

Opinnäytetyö (AMK)

Esittävä taide

Tanssinopettajakoulutus

2017

Adalmiina Toivola

# NYKYTANSSIJAN IDENTITEETTIÄ ETSIMÄSSÄ

OPINNÄYTETYÖ (AMK) | TIIVISTELMÄ

TURUN AMMATTIKORKEAKOULU

Esittävä taide | Tanssinopettajakoulutus

2017 | 22

Adalmiina Toivola

## NYKYTANSSIJAN IDENTITEETTIÄ ETSIMÄSSÄ

Tämä tutkielma on kirjoitettu osana tanssinopettajan tutkinnon (AMK) opinnäytetyökokonaisuutta. Taiteellinen osa opinnäytetyötä ”*Jos ei uskalla koittaa, voiko ikinä voittaa*” esitettiin osana Taideakatemian Köysiteatterissa järjestettyä Köydet irti! -festivaalia.

Tutkielma käsittelee kirjoittajan omaa tanssijan identiteettiä ja siihen liittyvää epävarmuutta. Aihetta pohditaan samaistumalla tehtyihin haastatteluihin ja lähdemateriaaliin. Kirjoittaja tuo ilmi ja pohtii ajatuksia tanssista, jotta lukijat pystyisivät samaistumaan ja löytämään vertaistukea itselleen.

Työ pohjautuu henkilökohtaiseen pohdintaan, lähdemateriaaliin ja tehtyihin haastatteluihin.

Ensimmäisessä osassa puretaan auki nykytanssijan määritelmää ja vaatimuksia, sekä termiä itsetunto. Toisessa kappaleessa vertaillaan omaa pohdintaa haastateltavien ajatuksiin.

ASIASANAT:

identiteetti, itsetunto, minäkuva, tanssija

BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Performing Arts | Department of dance

2017 | 22

Adalmiina Toivola

## LOOKING FOR THE IDENTITY OF A CONTEMPORARY DANCER

This thesis is written as partial fulfilment of the Dance Teacher Degree / Bachelor of Dance, at the Turku University of Applied Sciences, Ltd. The artistic choreographic part of the degree is a performance work for five dancers, called "*Jos ei uskalla koittaa, voiko ikinä voittaa*".

The thesis focus upon the author's own dancer's identity and related uncertainty. The writer is discussing this topic by identifying their interviews and to source material. She reveals and thinks about the ideas of dance so that readers can identify with her own thinking and find support for themselves.

This work is based on the author's own reflections, source material and interviews she has made.

In the first chapter the author opens the current dancer's definition and requirements, as well as the term "self-esteem". In the second chapter the author compare her own reflection regarding the ideas of her interviewee.

### KEYWORDS:

identity, self-esteem, dancer

# SISÄLTÖ

<b>1 JOHDANTO</b>	<b>5</b>
<b>2 NYKYTANSSIJAN AMMATTIKUVA</b>	<b>7</b>
2.1 Ammattikuvan rakentuminen	7
2.2 Identiteetti osana ammattikuvaa	9
2.3 Oman tanssijuuteni hahmottuminen	11
<b>3 NYKYTANSSIJAN IDENTITEETTIÄ ETSIMÄSSÄ</b>	<b>12</b>
3.1 Itsetunto	12
3.1.1 Itsetunnon jarruttajat	14
3.2 Motivaatio	15
3.3 Ammatilliset tavoitteet	17
<b>4 POHDINTAA ETSINNÄN TULOKSISTA</b>	<b>19</b>
<b>LÄHTEET</b>	<b>21</b>

## LIITTEET

Liite 1. Haastattelu kysymykset

# 1 JOHDANTO

Tanssin kanssa työskentely on tuonut mielettömän paljon iloa ja nautintoa elämäni. Tanssi on kouluikäisestä asti tuntunut juuri minulle sopivalta harrastukselta ja nykyään ammatilta, josta pidän ja joka tuntuu minulle oikealta. Tanssi on vahva osa identiteettiäni. Ilon ja positiivisuuden lisäksi tanssi on kuitenkin aiheuttanut minussa paljon turhautumista ja jopa ahdistumista. Epäonnistumiset, ylitsepääsemättömiltä tuntuvat haasteet ja jatkuvat vaatimukset tuovat riittämättömyyden tunteita ja epävarmuutta omista taidoista ja epäilyjä koko tanssijan identiteettini. Onko minusta sittenkään tähän? Voinko minä olla tanssija? Tätä olen epäillyt paljon ja aina päätynyt samaan lopputulokseen. Tanssi on suuri osa minua, enkä minä aio sitä lopettaa. Minun täytyy päästä irti tästä epävarmuudesta taitojani kohtaan ja löytää positiivinen ja varmempi tanssijan identiteetti itselleni.

Päätin kirjoittaa opinnäytetyöni omasta identiteettikriisistäni ja pohtia sitä. Mietin pitkään, mikä olisi oikea sana kuvaamaan tätä ongelmaani ja päädyin kutsumaan sitä tanssijan identiteetiksi. Koen olevani hukassa juuri siinä, kuka minä olen tanssijana, onko minulla ylipäättään tietoa ja taitoa tarpeeksi täyttämään tanssijan kriteerit, ja voinko luottaa siihen, että minulla yleensä on joku oma tanssijan identiteetti ja olemus. Valmistun nimikkeellä tanssinopettaja. Ollessani tanssitaiteen opettaja koen, että minulla on oltava silloin myös tanssijan identiteetti. Pidän sitä eri identiteettinä kuin tanssinopettajan identiteettiäni. Epävarmuuden tunteeni tulevat enemmän esille juuri omassa tanssimisessäni ja sen pohtimisessa. Siksi perehdyn opinnäytetyössäni tanssijan työhön ja jätän tanssinopettajan identiteetin tästä kokonaan ulkopuolelle.

Minun on tarkoitus löytää vastauksia identiteettikysymyksiini ajatus puolella itselleni, eikä kouluttautumispuolella. Rajaan opinnäytetyöni niin, että tästä olisi minulle kaikista eniten hyötyä eli minulle kaikista rakkaimman tanssilajin, nykytanssin, ympärille. Olen varma, että täydellisiä vastausta näihin kriiseihini en tule saamaan, vaikka kuinka kauan tutkisinkin asiaa. Silti voin kehittää itselleni työkaluja

oppia itsestäni ja näin päästä lähemmäs tätä haluamani-alaista identiteettiä. Haluan myös kirjoittaa asiasta, jotta samoja asioita miettivät tanssijat voisivat samaistua minun ajatusmaailmaani. Pyrkimyksenäni on myös löytää apuja ja positiivista ajatusmaailmaa, jota voisin sitten viedä tuleville oppilailleenikin tätä ja kasvattaa heille positiiviset tanssijan identiteetit.

Löysin samaistumisen ja henkilökohtaiset mielipiteet luontevaksi tavaksi lähteä pohtimaan ja etsimään vastauksia identiteettikysymyksiini. Koen, olevani persoonana, jonka on helppo samaistua muihin ihmisiin. Siksi käytän yhtenä tutkimusmetodinani haastattelua. Vertailen omia vastauksiani haastateltavieni mielipiteisiin. Näin etsin vastauksia siihen, missä minä olen menossa ja olisiko minulla jotain opittavaa jo kentällä työskenteleviltä tanssijoilta. Haastattelin neljää tanssijaa. Maija Reeta Raumanni, Mikko Makkonen ja Laura Alho ovat kaikki saman koulun käyneitä kuin minä (Turun Taideakatemia, tanssinopettajan AMK) ja siitä uraansa tanssijaksi jatkaneita. Anni Kaila valmistui Amsterdamista tanssijaksi vuonna 2015. Kaikki vastasivat samoihin kysymyksiin, joko kirjallisena tai kasvotusten haastattelussa. Annoin heille vapauksia pohtia omaa uraansa ja ajatuksia kysymysten ympärillä.

## 2 NYKYTANSSIJAN AMMATTIKUVA

Tanssijan työ on lueteltu yhdeksi vaativimmista ja stressaavimmista ammateista (Taloussanomat 8.8.2013.) Vaatimukset ovat kovia ja töitä ei ole paljoa, joten kilpailu on kovaa. Palkka on monesti epäsäännöllinen, koska suurin osa työskentelee projektikohtaisesti freelance työntekijöinä. Ammattinetti luettelee tanssijan edellytyksiksi "luovuutta, taiteellisuutta, musikaalisuutta, luontevaa liikkumista ja hyvää fyysistä kuntoa." (Ammattinetti 8.8.2016.) Työhön kuuluu kuitenkin paljon enemmän vaatimuksia. Koen, että minun on ensin selvitettävä, miten määritellä nykytanssija ja nykytanssijan vaatimukset. Päästäkseni pohtimaan nykytanssijan identiteettiä, minun tulee myös selvittää, mitä oikeastaan tarkoittaa identiteetti ja mitkä ovat tanssijan identiteetin olennaisimmat puolet.

### 2.1 Ammattikuvan rakentuminen

Yksi määritelmä tanssijalle on koulutus. Se on helppo määritelmä ja antaa suoraan tanssijan ammattinimikkeen, jos papereissa lukee tanssija. Toinen määritelmä voisi olla, että ammatikseen tanssiva henkilö on tanssija. Tällainen ammatti-identiteetti ei kuitenkaan ole se, jota minä pohdin tässä työssäni. Minä pohdin taitoihin liittyvää tanssijana olemista ja itselleen määriteltävää tanssijana olemista, eikä vain yhteiskunnalle ammattina määriteltä.

Nykytanssijan ammattikuvan ydinsana voisi olla *monimuotoisuus*. (Makkonen 2017.) Työ on esiintymistä, treenaamista ja jatkuvaa itsensä haastamista. Työkaluna toimii oma keho, joka vaatii jatkuvaa kehon kunnon ylläpitämistä ja sen kanssa työskentelyä. Näiden lisäksi lavalla vaaditaan rohkeutta heittäytyä ja antaa katsojille kokemuksia ja elämyksiä. Mikko Makkonen kokee, että tanssija on itsenäinen taiteilija ja toimija, vaikka työskenteleekin koreografin tai esimerkiksi kollektiivin alla. Tanssijan on venyttävä moneen ja henkinen tasapaino pitäisi pysyä säilyttämään samaan aikaan. Nykytanssin monimuotoisuuden takia taitoja, vaatimuksia ja määritelmiä tanssijalle on paljon.

Nykytanssin kentällä ei riitä, että omaa kehon, joka pystyy toteuttamaan lähes mitä vaan, mitä koreografi pyytää. Tarvitaan myös improvisaatiokykyä ja jopa koreografiasta näkemystä. Tanssijat ovat koko ajan yhä enemmän mukana koreografian luomisessa, sillä koreografit luovat teoksiaan tehtävien kautta, mikä jättää tanssijoille suuremman vastuun teoksen lopputuloksesta. Maija Reeta Raumanni korostaa puheissaan sitä, kuinka esitysprojeekteissa roolit ja tehtävät sekoittuvat. Tanssijat tekevät myös omia projektejaan ja koreografit luovat materiaalia tanssijoittensa kanssa. Raumannin mielestä nämä tavat ovat yleistyneet tanssinkentällä paljonkin kymmenen vuoden sisällä. (Raumanni 2017.)

Nykytanssijan vaatimuksista Mikko Makkonen nostaa esille tanssin historian monimuotoisen tietämyksen, hahmotuksen ja ymmärtämisen. Hän kokee olennaiseksi ymmärtää tanssitaiteen kirjavuuden ja eri olomuodot, niin tanssitaiteen historiasta kuin nykyyhetkestä. Taitoina hän nostaa esille verbaalisen taidon sanallistaa juuri liikettä ja havaintoja. Tanssijalle kuuluvat hänen mielestään myös sosiaaliset vuorovaikutustaidot ja empatiakyky. Nämä liittyvätkin olennaisesti projektiluontoiseen alaan. Laura Alho painottaa nykytanssijan psyykkisiä puolia. Terve minäkuva ja realistinen käsitys itsestä, omista heikkouksista ja vahvuuksista, vaikuttavat tanssijan tekemiseen olennaisesti. Alho nostaa tanssijan tärkeiksi piirteiksi rohkeuden, kyvyn laittaa itsensä likoon ja esiintymistaidon. Tekninen taituruus ei hänen mielestään riitä, ellei tanssija osaa esiintyä ja tuoda merkitystä liikkeensä taakse. (Alho 2017.)

Sekä Alho että Makkonen nostavat esille tanssijan persoonan ja oman mielipiteen. Molemmille on tärkeää, että tanssija pitää oman päänsä tanssin kentällä, eikä lähde mukaan toteuttamaan muiden näkemyksiä tai asioita vain, koska niin on yleensäkin tehty. Taiteelle pitäisi aina olla merkitys, minkä takia siihen on päätyntä ja seurata sitä omaa polkua ja omaa näkemystä lopputulokseen asti. Oma reflektointi esiintyessä ja treenatessa on välttämätöntä, jotta tietää mitä haluaa. (Alho 2017, Makkonen 2017.)



Vaatimuksia ja osaamista pitäisi olla paljon, mutta kaikki ovat sellaisia ominaisuuksia, joissa ei voi olla koskaan valmis. Juuri tämä aiheuttaa minussa sitä tuskaa ja kyseenalaistusta. Mikä sitten on tarpeeksi osaamista ja mitä kaikkea sitä oikeasti pitäisi olettaa itsensä osaavan ammattikentällä? Onko mikään tarpeeksi?

## 2.2 Identiteetti osana ammattikuvaa

Sana identiteetti määritellään psykologiassa yksilön omaksi käsitykseksi siitä, kuka juuri hän on. Siihen vaikuttaa kaikki, niin ihmisen fyysiset, sosiaaliset kuin psyykkisetkin kokemukset ja käsitykset itsestään. Ihminen määrittelee itselleen oman paikkansa ja osansa yhteiskunnassa ja kulttuurissa. (Anttila ym. 2005, 197.) Yleisesti identiteetti siis vastaa kysymykseen ”Kuka minä olen”. Ihminen muodostaa itselleen monia erilaisia identiteettejä. Työidentiteetti voi olla aivan erilainen kuin vapaa-ajan identiteetti. (Hall & Anttonen, 8.10.1999.) Tanssijalle ja kauan tanssia harrastaneelle syntyy oma tanssijan identiteettinsä. Siihen vaikuttavat ainakin henkilökohtainen tietoisuus ja luottamus taidoista, opettajan ja opiskelijoiden palautteet, omat onnistumiset ja epäonnistumiset sekä unelmat ja tavoitteet. Tanssi on taiteenlajina hyvin kiinni tekijänsä persoonallisuudessa ja monesti hyvin henkilökohtaista, joten tanssijan identiteetti on lähellä kokonaiskuvaa omasta itsestään myös persoonana.

Identiteetin voi jakaa kahteen osaan, minäkäsitykseen ja itsetuntoon. Minäkäsitys sisältää itseä koskevat mielikuvat ja luokitukset sekä uskomukset. Kuka minä olen, millä lailla minä käyttäydyn ja muita sellaisia kysymyksiä. Itsetunto taas on tunnepuolen käsitys, johon kuuluu myös käsitykset omista taidoista, ominaisuuksista ja itse toiminnasta eli teoista. (Karrasch ym. 2007, 117.) Esimerkiksi: missä minä olen hyvä, mihin asti minä voin päästä näillä taidoilla, mitä minun kannattaa tehdä.

Ihmisen minäkäsitys on melko vakaa. Yleensä ihminen tietää kuka hän on ja määrittelee oman sosiaalisen statuksensa joka päivä samalla tavalla (Keltikan-

gas-Järvinen, 1994, 30). Itsetunto taas saattaa vaihdella paljonkin. Mitä vakaampana ja positiivisena se pysyy, sitä varmempi ihminen on ja pystyy helpommin vastaanottamaan kommentteja muilta omasta itsestään ja käsittelemään terveellä tavalla esimerkiksi omia heikkouksiaan.

Mikko Makkonen mieltää, että hänen tanssijan identiteettiinsä kuuluu fyysisiä- ja motorisia ominaisuuksia. Lihaskunto, liikelaajuudet, voima, kehon paino, reagointikyky, itselle ominaisimmat liikelaadut ja ajan hahmottamisen ovat tällaisia taitoja ja ominaisuuksia. Se, miten hän käyttää ja omaa edellä mainittuja ominaisuuksia ja taitoja, muodostavat Makkoselle tanssijan identiteetin perustan. Myös se, miten hän ajattelee tanssiessaan ja havainnoi tilaa ja liikettä, vaikuttavat hänen identiteettiinsä. Makkonen ei kuitenkaan poissulje persoonallisuuttaan ja luonteenpiirteitään tanssijan identiteetistä. Oma arjen identiteetti on läsnä myös tanssiessa. (Makkonen 2017.)

Koen, että tässä työssä itsetunto on suuressa osassa identiteettiä, koska kyse on taidosta ja siitä luottaako itse niihin. Laura Alho korostaa rohkeutta yhdeksi tanssijan tärkeimmistä ominaisuuksista. Hänen mielestään itseensä on vain pakko luottaa, jos tälle alalle päätyy. (Alho 2017.)

Lähden purkamaan tanssijan identiteettiä osiin, jotka kuvaavat sen olennaisimpia osia tähän työhön. Ajattelen, että identiteetin muodostukseen vaikuttavat menneisyys, nykyhetki ja tulevaisuus. Poimin niistä minulle tärkeimmät osa-alueet, jotka vaikuttavat omaan identiteettiini. Menneisyydestä vaikuttavat jo hankitut taidot, koetut kokemukset ja syntyneet mielipiteet itsestä yksilönä. Erityisesti haluan nostaa negatiiviset kokemukset. Epäonnistumiset ja erityisesti niistä jääneet traumat vaikuttavat suoraan itsetuntoon ja rohkeuteen yrittää ja epäonnistua uudelleen. Vanhat pelot, ja toisaalta myös negatiivisista kokemuksista selviytyminen, antavat suuntaa nykyhetkelle ja itsetunnolle. Nykyhetki on todella paljon kiinni itsetunnosta ja valinnoista. Itsetunnosta ammennamme rohkeutta ja teemme sillä valintoja, miten toimimme. Tulevaisuuteen vaikuttavat motivaatio ja omat tavoitteet. Se, minkä takia jaksaa yrittää ja mihin treenaamisellaan pyrkii. Tavoitteiden ollessa itselle selkeitä on helpompi löytää se motivaatio, joka vie tanssia kohti

haluttua määränpäättä. Kokosin näistä kolme kohtaa, joita lähden itsessäni ja haastateltavassani pohtimaan

- itsetunto
- motivaatio
- omat tavoitteet

### **2.3 Oman tanssijuuteni hahmottuminen**

Oma ammatti-identiteettini tällä hetkellä on tanssinopettaja ja siihen on helppo luottaa, koska se tulee paperissa lukemaan valmistuttuani ja minun on helppo omaksua tämä identiteetti muutenkin. Sitä minä en siis kyseenalaista, vaan osaan olla tästä ylpeä ja siihen tyytyväinen. Taiteenopettajana koen kuitenkin olevani myös taiteilija, työstän jatkuvasti tätä puolta itsessäni ja pyrin ilmaisemaan itseäni taitelijana tanssin kautta. Turun ammattikorkeakoulun internetsivujen mukaan tanssinopettajakoulutus antaa opiskelijoille valmiudet työskennellä monipuolisesti tanssin alan asiantuntijatehtävissä. Erikseen mainitaan vielä työskentely esiintyjänä ja opettajana, sekä suunnittelu- ja toteutuskyky kasvatuksellisiin ja esityksellisiin kokonaisuuksiin. Tanssijaksi itsensä määrittelemiseksi on siis oltava jokin muukin määritelmä, kuin todistus jostakin oppilaitoksesta.

Olen pohtinut, aloitinko opiskeluni väärältä alalta, kun en mennyt ensin tanssijaksi valmistavaan oppilaitokseen, vaan suoraan tanssinopettajaksi. Suomessa on useampi toisen asteen tanssijan tutkinnon myöntävä oppilaitos, sekä taideyliopisto, joista valmistuu tanssijaksi. Valitsin kuitenkin (puoliksi vahingossa) suoraan tanssinopettaja koulutuksen. Tanssinopettajakoulutuksessa opiskelemme sekä tanssitaiteen historiaa, että fyysisesti taiteen luomista. Silti koen, että en ole koulun aikana pystynyt käyttämään tarpeeksi aikaa tanssijaksi kasvamiseen. Opiskeltavaa on ollut niin paljon ja on täytynyt luoda itselleen myös tanssinopettajan identiteetti.

### 3 NYKYTANSSIJAN IDENTITEETTIÄ ETSIMÄSSÄ

Jotta samaistuminen olisi helpompaa, kerron vähän omasta ja haastateltavieni taustoista. Minä olen 7-vuotiaana aloittanut tanssin ja teini-ikäisenä päätin, että tulevaisuuteni ammatti tulee olemaan tanssin parissa. Hakeuduinkin suoraan lukiosta tanssinopettajankoulutukseen. Haluan opettamisen lisäksi työskennellä tanssijana ja tehdä tanssitaidetta. Sitä en vielä osaa sanoa minkälaisessa muodossa tämän tulen toteuttamaan tulevaisuudessa.

Mikko Makkonen valmistui tanssinopettajaksi Turun Taideakatemiaalta vuonna 2013. Hän täydensi opintojaan maisteriksi Taideyliopiston Teatterikorkeakoulussa, ja valmistui sieltä 2015. Hän on toiminut kiinnitettynä tanssijana Aurinkobaletissa ja freelance-tanssijana projekteissa, sekä tanssinopettajana. Anni Kaila valmistui tanssijaksi Amsterdamista vuonna 2015 (Amsterdam School of the Arts, Theaterschool). Hän on toiminut freelancer-tanssijana vuodesta 2014. Anni Kaila aloitti tanssijana työskentelyn jo kouluaikanaan. Tanssijantyöt ovat vieneet Kailaa jo paljon eri maihin kuten Tanskaan, Saksaan, Itävaltaan, Hollantiin ja Suomeen. Maija Reeta Raumanni valmistui tanssinopettajaksi Turun Taideakatemiaalta 2003. Hän täydensi koulutustaan Amsterdamissa opiskellen itselleen koreografian tutkinnon. Hän on työskennellyt jo kymmenen vuotta freelance tanssijana ja koreografina. Laura Alho valmistui tanssinopettajaksi Turun Taideakatemiaalta 2015. Koulun jälkeen hän työskenteli tanssinopettajana, kunnes sai kiinnityksen Tanssiteatteri Eriin.

#### 3.1 Itsetunto

Mikko Makkosella itsetunnon löytämisessä on auttanut, kun hän on hyväksynyt oman keskeneräisyytensä ja jatkuvat muutoksen. Hän kuvailee hyväksymisen kestäneen kauan, mutta helpottaneen, kun ymmärtää ettei koskaan tule olemaan valmis. Hän pyrkii ja kannustaa päästämään irti täydellisyyden tavoittelusta, ja

tekemään asioita rennommalla otteella. Makkonen muistuttaa myös, että asiat ja taidot sellaisenaan eivät määritä ihmistä tai kenenkään ihmisen arvoa. Tanssijat ovat monesti todella sitkeitä ihmisiä ja menevät hommaansa niin täysillä mukaa, että tämä unohtuu. (Makkonen 2017.)

Minulle suurimmat syyt itsetunnon heikkenemiseen ovat olleen pelko riittämättömyydestä (tanssin teknistentaitojen- ja esiintymistaitojen- ja luovuuden osilta), kateus toisten taidoista, pelko epäonnistumisesta, rohkeuden puute ja yleensäkin pelko tulevaisuudesta ja siitä, annanko tanssille enemmän itsestäni kuin siltä saan takaisin. Minä olen kokenut, että näiden tunteiden läpikäymisessä minua on auttanut suora kannustava palaute opiskelijatovereilta ja opettajilta, sekä oman tanssijan identiteetin pohtiminen. Minulle läpikäymiseen on kuulunut omien heikkouksien ja vahvuuksien tunnistamista ja niiden läpikäymistä. Positiivinen palaute ja rohkaisu ovat kuitenkin asioita, joita ilman tanssijan pitäisi pystyä löytämään luottamus omaan tekemiseensä. Hankalissa tilanteissa ei ole yleensä muita paikalla kannustamassa, vaan tunne ja luottamus on löydettävä itsestä siinä hetkessä. Juuri omista vahvuuksistaan ja niiden ymmärtämisestä minä olen saanut apua näihin hetkiin. Jos minä tiedän minkälainen tanssija minä olen ja missä olen hyvä, voin sen helpommin myös muille näyttää.

Anni Kaila kertoo, että hän luottaa tällä hetkellä omiin fyysisiin taitoihinsa ja on sitä mieltä, että ne riittävät hänelle. Silti hänkään ei pidä sitä itsestäänselvyytenä, vaan kertoo uskonsa horjuneen aikoinaan paljonkin. Hänelle suurimmat haasteet tulevat, kun joutuu oman mukavuusalueensa ulkopuolelle esimerkiksi puhumaan teoksessa tai laulamaan. Minä itse koen, että juuri tuollaiset hetket ovat niitä haastavampia, kun joutuu käymään läpi päässään ”onko minusta nyt tähän hommaan” -tyylisiä ajatuksia. Toisaalta sitten, kun on itsensä ylittänyt ja tehnyt hommansa, ehkä muutaman kerran mokannutkin, mutta silti selvinnyt tilanteesta olo on yleensä mahtava. Siitä tulee lisää luottamusta ja intoa, joka pitäisi vain muistaa huonoina hetkinä. Silloin voisi palata näihin ajatuksiin ja muistaa kuinka pystyi ylittämään itsensä ja epämiellyttävältäkin tuntuneesta asiasta selvisi.

Mikko Makkoselle on tärkeää pysähtyä välillä ja katsella epäkohtiaan laajemmasta perspektiivistä. Syventyminen missä mennään ja itselleen perustelu, miksi minä teen ja mitä, auttavat jatkamaan eteen päin ja on helpompi seistä oman juttunsa takana. Makkosella on viisaita ajatuksia siitä, kuinka tanssiin voi myös sitoutua liikaa. Vaikka oman tanssimisen eteen pitää tehdä paljon töitä, ei tanssin alaan tarvitse sitoutua koko loppu elämän ajaksi. Jos alalla työskentely ei enää kiinnosta, se ei ole väärin, on vain aika tehdä jotain muuta. Päivä kerrallaan - ajattelukin riittää. (Makkonen 2017.)

### **3.1.1 Itsetunnon jarruttajat**

Anni Kailalla on kokemusta useista pääsykokeista sekä töihin että kouluihin. Niissä hänelle on kertynyt kokemuksia, joita hän kuvailee epäonnistumisen kokemuksina urallansa. Joistain hän on pudonnut jo ensimmäisessä vaiheessa ja jälkikäteen miettinyt, että ei olisi edes kannattanut mennä. Hän kuvailee näitä juuri sellaisina pettymyksinä, jotka horjuttavat uskoa omaan osaamiseensa, vaikka oikeastaan huomaa olevansa aivan vääränlainen tanssija haluttuun rooliin ja projektiin. Torjutuksi tulo on iso tunteiden kuohauttaja, joka pitää käsitellä ja oppia sietämään. Kailalle on kertynyt myös paljon positiivisiakin kokemuksia hausta ja nykyään hän käy kokeissa vain, jos on ottanut kunnolla selvää projektista etukäteen, kokee sen olevan mielenkiintoinen ja haluavansa mukaan siihen omasta mielestään. Hän kertoo myös tutustuneensa pääsykokeissa paljon muihin tanssijoihin ja saaneensa siellä paljon vertaistukea, koska lähes kaikki painivat siellä samojen ongelmien kanssa. (Kaila 2017.)

Raumanni kertoo hänen epäilyjensä itsestään muuttuneen paljon ajan mukana. Opiskelu aikana hän pohdiskeli paljon ihan kehollista puolta ja itseään tanssijana. Ammattilaisena epäilyt kohdistuvat enemmän taiteelliseen puoleen. On lohduttavaa kuulla, kuinka kaikilla on ne omat asiansa, jonka kanssa he painiskelevat. En ole mitenkään yksin siinä, jos koen epävarmuutta ja mietin omaa tanssijuuttani. (Raumanni 2017.)

Laura Alho lohduttautuu sanontaan: ”*kaiken on tapana järjestyä*”. Hänelle suurin apu ovat työkaverit. Alho itse on vielä nuori tanssija. Hän kokee oppivansa ja saavansa paljon rohkaisua kokeneemmilta tanssijoilta ja se auttaa häntä eteen päin. (Alho 2017.) Koen itsekin, että esimerkiksi opiskelu aikanani vertaistuki on ollut se suurin apu. Aina on löytynyt joku muu, joka on jaksanut puskea minua, kun en ole itse sitä jaksanut tehdä.

Anni Kaila kertoo, että häntä auttavat vaikeissa tilanteissa muut harrastukset ja kiinnostuksen kohteensa. Esimerkiksi kirjoittaminen on hänelle tärkeää ja vie ajatuksia muualle. Sen avulla hän on päässyt yli tilanteista joissa ”pään hakkaaminen seinään” on tuntunut ainoalta oikealta ratkaisulta. Anni Kaila toteaa, että epätoivon hetkissä tanssi kyllä on ja pysyy, mutta välillä voi tulla kausia, kun kannattaa keskittyä muihin asioihin. Hänelle perfektionistin luonne on tuonut juuri näitä haasteita, kun pitäisi aina pärjätä ja suoriutua virheittä. Hän kertookin tanssimailman ”palauttaneen hänet maan pinnalle” ja opettaneen koko ajan enemmän pois perfektionismista, koska mokat, yrittäminen ja epäonnistumiset kuuluvat tanssijan arkeen.

### **3.2 Motivaatio**

Kysyin haastatteluissa kaikilta, mikä tanssissa kiehtoo ja motivoi heitä eli miksi he tanssivat. Kaikki neljä mainitsivat tanssin monimuotoisuuden ja olivat innoissaan siitä, kuinka moneen asiaan tanssin kentällä voi törmätä. Ikinä ei voi oppia tai kokea kaikkea. Kaikkia neljää kiinnostaa myös tanssin fyysisyys. Anni Kaila kuvailee puhtaan liikkeen löytämisen motivoivan liikkumaan. Onnistumisen kokemukset liikkeen kanssa tuovat hänelle kokonaisvaltaisen hyvän olon. Makkonen löytää liikkumisesta ja kehon käytöstä mielen rauhaa ja pakopaikan muilta ajatuksilta. Raumannia kiinnostaa, kuinka liike ja ruumis ovat ainutlaatuisuudessaan tanssitaiteen tarvitsevat elementit. Tanssija tarvitsee vain itsensä, koska keho on se oma instrumentti. Pelkästään kehoa ja liikettä tutkimalla löytää mielettömän paljon uusia asioita. Kehon ja tanssin kautta voi

sitten tutkia elämää, yhteiskuntaa, tunteitaan tai epäkohtia omassa elämässään. Näitä Laura Alho kokee tanssin kautta löytävänsä. Anni Kailaa kiinnostaa tanssissa hänen omien sanojensa mukaan liikkeen ja taiteen liitto. Hän kuvailee tanssia taiteenlajina konkreettiseksi, tekniseksi ja haastavaksi, joka jää aina sanojen ja täydellisen ymmärtämisen ulkopuolelle. Kaila kuvailee hakevansa taiteesta jotakin absurdia ja herkkää. Näitä asioita hän kokee saavansa tanssista nimenomaan tanssijana ja tulkitsijana. Makkosta tanssissa kiehtoo absurdisuuden lisäksi tanssin leikkisyys, kehollisuus, luovuus, mielikuvitus ja hetkessä oleminen.

Maija Reeta Raumannin kokee, että hän on jollain tavalla vain päätyneet tanssijaksi. Hänen lapsuuden ajan haaveammattinsa ei ollut mikään balettianssija, eikä tanssijana toimiminen ole tullut määrätietoisesta suunnitelman kautta. Vaikka hänen on vaikea sanallistaa, miksi hän tanssii ja mikä siinä kiehtoo, hän on varma, että siinä on joku suuri asia, joka motivoi tanssijan työtä tekemään. (Raumannin 2017.) Tanssista tulee elämän tapa ja vahva osa identiteettiä, kun sen kanssa tekee vuosia töitä. (Laura Alho 2017.) Juuri siksi motivaatiota tanssiin voi olla hankala kuvailla ja perustella. Se on jo niin syvällä tanssijoissa.

Minä rakastan tanssissa myös sen absurdia puolta. Teoksia katsellessa ei tarvitse ymmärtää, mitä oikeastaan tapahtuu. Tanssista löytää sen oman punaisen langan ja, koska tanssi on niin monimutkista ja selittämätöntä, voi löytää itsessään ajatuksia ja ajattelutapoja, joita muuten ei olisi löytänytään. Valmiiksi selitetty tarina tuo ajatuksia tarinasta, mutta kun tarina pitää itse ymmärtää ja kehittää nähdyn ympärille se tuo tarinana ihan uuden ulottuvuuden. Tämä taas voi herättää tunteita, joita ei osannut odottaa. Minua kiinnostaa erityisesti nykytanssi, koska se on inhimillistä ja persoonallista taidetta. Nykytanssin kanssa voi pohtia ja tutkia elämää monelta kannalta. Tanssi on lähtöisin ihmiskehoista ja siksi se on koskettavaa ja samaistuttavaa ja tulee lähelle omia tuntemuksiani ja tunteitani. Siksi tanssi pääsee ihoni alle. Tanssimaan minua motivoi omat tuntemukset tanssiessa. Minulla on itsestäni yleensä hyvä olo, kun tanssin ja esiinnyn. Onnistumiset, kehittyminen ja hyvän palautteen saavuttaminen ovat koukuttavia tuntemuksia. Hyvä olo tulee kuitenkin



jo itse liikkumisesta ja kehon tutkimisesta ja sen monipuolisesta käytöstä.

Minun on helppo pohtia ja kertoa mistä asioista ja puolista tanssissa pidän, ja mikä siinä motivoi ja kiehtoo minua. Silti tuntuu, että sen unohtaa helposti ja ajaudun suorittamaan tanssia aivan eri lähtökohdista kuin omat mielenkiinnon kohteeni. Minulle on vaikeaa löytää nämä omat motivaation lähteeni ja perusteluni käytäntöön. Ehkä siksi koenkin olevani niin hukassa, kun tiedän mitä haluaisin, mutta teenkin toisin.

### **3.3 Ammatilliset tavoitteet**

Anni Kailan kirjoittamista vastauksista sain sellaisen kuvan, että hän on pohtinut omaa tanssijuuttaan ja identiteettiään tanssin näkökulmasta jo kauan. Hän on tyytyväinen omaan uraansa tähän asti ja osaa arvostaa saavutuksiaan. Hän kertoo tavoitteensa muuttuneen niin, että hän tähtää ja hakeutuu tekemään asioita, jotka hän oikeasti kokee tärkeiksi. Hän valitsee kiinnostuksiansa perusteella ne projektit, joihin hän hakee. Toinen vaihtoehto olisi tähdätä aina vain isommille lavoille ja nimekkäämpään seuraan. Minä näen tässä paljon syitä, miksi tämä olisi viisas ajattelutapa, ja haluaisin itsekin pyrkiä samaan. On paljon helpompi olla tyytyväinen siihen mitä tekee, kun tavoitteet eivät ole korkeita vain siksi, että niiden kuuluu olla. Tavoitteiden kuuluu olla siellä mihin ne itse haluan asettaa. Itse saavuttaminen ei saisi olla se itseisarvo, vaan pitäisi tietää miksi haluaa jotain saavuttaa, ja onko itse prosessi mielekäs ja omien kiinnostuksien mukainen. Jos tavoitteista sitten tulee kovia, niin ainakin itse tietää, miksi sinne haluaa pyrkiä. Esimerkiksi Anni Kaila kertoo päässeensä mukaan norjalaisen runoilijan ja koreografin teokseen. Näin hän saa yhdistettyä kahta kiinnostustaan, tanssia ja kirjallisuutta. (Kaila 2017)

Hyvä itsetunto auttaa tekemään valintoja. Itsetunto antaa varmuutta tehdä valintoja omien arvojen mukaan, eikä muiden ihmisten mielipiteiden mukaan. Jos itsetunto on heikko, on yleensä hyväksynnän tarve ja haku suurempi.

Hyväksyntää haetaan tekemällä päätöksiä, jotka koetaan olevan sellaisia, joita kuuluu vain yleisesti haluta. Valinnoilla voi tiedostamattakin pyrkiä miellyttämään muita ihmisiä tai toteuttamaan ympäristön antamia yleisiä odotuksia. Taakse jää ajattelu, mitä oikeasti haluaisin juuri nyt. Rohkeus tehdä omia valintoja auttaa pääsemään lähemmäs tyytyväisyyttä, koska silloin valinnat ovat omia ja yleensä hyvin perusteltuja tai ainakin tiedostettuja. Valinnoilla on helppoa miellyttää tai kuvitella miellyttävänsä muita. Omien arvojen ja perusteluiden mukainen valinta on se, joka tekee ihmisen onnelliseksi. (Keltikangas-Järvinen 1994, 20)

Luonkohan minä vielä itselleni liian kovia tavoitteita vain oletuksella, että haluan olla jotain suurta. Samaa aikaa mietin, ettei minun mielenkiintoni ole kuuluisuus tai suuret lavat. Haluan päästä enemminkin itse tekemään päätökset omasta taiteellisesta työskentelystäni ja valita mitä teen. Tanssitaide on aina ollut minulle ilmaisukeinoni, jonka avulla saan purettua ajatusmaailmani ja tuntemuksia muiden ihmisten kanssa.

Makkonen, Alho ja Raumanni unelmoivat kaikki siitä, että voisivat tehdä tanssijan töitä pitkään tai niin kauan kuin siltä vain tuntuu. Makkonen kokee uhkaksi vammautumiset ja taloudelliset haasteet. Hän kokee, että joutuu pohtimaan, onko tanssi aina mielekästä ja merkityksellistä. Raumanni kokee haasteiksi myös kiireisen aikataulun, töiden epävarmuuden ja rankkuuden. Laura Alhokin korostaa tanssijana toimisen rankkuutta ja sitä, kuinka itsestään pitää antaa paljon ja olla täysillä hommassa mukana. (Makkonen 2017, Alho 2017, Raumanni 2017.)

## 4 POHDINTAA ETSINNÄN TULOKSISTA

Vertailemalla tanssin ammattilaisten ajatuksia omiini sain uutta perspektiiviä ja suuntaa omalle pohdinnalleni. Haastatteluista pystyin selvästi lukemaan kiinnostuksen kehon käyttöön työkaluna taiteen tekemiselle ja itsensä toteuttamiselle. Yksi vastaus siihen, miten voi olla tyytyväinen itseensä, on tehdä mitä haluaa. Kun tiedostaa, mitä tekee ja miksi niin tekee, on helpompi päästä tyytyväisyyteen. Minusta on hieno lukea ammattilaisten vastauksia, koska heillä on niin paljon ajatusprosesseja takana ja perusteluita omille ajatuksilleen ja toiminnalleen. Toisaalta, kun luin omia vastauksiani samoihin kysymyksiin, olivat nekin pitkien prosessien tuloksia ja perusteltuja. Omat vastaukseni autoivat läpikäymään tätä prosessia, koska pysähdyin miettimään itseäni ja omaa ajatusmaailmaani.

Löysin haastateltaviltani ajatuksia, jotka muistuttavat mihin suuntaan haluaisin lähteä viemään omaa identiteettiäni. Anni Kaila on selvästi kasvanut tanssijana suuntaan, jossa hän ei tähtää maineen ja ihailun kohteeksi, vaan haluaa jakaa kiinnostustaan. Hän haluaa tehdä asioita, joista pitää ja joita hän haluaa pohtia ja joiden kautta hän voi oppia lisää elämästä ja taiteesta. Kaila haluaa kokea työnsä tanssijana tärkeäksi ja saada merkitystä työlleen. Tanssi on se kiinnostus ja itsessään jo se intohimo, jota pitää vaan päästä jakamaan muille. Samaistuin näihin ajatuksiin paljon ja oli ihanaa lukea niistä.

Maija Reeta Raumannin korostaa, kuinka hän oppii ja on kasvanut tanssijaksi itse työtä tekemällä. Hän antoi minulle ohjeiksi kokeilla ja mennä rohkeasti omien juttujeni perässä, koska vasta tekemällä voi löytää sen oman suuntansa ja kiinnostuksensa. Hän on hyvä esimerkki siitä, kuinka tanssi voi viedä mennessään. Ilmankin tarkkaan harkittua suunnitelmaa voi päästä hyvään lopputulokseen ja taidelalle.

Laura Alho on tukeutunut omiin kollegoihinsa ja hakee apuja palautteesta. Hän on kiinnostunut kehittämään itseään ja valmis ottamaan kaiken avun vastaan.

Laura Alho on rehellinen sille, missä hän menee juuri nyt ja myöntää oman kokeuttomuutensa. Ihailen hänen kiinnostustaan kehittää itseään jatkuvasti. Tämä itsensä kehittäminen yhdistettynä Mikko Makkosen nostamaan armollisuuteen itseään kohtaan, loisivat minusta hyvän ja terveen identiteetin pohjan. Mikko Makkonen pyrkii päästämään tanssista myös välillä irti, jottei mentaliteetti tanssia kohtaan muutu pakonomaiseksi ajatteluksi ja valtaa koko elämää.

Opinnäytetyöni näytti minulle, että en ole yksin näiden ajatuksieni kanssa. Mitä enemmän jaksan pohtia identiteettiäni tanssijana, sitä vahvemmin tulen sen käsittämään. Halusin nostaa työhöni mahdollisimman paljon viisaita ajatuksia haastateltaviltani ja niitä tulikin kirjoitettua paljon. Minun täytyy itse lukea työni vielä useampaan kertaan, jotta voin sisäistää viisaat ajatukset ja oikeasti ottaa niistä kaiken hyödyn irti. Tanssi on suuri osa identiteettiäni ja elämän tapa, mutta asia, jonka en aio antaa vallata koko elämäni. Tunnen, että mitä enemmän pyrin olemaan oma itseni ja toimimaan omien kiinnostuksieni mukaisesti, sitä varmempi ja onnellisempi tanssija minusta tulee. Ainakin tiedän, että nyt on aika päästä rohkeasti kokeilemaan mihin kaikkeen minusta oikein on. Pohtiminen riittää nyt hetkeksi, ja on tekojen aika.

## LÄHTEET

Ammattinetti, TE-palvelut, tanssitaiteilija. Viitattu 8.8.2017 [http://www.ammattinetti.fi/amatit/detail/168\\_ammatti](http://www.ammattinetti.fi/amatit/detail/168_ammatti)

Anttila, R., Eronen, S., Kallio, M., Kanninen, K., Kauppinen, L., Paavilainen, P. & Salo, S. 2005. Persoona 2 Kehityopsykologia

Alho, L. 2017. Haastattelu kasvotusten.

Hall & Anttonen. 1999. Identiteetti, Viitattu 20.10.2017 <https://www.jyu.fi/mclinic/mover/teoria/identiteetti.php>.

Kaila, A. 2016. Haastattelu sähköpostin välityksellä.

Karrasch, M., Lindblom-Yläne S., Niemelä, R., Päivänsalo, T. & Tynjälä, P. 2007. Kustannusosakeyhtiö Otava, Lukion psykologia 5

Keltikangas-Järvinen, L. 1994. Hyvä itsetunto. WSOY

Makkonen, M. 2017. Haastattelu sähköpostin välityksellä.

Raumanni, M. 2017. Haastattelu kasvotusten.

Taloussanomat, Tanssijan työ yksi stressaavimmista -lue mitkä muut. Viitattu 8.8.2017, <http://www.taloussanomat.fi/oma-raha/2013/11/13/tanssijan-tyo-yksi-stressaavimmista-lue-mitka-muut/201315775/139>Taloussanomat.

Turun ammattikorkeakoulu, tanssinopettaja, Viitattu 15.3.2017 <https://www.turkuamk.fi/fi/tutkinnot-ja-opiskelu/tutkinnot/tanssinopettaja-amk/>

## Haastattelulomake

Moikka!

Ohje on, että vastaa mitä mieleen tulee. Minulle eniten apua on, jos annat vain mennä ja kirjoittele mitä ajatuksia herää näistä kysymyksistä. Turhan sensuroinnin ja ylianalysoinnin voit siis unohtaa. Vaikka vastaus menisi vähän ohi kysymyksestä niin se ei haittaa ollenkaan. Moneen kysymykseen vastaukset voivat tuntua samankaltaisilta, mutta vastaa kaikkiin edes jotakin. Kirjoita sen pituiset vastaukset jotka tuntuvat hyvältä, minä jaksan kyllä lukea, jos innostut pitkiä kirjoittelemaan!

ISO KIITOS VIELÄ SINULLE!

Kysymykset

1. Onko sinulla tanssijan koulutus? / Kerro siitä (missä, koska jne.)
2. Kauanko olet työskennellyt tanssijana?
3. Oletko freelancer vai kiinnitetty tanssija?
4. Mitä kuulu nykytanssijan ammattiin? Miten kuvaillet ammatin vaatimuksia?
5. Mikä tanssissa kiehtoo sinua? Miksi tanssit?
6. Oletko tyytyväinen omaan uraasi/ saavutuksiisi?  
- Siihen missä/mitä se on nyt tällä hetkellä
7. Mitä unelmia sinulla on tulevaisuudelle tanssin kanssa?
8. Minkälaisia epäonnistumisen kokemuksia muistat tanssijan uraltasi?
9. Onko sinulla ollut suurempia epäilyjä tanssijan urastasi/ sen kannattavuudesta/ sen toteutumisesta? Minkälaisia muistat?
10. Mitä teet, kun luovuttaminen tanssin suhteen tuntuu hyvältä ratkaisulta? (onko sinulla ollut tällaisia fiiliksiä)
- 11 Uskotko/luotatko itseesi tanssijana? mistä se on tullut/ oletko aina luottanut taitoihisi?
12. Mitä sinulle voisi tarkoittaa sana tanssijan identiteetti? ja minkälainen on sinun tanssijanidentiteettisi?