. Halusin tutustua kirjailijaan hänen muiden teostensa kautta. Kuuntelin esim. näytelmään kirjoitettua musiikkia ja tätä kautta pyrin ymmärtämään Mannerin maailmaa. Näin näytelmän pitkälle visuaalisesti kuvina, joten valokuvasin ja piirsin. Tein muistiinpanoja noiden kuvien tai esineiden kautta. Analysoin ja loin näytelmän maailmaa oman intuitiivisen ajatteluni kautta. Annoin omalle mielikuvitukselleni oikeuden olla oikeassa.

Ohjaustilanteessa huomasin, että en voi mennä harhaan kun luotan itseeni, luotan vaistooni. Luovat tilanteet antoivat työryhmässäkin intuitiolla mahdollisuuden ja parhaimmillaan tilanteet olivat myrskyä, jossa koko ajan syntyi uutta. Oman mielikuvituksen voiman ymmärtäminen ja sen vapaaksi päästäminen oli nautinnollista ja toi iloa tekemiseen. Ohjatessa luovuuden ilo ja riemu syntyi siitä, että nautti täysin siitä mitä tekee ja pystyi luottamaan ympäristöönsä. Keksiminen ja uuden luominen ja

oman absurdin mielikuvituksen irtipäästäminen toimi ohjatessa parhaiten intensiivisissä tilanteissa. Ajatukset ja oivallukset saattoivat syntyä kohtausta tehdessä, esimerkiksi eräässä kohtauksessa mieleeni nousivat tekstin pohjalta vahvat ja varmat tinasotilaat. Halusin Marinan isälle tinasotilaita, jotka edustaisivat niin sotaa, intohimoa ja menetettyä rakkautta.

Omassa intuitiossa on pitkälle kysymys omasta herkkyydestä ja tunteista. Antaako näiden nousta pintaan? Kun on kontaktissa itseensä, kuulee oman äänensä. Unet intuitiivisuuden kera ovat tärkeää pääomaa uutta luodessa. Näin paljon unia Eeva-Liisa Mannerista ja Poltetusta oranssista. Eräässä unessa me istuimme Eeva-Liisan kanssa hämärässä huoneessa, missä oli paljon tuoleja käänneltyinä eri suuntiin. Istuimme näillä tuoleilla ja vaihtelimme paikkaa siten, että välillä olimme kontaktissa ja välillä emme. Hengitimme istumaryhmin mukaan, emme puhuneet mitään. Unen tunnelma ja sisältö siirtyi näytelmään, tohtorin ja Marinan kohtaamiseen, jossa Marina paljastaa kipupisteen, ja istunto pyrkii kontaktin saavuttamiseen näiden kahden välille. Intuitiivisuus on hyvin pitkälle itsensä näyttämistä.

### 3.6 Tarkkuus ohjatessa

Mielestäni tarkkuutta pystyy tarkastelemaan esityksen rytmistä käsin. Onko esityksen rytmi sille ominaista vai ristiriidassa tarinan kanssa? Itse en ole mielestäni tarkka ohjaaja. Pyrin etsimään luonnollisia impulsseja näyttämöllä ja mikä on juuri sille tarinalle ominaista, miten se näyttäytyy näyttelijöiden kautta. Esityksen rytmi syntyi prosessin aikana. Rytmä oli hidastempoista etenemistä, jopa välillä laahaavaa. Ne kohdat, joissa absurdisuus ja vauhti pääsivät puhkeamaan olivat aktiivisia ja nopearytmisiä, kun taas tekstipainotteiset, enemmän roolihahmojen sisällä tapahtuvat kohtaukset olivat staattisia ja hitaita. Minä nautiskelen hitaudesta. Se kiehtoo. Oidan (2004, 44) mielestä työn on löydettävä sellainen rytmi, joka vastaa sitä työtä mitä ollaan tekemässä. Tällöin aitojen tunteiden on helpompi syntyä spontaanisti. Hitaus oli ominaista Poltetun oranssin tarinalle. Näyttelijöille antamani aika etsiä omia tunteita ja tuntemuksia tarttui myös esityksen kokonaisuuteen rytmänä. Ohjaajana en määritellyt tarkkoja paikkoja enkä tarkkoja liikkeitä ohjatessani. Halusin edetä intuitiivisesti ja luovasti eteenpäin. Ikään kuin improvisoiden. Uskon, että yleisö ei olisi saanut tuntea niitä esityksen tuomia tunteita, jos olisin ohjannut pikkutarkasti. Se, että tunteet pääsivät yleisöön asti oli tavoite. Uskoin saavuttavani sen ilman tarkkaa ohjaamista.



Bergman (1988, 145-147) kirjoittaa työskentelystään kaupunginteatterissa: Johtaja saapui seuraamaan harjoituksia ja oli tyytymätön Bergmanin tapaan ohjata ”vapaasti” ja ”improvisoiden”. Johtaja ryntäsi näyttämölle ja läksytti näyttelijät ja ohjaajan. Bergman häipyi paikalta ja seuraavana päivänä palatessaan työmaalle hän näki johtajan ohjaamassa pikkutarkasti. Jokainen liike oli suunniteltu ja sovittu. Kyseessä oli iso seurue juomassa kaakaota. Tätä viilattiin ja harjoiteltiin kärsivällisesti Bergmanin ajatellessa työtavan olevan todella haudankaivajien hommaa. Kun lopulta oltiin kypsiä kokeilemaan kohtaus alusta loppuun tapahtui ihme.

*Käyntiin lähtee vapaa, jännittämätön ja hauska keskustelu, jossa ovat mukana kaikki kaakaohetkeen kuuluvat sosiaaliset eleet, katseet, taka-ajatukset ja tietoisesti esitetyt tiedostamattomat käyttäytymispiirteet. Näyttelijät, jotka hallitsevat tarkoin rajatut reviirinsä, tuntevat olevansa vapaita luomistyöhön. He antavat mielikuvituksensa lentää odottamattomasti ja humoristisesti. He eivät missään vaiheessa anasta tilaa vastaanäyttelijöiltä, vaan mukautuvat kokonaisuuteen, rytmiin. (Bergman 1988, 147.)*

Onko vapaasti ohjaaminen ilman tarkkoja paikkoja nuoren hölmöä idealistisuutta? Minä pidin niin kovasti kiinni siitä, että asiat saavat rauhassa syntyä näyttämöllä ilman, että ohjaan jokaista askelta ja suuntaa. Ajan ja tilan antaminen on hienoa, se kasvattaa kärsivällisyyttä ja luo rauhaa. Kuitenkin huomasin, että tarkasti ohjatut kohdat toimivat lopputuloksessa parhaiten. Kun kysyin näyttelijöiden tuntemuksia näistä kohdista, yksi näyttelijöistä sanoi, että tarkkaan ohjatut kohdat ärsyttivät aluksi, mutta loppujen lopuksi ne olivat turvallisimmat. Olenkin sitä mieltä nyt, että jämpä ja tarkka ohjaaminen toimii turvallisena alustana vapaammalle ilmaisulle. Oma taitoni ohjaajana pystyin konkreettisesti arvioimaan lopputuloksesta. Oli rajua katsoa valmista teosta ja nähdä itsensä niin paljaana. Koska ohjaaja pyrkii tekemään itsensä näkymättömäksi näyttämöllä, Poltetussa oranssissa näin kyllä monissa kohtaa oman ohjaukseni ja tarkat paikat. Näyttelijät näyttivät siltä, että he suorittavat annettuja paikkoja, koska on pakko. Kohdat eivät syttyneet elämään, vaan tekniikka paistoi läpi. Olihan työ oppimista ja opettelua.

Parhaiten toimivat ne kohtaukset joissa toiminta oli tasapainossa tekstin kanssa. Näissä kohtauksissa tarkat paikat ja suunnat muotoutuivat osakseen myös prosessin aikana. Kun yhteistyö oli hedelmällistä ja toimivaa, syntyi siitä parhaat palat. Nyt ajattelen, että tarkkuus on hyväksi jos se toimii. Tarkkuus toimii kun ymmärtää tarkkuuden merkityksen. Kun tarkkuudella päästään luomaan vakaa pohja omalle ilmaisulle, eikä tunne häiritse tekniikkaa, eikä tekniikka tunnetta, on tasapaino olemassa. Tällöin tunnen olevani ohjaajana tasapainossa tarkkuuden kanssa.

### 3.6.1 Tunne ja tekniikka ohjatessa

Kun ohjaajana halusin mahdollisimman realistista ilmaisua, tasapainoilu fyysisen tekniikan ja ns. aitojen tunteiden välillä oli melkoista. Hahmometodi nojaa vapaisiin tunteisiin, pakottamatta. Kun on oma itsensä se riittää. Tämä on hyvä olla taustalla, ikään kuin omana salaisena aseena. Omasta tekniikasta riippuu se, miten paljon omia tunteitaan säätelee ja miten paljon vie tunteitaan omaan kehoon ja fyysisyyteen. Hyvä tekniikka näyttää realistiselta ja toimivalta yleisöön. Se myös suojelee näyttelijää. Poltetussa oranssissa halusin antaa näyttelijöille mahdollisuuden mennä hieman syvemmälle omiin tunteisiin, että myös näyttelijä tuntisi nämä tunteet, mitkä sitä kautta siirtyisivät yleisöön. Tottakai voi olla raskasta illasta toiseen tuntee samat tunteet. Kysymys ei ole itsensä räikkäyksestä vaan tässä astuu esiin hahmometodi. Se muistuttaa siitä, että kunkin hetken tunne on käytettävissä, jos sitä haluaa käyttää.

Tämän tasapainoilun äärellä painin miettiessäni ohjauksen tarkkuutta. Miten paljon voin ja miten paljon kannattaa ohjata tekniikkaa avuksi näyttämölle? Halusin, ettei kukaan lähde repimään itseään auki, jyräämään omien rajojensa yli. Tällöin tuntosarvet apuna, halusin ohjata tarkasti ja napakasti, ettei kukaan mene itseltään hukkaan. Esimerkkinä tunteen ja tekniikan tasapainoilusta toimii hyvin kohta Poltetusta oranssista, jossa tytär kertoo muistoistaan puutarhassa. Äiti saapuu paikalle ja kurittaa lastaan. Halusin, että tytär ottaa äitinsä lyönnin iskut fyysisesti vastaan ilman, että äiti koskee tyttöön. Äiti löi raipalla sänkyä, ja joka iskulla tytär otti iskun fyysisesti vastaan, ilman kosketusta. Näyttelijä ei löytänyt syytä, miksi iskut toteutetaan näin. Pysyin näyttelijän tukena ja peilinä, että kohtausta näyttää hyvältä ja se toimii, ”luota minuun”. Mietin, että tällainen omilla tunteilla tekeminen on herkkää pelaamista, näytetään ja suljetaan. On siedettävä epävarmuutta. Pelkäsin, että jos alan ohjata näyttelijää raa’asti hänen omien tunteiden yli, tulee lopputuloksesta helposti pelkästään fyysistä suorittamista. ”Teen niin kuin

käsketään, mutta en tunne mitään”. Puhuimme tästä näyttelijän kanssa paljon. Missä menee raja, että tekee puhtaasti fyysisesti ja ns. teknisesti, milloin tunteet tulevat esiin ilman puskemista ja mitä se edellyttää. Nämä keskustelut olivat syväluotaavia ja lähentäviä suhteessa mm. tekstiin.

Esityksessä tämä puutarhakohtaus toimi mainiosti. Näyttelijä oli liimannut tunteen teknisen tekemisen päälle. Näyttelijä itse sanoi minulle myöhemmin tästä kohtauksesta, että tuntui turvalliselta tehdä niin tarkasti, koska tiesi kokoajan mitä on tekemässä. Tekniikka tuo turvaa ja varmuutta. Kun näiden tasapainon löytää, tunteen ja tekniikan, saadaan huippuhienoa jälkeä. Oidan (2004, 17) mukaan näyttelijän pitää kadota. Kun tekniikka ja tunne ovat tasapainossa, unohtaa yleisö näyttelijän. Omien tekniikoiden ja tunnetilojen esittelyä tärkeämpää on, että yleisö pystyy eläytymään ja kokemaan näytelmän tarinan.

Pohdintani tunteen ja tekniikan tasapainoiluista tulisi olla tasapainossa tarinan välittymisen kanssa. Tarina on suhteessa kaikkeen. Sitä kautta peilasimme harjoitusprosessissa omia kokemuksiamme ja etsimme oikeita reaktioita suhteessa tekstiin. Näyttelijät antoivat omalla työllään raamit, minkä kautta tarinaa tarkasteltiin. Oma roolini ohjaajana oli johtaa matkaa tähän tarinaan ja auttaa luomaan nämä raamit. Cohen (1986, 2) uskoo, ettei näyttelijän kohdalla ole kysymys ”uskon” ja ”tekniikan” erottamisesta toisistaan, vaan on kysymys näiden kahden avioliitosta. Minun täytyi ikään kuin erottaa nämä kaksi toisistaan, että ymmärtäisin niiden yhteyden. Ohjaajana etsin vimmatusti tunteen ja tekniikan tasapainoa. Nyt ajattelen, että on annettava enemmän vastuuta myös näyttelijöille etsiä tätä tasapainoa itse ja pitäytyä siinä. Minä voin ohjaajana keskittyä enemmän tarinan välittymiseen tämän tasapainon kautta.

## 4 KOHTI ITSENSÄ KOHTAAMISTA

*Jos on totta että vain tiedoton on aitoa, niin sitten kai on aitoa vain tiedoton rakkaus. Kaikki muu on vain...kuinka se olikaan? Suojaa surua vastaan, hiljainen askel pimeään. (Manner 1987, 432.)*

Mannerin (1987, 432) sanoin tiedoton on aitoa ja mielestäni juuri tiedoton tulee tietoisuuteen rehellisyyden keinoin, askel askeleelta lähemmäs itseään. Tiedoton rakkaus voi olla palo ja intohimo tehdä töitä itsensä kanssa. Kun näkee itsensä alkaa hahmottamaan ympäristöään ja muita, rehellisesti ja aidosti. Tiedottomasta tulee tietoista. Hiljaisia askelia kohti itseäni.

### 4.1 Katsojasuhteeni

Ohjatessani halusin ohjata suoran kontaktin katsojiin. Kokemukseni näyttelijäntyön kautta katsojiin nousivat merkittäviksi työkaluiksi ohjatessani katsojien kohtaamista. Halusin kiinnittää huomiota siihen mitä todellisuudessa näyttelijälle tapahtuu kun häntä katsotaan. Päänäyttelijällä oli ainoastaan koko ajan täysin suora kontakti yleisöön, tätä kontaktia luodessa ja kohdatessa keksimme yhdessä yleisölle merkityksen ja täten yleisö oli helpompi kohdata. Yleisö edusti Marinan päänsisäisiä ”ystäviä” ne eivät olleet uhkaavia, vaan niille pystyi näyttämään itsensä. Täten myös yleisö saattaa tuntea itsensä merkittäväksi ja tärkeäksi. Omien kokemusteni pohjalta ymmärsin ohjaajana miten vaikeaa on kohdata yleisönsä. Miten vaikeaa on katsoa yleisöä rauhassa, paljaan avoimena ilman kovaa ja syvään uurrettua jäyhää roolia. Tiesin todellisen kontaktin syttyvän vasta ensimmäisen yleisön kanssa. Tämä on riskitekijä, jota on siedettävä. Emme tiedä mitä kontaktissa syntyy, ennen kuin oikea yleisö on paikalla. Mielestäni on tärkeää kiinnittää huomiota katsotuksi tulemiseen, ja niihin mahdollisiin tunteisiin mitä se herättää. Kun mahdollisia tunteita tiedostaa, voi niiden kanssa myös työskennellä.

Kun yleisö saapui kontakti yleisöön toimi. Kun näyttelijän katse on puhdas ja avoin ja enemmänkin hämmästelevä kuin tuomitseva on katsojallakin miellyttävä katsoa näyttelijää. Minulla on ohjaajana katsojien suhteen työkaluni oman pelkoni kautta. Koska itselleni pelko on todellista, on tärkeää huomioida omien näyttelijöiden pelot yleisöä kohtaan. Näyttelijän katse voi olla ystävällinen ja pehmeä näytelmän sisällöstä riippumatta. Katsojakysymysten äärellä työskenneltäessä ymmärsin ohjaajana sen, että samalla työstän omaa suhdettani katsojiin.

Oma kohtaaminen yleisön kanssa ohjaajana oli karmivaa ja pelottavaa. Syke hakkasi kaulavaltimolla kun ensimmäiset silmäparit saapuivat kenraaliin. Ihmiset olivat ystäviä, mutta silti kohtaaminen oli vaikeaa. Kun kenraali oli esitetty tajusin tekstin todellisen henkilökohtaisuuden. Olin jo aiemmin perusteluissani puhunut näytelmän henkilökohtaisuudesta, mutta en ollut tajunnut, että näytelmä koskettaa niin syvältä. Olin itseltäni salaa ohjannut näytelmän, joka huusi ja kirkui että ”tässä minä olen, katsokaa minua, nähkää minut”. Minulle joka aina peitän itseni tämä oli hurja kokemus. Esitys herätti monenlaista reaktiota katsojissaan. Yleisöt olivat erilaisia, jotkut vapautuivat ja nauroivat, jotkut pelkäsivät katsoa, jotkut olivat piinaavan hiljaa. Yleisö vaikutti aina esitykseen ja se puhalsi joka kerta erilaista henkeä näytelmän ylle. Loukkaannuin ja otin provokaationa itseäni kohtaan sen, kun ihmisiä lähti väliajalla, kesken esityksen pois. Koska näytelmä oli niin henkilökohtainen minulle, olisi minulle tehnyt myös hyvää jättää esityksiä väliin ja antaa sen elää omaa elämäänsä. Vastuun olin siirtänyt näyttelijöille, mutta silti minun oli pakko nähdä jokainen esitys.

*Kenraali, Ensi-ilta ja 2 esitystä takana ja olen niin hämmentynyt. Jännitän yleisöä. Hämmäntävää. Ei kaikkia voi miellyttää. Mutta silti tuntuu pahalta...kun siihen olen niin perkeleen taipuvainen. Toisaalta tätähän tämä on, saakelin oppiminen. Eräs ohjaaja sanoi että ei se olo helpotu vuosien varrella...että askel eteen vai taakse. Saakelin saakeli. Tämä on sellainen taitekohta että kohdataanko nyt karuus vai eletään taputtelumaailmassa. Vielä hurjempi maailma ulkopuolella lintukodosta, koulusta. Vitsit. Harmittaa että reagoin isosti tähän. Sehän paljastaa epävarmuuden. Sitä olen. Saakeli. (Päiväkirjamerkintä 23.5.2006.)*

#### 4.2 Yhteisöllisyys

Kävin katsomassa Ilves-teatterilla 14.2.2007 esityksen *Saattaen vaihdettava* ja hämmennyin. Esitys oli kiinnostava ja pitkä. Esitys koostui tarinoista yhteisöistä ja mielestäni mieleenpainuvien päälause oli ”*jokainen teistä haluaa kuulua porukkaan*”. Kun esityksen jälkeen oli tarkoitus lähteä heidän kanssaan kuppilaan, tuli suuri ja mykistävä oivallus. Halusin kotiin. Jäävuori sisälläni alkoi sulaa ja sulatuspiste oli suuri ymmärrys ja oivallus yhteisöllisyydestä. Olen sitä mieltä, että yhteisöllisyyden takana on pelko. Pelko jäädä yksin. Uskon, että villeimmät yhteisöihmiset pelkäävät eniten, yksinäisyyttä. Olen pienestä pitäen pyrkinyt yhteisöihin ja perustanut niitä kiivaasti ja

luonut niitä ympärilleni. Olen jopa hakeutunut tällaiseen koulutukseen, jossa opetetaan luomaan yhteisöä ympärilleen. Opetetaan miten ryhmäydytään ja miten ryhmätetään. Teatterihan on aina esitystä tehdessä proggis-kohtaisesti vahva ja sitova yhteisö. Aina hetken tunnen kuuluvani tähän ja sitten se loppuu ja yksinäisyys on käsillä. Joka kerta menetän ja pelottaa. On ihmisiä, joita tämä ei pelota. Nämä ihmiset ovat tasapainoisia ja he eivät kannattele ympäristöään vimmatusti ja pystyvät kohtaamaan yksinäisyyden..

Kun ohjasin Poltettua oranssia halusin, että prosessi on tärkeämpi kuin lopputulos. Matkan varrella, loppua lähestyttäessä prosessin tärkeys siirtyi luonnollisesti lopputulokseen. Pyrin harjoitusten aikana kiivaasti yhteisölliseen olotilaan ja tyytyväisyyteen. Olihan kyseessä minun työryhmäni jossa toimin työnjohtajana. Pyrin, että kaikilla olisi hyvä olla. Pyrin realismiin, luonnollisuuteen, joten olin valmis kohtaamaan työryhmän heidän omista lähtökohdistaan käsin, heidän omista tunteistaan käsin. Hyväksyin erilaiset tunteet ja erilaiset vireystasot, koska tämä yhteisö oli tärkeä ja turvallinen. En halunnut, että avoimuus olisi terapiaa, vaan pyrin vapaaseen tunnelmaan jossa voi sanoa jos haluaa sanoa tuntemuksensa ääneen.

Tunsin, että välillä kannattelin liikaa. Ei minulla ollutkaan voimaa kannatella kokonaista ryhmää, ohjata, tehdä lavastusta, puvustusta, ääniä ja hallita koko projektia. Voimattomuuden hetkillä omat rajat häilyivät, enkä muistanut pitää niistä kiinni. Kuitenkin pärjäsin. Oma pärjääminen on minulla usein omien tunteitteni kieltämistä. En näe todellista minää. Kun ohjaajana alkaa taistella uupumusta vastaan, minä kovetun ja kylmenen ja minuun ei saa kontaktia. Joten pian olimme tilanteessa jossa minä oletan työryhmältä avoimuutta ja ”*voit tulla harjoituksiin missä mielentilassa tahansa*” ja itse en pystynytäkään näyttämään omia tunteitani, enkä pystynyt vastaamaan työryhmän avoimuuteen. Koen, että tämä yhteisöllisyyden hallinta, josta minulla on monen vuoden kokemus, antaa ympärille turvaa ja työryhmän jäsenet tuntevat olonsa hyväksi ja hyväksytyksi. Kuitenkin kompastun tähän itse. Voin kannatella muita, siinä olen hyvä, mutta miksi en kannattelisi myös itseäni. Miksi en olisi rehellinen myös omille tunteilleni? Ohjaajana minun tulisi kohdata omat pelkoni tyytymättömyyttä kohtaan. Minun on vaikea kohdata riitaa ja ristiriitoja. Minun on vaikeaa pitäytyä epävarmuudessa, vaan kaikkea verhoaa miellyttävä yhteisöllisyys. Tämä miellyttävä ilmapiiri alkaa kyllä reagoimaan siihen, ettei riitasointuja käsitellä. Tällöin minä ohjaajana menen lukkoon, minulla ei ole vielä keinoja käsitellä niitä tunteita, joita ristiriitaiset tilanteet tuovat esiin. Kun tämän sanoo ääneen ollaan jo pitkällä. Omalta

kannaltani tasapainoisempi ratkaisu olisi ensin irrottautua yhteisöistä. Aloittaa ilman. Aloittaa itsensä kanssa, olla itse erillinen, mutta kokonainen. Tehdä töitä itsenäisesti yhteisöissä ilman että asettaisin itseni riippuvaiseksi.

## 5 POHDINTA

Opiskelen alaa, jossa joudun kohtaamaan itseni paljaana ja epätasaisena. Olen riuhtonut teatterin parissa, hurjana ja silmät täynnä kapinaa ja voimaa, mutta en ole todella pysähtynyt kuuntelemaan itseäni. Minulla on ollut valtava tarve selvittää pitkin koulutuksen matkaa mitä on luonnollisuus teatterissa. Miksi minä rakennan roolejani fyysisesti, jolloin ne kovettuvat ja ovat kaukana minusta itsestäni. Olen etsinyt näitä riuhtoen, olen luonut vimmatusti ympärilleni kuorta näiden asioiden äärellä, etten ole ymmärtänyt pysähtyä ja kohdata itseäni. Olen hakenut vastauksia erilaisista työtavoista ja metodeista. Ne ovat kyllä antaneet viitteitä ja suuntia, mutta loppujen lopuksi on kysymys pysähtymisestä ja itsensä rehellisestä kohtaamisesta. Se sattuu, muureja menee rikki, mutta kun jokin menee rikki, syntyy jotain uutta. Kevyempää, kantavampaa.

Hahmometodi osui minuun juuri rehellisellä otteellaan. Se toimii hyvänä työkaluna itsensä kohtaamisessa, omien impulssien kuuntelemisessa. Tämä opinnäytetyö on henkilökohtaisuudessaan matka kohti minua itseäni, matka kohti teatterintekijää itsessäni. Vain olemalla rehellinen näkee kirkkaasti. Tämän työn kautta oma identiteettini teatteri-ilmaisun ohjaajana on terävöitynyt. Mitä on rehellisyys itseään kohtaan? Mitä minä siitä saan? Uskon, että jos ei kohtaa itseään, ei voi kohdata muitakaan. Kun ymmärrän mistä kerrostumista minun identiteettini muodostuu, pystyn eheyttämään itseäni omilla työkaluillani hiljaisesti, salaisesti ja itsenäisesti, sotkematta siihen muita. Siten voin lähteä työkentälle kokonaisena ja tasapainoisempana teatterintekijänä. En halua käyttää muita eheyttääkseni itseäni. Vaan haluan antaa muille mahdollisuuden eheytymiseen. Tämä voi tapahtua vasta, kun itse olen eheä.

Hahmometodi on minulle soveltuvuudessaan merkittävä työtapana. Hahmometodi on raju työväline, se haastaa kohtaamaan omia esteitä ja tunnistamaan näitä. Koska jokainen on vastuussa itsestään, työtapana haastaa, provosoi ja eheyttää. Hahmometodia ei voi yleistää, mutta sitä voi soveltaa. Nyt työpajasta on kulunut aikaa runsas vuosi ja alan ymmärtämään isoja asiakokonaisuuksia itsestäni. Asioita, joilla on merkittävä vaikutus omaan identiteettiini. Uskon, että tulevaisuudessa asiat aukeavat enemmän ja enemmän.

Nyt ymmärrän, että vastustin koko kurssin vahvasti ja minua pelotti. Nyt ymmärrän vastustuksen merkityksen ja ylipäättään tiedostan vastustavani. On tärkeää, että omat puolustusmekanismit toimivat ja tätä vastustusta tulee ymmärtää ja antaa sille aikaa. Esimerkiksi tällä hetkellä työstän monologia kollegani ohjauksessa ja ilmoitin vastustukseni määrän. Kun se on tietoisuudessa, asia ei aiheuta sekaannusta ja omalle vastustukselle annetaan aikaa. Miten hahmometodi sitten todellisuudessa toimii? Minä käytän hahmometodia ikään kuin salaisena työkaluna teatterityössä. Hahmometodia pystyy käyttämään tyyllilajista riippumatta. Joskus se on näkyvämpää, joskus hiljainen taustavaikuttaja. Olen vain rehellinen omille tuntemuksilleni ja käytän sitä materiaalina ja oman työni taustana. Se mikä näyttelijältä välittyy ohjaajalle saattaa olla vain murto-osa siitä prosessista mitä itse itsensä kanssa työstää. Jos tyyllilaji ja ohjaaja antavat mahdollisuuden tuoda näitä asioita, omia tuntemuksia näkyviksi, antaa hahmometodi hyvät työkalut rajoihin, vastuuseen ja oman äänen kuuluvuuteen.

Hahmometodin kautta pysähdyin monesti falskin ja naturan välille näyttelijäntyössä. Myös ohjatessa Poltettua oranssia huomasin olevani samojen asioiden äärellä. Missä menee falskin ja naturan raja näyttelijäntyössä? Itse ajattelin, että on oltava ääripäässä, joko tai. Kaikki siltä väliltä tuntui huijaukselta, teennäiseltä ja tehdyttä. Edelleen haluaisin säilyttää rajut ääripäät. Pidän ääripäistä, niissä on jotain konkreettista ja kiinnostavaa. Olisi mielenkiintoista lähteä työstämään esim. tekstiä pysytellen täysin ääripäässä, joko todella falskissa tai täysin naturassa. Tällöin ääripäät saisivat mahdollisuuden näyttäytyä kokonaisina. Näin voisin tutkia mikä todella toimii ja mikä ei. Mitä seuraa puhtaasta ääripäästä? Esimerkiksi itselläni falskin monologin jälkeen seurasi armoton häpeä. Kuitenkin häpeässä on jotain voimallista ja todellista. Kun häpeän yli pääsee on luultavasti saanut jonkin kokonaisuuden itsestään kasaan. Olisi hienoa tutkia näitä teatterin keinoin. Syitä ja seuraamuksia. Toimiessani esiintyjänä, näyttelijänä pyrin yleisesti tasapainoon noiden kahden, falskin ja naturan välillä. Pyrin hahmometodia mukana kuljettaen löytämään tasapainon halutun tyyllisuunnan ja omien tuntemusteni kautta.

Poltettua oranssia ohjatessa halusin nimenomaan antaa mahdollisuuden omien tuntemuksien käsittelyyn, koska uskoin, että se tukee tekstiä ja kunkin omaa prosessia. Tämä työtapo syvensi työskentelyä suhteessa tekstiin ja toisiimme. Tämä tuntui merkittävältä ja tärkeältä. Oli hienoa huomata, miten luottamuksellinen työskentely näkyi myös jossain määrin henkilökohtaisessa elämässä, eikä se tuntunut ollenkaan



väärältä. Poltettu oranssi vaikutti meihin kaikkiin ja halusin antaa myös tuon kokemuksen katsojille. Ensimmäisen ohjauksen, esikoisen kauhut tulivat hyvin ohjatessa esiin. Tuntuu, että ohjatessa teki kaikki mahdolliset virheet ja säröt ja silti sai aikaan suuren onnistumisen ihmeen. Oppiminen on karua ja rajua, eikä oppimisen hetkillä näe kirikkaasti oppimisen hyötyjä. Kipupisteet on syviä ja arkoja, mutta myöhemmin ne ohjaa ja opettaa uusiin haasteisiin. Kuten esimerkiksi oma pelkoni yleisön kohtaamisessa. Ohjaajana, sekä näyttelijänä toimiessani yleisön kohtaaminen on ollut rajua. Silloin tunteet kuohuvat ja pelottaa. Nyt ymmärrän että on kyse siitä, miten paljon haluan itsestäni näyttää. Minulla on valta päättää mitä itsestäni näytän ja miten paljon. Kysymys on omista rajoista ja niiden ymmärtämisestä. Niin ohjaajana kuin näyttelijänäkin. Jokaisella on omat henkilökohtaiset rajansa hallussaan. Tämä on ollut minulle suuri oppi ja tulee olemaan tulevaisuudessakin. On opiskeltava sanomaan ei ja pitämään omat jalat maassa. Hahmometodi antaa eväät omille rajoille, mutta on eri asia miten hahmometodia osaa kussakin tilanteessa käyttää.

Itse menin ohjaajana välillä itseltäni hukkaan. Koska naruja oli niin paljon, en pystynyt huolehtimaan kaikesta yhtäaikaaisesti. Pidin hommaa kasassa ohjaajana, kuuntelin ja kannattelin, enkä enää kuullut omaa ääntäni. Jouduin tiukkoihin tilanteisiin itseni kanssa. Huomasin, että ryhmän viihtyvyys ja tasapaino oli minulle tärkeää ja se hukutti minun oman ääneni ja omat rajani. Kun näyttelijäni olivat työtavalle uskollisia, he soittelivat minulle ja sanoivat yksityisesti, että sinun täytyy olla tiukempi, sano rankemmin ja komenna meitä. Kun kuulee tämänkaltaisia ohjeita näyttelijöiltä, pistää se miettimään, mikä todella on minun valtasuhteeni heihin. Liika lämpö on liian tukalaa. On osattava olla jämpä ja luotettava. Ohjaajan tehtävä oli kiehtova ja haastava. Oman pedagogisuuden, hyvän ja turvallisen ryhmänohjaustaidon ja teatteriohjaajan haastavuuden yhdistyminen on aikamoinen yhtälö. Kiehtova ja kiinnostava. Koska valmistun teatteri-ilmaisun ohjaajaksi tulee tämä olemaan minun roolini teatterikentällä. Olen ryhmänohjaaja joka luo luotettavuutta ja joka on sopivassa valta-asemassa. Tähän haluan tuoda ihmisläheisen ja vapaan ilmaisun työtavat.

Uskon, että teatterissa yhä vähemmän ja vähemmän kysellään miltä kenestäkin työ tuntuu. Työ on rajua oman kehon ja mielen raastamista. Jokainen on kyllä vastuussa itsestään, mutta usein näkee tapauksia, jotka menevät itsensä yli, koska tähän on työn luonne, tämä työ tehdään hampaat irvessä ja sittenhän tämä on ohi. Omia tuntemuksia, omaa kehoa, omaa vastustusta kuunnellaan liian harvoin. Osa teatterintekijöistä on

herkempiä kuin toiset, mutta jokainen ansaitsee mahdollisuuden työskennellä omien tunteuksien ja oman tasapainon kautta. Tulevaisuudessa teatterintekijänä aion työskennellä prosessikeskeisesti. Vaikka lopputulos olisi mitä mainion, jää prosessista hyviä eheyttäviä eväitä työntekijöille. Kokemus karttuu ja identiteetti kerros kerrokselta paksuuntuu. Jokaisella on erilaiset näkökulmat ja lähtökohdat antaa uutta ja raikasta, eikä siitä haittaakaan ole, jos työskentelyn kautta eheytyy ja tuntee itsensä jälleen kokonaisemmaksi. Tällaista työtapaa pystyn soveltamaan niin näyttelemiseen, ohjaamiseen kuin soveltavaan teatteriin. Uskon, että omien tunteusten kunnioittaminen ja tiedostaminen tuo aina uutta ja syvempää näkökulmaa työskentelyyn. Haluan tehdä teatteria kuunnellen, keskustellen, omia tunteita kunnioittaen.

Ensisijaisesti minun on hellittävä itseäni teatterintekijänä, että pystyn toimimaan tasapainoisena työkentällä. Oma herkkyys tulee kunnioittaa. Liian usein kohtaa teatterintekijöitä, jotka eivät kunnioita itseään, omaa mieltä, omaa kehoaan työvälteenä vaan runnovat itsensä tiettyyn muotiin pärjätäkseen paremmin. Teatterintekijänä haluan tuoda kuuntelevan ja vapaan ilmaisun työtavat omikseni, koska uskon niiden herättelevän myös kunnioitusta jokaista itseään kohtaan. Aion käyttää tähän sopivaa työkalua, hahmometodia tulevaisuudessa soveltaen ja kokeillen.

Teatterintekijänä ei saa mennä itsensä yli. On pidettävä itsekkäästikin kiinni siitä, mitä itse haluaa ja mitä oma keho ja mieli vaatii. Se, miten minä voin henkisesti sekä fyysisesti, siirtyvät tässä ammatissa suorasti tai epäsuorasti työhön ja sen laatuun. On otettava huomioon nämä seikat ja pidettävä itsestään huolta. Minun kehityspisteeni monien muiden rinnalla onkin: Ensin minä ja sitten muut. Tämä ei ole minulle itsestäänselvyys. Tämä työ on antanut minulle mahdollisuuden pohtia omia lähtökohtiani, esteitäni, rajojani ja ennen kaikkea niitä vaikeimpia, tunteitani. Tämä on ollut minulle uudenlainen askel kohti sitä, mitä minä teatterilta haluan ja mitä itse voin sen eteen tehdä. Tämä matka on lopussa. Lähtö tapahtuu haikein mielin. On ollut niin hyvä olla. Nyt hengitän syvin vedoin. Kyllä nämä askeleet vielä kevenevät.

## LÄHTEET

Bergman, Ingmar 1988. *Laterna magica*. Helsinki: WSOY.

Cohen, Robert 1986. *Näyttelemisen mahti – johdatus näyttelemiseen*. Tampereen yliopisto. Tampereen näyttelijäntytön julkaisuja B 1.

Hellwig, Hilda 1998. *Käytän itseäni maailman tutkimiseen*. Suom. Grönblom, Ragni. Teoksessa Korhonen Kaisa (toim.) *Koirien ajama kettu*. Helsinki: Like.

Manner, Eeva-Liisa 1987. *Toukokuun lumi*. Teoksessa Saure Salme (toim.) *Mistä on pienet tytöt tehty*. Helsinki: Otava.

Mannila, Laura. 2007. *Miksi me sabotoimme omaa työskentelyämme?* *Meteli* 2, 10-12.

Männistö, Tanja 2006. *Hahmometodi-työpaja*. Päiväkirja. Tekijän hallussa.

Männistö, Tanja 2006. *Oma ohjaus: Poltettu oranssi*. Päiväkirja. Tekijän hallussa.

Oida, Yoshi & Marshall, Lorna 2004. *Näkymätön näyttelijä*. Suom. Sipari, Lauri. Helsinki: Like.

Pokkaristo. 2002. *Sivistyssanasto*. Hämeenlinna: Karisto oy.

Suomen Hahmoterapiayhdistys ry, historia lyhyesti. Saatavilla www-muodossa: < <http://www.suomenhahmoterapia.fi/historia.html> >. (Luettu 27.2.2007)

Vasama, Tuukka 2005. *Esinemäinen näyttelijäntytö – roolitta näyttelemisen – hiippailua postmodernilla näyttämöllä*. Teatterikorkeakoulu. Teatteritaiteenlaitos, näyttelijäntytön koulutusohjelma. Opinnäytetyö.