



Flow ja motivaatio teatterin valotyössä

Essi Santala

Opinnäytetyö
Toukokuu 2011
Viestinnän koulutusohjelma
Valoilmaisu

TAMPEREEN AMMATTIKORKEAKOULU
Tampere University of Applied Sciences

OPINNÄYTTEEN TIIVISTELMÄ

Essi Santala

Flow ja motivaatio teatterin valotyössä

5/2011

27 sivua

Tampereen ammattikorkeakoulu

Viestinnän koulutusohjelma

Valoilmaisu

Lopputyön muoto: kirjallinen

Lopputyön ohjaaja: Eero Pölönen

Avainsanat: flow-tila, työmotivaatio, teatteritekniikka, teatterin tuotantoprosessi

Tiivistelmä:

Opinnäytteessä pohditaan sisäisen ja ulkoisen motivaation suhdetta toisiinsa sekä flow-kokemuksen käsitettä ja sen saavuttamista.

Teatterin produktiokohtainen tuotantoprosessi käydään läpi teatterin valaistusestimatorin näkökulmasta ajatuksena löytää motivaation ja flown mahdollisuuksia tuotantoprosessin eri vaiheista. Esimerkkeinä käytetään projekti- ja suunnitteluprosessikuvauksia harrastaja- ja ammattiteatterista.

Tutkimusmetodeina opinnäytteessä on käytetty kehittävää työntutkimusta, toimintatutkimusta ja siihen liittyen osallistuvaa havainnointia, sekä myös teatterityöntekijöiden ja opiskelutovereiden pienimuotoisia haastatteluja.

Ihmisen oma kiinnostus työmotivaation ylläpitämiseen on tärkeä tekijä. Työntekijän on oltava valmis myös itse kehittämään ja ylläpitämään työympäristöään sisäisen motivaation säilyttämiseksi.

THESIS SUMMARY

Essi Santala

Motivation and the experience of flow in theatre lighting

5/2011

27 pages

TAMK University of Applied Sciences

Media Programme

Area of specialisation: Lighting design

Type of Final Project: Written

Thesis supervisor: Eero Pölönen

Keywords: flow, motivation, theatre technics, theatre production process

Abstract:

This thesis ponders the differences between intrinsic and extrinsic motivation and the experience of flow and how to achieve it.

The theatrical production process is presented from a lighting director's view in order to find possibilities for flow and motivation from the various phases in the production process. Design process and project descriptions from amateur and professional theatre are used as examples.

Research methods used in the thesis include small interviews with amateur and professional theatre workers and observational research at theatres.

A person's own interest in maintaining their motivation is a key factor. A worker must be prepared to develop and maintain their working environment in order to preserve their intrinsic motivation.

Sisällys

1 Johdanto.....	5
2 Flow ja motivaatio.....	7
2.1 Mitä on flow?.....	7
2.2 Sisäinen motivaatio.....	8
2.3 Ulkoinen motivaatio.....	9
2.4 Hyvä flow vastaan huono flow.....	10
2.5 Teatterin valotyön flown mahdollisuudet.....	11
3 Flow tuotantoprosessin sisällä.....	13
3.1 Projektin vaiheet.....	14
3.1.1 Mukaanlähtö.....	14
3.1.2 Materiaaliin tutustuminen ja ideoiden keruu.....	15
3.1.3 Suunnittelu – taiteellisesta tekniseen.....	16
3.1.4 Valorakennus – tekniset harjoituspäivät.....	18
3.1.5 Harjoituskausi – lukuharjoituksista ensi-iltaan.....	19
3.1.6 Esityskausi.....	20
4 Flow kohtaa rutiinin – ongelma?.....	22
4.1 Motivaation löytäminen arjessa.....	22
4.2 ESM – experience sampling method, kokemusotosmenetelmä.....	22
5 Loppupäätelmät.....	26
Lähteet.....	27

1 Johdanto

Elämän perustavoitteena on onnellisuus. Suurin osa ihmisistä tavoittelee onnellisuutta ensisijaisesti ihmissuhteiden ja harrastusten kautta, osa toteuttaa itseään työnsä kautta. Kutsumusammatteja arvostetaan kaikissa kulttuureissa suunnattomasti; jos saa tehdä sitä mitä haluaa ja auttaa siinä sivussa vielä muitakin ja on tyytyväinen tilanteeseensa, on saavuttanut jotain merkityksellistä. Mutta onko ihmisen oltava aivokirurgi kokeakseen olevansa tärkeä ja kokeakseen olevansa onnellinen?

Yllättävän moni kokee työnsä motivaatioksi palkkapäivän tai viikonlopun lähestymisen ja käytännössä tekee työtä ansaitakseen rahaa vapaa-ajalla tapahtuvaa onnellisuuden tavoittelua varten. Tästä voidaan nähdä todisteena työehtosopimusneuvottelut, joiden ratkaisu ei välttämättä vähennä työtaakkaa tai hankalia työaikoja, vaan jotka korjaavat haavoja tuomalla työntekijöille yksinkertaisesti lisää rahaa.

Vaikka työehtosopimusneuvottelijoiden vaatimukset olisivat mitä kauneimpia, on kriisi ratkaistavissa rahalla. Entä jos ihmiset tyytyisivätkin ainoastaan parempiin työoloihin, työnsä arvostukseen ja omaan viihtymiseensä työn parissa? ”Jos töissä on hauskaa niin se ei ole työtä” oli pitkään protestanttista maailmaa leimaava piirre. Tehokkuus kuitenkin kärsii työntekijöiden huonosta viihtyvyydestä, eikä maailmaa rakenneta järkevään suuntaan antamatta ihmisille mahdollisuutta nauttia työnsä tekemisestä.

Tämän opinnäytteen tarkoituksena on tutkia työmotivaation kulttuuria teatterityössä, joka useimmille teatterityöntekijöille on kutsumusammatti. Tavoitteena on löytää tapoja motivaation löytämiseen myös työn ikävistä puolista. Vaikka teatterin valotyö on opinnäytteessäni esimerkkinä ja fokuksessa, ovat esittämäni ajatukset laajennettavissa ja sovellettavissa mille tahansa ammattialalle.

Jokaisen on itse löydettävä työn mielekkyys, etsittävä ajatus, minkä takia tekee omaa työtään. Avoimella mielellä ja luovuudella tuon ajatuksen voi löytää mistä tahansa ammatista, mutta jotkin työnkuvat sopivat jollekulle paremmin kuin toiselle.

Opinnäytteessäni lähden liikkeelle flown käsitteen määrittelystä ja jatkan sitten motivaation osa-alueiden tutkimisella. Yritän päästä selville käytännönläheisestä polusta, jolla ulkoisesti motivoitu toiminta voidaan muuttaa sisäisen motivaation

erityistilaksi eli flowksi. Käyn läpi teatteriesityksen syntyprosessin valosuunnittelun ja motivaation näkökulmasta pohtien flown esiintymistiheyden kasvattamista. Esimerkkeinä käytän omissa projekteissa eteen tulleita tilanteita sekä teatterissa työskennellessäni havainnoimiani työntekijöiden asenteita ja ajattelutapoja. Lopussa esittelen vielä omakohtaisesti testaamaani tapaa flow-kokemusten määrän ja laadun kasvattamiseksi työssä ja vapaa-ajalla.

*”Joskus tuntuu siltä että toivottavasti
kukaan tuolla oikeassa maailmassa ei saa
tietää miten hauskaa tämä meidän työ on ja
että meille vielä maksetaan tästä.”*

- Jonathan Miller, valaistusmestari

2 Flow ja motivaatio

2.1 Mitä on flow?

Flow-termiä alkoi ensimmäisenä käyttää opettaja, kirjailija ja tutkija Mihaly Csikszentmihalyi 1970-luvulla kuvaamaan sisäisesti erittäin motivoituneen ihmisen henkistä tilaa, jossa koko huomio kiinnittyy vain käsillä olevaan tehtävään, eikä mihinkään muuhun. Flown kokemuksesta tutkittuaan Csikszentmihalyi päätyi yhdistäviin tekijöihin, jotka erottavat flown kokemuksen muista erityisen motivoituneista tiloista ja jotka myös yhdistävät ihmisten kuvauksia flowtilasta:

- päämäärä tehtävälle on selkeä ja palaute välitöntä
- tehtävän asettamat haasteet ja tekijän taidot ovat tasapainossa, tehtävä on juuri tarpeeksi haastava
- toiminta ja tietoisuus yhdistyvät – ajatus ei harhaile tehtävän ulkopuolisiin asioihin
- täydellinen keskittyminen tehtävään – ärsykkeet ja huolet katoavat mielestä
- tunne tilanteen ja oman toiminnan täydellisestä hallinnasta, tietoisuus itsestä katoaa
- käsitys ajan kestosta muuttuu tai katoaa – aika tuntuu kuluvan nopeasti
- toiminta muuttuu autoteeliseksi – sitä kannattaa tehdä sen itsensä takia eikä ulkoisen palkkion toivossa (Csikszentmihalyi, 1993)

Flowkokemus on usein hyvin tavoiteltava elämys, joka joillekin tulee kuin itsestään ja toisille ei välttämättä koskaan. Flown voi kokea millä tahansa elämän osa-alueella huippu-urheilusuorituksesta hyvään keskusteluun, syömisestä sinfoniaorkesterin johtamiseen. Mutta se, että flowta ei jollain alueella ole välttämättä saavuttanut, ei tarkoita etteikö se olisi mahdollista. On vain kehitettävä itseään haluamassaan

tehtävässä riittävän pitkälle ja sitten löydettyä juuri sopivan haastava tehtävä suoritettavaksi, jotta voi tuntea onnistuvansa.

Flow voidaan nähdä sisäisen motivaation ääripäänä: tehtävää ei suoriteta minkään ulkoisen palkkion toivossa eikä edes valmistumisen aiheuttaman tyydytyksen toivossa, vaan tehtävä itsessään on tekemisen arvoinen eli autotelinen, ja kaikki muu jää toisarvoiseksi. Flow-teorian mukaan autotelinen kokemus voidaan saavuttaa ajan myötä myös toiminnoista, jotka ovat alunperin olleet ulkoiseen palkkioon tai pakkoon perustuvia. (Lehtinen, Kuusinen, Vauras, 2007) Seuraavaksi käyn läpi motivaation eri osatekijöitä flown erottamiseksi muista motivaation lajeista.

2.2 Sisäinen motivaatio

Ihmisten motivaatiota on tutkittu paljon kasvatustieteiden alalla hyvien opetustuloksien saavuttamiseksi. Motivaatio on määritelty sisäiseksi tilaksi, joka saa aikaan, ohjaa ja pitää yllä toimintaa. Motivaation on katsottu vaikuttavan siihen, mitä valintoja yksilö tekee eri toiminta- ja käyttäytymisvaihtoehtojen välillä. (Lehtinen, Kuusinen, Vauras, 2007) Tärkeinä sisäisen motivaation kehittäjinä ja ylläpitäjinä pidetään Ryan & Deci (2000 ref Lehtinen 2007) mukaan

- pätevydentarvetta
- sosiaalisen kiinnittymisen tarvetta
- itsenäisyyden ja vaikuttamisen tarvetta

Tarpeet sisäiselle motivaatiolle ovat hyvin samankaltaiset kuin flown edellytyksetkin: pätevyys vaatii tehtävältä tietyn vaikeusasteen, jonka saavuttaminen saa tekijän tuntemaan itsensä päteväksi. Itsenäisyyden ja vaikuttamisen tarve palvelevat samaa tarkoitusta – flown kokija tuntee hallitsevansa tilanteen ja saavuttavansa toiminnallaan haluamansa asian.

Sosiaalisen kiinnittymisen tarpeeseen flow ei ota kantaa, sillä vaikka flow voi tapahtua yksittäiselle ihmiselle ryhmän jäsenenä esimerkiksi mielenkiintoisessa väittelyssä, eivät kaikki ryhmän jäsenet välttämättä koe tilannetta samalla tavalla eikä sosiaalinen tilanne ole välttämätön flown ehto. Tekijän sisäistä motivaatiota kuitenkin kasvattaa, jos hän

tuntee toimintansa olevan arvokasta myös muiden silmissä, toiminnan haitallisuus muille on suurimman osan ihmisistä moraalikäsitteen valossa häiriötekijä, joka katkaisee autotelisen toiminnan nautinnon. Useimmiten kulttuuri ja kasvuympäristö vaikuttavat ratkaisevasti yksilön motivoitumiseen. Jos tarjottu käsitys ruotsinkielisen opiskelusta on pienestä pitäen ollut että se on tylsää pakkopullaa, niin on ihme jos mieli muuttuu opiskelun alkaessa. Ihmisellä on myös tarve olla samaa mieltä tovereidensa kanssa, joten myös kanssaihminen asenteet – ja oma asenne muita kohtaan – vaikuttavat väistämättä myös omiin – ja muiden – asenteisiin ja sitä kautta motivaatioon.

Lapsina kaikki ihmiset ovat luonnostaan uteliaita ja sisäisesti motivoituneita ottamaan maailmasta selvää, he eivät ainakaan tiedosta tutkivansa maailmaa selviytyäkseen siinä paremmin. Koulu, kasvatus ja kulttuuri kuitenkin muokkaavat ihmisen motivaatiopääomaa hävittäen sisäisen motivaation mahdollisesti kokonaan ja korvaten sen ulkoisesti motivoituilla tarpeilla ja tehtävillä. Joidenkin mukaan motivaatiota ei voida opettaa vaan se voi tulla vain yksilön sisältä (Louhimies 2002, ref. Pölönen, 2006)

Sisäisten palkkioiden merkitys ihmisen motivaatioon on selvästi painavampi kuin ulkoisesti motivoidun toiminnan tuomien palkkioiden. Työ on parhaimmillaan jos se on jäsennetty siten että ihminen voi kokea onnistumisen ja edistymisen tunteita ja saa myös lisää vastuuta kehittyessään työssään.

2.3 Ulkoinen motivaatio

Motivaatio on ulkoista kun ihminen tekee jonkin tehtävän ulkoisen palkkion toivossa. Palkkiona voi olla esimerkiksi palkka, kehuinen tai hyväksyntä. Ulkoiset palkkiot ovat laadultaan lyhytkestoisempia kuin sisäisen motivaation tuoma kehittymisen tunne. Motivaatio on myös suuremmissa aaltoliikkeissä palkkioiden välillä jatkuvassa tehtävien virrassa esimerkiksi työpaikalla eli juuri ennen palkkion saamista ja sen juuri sen jälkeen motivaatio on korkeimmillaan mutta laskee taas kun palkkiosta on kulunut aikaa.

Ulkoista motivaatiota ylläpitävät usein ulkoiset toimijat, kuten esimerkiksi työnantaja tai opettaja. Ulkoinen motivaatio liittyy yleensä perustarpeiden, kuten turvallisuuden tai yhteenkuuluvaisuuden tarpeen, tyydyttämiseen. Ulkoisesti motivoituneen henkilön

toiminta voi johtua ryhmäpaineesta tai toisten aiheuttamista yllykkeistä yhtä lailla kuin rahan tai kehujen odotuksesta. Yksinkertaistaen sanottuna ulkoinen motivaatio syntyy palkkion toivossa tai rangaistusten pelossa.

Sisäisen motivaation merkitys uuden oppimisessa ja tiedon omaksumisessa on suuri, mutta suorittavissa tehtävissä ulkoinen palkkio voi olla ainoa käyttökelpoinen motivoinnin tapa. Parhaimmillaan tehtävä on sekä ulkoisesti että sisäisesti motivoitua, eli suorittaessaan tehtävän hyvin tai paremmin kuin aiemmin, työntekijä saa henkisen tyydytyksen lisäksi myös ulkoisen palkkion toiminnastaan.

2.4 Hyvä flow vastaan huono flow

Csikszentmihalyi erottaa tekee eron hyvän ja huonon flown välille. Hyvälle flowlle ominaista on ihmisen flown tunne ja kehittyminen eteenpäin itselle ja muille tärkeässä ja arvostetussa kiinnostuksenkohteessa. Vastaavasti huonoa flowta on toiminta, joka ei johda ihmisen kehittymiseen, vaikka flown tuntomerkit täytyisivätkin. Flow eroaa sisäisestä motivaatiosta siinä että sisäisellä motivaatiolla asioita aikaansaava henkilö tiedostaa toimintansa seuraamukset mahdollisesti hyvinkin selvästi, mutta flowssa: ”Toimija ei ajattele toimintansa seurauksia, vaan keskittyy täysin tehtäväänsä. Tavanmukaiset motivaatiokäsitykset sisältävät toiminnan seuraamusten ennakoinnin suhteessa omaan minään.” (Lehtinen, Kuusinen, Vauras, 2007)

Flow on kokijan mielessä sillä hetkellä aina tavoiteltava tila, jota ei koeta sen paremmaksi kuin huonommaksikaan. Esimerkiksi television katsominen voi olla flow-kokemus, mutta jännityssarjan käännteissä mukana pysymisen haaste tuskin kehittää ihmistä ja saa häntä tuntemaan itsensä kompleksisemmaksi, vastuullisemmaksi ja pätevämmäksi. On ihmisestä itsestään kiinni pystyykö hän arvioimaan oman käyttäytymisensä vaikuttimia ja tuloksia kehittävällä tavalla ja muuttamaan käyttäytymistään sen mukaisesti.

Myös kiire voi tuoda mukanaan flown jos työn tekijä onnistuu kasvattamaan tehokkuuttaan samassa tahdissa kiireen kanssa. Mutta saman asian toistaminen mahdollisimman tehokkaasti ei välttämättä johda ihmisen kehittymiseen pidemmän päälle. Hyvän flown mukanaantuomaan kehittymiseen liittyy läheisesti henkinen kasvu ja ymmärrys tehtävän merkityksestä.

2.5 Teatterin valotyön flown mahdollisuudet

Teatterin valotyö on suurilta osin jo valmiiksi luovaa ja tekijöidensä mielestä hauskaa toimintaa, jossa flown saavuttamisen ei luulisi olevan vaikeaa. Flown mahdollisuuksia valotyössä kannattaa kuitenkin tutkia pidemmälle, koska hyvin iso osa valutyöstä on myös rutiinia ja vanhan toistoa tai vain harjoitusten katsomista ja sähköjohtojen rakentamista. Ja mitä enemmän vuosia kuluu työn parissa, sitä suuremmaksi tulee toiston osuus, eli asiantuntijan osaavuuden mukanaan tuoman hiljaisen tiedon uudelleenkäyttämisen osuus.

Motivoituminen työhön täytyy rakentaa uudelleen työnkuvan muuttuessa, mutta myös tiedon karttuessa – kaikki aikaisemmin mielekäs ja uusi ei olekaan enää viiden vuoden päästä mielekäs. Pahimmillaan alunperin sisäinen motivaatio ja ilo työn tekemisestä katoaa ja työn tekemistä jatketaan vain ulkoisen motivaation varassa. Luovemmat ammatit koetaan yleisesti mielekkäämmiksi kuin suorittavaa työtä tekevät, sillä luovuuteen liittyy olennaisena osana sisäisen motivaation kannalta olennainen vaikuttamisen kyky – tekijä kokee olevansa aktiivinen vaikuttaja ympäristössään saadessaan tuotua omia ideoitaan esille ja käyttöön. Produktiokohtaisesti myös työryhmän toimivuus vaikuttaa paljon sosiaalisen kiinnittymisen tarpeen toteutumiseen sekä myös vaikuttamismahdollisuuksiin sekä ryhmän sisällä että käsillä olevaan projektiin.

Koko teatterin eri työalojen kentässä täytyy ottaa huomioon että eri ammattinimikkeiden työnkuviin sisältyvä luovuus vaihtelee hyvin paljon teatterin sisällä. Jotkut ammatit, kuten näyttämömiehen työ, ovat pääosin suorittavia ja jotkut, kuten koreografian työ, pääosin luovia. Ristiriita aiheuttaa helposti erimielisyyksiä työn tavoitteista ja niiden täyttymisestä sekä teatterin strategian toimeenpanon välineistä.

Teatteri, niinkuin mikä tahansa muukin työyhteisö, on parhaimmillaan toimiessaan kollektiivisten yksilöiden ryhmänä eli sosiaalisen kiinnittymisen tarpeen toteutuessa mahdollisimman hyvin. Kuuluessaan ryhmään ihmiset arvostavat ryhmänsä hyvinvointia enemmän kuin omaansa ja ottavat vastuuta ryhmän tekemisistä siinä missä omistaan. Kollektiivisen ryhmän vastakohtana on individualistien joukko, jossa työtyytyväisyys on heikkoa, yhteistoiminta vähäistä, sitoutuminen pientä ja tuottavuus alhaista. (Ruohotie, 1999) Hyvintoimivaa työyhteisöä voidaan verrata hyvintoimivaan

perheeseen, jossa jokainen yksilö altruistisesti pyrkii kasvattamaan perheen hyvinvointia ja olemaan muille mieliksi. Stereotyyppinen suomalainen kulttuuri ei tue kollektiivisen ryhmän syntymistä yhtä hyvin kuin esimerkiksi eteläeurooppalainen kulttuuri, vaan yhteisö saatetaan hyvinkin nähdä osiensa summana eikä niinkään omana kokonaisuutenaan.

3 Flow tuotantoprosessin sisällä

Suunnittelevan valaistusmestarin työ suomalaisissa pienissä ja keskisuurissa teattereissa sisältää tittelin mukaisesti sekä valosuunnittelua että valaistusmestarin teknisiä, suorittavia tehtäviä. Omat esimerkkini pohjaavat vahvasti Mikkelin teatterin käytänteisiin valaistusmestarin työssä. Työn olennaisin osa on repertuaariteatterin esityskauden aikainen valollinen ylläpito eli käytännössä esitysten valojen rakennukset, ajot ja purut. Rakentaminen pitää sisällään heittimien kalvotuksen ja suuntaamisen usein limittäin lavasteiden pystytyksen kanssa. Valoajaja huolehtii esityksenaikaisesta valotilanteiden vaihtamisesta ja ajaja myös tarkistaa tilanteet ennen esitystä, että kaikki heittimet toimivat ja ovat suunnattu kuten suunnittelija on tarkoittanut. Esityksen valopurku on käytännössä usein samaa kuin seuraavan rakennus, lisäksi saattaa olla lavasteisiin upotettujen valaisimien ja savukoneiden ja vastaavien purkaminen pois seuraavan näytelmän tieltä.

Valosuunnittelija saattaa olla erikseen projektiin palkattu, missä tapauksessa valaistusmestari toimii suunnittelijan teknisenä apuna ja oman teatterinsa valoteknisenä asiantuntijana sekä valosuunnitelman ratkaisujen teknisenä toteuttajana. Suunnittelevan mestarin ollessa kyseessä valot suunnitellaan esityskauden näytelmien vaihtojen ja ajojen lomassa. Järjestely nopeuttaa monelta osin työn tekemistä: uutta vierasta suunnittelijaa ei tarvitse tutustuttaa tiloihin eikä kauden valokattaukseen tai talon kalustoon ja sen mahdollisuuksiin erikseen. Toisaalta suunnittelevan mestarin suunnitelmien vaarana on että oman talon ongelmat tiedostetaan liiankin hyvin ja oman työn helpottamiseksi mennään siitä missä aita on matalin taiteellisen näkemyksen kustannuksella. Huonoimmassa tapauksessa suunnitelma on luonteeltaan täysin tekninen ja optimoitu eikä suunnittelijan omaa näkemystä ole havaittavissa ja suunnittelu on tehty ”kunhan naama näkyy” -asenteella.

Suunnittelevan mestarin työn etuja on kuitenkin ettei työ ole luonteeltaan ainoastaan taiteellista tai teknistä, vaan suorittavan teknisen työn vastapainona on luovaa suunnittelua oman kiinnostuksen puitteissa. Asetelma tukee motivoituneisuutta työhön, suorittavat työrupeamat katkeavat omaehtoisen luomisen jaksoihin. Tärkeää on kuitenkin myös repertuaariteatterin projektiluontoisuus ja vaihtuvien näytelmien ja osaksi myös työntekijöiden vaikutus kaikkiin projektin osanottajiin. Tarkastelen

seuraavaksi motivaatiota teatterin projektiluontoisessa ympäristössä jakamalla projektin vaiheisiin (Pölönen, 2006) ja tarkastelemalla suunnittelevan valaistusmestarin motivaation mahdollisuuksia eri vaiheissa. Vaiheistuksen ja sen eri osien tehtävien tiedostaminen auttaa osaltaan flow'n löytämisessä: kun tietää mitä pitää missäkin vaiheessa olla valmiina ja ajateltuna, tietää kuinka hyvin on onnistunut vähintään aikataulutuksessaan.

3.1 Projektin vaiheet

3.1.1 Mukaanlähtö

Teatterin tuotantoaikataulu sanelee jo usein vuottakin ennen tulevan kauden ensi-iltojen päivämäärät ja harjoitusten aikataulun. Aikataulun valmistuttua aletaan pohtia työryhmien kokoonpanoja eri tuotantoja varten. Mikkelin teatterissa sekä ääni- että valaistusmestarit pyrkivät suunnittelemaan tahoillaan näytelmät vuorotellen, sillä kahden peräkkäisen tuotannon harjoitukset menevät usein päällekkäin ja kahteen näytelmään keskittyminen samanaikaisesti olisi haastavaa. Suunnittelijat valitaan usein jo ennen kuin tarkkaan tiedetään mikä näytelmä tullaan tekemään, vaikka aikataulu on tiedossa hyvissä ajoin. Suunnitteleva mestari tietää näin tekevänsä esimerkiksi kevään ensimmäisen tuotannon valot ja että kyseessä on todennäköisesti suurehko musikaali harjoitusten lukumäärästä päätellen.

Tuotantoon kiinnittyminen saattaa siis olla hyvinkin ulkoisesti motivoitunutta kunnes suunnittelija saa tietoonsa tekstin, ohjaajan ja muun työryhmän kokoonpanon. Sisäisesti motivoitunutta tuntemattomaan näytelmään kiinnittyminen voi olla jos on tiedossa esimerkiksi tulevan näytelmän lajityyppi tai sen sijainti teatterin strategiassa – esimerkiksi lastennäytelmään sitoutuminen voi olla jo alun alkaen vahvaa, vaikka tekstiä ja tekijöitä ei ole tiedossa.

Freelancer-valosuunnittelijan mukaanlähtö projekteihin on luonteeltaan varsin erilaista: työryhmiin kysytään mukaan ja aikataulujen yhteensopivuudet ratkaisevat viime kädessä mihin kaikista projekteista pystyy osallistumaan, olivat ne kuinka mielenkiintoisia tahansa. Useiden mielenkiintoisten projektien samanaikainen suunnittelu saattaa pidemmän päälle käydä raskaaksi ja välillä voi olla hankala nähdä mikä monesta tarjotusta projektista pitäisi valita. Tutkimusten mukaan ihmiset ovat

lopulta onnellisempia, kun eivät ole saaneet valinnan mahdollisuutta, eivätkä joudu jälkeenkään jossittelemaan olisiko toinen vaihtoehto ollut sittenkin parempi. (TED.com. Gilbert. D. 2006) Tietääkseni onnellisuustutkimusta freelancer-valosuunnittelijoiden ja suunnittelevien valaistusmestareiden välillä ei ole vielä tehty.

3.1.2 Materiaaliin tutustuminen ja ideoiden keruu

Kun teksti ja näytelmä ovat tiedossa, alkaa suunnitteluprosessi. Tekstiin, näytelmään ja sen taustoihin perehtymisen lisäksi teksti kannattaa purkaa jollain tavalla itselleen selvemmäksi. Yksi hyväksi havaittu tapa purkamiseen on ns. lakanan tekeminen. Lakanassa näytelmää käsitellään pienempinä osina, esimerkiksi kohtauksina, joissa avataan tekstin sisältöä. Lakanassa voi käsitellä esimerkiksi tekstissä mainitun tai työryhmän kanssa valmiiksi puhutut lavastusratkaisut, valolliset toiveet, vuorokaudenajat, lavalla esiintyvät henkilöt, miljöön ja puvustuksen erityispiirteet. Tekstiä on hyvä purkaa mahdollisuuksien mukaan myös työryhmän ja etenkin ohjaajan kanssa limittäin oman lakanan rakentumisen ohessa.

Itselläni on ollut tapana tehdä ja täyttää lakanan pohja taulukkolaskentaohjelmalla ja tulostaa taulukko sitten riittävän isolle paperille. Kun paperilla on siihen varattua tilaa, voi harjoitusten aikana tehdä merkintöjä ja piirtää kevyitä luonnoksia näyttelijöiden paikoista, lavastuksesta ja valoideoista sekä yleisestä tunnelmasta kohtauksessa, joka selkeytyy huomattavasti näyttämöharjoitusten alettua. Lakanan teon lomassa tapanani on myös etsiä ideakuvia, lähinnä internetistä, ja jakaa kuvat myös muiden työryhmäläisten kanssa, jotka voivat saada niistä uusia ajatuksia. Kuvien ja mielikuvien pyörittely myös vahvistavat työryhmän käsitystä tehtävän projektin yleisilmeestä ja tunnelmasta. Tiiviin lakanan avulla on myös helppo rakentaa näytelmän valodramaturginen kaari.

Lakanan rakentaminen ja ajatusten vaihto työryhmän kanssa voi olla todella hedelmällistä ja hauskaa kaikkien ollessa projektiin motivoituneita ja henkilökemioiden osuessa kohdalleen. On hyvin tärkeää löytää näytelmän punainen lanka – syy miksi näytelmää tehdään ja miksi se halutaan yleisölle esittää – joka auttaa sisäistämään tapahtumia ja taiteellisia ratkaisuja tarinan osaksi. Ohjaajan tehtävä on käytännössä tuoda tämä punainen lanka koko työryhmän ulottuville, mutta jos langan päätä ei jostain syystä löydy, niin se on löydettävä itse. Lakanaa on hyvä käyttää apuna tässä

prosessissa. Ideoiden kokoaminen ja tekstiin tutustuminen voi parhaimmillaan olla flow-kokemus, sillä lakanan rungon täyttäminen ja merkitysten löytäminen tarinan sisältä ovat melko tarkkaan määriteltyjä tavoitteita, joissa onnistumista ohjaa omien ideoiden saaminen yhdessä työryhmän kanssa kommunikoinnin kanssa. Todellisen yhteisen vision rakentuminen ruokkii samalla jokaisen työryhmän jäsenen pätevydentunnetta, sekä saa heidät kiinnittymään ryhmään paremmin, mutta myös tuntemaan vaikuttavansa yhteisiin asioihin – kaikki sisäisen motivaation perusteita.

Selkeän etukäteissuunnitelman avulla pystyy myös myöhemmin peilaamaan onnistumistaan itselleen asettamissaan tavoitteissa. Suunnitelma voidaan nähdä etukäteistavoitteiden asetelmana, joka toki muuttuu, mutta jonka osien säilyminen loppuun asti voi tuoda onnistumisen tunnetta itsessään.



Kuva 1: Mikkelin teatteri: Lyhyet erikoiset 2011 - lakanasta, kuva Essi Santala

3.1.3 Suunnittelu – taiteellisesta tekniseen

Ideoinnin tuotteena syntyy suunnitelma, tarkempi näkemys toteutettavasta kokonaisuudesta. Suunnitelman apuna voi käyttää lavastajan pienoismallia tai nykyään usein myös 3d-mallinnosta. Suunnitelman tarkoitus on koota sekalaiset ideakuvat ensin järkeväksi taiteelliseksi kokonaisuudeksi, joka tukee tarinaa ja sitten eteenpäin

tekniseksi suunnitelmaksi, joka on mahdollista toteuttaa. Parhaimmillaan nämä kaksi prosessia ovat toisistaan melko erilliset eivätkä esimerkiksi tiedot tilasta ja kalustosta rajoita taiteellisen suunnitelman tekoa.

Taiteellisen suunnitelman tulisi tuoda ilmi selkeästi valon draamallinen kaari ja merkitys näytelmässä. Suunnitelman muoto riippuu hyvin paljon tekijästä: joillain on tapana piirtää ja maalata valolliset tilanteet paperille, jotkut käyttävät fyysistä pienoismallia valon suuntien kokeiluun ja toiset käyttävät tietokoneella piirrettyjä tai mallinnettuja kuvia. Itse olen viime aikoina havainnut hyväksi ottaa valokuvia lavastajan fyysisestä pienoismallista ja sitten muuttella kuvankäsittelyohjelmalla valoja, varjoja ja värejä mieleisikseni. Samaa voi käytännössä tehdä 3d-mallinnuspuolella Wysiwyg-in tai muiden mallinnusohjelmien avulla. Wysiwyg-in hyvä puoli on että lavastus ja tila ovat piirulleen oikeat, jos käytössä on teatterista tehty virallinen 3d-malli ja lavastajan malliin tekemä lavastuksen 3d-mallinnos. Ohjelmalla pystyy periaatteessa helposti tekemään sekä taiteellisen että teknisen suunnitelman samalla kertaa. Ongelmana on, että tila ja esimerkiksi valoansaiden sijannit ja rajoitukset ovat olennaisesti mukana jo taiteellisessa suunnittelussa ja rajojen tiedostaminen saattaa häiritä luovaa prosessia. Wysiwyg-in kaltaista ohjelmaa voi käyttää toki myös taiteellisen suunnitelman ideoiden testaamiseen käytännössä luotaessa teknistä suunnitelmaa, mikä on huomattavan helppoa ja kannattavaa tehdä Wysiwyg-illä.



Kuva 2: Mikkelin teatteri: Suurenmoista! 2010 Valokuva lavastajan tekemästä pienoismallista, kuva Essi Santala



Kuva 3: "Suurenmoista!" Valosuunnittelijan kuvakäsitlemä ideakuva kohtauksen valaistuksesta, kuva Essi Santala



Kuva 4: "Suurenmoista!" Valokuva samasta kohtauksesta lämmitysharjoituksesta maaliskuulta 2011, kuva Essi Santala

3.1.4 Valorakennus – tekniset harjoituspäivät

Valot rakennetaan ensimmäisen kerran teknisenä harjoituspäivänä lavasteiden rakennuksen jälkeen. Silloin ensimmäisen kerran kalvotetaan ja suunnataan heittimet valosuunnitelman mukaisesti ja testataan suunnitelman ajatuksia käytännössä. Samalla myös sijoitetaan mahdolliset erikoisheittimet ja haetaan linjat lavasteisiin kiinnitettävälle heittimille.

Tekninen päivä voi olla aikamoista arpomista, varsinkin ilman kunnan suunnitelmaa tai osan lavaste-elementeistä puuttuessa. Parhaimmillaan teknisenä päivänä sijoitetaan heittimet niinkuin oli suunniteltukin ja päästään ohjelmoimaan alustavia tilanteita valopöytään ja testaamaan lavasteiden ja valojen yhteensopimista. Samalla tavoin kuin esityksen vaihto toiseen, voi rakennuksen saada sujumaan hyvällä rytmillä asioiden lokshtaessa paikoilleen, mutta usein rakennusvaiheessa havaitaan myös paljon ennalta-

arvaamattomia ongelmia, jotka laskevat flown tasoa. Tekninen rakennus voi toisaalta olla myös hyvinkin kokeilevaa ja luovaa jos aikaa on riittävästi ja monien ideoiden testaaminen käytännössä lavasteissa voi olla hyvin antoisaa.

Terry Pratchett: Mort, Tukkatheateri, Tampere, 2009

Tulin tutun ohjaajan pyynnöstä mukaan Tukkatheaterin tiloihin nähden massiiviseen Mortiin, sillä teksti oli minulle ennestään tuttu ja pidin siitä kovasti alkuperäistä kirjaa lukiessani. Tilan vaatimattomuudesta (huonekorkeus 2,8 m, himmenninlinjoja käytössä 9 kpl, heittimet standeilla, katto valkoinen, katsomoon mahtui alle 40 henkeä) huolimatta otin projektin käsittelyyn erään koulukurssin puitteissa niin että tein siihen tosissaan taiteellisen suunnittelun välittämättä millään lailla tilan rajoituksista.

Suunnitellessa kävi selväksi että näytelmään piti saada myös enemmän jonkinasteista lavastusta, valollisilla elementeillä mieluiten. Onnistuinkin puhumaan tarpeistonhoitaja-lavastajan ympäri ja teetäin näytelmää varten lavasterakentajakoulussa oppilastyönä Pratchettin maailmaan sopivan lyhtypylvään, joka alkoi lattiasta, jatkui kattoon kiinni, ja jatkui sitten taas lattiasta. Käytimme siis hyväksi tilan pienuutta ja tarinan maailman absurdiutta saaden toivottavasti aikaan yleisönkin tajuaman lavasteellisen vitsin. Lyhtypylväessä oli toki valotkin sisällä.

Tilan ja muutaman heittimen takia pääsin vaikuttamaan paljon ohjaukseen ja näyttelijöiden paikkoihin, minkä kaikki ymmärsivät, sillä oli välillä hyvinkin tarkkaa että saatiin samaa heitintä käytettyä useassa eri kohtauksessa. Koska valot olivat pystyssä hyvissä ajoin ennen ensi-iltaa, pääsi vaikuttamaan paljon näyttelijöiden paikkoihin ja keskustelemaan valosta ja sen tarkoituksesta yhdessä ohjaajan kanssa. Valoajat olivat Mortissa myös tavallista mielenkiintoisempia, sillä pienessä tilassa oli aivan yleisön vieressä ja kuuli ja näki reaktiot paremmin kuin monessa muussa paikassa.

Pyrin pitämään Mortin mielessä joka kerta kun teen suunnittelua: ideoita ei saa alkaa karsimaan suunnitteluvaiheessa vaan taiteellinen suunnitelma ja ideointi tulee tehdä erillisenä vaiheena ja teknisten ratkaisujen tulee olla sovellus taiteellisista ajatuksista eikä toisinpäin.

3.1.5 Harjoituskausi – lukuharjoituksista ensi-iltaan

Teatterissa näytelmäteksti muuntuu esitykseksi harjoituksissa. Suuri osa työstä tehdään kuitenkin jo ennen harjoitusten alkua sillä lavastuksen, puvustuksen, koreografian tai musiikin sovitusten suunnittelu ja rakennus täytyy aloittaa huomattavasti ennen kuin näyttelijät alkavat harjoittelemaan. Hyvin tiiviillä ohjaajayhteistyöllä myös valosuunnittelu on mahdollista tehdä jo ennen harjoitusten alkua, mutta käytännössä valot saavuttavat lopullisen ilmeensä vasta harjoitusten aikana näyttelijöiden paikkojen

tarkentuessa ja lavasteiden saapuessa. Suunnittelijan on hyödyllistä merkitä paikkoja muistiin harjoituksissa, jotta lavasteiden saapuessa pääsee mahdollisimman tehokkaasti ohjelmoimaan valotilanteita.

Toisen valoihmisen mielipiteiden saaminen vaikka ensimmäisten valmistavien läpimenojen aikaan on erittäin hyvä keino ja hetki tarkistaa valaistuksen toimivuutta. Itse sain kouluaikana aina jonkun kaverin katsomaan harjoituksia ja antamaan palautetta ja hyödylliseksi osoittautui myös Teatterikorkeakoulun opetusteatterin valaistusestävän neuvot ja samassa projektissa ohjaavan opettajan kanssa käydyt keskustelut. Tällaisessa ”toisen valosilmän” roolissa on teatteriympäristössä luontevasti toinen suunnitteleva mestari, jolla voi aina olla uusi ajatus umpikujalta vaikuttavassa tilanteessa.

Valotilanteiden ohjelmointi on tärkeimpiä harjoituskauden valaistuksellisista vaiheista. Käytännössä tilanteita voi joskus ohjelmoida samaan aikaan harjoitusten kanssa tai antaa vaihtoehtoisesti näyttelijöiden harjoitella valojenvälkytykseltä rauhassa ja tehdä tilanteet ja muutokset niihin harjoitusten jälkeen ja välissä muistiinpanojen varassa. Ohjelmointi harjoitusten aikana vaatii erittäin hyvää keskittymistä ja kärsivällisyyttä ohjaajan toiveiden ristitulella. Parhaimmillaan ohjelmointi harjoitusten aikana ja niiden ulkopuolella voi olla hyvinkin antoisaa. Etukäteen tehty valosuunnitelma toimii flow'n mahdollistamisen kannalta olennaisena vertailukohtana: voi tietää onnistuneensa jos saa aikaan lavalle samanlaisen valotilanteen kuin oli suunnitellutkin ja että tilanne vielä toimii lavalla siinä yhteydessä kuin oli tarkoittanut. Parhaimmillaan jokaisen heittimen suuntaus ja väri tuovat onnistumisen kokemuksia, valotilanteiden, kohtausten ja näyttämökuvien onnistumisten lisäksi. Flow'n aihe on myös jos näkee selkeästi mitä on korjattava, jotta tilanteesta saa halutunlaisen.

3.1.6 Esityskausi

Ensi-illan jälkeen näytelmä viimeistään vakiinnuttaa muotonsa esityksissä, jolloin valotilanteita ei enää muuteta radikaalisti. Samanlaisina toistuvien esitysten valojen ajaminen voi aikaa myöten käydä puuduttavaksi, varsinkin jos valovaihtoja on vähän tai yleisöltä saatu palaute näytelmästä on huonoa. Valoajojen motivaatiota kannattaa etsiä teatterin ominaispiirteestä eli jokaisen esityksen ainutkertaisuudesta ja erilaisuuksista. Valovaihtojen ajoittaminen juuri oikeaan aikaan näyttelijän tekemisen kanssa tai vaikka musiikin mukaan voi olla hyvin palkitsevaa. Yleisön reaktioiden seuraaminen ulkoisen

palkkion lähteenä on myös mielenkiintoista. Teatterista riippuen tarkkaamo voi olla hyvinkin lähellä yleisöä tai vaihtoehtoisesti suljettujen lasien takana, jonne ei välttämättä edes näy koko yleisöä kuulemisesta puhumattakaan. Yleisöä lähellä oleva tarkkaamo palvelee mielestäni parhaiten valo-operaattorin kiinnittymistä esityksen ajoon. Erityisen tärkeää esitykseen kiinnittyminen on reipastahtisissa näytelmissä, jossa valovaihtoja on paljon ja niiden ajoitukset ovat tärkeitä.

Esityskauden ongelmana voi olla tylsistymine jos näytelmä onkin luonteeltaan vähän vaihtoja sisältävä, ajallisesti pitkä, hidastempoinen ja aiheeltaan kiinnostamaton. Tarkkaamohenkilökunnan ero näyttelijöihin esityksen aikana on suurin juuri tässä, sillä silloin kun näyttelijä ei ole lavalla, eikä tekemässä esimerkiksi maski- tai pukuvaihtoa, tämä ei välttämättä joudu seuraamaan esityksen kulkua, muuten kuin tietääkseen koska on seuraava isku näyttämöllä. Teknisen henkilökunnan on kokoajan tarkkailtava esityksen sujumista ja oltava valmis reagoimaan nopeasti jonkin mennessä vikaan. Esitykseen keskittymisen herpaantuminen käy helposti jos ei yksinkertaisesti ole mitään mitä tehdä.

Hardwick, Tuominen, Kärki: Kielipuolipotilas, Tampereen Ylioppilasteatteri ja vierailut Valkeakoskelle, Seinäjoelle, Tampereen teatterikesään ja Monacoon, 2007-2009

Improvisointiin nojaavan komedian esityskaudella ei ollut ongelmia seurata jokaista esitystä ja näyttelijöiden tekemisiä täysillä, sillä halusi pysyä kärryillä minkä takia yleisö tällä kertaa nauraa. Myös näytelmän vierailupaikasta toiseen muuttuva lavastus oli mielenkiintoista sovittaa yhteen valojen kanssa joka kerta erikseen paikan ominaisuuksien mukaan.

Näytelmää esitettäessä erilaisille yleisöille erilaisissa paikoissa, valoiskujen ajoitukset suhteessa musiikkiin ja näyttelijöiden tekemiseen hioutuivat nopeasti varmoiksi. On hieno tunne kun tuntee valovaihdolla saavansa aikaan yleisössä naurunpyrskähdyksen.

4 Flow kohtaa rutiinin – ongelma?

4.1 Motivaation löytäminen arjessa

”In every job that must be done, there is an element of fun. You find the fun, and - SNAP - the job's a game!” -Mary Poppins

Aikaa myöten alunperin sisäinen motivaatio voi hiipua ja muuntua ulkoiseksi: työ ei enää annakaan samaa tyydytystä itsessään kuin ennen ja kaikki tuntuu jo tehdyltä ja nähdyltä ja töissäoloa jatketaan vain toimeentulon takia. Tilanne on yleinen, mutta riittävällä tahdolla ongelma on mahdollista korjata. Samalla tavoin ulkoisen palkkion toivossa aloitetuista tehtävistä voi oppia löytämään myös sisäistä tekemisen iloa.

Flow edellyttää aina jonkinasteisia taitoja tehtävästä asiasta ja Csikszentmihailyi kuvaa flow'n kokemusta usein oman alansa erityislahjakkuuksien kuten pianonsoittajien kokemusten kautta. Mitä paremmin hallitsee taidon, sitä paremmin siihen voi uppoutua ja keskittyä ja sitä vahvempi on myös flow. Valotyössä tällaisena instrumenttina, jonka hallinta on olennaista flow'n saavuttamiseksi, tulee ensimmäisenä mieleen valopöytä ja sen ohjaama valojärjestelmä. Instrumentin hallinta ja sen moitteeton toiminta ovat flow'n tärkeitä edellytyksiä. Teknisten laitteiden kunnossapito ja toimintavarmuus ovat hyvin tärkeitä osatekijöitä valoihmisen flowlle, eihän viuluakaan soiteta epävireisenä.

4.2 ESM – experience sampling method, kokemusotosmenetelmä

Csikszentmihailyi kehitti 1980-luvun alussa menetelmän, jolla ihmiset saadaan miettimään omaa onnellisuuttaan ja flow'n mahdollisuuksia työssä, kotona ja harrastuksissa. Experience sampling method eli ESM (kokemusotosmenetelmä) luotiin ensisijaisena ajatuksena masentuneiden ihmisten elämänlaadun parantaminen antamalla heidän etsiä psykologin avustuksella elämänsä huippukohtia ja sitten kasvattaa mahdollisuuksien mukaan näiden huippukohtien määrää ja laatua. Menetelmää voidaan kuitenkin käyttää kenen tahansa kokemusten tarkasteluun ja parantamiseen, eikä psykologi ole välttämätön yksinkertaisen menetelmän testaamiselle.

Testasin itse itseäni Teatterikorkeakoulussa 2010 keväällä tekemäni ruotsinkielisen näytelmän harjoitusvaiheessa noin viikon ajan. ESM-otteesta huomaa hyvin miten tärkeitä ympärillä olevat ihmiset, paikat ja tapahtumat ovat senhetkisellet flowlle ja onnellisuudelle. Ulkoisten tapahtumien riippuvuudesta onnellisuuteen tulisi kuitenkin pyristellä eroon ja löytää flown ja onnen aiheita niin lähijunassa kuin kotona ystävienkin kanssa.

Kirjaa ylös viikon ajan joka päivä klo 9, 12, 15, 18, 21 seuraavat asiat

Mitä olet tekemässä?

Kenen kanssa?

Asteikolla 0–10, kuinka onnellinen olet?

Asteikolla 0–10, minkä verran olet flow-tilassa?

Pyri kirjaamisen jälkeen lisäämään flow-kokemusten osuutta työssäsi, läheisissä ihmissuhteissasi ja harrastuksissasi

ma 1.3.2010

09.00 Istun junassa Tku-Hki, katson Twin Peaksia koneelta
ONN: 3 FLO: 3 Epämääräisen huono olo fyysisesti ja henkisesti. Mietin 8.59 että mitä sellaista voisi tapahtua viiden minuutin sisään että kokemukseni maailmasta yhtäkkiä muuttuisi 9.02 lähellä istuvalle miehelle soitetaan ambulanssi seuraavalle asemalle Karjaalle, puhuu hälytyskeskuksen kanssa puhelimeen. Tunnelit katkovat puhelun. Konduktööri puhuu puhelimeen ja menee ohjaamaan ambulanssimiehiä. Mies puuskuttaa ja yrittää nousta ylös, nainen vieressä käskee häntä istumaan alas. Ambulanssimiehet tulevat vaunuun ja tekevät juttujaan samalla kun juttelevat mukavia. Mielenkiintoista seurattavaa. Kirjoitan ylös sitä myöten kun tapahtuu 9.14 ONN: 4 FLO: 6 Ambulanssimiehet päättelivät että kyseessä on 'ainoastaan' paniikkikohtaus, vaikka oireita oli sydänkohtaukselle. He vievät miehen mukanaan kauniissa housuissaan liukastellen. 9.20 juna jatkaa matkaansa.

12.00 Mefiston harjoituksia katsomassa Teakilla. Näyttelijät keltaisessa kankaassa laulavat kovaa ruotsiksi. ONN:6 FLO:5
Laulua ei voi olla huomaamatta. Ilmeisesti sanat ovat hauskat.

15.00 Taiteellinen möötti Mefistosta Teakilla. Puhutaan videotykeistä ja lavastuksesta. Valon osuminen takakankaaseen tulee olemaan ongelma. ONN:4 FLO: 6

18.00 Sannan kanssa kävellään juna-asemalta kohti kämppää Puistolassa. Puhutaan innokkaasti koirien ruokinnasta ja tekemisistä. Vertaillaan koiria. Junassa jo juttelimme täydessä vaunussa asiasta ja mies vieressäkin kommentoi jotain Jahti-nappuloista noustuamme junasta. On kiva nähdä Sannaa pitkästä aikaa ja puhua koirista ja päästä pois keskustasta. Juttelemme paljon muusta välittämättä ja kummallakin on aina jotain lisättävää toisen sanomisiin. Puheflowta lähes parhaimmillaan ONN: 6 FLO: 8

21.00 Juttelen Sannan kanssa Sannan ja Antin kanssa keittiössä flowsta ja mistä sen saa. Kerron vain Sannalle että näin asia on ja mietimme omia kokemuksiamme. Syömmme hapankorppuja, juomme teetä. ONN:7 FLO:4

2.3.2010

09.00 Olemme lähdössä Antin kanssa Sannalta ja Antilta junaan. Puen samalla ja leikin koiran kanssa. ONN: 4 FLO:3 Ei ole kiva mennä takaisin keskustaan.

12.00 Käyn lavastaja-Hannan kanssa läpi Mefiston lavastusta. Yritämme selvittää miten sin/cos/tan toimivatkaan. ONN: 6 FLO:6 Matematiikan ja geometrian kiemurat ovat mielenkiintoisia, varsinkin jos ne osaa ja tietää miten ne toimivat paremmin kuin muut.

15.00 Mefiston harjoitukset. Näyttelijät lämpäävät, minä luen suomeksi kässäriä, katsen kelloa kokoajan: aloittaisivat jo kohtauksen tekemisen. Musiikki on kuitenkin hyvää. ONN: 6 FLO: 2

18.00 Tulen juuri Antille ja Sannalle, teen teetä ja paahdan leipää keittiössä. Onneksi huomenna pääsee Turkuun, ja näkee ehkä Peijaria. Lähijunassa, jolla tulen, oli ikävää, ihmiset vaikuttivat välinpitämättömyydessään vaarallisilta ja persoonattomilta kulisseilta. ONN: 4 FLO: 3 Kiva kuitenkin päästä suojaan pahalta maailmalta tänne koneen, Sannan, Helmin ja musiikin ääreen.

3.3.2010

09.00 Juttelen Paasosen Heikin, ohjaavan opettajani, kanssa Mefiston valaistuksesta, puhun ideakuvistani, suurpainenatriumin käyttämisestä, tuotannon ongelmista, yhtäkkiä Heikki tajuaa että kello onkin jo yli 9, jolloin tuotantopalaveri alkaa. Kaikki muut ovat jo auditoriossa, en ole huomannut heidän menevän ohi. ONN: 6 FLO: 8 Heikki antaa hyviä vinkkejä, vaikuttaa pro-tyypiltä, hyvältä ohjaavalta opettajalta.

12.00 Mefiston harjoitukset. Toisen näytöksen ensimmäinen kohtaus, kun pääpariskunta tappelee aamiaispöydässä. Kohtauksesta on kehittymässä varsin hauska, yrittävät keskustella ja tapella thaimaalaisen palvelijan äänekkään skypetyksen yli. ONN: 6 FLO: 6 Kirjoitan samalla koneelle lakanaa auki.

15.00 Juttelen lavastaja Hannan kanssa Mefiston lavastuksesta innoissani. Hanna rakentaa pienoismallia ja ideoimme mm. rautatiesiltakohtausta. Hanna on innoissaan ideoistani. Tajuan vasta 15.25 että minun pitäisi itseasiassa jo lähteä junaan ja että flow-kokemus-kirjaelmani, josta kerroin innokkaana Hannallekin, on jäänyt kirjaamatta. Hanna oli kovin kiinnostunut flow-jutusta. Peijarikin soitti kun kiertelimme Cristan ja Jannen kanssa aikaisemmin valo-osastoa. Menen käymään siellä vielä tänään. ONN: 8 FLO: 8

Omalla kohdallani olen ESM-otokseni aikana selvästi nauttinut uusista, monimutkaisistakin keskustelullisista pohdinnoista tekeilläolevan näytelmän valosuunnitteluun liittyen. Keskustelun merkitys flown lähteenä nousee kohdallani esille myös vapaa-ajalla ja uusien ajatusten pohtimisen viehätys korostuu niissä tapauksissa huomattavasti. Ikävimpinä olen pitänyt epäsosiaalisia lähijunamatkoja ja muutenkin tilanteita, joissa ei pääse osallistumaan itse, esimerkiksi alkupään harjoitusten katseleminen.

Omaakohtaisesti voin siis todeta että minun kannattaa pyrkiä jatkossakin keskustelemaan näytelmästä, sen sisällöstä ja valon tehtävästä siinä, niin ohjaajan, lavastajan kuin muidenkin tekijöiden kanssa, koska ilmiselvästi koen sen osan prosessia palkitsevaksi ja uutta antavaksi. Haasteita tämä tavoite tuo, jos näytelmä on yksinkertaisen oloinen farssi, jossa ei olla lavastuksellisestikaan tekemässä suurta taidetta. Onko mahdollisimman realistisen sisään tulvivan auringonvalon luominen riittävä tavoite flown löytymiselle huonenäytelmästä?

Lisäksi minun kannattaa tehdä siirtymistä ja matkoista entistä mielenkiintoisempia mahdollisuuksien mukaan esimerkiksi lukemalla, puhumalla puhelimeen tai katsomalla elokuvaa. Tai pyrkiä vähentämään matkojen pituutta ja toistuvuutta esimerkiksi vaihtelemalla liikennevälinettä tai asuinpaikkaa.

Flown saavuttaminen on myös otokseni perusteella hankalaa silloin kun joutuu kiinnittämään huomionsa yhtä aikaa moneen eri osaamisen osa-alueeseen, eli esimerkiksi samaan aikaan kun tekee ruokaa, on vaikea käydä monimutkaista keskustelua, jollei ruoanteko ole todella yksinkertaista ja rutinoitunutta. Samaan tapaan kannattaa flown maksimoimiseksi pyrkiä rajoittamaan mieltä häiritseviä ärsykeitä. Minulle lähijunassa liikkuvat ihmiset, jatkuvat pysähtymiset ja vaihtuvat maisemat olivat lähijunamatkoja latistava ärsyke, jotka veivät keskittymisen pois keskustelusta tai kirjan lukemisesta. Samalla tavalla näytelmän tekoa tai ajamista voi häiritä monta asiaa, joilla ei ole näytelmän kanssa mitään tekemistä, mutta tällaiset ärsykkeet tulee pyrkiä jättämään taka-alalle.

5 Loppupäätelmät

Hyvin paljon oman motivaation kehittymisessä on kiinni omasta kiinnostuksesta motivaationsa kehittämiseen. Jos haluaa parantaa motivaatiotaan, täytyy sen eteen nähdä vaivaa. Lauri Järvilehto on blogissaan (Ajattelun ammattilainen -blogi 2009) luetellut viisi helppoa niksia flown saavuttamiseksi.

- Älä tee mitään turhaa.
- Keskity olennaiseen.
- Tunne ajatuksesi: kirjaa eri tehtävien työvaiheet.
- Rakenteista toimintasi: pidä kirjaa toimistasi.
- Kirjoita ylös se, mitä todella haluat tehdä.

Kolmas ohjeista kehottaa kirjoittamaan auki tehtävän tai projektin työvaiheet, jotta tehtävä on selkeämpi. Pieniksi palasiksi auottu tehtävä ei ole enää mahdottomalta tuntuva epämääräinen möhkäle, vaan sarja selviä tehtäviä, jotka hoitamalla projektin saa suoritettua.

Jokaisesta rutinoituneimmastakin työstä voi löytää kekseliäisyydellä flown. Jos työ ei anna flowta, niin kenties työpaikan ihmiset, jos eivät hekään niin ehkä tarmo, jolla etsii uutta parempaa työpaikkaa. Olennaista ihmisen hyvälle elämälle ja sisäisen motivaation kehittämiseksi on ihmisen usko itseensä ja mahdollisuuksiinsa ja mahdottomuuksia kohdatessaan kyky pilkkoa mahdoton niin pieniin palasiin että se on mahdollista käsitellä.

Omassa opinnäytteessäni olen paloitellut teatterin projektiluontoisen prosessin osiin, joita olen tarkastellut suunnittelevan valaistusmestarin näkökulmasta. Tausta-aineistona pohdinnoilleni olen käyttänyt lukuisia aihetta sivuavia opiskeluvuosien aikana lukemiani kirjoja, omissa projekteissani vastaantulleita tilanteita, sekä myös opiskelutovereiden, kanssatyöntekijöiden ja opettajieni huomioita työn tekemisestä teatterissa. Omalla kohdallani seuraavana haasteena tulee olemaan rakenteistetun toiminnan ja merkityksellisyyden yhteensovittaminen.

Lähteet

Csikszentmihalyi, M. 2006. *Kehittyvä minuus*. 1. painos. Helsinki: Rasalas.

Lehtinen, E., Kuusinen, J. & Vauras, M. 2007. *Kasvatuspsykologia*. 4. painos. Helsinki, Porvoo, Juva: WSOY

Pölönen, E. 2006. *Valmistautunut mieli on valpas sattuman valolle!* Tampere: Tampereen ammattikorkeakoulu, tutkintotyö.

TED.com -verkkosivusto. 2006. Videoluento. Gilbert, D. Luettu 14.3.2011.
http://www.ted.com/talks/dan_gilbert_asks_why_are_we_happy.html

Ajattelun ammattilainen -blogi. 2009. Blogiteksti. Järvilehto, L. Luettu 10.4.2011
<http://ajattelunammattilainen.fi/2009/10/20/5-helppoa-niksia-flow-tilan-saavuttamiseksi/>