

TAIDE IHMISYYDEN KANAVANA JA
KANNATTELIJANA

Tapaustutkimus monitaiteisesta projektista ”Mielen panssarit”

Tuuli Nenonen
Tampereen yliopisto
Yhteiskuntatieteiden tiedekunta
Pro gradu -tutkielma
Sosiologia
Helmikuu 2018

NENONEN, TUULI: TAIDE IHMISYYDEN KANAVANA JA KANNATTELIJANA
Tapaustutkimus monitaiteisesta projektista ”Mielen panssarit”

Pro gradu -tutkielma, 97 sivua

Ohjaaja: Harri Melin

Sosiologia

Helmikuu 2018

Miten käy, kun sukellaan luovaan potentiaaliseen tilaan katsomaan omia henkilökohtaisia haasteita silmiin ja sitten siitä tehdään vielä esitys? Tutkimuskohteeni on taiteen tekemisen kokemus monitaiteisessa projektissa ”Mielen panssarit”. Projektin ohjaaja, Pirkkoliisa Tikka käytti ekspressiivisen taideterapian menetelmiä elämäkerrallisten teemojen taiteellisessa työstämisessä. Prosessin aikana valmistui myös esitys ”Mielen panssarit”. Tutkimuskysymykseni on; minkälaisia merkityksiä taiteen tekemisen kokemus sai, kun käsiteltävinä olivat elämäkerralliset teemat? Lisäksi kysyn, mikä tekijän elämässä muuttui? ”Mielen panssarit”-projekti oli osa monitaiteellisen ilmaisun koulutusta. Olin yksi kahdeksasta prosessiin osallistuneesta. Kysymyksiini vastaavat Saara, Veli ja Maria, jotka refleктоivat kokemuksestaan kolme vuotta prosessin jälkeen. Haastatteluissa oli mukana videotaltiointi prosessin yhdeltä taiteellisen työskentelyn kannalta merkitykselliseltä päivältä, sekä prosessin aikaista kirjallista materiaalia. Haastattelin myös Pirkkoliisa Tikan, jonka puhe kommentoi käytettyjä menetelmiä.

Tutkimukseni on laadullinen, aineistolähtöinen tapaustutkimus. Tutkimusotteeni on fenomenologinen ja aineistoni tulkinnassa korostuu holistisuus sovellettuna fenomenologiseen ja hermeneuttiseen tulkintaan, missä pyrin mahdollisimman suoraan ja välittömään kosketukseen todellisuuden kanssa. Tutkimuksessani nousee vahvasti ihmisenä olemisen teema. ”Mielen panssarit”-projekti oli onnistunut taiteellinen ryhmäprosessi. Tutkimukseni tarkoitus on tuoda näkyväksi taiteen tekemisen kokemusta. Pyrin tutkimuksessani osoittamaan, että vaikka syvissä vesissä kuljettiin, juuri taiteellinen näkökulma ja ekspressiivisen taideterapian menetelmät olivat oleellisia siinä, että ryhmäprosessi oli merkityksellinen siihen osallistuneille. Taide on merkittävävä muutoksen mahdollistaja. Sekä Saara, Veli että Maria kokivat muutoksen suhteessa omaan teemaan ja elämään. Oleellista oli luottamus ja tuki ryhmäläisten kesken. Prosessi opetti muun muassa armollisuutta itseä kohtaan, mahdollisti oman teeman muuntumisen ja toi rohkeutta muutoksen tekemiseen.

Taiteen tekemisessä on omat ulottuvuutensa ja taide kanavoi ja kannattaa ihmistä monin eri tavoin. Vuoropuhelussa aineistoni kanssa keskustelevat soveltava taide, taiteen tekemisen kokemus, ekspressiivinen taideterapia ja monitaiteisuus, sekä D. W. Winnicottin käsite potentiaalinen tila.

Avainsanat: Taiteen tekemisen kokemus, monitaiteisuus, elämäkerralliset teemat, ekspressiivinen taideterapia, potentiaalinen tila, soveltava taide ja muutos.

ABSTRACT

UNIVERSITY OF TAMPERE

Faculty of Social Sciences

NENONEN, TUULI: ART AS A CONTAINER AND A CHANNEL OF HUMANITY

Case study of a multiartistic project “Armors of the Mind”

Master`s Thesis, 97 pages

Supervisor: Harri Melin

Sociology

February 2018

What happens when you dive into the creative potential space facing your challenges, and after diving there will be a performance about the journey you took? My master`s thesis in hand is a case study from an experimental project “Armors of the Mind”. The project moved in the borderlines between art therapy and artistic group process. The director of the project, Pirkkoliisa Tikka used methods from expressive arts therapy when working artistically with personal themes. The project was a part of a multiartistic expression training and I was one out of eight students that participated in the project. I interviewed three participants three years after the process using video recordings of a day that was relevant regarding the artistic processing of their personal themes.

My research is about the experience of making art. I ask, what were the meanings of art making when dealing with personal challenging themes? In addition, I ask, what changed? The results show that art worked as a container and a channel in many ways. The essential factor was trust and support between the participants. The project “Armors of the mind” was meaningful for all the three interviewed and they felt the project had a changing effect towards the better in their lives.

Keywords: Experience of making art, multiartistic expression, biographical themes, expressive arts therapy, potential space, applied art and change.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	4
2	TUTKIMUKSEN TARKOITUS	9
	2.1 Tutkimuksen teoreettiset lähtökohdat	10
	Soveltava taide	10
	Taide ja kokemus	13
	Ekspressiivinen taideterapia ja monitaiteisuus	15
	D.W. Winnicot ja potentiaalinen tila	21
3	TUTKIMUSKYSYMYKSET, AINEISTOT JA TUTKIMUSMENETELMÄT	28
	3.1 Fenomenologinen tutkimus	28
	Tutkimusasetelma, aineistot ja menetelmät	30
4	TAITEEN TEKEMISEN ULOTTUVUUDET	37
	4.1 Ihmisyyden äärellä	37
	Henkilökohtaiset teemat	38
	4.2 Taide kanavana	41
	Haasteelliset sanat	43
	Liike-ääni-kuva	44
	Improvisaatiot toisten kuvista	55
	4.3 Taide kannattelijana	65
	Ryhmä kannattelee potentiaalisessa tilassa	66
	Leikin paikka	74
	Kokemus virrassa olemisesta	76
	Mikä muuttui?	83
5	LOPPUPOHDINTA	88
	LÄHTEET	94

1 Johdanto

Elämme ratkaisujen aikaa, maailmassamme on paljon osattomuutta, kohtaamattomuutta, asioiden kärjistymistä ja ihmisten vastakkainasettelua ilman vuoropuhelua. Zygmunt Bauman (1996) on sanonut, että ihmiset ovat yksin kärsimässä postmodernista tyhjyydestä, ja etsivät epätoivoisesti turvapaikkaa, jota ei enää ole. Ei ole paikkaa jota voisi kutsua kodiksi. On vain liikettä väliaikaisten ja vaihtuvien tilojen, ja tilanteiden välillä. (Bauman 1996, 36–37.) Tänä päivänä Baumanin edellä kuvaama tilanne on muuttunut vielä haastavammaksi. Teknologia kehittyy nopeasti. Älypuhelimet ja tietokoneet vievät huomiotamme, ja tekoälyn haasteet ja mahdollisuudet herättävät ihmiskuntaa koskevia oleellisia kysymyksiä kuten; mikä tekee ihmisestä ihmisen?

Elämä ilman merkitystä on epätoivoa. Ihmisellä on sisäsyntyinen tarve tietoisuuden laajentamiseen ja merkitykselliseen elämään. (Viktor E. Frankl 1986.) Luin tänään Aamulehden lukijoiden toiveusinnan, lastenpsykiatrian emeritusprofessori Tuula Tammisen haastattelun, joka pysäyttää ihmiselämän merkitysten äärelle. Hänen mukaansa merkitysten kadottaminen on tämän päivän ongelma niin yksilöillä, yhteisöillä kuin instituutioillakin. Yritykset ja ihmiset saattavat nimetä arvojaan, mutta merkitykset, kuten oman elämän tarkoitus on usein hukassa. Maailma on mieletön, mutta ihmisen mielellä on kyky rakentaa mielekkyyttä. Ja se on sitä työtä, jota ihmisten täytyy jatkuvasti tehdä. Tarvitsemme tunnevallankumousta. Kuvaavaa on, että hukumme dataan, vaikka ihmisen ajattelu perustuu vahvasti tunteisiin. Ihmisiä tulisikin auttaa ymmärtämään itseään ja muita. Odotamme helposti, että tarkoitukset tulevat ulkopuolelta, vaikka totuus on, että itseluodut merkitykset tekevät elämästä omannäköisen. (Tamminen 3.2. 2018, Aamulehti.)

Taide on yksi vastaus merkityksellisen elämän kaipuuseen. Taiteen tai taiteen tekemisen kautta on mahdollisuus pysähtyä oman elämänsä merkityksellisyyden äärelle. Taide voi toimia tuntosarvena, herättäjänä ja järkyttäjänäkin, mutta jos se koskettaa, se vaikuttaa syvällä tunnetasolla. Taide voi antaa myös turvapaikan, toimia kohtaamispaikkana, missä turvapaikkaa on mahdollisuus rakentaa (Pääjoki 2004, 69).

Taide myös liikuttaa ja herättää. Bauman (2012) määrittelee taiteen kaksi keskeistä

tehtävää, joista toinen on provokaatio, ja toinen on kokemus. Taiteen provokaatio avaa silmät todellisuudelle, ja näyttää miten asiat todella ovat. Taide ikään kuin provosoi aistit eloon ja pistää staattisen pysähdyksen liikkeelle. Taide on aina myös kokemus, joka näyttää, että se mitä koen ja näen, ei ole ainoa todellisuus. Taide saa meidät ajattelemaan tuntematonta uutta ja tunnistamatonta vanhaa. Taide ja kulttuuri on Baumanin mukaan nähtävä merkittävänä muutoksen välineenä. (Känkänen 2013, 96, Zygmunt Baumanin luento Kuvataideakatemiassa, Helsingissä 22.12.2012.)

Soveltavan taiteen yksi uranuurtajista Suomessa on teatteri-ilmaisun ohjaaja Kati Sirén, joka puhui taannoin aikamme yhteiskunnallisista haasteista. Hänen mukaansa taiteen muutosvoimaan liittyy myös se, että taide elää, toimii ja kommunikoi välitilassa, rajalla. Soveltavan taiteen vahvuus on rajantunto ja muutosherkkyys. Taiteen kautta on mahdollisuus löytää myös yhteinen nimittäjä hyvinkin erilaisten näkemysten välille. Parhaimmillaan taide mahdollistaa kohtaamisen ja vuoropuhelun rajapinnoilla, ja sen kautta muutoksen parempaan. (Sirén 2017, luento Turussa 21.4.2017.)

Taiteen tehtävää ja merkitystä muutoksen välineenä voi tarkastella myös tietoisuuden ja autenttisuuden näkökulmasta. Taidekasvatuksen professori Kimmo Lehtosen (2017) mukaan taide itsessään ei muuta maailmaa, vaan se muuttaa tulevien maailmanmuuttajien tietoisuutta. Taiteen autenttisuus on ominaisuus, joka koskettaessaan luo murtuman ja voi johtaa todellisuussuhteen rikkoutumiseen, joka poistaa vieraantumisen ja vapauttaa väärästä tietoisuudesta. Tässä on hänen mukaansa myös taiteen suuri mahdollisuus olla luomassa suvaitsevampaa ja inhimillisempää tietoisuutta ja maailmaa, niin taidekasvatuksen kuin kaiken muunkin koulutuksen kautta. Lehtonen kiteyttää ajatuksensa näin: ”Taiteen yksi tarkoitus on tunne-elämän herkistyminen niin, että todellisuuden kalpean katseen alta esille nousee mielikuvituksen kirkastama todellisuus”. (Lehtonen 23.8. 2017, Turun sanomat.)

Albert Einstein on sanonut: ”Mielikuvitus on tärkeämpää kuin tieto”. Omassa tutkimuksessani keskeistä on monitaiteisuus ja mielikuvitus. Tutkimukseni ytimessä ovat taide ja kokemus taiteen tekemisestä, tutkimuskohteenani kokemus taiteen tekemisestä projektissa ”Mielen panssarit”. Tutkimuksessani analysoin, minkälaisia merkityksiä taiteen tekemisen kokemus sai tekijän elämässä, kun käsiteltävinä olivat henkilökohtaiset teemat, mielen panssarit. Edelleen pohdin, mikä tekijän elämässä projektiin

osallistumisen myötä muuttui?

Projekti ”Mielen Panssarit” oli työpaja, osa monitaiteellisen ilmaisun linjaa, jonka kotipaikkana toimi Oriveden Opisto syksystä 2000 keväälle 2001. Opiskelin linjalla, ja olin yksi ”Mielen panssarit”-projektiin osallistuneista. Kyseessä oli eri taiteenalojen yhdistäminen, jossa yhteisenä nimittäjänä oli musiikki. Linjan vetäjinä toimivat taiteiden moniottelijat, oopperalaulaja/näyttelijä/ohjaaja ja monitaidepedagogi Pirkkoliisa Tikka, joka toimi myös monitaiteellisen koulutusalan johtajana, sekä tanssitaiteilija/koreografi/yhteisötanssitaiteilija Marjo Hämäläinen. Lisäksi linjalla opettivat monet tuntiohjaajat sekä koti- ja ulkomaiset vierailijat.

Koulutukseen haettiin useammasta taiteenalasta kiinnostuneita nuoria, kahta tai useampaa taiteen aluetta pitkään harrastaneita aikuisia, ammattitaiteilijoita, sekä maahanmuuttajia, jotka kuuluvat mihin tahansa edellä mainittuun ryhmään. Linja oli vuoden mittainen ja linjan sisässä oleva koulutusvaihtoehto puolivuotinen. Opiskelijoita oli syksyllä 46 ja keväällä 33. Opiskelijoiden ikäjakauma oli 16–55-vuotta.

Linjalla opiskeltiin laajasti eri taideaineita. Perinteisiä oppiaineita olivat mm. yksinlaulu, tanssi, soitto, näyttämöilmaisu, puheilmaisu, musiikin teoria, kuvanveisto, maalaus, piirustus, näyttämökuvan visuaaliset tekijät, puvustus, lavastus, yhtyelaulu ja -soitto, draama ja dramaturgia improvisaatio, performanssi, draama ja dramaturgia. Varsinaisiin monitaiteellisiin aineisiin kuuluivat esim. liike-ääni-kuva, terapeutin monitaide, musiikki-teksti-tanssi, näyttämölaulu, sanasta teoiksi, kehotietoisuus, kehon kieli, tanssi-improvisaatio, installaatio, puhelauluimprovisaatio, performanssi, sekä monitaiteelliset työpajat joista yksi ”Mielen Panssarit” oli. Pajoissa tehtiin yhteistyötä myös musiikki-, kuvataide- ja kirjoittajalinjalaisten kanssa.

Lokakuussa 2000 jakaannuimme kuuteen monitaiteelliseen työpajaan, joiden työskentelyn tulokset olivat nähtävissä marraskuun viimeisinä päivinä Oriveden Opistolla viitenä (kaksi pajaa yhdistyi matkan varrella) täysin erilaisena esityksenä. Vuoden vaihteen jälkeen esiinnyimme myös taidegalleria Forum Boxissa Helsingissä, jonne ”pakkaa sekoitettiin” niin, että kaikki esitykset olivat välähdyksinä tai kokonaan läsnä ja yleisö kulki esityksen aikana tilasta toiseen. Forum Boxin esityksen yhteydessä voi puhua interaktiivisuudesta ja performanssista etenkin esityksen alussa, jossa ihmiset, sisään tullessaan

saivat kulkea vapaasti ympäri gallerian huoneita, joissa kaikissa tapahtui jotakin. Esimerkiksi meillä ”mielen panssarilaisilla” oli elävä taidenäyttely, jossa olimme roolihahmoisamme panssareidemme (siivet, käärme, keuhkot...) kanssa ja vastailimme ihmisten kysymyksiin. Seinillä olivat myös tekemämme intuitiiviset kuvat prosessin eri vaiheista. Jokainen paja oli ainutkertainen, mutta yhteistä kaikille oli se, että mahdollisimman paljon tehtiin ja luotiin itse, yhdessä muiden ryhmäläisten kanssa. Menetelmät olivat moninaiset, samoin prosessit ja lopputulos. Painotuksiin vaikutti omalta osaltaan vetäjä, koska kyseessä oli enemmän ja vähemmän ohjattu ryhmätyö.

Jokaisella ryhmällä oli oma ohjaaja, meillä Pirkkoliisa Tikka, joka jo ennen ryhmäytymistä ilmoitti, että hän haluaa tutkia tekstin tekemistä todeksi kuvan, säveltämisen, liikeääni-kuvan sekä näyttämölaulun avulla. Lisäksi Pirkkoliisa Tikan lähtökohtana oli hyödyntää koko osaamistaan ryhmän kanssa, ja tutkia erityisesti kuvan suhdetta musiikkiin ekspressiivisen taideterapian menetelmiä soveltaen. Olimme tuossa vaiheessa työskennelleet yhdessä jo kolme kuukautta, joten kaikilla oli jonkinlainen käsitys omista toiveistaan jatkoon suhteen sekä ryhmänvetäjien työskentelytavoista, joten ryhmät muodostuivat luontevasti. Meitä oli alussa yhdeksän monitaiteellisen ilmaisun opiskelijaa ja kaksi draamakirjoittajalinjalaista. Yksi meistä joutui keskeyttämään koulutuksen prosessin alussa, lisäksi toinen kirjoittajista ei muilta kiireiltään ehtinyt olla mukana kuin aivan alussa. Jäljelle jäi ohjaajan lisäksi kahdeksan opiskelijaa ja yksi kirjoittaja, joka seurasi ja osallistui työskentelyymme, ja kirjoitti sen pohjalta tekstejä meitä ja hahmojamme ajatellen.

Nimi ”Mielen panssarit” valittiin yhdessä kuvaamaan sitä, mikä meitä kutakin tuolloin kosketti ihmisenä olemisessa. Työpaja kesti lähes kaksi kuukautta. Vietimme tuon ajan tiiviisti Oriveden Opiston D-talon Sointula-nimisessä tilassa. Siellä työstimme monitaiteellisesti omia mielen panssareitamme tehden muun muassa liikettä, ääntä ja kuvaa Pirkkoliisa Tikan ohjeistuksessa. Prosessi oli kokeileva ja se liikkui rajalla, taiteen ja taideterapian välimaastossa niin, että taiteellinen näkökulma pidettiin mielessä, ja prosessista tehtiin myös esitys.

Haualla ”mielen panssari” löytyi internetistä 19 800 osumaa. Teemoja ja tahoja on runsaasti. Edustavimmin esillä ovat sota ja panssarit, roolipelit sekä ihmisenä olemisen koko kirjo iloineen ja haasteineen. Yleisnäkömänä kirjoituksista huomaa, että mieli ja panssari kuuluvat myös internetissä yhteen. Panssari koetaan useimmin kielteisenä, usein

fyysisenäkin esteenä, jonka suojiin voi myös piiloutua todellisilta tunteilta kuten surulta. Muun muassa runous, musiikki, hengen- ja uskonasiat, filosofia ja tarinat käyttävät runsaasti mielen ja panssarin kielikuvia. Myös arkipuheessa mielen panssarit esiintyvät ihmisenä olemisessa suhteessa itseen ja ympäröivään maailmaan. Ilmaukset kuten uppinkaisuus tai jääräpäisyys ovat esimerkkejä arkikielen panssareista, jotka näkyvät yhtä lailla ihmisen asenteessa kuin fysiikassakin. Myös kyynisyys tai katkeruus elämänasenteena voi olla panssari haavoittumista vastaan, mutta muutos parempaan käy riisuutumisen kautta. Peleissä ja urheilussa panssarit ovat konkreettisia suoja mahdollisiin iskuihin. Kilvet, miekat, haarniskat, suojakuvut ja muut vastaavat kuuluvat pelin tai leikin luonteeseen. Sodassa taas ei leikitä. Aseita ei riisuta, koska siinä voi menettää henkensä. Konkreettiset panssarit saavat kauhun- ja ihailunsekaisia ilmauksia osakseen. Sodassa myös mieli on suotavaa panssaroida. Pelolle ei ole vara antaa valtaa, vaikka se olisi aiheellistakin.

Ryhmämme yhdessä valitsema nimi, ”Mielen panssarit” näyttäytyy haastattelupuheessa suojana, henkilökohtaisena haasteena, teemana tai taakkana, joka estää toteuttamasta itseään, ja elämään, niin kuin ihminen itse toivoisi. Vaikka projekti ”Mielen panssarit” ei ollut terapiaryhmä, kaikilla ryhmäläisillä oli kuitenkin ainakin yksi yhteinen, ja terapeutinen toive: Halu päästä omista mielen panssareista eroon.

Tutkimuksessani etenen seuraavasti: Luvussa 2 perustelen tutkimukseni tarkoituksen ja tavoitteet, jota jatkan luvussa 2.1, missä esittelen teoreettiset lähtökohtani sekä aiheeseeni liittyvät väitöstutkimukset. Tutkimuskysymys, tutkimuksen aineistot ja tutkimusmenetelmät esittelen luvussa 3 niin, että luvussa 3.1 perustelen fenomenologisen tutkimusotteeni, ja luvussa 3.2 on vuorossa tutkimusasetelman, aineistojen ja menetelmien esittely. Luku 4, Taiteen tekemisen ulottuvuudet on tutkimukseni tulososio, jonka olen jäsentänyt luvun 4.1 Ihmisyyden äärellä, 4.2 Taide kanavana ja 4.3 Taide kannattelijana otsikkojen alle. Luku 5 onkin sitten loppupohdinnan paikka.

2 Tutkimuksen tarkoitus

Tutkimukseni tarkoitus on tuoda esiin taiteen tekemisen kokemusta ja niitä merkityksiä, mitä taiteen tekeminen kokeilevassa projektissa ”Mielen panssarit” sai. Taideterapiaprosessit ovat salassapitovelvollisia, ellei asiasta esimerkiksi tutkimustarkoituksessa, toisin sovita. Usein onkin niin, että taideterapiaryhmiin osallistuneiden kokemukset ja prosessien merkitykset ovat hiljaista tietoa osallistujien kokemusmaailmassa, mutta jäävät vieraksi niille, joilla ei ole kokemusta taideterapiaprosesseista.

Toisaalta suuri osa ihmisistä toteuttaa itseään ja saa sisältöä ja merkityksiä elämäänsä taiteista. Maaria Linko (1998a) on sosiologian väitöskirjassaan tutkinut kuvataiteesta ja käsitöistä ammentavien ihmisten omaelämäkertoja. Keskeistä Lingon tutkimuksessa on kysymys itsensä toteuttamisesta kuvataiteen ja käsitöiden kokemisen ja tekemisen avulla. (Linko 1998a, 51.)

Linko tuo tutkimuksessaan esiin myös taide-elämyksen ja elämyksellisen ulottuvuuden merkityksiä taiteen tekemisessä. Taide-elämys on Lingon (1998) mukaan mieleenpainuva kokemisen muoto, johon liittyy omakohtaisen suhteen muodostuminen tilanteeseen tai teokseen. Elämyksessä on mukana aina myös voimakkaita tunteita ja kokemus on vahva, erikoinen ja pysäyttävä. Siihen voi yhdistyä myös eheytymistä ja harmonian saavuttamista. Aito elämyksellinen ulottuvuus taas tarkoittaa sitä, että ihminen kokee niin voimakkaan elämyksen esimerkiksi maalauksen äärellä, että päättää elämäntarkoituksensa sen perusteella. Lingon aineistossa oli useita tällaisia tarinoita. (Linko 1998a, 9–12.) Omasta aineistostani pyrin löytämään myös taide-elämyksiä sekä elämyksellisiä ulottuuksia kokemuksesta taiteen tekemisessä prosessissa ”Mielen panssarit”.

Taiteen tekemisen kokemus on usein tekijälleen terapeutista. Lingon (1998b) tutkimuksessa taiteen tekemisen kokemus parhaimmillaan eheyttää ja parantaa. Se avaa uusia näkökulmia ja lisää itsetuntemusta. Myös tekoprosessi itsessään tuottaa iloa ja nautintoa, kun tekemiseen uppoudutaan. Taiteen tekemisen ilo löytyy myös tekemisen funktioista, joita ovat esimerkiksi terapeutisuus, syventynyt käsitys omasta itsestä, mielenrauhan saavuttaminen ja erityisesti oman identiteetin työstäminen ja vahvistuminen itsensä toteuttamisen kautta. (Linko 1998b, 364.)

Taideterapiassa ei yleensä ole taiteellisia tavoitteita, vaan tärkeintä on prosessille ja taidetyöskentelylle antautuminen. En tarkastele tapaustutkimuksessani taiteellisen ja taide-terapeuttisen prosessin eroja tai yhtäläisyyksiä enempää kuin se aineistolähtöisen tapaustutkimukseni kannalta on merkityksellistä, koska ”Mielen panssarit”-prosessi oli sovelta- van taiteen kokeileva projekti. Taiteelle ominaista on sovellettavuus ja menetelmiä sovel- letaan laajasti eri yhteyksissä ja ryhmissä. Omassa tutkimuksessani ekspressiivisen taide- terapian taustateorialla ja menetelmillä oli keskeinen rooli taiteellisessa työskentelyssä. Perustankin oman tutkimukseni suurelta osin ekspressiivisen taideterapian tieteenalan teoriaan ja käsitteisiin.

Seuraavaksi esittelen tutkimukseni teoreettiset lähtökohdat ja aiheeseeni liittyviä väitös- tutkimuksia.

2.1 Tutkimuksen teoreettiset lähtökohdat

Soveltava taide

Soveltavan taiteen kenttä on monimuotoinen ja laaja. Kiteytettynä soveltavan taiteen määritelmä voisi olla: Soveltavalla taiteella tarkoitetaan taidelähtöisiä menetelmiä ja näi- den menetelmien soveltamista yhteiskunnan eri sektoreilla.

Taidepedagogi Raisa Ekoluoma (2016) kuvaa teatteri-ilmaisun ohjaajan ammattiosaami- sen ydintä. Käytännössä se on sitä, että teatteri-ilmaisun ohjaaja asettuu yhteisöön ja so- veltaa ammattitaitoaan niin, että yhteisön ääni tulee kuuluville. Tästä dialogista syntyy soveltava taide. Sama ajatus koskee yhteisötaiteilijaa, ekspressiivistä taideterapeuttia tai mitä tahansa taiteen ammattilaista, joka työskentelee yhteisöissä, organisaatioissa, erilai- sissa projekteissa tai hankkeissa. Soveltavan taiteen prosessi on luonteeltaan tutkiva seik- kailu ei-tietämisen maastossa, rajapinnoilla. Olennaista on tahto toimia, vaikka se olisi vastoin vallitsevia normeja. Soveltavan taiteen yksi tärkeistä tehtävistä onkin niin yhtei- sön ihmisten kuin rakenteidenkin näkyväksi tekeminen ja muutos parempaan. (Ekoluoma 2016, 6 <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-7173-13-8> .)

Läsnäolotutkija Virpi Koskela on yksi soveltavan taiteen uranuurtajista Suomessa. Hän perusti Timo Seppälän kanssa Legioonateatterin vuonna 1993, joka oli ensimmäinen järjestelmällisesti toimiva, syrjäytymisuhan alla oleville nuorille suunnattu harrastajateatteri Suomessa. Legioonateatteri yhdisti toimintaansa syrjäytymisen ehkäisyä, työttömien nuorten aktivointia ja sovelsi teatterin tekemistä kriminaalihooltoon sekä sosiaali-, mielenterveys-, päihde- ja kasvatustyöhön. Legioonateatteri toimii edelleen Tampereen Nekalassa ja ottaa näytelmillään vahvasti kantaa yhteiskunnan ja maailman ilmiöihin. Koskela (2016) kuvaa taidetta yhteisenä kokemusten jakamisen tilana. Tällä hän tarkoittaa sellaisia fasilitoituja olosuhteita, jotka mahdollistavat osallistuvien ihmisten kokemusten jakamisen mahdollisimman vapaasti ja samanarvoisesti. Onnistunut jakamisen tila edistää ihmisten samanarvoisuutta, demokraattisuutta ja tietoa. Se on myös sosiaalisesti, eettisesti ja ekologisesti kestävä tila, missä pyritään ottamaan huomioon yhteinen hyvä, planeettamme elämä, sen palveleminen ja jatkuminen. (Koskela 2016, 8–9 <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-7173-13-8>.) Oma näkemykseni taiteesta yhteisenä kokemusten jakamisen tilana on sukua Koskelan ajatuksille.

Soveltavan taiteen kentällä tapahtuu paljon. Erityisesti taiteen jalkautuminen sosiaali- ja terveysalalle yleistyy. Tutkimuksia taiteen hyvinvointivaikutuksista tehdään yhä enemmän. Myös valtakunnallisesti on noussut tarve koota lukuisat projektit ja tutkimus yhteen. Turun ammattikorkeakoulun hallinnoima Taikusydän on taiteen ja hyvinvoinnin yhteyspiste, jonka tavoitteena on vakiinnuttaa taide ja kulttuuri pysyväksi osaksi hyvinvointipalveluita. Toiminta on valtakunnallista. Mukana laajassa yhteistyössä ovat mm. Turun yliopiston Kulttuurin ja terveyden tutkimusyksikkö, Taiteen edistämiskeskus (Taike), Kulttuurikeskus PiiPoo sekä Tampereen kaupunki. Uraauurtavaa työtä tehdään myös Taideyliopiston koordinoimassa, monitieteisessä ArtsEqual-hankkeessa, missä lähtökohtana on ajatus, että taide kuuluu kaikille. Hankkeen tarkoituksena on tuottaa tietoa, miten taiteen palveluja tulisi kehittää tasa-arvon ja hyvinvoinnin näkökulmista luovan ja osallistavan kansalaisuuden vahvistamiseksi sekä tutkia osallistavien taiteen ja taidekasvatuksen interventioiden hyvinvointivaikutuksia. (<https://taikusydän.turkuamk.fi/> <http://www.artsequal.fi/fi/tietoa-hankkeesta>.)

Soveltavan taiteen projekteista on tehty väitöskirjoja. Esittelen seuraavaksi kaksi soveltavan taiteen menetelmiin liittyvää väitöskirjaa, jotka ovat lähellä omaa tutkimustani.

Kaksi muuta, soveltavaan taiteeseen sekä tutkimukseeni liittyvää väitöskirjaa esittelen ekspressiivisen taideterapian yhteydessä.

Päivi Känkäsen (2013) sosiaalitieteiden väitöskirja, ”Taidelähtöiset menetelmät lastensuojelussa – kohti tilaa ja kokemuksia” valaisee yli vuosikymmenen mittaista työtä, missä taidelähtöisiä menetelmiä on sovellettu lastensuojeluun. Tutkimus keskittyy erityisesti kohtiin, joissa uusien lähestymistapojen kokeileminen on kannattanut. Yhtenä keskeisenä tutkimuksellisenä tehtävänä on ollut hakea teoreettisia perusteluja, miten taidelähtöiset menetelmät soveltuvat lastensuojeluun sekä millaista tietoa niiden soveltaminen ja toiminnan havainnoiminen antaa vallitsevista käytännöistä. Taideperustaisten tutkimuskäytänteiden avulla selvitetään, mitä eri ammattikuntien välisellä kohtaamisella ja dialogisuuteen perustuvalla työotteella tavoitetaan lastensuojelussa. Tutkimus erittelee myös taiteen merkitystä kommunikoinnin, ilmaisun ja jäsentämisen tilana. Erityisen huomion kohteena ovat lapsen ja aikuisen välisen vuorovaikutuksen dialogisuus, vastavuoroisuus ja tilananto. Tutkimus tarkastelee taidelähtöisyyttä myös lasten ja nuorten kanssa työskentelevien aikuisten näkökulmasta. Tutkimuksessa tarkastellaan ammatillisen roolin ja henkilökohtaisen elämän limittymistä, sekä minkälaisia yksilöllisiä ja yhteisöllisiä kokemuksia syntyy taidelähtöisiä työskentelymenetelmiä käytettäessä. Känkäsen tutkimusintressinä on halu muutokseen. (Känkänen 2013, 10.)

Väitöstutkimuksessa on kolme aineistopolkua; ”Elämäkertaketju-ilmaisutaidot lastensuojelussa syrjäytymisen ehkäisemiseksi” -hanke, Teatterityöskentelyyn pohjautuva ”Sytytin” -hanke sekä ”Räpätesä roiskuu” – rap-musiikkihanke. Kolmas aineistopolku muodostuu niistä kokemuksista ja havainnoista, joita Känkäselle on muodostunut muissa valtion koulukodeissa toteutuneista taidelähtöisistä koulutusprosesseista. Projekteissa työntekijät ovat taidelähtöisten menetelmien kautta hakeneet uudenlaisia toimintamalleja ja kohtaamisen tapoja nuorten kanssa työskentelyyn (Känkänen 2013.)

Känkäsen tutkimuksessa on monta elementtiä, jotka ovat sukua omalle tutkimukselleni, kuten taiteellinen työskentely elämäkerrallisten teemojen kautta. Lisäksi Känkänen päätyy tutkimustensa kautta käsitteeseen, kontrollista vapaa mahdollisuuksien tila, jota voi luonnehtia myös potentiaaliseksi tilaksi, josta tuli aineistolähtöisen tutkimukseni keskeinen teoreettinen lähtökohta.

Monikulttuurista taidekasvatusta pidetään tällä hetkellä tärkeänä taidekasvatuksen alueena. Tarja Pääjoki (2004) on väitöskirjassaan, ”Taide kulttuurisena kohtaamispaikkana taidekasvatuksessa” hakenut vastauksia muun muassa siihen, minkälaista monikulttuurinen taidekasvatus voisi olla. Väitöskirjan yhtenä aineistona on Suomen akatemian SYREENI-tutkimushankkeen osa- ja pilottiprojekti Taimi, missä Pääjoki oli mukana. Taimi koostuu sanoista taide, ilmaisu ja minuus. Projekti oli taidekasvatuskokeilu. Siinä tutkittiin, miten minuuden ja identiteetin rakentamista voidaan tukea taiteellisella toiminnalla. Hankkeen tehtävänä oli pohtia filosofisesti ja teoreettisesti erilaisuutta, syrjäytymistä ja taideilmaisua sekä tarkastella taiteellisen toiminnan mahdollisuuksia tukea syrjäytymisvaarassa olevien lasten ja nuorten kulttuurisen ja henkilökohtaisen identiteetin rakentamista. (Pääjoki 2004, 10–14.) Pääjoen näkemys taiteesta kohtaamispaikkana, on lähellä omaa tutkimustani.

Taide ja kokemus

Tutkielmani keskiössä ovat taide ja kokemus taiteen tekemisestä. Oma näkemykseni taiteesta on sukua John Deweyn (1934) määritelmälle taiteesta kokemuksena. Hänen luomassaan pragmaattisen taiteen filosofiassa taide määrittyy kokijasta. Kokemuksia on monenlaisia. Monet niistä lipuvat ohi huomaamatta, yksi kokemus vaihtuu toiseen sitä sen kummemmin ajattelematta, me ikään kuin ajailehdimme eteenpäin. Merkittävä kokemus (*an experience*) taas on Deweyn mukaan sellainen, jolla on esteettinen laatu. Se on elinvoimainen ja puheessa siihen usein viitataan *todellisena* kokemuksena. Deweyn mukaan esteettinen kokemus on kuin virta jostain jonnekin. Taiteellisessa työskentelyssä, jossa erilaiset teot, episodit ja tapahtumat sulautuvat ja fuusioituvat kokonaisuudeksi näitä esteettisen laadun omaavia todellisia kokemuksia ilmenee usein. (Dewey 1934, 36.) Deweyn todellinen kokemus on lähellä Charles Taylorin (1991) autenttisen kokemuksen käsitettä. Autenttinen kokemus on jotain sellaista, mikä on alkuperäistä ja totta. Kun ilmaissimme sanoin tai teon sen, mikä meissä on alkuperäistä, löydämme myös sisäiset edellytyksemme. Hän puhuu myös itsensä löytämisen ja taiteellisen luomisen välisestä läheisistä yhdenmukaisuudesta. (Taylor 1991, 96.)

Eettisyys ja esteettisyys liittyvät toisiinsa. Sirkku Laitisen (2003) taiteen väitöskirjassa ”Hyvää ja kaunista. Kuvataideopetuksen mahdollisuuksista nuorten eettisen ja esteettisen kasvun tukena” keskeistä on esteettisen elämyksen merkitys elämää elähdyttävänä ja rikastuttavana tekijänä. Empiirisessä tutkimuksessaan hän haastatteli piirustuksen ja maalauksen kurssilla olleita lukioikäisiä nuoria heidän kuvan tekemisprosesseistaan. Laitinen toteaa tutkimuksensa sekä pitkän kokemuksensa kuvataiteiden opettajana pohjalta, että elävä taidesuhte niin lapsella kuin aikuisellakin on pohja myös elävälle maailmasuhteelle. (Laitinen 2003, 10–19.) Omassa tutkimuksessani pyrin myös löytämään kuvausta elävän taidesuhteen ominaisuuksista ja merkityksestä omien teemojen taiteellisessa työstämisessä.

Päivi-Maria Hautalan (2012) mukaan Deweyn kokemuksellisen oppimisen teoria soveltuu käytettäväksi kuvataideterapeutiseen oppimiseen. Deweyn (1934) mukaan taide toimii ja palvelee ihmistä kolmella eri tavalla; ensimmäiseksi vuorovaikutuksen kokemuksena, toiseksi taide jättää ihmiseen peruuttamattoman muutoksen ja kolmanneksi taide palvelee pelkkänä kokemuksena itsessään. Taide laajentaa horisonttiamme jättäen meihin peruuttamattomia muutoksia kokemusten tavoin. Philip W. Jacksonin (1998) tulkinnan perusteella Dewey tarkoittaa taiteen jalostavan herkkyttämme. Se auttaa uudistamaan vanhoja kangistuneita tottumuksiamme opettaen uutta ajattelutapaa, ymmärtämistä, ja tuntemistapaa. Tähän nojaten Jackson korostaa myös taiteen luonnollista parantavaa voimaa, joka hänen mukaansa usein sivuutetaan Deweyn tekstien tulkinnoissa. (Hautala 2012, 16; Dewey 1934, 109; Jackson 1998, 33–34.) Pyrin löytämään omasta aineistostani taiteen parantavan voiman ilmauksia sekä sitä, mikä prosessin aikana ja sen jälkeen muuttui suhteessa elämäkerrallisiin teemoihin.

Flow

Englannin kielinen sana “flow” on vakiintunut käsite, joka suomennettuna tarkoittaa virrassa tai imussa olemista. Käsitteen isä on unkarilaissyntyinen psykologi Mihaly Csikszentmihalyi (s.1934), joka on tutkinut aihetta runsaan neljän vuosikymmenen ajan. Kyse on virrassa olemisen kokemuksesta ja sen tavoittelemisesta. Virran imussa ollessaan ihminen saavuttaa intensiivisen keskittymisen, onnistumisen ja nautinnon tunteen, missä aina “toisaalla” oleva elämä on juuri tässä ja nyt. Virrassa olemisen tilassa ihminen on myös onnellisimmillaan. Tila syntyy pikemminkin tavoitteellisessa toiminnassa kuin

levossa. Kokemukseen liittyy tuntemus siitä, että keskittyminen on täydellistä, vaikka samanaikaisesti jättäydytään täydellisen itsekontrollin ulkopuolelle, kuitenkin niin, että taustalla on tunne siitä, että kontrolloiminen olisi mahdollista. Virrassa olemisen tilassa toiminta ja tietoisuus sulautuvat yhteen. Flow- kokemukset ovat mahdollisia myös muussa keskittyneessä toiminnassa, mutta taiteen tekeminen ja kokeminen ovat elämän-alueita, joissa flow-kokemukset ovat tyypillisiä. (Csikszentmihalyi 1993, 178–185). Samaa päätelmään tuli myös Sirkka Laitinen omassa tutkimuksessaan (Laitinen 2003, 109). Omassa tutkimuksessani pyrin löytämään puheesta kokemusta, jossa flowta kuvataan.

Ekspressiivinen taideterapia ja monitaiteisuus

Monitaiteinen ekspressiivinen taideterapia sai alkunsa Cambridgen Lesley Collegessa (nyk. Lesley University), Yhdysvalloissa 1970- luvulla. Sen kehittivät Shaun McNiff (PhD-kuvataiteilija), Paolo Knill (PhD-muusikko), Norma Canner (tanssitaiteilija–terapeutti), sekä filosofi Stephen K. Levine (PhD-runoilija). Alan pioneereja yhdisti eri alojen akateeminen koulutus, sekä taiteilijuus (Hentinen 2007, 30, Levine & Levine 1999, 9).

Ekspressiivisen taideterapian kehittäjät alkoivat pohtia, miksi asiakkaan pitäisi vaihtaa terapeuttia, jos hän tahtoo ilmaista itseään ja työstää asioitaan esimerkiksi kuvan sijasta tanssilla. He kysyivät myös, mitä asiakas hyötyisi monitaiteisesta työskentelystä ja millä tavalla eri taiteiden käyttö yhdessä auttaisi asiakasta paremmin. Tästä kysymyksenasettelusta ja yhteisestä työskentelystä kehittyi ekspressiivinen taideterapia ja sen intermodaalinen teoria. Ekspressiivinen taideterapia pohjautuu humanistiseen ihmiskäsitykseen, jossa ihminen on oman elämänsä asiantuntija. Sen tarkastelukulma on fenomenologinen. Ekspressiivisessä taideterapiassa on olennaista intermodaalisuus eli taiteidenvälisyys ja taiteidenvälisen siirtymien kautta työskentely. Tarkoituksena on elvyttää ihmisen luontaista ilmaisua ja monitaiteellisuutta. (www.inartes.fi/ekspressiivinen-taideterapia.)

Ekspressiivisen taideterapian teoriaa ja käytäntöjä kehiteltiin alusta asti taideperustaisesti ja taiteidenvälisesti, luottaen eri taidemuotojen omiin terapeutteihin vaikutuksiin. Painotus on taiteidenvälisen toimintatapojen toisiaan rikastavissa mahdollisuuksissa.

Monitaiteisen ekspressiivisen taideterapian toiminnan periaatteita on sovellettu psykoterapian kenttää laajemmin, puhuen ilmaisullisista taiteista koulutuksessa, työnohjauksessa ja yhteisöissä (Knill et al. 2005). 1990-luvulta alkaen, European Graduate Schoolin (EGS) koulutuksissa on huomioitu myös taiteiden yhteiskunnallinen muutosvoima, sekä yhteisöllisten konfliktien käsittelyn mahdollisuudet. Shaun McNiff (1998), ekspressiivisen taideterapian pioneeri, on kirjoittanut yhden varhaisimmista taideperustaista tutkimusta käsittelevistä kirjoista ”Arts Based Research”, missä hän pohtii taideperustaisen tutkimusparadigman mahdollisuuksia, ja merkitystä taideterapian tutkimuksessa (Rankanen 2011, 25).

Tutkimukseni taustateoriat

Ekspressiivisen taideterapian perusta ja kehitys pohjaa taiteiden traditioon. Sen juuret ovat ihmisen mielikuvituksessa. Sitä luonnehtii taiteidenvälinen ykseys, keskinäinen riippuvuus ja vuorovaikutusyhteys. Shamaanit, tarinankertojat ja heimojen taiteilijat ovat kautta historian ammentaneet taiteista niitä erittelemättä ja toimineet yhteisöissään parantajina. Samoin minstrelit, keskiaikaiset kiertelevät laulajat, joista kirja, ”Minstrels of Soul” on saanut nimensä, eivät ainoastaan hallinneet taiteiden moninaisuutta, vaan koskettivat niiden ihmisten sydämiä, joille he esiintyivät. Samaan traditioon pohjaavat myös tämän päivän performanssitaiteilijat, elokuvantekijät, koreografit, teatteri- ja oopperaohjaajat, jotka työssään ammentavat taiteiden muotojen välillä. Esimerkiksi nykypäivän elokuvantekijä käyttää samankaltaisia muotoja ja kuvastoa (toiminta, asento, liike, visuaaliset kuvat, ääni, hiljaisuus ja sanat) kuin shamaani, joka saa unet ja mielikuvituksen puhumaan (Knill, Barba & Fuchs: Minstrels of Soul 2004, 17–18).

Jaetut tarinat, tarinankerronta on ikivanha taidemuoto. Tarinat kuuluvat mielikuvituksen alueelle, missä ihmisen muisti toimii tehokkaimmin. Tarinat ulottuvat yli ajan ja paikan, toisin kuin lineaarinen alue, joka on sidottu aikaan. Eräät vanhimmat tarinat, jotka ovat myötävaikuttaneet ymmärrykseemme taiteiden harjoittamisen monimuotoisuudesta, tulevat antropologian alueelta. Antropologiset tutkimukset osoittavat, kuinka läheisesti taiteet, leikki ja mielikuvitus on sisällytetty ihmisen rituaaleihin. Puhtaimmassa muodossaan taide on ensisijaisesti rituaalista toimintaa, jolla ei ole varsinaista päämäärää, vaan sen tarkoituksena on juhlistaa ihmisen luovuutta ja potentiaalia. Tällöin kaikki taiteet

täydentävät vuorovaikutuksessa toisiaan, yhdistäen leikin ja mielikuvituksen tavalla, joka mahdollistaa elämän ja ihmisyyden juhlistamisen (Knill et al. 2004, 22–23).

Leikki

Englannin kielessä sana leikki, ”play” yhdistyy taiteisiin. Esimerkiksi ” we play music” tai ” attend a play” Sanan etymologiset juuret juontavat merkityksensä useilla kielillä (vanha slaavin kieli, gootti, saksa, tanska, ruotsi jne.) verbiin tanssia. Suomen kielen sana leikki juontaa juurensa ruotsin, ”lek” sanasta. Leikki liittyykin läheisesti tanssiin ja mielikuvaan ympyrästä. Kun verrataan sanoja peli, engl.”game”, liittyy peli englannin kielessä metsästyksen, missä toiminta on päämääräsuuntautunutta. Leikin ympyränmuotoinen tanssi on taas luonteeltaan epäsuoraa. Sillä ei ole varsinaisesti päämäärää, vaan leikkivä saa täyttymyksensä leikistä itsestään, toisin kuin pelissä, missä tulos on tärkeä. Pelin ja leikin luonteen voi kiteyttää myös ajan käsitteeseen. Peli on lineaarista, kun taas leikin luonne on kehämäinen ja syklinen. Edelleen leikki ja tanssi liittyvät läheisesti toisiinsa, niin uskonnollisissa traditioissa kuin shamanismissakin. Kaikkiin sellaisiin toimintoihin, mihin ei liity muuta päämäärää kuin leikinomainen elämän manifestaatio, liittyy läheisesti pyhyiden ja palvelemisen laatu, niin kuin puu leikkii tuulen kanssa tai lapsi varpailaan.

Mielikuvitus

Sanan, mielikuvitus, engl.”imagination” juuret löytyvät latinankielisestä sanasta ” imaginatio”, jonka runkosana on ”imago”. Imago voidaan kääntää myös sanaksi ” image”, kuva, tai mielikuva, jolla on laajempi merkitys. Sanan paleoliittiset juuret tarkoittavat, vedessä, ”in the water”, tai veteen peilautunut, ”the mirrored thing in the water”. Samoin ruotsin ”inbilla” ja saksan ”inbilen” tarkoittivat alun perin, heijastella sieluun, ”to project into the soul”. Sielu ja vesi ovat myös läheistä sukua toisilleen. Mielikuvitus on monitai-teellista. Visuaalinen kulttuurimme rajoittaa mielikuvituksen helposti pelkästään visuaalisiin mielikuviin. Totuus on, että ihmiset tyypillisesti eivät mielikuvittele vain visuaalisesti, vaan äänet, rytmit, liikkeet, teot, sanalliset viestit, liikkuvat kuvat, hajut, maut ja tuntoaisti kuuluvat myös mielikuvitukseen. Mielikuvitus on sielun vierailupaikka, missä psyyken syvyys paljastuu. Samoin unissa voimme esimerkiksi tuntea uimisen liikkeen, kuulla musiikkia tai sanoja tai nähdä erilaisia visuaalisia kuvia (Knill, et al. 2004, 25).

Liikkeitä, sanoja, visuaalisia kuvia, tapahtumia, ääniä, rytmejä, joita aistimme ja koemme unissa, tai valveilla, voidaan määritellä mielikuvituksen modaliteeteiksi. Modaliteetit voivat esiintyä myös yksittäin. On ihmisiä, jotka näkevät unensa vain visuaalisina kuvina, tai kokevat voimakkaan tapahtuman, johon liittyy sekä ääni että visuaalinen kuva, mutta muistavat kokemuksestaan vain äänen. Toisaalta modaliteetit voivat myös punoutua yhteen. Puun kaataminen unessa voi olla tapahtuma, johon välittyy kuva puusta tai sahasta sekä itse liike sahaamisesta. Päiväunelmiin meillä on enemmän valtaa kuin uniin. Päiväunelmien kautta voimme leikkiä mielikuvituksen kanssa. Voi myös käydä niin, että kuvitellessamme kissaa mielikuvitus voi johtaa meidät kohtaamaan aivan muun olennon, joka käyttäytyy odottamattomalla tavalla, esimerkiksi kertoo meille viestin. Mielikuvituksen materiaali on siis täynnä yllätyksiä ja yllättäviä tapahtumia.

Ekspressiivinen taideterapia, kuten muutkin taiteiden koulukunnat työskentelevät mielikuvituksen materiaalin kanssa, joka ilmenee modaliteettien kautta. Luovuus mahdollistaa syvien psyykkisten materiaalien vastaanottamisen, niiden kanssa kamppailun ja muuntamisen. Ei ole ihme, että taiteellinen luovuus on aina kuulunut rituaaleihin, joilla pyritään ylläpitämään tai parantamaan terveyttä. Taide ja luova toiminta muodostavat ensisijaisen prosessin, joka on itse asiassa muodostanut jatkumon terapiassa ja parantamisessa kautta aikojen (mt. 26).

Ekspressiivisen taideterapian käsitteet, ja työskentelymenetelmät ovat moninaiset. Monitaiteisuuden, fenomenologisen tarkastelukulman, humanistisen ihmiskäsityksen, leikin ja mielikuvituksen lisäksi, olennaisia käsitteitä ja ajatuksia tutkimukseni kannalta ovat, poiesis, polyestetiikka, kristallisaatio ja esteettinen vastuu.

Poiesis

Sana poiesis on alun perin kreikkaa, ja tarkoittaa runoutta ja taiteen tekemistä. Stephen K. Levine (1992) on tutkinut aihetta laajasti. Hän on tuonut käsitteen poiesis ekspressiiviseen taideterapiaan. Poiesis sisältää ekspressiivisen taideterapian keskeisen tapahtumisen tilan, ihmisen kyvyn luovaan toimintaan. Oleellista on myös autenttisuus. Levin kuva sitä, kuinka poiesis oli Heideggerille taiteen tila, missä totuus näyttäytyy. Se on myös tapahtuma, jonka kautta totuus siirtyy toimintaan. Autenttinen olemassaolo on poeettista olemassaoloa, missä ihminen mielikuvituksen voimalla katselee ja kertoo omaa

autenttista totuuttaan. Syntyy uusia mahdollisuuksia maailmassa olemiseen, jotka sitten kiinnittyvät taidetyöhön. (Levine 1992, 36–37)

Poeisis on myös eräänlainen välitila, liminaalitila, missä muutos tapahtuu. Ihminen voi elää muutosta pitkissä tai lyhyemmissä elämän jaksoissa, jolloin hän tuntee olevansa irti vanhasta ja vasta matkalla uuteen. Myös taidetila voidaan kokea liminaalilakksi, missä on mahdollisuus päästä kosketuksiin omien, syvällä olevien asioiden kanssa. Liminaalitalan jälkeen maailma näyttää toisin kuin ennen. Levinen (2005) mukaan terapeutissa taidetilassa ihminen voi kokea kaaoksen turvallisesti ja antautua sille, mikä on syntymässä. (Pispa 2010, 12, Knill et al. 2005, 45.)

Polyestetiikka

Polyestetiikka on ekspressiivisen taideterapian monitaiteellisuuden taustalla oleva käsite. Käsitteen kehitti teatteriohjaaja/muusikko/kasvattaja Wolfgang Roscher 1950-luvulla. Polyestetiikan teoria perustuu siihen, että taiteet puhuttelevat useampia aisteja samanaikaisesti ja kaikki taidemuodot liittyvät jossain määrin ihmisen koko aisti- ja kommunikatiojärjestelmään. Roscher huomasi tämän olevan totta niin havainnoissa kuin taidetta tehdessä. Taidemuotojen eriytyminen omiksi koulukunnikseen on nuori ilmiö. ”Minstrels of Soul” kirjan kirjoittajat haluavat erikseen nostaa esiin taidekoulutuksen traditionaalisen mallin, mikä pohjautuu kiinalaiseen kulttuuriin, jossa filosofian harjoittaminen, estetiikka, musiikki, visuaaliset taiteet ja muut tieteenalat muodostivat yhdessä yhden tradition. (Knill et al. 2004, 27–28.)

Kristallisaatio

Käsite kristallisaatio perustuu ihmisen luontaiseen tarpeeseen selkeyttää psyykkistä materiaalia ja muokata sitä ymmärrettävään muotoon. Ymmärryksen kautta oman elämän rakenteet näyttävät selkeämpiä ja ihminen löytää merkityksiä elämäänsä vaikuttaville asioille ja tekijöille. Ekspressiivisessä taideterapiassa siirtymät eri taiteenlajeista toiseen mahdollistavat psyykkisen materiaalin selkiytymistä. Lopulta merkitys alkaa kirkastua eli kristallisoitua. Knill (2004) kuvaa kristallisaatiota luovan voiman siemeneksi, joka kasvaa mielikuvituksen suojissa ja jonka täysi merkitys ja voima paljastuvat kristallin kirkkaudessa, ja kiteissä (Knill et al. 2004, 31).

Esteettisyys

Esteettisyys liittyy oleellisesti ekspressiiviseen taideterapiatilanteeseen. Esteettisyydellä on kehollinen alkuperä, tunteet ja tuntemukset. Kyse on siitä, mitä meissä aistien välityksellä herää. Taideterapiatilanteessa esteettisyys on läsnä niin terapeutin ja asiakkaan, kuin ihmisten ja taiteen välisessä suhteessa ja kohtaamisissa. Esteettisen vastuun periaate liittyy koko taiteelliseen prosessiin. Se luo prosessille hyväksyvän, turvallisen, tukevan, rakastavan ja kauneudellisen ympäristön, jossa asiat voivat nousta näkyville. (Pispa 2010, Knill et al. 2005, 138–140.) Tämä vaatii vahvaa läsnäoloa, kritiikitöntä hyväksyntää, ja rakastavaa ilmapiiriä suhteessa ihmisiin, ja syntyviin taidetöihin. Terapiatilanteessa taiteen tekeminen nousee kärsimyksestä. Tällöin terapeutin kauneuden kokemus on se, mikä koskettaa, herättää meissä jotain, ja tuo kärsimyksen lähelle. Kauneuden voima näyttäytyy terapiatilanteessa rakkaudellisena asenteena, jonka vastakohta ei ole rumuus, vaan välinpitämätön, epäesteettinen asenne, jolloin emme pysty kohtaamaan tuskaa, iloa tai rakkautta aidosti. (Knill et al. 2004, 72–74.)

Taideterapiaa on tutkittu Suomessa useissa väitöskirjoissa. Omaa tutkimustani lähellä on Mimmu Rankasen (2016a) taiteen väitöskirja ”The Visible Spectrum: Participants Experiences of The Process and Impacts of Art Therapy”. Tutkimus on myös soveltava, koska se keskittyy neljän osatutkimuksen kautta analysoimaan kokeilevaan ekspressiiviseen taideterapiaprosessiin osallistuneiden kuvauksia ja määrittämään niitä tekijöitä, jotka vaikuttavat osallistujien kokemusten laatuun. Tutkimuksessaan hän on lisäksi selvittänyt, minkälaisia vaikutuksia osallistujat pitävät henkilökohtaisesti merkityksellisinä. Tutkimus koostuu neljästä eri aineistosta ja tutkimusmenetelmiä trianguloivasta osatutkimuksesta, mikä mahdollistaa taideterapiaan osallistuneiden henkilöiden kokemusten rikkaiden kuvausten analysoimisen useasta teoreettisesta näkökulmasta. Tutkimus huomioi myös taideterapeutin työskentelyn ja sen vaikutusten kokemuksellisuuden eri tasot kuten aistimukset, havainnot, kehollisuuden, emootiot, assosiaatiot, ajatukset, merkitykset, sekä dialogisuuden ja vuorovaikutuksen aspektit. (Rankanen 2016, 14.)

Toinen omaa aiheitani lähellä oleva tutkimus on Päivi-Maria Hautalan (2008) kasvatustieteen väitöskirja, ”Lupa tulla näkyväksi. Kuvataideterapeuttinen toiminta kouluissa”, joka käsittelee taideterapiaa ja taiteen tekemisen terapeuttisuutta kouluissa. Hautalan tutkimus on soveltava, koska taideterapeuttinen työskentely toteutettiin terapiatilanteen

ulkopuolella. Hautalan haastattelemista kuvataideterapeuteista suuri osa oli ekspressiivisiä taideterapeutteja, jotka työskentelivät koulumaailmassa. Hautala määrittelee väitöstudiumuksessaan kuvataideterapian olemusta lasten ja nuorten kasvun sekä kehityksen tukijana. Väitöstudiumus osoittaa, että kuvataideterapeuttinen työskentely edistää oppimista ja itsetuntemusta. (Hautala 2008.) Omassa tutkimuksessani etsin myös taideterapeuttiin ryhmäprosessiin liittyviä ilmiöitä ja oivalluksia, jotka ilmenivät taiteellisessa työskentelyssä ”Mielen panssarit” prosessissa.

Ekspressiivisen kuvataideterapian terapeutista vuorovaikutussuhdetta kuvataan yleisesti taiteen, terapeutin ja asiakkaan muodostaman kolmion avulla. Monet taideterapian tarjoamista erityismahdollisuuksista liittyvät juuri tähän kolmiosuhteeseen. Taideterapian kolmiosuhteeseen vaikuttaviin ydinprosesseihin kuuluvat oleellisesti myös leikitila ja leikillinen asenne, sanallinen vuorovaikutus ja poeettinen kieli, sanaton kokemus ja keuhollisuus, sekä heijastamisen prosessi. Lisäksi huomio kohdistuu erilaisten näkökulmien ja etäisyyden luomiseen taideterapiassa, sekä vastaanottamisen ja vastaaotetuksi tulemisen kokemus. (Rankanen 2007.) Esittelen taideterapian kolmiosuhdetta (Rankanen 2007, 2016) ja kolmiosuhdetta taideterapeutillisessa ryhmäprosessissa (Hautala 2008), sekä niihin liittyviä ydinprosesseja vuoropuhelussa aineistoni kanssa, tulososiossa, luvussa 4 Taiteen tekemisen ulottuvuudet.

D. W. Winnicott ja potentiaalinen tila

Englantilainen Donald Woods Winnicott (1896–1971) on yksi ekspressiivisen taideterapian tärkeimpiä taustateoreetikkoja. Hänen teoriansa tunne-elämän kehityksestä on tunnetuimpia ja laajasti omaksuttuja luovuusnäkökymyksiä taidekeskeisessä taideterapiassa. Winnicott oli oman aikansa rajatapaus, sillä hän tarjoaa teoriassaan kasvun ja kehityksen näkökulman psykopatologisen tarkastelun rinnalle. (Mantere 2007, 195.) Winnicottin omaperäisin anti ihmisluonnon tutkimisessa perustuu hänen luomaansa käsitteeseen *illusion alue eli potentiaalinen tila*. Hänen ajatuksensa syntyivät lastenpsykiatrina ja psykoanalytikkona tehdyn työn yhteydessä tehdyistä havainnoista. (Davis & Wallbridge 1984, 71.) Potentiaalista tilaa Winnicott piti työnimenä monenlaisille uusille ajatuksilleen. Sitä voi myös luonnehtia havainnolliseksi käsitteeksi, jonka avulla Winnicott liitti

yhteen toisilleen läheisiä ilmiöitä, jotka ovat tärkeitä niin teoriassa kuin käytännössäkin ja joiden välityksellä ihminen tuntee elävänsä eikä vain olevansa olemassa. Kyse on siis elämänlaadusta ja siitä, kuinka merkitykselliseksi ihminen oman elämänsä kokee. Winnicott käytti ilmiöistä yhteistä nimeä *leikki*, mihin kuuluvat sellaiset kulttuuritoiminnot, joissa ei välittömästi tarvitse pyrkiä impulssin ja kontrollin väliseen tasapainoon. Näin ilmiöiden erityispiirre Winnicottin mukaan on se, että niiden olemassaolo riippuu elävistä kokemuksista eikä perityistä taipumuksista. (Winnicott 1971, 127.)

Tutkimukseni ei käsittele lapsuutta, mutta ymmärtääkseen Winnicottin ajattelua ja käsitettä potentiaalinen tila, käymme seuraavaksi varhaislapsuuden maisemissa. Potentiaalisen tilan alku sijoittuu aivan ihmisen varhaislapsuuteen, jolloin äiti tai ensisijainen vanhempi sopeutumalla vauvan tarpeisiin täydentää vauvan mielikuvia ulkoisella todellisuu-della. *Siirtymäilmiöt* ovat perusta yksilön kyvyille käyttää symboleja ja Winnicottin tunne-elämän kehitysteorian mukaan jokainen ihminen kokee elämässään aina vain laajenevien yhteyksien muihin ihmisiin edustavan tai symboloivan äidin hoivaa. Näin varhaislapsuuden ympäristöstä on tullut osa ihmisen sisäistä todellisuutta. Aina vain laajenevat kehät, joissa on suurempi vapaus toimia ja saada uusia ajatuksia saavat näin muodon ja alkavat myös merkitä jotakin. (Davis & Wallbridge 1981, 170.)

Tarkkaillessamme yksittäistä lasta saatamme myös havaita yksittäisen esineen tai ilmiön – ehkä villakerän, peitonkulman, untuvan, sanan tai sävelmän, tai määrätyn käyttäytymiskaavion – jonka käyttäminen lapsi pitää elintärkeänä nukkumaan mennessään ja joka toimii suojautumiskeinona ahdistusta, varsinkin masennusta vastaan. Lapsi on löytänyt ja käyttänyt pehmeää tai muunlaista objektia, josta sitten kehittyy *siirtymäobjektiksi* (transitional object) kutsuttu esine. Tämä objekti on jatkuvasti tärkeä. Vanhemmat oppivat tuntemaan sen arvon ja pitävät sitä mukana matkoilla. Äiti antaa sen tulla likaiseksi, jopa haisevaksi, koska hän tietää, että pesemällä sen hän aiheuttaa lapsen jatkuvuuden koke-mukseen katkoksen, joka voi tuhota objektin merkityksen ja arvon lapselle. (Davis & Wallbridge 1984, 72, alkup. Winnicott 1951: Transitional Objects and Transitional Phenomena.)

Lapsi ottaa itselleen oikeuden hallita objektia ja olemme samaa mieltä lapsen kanssa hänen oikeudestaan. Osittainen omnipotenssin väheneminen on kuitenkin ominaista lapsen ja siirtymäobjektin väliselle suhteelle alusta alkaen. Lapsi sekä haluaa objektia hellästi,

rakastaa sitä kiihkeästi, että runtelee sitä. Objekti ei saa koskaan muuttua, ellei lapsi sitä muuta ja sen täytyy kestää viettiperäistä rakkautta ja vihaa sekä, jos lapsen ja objektin välinen suhde niin vaatii, puhdasta aggressiota. Lapsen täytyy kuitenkin tuntea saavansa siitä lämpöä, hänen täytyy voida kuvitella, että se liikkuu, tai sillä täytyy olla rakenne tai jokin muu piirre, jonka perusteella se näyttää elävän omaa elämäänsä. Meidän näkökulmastamme, vaikkakaan ei vauvan, se on peräisin ulkomaailmasta. Se ei ole peräisin vauvan sisältä, eikä se ole hallusinaatio. Sen kohtalona on tulla merkityksettömäksi. Vuosien mittaan sitä ei niinkään unohdeta, vaan sen arvo vähenee vähenemistään. Tällä Winnicott tarkoittaa, että terveen kehityksen aikana siirtymäobjektia ei ”sisäistetä”, eikä siihen kohdistuneita tunteita myöskään torjuta. Sitä ei unohdeta, eikä sitä surra. Se menettää merkityksensä, koska siirtymäilmiöt ovat hajaantuneet, levinneet koko sisäisen psyykkisen todellisuuden ja kahden ihmisen yhteisesti havaitseman ulkoisen maailman, siis koko kulttuurin alueelle. (Davis & Wallbridge 1984, 72–73, alkup. Winnicott 1951: Transitional Objects and Transitional Phenomena.)

Winnicottin teoriassa siirtymäobjekti on nimenomaan konkreettinen, tiettyyn kehitysvaiheeseen kuuluva esimerkki siitä, miten tapahtuu siirtyminen täydellisestä ympäristöön sulautuneesta tilasta tilaan, missä ollaan ympäristöstä erillisiä. Winnicottia kiehoi aina sisäisen ja ulkoisen maailman välinen vuorovaikutus ja illuusion luonne. Hän huomasi jo uransa alkuvaiheessa, että vauvat tulivat hänen vastaanotolleen liittyneinä – vanhempiensa lisäksi – erottamattomasti kangaspaloihin ja muihin pehmeisiin esineisiin. Lisäksi hän teki havainnon, että vanhempien suhtautuminen näihin esineisiin oli poikkeuksellinen. Winnicott teki synteessin, yhdisti ennen tätä vaihetta todetut ilmiöt kuten peukalon imemisen ja ennen kaikkea tämän vaiheen jälkeen esiintyvät merkittävät mielikuvitusleikit, joissa sisäisen ja ulkoisen maailman yhteensovittaminen on edennyt niin pitkälle, että lapsen persoonallisuuden ymmärtäminen ja psykoterapia on mahdollista. Siirtymäobjekti oli Winnicottille osoitus siitä, että itsen hyväksyttävissä oleva suhde ulkomaailmaan oli alkanut. Siirtymäobjekti on lisäksi yksinkertaisin ja helpoimmin havaittava ilmiö suuresta joukosta siirtymäilmiöitä. Winnicott painotti alkuperäisissä kirjoituksissaan myös sitä, että siirtymäobjektien myönteisen ja kielteisen käytön välinen raja on ohut. Siirtymäobjektin tutkimus ulottuu laajalle. Tutkimusalueita ovat niin leikki, taiteellinen luovuus, taiteen arvostaminen, uskonnolliset tunteet, unelmointi kuin fetisismi, valehtelu,

varastaminen, kiintymyksen tunteiden alku ja loppu, riippuvuus lääkkeistä, hurmosrituaalien talismaanit jne. (ibid. 74.)

Winnicottin mukaan spontaanisuudella on merkitystä vain kontrolloidussa ympäristössä, sillä ilman muotoa, sisältö on merkityksetön. Davis ja Wallbridge toteavat, että Koko Winnicottin elämäntyötä voidaan tarkastella tässä valossa. Muodon antoi hänen tunne-elämän kehitystä koskeva teoriansa, joka muuttui sen mukaan, missä kehitysvaiheessa hänen luomansa teoria kulloinkin oli. Teoria muuttui Winnicottin tekemien havaintojen myötä ja se ohjasi niin sairauden määrittystä kuin sen hoitoa, joista lopulta tuli yksi kokonaisuus. (Davis&Wallbridge, 1984, 150.)

Lasten täytyy jatkuvasti varmistua siitä, voivatko he luottaa vanhempiinsa. Nuorille on tyypillistä, että he kokeilevat kaikkia turvallisuustoimia. Todettuaan lukot ja ruuvit varmasti kiinnitettyiksi, he alkavat avata ja murtaa niitä. Lapset tarvitsevat jatkuvasti ihmisiä, jotka huolehtivat heistä ja valvovat heitä, mutta kurinpidosta huolehtivien ihmisten tulee olla sellaisia, joita voi rakastaa ja vihata, joita voi uhmata ja joista voi olla riippuvainen. Winnicottin mukaan voimme havaita kaiken tämän jatkuvasti tapahtuvan luovien taiteilijoiden työssä. Heidän toimintansa on meille erittäin arvokasta, koska he luovat jatkuvasti uusia muotoja ja murtautuvat niistä ulos luodakseen taas uusia. Taiteilijoiden avulla voimme pysyä hengissä silloin, kun todellisen elämän kokemukset uhkaavat murskata tunteen, että olemme hengissä ja elävästi todellisia. Kaikkia muita ihmisiä paremmin taiteilijat muistuttavat mieleemme, että taistelu elintärkeiden impulssien ja turvallisuuden tunteen välillä on ikuinen ja jatkuu meissä kaikissa koko elämämme ajan. (ibid.154–155, alkup. Winnicott 1960: On Security.)

Winnicott jatkaa vielä, että terveen kehityksen myötä lapselle kehittyy ulkoisten valvontakeinojen vastustamiseen tarvittava usko itseensä ja muihin ihmisiin. Näin ulkoiset voimateinot ovat vaihtuneet *itsekontrolliksi*, johon kuuluu, että henkilö on työstänyt ristiriidan sisäisesti etukäteen. Winnicott kiteyttää käsityksensä, jonka mukaan varhaislapsuuden hyvien olosuhteiden ansioista kehittyy turvallisuuden tunne, joka johtaa itsekontrolliin. Kun itsekontrolli on kehittynyt, on ulkoinen kontrolli loukkaavaa. (ibid. 154, alkup. Winnicott 1960: On Security.)

Winnicottin mukaan leikki ilmiönä eroaa vaistonvaraisista ilmiöistä siinä, ettei siinä ole kliimaksia, mikä liittyy tarpeiden tyydyttymiseen, vaan ilmiö on suhteessa kokemukseen,

joka taas on suhteessa kohteeseen. *Kulttuurinen kokemus* on suoraa jatketta transitionaaliselle ilmiölle ja leikille. Puhuessaan kulttuurista Winnicott tarkoittaa sitä ihmisyyden yhteistä allasta, mihin jokainen voi vaikuttaa, josta jokainen voi ammentaa, mikäli meillä on paikka mihin löytömmme sijoittaa. Painotus on sanalla kokemus ja tällä Winnicott viittaa perittyihin traditioihin. Osa traditiosta on menetetty, mutta Winnicott ottaa esiin myytit, jotka ovat elävää, tuhansia vuosia suusta suuhun kulkenutta kulttuurista perimäämme. Winnicottia kiinnostaa myös se, että kukaan ei voi olla kulttuurin alalla originaali, ellei se perustu traditioon. Käänteisesti ajatellen taas kukaan kulttuuriimme vaikuttaneista ei toista mitään, ellei kysymys ole tarkoituksellisesta lainauksesta tai plagioinnista, mikä on anteeksiantamaton synti kulttuurisessa kentässä. Winnicottin mukaan originaalisuuden ja tradition välinen vuorovaikutus, vuorottelu kekseliäisyydessä, on jälleen kerran kiehtova esimerkki vuorovaikutuksesta separaation, erillisyyden ja liittymisen välillä. (Winnicott 1971, 116-117.)

Winnicottin mukaan hänen teoriansa ei vaikuta siihen, mitä uskomme psykoneuroosien syntymiseen vaikuttavista syistä tai niiden hoidosta. Teoria ei ole myöskään ristiriidassa Freudin käsitteisiin egosta, superegosta ja idistä. Hänen teoriassaan lähestymistapa kysymykseen on toinen. Kysymys on siitä, mitä elämä oikeasti tarkoittaa ja pitää sisällään. Winnicott kuvaa sitä, kuinka asiakkaan voi parantaa tietämättä mikä saa hänet tuntemaan elämänsä elämisen arvoiseksi. Hän painottaa sitä, että psykoneuroottisen sairauden poissaolo voi ehkä olla terveyttä, mutta elämää se ei ole. Psykoottiset asiakkaat heiluvat usein elämän ja kuoleman välimaastoissa ja se, mikä heille on elämän ja kuoleman kysymys, ei Winnicottin mukaan kuulu niinkään psykoneurooseihin vaan kuuluu jokaiselle ihmiselle. Hän jatkaa, että nämä ilmiöt ovat kaikki olemassa kulttuurisissa kokemuksissamme. Juuri nämä kokemukset mahdollistavat ihmiskunnan jatkuvuuden ja persoonallisen olemassaolon ylittymisen. (ibid.118.)

Potentiaalinen tila

Winnicott kiteyttää *tunne-elämän teoriaansa* näin: Paikka, minne kulttuurinen kokemus sijoittuu, on potentiaalisessa tilassa yksilön ja ympäristön välillä. Yksilön varhaiskehityksessä ympäristöä edustaa siirtymäobjekti. Kulttuurinen kokemus taas saa alkunsa luovasta elämästä, joka manifestoituu yksilön kehityksessä ensimmäiseksi leikin kautta. Varhaislapsuuden kokemukset vaikuttavat siihen, kuinka hyvin yksilö kykenee käyttämään

potentiaalista tilaa hyväkseen. Jo varhaiskehityksen aikana vauva kokee maksimaalisen intensiivisiä kokemuksia potentiaalisessa tilassa subjektiivisen objektin, minäjatkeen, ja objektiivisesti havaitun objektin, ei-minän välillä. Potentiaalisessa tilassa ovat vuorovai-
kutuksessa sellaiset ilmiöt, jotka ovat vain ja ainoastaan minua ja sellaiset kohteet ja il-
miöt, jotka ovat ulkopuolella kaikkivoipaisuuden, omnipotenssin kontrollin. Jokainen
vauva kokee niin mieluisia kuin epämieluisia asioita kehityksensä alkutaipaleilla. Riip-
puvuus äitihahmosta on täydellinen. Potentiaalinen tila on tuolloin mahdollinen vain, jos
vauvalle on syntynyt usko siihen, että äitihahmoon tai ympäristöön voi luottaa. Vauvan
luottamus on tällöin todistus *sisäistetystä luottavaisuudesta*. Tutkiaksemme yksilön leik-
kiä tai kulttuurista elämää, meidän tulee kääntää huomio potentiaaliseen tilaan kenen ta-
hansa vauvan ja rakkauden tähden pääasiallisesti mukautuvaisen äitihahmon välille. Tut-
kimuksen kohteena on tuolloin se kohtalo, mikä tuohon suhteeseen sisältyy. Potentiaali-
nen alue on osa ego-organisaatioita, mutta sen perusta ei ole ruumiin toiminnoissa vaan
ruumiin kokemuksissa. Potentiaalisen tilan kokemukset kuuluvat ei-orgastiseen kohde-
suhteeseen, joita voisi myös kutsua egoon läheisesti yhteen kuuluviksi asioiksi paikassa,
missä jatkuvuus antaa tilaa kosketukselle ja välittömälle läheisyydelle. (Winnicott 1971,
119.)

Potentiaalisen tilan kohtaloon vaikuttavat useat tekijät. Ihannetilanteessa potentiaalisesta
tilasta muodostuu huomattava vitaalinen tekijä kasvavan yksilön mentaalisisessä elämässä.
Tällöin vauva löytää intensiivistä, lähes tuskallista mielihyvää leikkiessään omia mieli-
kuvitusleikkejään, joissa ei ole asetettuja sääntöjä, kuten peleissä. Tällöin kaikki on vau-
valle luovaa ja koska kyseessä on aina vauvan suhde kohteeseen, mitä tahansa tapahtuu,
on se aina vauvalle henkilökohtaista. Kaikki, mikä leikkiin liittyy, on tehty, tunnettu, hais-
tettu ja maistettu aikaisemminkin. Jopa siirtymäobjekti, mikä siis symboloi vauvan ja äi-
tihahmon välistä liittoa, on omaksuttu, ei luotu, mutta tosiasia, mitä Winnicott korostaa
on, että vauvalle kaikki on uutta ja henkilökohtaista. Jokainen yksityiskohta vauvan elä-
mässä on esimerkki luovasta elämisestä ja jokainen objekti, kohde, on itse löydetty. (ibid.
119.)

Suotuisissa olosuhteissa potentiaalinen tila täyttyy vauvan omista luovan mielikuvituksen
tuotteista, kun taas epäsuotuisissa olosuhteissa vauvan kyky käyttää kohdetta, objektia
puuttuu täysin tai on epävarmaa. Traagisin tilanne on silloin, kun äitihahmo ei ole syystä
tai toisesta kyennyt mukautumaan vauvan tarpeisiin. Tällöin osattomaksi jäänyt lapsi on

levoton ja kykenemätön leikkiin. Myös hänen kykynsä kokea kulttuurisessa kentässä on heikentynyt. Tämä johtaa tutkimuksen jälleen kerran alkulähteille, tuolle välittävälle alueelle potentiaaliseen tilaan, missä vauva on menetyksen johonkin luotettavaan kokenut. Mikäli vauvalle ei kehity luottavaisuutta, tai jos hän menettää kohteen, objektin, menettää hän tällöin myös kykynsä leikkiin ja suhteen merkitykselliseen symboliin. (ibid. 120.)

Winnicott kuvaa miten hän näkee potentiaalisen tilan ja kulttuurin välisen suhteen. Hän näkee aikuisen kehittyneessä kyvyssä nauttia elämästään, kauneudesta ympärillään tai abstraktista keksinnöstä, jonka hän on luonut saman, minkä hän näkee katsoessaan vauvan luovaa elettä sen kurkottaessa äitinsä suuhun tunnustellen tämän hampaita samalla katsoen äitiänsä silmiin ja nähden tämän luovasti. Winnicottille oli selvää, että leikki johtaa luonnollisella tavalla kulttuurikokemuksiin. Leikki on itse asiassa kaiken kulttuurikokemuksen perusta. (ibid.124.)

Miten Winnicottin käsite potentiaalinen tila liittyy tutkimukseeni? Lähtiessäni tekemään gradua, minulle selvisi pian, että koko ”Mielen panssarit”-prosessia voisi luonnehtia potentiaalisesti tilaksi. Se, mitä intensiivisessä taidetyöskentelyssä tapahtui ihmisissä ja ihmisten välillä, mahdollistui, ja sai merkityksensä luottamukseen ja rakkaudelliseen ilma-
piiriin perustuvassa potentiaalisessa tilassa.

3 Tutkimuskysymys, tutkimuksen aineistot ja tutkimusmenetelmät

3.1 Fenomenologinen tutkimusote

Tutkimukseni on laadullinen tapaustutkimus. *Laadullisessa lähestymistavassa* kohteena ovat monimuotoiset, sisäisiin kokemuksiin perustuvat tapahtumat. Lisäksi taustalla on käsitys tiedon kokonaisvaltaisuudesta, missä tutkija ja tutkittava ilmiö ovat vuorovaikutussuhteessa keskenään. (ks. Mantere 1991, 11.) Lähestymistavalle on tyypillistä, että lähdetään kohtaamaan todellisuudessa olevat ilmiöt sellaisenaan, jonka jälkeen kohtaamisen tuottamat havainnot pyritään järjestämään käsitettävään muotoon käsitteiksi (em.11, Niinistö 1984, 13).

Määrittelen tutkimusotteeni Sirkka Laitisen (2003) tavoin *fenomenologiseksi*, koska pyrin etenemään kohti toisen ihmisen kokemuksen ymmärtämistä ja tulkintaa (Laitinen 2003, 21.) Aineistoni analyysissä noudatan *fenomenologis-hermeneuttista lähestymistapaa*.

Tulkinnassani korostuu holistisuus sovellettuna fenomenologiseen ja hermeneuttiseen tulkintaan, mistä otan Meri-Helga Mantereen (1991) tavoin sen fenomenologisen perusidean, jossa pyritään mahdollisimman suoraan ja välittömään kosketukseen todellisuuden kanssa. Tämä todellisuus pitää sisällään myös jo eletyn ja koetun, koska sekin on osa todellisuutta. (em.12, Niinistö, 1984, 13.) Fenomenologisessa tutkimustavassa havainnon ja kuvauksen merkitys korostuu ilman ennalta omaksuttuja teoreettisia tai kausaalisia selityksiä. Lisäksi siinä pyritään rekisteröimään luonnollisesti ilmeneviä ryhmittymiä ja tyyppisiä sekä tietoisuuden tiloja niiden rikkaudessa ja täyteydessä (em.13, Weckowicz 1981).

Ihmistieteellisessä tutkimuksessani nousee vahvasti esiin ihmisenä olemisen teema. Oma ihmiskäsitykseni on sukua eksistentiaalisen fenomenologian ajatuksille ihmisestä eksistenssinä. Lauri Rauhalan (1993) mukaan Martin Heideggerin filosofia yhtyneenä Edmund Husserlin kehittämään fenomenologiaan kutsutaan *eksistentiaaliseksi fenomenologiaksi*. Se on myös niin sanotun hermeneuttisen tieteenfilosofisen suuntauksen päämetodi, jonka merkitys ihmistutkimukselle seuraa siitä, että se on ennen kaikkea ihmisen

filosofiaa. Eksistentiaalisen fenomenologian ihmiskäsityksen mukaan ihminen on ainutlaatuinen olemassaolon muoto tuntemassamme todellisuudessa, eikä ihmistä voi lopullisesti, edes riittävästi tutkia fyysikaalisten luonnonilmiöiden edellyttämän tutkimusihanteen mukaisesti. Eksistentiaalisessa fenomenologiassa, ihmisen ongelman analyysissä kehkeytyvää ihmiskäsitystä kutsutaan *eksistenssiksi tai situationaaliseksi säätöpiiriksi*. Tämän käsityksen mukaan ihminen reaalistuu eri olemassaolon muodoissa. Näitä olemassaolon perusmuotoja ovat situationaalisuus, kehollisuus eli orgaaninen elämä ja tajunnallisuus. Psykkistä ja henkistä ei tässä katsannossa eroteta omiksi olemassaolon muodoiksi, että niiden käsitetään sisältyvän jo edellä mainittuihin olemassaolon muotoihin. Rauhala vertaa ihmisen situationaalisuutta säveleen. Yhdellä sävelellä on olemassaolon muotoja, jotka ovat korkeus, kesto ja sointi. Sävel realisoituu aina korkeutena, kestona ja sointina. Yhtä ei voi olla ilman toista riippumatta mitä tutkitaan. Ei ihmistutkimuksessaakaan. (Rauhala 1993, 69–71)

Fenomenologisen sosiologian koulukunnan perusti itävaltalainen filosofi ja sosiologi Alfred Schutz (1899–1966), jonka tavoitteena oli rakentaa synteesi Edmund Husserlin fenomenologisesta filosofiasta ja Weberin yhteiskuntateoriasta (Heiskala 2000, 82). Schutz muokkasi Husserlin teoriaa kahdella tavalla. Enimmäinen niistä oli siirtymä transendenttaalisesta fenomenologiasta, mikä keskittyi monologisesta ja tieteen mahdollisuuden ehtoihin keskittyvästä tajunnasta, arkimaailman fenomenologiaan, missä keskiössä ovat arjen merkitysmaailman intersubjektiivinen perusta ja dialoginen tajunta. Toinen siirtymä oli projektin käsitteen mahdollistama siirtymä yksinäisen tiedostavan subjektin teoriasta, yhteiskunnassa toimivaan subjektiin. Yhdessä nämä siirtymät mahdollistivat fenomenologisen sosiologian. (ibid. 90.)

Schutz on todennut merkityksestä ja tajunnan intentionaalisuudesta seuraavaa:

”Merkitys ei ole kokemuksessa. Pikemminkin ne kokemukset ovat merkityksellisiä, jotka tavoitetaan reflektiivisesti. Merkitys on se tapa, jolla ego suhtautuu kokemukseensa. Merkitys on siinä asenteessa, jonka ego omaksuu siihen tajunnanvirtaan, joka on jo lipunut kohti lakannutta kestoaan.” (Heiskala 2000, 87, alkup. Schutz 1932, 69–70.)

Myöhemmin Schutz täydensi vielä ajatustaan merkityksestä: ”Menneen kokemuksen tulkinta tarkasteltuna reflektiivisen asenteen varassa nykyisyyden Tästä lähtien” (ibid. 88, alkup. Schutz 1945, 210).

Omassa tutkimuksessani aikaa ”Mielen panssarit”-projektin ja haastattelujen välillä on kolme vuotta. Näin taiteen tekemisen kokemus määrittyy ja saa merkityksensä Schutzin kuvaaman reflektion kautta.

Lauri Olavi Routilan (1986) mukaan *taiteen tutkijalla* täytyy olla jokin *idea* siitä, mitä taide on, jotta hän voi tematisoida tutkimaansa todellisuutta. Idea määrittää hänen intressinsä tutkittaviin ilmiöihin sekä säätelee tutkimusta. Routila kuvaa tuota ideaa tutkimusta ohjailevaksi ja säännösteleväksi periaatteeksi, ja se on tutkimusprosessin taustalla oleva prosessia säätelevä oletus. (Routila 1986, 38.) Mantereen (1991) tavoin näen taiteen tutkimuksessani prosessina, koska en tutki ”Mielen panssarit”-projektin aikana syntyneitä teoksia enkä esitystä, mihin projekti huipentui. Edelleen yhdyn Mantereen käsitykseen taiteellisen ilmaisun erityispiirteistä, missä oleellista on henkilökohtaisuus ja ainoakertaisuus. Sillä vaikka taiteellisten muotojen kulttuurisidonnaisuus voitaisiinkin aina osoittaa, taiteilija on aina oman teoksensa tekijä tai synnyttäjä, ts. yksilö on ympäristönsä ja kulttuurinsa yhteisten, mahdollisesti arkkityyppistenkin rakenteiden ainoakertainen suodattaja, ilmaisija ja kokija. Se, miten tekijä kokee taiteen tekemisen prosessin ja mitä merkityksiä hän sille antaa, ohjaa hänen toimintaansa. Toisaalta merkitykset muuttuvat toiminnan tuottamien uusien kokemusten myötä. (Mantere 1991, 11–12.)

Mantere (1991) käytti tutkimuksessaan Rauhalan (1974) käsitettä *intentoiva subjekti* kuvataessaan tutkimusryhmänsä jäseniä. Rauhalan *intentoiva subjekti* kokee maailmaa omana koettuna maailmanaan. Ensimmäiseksi hän kokee kokemuksensa ja sallii tunteidensa olla mitä ovat niitä sen kummemmin analysoimatta. Toiseksi hän ottaa etäisyyttä henkisen asennemuutoksen avulla ja irrottautuu refleктоimaan kokemustaan ilmiönä tai asiana. Toiminnan tuloksena on jonkinasteinen objektivoituminen. (Mantere, 13, Rauhala 1974, 86–97.)

3.2 Tutkimusasetelma, aineistot ja menetelmät

Tutkimuskysymykseni on: Minkälaisia merkityksiä taiteen tekeminen sai monitaiteisessa projektissa ”Mielen panssarit”? Lisäksi kysyn, mikä tekijän elämässä muuttui?

Kokemuksellista todellisuutta on vaikea tutkia, mutta Juha Perttulan (2000) mukaan sitä on vaikeudesta huolimatta tutkittava, mikäli halutaan ymmärtää, millaista on elää ihmisenä. Ihmiskäsitys on hänen mukaansa vajaa ilman oletusta *ihmisen tajunnallisuudesta*. Fenomenologinen tutkija pyrkiikin luomaan aineistonhankintatilanteelle sellaiset puitteet, että tutkimukseen osallistuvat voivat ilmaista kokemuksiaan niin, että he tuntevat olevansa rehellisiä itselleen. Fenomenologinen metodi on Perttulan mukaan kuuntelemisen, läsnäolon ja vaikutetuksi tulemisen ankaraa toteuttamista. (Perttula 2000, 440–441.)

Projekti ”Mielen panssarit” oli lähes kahden kuukauden mittainen monitaiteinen työpaja, joka oli osa vuoden kestävästä monitaiteellisen ilmaisun koulutusta Oriveden opistossa vuosina 2000–2001. Työpajan aiheeksi valittiin elämäkerralliset teemat, joita työstettiin monitaiteisesti. Prosessi huipentui esitykseen ”Mielen panssarit”. Työpajaan osallistui kahdeksan monitaiteellisen ilmaisun opiskelijaa, yksi kirjoittajalinjan opiskelija sekä Pirkkoliisa Tikka, joka ohjasi prosessin ja esityksen. Aineistonkeruumenetelmäni oli dialoginen (ks. Sarajärvi ja Tuomi 2009, 78–80). Aineistoni koostuu kolmesta haastattelusta, joiden pohjana oli ”Mielen panssarit”-projektin aikaista materiaalia kuten ensimmäiset tajunnanvirtakirjoitukset sekä videonauhoitus prosessin yhdeltä päivältä. Lisäksi haastattelin Pirkkoliisa Tikan, projektin ohjaajan, jonka puhetta käytän kommentoimaan käytettyjä menetelmiä.

Itselläni oli projektiin osallistuneena luonnollisesti omia näkemyksiä prosessista sekä erityisiä mielenkiinnon aiheita. Haastatteluiden toteuttamisessa lähtökohtanani kuitenkin oli kuuntelijan rooli, jossa annoin Saaran, Velin ja Marian päättää siitä, miten haastattelu eteni. Itse puhuin vain, kun kysyttiin tai vuorovaikutustilanne sitä vaati. Esitin Saarelle, Velille ja Marialle ennen haastattelun alkua seuraavan kysymyksen silloisesta ideapaperistani: ”Minkälaisia latuja sinun luova prosessisi kulki, mitä sinussa tapahtui suhteessa minään, toiseen (omaan teokseen tai toisiin ihmisiin) ja ympäröivään elämään?”

Haastattelun teemat ovat oman elämäkerrallisen teeman taiteellinen työstö, ryhmän merkitys prosessissa sekä oma taiteen tekemisen kokemus. Tein kaksi haastattelumatkaa ensin Pohjois-Pohjanmaalle, missä Saara ja Veli asuivat ja sitten Pirkanmaalle Marian luokse. Myöhemmin tein vielä matkan Pirkanmaalle, missä haastattelin Pirkkoliisa Tikan. Minulle oli tärkeätä, että haastattelutilanne on rauhallinen ja aikaa varattuna jokaiseen haastatteluun tarvittaessa koko päivä. ”Mielen panssarit” -prosessissa jaoimme kipeitäkin

asioita koko ryhmän kanssa. Saara, Veli, Maria ja Pirkkoliisa ovat myös ystäviäni, joten minulla on vahva näkemys siitä, että myös haastattelutilanteessa he kokivat olevansa rehellisiä itselleen. Olen kysynyt heiltä jälkikäteen tunteita haastattelutilanteesta ja kaikki neljä kokivat sen positiivisena. Kuunnellessani, litteroidessani ja lukiessani heidän puhettaan, olen edelleen vakuuttunut siitä, että puhe on avointa ja rehellistä. Litteroin haastattelutilanteet kokonaisuudessaan ja haastattelupuhetta on käytössäni 44 liuskaa.

Keitä ovat Saara, Veli ja Maria?

Saara oli ”Mielen panssarit” -projektin alkaessa 24-vuotias. Hän oli päättämässä musiikkiterapeutin opintojaan ja teki lopputyönsä projektin jälkeisenä keväänä. Saaralle taiteellinen tekeminen on aikaisemminkin tuttua. Hän on laulanut, soittanut pianoa ja säveltänyt omaa musiikkia lapsesta lähtien.

Veli oli 37-vuotias soitinrakentaja ja muusikko, kun projekti alkoi. Veli on soittanut kitaraa ja laulanut eri kokoonpanoissa teiniajoista lähtien. Kuvaa tai muuta taiteellista tekemistä hän ei ollut opiskellut tai harrastanut ennen monitaiteellisen ilmaisun koulutusta.

Maria oli projektin alkaessa 38-vuotias huilisti, laulaja ja soiton/laulunopettaja. Hän oli koulutuksessa kaksoisroolissa sekä opiskelijana että laulunopettajana. Kuvallisesta ilmaisusta hänellä oli kokemusta jonkin verran kahdesta aikaisemmasta monitaiteellisen ilmaisun koulutuksesta projektia edeltäneeltä keväältä ja syksyltä.

Oma paikkani tutkijana on muotoutunut pitkin matkaa. Koska olin yksi prosessiin osallistuneista, minulla on erityisasema aineistooni nähden. En tiennyt ”Mielen panssarit” -projektin aikana, että tulen tekemään aiheesta gradun. Näin en ollut osallistuva havainnoija, mutta omaan omakohtaista tietoa ja kokemusta prosessista. Aihe on luonnollisesti minulle henkilökohtainen, joten etäisyyttä haastattelupuheeseen olen hakenut muun muassa hylkäämällä alkuperäisen ajatukseni ottaa myös oma prosessini tarkasteluun. Toisaalta tiedostan, että erityisasemani on eduksi siinä, että tunnen haastateltavat ja prosessin, jota tutkin. Näen merkitystä aineiston autenttisuuden kannalta sillä, että haastattelutilanteessa olin Saaralle, Velille, Marialle ja Pirkkoliisalle ennen kaikkea Tuuli, joka tekee tutkimusta, enkä tutkija haastattelemassa tutkittavia. Näin myös koen, että tutkielmassani täyttyvät Perttulan (2000) tämän luvun alussa esittämät fenomenologisen metodin aineiston hankintatilanteelle asettamat vaatimukset.

Käyttämässäni teemahaastattelun metodissa on oleellisinta, että yksityiskohtaisten kysymysten sijaan haastattelu etenee tiettyjen keskeisten teemojen varassa. Otetaan huomioon, että haastateltavien tulkinnat asioista ja heidän asioille antamansa merkitykset ovat keskeisiä ja että merkitykset syntyvät vuorovaikutuksessa. (Hirsjärvi & Hurme 2011, 48.) Fenomenologis–hermeneuttisessa tapaustutkimuksessa ja lähestymistavassani aineistoon tutkimuskohteeni on inhimillinen kokemus. Analyysimenetelmäni on aineistolähtöinen sisällönanalyysi. Olen jäsentänyt aineistoani ”Helmenkalastus”-tiedoille teemoittain ja lopulta päätyneet seuraavanlaiseen jäsenyykseen ja merkitysten tulkintaan, kuten luvussa 4 ja 5. Teoreettiset vuoropuhelut aineistolähtöiseen analyysiin löytyivät soveltavan taiteen tutkimuksesta, taiteen tekemisestä kokemuksena, ekpressiivisen taideterapian käsitteiden kautta sekä D.W. Winnicottin käsitteestä potentiaalinen tila.

Haastattelun pohjana olevan videomateriaalin kesto on noin kahdeksan tuntia ja se on kuvattu yhtenä päivänä 13.10. 2000. Oli maanantai, ja olimme edellisenä perjantaina tehneet liike-ääni-kuvat. Tehtävänä oli tehdä viikonlopun aikana toinen kuva, pienoisteos tai mikä muu tahansa, joka kuvaa panssariamme. Videolla teemme Pirkkoliisan ohjeituksesta heijastusimprovisaatiot toistemme töistä. Haastattelupuheessa heijastusimprovisaatioihin viitataan myös performanssina tai kommenttina. Tämän jälkeen käymme läpi kirjoittajamme tuomia tekstejä ja heijastusimprovisaatioissa syntyneitä ideoita, joiden pohjalta työstimme ensimmäisiä kohtausaiheita esitykseen. Jos puheessa viitataan tapahtumiin videolla, erityisesti heijastusimprovisaatioiden yhteydessä, kerron lyhyesti tilanteesta.

Puheen säilytin sellaisenaan itse kunkin omalla persoonallisella tavalla ilmaistuna. Tauot olen merkinnyt pisteillä. Kaksi pistettä on lyhyt tauko ja kolme pitkä. Epäselvät sanat olen merkinnyt pisteiden reunustamalla kysymysmerkeillä. Haastateltavan merkitsen puheen sisällä oman nimensä etukirjaimella, (S, V, M ja P) ja haastattelijan samoin (T). Selkeyden vuoksi puhelainaukset on *kursivoitu*. Sanojen toistoja ja ilmauksia kuten niinku ja tavallaan sekä ajatus- äää:t ja hmmm:it olen alkuperäisestä poistanut lukemisen helpottamiseksi, koska niillä ei tässä tutkimuksessa ole olennaista merkitystä.

Tutkimusaineistona käytän haastattelupuheen ja videotaltioinnin lisäksi ensimmäisiä tajunnanvirtakirjoituksia, joiden pohjalta työskentely prosessissa alkoi. Tajunnanvirtakirjoitukset esittelen henkilökohtaisten teemojen käsittelyn yhteydessä luvussa 4.1

Ihmisyyden äärellä. Aineistona käytän myös prosessin aikaista materiaalia, kuten Pirkkoliisa Tikan tehtävänantoja. Aineistoni on edelleen runsas. Gradun alkuvaiheissa rajasin esityksen ja syntyneet kuvat aineistosta pois. Vielä hetki sitten mukana olivat prosessin aikana esitykseen sävelletyt tekstit, jotka syntyivät henkilökohtaisten teemojen pohjalta sekä omat muistiinpanoni prosessin ja gradun teon ajalta, refleктоimassa aineistoa. Rajasin aineistoa, koska muuten tutkielmani paisuisi liian laajaksi.

Käsittelen Saaran, Velin ja Marian puhetta tulkintoina heidän omasta kokemuksestaan taiteen tekemisessä. Tuon esiin niitä kokemuksellisia ulottuvuuksia, joita he taiteen tekemisen prosessiin liittävät yleisesti sekä suhteessa omaan henkilökohtaiseen teemaan prosessissa ”Mielen panssarit” ja kysyn, minkälaisia merkityksiä he antavat omalle kokemukselleen. Meitä kaikkia prosessissa mukana olleita yhdisti halu päästä omista mielen panssareista eroon. Kysynkin lisäksi, mikä muuttui suhteessa omaan silloiseen teemaan. Tutkimuksessa on mukana myös aika ja muutos, sillä prosessin ja haastattelujen välillä on aikaa kolme vuotta. Prosessi oli intensiivinen ja merkityksellinen kaikille osallistujille. En olisi tehnyt haastatteluja ilman videotallennetta prosessin taiteellisen työskentelyn kannalta keskeiseltä päivältä. Videotallenne osoittautuikin erinomaiseksi muistiin palauttajaksi ja se mahdollisti tarkastelun myös prosessin aikaisten kokemusten ja haastatteluhetken välillä. Näen tämän myös aineistoni rikkautena.

Eettisesti kestävien tutkimustapojen yhteinen lähtökohta on ihmisarvojen kunnioittaminen. Lähtökohdassa oleellista on turvata tutkittavien itsemääräämisoikeus, vahingoittamattomuus sekä yksityisyys. (Kuula 2006, 60.) Saara, Veli ja Maria antoivat suullisen suostumuksen tutkimukseen osallistumiselle. He suostuivat myös osallistumaan omilla nimillään, mutta halusin suojella heidän yksityisyyttään muuttamalla nimet ja kotipaikkakunnat, koska kyseessä ovat heidän elämäkerralliset teemansa. Pirkkoliisa Tikka suostui myös suullisesti tutkimukseen omalla nimellään. Hänen nimeään en muuttanut, koska hänen osuutensa tulee puheessa esiin ryhmän ohjaajana ja kommentoimassa ”Mielen panssarit”-projektissa käytettyjä menetelmiä. Aikaa haastatteluista on kulunut 14 vuotta. Kysyin varmuuden vuoksi kaikilta suostumukset uudestaan, päätettyäni tehdä gradun valmiiksi. Kaikki suostuivat ja tietävät, mistä on kysymys.

Työpajan lähtökohdat ja prosessin vaiheet

Pirkkoliisa Tikka käytti ekspressiivisen taideterapian menetelmiä ”Mielen panssarit”-projektissa liike-ääni-kuvan, toisen kuvan tai pienoisveistoksen ja heijastusimprovisaatioiden ohjeistuksessa sekä tavassa miten palautteita toisten kuvista annettiin. Lisäksi lämmittelyt, virittäytymiset taiteelliseen työskentelyyn, yhteiset aloitukset ja purut päivän loppuksi, ovat käytäntöjä myös ekspressiivisessä taideterapiassa.

Paolo Knill (2005) kuvaa yhden ekspressiivisen taideterapiatapaamisen rakennetta, jota hän kutsuu taideterapiatapaamisen arkkitehtuuriksi.

1. Terapiaistunnon aloitus, missä tunnistetaan arkitodellisuus, ja arvioidaan sen hetkistä tilannetta.
2. Silta, missä ohjataan leikkiin tai taidetyöskentelyyn.
3. Taidetyöskentely, mikä on vaihtoehtoinen tapa katsoa ja kokea maailmaa. Se voi tapahtua leikin, rituaalien tai taidetoiminnan avulla, teeman ympärillä työskennellen, tai vapaasti.
4. Esteettinen analyysi, missä havainnoidaan ja tarkastellaan kuviteltuja ja leikittyjä kokemuksia sekä taideprosessia.
5. Silta ja sadonkorjuu, missä edellä havaittuja seikkoja verrataan ja ne liitetään omaan elämään ja arkeen.
6. Terapiaistunnon lopettaminen tai sulkeminen, missä palataan takaisin terapiaistunnon alussa esillä olleisiin arkielämän asioihin ja kysymyksiin, sekä siihen, miten taideterapiakokemus ja havainnot vaikuttivat niihin. Terapeutti saattaa antaa arjessa toteutettavan kotitehtävän.

(Rankanen 2007c, 96, Knill 2005, 95.)

”Mielen panssarit”-projektissa ei ollut varsinaista taideterapian arkkitehtuuria, mutta työskentelykertojen runko muistutti sitä erityisesti prosessin alkuvaiheessa, mistä videotallenne on kuvattu. Myöhemmässä vaiheessa työskentely keskittyi kohtausaihioiden, musiikin, laulujen, roolihahmojen, pukujen ja lavasteiden tekemiseen ja harjoittamiseen, sekä esityksen valmistumiseen. Omat teemat, mielen panssarit, kulkivat kuitenkin mukana myös roolihahmoissa, ja esityksen dramaturgiassa. Taidelähtöisten prosessien sisältö on aina tekijöidensä näköinen. Me olimme monitaiteellisen ilmaisun opiskelijoita, joten jokaisella oli myös henkilökohtaiset taiteelliset ja oppimiseen liittyvät tavoitteet, esimerkiksi kehittyminen näyttämölaulussa tai säveltämisessä.

Ekspressiivisessä taideterapiassa tehdään prosessin aluksi terapiasopimus. Valittuamme teemaksi ”Mielen panssarit” oli selvää, että tulisimme käsittelemään henkilökohtaisia, haastavia asioita. Teimme yhteisen sopimuksen, jossa suostuimme taideterapian ja taiteen välimaastossa kulkevaan kokeilevaan projektiin, missä jokainen vastasi itsestään ja omasta prosessistaan, ja mikäli tarvetta ilmenee, hakee ammattiapua.

Ensimmäinen tehtävänanto

Ensimmäisellä kokoontumiskerralla 9.10.2000 aloimme miettiä aihetta/aiheita, joiden parista lähteä työskentelemään. Pirkkoliisa Tikalla oli mielessä, että esityspaikka voisi olla kirkko, ja aiheena jokin kaikkia koskettava yleishumaani, ekumeeninen aihe liittyen ihmisenä olemisen ihanuuteen tai kurjuuteen. Hän kertoi itse miettineensä särkymisen ja rikotun ruukun tematiikkaa. Heitimme ilmaan teemoja, joita kullekin tuli mieleen, niistä keskusteltiin ja ne kirjattiin ylös. Aiheet jätettiin hautumaan seuraavaan tapaamiskertaan.

Viikon kuluttua kokoonnuimme uudelleen ja lista teemoista jaettiin kaikille. Tämän jälkeen Pirkkoliisa Tikka pyysi meitä katselemaan aiheita, antamaan tilaa teemalle, joka itsestään vaatii tulemaan esiin, eikä valitsemaan ensimmäisenä helpointa, omaa listaan tuottaa teemaa. Sitten jokainen kirjoitti tajunnanvirtatekstin, missä tahansa muodossa siitä, mitä itse, minuna kokee koskettavan itseään elämässään yleisesti, tai juuri tällä hetkellä. Noin viidentoista minuutin kuluttua Pirkkoliisa Tikka keräsi kirjoitukset ja asia jätettiin taas hautumaan.

Teemoja kirjoituksista löytyi muun muassa lohtu, särkyminen, ruukku/rikottu ruukku, kuuntelu, kaikelle avoimena oleminen, armo - itsensä armahtaminen, sekä mielen panssarit, joka mielestämme sisälsi itseensä kaikki muutkin teemat, joten valitsimme yksimielisesti sen aiheeksemme. Teemasta mielen panssarit tuli myös projektin ja esityksen nimi, koska se kuvasi kaikkien kirjoitusten ajatuksia ihmisyydestä ja ihmisenä olemisen haasteista. Sovimme seuraavan tapaamiskerran viikon päähän ja kukin sai tehtäväkseen miettiä omia mielen panssareitaan.

4 Taiteen tekemisen ulottuvuudet

Taiteen tekemisen ulottuvuudet eli tutkimukseni tulokset olen jäsentänyt sen mukaan, miten taiteellinen työskentely ”Mielen panssarit”-prosessissa eteni. Jäsennys, myös graduni nimi ”Taide ihmisyyden kanavana ja kannattelijana” syntyi aineistolähtöisessä tutkimuksessani, kun luin ja teemoittelin haastattelupuhetta. Huomioitavaa on, että asiat lomittuvat taiteessa, niin kuin muussakin elämässä. Se mikä kanavoituu voi samalla kannatella ja ihmisyyden on luonnollisesti mukana kaikessa taiteen tekemisessä. Etsin tutkimuksessani taiteen tekemisen merkityksiä ja tulososio etenee seuraavasti:

Aluksi menemme ihmisyyden äärelle tajunnanvirtakirjoitusten myötä henkilökohtaisen teeman syntymisessä, luvussa 4.1. Seuraavaksi, luvussa 4.2 taide näyttäytyy kanavana liike-ääni-kuvan ja heijastusimprovisaatioiden kautta. Luvussa 4.3 tarkastelen taidetta kannattelijana potentiaalisessa tilassa erityisesti ryhmän merkityksen näkökulmasta sekä taiteen tekemisen luonnetta ja merkitystä yleisemminkin, koska merkitykset tulivat haastatteluissa esiin. Saara, Veli ja Maria vastaavat luvun 4.3 lopussa myös toiseen tutkimuskysymykseeni: Mikä muuttui heidän elämässään prosessin aikana, ja jälkeen? Luvun 4.3 loppuun olen kerännyt ”Mielen panssarit”-projektin ja taiteen tekemisen merkitykset taulukkoon, lukujen jäsenyyden mukaisessa järjestyksessä. Luvussa 5 on loppupohdinnan paikka. Esitän tulokseni lyhyesti ja tiivistetysti, pohdin mitä tästä opimme ja miten tästä lähteä eteenpäin. Luvussa 5 on lisäksi epilogi, missä Saara, Veli ja Maria vastaavat nyt, vuonna 2018 kysymyksiini: Oliko ”Mielen panssarit”-projektilla merkitystä ja minkälaista jos oli? Lisäksi kysyn, mikä on muuttunut suhteessa prosessin aikaisiin omiin teemoihin?

4.1 Ihmisyyden äärellä

Dosentti Juhani Ihanus kirjoittaa siitä, kuinka taide ja elämä ovat kytköksissä toisiinsa. Analyttisestä järkeilystä riippumatta ihmistä tuntuu ikuisesti askarruttavan perimmäiset kysymykset kuten: Mistä elämässä on kysymys? Mitä rakkaus on, mitä todellisuus? Kuka minä olen, kuka sinä olet? Miksi minä tullen, miksi sinä tulet? Mikä on maailmaa minussa, mikä minuutta maailmassa? Psykologia ja taide tarjoavat vastauksia elämässä, koska

molemmat luovat jatkuvasti itseään uudestaan. (Ihanus 1995, 214.) Myös Winnicott painottaa sitä, että tärkeintä ja merkityksellisintä on se, mikä tekee elämästä elämisen arvoista (Winnicott 1971,127.).

”Mielen panssarit”-prosessin alun *tajunnanvirtakirjoituksissa* nousee esiin se, kuinka henkilökohtaisia ja samaan aikaan yleisinhimillisiä teemoja ne pitävät sisällään. Seuraavaksi käsittelemme kunkin henkilökohtaisen teeman ja prosessin aikaisen lähtötilanteen erikseen, sekä sen, miten teemat näyttäytyvät haastattelutilanteessa.

Henkilökohtaiset teemat

Sekä Saara, Veli että Maria halusivat lukea heti haastattelun alkuun *tajunnanvirtakirjoituksensa*.

Saara: Ymmärtäminen ja hyväksyminen

”Ymmärrän paikkani tässä ja nyt ja täällä. Tahdon kohdata ja hyväksyä ihmisyyttäni, pakenemisen sijaan. Ymmärrän, miksi olen tullut. Olen maltillinen ja rauhasa. Näen laajemmasta perspektiivistä. Ne tiet joita on kuljettu ja tämän paikan, jonne ne ovat minut johtaneet...Haluan ymmärtää mitä ihmisenä oleminen on, kaikkienensa. Miten henki on lihassa. Miten kohtaan raskautta, pimeyttä. Ymmärrän, että minä kuulun, en voi olla erilläni. Minä kannan kuvaa kodista aina sisälläni. Vaikka kaikki se inhimillisyys kieputtaisi minua tunteista toisiin, peloista ja suruista, kaipuusta autuuteen. Minä en niihin tunteisiin huku. Enkä minä eksy. Olen tutkimusmatkalla, ja yhteys kotiin on jotain, joka on minussa aina...Olen ihminen, minä hyväksyn ja ymmärrän sen.”

Haastattelun alkuun Saara muistelee omaa kirjoitustaan, tunnistaa ja tunnustaa edelleen omat, hyvin henkilökohtaiset teemansa.

S: Että näähän on aivan hirviän henkilökohtasia vieläki mutta etenki sillon tosi olennaisia mun elämälle nämä tämmöset teemat (T: yyyym) mä oon jo tässä tajunnanvirtakirjoituksessa pohtinu just tätä...

Saara puhuu, kuinka keuhkot ovat aina olleet hänen heikko kohtansa, panssarinsa. Ongelmat keuhkoissa ovat tuntuneet myös sydämen alueen raskautena. Saara tunnistaa itsessään kapinan suhteessa siihen mitä on olla ihminen, lapsuudesta saakka.

S: Se mun..ongelma..se sen alueen raskaus..sitä vaan täytyy jotenki

opetella... avvaamaan sitä aluetta..ja päästää sitä rakkautta.. että ei pelekää ihmisyyttä eikä.. koska sehän se mun.. ongelma siinä että miten mää koen ja miten mää nyt tässä ihan alakuperäsessä tajunnanvirtatekstisä oon kirjottanu että mulla varmaan on jossain vaiheessa elämää ollu vaikeuksia hyväksyä sitä että on syntyny tämmöseksi ihmiseksi tänne jolla on kaikennäkösiä ongelmia ja joka on ihminen ja tosi inhimillinen ja mitä kaikkia raskastaki siihen liittyy..että.. mulla on semmonen teoria itellä että mää oon siksi ottanu osaltani sen keuhkojen raskauven, että mää en oo halunnu..mää kapinoin, mää en halua tämän maailman ilimaa..hengittää ja pienestä saakka mää..oon vähän kapinoinu että mitä mää teen (naurahtaa)..

Saara vertaa omaa tajunnanvirtakirjoitustaan elämän teemaan ja elämän kysymyksiin, joita hänellä tuolloin oli. Saara lähti tietoisesti etsimään parannusta prosessista. Hänen ongelmansa ydin tuolloin oli ihmisyyden pelko.

Veli: Armo–itsensä armahtaminen

”Armahtaa itsensä, vapauttaa itsensä. Päästää irti menneisyyden taakoista ja murheista. Löysätä vain ote niistä köysistä, joihin ne on sidottu. Menneisyyden ankkurit, jotka hidastavat ja estävät sielun matkan jatkumista ja vapautumista. Herätä tunteeseen ettei tarvi niitä taakkoja, ne on turhia, niistä ei saa turvaa vaan päinvastoin, ne luovat turvattomuutta. Vapautua niistä, voisi kuvitella, että sen kokeminen on lähellä valaistumista, jonkinlainen henkinen orgasmi, josta kaikki positiivinen alkaa...”

Haastattelun aluksi Veli kaipasi muistinvirkistystä ja katsoimme noin puoli tuntia videonauhaa. Katsominen herätti Velissä lämpimiä muistoja. Hän ei muistanutkaan, että meininki oli ollut niin hauska ja leppoinen, ei paineita koska esitykseen oli vielä aikaa. Veli luki myös oman tajunnanvirtakirjoituksensa. Hän totesi, että hänellä oli ollut halu ja yritys päästää irti menneisyyden kuonalasteista. Tuoreena kokemuksena tuolloin oli kolari, jonka Veli otti esille. Veli oli hirvikolarissa videointia edeltävänä viikonloppuna. Hirvi kuoli, mutta Veli joka ajoi sekä kaksi kyydissä ollutta, selvisivät ihmeen kaupalla vahingoittumattomina. Kolari vaikutti luonnollisesti myös prosessiin. Myös siihen, että Veliltä jäi viikonlopuksi kotiin otettu ensimmäinen kuva sinne ja toinen kuva tekemättä.

V: Hyvältä tuntuu tää teksti edelleenki...ollu hyvä tunne sillon.. päästää tosiaan irti...tai yrittää päästää irti ainaki (T: ymm..)... kuonalastista mitä kantaa mukanaan..

Veli koki menneisyyden taakat mielen panssarikseen.

Maria: Lohtu

”Ihminen tarvitsee toisen ihmisen lohtua voidakseen tuntea itsensä kokonaiseksi. Jos ei ole lohtua ja lempeätä kohtaamista toisten ihmisten kanssa, edes yhden, ihminen vääristää todellisuutensa pyörimään oman itsensä ympärillä tajuamatta mikä asian tai vaikeuden mittasuhte on.

Pienikin sana, katse, lempeä kosketus jolta kulta oikeassa paikassa heikkona hetkenä, saattaa muuttaa elämän sisältöä ja suuntaa, ja saada sinut avautumaan, lämpenemään. Ja kääntäen, jos ei kukaan tarjoa todellisen hädän, suuren surun tai pahan olon hetkellä lohtua ja apua, ihminen käpertyy itseensä, hapertuu, kuivettuu, näivettyy, pakenee itseensä eikä välttämättä enää kykene tajuamaan, jos joku pyrkii lähelle lohduttamaan. Kuinka suunnattoman paljon yksi katse, silmien kohtaaminen, voi auttaa puhumattakaan toisen ihmisen kosketuksesta. Varmasti kosketus, pienikin hyväily pelastaisi monta ihmistä tuhosta. Kuinka helppo on rauhoittaa esim. pelkäävä lapsi ottamalla tiukasti syliin ja silittelemällä, vaikka lapsen kauhu voi olla niin suunnattoman abstrakti ja kauhea”.

Maria muisti haastattelun aluksi, kuinka kirjoituksen jakaminen ryhmälle ääneen lukemalla, tuntui olennaiselta.

M: Varmaan ne kaikkein isoimmat..prosessit ja se mistä se lähti niihin..tapahtumiin..ennen tota..ainaki mulla..mitä mä silloin alun perin kirjoitin tää juttu mitä mä tässä tajunnanvirtakirjoitus..luin uudestaan..kyllä mä muistan mitä se..sisälsi..se oli..silloin..aika jännä tilanne se ku me alettiin tekemään näitä..tekstejä..sitte me luettiin ne ääneen..se oli mun mielestä ...olennainen asia sitä koko juttua .

Maria oli viisitoista vuotta naimisissa ja juuri ennen prosessia eronnut poikiensa isästä.

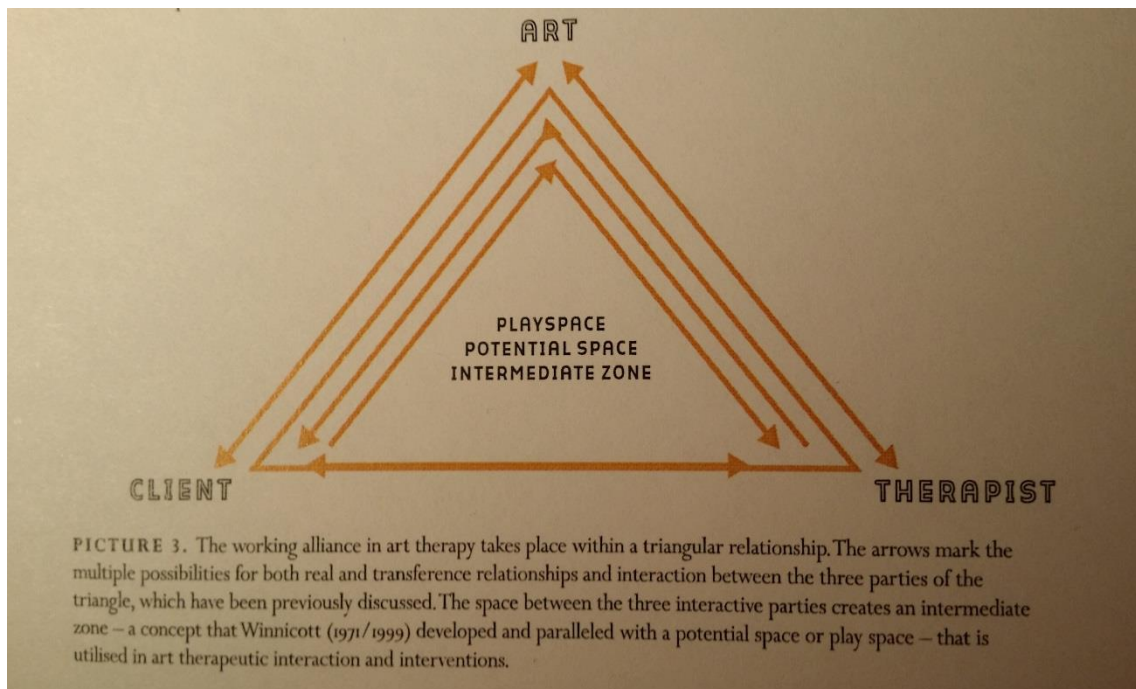
Tajunnanvirtakirjoitusten otsikot ja teemat ovat henkilökohtaisia, mutta hyvin yleisinhimillisiä. Jokaisella ihmisellä on omat elämän haasteensa, mutta tarve tulla lohdutetuksi hädän hetkellä, on hyvin inhimillistä. Inhimillistä on myös kantaa menneisyyden taakkoja mukanaan, kokea armottomuutta itseä tai muita kohtaan, tai kokea ihmisenä olemisen raskautta vastoinkäymisten, kuten sairauden myötä. Taiteellinen työskentely elämäkerrallisten aiheiden kautta vie yleisinhimillisten teemojen

äälle. Ehkäpä onkin niin, ettei mikään todellinen kokemus ole ihmisyydelle vieras. Yhdyn sosiologiaa opettavan Osmo Kantokorven kirjoituksessaan ”Voiko taide lohduttaa” esittämään käsitykseen taiteesta ja ihmisyydestä. Hän toteaa, että taide käsittelee aina tavalla tai toisella, suoraan tai epäsuorasti, elämän suuria peruskysymyksiä; elämää, kuolemaa ja rakkautta (Kantokorpi 2017).

4.2 Taide kanavana

Taide kanavoi monella tasolla. Ekpressiivisessä taideterapiassa vaikuttavien ydinprosessien ytimessä on taiteen kolmiosuhde. Tätä terapeutista vuorovaikutussuhdetta kuvataan yleisesti taiteen, terapeutin ja asiakkaan muodostaman kolmion avulla. Monet taideterapian tarjoamista erityislaatuista mahdollisuuksista liittyvät nimenomaan tähän kolmiosuhteeseen. Taide tuo näkyväksi muuten näkymätöntä vuorovaikutusta ja kokemuksen tasoja, ja se mahdollistaa mielikuvien, muistojen ja sanattomien kokemusten esittämisen aistein havaittavasti ja konkreettisesti. Luova teko muuttaa aina jollain tavoin kolmion vuorovaikutustilaa. Taiteen, asiakkaan ja terapeutin muodostamassa kolmiosuhteessa, kohtaamisen ytimessä ovat tavat, joilla tunteet, ajatukset, aistimukset ja luova toiminta yhdistyvät menneen, tulevan ja nykyhetken tutkimisessa. (Rankanen 2007a, 36–37.)

Kolmiosuhteen ja taideterapeuttisen tilan metafora on Winnicottin käsite potentiaalinen tila (Rankanen 2007a, 38). Tätä kolmiosuhdetta käsitellään kuvassa 1.



Kuva 1: Kolmio tuo näkyväksi mahdollisuuden huomion keskittämiseen niin yhdellä tai useammalla sivulla tapahtuvan vuorovaikutuksen laatuun kuin koko kolmion muodostamaan tilaan (Rankanen 2016a, 67).

Winnicott kysyy, mitä itse asiassa teemme kuunnellessamme Beethovenin sinfoniaa, mennessämme pyhiinvaellukselle, taidemuseoon, lukiessamme sängyssä Shakespearen kertomusta Troiluksesta ja Kressidasta tai pelatessamme tennistä? Mitä lapsi tekee istuessaan lattialla leikkien leluillaan vanhemman suojeleuksessa? Kysymys ei ole siitä, mitä me tuolloin teemme, vaan paremminkin siitä missä me tuolloin olemme, jos ylipäättänsä olemme jossakin? Missä me olemme tehdessämme sellaista, mitä itse asiassa teemme suuren osan ajastamme, nauttiessamme olostamme? (Winnicott 1971, 124.)

Winnicottin mukaan emme ole tuolloin sen enempää sisäisessä unelmien ja fantasioiden maailmassa kuin ulkoisessa jaetun todellisuuden maailmassakaan, vaan olemme siinä paradoksaalisessa kolmannessa maailmassa, joka sijaitsee yhtä aikaa niin sisäisen kuin ulkoisen todellisuudenkin tilassa. Tämä potentiaalinen tila - alue jossa elämme - ylittää minun ja ei-minun välisen raja-aidan, joka on paradoksaalisesti samaan aikaan niin integraation, terveyden kuin mielenterveydenkin säilymisen perusta. Edelleen potentiaalinen tila on paikka, missä käsitellään ja käytetään symboleja. (Davis & Wallbridge 1981, 169.)

”Mielen panssarit”-prosessia voi luonnehtia taideterapeutiseksi prosessiksi, jolla oli taiteelliset tavoitteet. Rankasen kuvaama taideterapian kolmiosuhde näyttäytyi työskentelyssämme niin, että terapeutin tilalla oli ryhmä. Kuvaan kolmiosuhteen monitasoisia tekijöitä tarkemmin ryhmäprosessin näkökulmasta, luvussa Improvisaatiot toisten kuvista, sekä luvussa 4.3 Taide kannattelijana.

Haasteelliset sanat

Taiteesta ja varsinkaan taiteen tekemisestä, itse prosessista, ei ole helppo puhua, tai pikemminkin sille voi olla hankala löytää sanoja. Samaan tulokseen tulivat muun muassa Maaria Linko (1998b) omaelämäkerta-aineistonsa pohjalta (ks. Linko 1998b, 360) sekä Sirkka Laitinen (2003), joka haastatteli yläasteikäisiä nuoria heidän taiteen tekemisen kokemuksista koulun maalauksen ja piirustuksen tunneilla (ks. Laitinen 2003, 140). Erityisesti syvistä henkilökohtaisista asioista voi olla vaikea puhua ylipäättään, eikä sanallistamisen hetki ole useinkaan sama kuin mielikuvien syntymisen hetki. Edelleen kaikista kokemuksista ei koskaan synny sanoja tai käsitteitä. Kaikkien käsitteiden tai abstraktioiden takana on kuitenkin viime kädessä välitön tai välillinen kokemus, ja mitä henkilökohtaisempi tai tärkeämpi kokemus on, sitä vaikeampi sitä on käsitteellistää. (Laitinen 2003, 149.)

Kun esitin Saaran, Velin ja Marian haastattelupuheelle kysymyksen, miten taiteen tekemistä sanallistetaan, löytyy jokaiselta ainakin yksi kommentti siitä, kuinka haasteellista on ylipäättensä sanoin kuvata taiteellista prosessia.

Saara otti asian esille heti haastattelun aluksi.

S: Voi, että miten mä nyt sanosin, jotenkin tuntuu (naurahtaa) nää on niin syvällisiä asioita, että ei.. siksi..siksihän se taide just on (naurua...) ja niitä on niin hirviän vaikia ruveta tälleen niinkö sanallisesti sitte.. tiijäkkö tiivistämmään tuntuu, että tullee semmonen hahh..(naurua...) mistä mä alotan (T :niin) niinkö että, mutta ei kai täsä mitään paineita, että kyllä se sieltä alakaa tulla ku vähän aikaa tässä..lämmittellee...

Maria taas kuvasi puheessaan useaan kertaan sitä, miten ryhmämme kommunikoi ensisijaisesti muuten kuin puheen kautta.

M: Et sä tajuat et ahaa täs on tästä kysymys ja..täs on tästä kysymys eikä sitä tartte sanoa..(T: ymm..)..eikä..sitä ei tarvitte..no, sen voi

piirtää, mutta.. et...ei sitä sanota koskaan.. sen vaan vaistoo..(T: ymm..)

Maria puhuu myös prosessin aikaisesta oivaltamisen vimhasta ja siitä, kuinka sanoja ei tarvittu. Kaikki syvätkin asiat tuli jokaisesta ikään kuin läpi, ilman sanoja, ohi kaiken normaaliolomisen.

M: Semmonen miten ihmiset pystyy...oivaltamaan toisesta ihmisestä niin syviä asioita ja niin sellasia..asioita mitä ei puhuta..ei niitä kerrota vaan ne vaan tulee susta ..ulos..läpi jotenkin kaiken sen muun..mikä..on tätä normaalia olemista..(T:ymm..)

Veli oli juuri puhunut siitä, miten hän kokee luovan prosessin.

V: Niin..siis.. jos sitä alkaa analysoimaan ni se..en tiijä pystyykö semmosta piirtämään enkä tiä pystyykö sitä ees selittämään enkä..(T: ymm..)..

Taiteella on oma kielensä ja se puhuu usein symbolien ja metaforien kautta. Saaran, Velin ja Marian puheesta kuvastuu se, kuinka taiteen tekemisen kokemukselle on ominaista vaikeasti sanoitettava sisäinen kokemus, jota voi luonnehtia myös hiljaiseksi tiedoksi. Taiteen tekemiseen ja kokemukseen liittyykin paljon hiljaista tietoa. (ks. esim. Koivunen 1997.) Taide kanavoi, ja mahdollistaa sellaistenkin asioiden kuvaamisen, joille ei ole olemassa sanoja tai joiden merkitykset ovat vasta muodostumassa (Rankanen 2007a, 36). Vija Lusebrinkin (1990) mukaan kuvat, kuten kaikki taiteellinen ilmaisu, sisältävät aistien, mielikuvien ja tunteiden tasoilla ilmeneviä esiloogisia, syvästi henkilökohtaisia, aistimuksellisia, mielikuvallisia ja tunnepitoisia merkityksiä, joita emme koskaan voi kokonaan sisällyttää verbaaliseen kieleen (Hentinen, 2007, 130, Lusebrink 1990, 82).

Liike-ääni-kuva

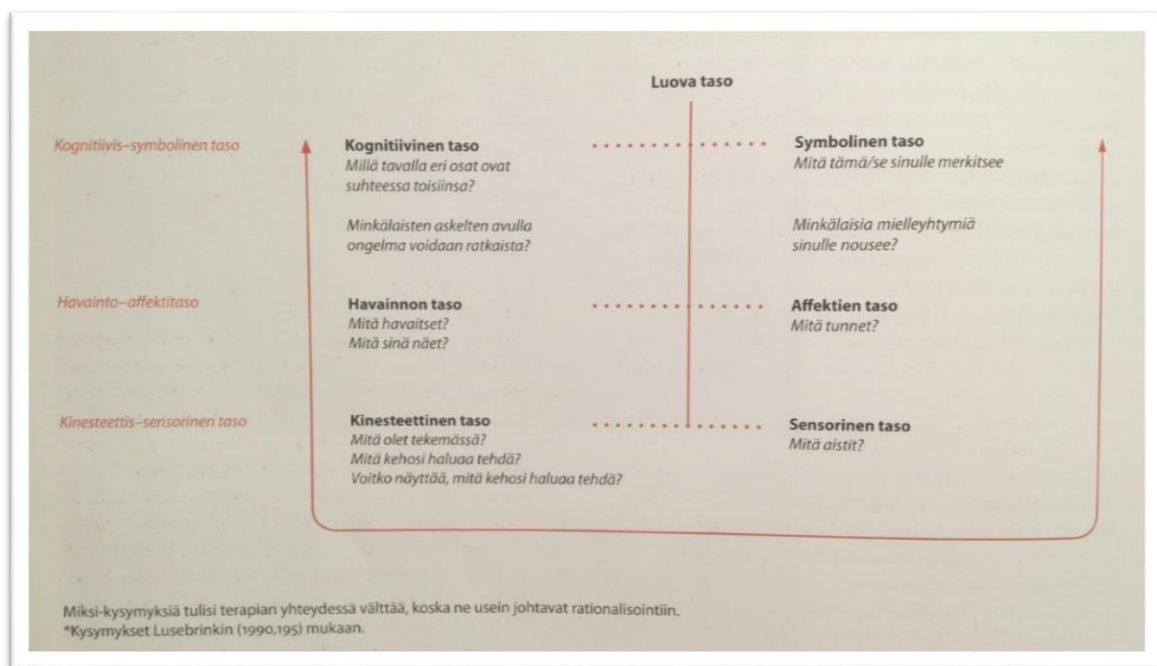
Pirkkoliisa Tikka ja Marjo Hämäläinen ovat yhdessä kehittäneet taiteita yhdistävän menetelmän, monitaiteellisen ilmaisun. Heidän yhteistyönsä alkoi Tampereen yliopiston näyttelijäntyön laitoksella 30 vuotta sitten, jolloin Pirkkoliisa Tikka toimi siellä lehtorina ja Marjo Hämäläinen tuntiopettajana. Yhteistyö jatkuu edelleen. Liike-ääni-kuva on yksi oppiaine monitaiteellisten menetelmien joukossa. Pirkkoliisa Tikka halusi omassa työpajassaan lähteä tutkimaan tekstin tekemistä todeksi liike-ääni-kuvan, kuvan, säveltämisen sekä näyttämölaulun avulla.

Taideterapiassa tavoitteena on leikillisen spontaanin ilmapiirin syntyminen ja itsekriittisyyden väheneminen. Intuitiivinen ja aistimuksia kuulosteleva työskentely herättää usein voimakkaita elämyksiä, muistoja ja tunteita, joiden sisältö riippuu ihmisen elämäkokemuksista ja persoonallisuudesta (Rankanen 2007c, 91). Lämmittelyt liittyvät taiteellisiin ryhmäprosesseihin, koska ne virittävät taiteelliseen työskentelyyn. Knillin (2005) taideterapiatapaamisen arkkitehtuurissa virittäytyminen taiteelliseen työskentelyyn on silta, missä ohjataan leikkiin tai taidetyöskentelyyn (Rankanen 2007c, 96, Knill 2005, 95). Teimme johdatuksena liike-ääni-kuvaan, Pirkkoliisa Tikan ja Marjo Hämäläisen ohjauksessa, puulämmittelyt. Ajatus on puusta ihmisen identifikaationa ja kehollisesti, liikkeen kautta eläydyimme kukin omanlaiseksi puuksi. Pirkkoliisa kuvaa lämmittelyä näin:

P: Se on puu liikkeen kautta ihmisen identifikaatio.. oman persoonan..identifikaatio ja.. sitä kautta osattiin lähtee kyllä aika tietosella tasolla sitte hakemaan sitä liikettä..sen puun liikettä, ja puun olemusta ja uudelleen suhdetta maahan.. ja..yläilmoihin viel sisätiloissa..ja sen liikkeen kauttahan me lähettiin tekeen ensimmäinen maalaus.

Liike-ääni-kuva tehdään silmät kiinni, vasemmalla kädellä, liikkeen ja äänen kanssa. Liike-ääni-kuvan tekemiseen vasemmalla kädellä (vasenkätiset tuntuman mukaan) on syy. Aivotutkimuksessa on todistettu, että oikeasta aivopuoliskosta on yhteys vasempaan käteen ja vasemmasta aivopuoliskosta oikeaan käteen, eli radat menevät ristikkäin. Vastikään edesmenneen aivotutkija Matti Bergströmin (1997) mukaan juuri luovuuteen liittyvien asioiden kokonaisvaltaisuus antaa aiheen olettaa, että ilmiö liittyy keskeisiltä osiltaan oikean aivopuoliskon toimintaan (oikeakätisillä). Oikea aivopuolisko on luonteeltaan kokonaisvaltainen, esteettinen, synteettinen, kuvallisen informaation samanaikaiseen käsittelyyn erikoistunut aivopuolisko, eikä se sisällä puhekeskusta toisin kuin vasen aivopuolisko, minkä toiminnassa painottuvat puhe, informaation ajallinen käsittely ja analyttisyys. Ero aivolohkojen välillä on ennen kaikkea painotuksissa kuin erilaisuudessa sinänsä, koska toimiakseen täysipainoisesti aivojen kaikkia osia tarvitaan, myös luovissa prosesseissa. Oikeaan aivopuoliskoon painottuvat kuitenkin voimakkaammin emotionaaliset tilat, samoin kuin tunne-elämään vetoava mietiskely ja mielikuvitus. (Bergström 1997, 167–168.) Liike-ääni-kuvassa on tarkoitus antautua liikkeen ja äänen kautta kuvan tekoon ilman tietoisien mielen ennakkoajatuksia.

Ennen kuin menemme Marian, Velin ja Saaran kokemuksiin liike-ääni-kuvasta, ja siihen miten he videolta nähtyä refleктоivat, esittelen *merkityksen muotoutumista* ekspressiivisen taideterapian tutkimuksen ja kysymystenasettelun kautta. Merkitysten muotoutuminen on taiteellisessa työskentelyssä monitasoinen prosessi. Taideilmaisun ja sen terapeuttien vaikutuksien ymmärtämiseen on monenlaisia keinoja ja niistä vain osa tapahtuu sanallisesti. Sanattoman jakamisen kuvausta on vaikeaa löytää kirjallisuudesta, koska sen luonne on sensomotorista ja nonverbaalista. Vija Bergs Lusebrinkin (1990) systeeminen malli auttaa jäsentämään sitä, miten taideterapeuttisessa ilmaisussa reflektio-, tulkinta-, ja merkityksenantoprosessi etenee eri tavoin verbaalisti ja nonverbaalisti. Miksi-kysymyksiä tulisi Lusenbrinkin mukaan välttää terapian yhteydessä, koska ne johtavat rationalisointiin. Ohessa on hänen mallinsa kysymyksineen.



Kuva 2: Ilmaisullisten terapioiden jatkumon eri tasoille kohdentuvia kysymyksiä (Hentinen 2007, 132, Lusebrink 1990, 195.)

Ilmaisullisten terapioiden jatkumo (ITJ) koostuu neljästä ilmaisun ja materiaalisen työskentelyn vuorovaikutuksen tasosta. Kinesteettis-sensorinen taso, havainto-affektitaso ja kognitiivis-symbolinen heijastelevat yksilön mielikuvien ja tiedon käsittelyn kehityksellistä järjestystä niin, että alimmainen taso on kehityksellisesti varhaisin ja mitä

ylemmälle tasolle edetään, sen myöhemmin se on kehittynyt. Käsitelty tieto on myös sitä monimutkaisempaa ja abstraktimpaa mitä ylemmäs tasoilla edetään. Neljäs, luova taso voi muista tasoista poiketen olla läsnä, yhdistää tai luoda synteisiä minkä tahansa muun tason kanssa. (Rankanen 2007b, 66.) Terapiatilanteessa Lusebrinkin mallia voidaan käyttää makrotason mallina havainnollistamaan sitä, miten terapeutin ja asiakkaan vuorovaikutussuhteessa voidaan kohdentaa erilaisia tarkastelu- ja keskustelutapoja aktivoituneen tason mukaan. (Hentinen 2007, 133.) Omassa tutkimuksessa en käsittele merkityksiä kysymysten asettelun kautta, vaan tuon esiin Lusebrinkin mallin eri tasoja silloin kun ne ilmenevät Saaran, Velin ja Marian puheessa omasta kokemuksestaan taiteen tekemisessä.

Liike-ääni-kuvaa menetelmänä voi tarkastella myös Lusebrinkin mallin kautta. Silloin kun taidetyö tai sen elementti herättää sensorisia tunto-, näkö-, kuulo- haju- tai makuaistimuksia, *sensorinen taso* on aktivoitunut. Näköaisti on usein hallitseva, siksi silmien kiinni pitäminen tai kuvasta pois katsominen maalatessa, voi mahdollistaa yhteyden muiden aistialueiden kanssa. Moniaistinen havaintojen teko auttaa yhteyden saavuttamisessa työn kanssa ja monipuolistaa ymmärrystä työn sanomasta ennen tulkintaa. Edelleen mitä kokonaisvaltaisempaa aisti-ilmaisua taiteen tekemiseen liittyy, sen paremmin toiminnan nähdään tavoittavan ihmistä kokonaisvaltaisesti. Moniaistisen yhteyden löytäminen rikastaa myös myöhemmin tapahtuvaa tulkintaa ja merkityksenantoa. (Hentinen 2007, 136.)

Kinesteettinen taso käsittää luovan toiminnan ja ilmaisun liikkeen ja kehonrytmin tasolla. Kinesteettinen ilmaisu vaatii esteetöntä työskentelytilaa. (Rankanen 2007b, 66–68.) Ennen puulämmittelyä jokainen oli etukäteen teipannut omalle maalauspaikalle Sointulaan ison voimapaperin seinälle sekä lattialle nestemäiset peitevärit ja vesiastian.

Liike-ääni-kuva -prosessi osoittautui kaikille hyvin merkitykselliseksi kokemukseksi. Seuraavaksi kuvaan ne asiat, jotka nousivat puheessa voimakkaimmin esiin ja avaavat merkityksiä myös Lusebrinkin (1990) mallin valossa. Saara vertaa liike-ääni-kuvan tekemistä taideterapiaan. Hänelle vastaava työskentely on luontaista ja tuttua. Liike-ääni-kuva menetelmänä on hänestä hieno koska siinä voi olla kokonaisvaltaisesti mukana. Saara etsi tekemisessä parannusta omaan kipuunsa ja sukelsi mielikuvissaan keuhkoissaan.

”Sehän on se kanava ja väline siinä...”

S: Täyttä terapiaa (T:yymm)..oikeesti...ja olennaisempia elämänskysymyksiä mitä käsittellee tai on käsitelly jo pitkään mutta käsittellee aina vaan..(T: ymm) ja sitte ne kuitenkin..aina vähän muuttaa muotoaan ja siitä sitte aina jotenkin kasvaa..sen.. taiteellisen työstämisen myötä että sehän on.. kanava ja väline siinä (T:yymm)..että se mikä tunne esimerkiksi siinä..liike-ääni-kuvan tekemisessä on että.. mulle se on ollu aina hirviän heleppoo..koska mä.. ossaan pistää mun.. rationaalisen mielen ylleensäkki aika heleposti..syrjään..mä en oo luonteeltaan kauheen rationaali tai semmonen länsimainen ihminen (naurahtaa)..tai siis sillä tavalla että..se tunne mikä..siinä on...siinä ikkään ku semmoseen muuntuneeseen..tajunnantillaan..ja joku.. jostaki syvemältä ohjaa..sitä mitä tekkee.. siihen heittäytyy mukkaan ja se on hirviän.. puhistava ja rentouttava ja aukaseva..kokemus..ja nimen ommaan se on kokonaisvaltasta vielä kö.. siinä saa käyttää ääntä ja siinä saa käyttää koko kehoa ja se tulee.. minusta kokonaan

S: Ja sitte se on mun mielestä.. tosi ovelaa että..vaikka määkin tein sen kuvan silimät kiinni..tietenkihän mulla oli jotaki mielikuvvaa mitä mää tein niitä keuhkoja.. siinä kuitenkin mulla oli.. mä.. sukelsin siinä..us..mun mieliku..tai siinä maailmassa, missä mää olin sielä keuhkoisa ja mä.. tutkia niitä ja.. tuntia.. sitä.. raskautta mikä niissä.. sillon oli..ja on ollu ussein..elämän aikana.. ja sitte mää yhtäaikaa etin..parannusta...siinä samasa..se on vähän...kyllä mulle se oli ihan täysin verrattavissa tämmöseen taideterapiaan...

Saaralle ääni-liike-kuva oli myös mielikuvamatka. Työskentely mielikuvien kanssa on niin taiteellisessa kuin taideterapeuttisessakin työskentelyssä keskeistä. Sanallisen ilmaisu on strukturoitu tapa kommunikoida toisten ihmisten kanssa. Mielikuvat taas ovat jokaiselle ihmiselle ominainen, persoonallinen tapa ajatella kokonaisvaltaisesti, intuitiivisesti ja metaforisesti sekä kommunikoida itsen kanssa. Mielikuvien kokonaisvaltainen, samanaikaisesti henkilökohtainen ja universaali kieli voi toimia siltana tietoisien ja tiedostamattoman mielen välillä. (Hentinen 2007, 145.)

Saaran kuva: Koska liike-ääni-kuvat tehtiin silmät kiinni, lopputulos ei ole esittävä perinteisessä mielessä. Saaran hämmästys oli suuri, kun hän aukaisi silmänsä ja näki saman kuin kaikki muutkin; kuvassa seisoo kaksimetrinen ilmetty strutsi, joka tuijottaa suoraan katsojaan.

”Se oli kyllä aika hauska sitte ku aukas silimät”

S: Se oli kyllä aika hauska sitte ku aukas silimät ja huomasi tosiaan, että no strutsihan siinä on että..se ihan itestään vaan pölähtäny siihen..silimät kiinni tehtyyn.. en mää siinä ees ymmärtäny..miten se

voi liittyä mihinkään mun keuhkoihin tai (naurua)..miten se voi liittyä tähän mun..en mä tiä onko se nyt ongelma vai tähän mun..kasvuteemaan että mitä se tähän liittyi.. ja se strutsiki..sittehan mä löysin jostain kirjasta, mitä mä silloin luin, että..just niinku mä tossa videolla mitä just katottiin selitin..että strutsin sulat on jossain..oiskohan ollu muinainen egypti, missä Maat jumalatar..sen jossain tämmösessä päähineessä niitä on ollu..että ne strutsinsulat symboloi sitä oikeudenmukasuutta ja sydämenkeveyttä ja.. mullehan se justinsa oli se mun ongelma .. sen alueen raskaus...sitä vaan täytyy jotenki opetella avvaamaan sitä aluetta ja jotenki päästää sitä rakkautta.. että ei pelekää.. ihmisyyttä

Taiteellisissa prosesseissa on usein yllätyksellisiä elementtejä. Saaran suhde kuvaan tupsahtaneeseen strutsiin on hyvä esimerkki siitä, miten taide, tässä tapauksessa silmät kiinni, vasemmalla kädellä, liikkeen ja äänen kanssa tehty kuva, tuo mukanaan ratkaisua omaan haasteteemaan. C. G. Jungin käsite *synkronisiteetti* tarkoittaa merkitsevää yhteensattumaa sellaisten ulkoisten ja sisäisten tapahtumien välillä, joilla itsellään ei ole keskinäistä kausaalista yhteyttä ja korko on sanalla merkitsevä (Jung, Frantz 1991, 211). Itämainen perinne, esimerkiksi perinteinen kiinalainen lääketiede tunnustaa synkronisiteetin luonnollisena ilmiönä, havainnoiden elämän ilmiöitä myös kausaalisten suhteiden ulkopuolella. (Kulmala 2001, 18–19.)

Musiikilla oli liike-ääni-kuvassa iso merkitys. Olimme kaikki harjoitelleet koulutuksen aikana *yhteisimprovisointia* sekä laulaen että soittaen, ja varmasti myös siksi, laulaminen oli luontevaa ilman suurta itsekritiikkiä. Pirkkoliisa Tikka kuvaa tilannetta liike-ääni-kuvan tekemisessä näin:

P: Et me oltiin paljon tehty paljon tehty niit musiikkiharjotuksia aikasemmin sitte, missä improvisoidaan..ja varsinkin improvisointi ryhmässä, et joku toinen tekee omaansa, ja sitte sä oot samassa salissa, ja sit sä samalla kuitenkin yhtä aikaa kuulet, ja voit tehdä moniäänistä..satsia, ja mieltä vähän, että..etukäteen jo, että ootko..siellä kaikkein matalin ääni, keskiääni vai ylä -ääni, ja tällasta, et siellähän tapahtu..siinä salissa.. yks mun unohtumattomimpia kokemuksiani siinä teidän improvisaatiossa..sillä oli valtava merkitys et siinä oli kyllä näitä..ihmisiä jotka on tottunu myöskin meditoimaan ja muuta et ne pääsi niin syvälle..siinä asiassa et se kuulu siinä äänessä..se oli aivan käsittämätöntä..epäinhimillistä ääntä, mitä sieltä tuli..ja.. taivaallista suorastaan välillä ja sitten helvetillistä et siellä oli kaikki sävyt ja samalla koko aika kuulu sitä maalausta.. tällasta ei synny ku kerran elämässä..se oli pitkä pitkä sessio..(T: ymm..) te todella nautitte myöskin samalla siitä..se oli annettu se vinkki..teitte sitä..yhdessä sitä

musisointia samalla ja silti koko ajan teillä oli liike ja maalaus ja ihan ikiomat jutut et tässä on joku just semmonen..ku mä ite oon niin kiinnostunut tosta kollektiivisesta alitajunnasta niin..se.kuvien synty oli semmosen kollektiivisen alitajunnan hetki ja siinä synty ne maalaukset, joita käytettiin ihan loppuun asti ja...siinä synty tärkeimmät ideat..

Velin kuvaa ei ole videolla, mutta Veli muistelee liike-ääni-kuva -prosessiaan näin:

”Se oli aika.. hieno ja voimakas hetki”

*V: Se oli aika.. hieno ja voimakas hetki se..sehän oli liike-ääni-kuva..
T: ymm..).ja kaikkineen siinä se..ryhmä jonka oltiin samassa huoneessa..(T: ymm..).niin siinä oli jotaki yhteneväistä meininkiä siinä musapuolella ja..itte muistan sen että..ko mulla oli se kajahtanu shamaanihakmo..niin siinä ois tullu.. jotaki semmosta.. alakuvoimasta..örinä meininkiä..sinne päin viittaavaa ainaki rytmiikaltaan ja.. äänimaailmaltaan sen..improvisaation aikana...ja se kyllä siitä lähti varmaan jo menemään sinne .ja olihan se kuvaki.. jo semmonen mitä nyt muistan siitä..(T: ymm..).kuvasta, että se.. kyllä lähti siihen suuntaan jo menemään siinä hahmona..*

Velille on jäänyt voimakkaasti mieleen yhteismusisointi, mikä vei kohti shamaaniteemaa, niin kuvan lopputuloksessa, kuin oman kajahtaneen shamaanihakmon syntymisessä.

Kysyn Veliltä: *Muistakko sie yhtään mitä sie siinä kuvassa näit?*

”Ja siitä synty niitä...hohtavia utuisia aukkoja”

Velin kuva: Muistan..siinä meni semmonen..kehä siinä kuvassa ja. kehän läpi meni suurempi..viiva ja mää muistelen että siinä oli jotaki semmosta puu-ajatusta siinä..(T: ymm..).joku kelo keloutunut..tai keloutumassa oleva puu-ajatus ja sitte oli joku vähän semmonen..karhunkämmen..(T: ymm..).ja matala ääni..semmonen pyörityshomma ja siitä synty..niitä hohtavia utuisia aukkoja...niin kyllä se oli..sitä osastoa..tukien sitä shamaanimeininkiä..

Velin muistaa hyvin oman kuvansa sekä tekoprosessin, vaikka videoituna päivänä liike-ääni-kuvat oli jo tehty, eikä Velin kuvaa ole videolla. Taidetyöskentelyyn virittäytyminen puulämmittelyiden kautta (ks.Rankanen 2007c, 96, Knill 2005, 95) jatkui teemana Velin kuvassa. Muistan myös Velin kuvan, tihentyneen tunnelman sekä yhteisimprovisaation, joka kaikui tilassa tehdessämme liike-ääni-kuvia. Musiikki on tunnetusti voimakas elementti. Sen kautta kanavoituu niin tunteita kuin muistojakin. Kuvalliseen ilmaisuun tai kirjoittamiseen verrattuna musiikki on voimakkaammin sosiaalista ja johtaa yhteisesti jaettuun toimintaan, kuten liike-ääni-kuvassa, missä ryhmässä tehty ääni-improvisaatio vaikutti koko ”Mielen panssarit”-ryhmään. (Hentinen 2007, 150.) Kysyn Veliltä: *Jos sie*

aattelet sitä tuon mielen panssarin näkökulmasta tutkittiin.. niitä omia panssareita..(V: niin..)onko ne suojaia tai..miten sie..koitko sie sun kuvassa jotaki?

”Sitä aittaa kuitenkin itteensä..vähän.. ulos”

V: No koen siinä, että oli semmonen..se aita.. aitahomma tai se ympyrähomma.. mikä siinä oli ja sitte tämmönen..yhteys johonki tämmöseen erakkohommaan niin tota semmosta kuitenkin että.. sitä aittaa kuitenkin itteensä..vähän.. ulos.. ja..(T:yymm..)sitä voi tietenki sitte kattoo..siinä mielessä mielen panssariksi..se yhteys..(T:yymm..)...mutta en mä muista että..oisin..ehkä alussa sillon ku lähettiin tekemään mutta sitte ku teki sitä kuvaa pitemmälle en muista, että oisin jotenki kantanu mukana...(T: joo..)..että mä oisin hakenu jotaki panssaria..(T: yymm..)..että sitä lähti vaan jonnekki..liike-ääni-kuva matkalle siinä...mutta kyllähän siinä oli että..kyllähän sitä haki sitä ympyrää siinä..sillä liikkeellään, että..ehkä se oli sitte siitä syötöstäki ..meni sitte..sen syötön kautta lähti..kuitenki..takaraivossa oli se ajatus..

Veli kokee, että kuvassa oleva aita yhdisti omaan teemaan, siihen, että rajaa itsensä ulos. Teemasta kehittyi kajahtanut shamaanihahmo esitykseen. Velille yhteismusisointi oli merkityksellistä. Kuten Saaralle, myös Velille liike-ääni-kuva oli vahvasti kokonaisvaltainen, moniaistinen kokemus, missä myös Lusebrinkin (1990) esittämän mallin kinesteettis–sensorisen tason kokemus muistuu vielä kolmen vuoden jälkeen elävänä mieleen. Yhteneväistä Saaran kokemukseen on myös Velin ajatus liike-ääni-kuvasta matkana.

Marialle liike-ääni-kuva -prosessi oli myös fyysisesti voimakas kokemus.

”Mulle tuli sellanen hirvee viiltävä kipu”

M: Siinä vaiheessa kun tehtiin se eka kuva niin mä muistan että..mulla tuli hirveen voimakas tunne..ja mulla on vielä itelläni se yks paperi tallella mikä kirjotettiin siitä.. ensimmäisestä työstä..tehtiin se liike-ääni-kuva..(T: joo..) loppuvaiheessa sitä kuvaa mulle tuli sellanen..pistos tonne (naurahtaa)..oikeeseen..munasarjaan sellanen hirvee viiltävä kipu..ja..mää tein sitä kuvaa täysin niin että mä en tajunnu mitä mä tein..

”Oikeelle puolelle sitä kuvaa oli semmonen punertavan ruskea tällanen..pieni..”

Marian kuva: Ja sitte ku mä avasin silmäni.. niin mä näin että sinne oli.. oikeelle puolelle sitä..kuvaa oli semmonen punertavan ruskea tällanen..pieni..(T: joo.) se oli jotenki..jännä sitte tajuta se.. siihen liitty hirveesti mun omasta elämästäni niitä prosesseja mitä mä sillon kävin..eroproessia..(T: yymm..)ja siihen liittyvää väkivaltaa tai.. paha oloo..niin sitte sitä että..siitä irtipääsemistä ja..(T:

yymm..).ja..prosessoimista.. sen mukana..et siis varmaan se liitty yhteen toi..(T. yymm..).. lohtu ja se.. miten mää sen koin..se oli sillä hetkellä niin kun sellanen...hirveen voimakas asia..enkä sitä sillä hetkellä tajunnu edes et mä ihmettelin vaan no mitä..ihmettä se (nauraa)..munasarjalla..ja mistä tässä on kysymys..se tuntu ihan absurdilta ja täysin erilliseltä asialta se pistos sinne munasarjaan enkä mä ymmärtäny mistä on kysymys..se on vaan niin..lähellä ja niin iso vaikee asia että ei pysty käsittelemään sitä..ja varmaan se sitte kyllä..koko juttuun heijastu..jossakin mielessä...

Haastattelutilanteessa Maria tiesi, miten kipu munasarjoissa ja oman teeman lohtu liittyivät toisiinsa, mutta liike-ääni-kuvan aikana ja sen jälkeen hän ihmetteli, mistä oikein on kysymys. Maria kokee, että oma teema oli niin iso, vaikea ja lähellä oleva asia, ettei hän päässyt siitä aluksi selvyyteen.

Mistä Saaran strutsi, Velin aita tai Marian torni tulivat? Erityisesti Saaran strutsi ikään kuin ilmaantui jostain. Juha Varto (2008) kirjoittaa teoksessaan, ”Tanssi maailman kanssa. Yksittäisen ontologiaa”, ilmiöstä, jolloin ihminen on tekemisissä *ilmaantumisen* kanssa. Tällöin hän tulee kiinnitettyksi ajassa ja tilassa niin tiukasti, että juuri nämä tekijät vakuuttavat hänet kokemisen yksittäisyydestä. Jakaakseen kokemisensa sanoin, ilmiö on irrotettava ajasta ja tilasta, sille on luotava konteksti, jonka joku muukin voi ymmärtää, ja sen paikka on yleistettävä, ja siten tehtävä siitä jotakin muuta kuin mitä se kokemuksena oli. Fenomenologisessa perinteessä tätä outoa kohtausta on kuvattu ilmauksella ”ilmiöiden ilmaantuminen”. Suomen kielessä sana ”ilmi” on havainnollinen alkuliite. Se, mikä on ilmi, ei ole piilossa. Sitä ei myöskään ole helppo saada piiloon. Se on kuitenkin voinut olla piilossa ennen ilmaantumistaan, jolloin siitä tuli näkyvä, yksittäinen, tapahtumien tuloksena paljastunut ilmiö. Kaikki, myös esineet ja tavarat, ovat joskus tulleet ilmi. Itse asiassa minun itseni on ollut saatettava ne ilmi, sillä toisen ilmi-anto ei ole vakuuttava. (Varto 2008, 38.)

Jos oletamme, että kaikki on annettu meille ilmiöinä, eikä lakeina, abstraktioina, yleisenä, kuviteltuna tai tosiasioina, niin ilmiön ilmaantuminen on Varton (2008) mukaan tärkein kriteeri pohdinnoille, joilla pyritään saavuttamaan käsitys tiedosta, joka on ihmiselle tärkeä. Ilmaantuminen tarkoittaa sitä outoa hetkeä, jossa jokin, mikä ei hetki sitten ollut minulle (olemassa), on yhtäkkiä (olemassa) ja se on jollakin tavoin tärkeä. En voi sanoa varmasti, oliko se (olemassa) aikaisemminkin, mutta ainakaan minulle se ei ollut (olemassa). Se ilmaantui, tuli merkitykselliseksi osaksi maailmaa ja aloitti heti oman

merkityshistoriansa maailmassa, jonka tunnen. Minua saattaa kiinnostaa sen genealogia, sen seuraukset, sen välittäminen muille ja sen yhteensovittaminen kaiken muun kanssa, mutta olennaiseksi kuitenkin jää, että se ilmaantui, ja ilmaantuessaan paljasti jotakin tavalla, joka ei ollut ennen ilmeinen. Tällä tavoin maailma tulee minulle olevaksi. Varton (2008) mukaan edellinen tarkoittaa sitä, että hylkäämme maailman idean, mikä oli koko 1900-lukua hallitseva ajatus ja asetamme sen tilalle kunkin yksittäisen historian, jolla maailma tulee olevaksi. Näin maailma ei ole koskaan valmiina, edes ideana, vaan sen luonne on sen jatkuvassa ilmaantumisessa, joka on riippuvainen toiminnasta, tekemisestä, maailmassa olemisesta. Ajatus ei ole ollut hukassa koskaan. Aina on ollut ihmisiä joille uskonnon, käsityön, taidon ja taiteen kautta on ollut selvää, että maailma ei ole yksi paikka, aika tai tila. Maailma on jatkuva ilmaantumisen ja peittymisen tapahtuminen. (Varto 2008, 39.)

Ekspressiivisessä taideterapiassa, kuin myös ”Mielen panssarit”-prosessin taiteellisessa työskentelyssä, omia teemoja työestetään monitaiteisesti. Prosessissa tehtiin myös toinen kuva, pienoisseistos tai muu taiteellinen teos omasta panssarista. Toteutustapa oli vapaa. Maria teki toisen kuvan liike-ääni-kuvansa pohjalta, jossa ruskean pisteen lisäksi näkyi taustalla suuri sininen hahmo. Maria koki sinisen hahmon tornina josta pitää päästä alas.

”Se tuntu hirveen..kamalalta asialta ja vuorenkorkuselta asialta”

M: Niin että ku mä tein tota kuvaa niin mää yhtäkkiä..ku mää tein sitä lattialla..(T: ymm..)tuota tornia..ja..mulla oli kyllä silmät auki ja mä näin koko ajan mitä mä tein..en mää siinä vaiheessa...sitte ko mä olin saanu sen..valmiiks...ja se oli jotenki siinä niin..se tuntu hirveen ..kamalalta asialta ja vuorenkorkuselta asialta sen ku mä aloin tekemään ja..mun oli hirveen vaikee tehdä sitä..tai alkaa ylipäättänsä tekemään sitä..ja sitten..se yhtäkkiä ku se oli valmis ni se tuntu tosiaan siltä että se on niin pieni että mä voisin.., että se on sellanen..(naurahtaa) leikkitorni ku noilla pojilla on noita..(naurua)..kaikennäkösiä sarjoja..niin mää voisin astua sieltä..boing..teeskennellä..minä tuun nyt tosi korkeelta..(naurua)..hups..kaks senttiä..

Marian toisen kuvan tekoprosessi kuvaa hyvin ekspressiivisen taideterapian käsitettä *kristallisaatio*, missä psyykkinen materiaali selkiytyy taidetyöskentelyn edetessä. (ks. Knill et al. 2004, 31.) Marian silmät auki tekemän toisen kuvan sininen torni toimi myös säilytyspaikkana hankalille tunteille. Taiteen kyky antaa muotoa kirkastuukin erityisesti suhteessa tunteisiin. Ekspressiivisessä taideterapiassa taide toimii säiliönä (art as a

container), jossa myös tuska voidaan kantaa. Taide luo muodon, missä tunteen intensiteetti voidaan säilyttää. Samalla taide tarjoaa kanavan myös sietämättömän tuskan tulla näkyväksi, hyväksytyksi ja vastaan otetuksi. (Hentinen 2007, 139, Levine.) Marian vuorenkorkuinen, haastava oma teema näyttäytyi hänelle toisen kuvan valmistuttua leikkitorina, josta voisi hypätä tuosta vain alas.

Saaralle kokemus liike-ääni-kuva-prosessista oli puhdistava, aukaiseva ja kokonaisvaltainen. Hänelle taide on kanava ja väline omien elämäkysymysten työstämisessä. Veli muistaa tekoprosessin aikaisen äänimaailman sekä sen, miltä kuvaa tuntui tehdä. Hän näkee kuvassa oman mielen panssarinsa ja kuvaa tehdessä lähti syntymään myös kajahtaneen erakkoshamaanin hahmo esitykseen. Taiteen tekemiseen liittyy myös yllätyksellisiä elementtejä, joista Saaran strutsi on hyvä esimerkki. Strutsi ilmaantui jostakin ja Varton (2008, 39) edellä luonnehtiman tavoin, se alkoi elää omaa merkityksellistä elämäänsä suhteessa Saaran henkilökohtaiseen teemaan ja prosessiin. Kuvan tekeminen on aina myös kehollinen prosessi. Daria Halprinin (1999) mukaan keho on oleellinen minuuden ilmentymä, itsenä olemisen keskus, sillä se sisältää koko elämäntarinamme. Hän kuvaa kehoa voimanpesänä, jonka muistiin on tallentuneena äärimmäiset elämäkokemukset. (Halprin 1999, 135–136.) Saaralle liike-ääni-kuvan kehollisuus oli erityisen merkityksellistä, samoin se, että sai käyttää ääntä. Veli muistaa liike-ääni-kuva -prosessin sekä kuvan hyvin, vaikka kuva ei ollut videolla. Hän muistaa tehneensä pyöritysliikkeitä, jotka valmiissa kuvassa näyttivät hohtavilta utuisilta aukoilta. Veli muistaa myös kuvan karhunkämmenten, keloutumassa olevan puun, sekä aidan, joka symboloi Velille omaa teemaa. Maria tunsikin kipua liike-ääni-kuva -prosessin aikana. Kipu sai merkityksensä liike-ääni-kuvan myötä ja sen merkitys muuntui, alkoi kristallisoitua taiteellisen työskentelyn kautta muun muassa torniksi, josta oli päästävä alas.

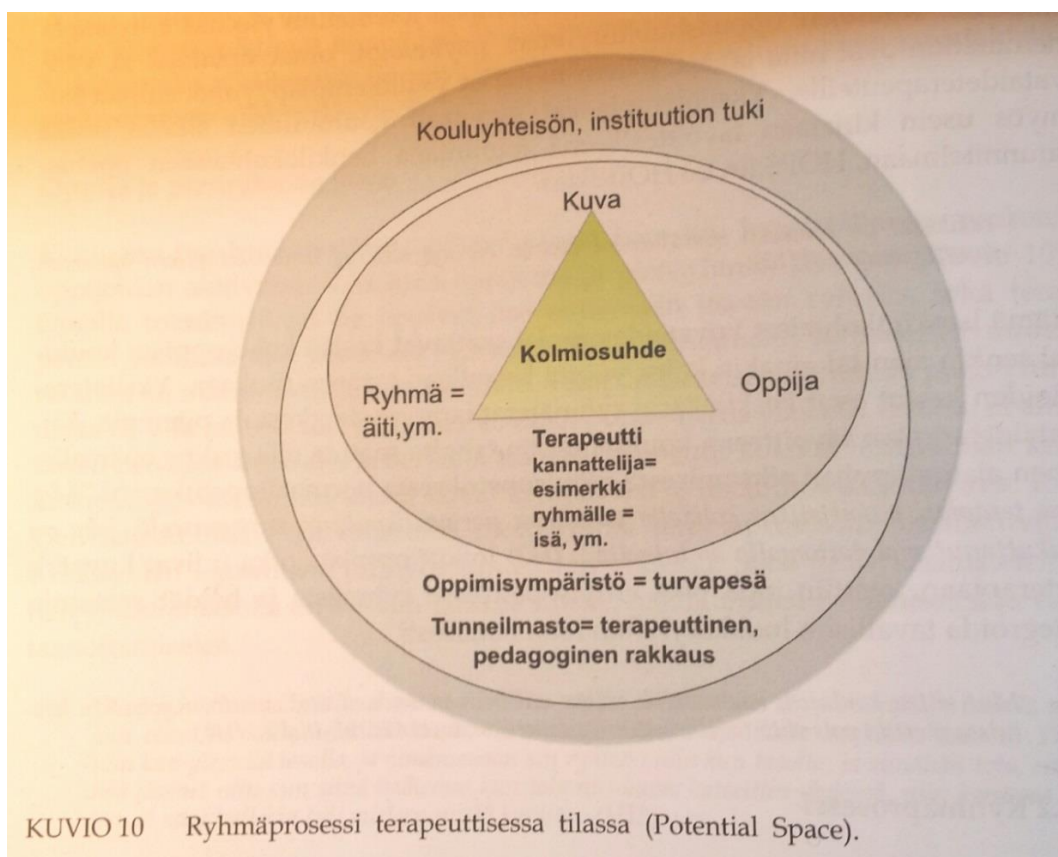
Teppo Kulmala (2001) puhuu C. G. Jungin kutsumasta *visionäärisestä taiteesta*, verrattuna psykologiseen, mikä on tekijänsä tietoisien tarkoituserien tuote ja riippuvainen taiteilijan persoonallisuudesta. Visionäärinen taide ei ole psykologisesti selitettävissä, vaan se nostaa esiin esi- ja yli-inhimillisiä aineistoja. Se tuo esille niitä luovuuden tiedostamattomia ja kollektiivisia, ihmisyyden yleismaailmallisia elementtejä, joita tekijän tietoisuus ei ole ennakoanut, ja ne ylittävät tai yllättävät tekijänsä aihe maailmaltaan. Jung kutsuu näitä elementtejä alkuelämästä heijasteleviksi muodoiksi ja sisällöiksi, joita on sanoilla mahdotonta täysin kuvata. Kyseessä on taideteos, jonka

luonne on mytologis–motiivista, unenomaista ja ylipersoonallista. Edelleen sen luonne ikään kuin muuntuu objektista uudeksi tekijäksi, eli toiseksi subjektiksi. Tämä on Teppo Kulmalan mukaan myös Jungin taide- ja kirjallisuuskäsityksen perustava tekijä. (Kulmala 2001,18–19.)

Myös ekspressiivisessä taideterapiassa niin kinesteettis–sensorisen tason, havainto–affektitason, kuin kognitiivis–symbolisen tason läpileikkaava ylin, *luova taso* (ks. Kuva: Lusebrink 1990) voi toteutua dialogina kuvan kanssa, eli kuvasta tulee toinen subjekti, jolle voi esittää kysymyksiä (Hentinen 2007, 144, Lusebrink 1990, 95). McNiff (1992) kirjoittaa luovasta keskustelusta (Creative Discourse), jolla vastataan kuvien tekemisen taiteeseen. Luovassa keskustelussa tulee olla vapaus seurata erilaisia esteettisiä, psykologisia ja henkisiä oivalluksia. McNiff haastaa keskustelemaan kuvan kanssa sen fyysisen läsnäolon hyväksyen, ja antaen kuvalle uutena tulokkaana tilaa tekijän elämässä. (McNiff 1992, 95–97.) Kuvan havainnointi omana yksilönään tekee tilaa dialogille, sillä kuvalla voi olla jotakin sanottavaa. McNiff kuvaa sitä, kuinka taideterapiastudioihin osallistuneet kertovat tuntevansa muutoksen samalla hetkellä, kun keskustelu etenee dialogiksi. Muutos alkaa tapahtua, kun ihmiset jättävät egotilansa ja antavat kuvassa olevien hahmojen puhua. (McNiff 1992, 105–108.)

Improvisaatiot toisten kuvista

Ryhmän merkitys korostui, kun kommentoimme toistemme kuvia improvisaation keinoin. Tämän luvun, 4.2 Taide kanavana alussa, on Rankasen (2007, 2016) esittämä malli taiteen kolmiosuhteesta, joka on taideterapian ja taideterauttisen prosessin ytimessä. Ryhmädynamiikka muuttaa vuorovaikutussuhteita taideterapeuttisessa toiminnassa. Hautalan (2008) väitöstutkimus sijoittuu koulumaailman kuvataideterapeuttisiin prosesseihin. Hänen kuvaamassa mallissa kolmiosuhteeseen tulee neljäs, kannatteleva tekijä.



Kuva 3: Ryhmäprosessi terapeuttisessa tilassa (Potential Space). (Hautala 2008, 110.)

Hautalan esittämä malli kuvaa hyvin ”Mielen panssarit”-prosessia, joka oli *ohjattu taideterapeuttinen ja taiteellinen ryhmäprosessi*. Hautalan mallissa taide, hänen tutkimuksessaan kuva taidemateriaaleineen, on kolmion vakiintunut kolmas kulma. ”Mielen panssarit”-prosessissa vakiintuneen kolmannen kulman muodostaa monitaiteisuus, missä kuvalla oli iso rooli taiteellisessa työskentelyssä. Kolmion toisen kulman terapeutin tilalla on ryhmä, joka alkaa hoivaamaan ryhmänsä jäsentä, jolle kuuluu kolmion toinen kulma. Terapeutin eli ”Mielen panssarit”-prosessissa ryhmän ohjaajan paikka on kehän kolmion ulkopuolella. Ohjaajan rooli on kannatella ja tarkkailla ryhmäprosessia ja siinä tapahtuvaa kolmiosuhdetta. Hänen tehtävänsä on antaa tilaa ryhmädynaamisille ilmiöille ja ryhmän jäsenten toiminnolle, jotta he voivat toimia toisilleen peleinä ja tukijoina. Ryhmän ohjaaja myös palauttaa ryhmää tarvittaessa oikeille raiteille. Ohjaaja turvaa myös potentiaalisen, henkisen tilan, minkä taideterapeuttinen ryhmä vaatii onnistuneen prosessin aikaansaamiseksi. Hautalan esittämä malli havainnollistaa osuvasti ”Mielen panssarit”-prosessia ja Pirkkoliisa Tikan

roolia prosessin ohjaajana. (Hautala 2008, 110.) Mantereen (2007) mukaan potentiaalisen tai liminaalisen tilan mallissa terapeutin roolin voi ymmärtää myös seremoniamestariksi, joka huolehtii riittävästä turvallisuudesta (Mantere 2007a, 14). ”Mielen panssarit” - prosessissa Pirkkoliisan roolia voisi luonnehtia myös kättilöksi, joka auttoi meitä synnyttämään uutta, esimerkiksi sävellyksiä, sanoituksia ja lauluja.

Pirkkoliisa Tikka kuvaa heijastusimprovisaatiota menetelmänä näin:

P: Se idea et siihen tuodaan..tää oli niitä hahmotaideterapian ideoita että toinen saa ilmaista toisen esityksestä jotakin ja sitten..taas tosta.. feministi radikaaliterapiasta mä oon sitte taas oppinu just sen että se vastaaminenkin on tärkeitä et sä otat vastaan tai et ota vastaan, että siinä saa tosiaan sanoa nää molemmat ja.. mä oon käyttäny aika paljon ristikkäin näitä menetelmiä just niin.. napannu sieltä..hyvät ja toiset tuolta ja tossa se tuntu toimivan hyvin koska oli pakko tehdä aika..tiukkoja kuitenkin päätöksiä sitte siitä että mihin toisessa saa koskea ja mihin ei ja sillon kukaan muu ei sitä saa sanoa ku se henkilö itse et miten mä pystyn taiteelliseen prosessiin tuomaan tämösen..(T: ymm..)..asian koska yleensä ihmissä manipuloidaan aivan mielettömästi ohjaaja varsinkin..ja..kuhan se vaan se tuotos on hyvä ja ihmisten persoonallisuuksia saa käsitellä ihan miten tykkää ja..sitä myöski tapahtuu..julkealla tavalla niin mä oon ilonen siitä että mä oon..muistanut nyt että oli sitte niitä palikoita..(T: ymm..)..millä voidaan..vähän suojella..(T: ymm..)..itse kutakin..

Taide on aina siinäkin mielessä soveltavaa, että se on tekijöidensä näköinen ja toteutuu ainutkertaisena. Pirkkoliisa Tikan puheesta käy hyvin ilmi, miten hän soveltaa kokemaansa ja opiskelemaansa, myös luodessaan menetelmiä. Esiin tulevat myös vaaranpaikat. Taiteessa on aina mahdollisuus vallankäytölle, varsinkin kun ihmiset ovat herkillä ja avoimina omien henkilökohtaisten, elämäkerrallisten teemojensa äärellä. ”Mielen panssarit”-projekti oli hyvällä tavalla merkityksellinen kaikille osallistujille, mutta yhtä lailla se olisi voinut epäonnistua. Pohdin mahdollisia vaaranpaikkoja tarkemmin luvussa 5. *Luottamus ja ryhmän tuki* vetäjän ja ryhmäläisten kesken oli oleellinen ja merkityksellinen tekijä projektin onnistumisessa. Sekä Saaran, Velin, Marian että Pirkkoliisa Tikan puheessa mainitaan luottamus huomattavan usein sekä ryhmän tuen merkitys omissa haasteteemoissa.

Saara otti haastattelussa esille sen, kuinka Pirkkoliisa Tikan ohjeistukset auttoivat itsekritiikin hälventämisessä ja virittäytymisessä taiteelliseen työskentelyyn.

”Sehän on kaikista hedelmällisintä se..aivot narikkaan meininki”

S: Semmosen kommentin nuihin Pirkkoliisan ohjauksiin että musta tuo on aivan älyttömän herkkua että se sanoo valamiiksi että..äläkää yhtään miettikö mitä te teettä. Meettä vaan ja teettä..sehän on kaikista hedelmällisintä se..aivot narikkaan meininki.. semmonen antautuminen...just sille mitä lähtee kumpuaan..että musta..tietenkin aivan hirveesti tuoki että miten mikä auttoi Pirkkoliisaki on ohjannu nuo..tai..minkälaiset lähtöasetelmat se on antanu kans näille mitä ollaan tehty...mun mielestä just semmosia jotka kannustaa siihen semmoseen...että sää pääset siihen sun omaan luovuuden lähteille...se heittäytyminen on mun mielestä mahottoman tärkeää..semmonen että sää et tiijä..etkä sää suunnittele..etkä sää lyö mittään kritiikkiä..kritiikki on musta pahinta mitä voi olla..tai semmonen..no eihän sille tietenkään jos ihminen on semmonen..eihän sille voi mittään jos on..sitten ihminen tekkee sen kanssa varmaan ne asiat ja varmaan sitte käsittellee sitäkin siinä taiteessaan vaikka sitä ommaa kriittisyyttä tai jotaki..mutta se että.. ite ainaki sen kokkee kauheen vapauttavana että.. eipä tarvikkaan.. ajatella yhtään että mitä tästä tulee vai tulleeko yhtään mittään.

Saaralle luovuuden pahin este on liika kriittisyys. Heijastusimprovisaatioiden ohjeistuksen lähtöasetelmassa hän kokee Pirkkoliisa Tikan tehtävänannossa olla ennakkoon miettimättä mitä tekee, vaan sen sijaan kehotus; ”meette ja teette”, hedelmälliseksi taiteellisen työskentelyn kannalta. Saara kokee, että ohjeistus kannustaa heittäytymään oman luovuuden lähteille.

”Vaan sillä on väliä että siinä hetkessä..jotaki..kanavoituu..”

S: Ite ainaki sen kokkee kauheen vapauttavana että..eipä tarvikkaan.. ajatella yhtään että mitä tästä tulee vai tulleeko yhtään mittään..ja mulle se on semmonen..ja niin mää ylleensä aina teen kaiken muunkin..näitäki juttuja ennen ja jäläkeenki että miten mää vaikka teen musiikkia tai..ylleensä..mitä vaan..mää en ajattele lopputulosta se ei oo oikeestaan..tärkeää ollenkaan..ja se että miellyttääkö jotaki täyttääkö jonkun odotuksia..ja tulleeko jostaki täydellistä..ei semmosella oo mittään väliä vaan sillä on väliä että siinä hetkessä..jotaki..kanavoituu..ja se on silloin tärkeää mitä se silloin on...että semmosessa vaikka se..ei oiskaan kaikkien.. tieteen ja taiteen sääntöjen mukasta siis sillä tavalla että jos vaikka sää teet musiikkia ja sää rupiaisit vaikka kauheesti sitä..analysoimaan että joo joo että tää on ihan paskaa että jos sitä lähtee sille tielle niin se on mun mielestä aika ahistava tie..että silloin mun mielestä menetettään se herkkyyys..tavallaan kuulla sitä että..mitä..minkä takia mitäkin millonkin tulee ulos että sitä...no niin tää rönsyää kyllä tosi kauvas tosta..(T: ihan rauhassa..) mutta ei se on kuiteski sitä sammaa

asiaa..sitä..heittäytymisen asiaa..sitä luovuutta.. mieltää...

Saaralle prosessiin heittäytyminen ja sille antautuminen on kaikessa taiteen tekemisessä vapauttavaa. Lopputulos ei ole tärkein, vaan se mikä kanavoituu taiteen tekemisen prosessissa. Liika analysoiminen on Saaralle ahdistavaa, koska silloin menetetään taiteen tekemisen herkkyys. Saaran, niin kuin Marian ja Velinkin puheessa on vahvasti läsnä prosessiin luottaminen (ks. McNiff 1998).

Esteettinen palaute (Knill 2005) on yksi ekspressiivisen taideterapian ryhmätyömuodoista. Siinä kuvan tekijä saa palautetta ryhmältä joko sanattomasti tai poeettisella kielellä. Palautteessa ryhmän jäsenet ilmaisevat kuvan herättämiä tunteita, assosiaatioita tai miellelyhtymiä taiteellisin keinoin, äänen, liikkeen, tarinallisen ja runollisen kielen avulla. Taiteen kielellä saatu palaute auttaa tekijää havaitsemaan, miten oma työ tulee vastaanotetuksi, kuten myös sen, miten itse tulee nähdyksi muiden taholta. (Hentinen 2007, 154, Knill 2005.) Pirkkoliisa Tikan tehtävänanto heijastusimprovisaatioihin oli myös se, että kommentit tuli esittää sanattomasti tai poeettisesti, joko yksin, tai ryhmänä. Seuraavaksi on Saaran reflektointia heijastusimprovisaatioista. Hän katsoi videonauhalla kohtaa, missä Tuija, yksi ryhmäläistä teki heijastusimprovisaation hänen strutsi kuvastaan.

”Me kaikki sukelletaan niissä toistenki juttuisa..”

S. Tuo tuosta Tuijan kommentoinnistahan lähti mun roolivaattetki esimerkiksi siihen.. ja se..runoki mikä sitte mulla synty..sen jälkeeseen ja sittehän..me Saaran kans sitä runoa myöhemmin muokattiin mutta määhän ite tein alun perin siitä semmosen pohoja..runon..mitenkähän ne meni ne sanat..mutta just tuosta että haluaa sen höyhenpuvun ja..haluaa..kaunistautua niillä.. ihanilla..sydämen keveyden höyhenillä..mutta.. joka tapauksesa sitte tämäki sessio mitä tässä oli että se vei kuitenkin omalla tavalla etteen päin sitä.. juttua..musta se oli hirviän hauska tapa..ja tietenkihän se yhittää sitä..jos aatellaan..?..että meän on määrä tehdä yhteinen esitys, että me ei vaan olla semmosia irrallisia toisistamme..jotka vaan möyrii siinä omassa jutussaan yksinään..se että me kaikki sukelletaan niissä toistenki juttuisa ..sitä esitystäki ajatellen niin..sitä on aivan erillä tavalla mukana siinä kaikessa, mitä sielläki tapahtuu..ettei se oo vaan sitä että...minä ja mun jutut.

Saaran roolihahmo ”Mielen panssarit”-esityksessä oli Lintunainen. Hän sai Tuijan heijastusimprovisaatiosta idean roolivaatteisiin. Lisäksi Saaran runo, jonka hän esitykseen myös sävelsi, valmistui Tuijan kommentoinnin jälkeen. Saara kokee, että yhteinen tavoite, esityksen tekeminen, edesauttoi sitä, että olimme kaikki mukana myös

toistemme jutuissa.

Tuija kommentoi heijastusimprovisaatiolla myös Saaran toista kuvaa. Saara oli tehnyt toisen kuvan liike-ääni-kuvansa herättämien ajatusten pohjalta silmät auki, ja se oli pyöreän muotoinen höyhen. Kuva oli salissa seinällä strutsi kuvan vieressä.

”Sitä teki jonkulaisten semmosen matkan”

S: Niin semmonenhan siinä tapahtu mää oikeestaan jo..alusa lähin sitä puhumaanki että ensin oli tajunnanvirtateksti ja sitte..tuo kuva..siitä kuvasta..synty sitte vielä toinen kuva...ne jotenki..sitte vielä se Tuijan..se miten se sitä kommentoi sitä mun kuvvaa tai..se jotenki vielä..sehän passas.. aivan totaalisen täysin..(hymähtää)..siihen juttuun..että mää oivalsin jotaki.. minkä mää olin jo tienny valamiiksi..mutta jotenki mää vaan toin sen sillai konkreettisesti tähän...että tavallaan sitä teki jonkulaisten semmosen matkan...

Haastatteluhetkellä ”Mielen panssarit” projektista oli kulunut kolme vuotta. Katsoessaan videonauhaa ja reflektoidessaan kokemaansa, Saara näkee selkeän jatkumon oman teemansa kehittymisessä. Videoituna päivänä tapahtui paljon oleellisia asioita niin kunkin omaa prosessia kuin tulevaa esitystäkin ajatellen. Saaran puheessa korostuu myös toisen ryhmäläisen merkitys siinä, kuinka toisen kommentti sopii täydellisesti omaan teemaan ja tuo oivalluksen.

Saara teki heijastusimprovisaation Tuijan kuvaan.

”Kai se on sitte joku ihmisen elämän perusteema parantua”

S: No varmaan..minkä takia ni kai siinä jotaki samankaltasuutta näkkee siihen ommaan.. sen hetkiseen.. juttuun ja siihen kuvvaan tai panssariin mitä oli silloin tehenny..että kai se tuntuu vettää puoleensa se.. että kokkee voi samaistua johonki...että ihan mitä mää kattoin nyt tuota että miten mää vaikka tuota..Tuijan..työtä kommentoin..siinä oli se semmonen aivan samanlainen kaks..jakosuus sen.. kipu..juttu.. mitä siitä Tuijan jutusta...viestitty..semmonen..että se pittää parantaa...että se kaipaa vaan..parantavvaa energiaa..samalla tavalla ko ne omatki..jutut..että.. kai se on sitte joku..ihmisen elämän perusteema..on..parantua..mun mielestä...että..pääsee semmosista ...kipijöistä.. tai se löytää jonkun..tien..niitten kanssa..ellä ja löytää jotaki..lohtua ja voimaa.

Saara kokee, että ihmisen perusteema on hakea parannusta, tai väylän elää kipeiden asioiden kanssa. Saaralle taiteellinen työskentely on luontevin kanava käsitellä ihmisyyteen liittyviä teemoja. Saara koki liike-ääni-kuvan matkana, samoin koko prosessi

näyttäytyy jälkikäteen reflektoiden matkalta, jonka vaiheet ja merkitysyhteydet Saara näkee haastattelussa selkeästi. Lusebrinkin ajattelussa *symbolinen ilmaisu* näyttää olevan lähellä *intuitiivista merkitysten* löytämistä, jota usein kuvataan myös metaforisena ajatteluna. Myös kuvallisten symbolien merkitysten muotoutumista voidaan kuvata matkana, jonka aikana Lusebrinkin esittämän mallin alemmilla tasoilla integroitunut ajattelu abstrahoituu ja saa metaforisia muotoja. (Hentinen 2007, 143.)

Velin kuva ei ole videolla, koska se jäi viikonlopuksi kotiin. Samoin tehtäväksi annettu toinen kuva jäi Veliltä tekemättä. Hirvikolari sattui videoitua päivää edeltävänä viikonloppuna ja vaikutti meihin kaikkiin, erityisesti Veliin, joka oli turmassa kuskina.

”Ois varmaan saanu hyviä syöttöjä siinä”

V: Tossa nauhallahan näky kans se.. hirvikolari homma mikä..vaikutti kans prosessiin.. siinä mielessä kävi mielessä ku katottiin nyt mitä tehtiin toisen kuvan kanssa..(T: ymm..)niistä.. mistä sitte kaikki..vapaamuotosesti että mikä kutsu niin tehtiin niitä..mitä ne nyt oli..performanssin puolelle..(T: ymm..) kai se melekeen meni.. syöttöjä kavereille niin..itellä ei ollu sitä tehtynä..juurikin kun oli se hirvikolari..ei tullu tehtyä..ilimeisesti oli viikonlopun aikana annettu tehtäväksi se..että siinä mielessä..näki että se olis ollu varmaan ihan mukava.. ois varmaan saanu hyviä syöttöjä siinä..(T: ymm..)siihen ommaan hommaan...

Velin puheesta huomaa, että hän on joukkuepelaaja, oli kyseessä sitten urheilu tai taiteilu. Syötöt kavereille ja kavereilta ovat tärkeitä. Veli uskoo myös, että olisi saanut hyviä syöttöjä omaan teemaansa. Veli reflektoi omaa kommenttiaan yhden ryhmäläisen, Miran liike-ääni-kuvasta näin:

”Jo pelekästään se yhdistettynä sitte johonki kuvaan”

V: Nyt ite näin semmosen yhteyden että siinä mahdollisesti oli..Mirako oli tehny sen pienemmän kuvan..(T:ymm..)ni siinä oli ku..ovi siinä kuvassa..(T: joo..)että ilimeisesti mä oon ..sitä kautta ois se..oviteema.. että oli ihan jännä nähä kyllä..(T: ymm..)en muista sitä että miten se syöttö siinä..ne on vähän hankalia asioita kun ne on niin kaukana..(T: ymm..)siis ajallisesti.. mutta oltiinhan me jo sen aikaa oltu..tekemisissä toistemme..(T: ymm..)kanssa että jo pelekästään se yhdistettynä sitte johonki kuvaan ni..(T: ymm..) ehkä sitä tulukittee jo sitä kautta ko..saa siitä jo syöttöjä itelleen..tommosessa tekemisessä.. en mä etes muista että oliko mulla mietittynä se..minkälaisen jutun mä teen ku..(T: ymm..)mä meen sinne oven taakse..(T: ymm..)vai syntykö se siinä vaan..

Saaran strutsi kuvan ilmeisyyttä (ks. Varto 2008, 38) lukuun ottamatta, Miran, niin kuin muiden ”Mielen panssarit”-ryhmäläisten liike-ääni-kuvia voi luonnehtia abstrakteiksi.

Veli kokee, että Miran kuvassa oli ovi. Veli teki oman heijastusimprovisaation menemällä salin ikkunallisen oven taakse ja sieltä hän liikkeen ja äänen kautta kommentoi Miran kuvaa. Velin heijastusimprovisaatioista syntyi oviteema ja sävellys esitykseen.

Maria rakensi Velin ja lavastuksen opettajan kanssa kolmemetrinen tornin kanaverkosta, jonka sisällä Maria Kuningattaren roolissaan lauloi ja soitti huilua ”Mielen panssarit” esityksessä. Maria halusi pysäyttää nauhan juuri ennen Miran, toisen ryhmäläisen kommenttia omasta liike-ääni-kuvastaan.

”Mä sain sen prosessoitua semmoseksi..hienoks siniseks torniksi”

M: Että sitten kun.. päästiin tohon..ni musta tuntu että mä olin kulkenu jo hirveen pitkän taipaleen..siihen mennessä..(T: joo..)..et se oli..hirveen voimakkaita ja isoja asioita pyöriny ..mielessä..ennen sitä kun toi oli..tossa vaiheessa..(T: ymm..)..päästiin siihen torniin asti..se oli sitten tavallaan konkretisoitunu ja se oli esineellistä..(T: ymm..)..taikka se oli sellanen olemassa oleva joku pömpeli (nauraa)..jonka mää saatoin niinkö..ai nyt se on tässä näin ja..tää ei oo enää mun juttuni..mää oon nyt tämän luonu ja tää on hieno ja ai ku kaunis..hih hei..et se oli se prosessi, että mä sain sen prosessoitua semmoseksi..hienoks siniseks torniksi joka on..(nauraa)..sieltä olis päästävä alas...hirveen rankka prosessi se oli..ja siinä vaiheessa ei sitä edes pystyny tiedostamaan..(T: ymm..)..että..mä syytin koko ajan jotakin kaikennäkösiä et ku mä olin opettaja ja mulla oli.. kaksoisrooli ni mulla on kauheen vaikeeta sen takia ja..plaa plaa et mä keksin kaikennäkösiä verukkeita ja..sytä että mikä tässä nyt muka niin mättää etteihän mulla nyt mitenkään vaikeeta oo (nauraa)..eikä mulla mitään käsiteltäviä asioita..mutt että..jotenkin kauheen vaikeelta tuntuu..

Katsoimme nauhalta Miran heijastusimprovisaation Marian kuvasta.

”Mää..menin karkuun..sitä alas tulemista”

M: Tosta Miran..performanssista..mä muistan sen olon siitä että kuinka..vaikuttavaa kun se teki sen..jotenkin konkreettiseksi sen..asian..se oli ehkä helpompi jotenkin käsittää..se.. (naurahtaa) mitä mää .menin karkuun..sitä alas tulemista ja sitä et..miten sieltä oikeesti pääsee alas..ja se mikä mua liikutti siinä sen mää muistan ja tossakin..kun mä sen uudestaan näin oli se että...kun se Mira yritti ottaa kontaktia jonnekin, et se yrittää pyytää apua jostakin että.. auttakaa mua.. mää oon täällä..et hei..auttakaa nyt oikeesti. ..jotenki se mitä itekki tajuaa että.. totta kai sitä mieluiten pyytäis että josko..voisko joku auttaa mua ett mulla on tosi vaikee tilanne ett mää en..tajua että miten tää homma hoidetaan että mä..voisin tän asian selvittää..(T: ymm..)..semmonen olo mulla oli itelläni..ja..se kun Mira sitten teki sen..jutun.. eikä se tullu sieltä ollenkaan pois (nauraa)..vaan se jäi sinne..niin sitte mää jotenkin tajusin että niin no ei.. minähän sieltä tuun että se on mun..oma luoma..et se on..mun

*tämmönen..etteihän se oo välttämättä edes totta..vaan se on mun
tällänen..panssari ja kuori..tai
tämmönen..suojakeino..suojautumiskeino..niinkö sitä silloin puhuttiin
että..kyllä se panssari on keino suojautua..jotakin sitä vastaan mitä
ei pysty kohtaamaan elikkä..että se että mun täytyy vaan pystyä
tulemaan sieltä pois ja sit se ois siinä..samaten kun se että se on niin
itse asiassa pieni se torni et samaahan se tavallaan tarkoittaa että..(T:
ymm..)se on mun oma..tämmönen...et.. mä oon luonu
tämmösen..jutun jossa mä elän ja sit mä en tavallaan mukamas
pääse sieltä pois..vaikka mä voisin tosiaan vaan astua sieltä
(nauraa)..tuoilta alas..no nii tässä se oli..kiitoksia vaan kaikki
(nauraa)..se on tavallaan sellanen absurdi.. osuus sitä..(T:
ymm..)tuli hyvin.. selville tossa..Miran..jutussa mut siis se..se oli
hirveen liikuttava se miten se sen teki..kauniisti..*

Maria puhui paljon oivaltamisen vimhasta, ja siitä kuinka intuitio oli vahvasti mukana ryhmämme työskentelyssä. Taideprosessi on aina monimerkityksinen ja monikerroksinen tapahtuma (Rankanen 2007a, 36). Videoitu päivä oli prosessin kiivainta luomisaikaa. Samanaikaisesti syntyi myös kohtausaihoita, sävellyksiä ja tekstiä tulevaa esitystä varten. Maria sai apua omaan teemaansa toisen kommentista. Samoin hän itse intuitiivisesti auttoi toista ryhmäläistä oman teemansa työstämisessä kommentoimalla toisen kuvaa tanssien. Myös minä löysin ratkaisun omaan teemaani toisen ryhmäläisen kuvaa tanssimalla.

Maria koki ryhmän merkityksen erittäin suureksi heijastusimprovisaatioissa. Muiden osuus vei prosessia hyvään suuntaan. Se, että olimme kaikki käymässä läpi omaa prosessia, ja sen myötä heikoilla, oli Marian mielestä myös projektin vahvuus. Ryhmän tuki ja se että tuimme toisiamme eteenpäin, oli Marialle oleellinen asia suhteessa niin heijastusimprovisaatioihin kuin koko ”Mielen panssarit”-prosessiin.

”Avoimena sille mitä sussa.. ja siinä toisessa ihmisessä tapahtuu...
M: Et mitenkä toinen ihminen tajuaa sen asian et mäkin olin Miran kanssa paljon jutellu..me oltiin kuitenkin aika paljon..siinä vaiheessa..juteltiin kaikkee niin..se..varmaan sitte näkee..näki asiat myös ihan eri kantilta kun minä..(T: ymm..)hirveen tärkeitä mun mielestäni oli noi..näät toisten tekemät..(T: ymm..)performanssit toisten töistä..ja kautta linjan koko tää..se sosiaalinen..juttu mikä tässä oli muitten ihmisten osuus siihen sun omaan olemiseen oli mun mielestäni.. aivan mielettömän suuri..(T: joo..)se muutti koko ajan sitä..tilannetta..hyvään suuntaan..et se..sulla on ihmisiä jotka käy tietenki..kaikki oli hirveen heikoilla ja kaikilla se oma prosessi tietenki.. käytävänä mutta se oli myös sitte se asian vahvuus..(T:

yymm..)..mun mielestäni tai ainaki mää koin sen sillä tavalla..et se ryhmän tuki oli hirveen..suuri..(T: yymm..)..ja voimakas..apuja kyllä..ainaki mulle jäi semmonen olo että se oli myös kaikille sitä jotenki...mutta että.. tollasen prosessin läpikäyminen ei varmaan ois mitenkään onnistunu ilman sitä..(T: yymm..)..että siinä on kaikki paikalla..käymässä läpi sitä omaa juttuansa ja..avoimena sille mitä sussa.. ja siinä toisessa ihmisessä tapahtuu...”

Yllä oleva kuvastaa hyvin sitä, kuinka ryhmä toimi terapeutin tilalla taiteen kolmiosuhteessa (Hautala 2008, 110). Saara sai ideoita omaan teemaansa toisen heijastusimprovisaatioissa ja Maria liikuttui syvästi toisen toisen tavasta kommentoida niin kauniisti. Marian kokemus kuvastaa hyvin esteettisen vastuun periaatetta, joka on ekspressiivisen taideterapian lähtökohta kaikkeen työskentelyyn. Esteettisen vastuun periaate näkyy myös palautteiden annossa. Kauneuden voima näyttäytyy terapiatilanteessa rakkaudellisena asenteena, jonka vastakohta ei ole rumuus, vaan välinpitämätön, epäesteettinen asenne, jolloin emme pysty kohtaamaan tuskaa, iloa tai rakkautta aidosti. (Knill et al. 2004, 72–74.)

Taideterapian kolmiosuhteen (Rankanen 2007, 2016) monitasoisiin tekijöihin ja prosesseihin kuuluu yhtenä *heijastamisen prosessi*. Taideteoksessa voi heijastua oman itsen lisäksi myös elämäkokemukset, itselle merkittävät ihmiset tai ympäristö. Ekspressiivisessä taideterapiassa korostetaan lisäksi, että taiteessa on aina myös jotain ikään kuin ulkopuolelta tullutta, johon tekijä ei pyrkinyt vaan joka ”vain ilmestyi” luomisprosessin aikana (ks. myös Varto 2008, 38–39, Kulmala 2001, 18–19). Kuvat eivät ole pelkkiä erilaisia peilikuvia itsestä ja kokemuksista, vaan niissä voi ilmetä myös laajempaa universaalia tai arkkityyppistä materiaalia. Saaran strutsi on tästä hyvä esimerkki. Taideilmaisuuksiin sisältyvä peilaaminen toimii jatkuvana kehittyvänä prosessina. Marian kipu liikeääni-kuvan aikana, toinen kuva tornista ja toisen ryhmäläisen heijastusimprovisaatio hänen kuvastaan toi oivalluksia ja vei omaa teemaa eteenpäin. Aikaisemmin ilmaisematotamat asiat tulevat näin ilmaistuiksi ja samalla ne saavat taidetyöskentelyssä tai materiaalissa näkyvä muodon, säilytyspaikan (art as a container). Materiaalin tutkiminen ja taiteellinen työskentely voi johtaa uuteen tietoisuuteen, näkemykseen tai suhtautumistaan ilmaistuista asioista. Kun itsestä ulos heijastettu ja tutkittu materiaali liitetään takaisin omaan elämään ja kokemuksiin, syntyy mahdollisuus vahvistaa tai muuttaa kokemusta itsestä ja omista toimintatavoista. (Rankanen 2007a, 43.)

4.3 Taide kannattelijana

Taide kannattelee potentiaalisessa tilassa monin eri tavoin. Winnicottin käsitettä potentiaalinen tila, kuvaa myös siirtymä-, väli- ja leikkitilan käsite, sekä liminaalitila, joka käsitteenä tulee alun perin kulttuuriantropologian alalta (Mantere 2007a, 13–14.) Luvussa 4.2 Taide kanavana, esittelin taideterapian ja taideterapeuttisen toiminnan ytimessä olevan kolmiosuhteen, jonka keskiössä, välillä olevaa tilaa kuvaa Winnicottin käsite potentiaalinen tila (Rankanen2016). Luvussa Improvisaatiot toisten kuvista havainnollistin ryhmäprosessia terapeuttisessa tilassa (Hautala 2008, 110), koska ”Mielen panssarit”-prosessi sai merkityksensä henkilökohtaisen taiteellisen työskentelyn lisäksi ennen kaikkea ryhmäprosessin tuoman merkityksen kautta. Stephen K. Levinen ekspressiiviseen taideterapiaan tuoma käsite Poeeisis on metafora potentiaaliselle tilalle, samoin luova syväprosessi kuvaa potentiaalisen tilan erityislaatua.

Potentiaalista tilaa voi luonnehtia myös käsitteellä taide kulttuurisena kohtaamispaikkana. Tarja Pääjoen (2004) käsite juontaa monikulttuurisesta taidekasvatuksesta, missä teoria lähtee usein ajatuksesta, että tällainen pysyvä paikka, oma vakiintunut kulttuuri-identiteetti olisi olemassa. Teoreettisesti kiinnostavampi lähtökohta Pääjoen mukaan on ajatella taidetta paikkana, jossa omaa identiteettiä, turvapaikkaa voi rakentaa. (Pääjoki 2004,69.) Päivi Känkänen (2013) näkee vuorostaan taiteen kohtaamisen tilana, missä taidelähtöisten menetelmien kautta on mahdollisuus muuttaa käsitystä itsestä ja rakentaa omaa elämäntarinaansa uudelleen. Tutkiessaan lastensuojelun sijaishuollossa toteutettuja hankkeita, Känkänen esittää, että tarvitaan kontrollista vapaata mahdollisuuksien tilaa, missä kontrolloidussaakin olosuhteissa löytyy vuorovaikutukselle vapaata, jaettua ja yksityistä tilaa. (Känkänen, 2013, 91.) Taide voi olla myös turvapesä (Hautala 2008, 116), tai toimia yhteisenä kokemusten jakamisen tilana (Koskela 2016, 8).

Ryhmä kannattelee potentiaalisessa tilassa

Winnicottin mukaan spontaanisuudella on merkitystä vain kontrolloidussa ympäristössä, sillä ilman muotoa sisältö on merkityksetön (Davis & Wallbridge, 1984, 150.) Winnicott itse toteaa, että

”järjestämme ammattimaiset olosuhteet, missä muuttujina ovat aika, tila ja olosuhteet, jotka rajaavat meille tarkasteltavan osan lapsen tai lastenhoidon kokemuksia, ja katsomme mitä tapahtuu. Tämä merkitsee samaa kuin muoto taiteelle. Kristinuskon tunnustajat käyttävät tästä ilmaisua ’ jota palvellessa voi kokea täydellisen vapauden’, mikä vastaa Shakespearen tai Keatsin runoissaan käyttämää sonettimuotoa, joka sallii spontaanit impulssit ja odottamattoman luovan ilmauksen. Niitä me odotamme ja arvostamme työssämme. Jätämme jopa ilmaisematta omat nerokkaat ajatuksemme pelätessämme niiden estävän lapsi- tai aikuisasiakkaan nerokkaat ajatukset.” (Davis & Wallbridge 1984, 150–151, alkup. Winnicott 1970: *The Practice of Child Psychiatry*. Talk given to the A.C.P.P. Newcastle.)

Winnicottin mukaan luonnollisesti kehittyvä muoto hakee jatkuvasti itsensä kanssa sopu- soinnussa olevia yksityiskohtia ulkomaailmasta. Tässä tulee esille Winnicottin painotama ympäristön merkittävä osuus kaikilla elämän alueilla. Piirtävälle pikkulapselle paperin koko ja muoto muodostavat ympäristön. Toinen esimerkki on näyttämö, joka sitoo näytelmän niin, että voimme eläytyä siihen vahingoittumatta. Tapahtumapaikka on, ”tuolla noin” ja se mahdollistaa sen, että tunteemme ovat siedettävissä. (Davis & Wallbridge 1984, 151–152.)

”Mielen panssarit”- prosessille fyysiset rajat ja puitteet antoi Oriveden Opisto, jossa oli lukuisia kursseja ja koulutuksia, kuvataide-, kirjoittaja-, musiikki- ja monitaiteellisen ilmaisun linjan lisäksi. Suurin osa opiskelijoita, myös Saara, Veli ja Maria asuivat monitaiteellisen ilmaisun linjan ajan joko opistolla tai sen läheisyydessä. Myös minulle vuosi oli sapattivuosi muusta elämästä, sillä opetusta ja projekteja oli aamusta iltaan, välillä viikonloppuisinkin. ”Mielen panssarit”- prosessi tapahtui fyysisesti opiston D-talon alakerran Sointula nimisessä tilassa, joka oli varattu meille lähes kahden kuukauden ajaksi. Meillä oli siis aika ja tila.

Puheessa aika D-talon Sointulassa eroaa muusta ajasta ja olemisesta. Sekä Veli että Maria nostavat esiin Sointulassa koetun erityisyyden prosessin aikana. Kysyn Marialta: *Mitä sie..ajattelet että se on olennaista että..sie puhuit että hieno ryhmä ja muuta mutta*

mikä se tekee sen..mikä se on se tila missä.. se kohtaamis..(M.: se on se yhteys..).

”Se juttu on..että me kaikki kannatetaan toisiamme”

*M :Niin no kyllä mä luulen että se on varmaan just se prosessi..se siis että kaikilla on se..kaikki me oltiin sitouduttu..siihen prosessiin mitä me oltiin tekemässä et kaikki oli..päätänny mennä sen läpi vaikka..(T: ymm..)..*siinä kävis vaikka kuinka..(T: ymm..)..*ja se varmaan oli se syy minkä takia pysty tekemään sitä niin täysillä..(T: ymm..)..*ja ottamaan myös toisista sen mitä sieltä..(T: ymm..)..*tuli vastaan..koska koko ajanhan siinä liikuttiin... sitten kun ei oltu tuolla..D-talossa..(T: ymm)..paikan päällä ni sitä puhuttiin että kuinka hirveetä ja kuinka raskasta ja..huh huijaa että kuinkahan tästä selviää ollenkaan..et me siis kaikki oli sitä mieltä aina jossain vaiheessa.. mut sitte ku oltiin tuolla paikan päällä ni se unohtu koska siellä tapahtu niin uskomattomia asioita..(T: ymm..)..*et kaikki tajus sen siinä hetkessäkin..että..me ollaan tekemisissä jonkun sellasen asian kanssa mitä..välttämättä..koskaan tuu..ei tämmöstä tilannetta ainakaan tietenkään tällä ryhmällä voi saavuttaa..(T: ymm..)..*et se on täysin..ainutlaatunen ja..käsittämätön tapahtuma..et.. mikä tulee ihmisten.. luottamuksesta..mun mielestäni ja siitä uskosta siihen että.. se juttu on..että me kaikki kannatetaan toisiamme..et se koska se alkuvaiheessa oli kuitenkin vähän semmosta haparoivaa ja kaikki pelkäs hirveesti..ja epäröi sitä että mitä tästä vai että..mitä mun nyt pitäis tehdä..mäkin muistan just sen hirveen haparoinnin ja sen epäröinnin..mikä mulla itelläni oli ja minkä mä koin muista..kyl ku me oltiin tossa vaiheessa menossa niin sitä epäröintiä ei enää ollu ollenkaan et vaan se oli sitä semmosta täydellistä heittäytymistä sitte sinne..sinne jonnekin..(naurahtaa)..täysin tuntemattomaan.. ei varmaan kellään ollu oikein mitään käsitystä mitä se sisältää ja mitä sieltä tulee vastaan ja.. siis aivan mieletön uskallus..(T: ymm..)..*******

Kuvaavaa Marian puheessa on se, että kun emme olleet D-talon Sointulassa, omat teemat ja niiden taiteellinen työstö tuntui raskaalta, mutta Sointulan potentiaalisessa tilassa ollessamme raskaus unohtui, koska siellä tapahtui niin uskomattomia asioita. Marialle luottamus koko ryhmän välillä oli oleellisin ja merkityksellisin asia ”Mielen panssarit”-prosessin onnistumisessa. Hän kokee, että kaikki uskalsivat heittäytyä tuntemattomaan. Winnicottin mukaan tärkeintä on kaikki se, mikä johtaa luottamukseen ja painottaa, että potentiaalinen tila on yksilöllisesti muuntuvainen tekijä, kun taas kaksi muuta, eli psyykinen todellisuus, jonka pohja on biologisesti ohjelmoitu ja ulkoinen todellisuus, joka on yhteistä omaisuutta, ovat suhteellisen pysyviä. Edelleen potentiaalinen tila vauvan ja ensisijaisen vanhemman, lapsen ja perheen, yksilön ja yhteiskunnan tai maailman välillä riippuu kokemuksesta, joka johtaa luottamukseen. Winnicottin mukaan potentiaalinen

tila voidaan nähdä yksilölle pyhänä paikkana, sillä juuri siellä yksilö kokee luovan elämisen, ja ainoastaan siellä saa leikki alkunsa. (Winnicott 1971, 121.)

Potentiaalisessa tilassa taide ja ryhmä kannattelevat. Alun haparoinnin ja epävarmuuden jälkeen, ryhmässä vallitsi keskinäinen luottamus, ja sitoutuminen yhteiseen monitaiteelliseen prosessiin, vaikka kenelläkään ei ollut tietoa, mihin prosessi vie. Tiesimme ainoastaan sen, että yhdessä synnytämme prosessista esityksen, jonka Pirkkoliisa Tikka ohjaa. Kysyn Marialta: *Hypätä minne..täysin tuntematon..?*

”Eihän normaalissa elämässä synny sellasia tilanteita”

M: Niiin, hypätä sinne omaan minään joka on kaikille tuntematon että ainaki musta tuntuu että..se mikä.. just näissä.. performansseissa oli oleellista..ja välittyä ainaki mulle on se että.. se toinen ihminen joka tekee susta ja sun työstäs joka on sun täysin henkilökohtasella...alitajusella tasolla tehty..työstetty juttu ni se toinen ihminen joka tekee siitä..sitten sen.. mitä se siinä näkee..tai tuntee tai oivaltaa tai..vaistoo..niin....se on mun mielestä niin hirveen tärkeä se.. vuoropuhelu.. kahden tai useamman ihmisen välillä... sen takia et eihän normaalissa elämässä synny sellasia tilanteita..

Maria nosti haastattelussa esille myös mahdolliset vaaranpaikat.

”Et onhan siinä totta kai myös negatiivisia..mahdollisia puolia”

Siihen liittyy myös vastuu siitä toisesta ihmisestä että mitä sä sieltä löydät mitä sä näät..(T: ymm..)..että..kestääkö se sen ja..haluaako se nähdä sitä et..(T: ymm..)..loukkaako se niin hirveesti että sitä..tai jotakin tällästä et onhan siinä totta kai myös negatiivisia..mahdollisia puolia..(T: ymm..)..että joku ei oikeesti kestäis sitä mitä sieltä tulee ulos..(T: ymm..)....mut että se myös..se luottamus mitä ihmisillä on..toisiinsa tossa ryhmässä oli niin huikea..että luotti siihen että sieltä ei tuu mitään..(T: ymm..)..et.. siis kaikki piti huolen siitä että..se intuitio pelaa niin paljon että sieltä ei tuu mitään..pahaa ulos...että hirveä luottamus..

Marialle hyppy tuntemattomaan, on hyppy omaan minään. Performansseissa korostui ryhmän merkitys. Maria kuvaa, kuinka ryhmä vaistoa intuitiivisesti toisen henkilökohtaiset, alitajuisella tasolla työstetyt asiat ja reagoi niihin kommentoimalla taiteellisesti. Marialle merkityksellistä oli taiteellinen vuoropuhelu kahden tai useamman ihmisen välillä. Maria puhuu, kuinka normaalissa elämässä ei synny samankaltaista uskallusta heittäytyä muiden syövereihin. Marian kuvaama taiteellinen työskentely mahdollistui, koska se tapahtui potentiaalisessa tilassa.

Maria puhui paljon oivaltamisen vimhasta, siitä kuinka ryhmämme, D-talon

Sointulassa ollessaan, eli lahjomattomasti yhteistä juttua, ja kommunikoi usein ilman sanoja. Muistan myös hyvin, kuinka intensiivistä työskentely Sointulan potentiaalisessa tilassa oli.

”Mää muistan ihmisten silmät”

M: Ehkä se on justinsa semmonen mitä tapahtu siinä ryhmässä on se että..mitä näkee toisesta ihmisestä..myös sen kuvan.. takana tai sen mitä siihen liittyy siihen juttuun tai siis se hirveen kiintee..yhteistyö mitä me siellä tehtiin koko ajan se ihmisten..mää muistan ihmisten silmät ko sä kohtaat jossakin tai että sää meet jonnekin ja se tulee..toinen tulee vastaan sen..toisten ihmisten silmistä näkee koko sen jonkun tämmösen..oman ulottuvuuden että..(T: ymm..)..kaikki oli niin.. herkillä ja täysillä mukana kuitenkin siinä jutussa..ja tietenkä..just toi kun tekee toisen kuvasta..sitte jotakin..ja sä meet siihen tekemään sitä et se oli mun mielestäni hirveen huikeeta..ja huikeeta seurata koko ajan sitä et se oli..aivan oli sillai.. (naurahtaa)..vereslihalla koko ajan sen..just noi varsinkin..performanssi..prosessoinnit niin..jotenkin kauheen sellasta elää symbioosissa ihmisten kanssa suurin piirtein että tajuaa niitten..aivotukset..ilman että kukaan puhuu yhtään mitään (naurahtaa)..suurin piirtein että.. kaikki näkyy..kuvilla tai.. sitten..jostaki muusta..muualta tulee..ne tiedot niistä..asioista..et se mikä siinä mun mielestäni oli hirveen positiivistai sinne ihan loppuun saakka siinä..myös siinä esityksessä mukana se semmonen hirvee..yhteisyyden ja sen..sosiaalisen..yhteisen olemisen semmonen..huikee...tunne (T: ymm..)..että ollaan yhtä..ihan täysin sillai..lahjomattomasti..eletään siinä..sitä juttua

Luvussa haasteelliset sanat Maria kuvaa sitä, kuinka sanoja ei tarvittu. Hän puhuu kollektiivitetoisuudesta, mikä syntyi sanattomissa kohtaamisissa ryhmäläisten kesken. Maria nostaa puheessaan esiin myös sen, kuinka omista teemoista tuli ryhmässä yhteisiä. Maria koki kollektiivisen yhteyden jatkuneen myös esityksessä.

”Oli myös esityksessä mukana se semmonen täydellinen kollektiiviyhteys”

M: Joku tällanen kollektiivitajunta mikä sitte löytyy jossaki vaiheessa ku ihmiset on hirveesti toistensa kanssa tekemisissä..et se on sitä..jatkuvaa ..niitten..yhteisten asio..taikka siis omien joista tulee yhteisiä niin niitten asioitten..läpikäymistä..(T: ymm..).. ja sitä kohtaamista..toisen ihmisen kohtaamista..koko ajan ni sit siitä tulee sellanen ..kollektiivi..(T: ymm..)..tietosuus..niin mä sen uskon ja joka sitten..välittää ne tiedot..jotenkin ..jossakin tasolla et sä tajuat et ahaa täs on tästä kysymys.. eikä sitä tartte sanoa..(T: ymm..)..eikä sitä ei tarvitte..no sen voi piirtää mutta et se.. sitä ei sanota koskaan vaan sen vaan vaistoo..(T: ymm..)..tai löytää jostaki muualta..eleestä tai..ihmisestä jotenki...mikä mun mielestäni oli myös esityksessä

mukana se semmonen täydellinen kollektiiviyhteys että esmes mä en muista hirveesti siitä esityksestä muuta ku..sen semmosen hirveen..sellasen..yhteis....mitä se nyt sitten onkaan..yhteis..puristuksen tai..(T: ymm..)yhteis tämmösen...mä..ei siinä vaiheessa kokenu olevansa mitenkään hirveen yksilö vaan se oli tämmönen..(T: eikä yksin..) ei todellakaan yksin ei (naurua) ..tornissa olin.

Marian tajunnanvirtakirjoituksen teemana oli lohtu ja yksin. Marian kokemus on, että D-talon potentiaalinen tila jatkui vielä ”Mielen Panssarit”-esityksen ensi-illassa, josta hän ei muista paljon muuta kuin suunnattoman yhteispuristuksen.

Mantere (2007) kuvaa, kuinka Levine ja Knill (2005) ovat rinnastaneet *siirtymäriittejä* kuvaavaa, alun perin kulttuuriantropologian alalta tutuksi tullutta *liminaalisuuden*, tietynlaisen rajatilan käsitettä taideterapiatapahtuman tarkasteluun. Rituaaleille on ominaista jonkinasteinen eristäytyminen omasta arkielämästä, sosiaalisesta ryhmästä ja roolista väliaikaiseen kokemukseen marginaalissa. Tuon kokemuksen kautta voidaan päästä uuteen sosiaaliseen ryhmään ja identiteettiin. Olemme liminaalisessa tilassa, kun vanha ja tuttu rakenne ja olotila on jätetty taakse, eikä uusi ole vielä syntynyt. Liminaalinen tila on sekava ja voimaton vaihe, mutta samaan aikaan se on luovan toteutumisen mahdollisuus. Sen kokija saa tilaisuuden nähdä uusia merkityksiä elämälleen, yhteisössä olemiselle ja roolissaan siinä. Taideterapiatilanteen potentiaalinen tila on samankaltainen liminaalitalan kanssa, koska sen ei ole tarkoitus olla pysyvä tila. Se on totutusta poikkeava toiminnallinen tapahtuma ja olemisen tila. Myös Marian puheessa kuvastuu se, kuinka Sointulan potentiaalisen tilan taiteellinen tekeminen ja ryhmässä jakaminen muiden osallistujien kanssa, ohitti tavanomaiset sosiaaliset normit ja identiteetit, ja antoi sijaa inhimillisen yhteyden kokemiselle. (Mantere 2007a, 14.)

Veli kokee taiteen tekemisen ”Mielen panssarit”-ryhmäprosessissa kasvun paikkana.

”Tuntu tosi mukavalta ja..nostalgiselta kattoa tuota”

V: Hirveen..kasvattava tai kasvun paikkahan siinä oli ja..mahollisuus..ja...kyllä oon tosi ilonen että tuli..tehtyä ja käytyä ja..nytkin ku mitä katottiin tuota videota ni..tosin hyvä meininkihän siinä oli..ryhmässä..mää olin oikiastaan muistellu että..se ei ois ollutkaan noin..(T: ymm..)iloluontosta hommaa mutta niin..ehkä siihen on kans jääny kyllä mulle ne D-talon ajat..niistä se että se oli ihan mukavaa mutta niin ehkä siinä on kuitenkin sitte päällimmäisenä jääny mieleen se.. mikä kiire aina tämmösissä projekteissa..(T:

*ymm..)..tullee että..oli vähän kaaoksellista se..homma ennen sitä ensi-
iltaa... mutta se oli niitä viimeksi..hetkiä mikkä oli mutta nyt
varsinki ku katto tuota niin..tuntu tosi mukavalta ja..nostalgiselta
kattoa tuota..hyvältä tuntu...*

Maria puhui aiemmin siitä, että D-talon ulkopuolella tuntui raskaalta, mutta kun olimme taas Sointulassa, kaikki huoli ja epäilyt jaksamisesta karisivat. Veli huomaa videota katsoessaan unohtaneensa, kuinka iloluontoista taiteen tekeminen Sointulan potentiaalisessa tilassa oli. Velille oli päällimmäiseksi jäänyt mieleen juuri ennen ensi-iltaa edeltänyt säätäminen, kaaos ja kiire.

Saaralle taiteellinen työskentely on luonnollista ja tuttua lapsuudesta saakka.

”Se..vuoropuhelu tulee ton..taiteen kautta”

*S: Että tavallaan ihmisessä on aina kaks..puolta että on.. just se
inhimillinen...epäröivä ja.. jolla on paljon kysymyksiä ja..saattaa
ahistua asioista ja..jotenki...eksyilevä ja.. (hymähtää)..mää koen että
nuo munkin jutut on sen puolen...sitte sen semmosen..viisaamman..ja
sen..ikusen puolen..dialogia..vuoropuhelua..ja se..vuoropuhelu tulee
ton..taiteen kautta...ja tuossaki mulla alun perin on ollu..siis määhän
oon saanu jo kaikki vastaukseksi mitä..mulla oikeestaan..mitä mää
oon ettiny..nehän on ollu jo tossa tajunnanvirtakirjoituksessa..(T:
ymm..)..alun perin..(T: ymm..)..se..oli jo siinä alakupisteesä..niin mää
tiesin..(T: ymm..)..jo mutta silti..se ei vieny vaikka mää tiesin.. se
ei..mulla silti tuntu..kipuja..se ei kuitenkaan se pelekkä tietokaan että
se..taiteellinen työstäminen on siitaki kauheen tärkeää että.. saa
oikeesti...purkaakki asioita ja saa purkaa kaikkia semmosia
latauksia mitä on.. ihan fyysisessä kehosaki..varsinki tuolla liike-
ääni-kuvalla..koska se on niin puhistavvaa kertakaikkiaan..että se
on..katarssia tavallaan...että..vaikka joitaki asioita sisimmässään jo
tietäski ni..silti...tarvii senki..sen taiteellisen työstämisen siihen...*

Samoin kuin Maria, Saara näkee taiteellisessa työstämisessä oleellisena vuoropuhelun. Maria nosti aiemmin esiin ajat D-talon Sointulassa, missä ryhmä kommunikoi herkästi, intuition kautta toisiaan tukien ja edelleen sen, miten siellä tapahtui uskomattomia normaalielämästä poikkeavia asioita. Saaralle taiteellinen työstö on parantavaa vuoropuhelua oman hapuilevan ihmillisen puolen ja ikuisen viisaan puolen välillä. Saara kokee saaneensa vastaukset kysymyksiinsä jo omassa tajunnanvirtakirjoituksessa, mutta vastausten tietäminen ei riitä. Saaralle on merkityksellistä työstää omia teemoja taiteellisesti edelleen, koska niin voi purkaa kaikkia niitä latauksia, mitä kehossakin on. Erityisesti liike-ääni-kuvan Saara kokee suorastaan katarssina.

”Mielen panssarit”-prosessi liikui taiteen ja taideterapeuttisen prosessin välimaastossa, rajalla. Omaelämäkerrallinen teema, mielen panssarit on tuskin kenellekään helppo teema käsitellä ryhmässä. Kysyn Veliltä: *Miltä se tuntuu tommonen kans ku aiheet oli niin henkilökohtasia meille kaikille niin että osittain oltiin..aika kipeittenkin asioitten lähteillä?*

”Onhan se rankkaa kattoa..kuitenki sitä.. niin panssareittensa..vanki”

V: No se, siinä mielessä varmaan just..siinä ehkä se vaara oli että se.. meni melkeen..sivus jotaki terapiahommaa..(T: ymm..)..että..vaikei kuitenkaan tietenkään siinä mielessä vaikka..on kai taide sen voi nähdä aina..myöskin osaltaan..terapihana mutta..tuohan oli kuitenkin tarkoitus prosessissa edetä esitykseen..ei..terapiaksi pelekästään että niin.. ollaanhan siinä kipeitten asioitten kans tekemisissä..hyvältä se tuntuu..tuntuu..vaikka...onhan se rankkaa kattoa..kuitenki sitä.. niin panssareittensa..vanki..mutta ehkä se.. varmaan kaikessa tekemisessä kuitenkin..vaikei pääsis ku..muutaman sentin eteen päin ni onhan se aina kotia päin..(T: ymm..)..jos se vaan kestää eikä.. heitä takapakkia mutta en mä nyt usko että..meille kellekkään niin kävi..(T: ymm..)..että päinvastoin..ainahan.. herättää jotaki..mahollisuuksia ja uusia visioita ja..kokemuksia aina..ja kokemukset ei voi..koskaan kuitenkaan olla takapakkia..ainakaan loppupeleissä...

Veli, kuten Maria aiemmin, nostaa haastattelussa esille myös vaaran paikat. Veli kokee, että vaarana oli se, että prosessi sivusi terapiaa. Toisaalta hänen näkemyksensä on, että taide on aina osittain terapiaa. Asiaa helpotti tietoisuus siitä, että prosessista tehdään esitys. Veli ilmaisee, että nauhan katsominen tuntui hyvältä, vaikka samaan aikaan on rankka nähdä, kuinka sitä on omien mielen panssareidensa vanki. Toisaalta hän kokee, että kaikki eteenpäin meneminen on kotiin päin, eikä usko, että kukaan ryhmäläisistä meni takapakkia omien teemojensa suhteen. Edelleen Velille kokemukset tuovat uusia visioita ja mahdollisuuksia. Me kahdeksan ”Mielen panssarit” -projektiin osallistunutta olimme värikäs, heterogeeninen porukka. Veli otti asian itse esille haastattelun aikana.

”Eikä semmosta ihmistä oo varmaan olemassakaan jolta..ei vois..oppia jotaki”

V: Siitä ryhmästä vielä..(T: ymm..).. se oli hienoa että..oli niin eri ikäisiä ja erilaisia ihmisiä.. ni se on aina hienoa..päästä kosketuksiin erilaisten ihmisten kanssa..ja varsinkin tehä jotaki yhteistä niitten kans..se on musta iso rikkaus..rikkautta elämään..niitä ei tuu kuitenkaan liikaa niitä..tillaisuuksia..ihimisille...kokemaan ja näkemään erilaisia ihmisiä..sitä heleposti missä nyt assuukaan.. niin ne kuviot on..aina siellä on se tietty kaveripiirinsä..niin tuommoset ryhmähommat..ne on hienoja..eikä semmosta ihmistä oo varmaan

olemassakaan jolta.. ei vois..oppia jotaki..saaha jotaki..kokemusta..oppis..(T: ymm..).. se on se rikkaus tuossa hommassa...niitähän on aika hankala tietenkään sitte.. ei niitä varmaan tarvi tietääkkään että mitä keltäki oppii...

Velille ”Mielen panssarit”-prosessin ryhmän jäsenten erilaisuus oli rikkautta. Kuten Hautalan (2008, 32) tutkimuksessa, Veli kokee prosessin merkityksen myös oppimiskokemuksena.

Mantere (2007) kuvaa liminaalitalan ja taideterapiatilanteen potentiaalisen tilan samankaltaisuutta, kuinka tavanomaiset normit ja identiteetit sivuutetaan, ja kuinka potentiaalinen tila antaa sijaa inhimillisen yhteyden kokemiselle. (Mantere 2007a, 14.) Maria puhuu, kuinka ryhmäprosessi irrotti meitä myös tyypillisistä toimintatavoista ja mahdollisti heittäytymisen tilanteisiin, vaikkei se muuten olisi persoonalle ominaista.

”Et ihmiset joilla ei oo yhteistä nimittäjää kohtaa täysin suvereenisti toisensa..ja löytää yhteisen nimittäjän”

M: Tuota Miraa kattellessa tuli semmonen olo että toi prosessi irrotti meitä jotenkin siitä omasta ittestä siinä mielessä, että esmes toi Miran..tämmönen täydellinen heittäytyminen tohon tilanteeseen täysin epätyypistä oli persoonana muuten..se mitä oivaltaa toisista ihmisistä..niin se oli hirveen huikeeta et kaikki noi oli sellasia.. että varsinkin toi Miran ja Velin yhteistyö..kans täysin tämmönen pari..ei niillä oo mitään sellasta varsinaisesti kohtauspintaa noin muuten..niin..sit se löytyy jostaki..ja..täydellinen napsahdus..et se Velin oivallus siitä..aivan nappiin..et se jotenki tuntuu siltä että eihän oikeesti..ei tommosta voi tapahtua et se täysin tämmöstä irrationaalista..kohtaamista..et se oli mahdollista vaan tuossa..(T: ymm..)..et ihmiset joilla ei oo yhteistä nimittäjää kohtaa täysin suvereenisti toisensa..ja löytää yhteisen nimittäjän

Maria toi puheessa aiemmin esiin myös sitä, miten ”Mielen panssarit”-prosessin aikana Sointulan potentiaalisessa tilassa puheen sijasta intuitiolla oli suuri merkitys. Hän puhui muun muassa siitä, että ihmisten silmistä näkee oman ulottuvuuden. Mantere (2007) kuvaa sitä, kuinka ihmisten ja vuorovaikutuksen keskellä oleminen on normaaliin elämään kuuluva tilanne. Se taas, että taideterapeuttisessa ryhmässä keskitytään muiden ihmisten kanssa taiteelliseen ilmaisuun, omiin ja muiden ajatuksiin, mielikuviin ja tunteisiin, sekä omien ja muiden kuvien ja kokemusten jakamiseen, on epätavallinen yhdessä olemisen malli. Se on tilanteena erityinen, koska se avaa yhteyksiä niin omien

kuin muidenkin ihmisten psyyken alueille, jotka yleensä jäävät vaille huomiota. Se tuo taiteen keinoin yhteiseen kokemukseen niin yksilölliseksi miellettyä kuin jossain määrin yhteiseksi koettua sielunmaisemaa, tunteiden ja mielikuvien aina erityisiä ja yksilöllisiä laatuja, jotka paradoksaalisesti ovat myös yhteistä ihmisyyttä. Kaiken tämän omakohtainen kokeminen ja myöhemmin tapahtuva reflektointi voivat Mantereen mukaan avata silmät näkemään itselle piilossa pysyneitä mahdollisuuksia ja potentiaalia myös omaan arkielämään kuuluvissa ryhmissä. Mantere näkee, että taideterapiaryhmä voi olla tässäkin suhteessa kuin sosiaalisen syväkokemisen ja tutkimisen harjoitusmaastoa. (Mantere 2007b, 178.)

Johdannossa siteerasin Kati Sirèniä (2017), joka kuvaa soveltavan taiteen vahvuutta kohtaamisen ja vuoropuhelun mahdollistajana rajapinnoilla. Hänen näkemyksensä mukaan taiteen kautta on mahdollisuus löytää yhteinen nimittäjä hyvinkin erilaisten näkemysten välille. Yhteinen nimittäjä tuli esiin myös Marian haastattelussa. Marian kommentti kiteyttää taiteen, myös sosiologisesti arvokkaan (ks. Känkänen 2013, 96, Bauman 2012) merkityksen muutoksen mahdollistajana: Löytää yhteinen nimittäjä taiteen tekemisen kautta.

Leikin paikka

D.W. Winnicott antoi käsitteelleen potentiaalinen tila myös nimen leikkitala. Kyky leikkiä, on hänen mukaansa oleellisin tekijä mielekkään, merkityksellisen elämän kannalta, ja muutoksen mahdollistajana. Winnicottin (1971) mukaan itsensä etsimisen tiellä on oltava tietyt olosuhteet, mikäli aikoo etsimisessään onnistua. Nuo olosuhteet täyttyvät luovuuden käsitteen kautta. Hänen mukaansa vain, ja ainoastaan leikkiessään, lapsi tai aikuinen voi käyttää koko persoonallisuuttaan, ja olla luova. Myös todellinen kommunikaatio on mahdollista vain leikkiessä. Edelleen vain olemalla luova, yksilö voi löytää itsensä. (Winnicott 1971, 63.)

Winnicottin (1971) mukaan onnekkaan vauvan, pienen lapsen, nuoren ja aikuisen kokemuspöyrissä separaation ongelmaa ei synny, koska ensisijaisen vanhemman ja vauvan välisessä potentiaalisessa tilassa syntyy luova leikki, joka kehittyy luonnostaan rentoutuneessa ilmapöyrissä; näin symboleja aletaan käyttää tavalla, joka samalla kertaa ilmentää sekä ulkoisen maailman ilmiöitä, että sen henkilön ilmiöitä jota katsotaan

(Winnicott, 1971, 128).

”Mielen panssarit”-projektin onnistumisen kannalta suuri merkitys oli sillä, että me kaikki ryhmässä olleet kykenimme leikkiin. Toisinkin olisi voinut olla. Oleellista koulutuksessa ja prosessissa oli monitaiteisuus, missä taiteita yhdistetään samanaikaisesti niin, että kaikki aistit ovat yhtä aikaa valppaana, kokonaisvaltaisesti. Kokonaisvaltainen tekeminen ei jätä mahdollisuutta turhalle itsekritiikille tai suorittamiselle. Monitaiteellisessa ilmaisussa ollaan lähellä lapsen maailmaa, lapsen kokemusta uudelleen aikuisena. Nopeat siirtymät taidelajista toiseen sekä niiden samanaikainen tekeminen, vaatii niin kokonaisvaltaista heittäytymistä ettei aikaa eikä tilaa jää itsekriittisyydelle. Tämä tuli ilmi sekä Saaran että Velin puheessa, missä itsekriittisyyden merkitys näyttäytyy luovuuden pahimpana esteenä.

Saara oli juuri puhunut siitä, kuinka hänen teemansa jatkui vielä esityksen jälkeenkin, vaikka hänelle esitys ei ollut enää prosessia, vaan prosessoinnin tulos, mikä oli kaikkien nähtävillä.

”Siinäpä taide onki ovela juttu”

S: Vois ajatella että on aika hurjaa mennä ihmisten etteen niin suurten henkilökohtasten asioiden kans..että.. siinäpä taide onki ovela juttu..että koska se antaa sen..ettäisyynen ja antaa sen symbolien maailman..se antaa sen..ovelan leikin ja sen minkä takkaa sää voit niitä näyttää..siis kyllähän ihmiset symboleita ymmärtää mutta siinä on joku se että sun ei tarvi kuitenkaan olla nii auki..ja sillai alasti siinä...ja varmaan tuosa ryhmän keskenki jakamisessa..niin se helepottaa aivan hirveesti.. sun ei tarvi aivan..suoraa puhua..sää saat pikkusen puhua..tavallaan niitten.. symbolien kautta..niistä..se pehementää..ja antaa semmosen turvan.

Symbolit antavat Saaralle suojaa ja turvan, sekä ovelan leikin, jonka kautta voi kommunikoida turvallisesti. Taiteen metaforinen suoja tuli esiin myös Känkänen (2013) tutkimuksessa, missä suoja mahdollisti herkkien, elämäkerrallisten teemojen käsittelyn. Hän kuvaa metaforista ilmaisua siirtymisenä fiktiiviselle tasolle, jossa mahdollistuu todellisuudessa läsnäolevien asioiden kommentoiminen etäänpä. Näin metaforinen etäännyys kauempaa, tai jonkun kautta katsominen, mahdollistaa hyvin henkilökohtaistenkin asioiden käsittelyn ”suorasanaisesti”. (Känkänen 2013, 100.)

Leikillinen suhde todellisuuden kanssa ei välttämättä tarkoita humoristista suhtautumista. Kyse on ennemminkin erityislaatuisesta suhteesta aikaan, tilaan ja jokapäiväisiin rajoituksiin. Usein siihen liittyy joustava, spontaani ja luova asenne

tapahtumiin sekä ideoihin. Taideterapeuttiseen prosessiin osallistuva pääsee kokeilemaan erilaisia näkökulmia toimintatapoihinsa ja käsityksiinsä. Leikillisestä luonteestaan huolimatta, tai ehkäpä juuri siitä johtuen, lähestymistapa johdattaa usein hyvin vakavien ja vaikeiden asioiden äärelle. (Rankanen 2017a, 38, Jones 2005, 261.)

Ekspressiivisessä taideterapiassa leikki, ja leikitilaan virittäytyminen ovat kolmiosuhteen ytimessä. Yksi potentiaalisen tilan synonyymi on leikitila. Erityinen näkökulma taideterapiaan ja taideterapeuttiseen muutosprosessiin on leikin perspektiivi. Myös leikkiä käsittelevät tutkimukset ovat valaisseet leikin yhteyttä muutokseen. Leikillä on kyky heijastaa arkielämän kokemuksia ja luoda tiloja, jotka ovat erillään ulkomaailmasta, mutta silti yhteydessä siihen. Suhtautuminen tapahtumiin, itseen ja muihin ihmisiin voi muuttua, kun siirtää ongelmallisiin tilanteisiin leikissä kokeiltuja ja harjoiteltuja joustavia ratkaisuja sekä asennetta. Leikki lisää spontaaniutta, uteliaisuutta ja mielenkiintoa haasteiden selvittämiseen. Saattakin olla, että leikillinen kokeilu ja tutkiminen tuovat täsmällisempää siirtymävaikutusta uusien ratkaisujen keksimiseen. Samoin kuin lapset siirtävät leikissä kokemansa ajatustehtävien ratkaisuihin, on mahdollista, että leikin vaatima kyky siirtyä konkreettisesta ajattelusta abstraktiin on samanlainen kuin uusien ratkaisujen luomisen taito erilaisissa ajattelutehtävissä. (Rankanen 2007a, 38, Jones 2005, 259–260.)

Kokemus virrassa olemisesta

Haasteelliset sanat luvun yhteydessä kuvasin sitä, kuinka taiteen tekemisen kokemusta voi olla hankala sanoittaa. Alkuun päästyään niin Saaran, Velin kuin Mariankin puhe vei luonnon äärelle ja soljui erityisesti veden elementissä, sen eri muodoissa. Saara puhui **tajunnanvirta**kirjoituksestaan ja siitä kuinka **syvällisiä** asioita omat henkilökohtaiset teemat ovat. Veli kuvaili omaa **virtaansa**, joka oli jo aikaisemmin tullut puheessa esiin. Maria taas puhui asioista, jotka ovat niin **syviä** ja ne tulevat ihmisistä läpi prosessin aikana ilman että sanoja tarvitaan.

Maaria Linko (1998b) puhuu mielenkiintoisena yksityiskohtana siitä, miten hänen omaelämäkerta-aineistossaan koskematon luonto, erityisesti vesi ja vapaana virtaava joki kuvattuna yksittäiseen taideteokseen, kosketti niin useaa kirjoittajaa. Saman havainnon hän teki tutkiessaan (Linko1992) nuorten taiteen vastaanottotapoja. Nuorille mieluisin

taideteos oli jokimaisemaa esittävä taulu, jossa virtaava vesi sai aikaan tunteen sukeltamisesta sisälle teoksen maailmaan. (Linko 1998b, 353.)

“Mielen panssarit” -projektissa vettä ei käsitelty sellaisenaan, esimerkiksi yhdessäkään liike-ääni-kuvassa vesi ei ollut visuaalisesti läsnä, kuvattuna tai tullut omana teemanaan esiin. Lukiessani haastatteluja havaitsin kuitenkin paljon luontoon, erityisesti veteen liittyviä sanoja ja ilmaisuja. Sekä Saaran, Velin että Marian puheessa taiteen tekemisen kokemuksesta, veteen liittyvät ilmaukset tuntuvat aina kulminoituvan johonkin. Saaran puheessa se on **lähde**, kun taas Veli puhuu **virrasta**. Marialle se on jotakin sellaista, mikä tapahtuu, kun **heittäytyään syövereihin**.

”Mikäli piilotajunta voitaisiin personoida, se olisi kollektiivinen ihminen, joka olisi riippumaton sukupuolen, nuoruuden ja vanhuuden, syntymän ja kuoleman suhteen ja jolla olisi käytössään yhden tai kahden miljoonan vuoden lähes kuolematon inhimillinen kokemus...Ikävä kyllä tai pikemminkin onneksi tämä olento näkee unia; ja meistä ainakin näyttää siltä kuin tällä kollektiivisella piilotajunnalla ei olisi mitään omaa tietoisuutta sisällöstään, vaikka toisaalta emme tietenkään voi olla varmoja siitä kuten emme hyönteistenkään tapauksessa. Tämä kollektiivinen ihminen ei näytä myöskään olevan mikään persoona vaan pikemminkin kuin loputon virta tai kuin joskus unessa tai poikkeavissa henkisissä tiloissa tietoisuutemme tulevien kuvien tai muotojen meri.” (C.G. Jung 1991, 25–26.)

Saaran lähde: Saara on haastattelussa juuri puhunut omasta liike-ääni-kuva - tekoprosessistaan.

”Että jossain syvällä ihmisessä on semmonen..lähe”

S: Ja sepä se onkin, että alitajunta, mun mielestä niinkö justinsa tuo semmosia ratkasuja...siihen pitäis aina luottaa ihmisen..että, että jossain syvällä ihmisessä on semmonen..lähe..mistä kumpuaa semmosia..yllät..yllättäviäki asioita ja vastauksia ja semmosia niinkö että..koskaan oo oikiasti mitenkään tuu..tuuliajolla...

Saara oli juuri ottanut esiin myös sen, kuinka tärkeää antautuminen ja heittäytyminen on taiteen tekemisessä. Luvussa: Ryhmä kannattelee potentiaalisessa tilassa, Saara puhui siitä, kuinka taide on hänelle vuoropuhelua itsen kahden puolen; hapuilevan inhimillisen ja ikuisen viisaan puolen kanssa. Kysyn Saaralta: *Mistä sie koet että ne ideat heittäytyessä.. kun jokainen prosessi on ainutlaatunen mutta mistä ne ideat tulee?*

”Ne tulee semmosesta..jostaki osasta ittiä joka.. on semmonen näkevä”

S: No ne tulee sieltä lähteeltä...ne tulee semmosesta..jostaki osasta ittiä, joka.. on semmonen näkevä ja se on tavallaan alitajunta mutta se ei oo pelekästään..se ei oo mikään ali.. se voi olla ylitajuntaki (naurahtaa) tai jotenki jos saa keksiä vaikka tämmösen uuden termin että...tietenki se on verrattavisa johonki vaikka miten viisaita unet..tai..unimaailma ja sitte se.. idea..ideoitten lähdemaailma mun mielestä on sama..ja.. se on vaan semmonen että..ne teemat.. jotka..auttaa..ihimistä niitten asioitten kans..joitten kans se..mahollisesti painii tai..joita se vaan pohtii tai jotka on semmosia tärkeitä elämän..sen..idean...no ne on ne ideat niitä..elämän kysymyksiä.. sieltä..niin ne haluaa taiteenki kautta käsitellä...itelleen tosi henkilökohtasia ..tärkeitä asioita..

Saaralle lähde, tai ideoitten lähdemaailma saa merkityksensä siinä, että se auttaa häntä elämän kysymysten kanssa, joita hän pohtii. Lähdemaailmaan sukeltaminen vaatii kuitenkin rohkeutta.

”Saa ohjausta oikiastaan ja ne näkemykset saataa laajeta”

S: Että kyllähän...mielesä siintää joku tämmönen..lähde...joka kumpuaa hirveen syvältä jostain..ja jotaki..ihimisen pittää kuitenkin vähän karistaa ite itestänsä ja uskaltaa sukeltaa..ei piä..pelätä liikaa... sitäki, että voi vaikka tuntua vähän ahistavalta...koska...se voi sitte, no tieteenki jotkut asiat ni saattaa ihmiselle olla liian kipeitä..että täytyy se sukellus lopettaa...itellä ei oo kyllä semmosta tullu koskaan etteen..mulle kaikki taiteellinen tekeminen on ollu oikeestaan vaan terapeutista...se on...joku semmonen ..lohdun paikka tai tietää, että... saa uusia näkemyksiä ja saa ohjausta oikiastaan ja ne näkemykset saataa laajeta...

Saara ottaa esimerkin ohjauksesta, ja näkemysten laajentumisesta suhteessa omaan teemansa.

”Se että jos ihminen herkistyy...näkemään...”

S :Vaikka nyt tuossa ko oli..ne keuhkot ja sitte se yhtäkkiä..hypähtiki semmonen strutsi mistä mulla ei ollu mittään aavistusta ees ko mää sitä siihen..tein...ja sitte mitä se strutsi taas.. miksi mulle taas hypähti yhtäkkiä semmonen kirja..sitte taas mainittiin jonkun..tietty asia tai se että jos ihminen herkistyy...näkemään että...semmosta ohjausta.. voi ihminen saaha.. ja sitähan voi saaha.. tekemisenkin kautta...sille..tielleen mitä kulukee...

Saaralle taiteen tekeminen on aina ollut pelkästään terapeutista, myös lohdun paikka. Hän kokee saavansa ohjausta taiteen tekemisen aikana, jossa mahdollistuvat myös uudet ja laajemmat näkemykset suhteessa elämän teemoihin, joita pohtii tai käsittelee. C. G. Jung (1991) on kuvannut omaa elämäntehtäväänsä näin: ”Oivallus, että piilotajunta

ei ole pelkkä menneisyyden varasto vaan myös täynnä tulevien tilanteiden ja ajatusten ituja, sai minut kehittämään oman uuden lähestymistavan psykologiaan.” (C.G. Jung 1991, 37).

Velin virta: Veli on aikaisemmin haastattelussa ottanut esiin oman liike-ääni-kuva - prosessin, ja hän on puhunut myös omasta kuvastaan suhteessa teemaansa. Kysyn Veliltä: *No, onko sulla ylipäättänsä semmosta mielikuvvaa tekemisessä ku sie teet musiikkia ja kaikkia muuta että mistä sie ammennat..mistä kaikkialta..tai mikä se on se paikka mistä sie ammennat josta ne ideat tulee tai..sykkäykset tai mitä ne sulle on?*

”Ehkä se on vaan..että heittäytyy ja..päästää vaan irti..”

V: Em mä tiijä..mä jotenki koen että en mä..mitä nyt semmosta luovaa onkaan ni ehkä se on vaan..että heittäytyy ja..päästää vaan irti..se että mistä ne tulee niin jos sitä ajattellee niin vois ajatella vaan että..joku virta..tota..virtaavaa taas jota mä taas tiijä..vois aatella että se virta on koko ajan..olemassa mutta tota..se ei oo kai niin heleppo siihen..(T: ymm..)..siihen hypätä..

Samoin kuin Saaralle, jolle lähde on kaiken pohjalla. Velille virta on aina olemassa, mutta siihen hyppääminen ei välttämättä ole niin helppoa. Kysyn Veliltä: *Mistä pittää päästää irti..ku aattelet omakohtasesti?*

”Kontrollifriikki..ittessä täytyy saaha jotenki..hilijaseksi”

V: No ainaki kaikennäkösestä kontrollista...ja..ehkä myös..tottakai täytyy myös...suuva itelle semmonen aika ja..mahollisuus tehdä sitä hommaa..tietenki tämmöset käytännön hommat rajottaa varmaan..(T: ymm..)..kaikkea luomista..ja tekemistä..kyllä kai se varmaan kontrollifriikki..ittessä täytyy saaha jotenki..hilijaseksi..(T: ymm..)..oli se sitte luomista ryhymässä tai yksin..se on sama asia..ryhymässä varmaan se että se on sitä..joukkuehommaa..että täytyy myös..ryhymätyöskentely ei oo mittään... soolohommaa..että siinä täytyy syöttää kaverillekki..ja ottaa syöttöjä vastaan..

Kysyn Veliltä: *Virta mistä sie puhuit..mie kyssyin että mistä sie ammennat kun sie luot uutta musiikkia tai muuta..tai tulee idea tai jostain syystä kävelee ja tekkee jonkun kuvasta jotaki..(V: niin..)..miten sie sen virran koet...mikä se on..mistä ne..?*

”Lähtee vaan seuraamaan sitä jotaki mitä on..”

V: Jos aattelee vaikka.. jotaki..melodiaa tai jotaki..juttua joka..ehkä se on semmonen jos aattelis....kuuluu joku ääni tai.. joku vastaava..joka ..kutsuu puoleensa ja.. siinä on jotaki tuttua tai sitte jotaki.. kutsuvaa ja..silloin ..unohtaa..ittensä.. ja lähtee seuraamaan

sitä.. minkä kuuli joka.. jollain tavalla ..herätti..kiinnostuksen ja lähtee vaan seuraamaan sitä jotaki mitä on.. onko niitä..muita murusia.. jotka..kutsuu puoleensa..tai jotaki..ehkä ne vois..kappale melodia tai..mitä vain..Sama homma kai se on..kuvan tekemisessä ja tommosessa liike-ääni-kuvassa..ensin siinä vaan ollaan ja..sitten lähetään jonnekkain..jos päästää irti..tai jos pääsee irti..(naurahtaa) ja jos ei pääse irti ni siihen jää..

Veli kommentoi, kuinka itselle täytyy suoda myös aika, tila ja mahdollisuus lähteä seuraamaan sitä, mikä kutsui. Veli puhuu itsessään olevasta kontrollifriikistä ja siitä, kuinka sen hiljaiseksi saaminen on luovuuden kannalta tärkeää. Veli kokee, että kun päästää tai pääsee irti ja vastaa kutsuun, unohtaa itsensä. Mantereen (2007) mukaan potentiaalinen tila ei onnistu pelkästään tietoisien suunnittelemien, tahdon tai kontrollin voimalla. Luova tapahtuma ja uuden muodon syntyminen vaatii tapahtuakseen hellittämistä kontrollin ja jopa minuuden keskeisyydestä. Tämä tarkoittaa antautumista prosessille ja epävarmuuden kokemuksille. (Mantere 2007a, 13–14.) Kysyn Veliltä: *Mitä se on..onko se matka vai mikä...miten sie sen koet?*

”Semmonen henkinen..voisko sanoa tila..tai joku semmonen viritys”

V: Niin...kyllä kai se varmaan jonkun näkönen matkaki on..ja.. kai se on myös osaltaan...ehkä myös joku..semmonen henkinen..voisko sanoa tila..tai joku semmonen viritys...ja..vois varmaan tai käy..ihminen enemmänki..(T: ymm..)käy.. tuskin se tila päällä..veroilimotuksia pystyis..(naurua) täyttämään..

Veli on tehnyt useita reissuja pohjoiseen.

”Kokemaan jonkin asteista vapaata pudotusta jossa..kaikki vaan on”

V; Joskus ku on ollu..Lapissa tai.. missä vaan..pitempi pätikä jossain..mettässä..tai rauhallisessa paikassa..vaikka viikon on.. kolomen nelijän päivän jälkeeseen..ko ei oo mittään ylimääräisiä ärsykyitä on vaan se..luonto ympärillä ja .. muuta niin..semmonen sisäinen rytmi..rauhottuu..(T: ymm..)ja tietenki tempo laskee sisällä ja on..harmoonisempaa ja..rauhallisempaa olla..ja sitte ku kuvittelet.. sieltä ku lähtee ajamaan pois..ja..jos sää paat vaikka radion päälle..ja sieltä alakaa kuuluun joku jumputus.. ni se tuntuu..melekeen että mieli..hajuaa siinä se on niin raakaa se..(T: joo..)ärsyke..tulva mikä sieltä..tulle..joskus oon miettiny sitä että jos..että ko on tommonen viritys päällä ni joutus johonki..Helsingin rautatieasemalle nelijän ruuhkaan..suoraan tommosta..niin..mitenhän sen kestäs...ehkä se on semmonen että pystyy silloin..jää kaikki tommost ylimääräiset ärsykkeet pois ja pystyy olemaan..ja kokemaan jonkin asteista

vapaata pudotusta jossa..kaikki vaan on..

Velin kuvaus vapaasta pudotuksesta, jossa kaikki vaan on, on mielenkiintoinen aivotutkimuksen kannalta. Matti Bergström (1997) puhui luovuuden suuresta merkityksestä ihmiskunnan haasteiden ratkaisussa. Luovuuden kannalta olennaista on *aivoytimen sattumagenaraattorin* toiminta. Hänen mukaansa aivoissa tapahtuva informaatiodynamiikka kuvastuu mielessä ajatteluna ja näin voidaan myös olettaa, että ajattelu ja ajattelua kuvaava puhe ja kieli omaisivat saman perusrakenteen kuin luovuusdynamiikkakin. Näin puheessa ja kielessä tulisi kuvastua loogisen rakenteen lisäksi myös kamppailua kuvaava rakenne. Bergström ottaa esiin verbin, teonsanan, mikä hävittää aina jonkin ajallisesti edeltävän tilan antaen tulevan tilan voittaa. Esimerkiksi hän ottaa lauseen ”minä menen ulos”, missä sisällä olemisen tila häviää tulevan ulkona olemisen tilan tieltä. Mielenkiintoisen poikkeuksen tekee verbi ”on” ja siihen verrattavat muodot, sillä ne kuvaavat nimenomaan sitä aivojen tajunnanvirtaa, aivoytimen sattumageneraattorin toimintaa, mistä uutta luovat, ennalta arvaamattomat impulssit pyrkivät tietoisuuteen. (Bergström 1997, 166.)

Marian syöverit: Maria oli puhunut omasta teemastaan ja liike-ääni-kuvan ja toisen kuvan tekoprosessistaan aikaisemmin. Hän oli haastattelussa katsonut myös nauhaa heijastusimprovisaatioista ja kommentoinut sitä, kuinka hieno ja ainutlaatuinen koko prosessi Marialle oli. Maria muistaa, kuinka prosessin alkuvaiheessa oli vielä epäröintiä, mutta videoituna päivänä kaikki olivat jo sitoutuneita prosessiin ja ryhmässä vallitsi täydellinen luottamus. Maria koki, että ryhmä heittäytyi myös rohkeasti toisten teemoihin.

M: Uskallus heittäytyä sen toisen ihmisen elämään ja sen..jonnekki syövereihin...

Saaran ja Velin lähde ja virta kuvaavat jotakin olemassa olevaa, sellaista mihin heittäydytään tai sukelletaan. Marian heittäytyminen syövereihin, tuntemattomaan mahdollistui luottamuksen ja tuen kautta, jonka hän koki suhteessa ryhmään ja koko ”Mielen panssarit”-prosessiin. Heittäytymisen kokemus nousi keskeisenä teemana puheessa. Heittäytyminen ei ole välttämättä helppoa, tosin Saarelle luovaan prosessiin sukeltaminen on sitä. Hän toteaa olevansa myös sellainen ihminen, että turha kritiikki,

jonka hän näkee pahimmaksi esteeksi taiteen tekemisessä, on helppo jättää sivuun ja antautua itse prosessiin. Veli kokee, että virtaan heittäytyessään hän lähtee esimerkiksi seuraamaan jotain melodiaa ja antaa sen viedä mukanaan. Tällöin hän myös unohtaa itsensä, joka on *flow*-kokemukselle tyypillistä (ks. Csikszentmihalyi 1993). Pahin este Velille virtaan hyppäämisessä on turha kontrolli. Veli kokee potentiaalisen tilan jonkinlaisena henkisenä virityksenä tai tilana, joka kutsuu matkalle. Tuo tila voi olla myös Lapin sielunmaisema. Marian kokemus on, että prosessissa mahdollistui heittäytymisen myös toisten ryhmäläisten syövereihin.

Prosessiin luottaminen tuli kaikkien puheessa esiin. Prosessiin luottaminen on oleellinen asia niin taidelähtöisissä prosesseissa yleisesti kuin taiteelliseen työskentelyyn lähdetessä. Luottamus taiteen tekemisen prosessiin tuli esiin erityisesti Saaran ja Velin puheessa. Maria painotti luottamusta suhteessa ryhmäprosessiin ja sen merkitystä prosessin onnistumisessa. McNiff (1998) kehottaa meitä sitoutumaan taiteelliseen prosessiin tutkiessamme tuntematonta. Hän kuvaa sitä, kuinka taiteellinen prosessi itsessään pystyy luomaan merkityksellisiä tuloksia. Hän kertoo omasta kokemuksesta oppineensa uudestaan ja uudestaan siitä, miten taiteellinen prosessi on älykäs ja tietää minne sen on mentävä. Edelleen McNiffin mukaan prosessi löytää aina tiensä ja väylänsä sinne missä tulee olla ja määränpää on siellä, mistä ei olisi mitenkään voinut tietää etukäteen. (McNiff 1998, 31.)

Levine (2015) kuvaa poiesista kulkemisena, missä hyppy pimeyteen täytyy ajoittain tehdä löytääkseen jotain sellaista, joka ei aiemmin ollut ilmi. Winnicottin (1971) ajattelun mukaan aikuinen löytää luovuutensa astumalla hetkellisesti pois tarkoitushakuisesta toiminnasta ja käy sisään potentiaaliseen tilaan. Poiesis on perinteisen käsityksen mukaan tavoitteellista toimintaa, jota tekijän tai taitelijan tietoisuus ohjaa. Ekspressiivisessä taideterapiassa poiesista kuvaa paremmin ajatus, jossa taideterapeuttinen prosessi on hyödyllinen vain, mikäli pystymme hellittämään tietämisestä ja tahtomisesta ja annamme asioiden vain olla. Irti päästäminen ja taiteen tekemisen prosessille antautuminen tuli erityisesti ilmi Saaran ja Velin puheessa. Levine rinnastaa poiesiksen taolaiseen ajatteluun, missä käsite *wu-wei, ei-tekeminen* kuvaa näennäisen päämäärätöntä asennetta. Juuri tuo ei-tekemisen asenne on Levinen mukaan se tekijä, joka voi johtaa merkitykselliseen muutokseen taiteen tekemisen prosessiin osallistuneen elämässä. Maria puhui siitä, kuinka intuitio oli vahvasti läsnä Sointulan ryhmäprosessissa. Hän kokee, että

ryhmä kannatteli toisiaan. Erityisen liikuttunut Maria oli siitä, miten kauniisti toinen ryhmäläinen kommentoi hänen kuvaansa heijastusimprovisaatiossa. Esteettisen vastuun periaate toteutui ”Mielen panssarit”-prosessissa. Levine kuvaa sitä, kuinka poiesis parantavana kokemuksena mahdollistuu juuri kauneuden kokemuksen kautta. Esteettinen palaute koskettaa ja liikuttaa kokonaisvaltaisesti silloin kun kauneus on läsnä. Näin kokemuksella on myös merkitystä ja vaikutusta meihin. (Levine 2015, 22, Winnicott 1971.)

Mikä muuttui?

Poiesiksen, leikkitilan, luovan syväprosessin, liminaalisen- tai potentiaalisen tilan aikana saaduista kokemuksista siirrytään välttämättä takaisin normaaliin ympäristöön ja arkeen. Mantereen (2007) mukaan elämää voi prosessin jälkeen parhaimmillaan leimata suurempi elinvoimaisuus ja uusi merkityksen tunne. Myös vanhat rakenteet voivat näyttäytyä uudessa valossa, minäkuva voi muuttua ja ihminen voi löytää entistä toimivampia toimintamalleja. (Mantere 2007a, 14.) ”Mielen panssarit”-prosessin ja haastattelujen välillä on aikaa noin kolme vuotta. Haastattelutilanteessa suhde prosessin aikaisiin teemoihin näyttäytyi tilanteessa tässä ja nyt.

”Mää olin sitte valamis kantamaan elämää sisälläni”

Saara tuli prosessin aikana raskaaksi Velille. Hän teki raskaustestin ensi-illan jälkeisenä aamuna. Haastatteluhetkellä Aurora oli kolmevuotias. Saaran tema prosessin alussa oli ihmisenä olemisen vaikeus. Keuhkot olivat aina olleet hänen heikko kohtansa. Astma helpottui prosessin jälkeen niin, ettei hän tarvitse astmapiippua enää kuin harvoin. Saara kokee, että prosessi auttoi häntä maadoittumaan ja sen myötä vastaanottamaan ja kantamaan elämää sisällään.

S: Kun olin niitä asioita saanu käsiteltyä nii..mää ..maadotuin..sitte se vielä..tämä, että mää tulin raskaaksi..mä olin jo valamiiksi tehenny maaperän sille..maadottumiselle olin käsitelly niitä asioita..sitte tietenki ko raskaushan itessäänki tekkee sen..mutta tuntu hirveen tärkeältä, että mää oli tehenny sen...että mää olin sitte valamis..kantamaan..elämää..sisälläni..etten mää liikaa kantanu oman syntymän ja tänne tulon traumaattisia ajatuksia...tai en mää nyt ihan niin synkkiä oo ajatellu mutta kuitenkin...joku osa minusta..

Saara teki vielä yhden kuvan ensi-illan jälkeisenä päivänä, prosessin loppuksi.

S: Se kuva minkä mä piirsin..se oli sitte taas..täynnä semmosta lämpöä ja..maata ja...hauskaa että se oli muuten Maat se egyptiläinen jumalatar..se..joo..koko prosessihan..on..peili ...siitä mitä..mä henkilökohtasesa elämäsä käyn läpi..ja..sen tekemisen kautta myös nään sitä itekki..syvemmin..tuun tietoseksi..vielä paremmin niistä asioista, että mä en vaan sokiana oo pelekästään maailman virran vietävänä...se taiteellinen..työstäminen auttaa näkemään sitä..kaikkia mitä on menneillään..

Saaralle ”Mielen panssarit”-prosessi oli peili siitä, mitä hän henkilökohtaisessa elämässä kävi läpi. Kuten Rankasen (2016b, 104) tutkimuksessa, myös Saaralle prosessin yksi merkitys on tietoisuuden lisääntyminen taiteellisen työstämisen kautta sekä uusien näkökulmien löytäminen henkilökohtaiseen elämään. Saaralle taiteellisen työstämisen merkitys on tietoiseksi tulemista tuuliajolla olemisen sijaan. Saara kiteyttää koko prosessin merkityksen lausahdukseen: ”Se koko prosessihan oli ihan ku peiliin kattos”.

”Itehän oli pelänny aina vanhemmaksi tulemista”

Veli koki menneisyyden taakat painolastikseen. Haastatteluhetkellä hän oli elämäänsä tyytyväinen isä.

V: Teemat on osittain vaihtunu joo..mutta onhan tuossa varmaan..paljon samojaki teemoja mutta tuota..semmonen muutoskin teemoissa oli..vaikuttanu en tiijä..ehkä tämäkin tuota niin tää panssari..homma ni..sen aikanahan kävi sillä tavalla, että mejän..jätkikasvu..(T: ymm..)..sai alkunsa...niin siinä mielessä jonkun näköstä..vapautumista oli siinä mielessä tapahtunu että itehän oli...pelänny aina vanhemmaksi tulemista..mutta tämän prosessin aikanahan..mejän Aurora sai alakunsa..että jonkin näköstä..vapauttamista ..ittensä vapauttamista siinä tapahtu..projektin aikana..sen suhteen ja sitte..varmaan muunkin suhteen että..en nyt usko että se..ei ois ollu vaikuttamatta siihen..

Veli kokee, että ”Mielen panssarit”-projektin aikana hänessä tapahtui itsensä vapauttamisesta, jonka myötävaikutuksena myös Aurora sai alkunsa.

”Ihan ku oikeesti ois tapahtunu jotaki”

Maria myi talonsa ja muutti projektin jälkeen poikiensa kanssa toiselle paikkakunnalle. Marialle tornista tuli prosessin aikana, taiteellisen työstön kautta hyvin merkityksellinen.

Torni toimi Marialle myös elämänkulun metaforana, (ks. Linko 1998b, 365.) jonka kautta hän koki ja työsti omaa teemaansa eteenpäin. Tornista tehtiin myös lavaste ja se vietiin näyttämölle.

M: Mä muistan sillon ku oli se yks esitys sillon Orivedellä..miltä nyt tuntuu ja. siis..mä muistan sen tunteen mikä mulla oli..et se oli hirveen suuri..helpotus mikä mulla tuli siinä esityksessä ja minkä mä sitte sanoinkin et se tuntu hirveen hyvältä kun mä sain sen pois päältäni..sen tornin.että se tuntu hirveeltä helpotukselta ja..oikeesti..sillä hetkellä..(T. ymm..)..et ihan ku oikeesti ois tapahtunu jotaki..(T: ymm..) (naurahtaa)..varmasti tapahtukin..koska se oli niin hirveen..iso juttu ja..voimakas kokemus se esitys.. et tällä hetkellä..jos sitä nyt aattelee niin...mä muistan sillon vielä kevätpuolella mulla oli ikävä sitä mun (nauraa)..torniani..

Maria muistaa voimakkaan helpotuksen tunteen esityksessä, kun hän Kuningattaren roolissa vapautti itsensä tornin sisältä. Hän kokee, että jotain oikeasti tapahtui suhteessa omaan mielen panssariin. Marian kokemus kuvaa osuvasti sitä, kuinka luovan tason luovassa muutosprosessissa yksilö voi kokea hyvinkin voimakkaita ja ahdistavia tunteita, jotka päätyvät täyttymyksen tunteeksi produktion valmistumisen myötä (Hentinen 2007, 143, Lusebrink 1990). Marialle oman teeman taiteellinen työstö kristallisoitui esityksessä, kun hän konkreettisesti tuli tornista alas (ks.Knill et al. 2004, 31). Tornista oli tullut prosessin myötä myös merkityksellinen Marialle ja hän muistaa ikävöineensä torniaan vielä esityksen jälkeisenä keväänä.

Lopuksi olen koonnut tulokset, eli taiteen tekemisen merkitykset alla olevaan taulukkkoon.

Taulukko 1: Taiteen tekemisen merkitykset projektissa ”Mielen panssarit”

	Saara	Veli	Maria
Ihmisyysden äärellä	-Parantuminen taiteen tekemisen kautta	-Vapautuminen menneisyyden taakoista	-Oman tekstin jakaminen ryhmän kanssa
Taide kanavana	-Hiljainen tieto -Taiteen oma kieli -Taiteellinen työstö terapiana -Taide kanava ja väline omien teemojen työstämisessä - Taiteen kautta heittäytyminen muuntu-neeseen tajunnantilaan -Kehollisuus -Kokonaisvaltaisuus; kaikki aistit mukana -Puhdistava, rentouttava ja aukaiseva kokemus -Yllätykselliset elementit -Synkronisiteetti -”Aivot narikkaan meininki” - Taiteelliselle prosessille antautuminen -Turha kritiikki pois; tärkeintä se, mikä hetkessä kanavoituu -Vapauttava kokemus -Prosessi matkana -Prosessi mahdollisti oman teeman muuntumisen -Toisen heijastusimprovisaatio toi oivalluksen omaan teemaan	-Hiljainen tieto -Taiteen oma kieli -Yhteismusisointi -Liike-ääni-kuva matkana -Hahmo esitykseen syntyi liike-ääni-kuvan kautta -Kehollisuus	-Hiljainen tieto -Taiteen oma kieli -Kehollisuus -Kuva säilytyspaikkana -Dialogi kuvan kanssa -Taiteellinen työstö oman teeman kanssa -Ryhmän tuki ja luottamus prosessissa -Toisen heijastusimprovisaatio toi oivalluksen omaan teemaan
Taide kannattelijana	-Vuoropuhelu taiteen kautta -Omien teemojen työstö taiteen kautta -Taide antaa leikin ja suojan -Lähde -Maadoittuminen	-Kokemuksena kasvun paikka -Erilaisuus ryhmässä oli rikkautta -Vaaran paikka -sivusi terapiaa -Oppimiskokemus-jokaiselta oppi jotakin -Virta -Vapautumista tapahtui	-Taiteellisen työskentelyn aikainen symbioottinen tila ja kommunikaatio ilman sanoja -Uskallus heittäytyä myös toisten syövereihin -Taiteellinen vuoropuhelu -Vaaran paikka, kaikki heikoilla -myös prosessin vahvuus -Luottamus ja intuitio ryhmässä auttoi käsittelemään omaa teemaa -Prosessi jatkui vielä ensi-illassa –”Tornista alas” -Tavanomaiset sosiaaliset normit ylittyivät -Ihmiset, joilla ei ollut yhteistä nimittäjää löysivät yhteisen nimittäjän taiteen kautta -Heittäytyminen syövereihin -Torni elämäkulun metaforana

Taulukosta käy ilmi, että haastatteluista nousee esiin samankaltaisia kokemuksia taiteen tekemisessä. Saara painotti taiteen tekemisen kokonaisvaltaisuutta ja kehollisuutta. Hänelle taide on ennen kaikkea kanava, jonka kautta voi saada opastusta ja yllättäviäkin vastauksia omalle teemalleen. Veli kokee ”Mielen panssarit”-prosessin kasvun paikkana ja oppimismiskokemuksena. Hänelle, samoin kuin Saarelle taiteen tekemisen prosessi on matka, jonne lähdetään. Maria painotti luottamuksen ja tuen merkitystä ryhmässä ja sitä, miten normaalielämästä poikkeavaa ja ainutlaatuista taiteellinen työskentely prosessissa oli. Maria ja Veli näkivät myös mahdolliset vaaranpaikat, mutta luottamus ryhmässä auttoi. Veli kokee, että esitys päämääränä helpotti raskaiden teemojen käsittelyä. Kaikkien haastatteluissa tuli ilmi oman teeman muuntuminen taiteellisen työskentelyn kautta. Samoin kuin Saaran kohdalla, Marialle toisen ryhmäläisen kommentti toi oivalluksen ja vei omaa teemaa eteenpäin.

5 Loppupohdinta

Kysyin, minkälaisia merkityksiä taiteen tekeminen sai monitaiteisessa projektissa ”Mielen panssarit”? Lisäksi kysyin, mikä muuttui? Tarkoitukseni oli tuoda näkyväksi taiteen tekemisen kokemusta, jota on suhteellisen vähän tutkittu. Tutkimukseni on laadullinen tapaustutkimus, joten tulokseni merkitys ei ole niinkään sen yleistettävyydessä vaan tulokset ovat mahdollisia kokemuksia taiteen tekemisestä.

Oleellisena aineistosta nousi flow -, eli virrassaolemisen kokemus niin itse taiteen tekemisessä kuin kaiken taiteellisen tekemisen taustalla olevana kokemuksena; lähde, virta, syövereihin heittäytyminen ja matka (ks. Csikszentmihalyi 1993). Sekä Saarelle, Velille että Marialle oleellisinta flow -kokemuksen mahdollistumisena oli heittäytyminen, ja prosessille antautuminen. Suurimmaksi haasteeksi nousi kriittisyys omaa tekemistä kohtaan sekä liika kontrolli. Taiteen tekemiselle antautuminen vaatii myös aikaa ja mahdollisuuden syventyä rauhassa itse tekemiseen. Veli puhui siitä, että kontrollifriikki itsessä pitää saada hiljaiseksi. Sekä Saaraa, Veliä, että Mariaa yhdisti se, että he halusivat päästää irti omasta mielen panssaristaan ja jokainen koki päässeensä oman teemansa kanssa eteenpäin prosessin aikana ja sen jälkeen.

”Mielen panssarit” -projektin lähtöasetelma oli mielestäni mielenkiintoinen. Voidaan ajatella, että elämäkerralliset teemat, mielen panssarit ovat juuri niitä luovuuden lukkoja, jotka estävät luovan virtauksen. Prosessissa niitä työstiin, ja erityisesti Veli ja Saara kokivat taiteen tekemisen merkityksen prosessissa vapauttavana, avaavana sekä Saara maadoittavana, saihan Aurora alkunsa prosessin aikana. Myös Marialle koko prosessi oli merkityksellinen. Hänen prosessinsa kulminoitui torniin, joka toimi hänelle myös oman elämäntilanteen ja -kulun metaforana.

Elämäkerrallisten, henkilökohtaisten teemojen, ja niiden työstön merkityksen lisäksi ryhmällä oli suuri merkitys niin Saarelle, Velille kuin Mariallekin. Pohjalla oli ja kaiken mahdollisti onnistunut potentiaalinen tila, mikä luonnehtii koko prosessia. Taiteellinen työskentely ja omien teemojen työstö yhdessä onnistui, koska ryhmäläisten ja ohjaajan kesken syntyi luottamus ja ryhmä kannatteli ja tuki toisiaan läpi prosessin. Ryhmän osuus oli merkittävä myös siinä, että heijastusimprovisaatioissa syntyi uusia näkökulmia, oivalluksia ja ratkaisuja kunkin omiin teemoihin. Huumorilla oli myös suuri merkitys

sekä esteettisyydellä, joka oli läsnä vahvasti rakkaudellisena ja kannattelevana kokemuksena koko prosessin ajan. Maria muisteli prosessin aikaista oloa D-talon Sointulan ulkopuolella raskaana. Hän sanoi tunteneensa väsymystä ja epäuskoa siitä, miten tästä kaikesta selvitään. Toisaalta kaikki epäily poistui Sointulassa tapahtuneessa prosessissa, koska Maria koki sen niin ainutkertaisena. Hän painotti sitä, kuinka uskomattomia asioita ja oivalluksia ihmisissä ja ihmisten välillä prosessissa tapahtui suhteessa omiin teemoihin.

Tutkimuksessani oleellista on monitaiteisuus, joka on taiteen alkuperäinen, luonnollinen muoto kaikissa tunnetuissa ihmisyyhteisöissä. Monitaiteisuus mahdollistaa ja parhaimmillaan madaltaa kynnystä heittäytyä potentiaaliseen tilaan, taiteen tekemisen ulottuvuuksiin. Leikkitila on kuvaava potentiaalisen tilan synonyymi. Leikkiä käsittelevät tutkimukset ovatkin valaisseet leikin yhteyttä muutokseen (Rankanen 2007a, 38).

Kaikessa inhimillisessä toiminnassa on riskinsä. Maria ja Veli ottivat esiin mahdolliset vaaran paikat prosessin onnistumisessa. Mariaa huoletti se, että olimme kaikki niin heikoilla, mutta luottamus ja intuitio ryhmän kesken pelasti tilanteen. Veli koki, että riskinä oli se, että prosessi sivusi terapiaa, mutta esitys päämääränä auttoi. Pirkkoliisa Tikka ilmaisi myös, kuinka hienotunteinen oli oltava ja sovelsi omaa kokemustaan, terapiakoulutustaan laajasti menetelmissä. Luottamus oli oleellinen tekijä ”Mielen panssarit”-projektin onnistumisessa. Ilman luottamusta prosessi ei olisi onnistunut. Toisaalta luottamukseen perustuva potentiaalinen tila voi ryhmäprosessissa olla myös vahingollinen osallistujilleen, sillä siirtymäobjektien myönteisen ja kielteisen käytön välinen raja on ohut. Kuvaavaa onkin, että potentiaaliseen tilaan liittyvien siirtymäobjektien tutkimusalueita ovat leikin ja taiteellisen luovuuden lisäksi mm. uskonnolliset tunteet, valehtelu, kiintymyksen tunteiden alku ja loppu, riippuvuus lääkkeitä, hurmosrituaalien talismaanit jne. (Davis & Wallbridge 1984, 74.)

Alussa siteerasin Albert Einsteinia, joka on todennut, että mielikuvitus on tärkeämpää kuin tieto. Taide tuottaa myös uutta tietoa. Edelleen taiteen menetelmien kautta voimme saada vastauksia kysymyksiin, joita emme olisi osanneet edes kysyä. Taide on muutosvoima (Bauman 2012). Taidelähtöiset menetelmät ovat lisääntymässä myös tutkimuskäytänteissä. Parhaimmillaan taidelähtöiset menetelmät tuovat näkyväksi muutosta kaipaavat käytännöt, ja antavat myös ratkaisuehdotuksia muuttaa käytännöt toimivammiksi. Känkäsén (2013) väitöstutkimus koulukodeista on yksi hyvä esimerkki

taidelähtöisten menetelmien käytäntöjä muuttavasta luonteesta.

Oma tutkimusmatkani on ollut pitkä. Tulin seitsemän vuoden tauon jälkeen tekemään graduni loppuun. Jokainen prosessi on ainutkertainen, mutta toivon, että tutkimukseni omalta osaltaan tuo ilmi taiteen tekemisen kokemusta. ”Mielen panssarit”-prosessi oli kokeileva, taideterapeuttinen prosessi, jolla oli taiteelliset tavoitteet. Näen menetelmien soveltamisessa myös jatkumahdollisuuksia niin taiteen, taideterapian kuin tutkimuksenkin kannalta. Henkilökohtaisesti jatkan ekspressiivisen taideterapian opintojani ja tulen soveltamaan kokemustani ja osaamistani käytäntöön vielä nykyistä laajemmin. Soveltava taide kutsuu minua.

Epilogi: Miten nyt?

Nyt eletään helmikuuta 2018. Päätin soittaa Saarelle, Velille ja Marialle, ja kysyä, oliko ”Mielen panssarit”-projektilla merkitystä, ja minkälaista jos oli? Lisäksi kysyin: Mikä on muuttunut suhteessa prosessin aikaisiin omiin teemoihin?

Veli soittikin minulle. Emme ole nähneet tai puhuneet kolmeen vuoteen. Velin asia oli kurssi, jonka hän oli aloittanut. Yksi tehtävä oli lähettää postikortti kolmelle ystävälle, eikä Veli muistanut osoitettani. Oli mukava jutella, ja kun kerroin kysymykseni, Veli halusi lähettää minulle vastauksen kirjeessä.

Sain postia. Veli ottaa ensimmäiseksi esille kaksi kuukautta sitten lukemansa Pete Townsendin kirjan, ”Who am I?”, missä Townsend suosittelee Julia Cameronin kirjaa ”Tie luovuuteen”, joka on 12-viikkoinen kurssi, missä joka viikolle on oma teemansa. Kirjan lähtökohta on, että olemme kaikki luotuja ja siksi meidän on tarkoitus olla luovia, mutta hyvin usein päädymme aikuisikään tultuamme olemaan ”lukittuja taiteilijoita”. Tämän aiheuttaa, myös Velin mielestä, lapsuuden ja nuoruuden kokemukset, jotka synnyttävät meissä ”sisäisen tarkastajan”, julman, ankaran, sisäisen tuomarin, arvostelijan, luovuuden tappajan ja lannistajan, joka usein puhuu isän, äidin, ala-asteen opettajan jne. äänellä. Velin elämässä on moni asia muuttunut. Elämäkokemusta on tullut ja se jo itsessään tarkoittaa Velille muutosta. Erityisesti läheisten kuolemat ja syntymät ovat olleet merkityksellisiä. Kuitenkin on asioita, jotka pysyvät. Veli huomasi puhelun jälkeen, että ajatukset pyörivät mielen panssareissa ja lukituissa taiteilijoissa. Hän toteaa, että on outoa, kuinka jotkut asiat pysyvät ja kuinka samankaltaisia asioita

henkilökohtaisesti käsittelee.

Mikä sitten on muuttunut suhteessa ”Mielen panssarit”- projektin aikaisiin teemoihin? Teemat ovat säilyneet Velillä samoina, mutta näkökulma on muuttunut. Lisäksi työkaluja on tullut lisää pakkiin. Veli sanoo, että työmaata piisaa ja sarkaa riittää kynnettäväksi hamaan tappiin, mutta jos jotain myös Cameronin kurssi on hänelle opettanut, on omanarvontunnon vahvistamisen tärkeys, ja sen työstäminen. Omanarvontuntoa Veli vahvistaa kehumalla pientä ja pelokasta ”sisäistä lasta”, taiteilijasielua sisällämme, jota ei ole lapsuudessa tuettu, eikä annettu tarpeeksi aikaa eikä arvoa, jotta se olisi päässyt kasvamaan. Sitä kautta siltä on viety arvo ja nautinto. Opettelu, harjoittelu, ja taiteen tekeminen on kirjan mukaan leikkiä ja jos siltä on viety pohja pois, on kaikki hauskuus poissa ja ketä se enää kiinnostaa, lasta varsinkaan. Kirja koittaa opettaa työskentelemään juuri tämä ongelman parissa ja Veli kokee sen hyvin tehokkaaksi tavaksi, kun ajatellaan itse tekemistä. Veli soitti lapsuudessa pianoa musiikkiopistossa, mutta innostus lopahti.

”Olen harjoitellut pianon soittoa nyt 1,5 kuukautta niin paljon, että kädet kramppailee ja virheestä virheeseen mennään, sillä sitä hän harjoittelu on, mutta toisin kuin ennen kun virheitä tuli, tuskastuin ja lähdin ärsyyntyneenä kävelemään pois pianon ääreltä. Nyt kun teen samaa, joo, virheitä tulee ja silti jatkan (ja naureskelen) kunnes käsissä tuntuu, ja lähdän kävelemään pois pianon luota hymyillen, ja palaan vartin kuluttua takaisin, ja uudestaan ja uudestaan, enää ei nautinto harjoittelusta niin vain katoakkaan” (Ote Velin kirjeestä 2.11. 2017.)

Veli lopettaa kirjeensä toteamalla, että ehkä kaiketi on itsensä suhteen vapautuneempi, vaikka työstää yhä samoja teemoja. Hän näkee, että muutos on siinä, ettei hän enää läähätä ”vapautumisen” perään, jonkun tulevan puolesta, vaan yrittää nauttia itse matkasta, harjoittelusta. Ja harjoitukset jatkuvat.

Minua liikutti ja ihastutti Velin paluu koskettimille. Velin tajunnanvirtakirjoituksen otsikko, ”Armo – Itsensä armahtaminen”, missä Veli tunnisti armottomuuden itseä kohtaan, on kaukana itselleen nauravassa, sormet krampissa, lannistumattomasti harjoittelevassa pianonsoiton elvyttäjässä.

Marialle soitin ja esitin kysymykseni. Maria kokee, että ”Mielen panssarit”-projektin suurin merkitys hänelle oli sosiaalinen. Hän sanoi, että prosessi oli monimerkityksellinen ja prosessiaika ennen esitystä oli intensiivisyydessään jopa sisäänpäin lämpenevä, mutta

se sisäinen avautui ulospäin ja se oli Marialle tärkein juttu. Ryhmän tuki, erityisesti kunkin mielen panssarin taiteellisessa työstämisessä ja yhdessä taiteen tekeminen, oli merkityksellistä. Oman mielen panssarin torniksi rakentaminen ja sieltä alas tuleminen auttoi tulemaan ”tornista alas” myös ulkomaailmassa. Maria toteaa, että ajatukset ja hankalat kohdat aukesivat ulospäin ja kiteyttää projektin merkityksen sanaan, avaava.

Soitin myös Saaralle. Hän totesi puhelun alkuun, että tietenkin ”Mielen panssarit”-projektilla oli merkitystä. Hän kokee, että prosessi auttoi psyykkisesti äidiksi tulemista ja vaikka raskaus itsessään maadoittaa, prosessi maadoitti yhtäaikaista myös oman paikan löytämisessä; mitä on olla ihminen täällä. Saara toteaa pyöritelleensä syviä asioita. Merkityksellistä on, että hän on saanut niitä tutkailla ja prosessoida taiteen kautta ja taide on antanut siihen työkaluja. Taide on auttanut myös nostamalla alitajuntaisia asioita, symboliikkaa, joka kytkeytyy niihin. Taiteen kautta asiat myös liikkuvat eteenpäin, eivätkä vain pyöri päässä kehää. Saara toteaa, että taide antaa kanavan ja symbolien kautta asiat aukenevat, sillä lailla pikkuhiljaa prosessin aikana, vähän niin kuin unet.

Oma teema on muuttunut äitiyden ja iän myötä. Saara ei enää mieti, miksi on täällä tai ihmisenä olemisen vaikeutta. Saara kokee, että se laskeutuminen tapahtui juuri ”Mielen panssarit”-projektin aikoihin. Keuhko-oireita ei ole ollut enää vuosiin ja uusia teemoja on tullut ja tulee. Sen sijaan samana teemana on pysynyt taiteen tekemisen merkitys ja taide kanavana. Taiteen tekeminen on Saaralle todella tärkeätä ja jokapäiväistä. Hän sanoo, ettei voi oikein elää ilman että luo. Puhelun lopuksi Saara kiteyttää oman elämänsä merkityksestä näin: ”Olen täällä, koska saan tuoda taidetta tänne”

Lopuksi

Maapallomme on sininen planeetta, koska elämää määrittävä tekijä on vesi. Kaikissa elollisissa olioissa suurin osa on vettä. Tänään Iidesrannan maisemissa kulkiessani oivalsin, että myös tutkielmani nimi: Taide ihmisyyden kanavana ja kannattelijana, vie taiteen tekemisen lisäksi suoraan veden äärelle. Vesi muovaa ja muuttaa kulussaan niin maita kuin vuoriakin. Syntyy uomia ja kanavia. Vesi kannattelee myös ihmistä, joka itsekin on suurelta osin vettä.

Flow-, eli virrassaolon kokemus, on tila, missä aika häviää, ja kaikki vaan on. Luonto parantaa, ja inspiroi. Japanissa lääkärit määräävät potilailleen metsää lääkkeeksi. Vanhan

viisauden mukaan, vesi on vanhin voitehista. Myös taide voitelee. Parhaimmillaan taiteen tekemisen kautta voimme elvyttää ja uudistaa vesiämme, ja huuhtoa turhat kuormat ja panssarit pois. Taide vie luonnon äärelle, myös oman luontomme äärelle.

Lähteet

- Artsequal-hanke 2015-2021. Tietoa hankkeesta: <http://www.artsequal.fi/fi/tietoa-hankkeesta>
- Bergström, Matti 1997. Mustat ja valkeat leikit. Leikki, kaaos ja järjestys aivoissa. Juva: WSOY.
- Bauman, Zygmunt 1996. Postmodernin lumo. Tampere: Vastapaino.
- Bauman, Zygmunt 2002. Notkea moderni. Tampere: Vastapaino.
- Baumanin Zygmunt, luento Kuvataideakatemiassa, Helsingissä 22.11.2012
- Csikszentmihalyi, Mihalyi 1994. The evolving self: a psychology for the third millennium. New York: Harper Collins Publishers. New York.
- Davis, Madeleine & Wallbridge, David 1984. Äidin ja lapsen mysteeri: Winnicottin psykoanalyttinen ajattelu. Espoo: Weilin + Göös.
- Dewey, John 1934. Art as experience. New York: Penguin Group.
- Ekoluoma, Raisa 2016. Kymmenen vuotta esittävää taidetta Centria-Ammattikorkeakoulussa–Mikä on seuraava askel?_Julkaisussa: Ekoluoma, Raisa & Hyttinen, Hilka (toim.) Samassa tilassa. Yhteisöteatteri osallisuuden mahdollistajana. Centria ammattikorkeakoulu. Raportteja ja selvityksiä, 15. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-7173-13-8>
- Frankl, Viktor E. 1986. Tarkoituksellinen elämä. Helsinki: Otava.
- Halprin, Daria 1999. Living artfully. Movement as an integrative process. Teoksessa: Stephen K. Levin & Ellen G. Levin (toim.) Foundations of expressive arts therapy. Theoretical and clinical perspectives. London: Jessica Kingsley Publishers Ltd.
- Hautala 2008. Lupa tulla näkyväksi. Kuvataideterapeuttinen toiminta kouluissa. Akateeminen väitöskirja. Jyväskylä: University Library of Jyväskylä.
- Heiskala, Risto 2000. Toiminta, tapa ja rakenne. Kohti konstruktionistista synteisiä yhteiskuntateoriasta. Helsinki: Gaudeamus Kirja. Oy. Yliopistokustannus University Press Finland.
- Hentinen, Hanna 2007. Monitasoinen merkitysten muotoutuminen. Teoksessa: Taideterapian perusteet. Hentinen, Hanna; Mantere, Meri-Helga; Rankanen, Mimmu. Helsinki: Duodecim Oy ja Mimmu Rankanen, Hanna Hentinen ja Meri-Helga Mantere 129–169.
- Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena 2011. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press Oy Yliopistokustannus, HYY yhtymä.
- Ihanus, Juhani 1995. Toinen. Kirjoituksia psyykestä, halusta ja taiteista. Helsinki: Gaudeamus.
- Jones, Phil 2005. The Arts Therapies. A Revolution in Healthcare. East Sussex & New York: Brunner-Routledge.

- Jung, C. G.; Alt, Franz 1991. Kohti totuutta; poleemisia esseitä. Porvoo: WSOY.
- Jung, C. G.; Franz Marie-Louise Von 1991. Symbolit, piilotajunnan kieli. Helsinki: Otava.
- Kantokorpi, Osmo 2017. Kansan Uutiset 8.10. 2017.
- Knill, Paolo J., Barba, Helen Nienhaus, Fuchs, Margo N. 2004. Minstrels of Soul. Inter-modal Expressive Therapy. Toronto, Canada: EGS Press.
- Knill, Paolo J., Levine, Ellen G. & Levine, Stephen K. 2005. Principles and Practice of Expressive Arts Therapy. Toward a Therapeutic Aesthetics. London & Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Koivunen, Hannele 1997. Hiljainen tieto. Helsinki: Otava.
- Koskela, Virpi 2016. Teatteri läsnäolon tilana voi mahdollistaa samanarvoisuuden ja uuden ymmärryksen. Julkaisussa: Ekoluoma, Raisa & Hyttinen, Hilikka (toim.) Samassa tilassa. Yhteisöteatteri osallisuuden mahdollistajana. Centria ammattikorkeakoulu. Raportteja ja selvityksiä, 15. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-7173-13-8>
- Kuula, Arja 2006. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere: Osuuskunta Vastapaino.
- Känkänen, Päivi 2013. Taidelähtöiset menetelmät lastensuojelussa-kohti tilaa ja kokemusta. Akateeminen väitöskirja. Tampere: Suomen Yliopistopaino Oy.
- Laitinen, Sirkka 2003. Hyvää ja kaunista. Kuvataideopetuksen mahdollisuuksista nuorten esteettisen ja eettisen pohdinnan tukena. Akateeminen väitöskirja. Helsinki: Taideteollisen korkeakoulun julkaisu A 39 Gummerus Kirjapaino Oy.
- Lehtonen Kimmo 2017. Turun Sanomat/Lukijalta 23.8.2017. <http://www.ts.fi/mielipiteet/lukijoilta/858303/Voiko+taide+muuttaa+maailmaa>
- Levine, Stephen K. 1992. Poiesis. The Language of Psychology and the Speech of the Soul. London: Jessica Kingsley Publishers Ltd.
- Levine, Ellen & Levine, Stephen K. (edit.) 1999. Foundations of Expressive Arts Therapy. Theoretical and Clinical Perspectives. London & Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Levine, Stephen K. 2015. The Tao of Poiesis: Expressive Arts Therapy and Taoist Philosophy. Creative Arts in Education and Therapy—Eastern and Western Perspectives – Vol. 1, December 2015. The European graduate School, Switzerland: Inspirees International/Quotus Publishing. http://expressivearts.egs.edu/fileadmin/Resources/Public/Downloads/The_Tao_of_Poiesis.pdf
- Linko, Maaria 1998a. Taide ja käsityöt itsensä toteuttamisen muotona. Teoksessa Linko, Maaria. Aitojen elämysten kaipuu. Yleisön kuvataiteelle, kirjallisuudelle ja museoille antamat merkitykset. Akateemisen väitöskirjan yhteenveto. Jyväskylä: Nykykulttuurin tutkimusyksikön julkaisuja 57, 51–79.

Linko, Maaria 1998b. Paperille, kankaalle ripustan unelmani, pelkoni, vihani. Yksilöllistä elämää kuvataiteen ja käsitöiden kautta. Akateemisen väitöskirjan artikkeli. Teoksessa Katarina Eskola (toim.) *Elämysten jäljillä. Taide ja kirjallisuus suomalaisten omaelämäkerroissa*. Helsinki: Suomalaisen kirjallisuuden seura, 311–378.

Lusebrink, Vija Bergs 1990. *Imagery and Visual Expression in Therapy*. New York: Plenum Press.

Mantere, Meri-Helga 1991. *Mielen kuvat. Kuvallinen ilmaisu terapeuttisessa kontekstissa*. Julkaisija: Taideteollinen korkeakoulu. Helsinki: VapK-Kustannus.

Mantere, Meri-Helga 2000. *Kuvia ja kuvittelua–havaintoja kuvataideterapiasta*. Teoksessa: Tuula Heikkilä, Leena Paloheimo & Ilkka Taipale (toim.) *Mieli ja taide*. Helsinki: Mielenterveyden Keskusliitto Ry, 13–16.

Mantere, Meri-Helga 2007a. *Taiteen ja terapian yhteinen kuva*. Teoksessa: *Taideterapian perusteet*. Hentinen, Hanna; Mantere, Meri-Helga; Rankanen, Mimmu. Helsinki: Duodecim Oy ja Mimmu Rankanen, Hanna Hentinen ja Meri-Helga Mantere. 11–19.

Mantere, Meri-Helga 2007b. *Taideterapia ja ryhmät*. Teoksessa: *Taideterapian perusteet*. Hentinen, Hanna; Mantere, Meri-Helga; Rankanen, Mimmu. Helsinki: Duodecim Oy ja Mimmu Rankanen, Hanna Hentinen ja Meri-Helga Mantere 177–183.

McNiff, Shaun 1992. *Art as Medicine. Creating a Therapy of the Imagination*. Boston&London: Shambhala Publications, Inc.

McNiff, Shaun 1998. *Trust the process. An artist's guide to letting go*. United States: Shambhala Publications, Inc.

Perttula, Juha 2005. *Kokemus ja kokemuksen tutkimus: Fenomenologisen erityistieteen tieteenteoria. Kokemuksen tutkimus. Merkitys – tulkinta – ymmärtäminen*. Toim. Juha Perttula ja Timo Latomaa. Helsinki: Dialogia Oy, 116–162.

Pispa, Marjaana 2010. *Lämmin kosketus. Taideterapiaa perheväkivallan kokeneille naisille. Ekspressiivisen taideterapian opinnäytetyö. Jatkokoulutus 2007–2010*. Inartes Instituutti.

Pääjoki, Tarja 2004. *Taide kulttuurisena kohtaamispaikkana taidekasvatuksessa*. Akateeminen väitöskirja. Jyväskylä: university Library of Jyväskylä.

Rankanen, Mimmu 2007a. *Taideterapiassa vaikuttavia ydinprosesseja*. Teoksessa: *Taideterapian perusteet*. Hentinen, Hanna; Mantere, Meri-Helga; Rankanen, Mimmu. Helsinki: Duodecim Oy ja Mimmu Rankanen, Hanna Hentinen ja Meri-Helga Mantere, 35–49.

Rankanen, Mimmu 2007b. *Kuvataiteen erityispiirteet terapian jäsentäjänä*. Teoksessa: *Taideterapian perusteet*. Hentinen, Hanna; Mantere, Meri-Helga; Rankanen, Mimmu.

Helsinki: Duodecim Oy ja Mimmu Rankanen, Hanna Hentinen ja Meri-Helga Mantere, 65–89.

Rankanen, Mimmu 2007c. Työskentelyn eteneminen taideterapiassa. Teoksessa: Taide-
terapian perusteet. Hentinen, Hanna; Mantere, Meri-Helga; Rankanen, Mimmu. Hel-
sinki: Duodecim Oy ja Mimmu Rankanen, Hanna Hentinen ja Meri-Helga Mantere, 91–
97.

Rankanen, Mimmu 2011. Jaettuja maisemia-taideterapian tiedon- ja taidonalaa jäsentä-
mässä. [https://www.researchgate.net/publication/299412328_Jaettuja_maisemia_-_tai-
deterapian_tiedon_ja_taidonalaa_jasentamassa](https://www.researchgate.net/publication/299412328_Jaettuja_maisemia_-_tai-
deterapian_tiedon_ja_taidonalaa_jasentamassa)

Rankanen, Mimmu 2016a. The Visible Spectrum. Participants experiences of the pro-
cess and impacts of art therapy. Akateeminen väitöskirja. Helsinki: Aalto University.
<https://aaltodoc.aalto.fi/handle/123456789/23533>

Rankanen, Mimmu 2016b. Clients' Experiences of the Impacts of an Experimental Art
Therapy Group. The Arts in Psychotherapy 50, 101–110. [https://re-
search.aalto.fi/en/publications/clients-experiences-of-the-impacts-of-an-experiential-art-
therapy-group\(6e81c6a3-31fc-40b0-a57b-99e087ef5e32\)/export.html](https://re-
search.aalto.fi/en/publications/clients-experiences-of-the-impacts-of-an-experiential-art-
therapy-group(6e81c6a3-31fc-40b0-a57b-99e087ef5e32)/export.html)

Routila, Lauri Olavi 1986. Miten teen tiedettä taiteesta. Johdatusta taiteentutkimukseen
ja taiteen teoriaan. Keuruu: Clarion.

Sirèn, Kati 2017. ”Sanat, sija ja suunta–Puhetta soveltavan teatterin paikasta ja ase-
masta”. Soveltava taide NYT -seminaari Turun AMK:ssa 21.4.2017. Muistiinpanot
21.4.2017.

Taikusydän <https://taikusydan.turkuamk.fi/> Viitattu 22.2.2018.

Tamminen Tuula 2018. Aamulehti/Ihmiset 3.2.2018.

Taylor, Charles 1995. Autenttisuuden etiikka. Helsinki: Gaudeamus.

Varto, Juha 2008. Tanssi maailman kanssa. Yksittäisen ontologiaa. Tallinna: Eurooppa-
laisen filosofian seura ry/ niin & näin.

Winnicott, D. W. 1971. Playing and Reality. London: Tavistock.

