



**LAHDEN AMMATTIKORKEAKOULU**  
*Lahti University of Applied Sciences*

# AIN LAULAIN TYÖTÄS TEE?

Esiintyvän taiteilijan ammatin vaikutus onnellisuuteen

LAHDEN  
AMMATTIKORKEAKOULU  
Musiikki- ja draamainstituutti  
Musiikkiteatteri  
Opinnäytetyö  
Syksy 2011  
Heljä Heikkinen

Lahden ammattikorkeakoulu  
Musiikki- ja draamainstituutti

HEIKKINEN, HELJÄ INKERI:

Ain laulain työtäs tee?  
Esiintyvän taiteilijan ammatin vaikutus  
onnellisuuteen

Musiikkiteatterilinjan opinnäytetyö, 38 sivua

Syksy 2011

TIIVISTELMÄ

---

Tutkin opinnäytetyössäni esiintyvän taiteilijan ammatin vaikutusta onnellisuuteen. Määrittelen onnellisuuden käsitteen Ben-Shaharin (2007) ja Lyubomirskyn (2009) mukaan. Pohdin, mitä onnellisuus on, mitä siihen sisältyy, mitä se merkitsee minulle ja miten esiintyvän taiteilijan työ siihen vaikuttaa. Haastattelin kolmea eri elämäntilanteessa olevaa esiintyvää taiteilijaa, Petrus Kähköstä, Elsa Saisiota ja Sinikka Sokkaa, heidän kokemuksistaan työn ja onnellisuuden välisestä suhteesta. Peilaan heidän kertomuksiaan omiin kokemuksiini siitä, miten esittävä ala on vaikuttanut onnellisuuteeni.

Avainsanat: onnellisuus, työ, teatteri, esiintyjä, läsnäolo

Lahti University of Applied Sciences  
Degree Programme in Music

HEIKKINEN, HELJÄ:

Whistle while you work?

A performing artist's profession's effect  
on happiness

Bachelor's Thesis in Music Theatre, 38 pages

Autumn 2011

ABSTRACT

---

In my thesis I examine the effect of a performing artist's profession on happiness. I define the concept of happiness according to Ben-Shahar (2007) and Lyubomirsky (2009). I contemplate what happiness is, what it includes, what it means to me and how a performer's work affects it. I interviewed three performing artists in different life situations, Petrus Kähkönen, Elsa Saisio and Sinikka Sokka, about their experiences of the relationship between work and happiness. I compare their stories to my own experiences of how performer's profession has affected my happiness.

Key words: happiness, work, theatre, performer, presence

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	ONNELLISUUS	3
2.1	Mitä onnellisuus on?	3
2.2	Voiko onnellisuuteen itse vaikuttaa?	4
3	ESIINTYVÄN TAITEILIJAN AMMATTI	6
3.1	Esiintyvä taiteilija	6
3.2	Teatterityö	7
3.2.1	Musiikkiteatterin ammattilainen	7
3.3	Ammatin luonne	7
3.4	Ulkopuolinen kuva ammatista	10
4	KOLME NÄKÖKULMAA	11
4.1	Ammattina esiintyjä	12
4.2	Onnellisuus	13
4.3	Ammatillisen menestyksen vaikutus onnellisuuteen	14
4.3.1	Kollegoiden menestys ja kateus	16
4.4	Mikä saa pysymään esittäväällä alalla?	17
4.4.1	Ulkopuoliset paineet	18
4.5	Arkielämästä vieraantuminen	19
4.6	Työn ja perheen yhdistäminen	21
4.7	Elämäntapa vai pelkkä työ?	22
4.8	Unelmat	22
5	OMA KOKEMUKSENI	24
5.1	Ajankäyttö ja ammatin vaikutus sosiaalisiin suhteisiin	24
5.2	Terveys ja ammatinvalinnan kyseenalaistaminen	26
5.3	Ammatillinen menestys ja työnhaku	28
5.3.1	Menestys ja kateus	29
5.4	Läsnäolon merkitys	31
5.5	Omia kiinnostuksen kohteita vastaava työ	32
6	YHTEENVETO	34
7	LÄHTEET	37

## 1 JOHDANTO

Vuosia saattohoitajana toiminut nainen mainitsee viisi yleisintä asiaa, joita ihmiset katuvat kuolinvuoteellaan. Ensimmäinen koskee toivomusta totuudenmukaisesti itselleen eletystä elämästä ilman toisten odotusten täyttämistä. Toinen katumusta herättävä asia oli liiallinen työn tekeminen, kolmas omien tunteiden tukahduttaminen ja neljäs vähäinen yhteydenpito ystäviin. Viides asia oli: *”Olisinpa antanut itseni olla onnellisempi.”* (Inspiration and chai -verkkosivut.)

Uskon, että jokainen pyrkii olemaan elämässään onnellinen, niin myös minä. Onnellisuutta on vaikea lähteä määrittelemään, sillä jokaisella on siitä oma käsityksensä. Onnellisuus sisältää monia asioita koskien sosiaalista elämää, terveyttä, vapaa-ajan viettoa ja työtä. Valmistun pian ammattiin, josta olen haaveillut 12-vuotiaasta lähtien: musiikkiteatterin ammattilaiseksi. Olen tähdännyt esiintyvälle alalle aina ja tehnyt elämässäni valintoja sen mukaisesti. Neljä opiskeluvuottani Lahden ammattikorkeakoulun musiikkiteatterilinjalla ovat olleet tärkeää aikaa erityisesti siksi, että olen päässyt tosissani kosketuksiin unelma-ammattini arjen kanssa. Rakkaista harrastuksista on tullut vapaa-ajan sijasta päätoimista opiskelua. Minun on pitänyt ajatella omaa kehittymistäni ja taitojani kriittisemmin, jotta tulisin paremmaksi ja voisin olla jonain päivänä pätevä taiteilija. Työharjoittelun kautta olen päässyt tutustumaan ammattiteatteriin ja saanut nähdä, millaista näyttelijän arki voi hyvässä ja pahassa olla. Olen alkanut ensimmäistä kertaa kyseenalaistaa ammatinvalintaani. Mieleeni on noussut epäilyksiä unelma-ammattini ominaisuuksista ja siitä, miten se voi vaikuttaa onnellisuuteeni ja hyvinvointiini.

Esiintyvän taiteilijan työssä on monia asioita, jotka tekevät minut onnelliseksi ja joista saan iloa. Nautin siitä, että saan työskennellä luovalla alalla käyttäen itseäni ja omia kokemuksiani työvälineenä. Pidän tämän ammatin yhteisöllisyydestä. Olen iloinen ja kiitollinen, että työssä pääsee jatkuvasti kehittämään ja haastamaan itseään. Rakastan lavalta saatua adrenaaliniryöppyä. Lavalla saa ja on pakko olla läsnä, siellä ei voi miettiä mitään muuta kuin nykyhetkeä.

Asioilla on kuitenkin myös kääntöpuolensa. Luova ammatti ei jätä rauhaan, vaan sitä työstää jatkuvasti. Työvälineinä ovat oma keho ja mieli, jotka kulkevat muka-

na koko ajan, niitä ei voi jättää työpaikalle. Työn ja vapaa-ajan rajaa voi olla vaikea määritellä. Oman persoonan käyttäminen työssä on paitsi antoisaa myös kulluttavaa. Näyttelijä antaa itsestään lavalla kaiken, elää hetkessä ja nauttii, mutta näytöksen tai kokonaisen produktion jälkeinen tyhjä olo voi yllättää ikävästi. Taiteelliseen alaan liittyy myös egoismi ja omasta tilastaan taisteleminen: täytyy olla valmis työhaussa vallitsevaan kilpailuun ja käsittelemään pettymyksiä ja riittämättömyyden tunteita.

Opinnäytetyöni tutkimuskysymys on seuraava: miten kolme eri elämäntilanteessa olevaa esiintyvää taiteilijaa kuvaavat työn ja onnellisuuden välistä suhdetta, ja miten nämä näkökulmat peilautuvat omiin kokemuksiini? Olen kerännyt aineistoa haastatteleamalla Petrus Kähköstä, Elsa Saisiota ja Sinikka Sokkaa. Olen työskennellyt heistä jokaisen kanssa musiikkiteatterin parissa. Haastatteluiden lisäksi käytän materiaalina teatterialan kirjallisuutta, elämäntaitoa koskevaa kirjallisuutta sekä omia päiväkirjojani. Tutkimukseni teoreettinen viitekehys perustuu kahden psykologian professorin, Sonja Lyubomirskyn ja Tal Ben-Shaharin, näkemyksiin onnellisuudesta.

## 2 ONNELLISUUS

*Onni, onnihan on elon tarkoitus!*

(Aleksis Kivi)

### 2.1 Mitä onnellisuus on?

Ihmiset ovat aina tavoitelleet onnellisuutta. Psykologian professori Sonja Lyubomirsky toteaa kirjassaan, että suurin osa maailman ihmisistä pitää onnellisuutta yhtenä tärkeimmistä tavoitteistaan elämässä. Historiankirjoitukset, kirjallisuus ja filosofia osoittavat, että onnellisuus on ajaton aihe. Jo antiikin Kreikan filosofi Aristoteles sanoi onnellisuuden olevan ”ihmiselämän suurin päämäärä”. Onnellisuuden tavoittelu saa ihmisen tuntemaan olonsa paremmaksi ja energisemmäksi ja voi jopa pidentää elinikää. (Lyubomirsky 2009, 14.)

Onnellisuus on laaja, vaikeasti määriteltävä ja jokaiselle henkilökohtainen käsite. Psykologian professori Tal Ben-Shahar pohtii kirjassaan *Onnellisemmaksi* (2007), miten voi saavuttaa kestävän onnellisuuden. Onnellisuuden määrittelemisen ei ole hänellekään helppoa, ja hän tutkiikin kirjassaan periaatteita, joihin onnellinen ja tyydyttävä elämä perustuu. Ben-Shahar etsii vastauksia seuraaviin kysymyksiin: Onko onnellisuus tunne? Onko se samaa kuin mielihyvä? Onko se kivun ja kärsimyksen puuttumista? Hän listaa myös tunteuksia, joita pidetään usein onnellisuuden vastineina. Näitä tunteuksia ovat esimerkiksi mielihyvä, riemu ja tyytyväisyys. Ne ovat kuitenkin lyhytaikaisia tunnetiloja, eivätkä siten voi olla onnellisuuden perusta. (Ben-Shahar 2007, 24–25.)

Vaikkei onnellisuudelle ole yhtä määritelmää, eräästä sen ominaisuudesta ollaan usein yhtä mieltä: onnellisuus on pitkäaikainen tila. Professori Markku Ojanen määrittelee onnellisuuden olevan taannehtiva ja ainakin kuluvalle hetkellä myönteinen arvio elämästä. Hän kirjoittaa onnellisuuden olevan kokonaisvaltainen tila, johon kuuluu myös muita tunteita, kuten toiveikkuutta, iloa ja rakkautta. (Ojanen 2006, 10.) Ben-Shahar (2007, 54) määrittelee onnellisuuden ”yleisenä mielihyvän ja merkityksen kokemuksena”. Toimittaja Arja Sihvola taas kuvailee onnellisuutta näin: ”Onni on syvimältä olemukseltaan sisäinen tila, parhaimmillaan täysin riippumaton ulkoisista tapahtumista ja olosuhteista”

(Sihvola 2011, 36).

Minulle onnellisuus tarkoittaa kestäväää olotilaa, joka koostuu itselleni tärkeistä ja merkittävistä osista. Osat ovat keskenään tietyssä tasapainossa ja jollain osalla voi eri elämänvaiheessa olla erityinen merkitys muihin verrattuna. Vaikka jollain osa-alueella menisikin huonommin, se ei silti estä minua tuntemasta itseäni onnelliseksi. Tuntuu vaikealta lähteä määrittelemään, mitä omaan onnellisuuteeni tarkalleen ottaen kuuluu, mutta esioletukseni mukaan siihen vaikuttavat ainakin seuraavat tekijät: sosiaaliset suhteet eli perhe, parisuhde ja ystävät, terveys ja hyvinvointi sekä työ.

## 2.2 Voiko onnellisuuteen itse vaikuttaa?

Kaikissa tässä työssä viittaamissani onnellisuutta käsittelevissä kirjoissa ilmenee näkemys, että onnellisuuteen voi itse vaikuttaa. Lukemieni teosten tarkoitus on auttaa lukijoita ymmärtämään onnellisuuden luonnetta, jotta he pystyisivät itse ottamaan vastuun elämästään ja löytämään keinot, joiden avulla tulla onnellisemmaksi.

Lyubomirsky korostaa, että muutos onnellisemmän elämän aloittamiseen on ihmisen omissa käsissä. Sen saavuttaminen edellyttää motivaatiota, ponnistelua sekä valmiutta muutokseen. (Lyubomirsky, 18–25.) Lyubomirsky esittelee teoksessaan kehittämänsä ”40 prosentin ratkaisun”, jonka mukaan 50 prosenttia onnellisuudesta määräytyy perintötekijöiden mukaan ja 10 prosenttia ulkoisten tekijöiden ja olosuhteiden, kuten ulkonäön ja rahatilanteen, mukaan. Loput 40 prosenttia ovat ihmisen omissa käsissä. Tähän prosenttilukuun voi vaikuttaa omalla suhtautumisellaan, asenteellaan ja päivittäisillä tekemisillään ulkoisista olosuhteista riippumatta. (Lyubomirsky 2009, 31.)

Lyubomirsky tarjoaa kirjassaan kahtatoista strategiaa, ”onnellisuusaktiiviteettia”, joista jokainen voi valita itselleen sopivat ja joiden avulla voi vaikuttaa omaan onnellisuuteensa. (Lyubomirsky 2009, 18.) Yhtä oikeaa ratkaisua kaikille ei ole.

Itselleen sopivat aktiviteetit voi valita esimerkiksi onnellisuuden lähtötason, omien vahvuuksien tai elämäntavan perusteella. (Lyubomirsky 2009, 18, 72–73.)

Aktiviteetit ovat seuraavat:

1. kiitollisuuden ilmaiseminen
2. optimismin vaaliminen
3. liian ajattelun ja sosiaalisen vertailun välttäminen
4. hyvien tekojen harjoittaminen
5. sosiaalisten suhteiden vaaliminen
6. selviytymiskeinojen kehittäminen
7. anteeksiannon opettelu
8. virtauskokemusten lisääminen
9. elämän iloista nauttiminen
10. tavoitteisiin sitoutuminen
11. uskonnon ja henkisyyden harjoittaminen sekä
12. kehosta huolehtiminen. (Lyubomirsky 2009, 87–234.)

Nämä aktiviteetit on jaettu Lyubomirskyn teoksessa suurempiin kokonaisuuksiin: kiitollisuuden ja myönteisen ajattelun harjoittaminen, sosiaalisiin suhteisiin panostaminen, stressistä, vaikeuksista ja traumaista selviäminen, nykyhetkessä eläminen, tavoitteisiin sitoutuminen sekä kehosta ja sielusta huolehtiminen. Nämä kuusi kokonaisuutta vaikuttavat Lyubomirskyn mukaan ihmisen onnellisuuden tilaan. (Lyubomirsky 2009, 87–234.)

### 3 ESIINTYVÄN TAITEILIJAN AMMATTI

#### 3.1 Esiintyvä taiteilija

Käytän opinnäytetyössäni termiä ”esiintyvä taiteilija”. Valmistuttuani ammattinimikkeeni tulee virallisesti olemaan muusikko, mutta se on hieman harhaanjohtava nimitys, sillä en työskentele pelkästään musiikin parissa. En pysty luontevasti kutsumaan itseäni ainoastaan näyttelijäksi tai muusikoksi, sillä työnkuvani on monipuolisempi. Esiintyvä taiteilija on vapaampi ja laajempi termi, jonka perusteella taiteilija ei tule lokeroiduksi vain yhdenlaisen mielikuvan perusteella.

Mielestäni esiintyvä taiteilija työskentelee nimensä mukaisesti esittävällä alalla ja voi tehdä työkseen esimerkiksi laulajan, muusikon, näyttelijän tai tanssijan töitä, näitä kaikkia yhdistellen. Musiikkiteatterilinjalta valmistuvana koen olevani eniten muusikko-näyttelijä. Käsittelen opinnäytetyössäni paljon näyttelijäntyötä tutkivaa kirjallisuutta, joka painottuu nimenomaan teatteriin. Haastateltavistani yksi tekee näyttelemisen ohella aktiivisesti myös muusikon töitä, ja kaikki kolme ovat tehneet useita musikaalirooleja ja työskentelevät aktiivisesti musiikkiteatterin parissa

En halua kutsua itseäni ainoastaan näyttelijäksi senkään takia, että Lahden ammattikorkeakoulusta ei valmistu näyttelijäksi. Suomessa voi valmistua näyttelijäksi Teatterikorkeakoulusta Helsingistä tai Tampereen yliopiston Näyttelijäntönnön laitokselta. Nämä koulut eivät toki ole ainoa keino päästä näyttelijäksi. Esimerkiksi näyttelijä Risto Autio painottaa teatterityöstä kertovassa teoksessaan *Ennen ensi-iltaa* Suomessa toimivan monia kouluttamattomia näyttelijöitä. Itseään voi kouluttaa monin keinoin, esimerkiksi ympäri Suomea järjestettävillä monipuolisilla näyttelijäntönnön kursseilla tai hakeutumalla teatteriin avustajaksi ja edetä sitä kautta suurempiin tehtäviin. (Autio 2000, 45.)

## 3.2 Teatterityö

Näyttelijä voi työskennellä joko ilman vakituista työsopimusta usealle työnantajalle yhtä aikaa (freelancerina) tai kiinnityksellä teatterissa. Kaikki haastateltavani ovat toimineet sekä freelancereina että kiinnitettynä näyttelijöinä laitosteatterissa. Näyttelijän työpäivä teatterissa jakaantuu kahteen osaan: aamu- ja iltaharjoituksiin. Harjoitusten väliin jää muutaman tunnin tauko. Esimerkki näyttelijän työpäivästä on seuraavanlainen: aamuharjoitukset kymmenestä kahteen, tauko kahdesta kuuteen, ja iltaharjoitukset kuudesta puoli kymmeneen. Usein voi olla, että harjoitusten välissäkin täytyy opetella tekstiä itsenäisesti. Näyttelijän työpäivä voi siis helposti olla 12-tuntinen, etenkin jos illalla on harjoitusten sijaan näytös.

### 3.2.1 Musiikkiteatterin ammattilainen

Kokemukseni ammattiteatterissa työskentelemisestä koostuu työharjoittelusta kahdessa musikaalissa suuressa kaupunginteatterissa. Musikaali on erinomainen esimerkki siitä, mitä esiintyvän taiteilijan täytyy osata. Tämän hetken kotimaisen musiikkiteatterikentän kenties työllistetyin naisnäyttelijä, Maria Ylipää, esittää Teatterikorkeakoulun opinnäytetyössään, että hyvä musiikkiteatterin tekijä tarvitsee niin näyttelijän, muusikon kuin tanssijankin ammattitaitoa (Ylipää 2005, 42). Musikaalissa esiintyvän taiteilijan täytyy siis tasapainotella kolmen eri osa-alueen välillä: laulun, näyttelijäntyön ja tanssin. Näiden taitojen ylläpitäminen vaatii kurinalaista ja säännöllistä harjoittelemista ei ainoastaan koulutuksen aikana, vaan läpi elämän.

## 3.3 Ammatin luonne

Esiintyvän taiteilijan ammatti on todella kokonaisvaltainen. Mielestäni esiintyjän

työ vaatii erityisen paljon henkilökohtaista panostusta, sillä työvälineitä ovat oma keho, mieli, ajatukset ja muistot. Työ on luovaa, joten se seuraa helposti myös työaikojen ulkopuolelle. Aina selkeitä työaikoja ei edes ole. Esiintyvän taiteilijan työhön ei kuulu pelkkä esiintyminen, vaikka se onkin näkyvin osa ammattia. Esitystä täytyy harjoitella, minkä vuoksi taiteilijan täytyy jatkuvasti kehittää ja pitää yllä taitojansa, oli sitten kyseessä soitto, laulu, tekstin opettelu tai tanssi. Kaikkea aikaansa työlle ja ammatilliselle kehitykselle ei kuitenkaan saisi uhrata; Autio painottaa, ettei näyttelijä saisi hukkaa teatterin maailmaan, vaan tämän tulisi säilyttää kosketus arkiseen elämään. Näyttelijän ammattitaitoon kuuluu jatkuva ympäristön tarkkailu; esittäähän näyttelijä aina ihmistä, ja joutuu näin ollen etsimään ympäriltään vinkkejä työhönsä. (Autio 2000, 43.)

Esiintyvälle alalle on tyypillistä se, että se on kutsumusammatti. Se on ollut useiden haaveammatti jo lapsena, ja sen pariin on ajauduttu varhain. Esimerkiksi näyttelijä Pamela Tola aloittaa kirjansa *Miksi näyttelen?* (2007) kertomalla suunnattomasta näyttelemisen halustaan, jota tunsikin koko lapsuutensa ajan.

Eräs asia, jonka moni kokee näyttelemisessä ja esiintyvällä alalla tärkeäksi, on yhteisöllisyys. Moni kertoo tekevänsä työtä kuuluakseen yhteisöön. Tunne yhdessä rakentamisesta ja saman päämäärän eteen työskentelemisestä on hieno. Tolan haastattelema näyttelijä Kati Outinen sanoo etsivänsä teatterista nimenomaan yhteyttä muihin ihmisiin. Myös Elina Knihtilä mainitsee ensimmäisenä työyhteisön kysyttäessä, miten hän jaksaa tehdä näyttelijäntyötä vuodesta toiseen. (Tola 2007, 108, 136.)

Toinen tärkeäksi koettu asia esiintyvällä alalla on vapauden tunteen kokeminen (Houni 2000, 232). Malla Malmivaara kertoo voivansa näyttelemisen kautta sanoa asioita, joita ei omassa elämässään välttämättä uskaltaisi sanoa. Iina Kuustonen puolestaan puhuu pelkojaan kohti menemisestä näyttelijäntyön kautta ja sitä kautta rauhan ja onnellisuuden löytämisestä. (Tola 2007, 12, 92.) Moni näyttelijä kokee myös olevansa etuoikeutettu saadessaan tehdä työkseen sitä, mitä rakastaa. Esiintyminen koetaan leikkinä. Näyttelijällä on oikeus, ellei jopa velvollisuus, olla yhteydessä sisäiseen lapseensa.

Moni haaveilee luovasta ammatista, jossa pääsisi toteuttamaan itseään. Sitä esiintyminen monelle on. Luovassa työssä taiteilija voi ylittää omia rajojaan ja päästä tarkastelemaan maailmaa uusista odottamattomista näkökulmista.

### 3.3.1 Ammatin kääntöpuoli

Vaikka esiintyjän työ onkin kutsumusammatti, se ei tarkoita, etteikö siinä olisi myös raskaita puolia. Näyttelijä Maaria Rantanen tutki näyttelijöiden kokemuksia työstressistä ja uupumuksesta. Hän antoi tutkimukselleen nimen ”Takki väärinpäin ja sielu riekaleina” erään haastattelemansa näyttelijän sanoja lainaten. Rantanen tulkitsee sitaatin liittyvän siihen, miten vaativaa työ on näyttelijälle. Työ edellyttää ”kokonaisvaltaista antautumista työlle, oman persoonan käyttämistä työvälineenä, häpeän voittamista ja haavoittuvuuden tiedostamista”. (Rantanen 2006, 56.) Omalla keholla ja mielellä töitä tehdessä täytyy erottaa hyvin tarkasti raja työn ja vapaa-ajan välillä. Työstettävät asiat seuraavat kuitenkin helposti töiden ulkopuolelle vaikeuttaen näin keskittymistä esimerkiksi kotona perheen kanssa olemiseen. Rantasen mukaan näyttelijäntyön raskauteen vaikuttaa myös se, että työ on jatkuvaa mielen ja sen häiriöiden tulkintaa. Näyttelijä saattaa joutua käymään läpi omia henkilökohtaisia traumojaan löytääkseen yhtymäkohtia roolinsa kanssa. Henkisesti raskas rooli voi vaatia näyttelijältä paljon psyykkistä ja fyysistä muuntautumista, mikä voi vaikuttaa näyttelijän omaan mielialaan. (Rantanen 2006, 57.)

Esiintyvän taiteilijan työajat ovat epäsäännöllisiä ja työ on hyvin aikaa vievää. Usein työ painottuu iltaan. Näyttelijällä voi helposti olla kahdeksan esitystä viikossa, joka ilta ja joinain päivinä kaksi. Muusikot voivat vapautua keikalta aamuyöllä. Ei myöskään riitä, että näyttelijä ilmaantuu esitykseen vähän ennen sen alkamista, vaan hänen täytyy tulla jopa tunteja aikaisemmin maskeerattavaksi, tai virittymään näytäntöön. Työtavat ovat kuitenkin jokaisen esiintyjän henkilökohtaisia ratkaisuja.

### 3.4 Ulkopuolinen kuva ammatista

Esiintyvä taiteilija, erityisesti näyttelijä, nähdään ulkopuolelta usein tietyllä tavalla. Hounin (2000, 34) mukaan nyky-yhteiskunnassa mielikuvaan näyttelijän ammatista vaikuttavat erityisesti lehti- ja televisiohaastattelut, sekä elämäkertakirjallisuus. Houni sanoo myös näyttelijöiden elämäntyyliin liittyvien mielikuvien olleen aina vahvoja: ”Näyttelijöiden kiertue-elämään, sosiaaliseen asemaan, alkoholin käyttöön, epäsäännölliseen työhön, tai parisuhteiden vaihtelevuuteen liittyvät ajatukset suhteessa valtaväestöön ovat kirjoittautuneet osaksi kulttuurista puhetta, joka elää edelleenkin mediaretoriikassa.” (Houni 2000, 40.)

Olen kokenut tietynlaista ammatin aliarvioimista, vaikka se ei aina tapahdukaan kovin pahansuovasti. Mielestäni esiintyvän taiteilijan työ mielletään usein jotenkin kevyeksi. Monet saattavat ajatella näyttelijän työn olevan todella helppoa, kun saa vain esiintyä, tai muusikon työn olevan kevyttä, kun täytyy vain soittaa sitä instrumenttia, jota on koko elämänsä harjoitellut ja soittaisi muutenkin. Näyttelijältä tai muusikolta edellytetään usein myös esiintymistä vapaa-ajallaankin, mikä mielestäni liittyy ammatin helppouden mielikuvaan; miksei esiintyjä voisi ilahduttaa muita osaamisellaan työajan ulkopuolellakin, kun se kerran on hänen intohimonsa?

#### 4 KOLME NÄKÖKULMAA

Valitsin haastateltavani heidän erilaisten elämäntilanteidensa ja kokemustensa perusteella. Kähkönen on kanssani saman ikäinen, olemme opiskelleet samalla vuosikurssilla ja teemme paljon töitä yhdessä. Saision koen jo työelämässä olleena kollegana, joka on minua hiukan vanhempi, mutta johon voin kuitenkin samastua, ja jonka kanssa on mielenkiintoista keskustella niin työstä kuin elämästäkin. Sinikka Sokka taas edustaa minulle musiikkiteatterialalla elämänmittaisen uran tehnyttä taitavaa näyttelijäkonkaria.

Kähkösen ja Saision haastattelut toteutin yhdessä luokkatoverini Anna-Maija Jalkasen kanssa. Kähköstä haastattelimme Helsingin kaupunginteatterin yleisölämpiössä, Saisiota hänen omassa kodissaan Kalliossa. Sokan haastattelu tapahtui myös hänen kotonaan Helsingissä. Toteutin haastattelut teemahaastatteluina, eli kysymysten aihepiirit olivat jo tiedossa (Hirsjärvi & Remes & Sajavaara 1997, 197). Haastateltavat lähtivät vapaasti assosioimaan aiheesta aiemmin laatimieni teemojen pohjalta. Kaikille haastateltaville esitettiin samat aihepiirit.

Petrus Kähkönen (s. 1987) on näyttelijä ja muusikko. Hänellä alkoi hiljattain kahden vuoden kiinnitys Helsingin kaupunginteatterissa. Hän kokee elämäntilanteensa olevan pintapuolisesti asettunut, mutta pohjimmiltaan myrskyinen. Selkeää ”kotitelakkaa” ei ole. Hän on etsinyt jo kauan omaa paikkaansa, mihin alkanut kiinnitys toi selvästi helpotusta. Hän sanoo teatterin tuntuvan kodilta.

Elsa Saisio (s. 1981) on näyttelijä ja on tällä hetkellä kiinnitettynä Lahden kaupunginteatteriin, johon hän on juuri palannut äitiyslomalta. Hän asuu avomiehensä ja puolitoistavuotiaan poikansa kanssa Helsingissä. Saisio sanoo käyvänsä läpi isoa murroskautta. Hän kertoo pohtivansa, mitä haluaa ja miten voisi tulla onnellisemmaksi ammatissaan.

Sinikka Sokka (s. 1948) on freelancenäyttelijä, asuu Helsingissä, mutta tekee töitä ympäri Suomea. Hän on näytellyt esimerkiksi Turun, Lahden ja Vaasan

kaupunginteattereissa. Parhailaan hän aloittelee harjoituksia erääseen Jyväskylässä esitettävään kantaesitykseen, ja ensi vuonna alkavat musikaalin harjoitukset Tampereen työväenteatterissa, jossa Sokka näyttelee Elizabeth Tayloria. Sokka on 63-vuotias, joten voisi halutessaan hakea eläkettä, mutta hänellä on niin monia hienoja töitä tiedossa, ettei eläkkeelle jääminen ole vielä ajankohtaista. Hän on myös isoäiti, ja on tiiviisti yhteydessä tyttärensä ja tyttärenpoikaansa. Sokka kokee elävänsä mielenkiintoisessa elämänvaiheessa ja kokee tarvetta ”syventää kaikkea”. Hän kaipaa myös tietynlaista keskittymistä asioihin, mikä ei kuitenkaan ole sama asia kuin paikallaan pysyminen.

#### 4.1 Ammattina esiintyjä

*”Musta tuntuu, että syy, miksi ihmiset päätyy tälle alalle, on olla esillä ja kutsumus eli ei välttämättä hirveän filosofisia tai ideologisia syitä.”* (Elsa Saisio)  
*”Kauhean vaikea sanoa, olenko mä päätynyt alalle vai syntynyt alalle.”* (Sinikka Sokka)

Kaikki kolme haastateltavaa ovat päätyneet alalle yksinkertaisesti tarpeesta olla esillä. Saisio kuitenkin selventää, ettei kyseessä ole halu tulla nähdyksi hinnalla millä hyvänsä, vaan nimenomaan esiintymisen kautta. Jokaiselle ammatti on ollut kutsumus, ja siihen suuntautuminen on näkynyt jo varhain. Sokka esiintyi pienestä pitäen. Hän lauloi, voimisteli ja näytteli ja teki töitä puoliammattimaisesti jo ennen Teatterikoulua.

Saision ja Kähkösen tapauksessa asiaan ovat vaikuttaneet vanhemmat, jotka työskentelevät alalla. Kähkösellä innostus on lähtenyt nimenomaan musiikista. Hän on soittanut pienestä pitäen monia instrumentteja, laulanut kuorossa ja tehnyt oopperassa poikarooleja. Teatterialalle suuntautumiseen vaikutti hänen ystävänsä Samuel Harjanne, jonka ohjaamissa nuorisomusikaaleissa Kähkönen pääsi lukioikäisenä tutustumaan musiikin lisäksi myös näyttelemiseen. Kähkönen erottuu kolmen haastateltavani joukosta siten, että hän kokee ainoana olevansa enemmän muusikko kuin näyttelijä ja tekeekin aktiivisesti myös muusikon töitä.

Muita vaihtoehtoja ammatiksi kenelläkään haastatelluista ei oikeastaan ole ollut,

ainakaan täysin toiselta alalta. Sokka oli lahjakas myös kuvataiteessa, ja hänelle suositeltiin opiskelua lavastustaiteen parissa, mutta näyttelijän ammatti oli hänelle täysin selvä ja luonteva. Sokkaa ja Saisiota yhdistää kiinnostus tanssiin. Jokainen haastateltava puhuu myös opetustöistä. Saisio haluaisi lähteä opiskelemaan pedagogisia opintoja Teatterikorkeakouluun. Kähkönen mietti yläasteikäisenä musiikinopettajan työtä, Sokka taas lastentarhanopettajan ammattia pitäessään taukoa Teatterikouluun pyrkimisestä. Sokka perustikin 2000-luvun puolivälissä yhdessä Marco Bjurströmin kanssa musiikkiteatterikoulu Skenen, jossa hän toimii yhtenä opettajista. Myös Kähkönen haluaisi opettaa musiikkiteatterialaa myöhemmin.

#### 4.2 Onnellisuus

*Onnistuneesta näytöksestä voi saada mieletöntä voimavaraa, energiaa jopa pari viikoksi. Onni on kuitenkin pitkäaikaisempi mielentila, ja se tulee omasta yksityiselämästä. (Petrus Kähkönen)*

*Mun mielestä yksityiselämä on tärkeämpää kuin ammatillinen elämä. (Elsa Saisio)*

*Minut tekee onnelliseksi kaunis maisema, ihana musiikki, puhtaat lakanat, kaunis taulu, hyvä työryhmä, hyvän esityksen jälkeinen tunne. (Sinikka Sokka)*

Onnellisuus merkitsee jokaiselle eri asioita. Kähkönen ja Saisio erottelevat työstä ja yksityiselämästä saadun onnen. Sokka puhuu paljon arjen pienistä asioista ja niiden joukossa työstä saadusta hyvästä olost, joka seuraa toimivan työryhmän syntymisestä tai esityksestä. Kähkönen on huomannut työn yhtäkkiä vieneen ison osan hänen elämästään, ja se näkyy yksityiselämässä, joka hänen mielestään ei ole tarpeeksi vakaa. Hän kokee kiinnittyvänsä liikaa työhön, mistä seuraa ailahtelevainen suhtautuminen esimerkiksi työssä saatuun palautteeseen. *Mieli saattaa mennä tosi nopeasti maahan tai ylös, koska mulla ei ole tarpeeksi vakaa yksityiselämä tai turvallinen olo.* Kähköselle on kuitenkin selvää, että kaikki onni pohjautuu läheisiin ystäviin, siihen, että on aina joku, jolle soittaa.

Saision onnellisuuteen vaikuttavat tietysti hänen avomiehensä ja lapsensa, ja hän kokee yksityiselämän ehdottomasti työtä tärkeämmäksi. Hän kuitenkin painottaa kutsumustaan näyttelijän työhön ja korostaa, että sekin on iso osa hänen onnellisuuttaan. *Mun mielestä ammatillisella menestyksellä ei pysty kompensoimaan huonoa yksityiselämää, mutta ei myöskään toisinpäin. Varsinkin jos on vahva kutsumus näyttelijäntyöhön, se ei auta, vaikka olisi kuinka onnellinen yksityiselämässä.*

Sokka tulee onnelliseksi viettäessään aikaa lapsenlapsensa kanssa. Hänen onnellisuuteensa liittyy paljon esteettisiä asioita ja yksinkertaista arjen harmoniaa. Töissä hän on erityisen onnellinen ollessaan tekemisissä musiikin kanssa, sillä vaikka hän kokee olevansa ennen kaikkea näyttelijä, hänen vahvuusalueensa on kuitenkin musiikissa. Lisäksi hän puhuu onnellisuuden ja kiittollisuuden välisestä yhteydestä. *Onnellisuus ja kiittollisuus on tietynlainen risteytys mun elämässä nykyään, voi olla hirveen kiittollinen ja onnellinen samaan aikaan, se on vähän sitä samaa asiaa.*

Onnellisuudesta puhuttaessa esiin tulee eräänlainen hurmio, jonka jokainen esiintyvä taiteilija kokee hyvän esityksen jälkeen. Varsinkin Saisio ja Kähkönen puhuvat siitä ja ovat molemmat sitä mieltä, ettei sellainen olotila ole kestävä. *Totta kai se mitä saa työn kautta, esimerkiksi hurraava yleisö, on kyllä onnea, mutta lyhytaikaista, sen illan hurmio (Kähkönen).* Saisio puhuu nautinnon ja onnen erosta. Esityksen jälkeinen tunne voi olla nautinnollista, muttei ole sama asia kuin pysyvä onni.

#### 4.3 Ammatillisen menestyksen vaikutus onnellisuuteen

Olen pohtinut paljon sitä, missä määrin työmenestys ja onnellisuus liittyvät toisiinsa, ja siitä keskustelimme myös haastateltavien kanssa. Menestys voi tarkoittaa taiteilijoille eri asioita. Se ei aina väistämättä tarkoita päärooleja, hyviä arvosteluja lehdissä tai julkisuutta.

Haastateltavilla on erilainen suhtautuminen ammatilliseen menestykseen, varsinkin Kähkösen kokemus poikkesi muista. Hänellä menestys ja onnellisuus menevät selvästi käsi kädessä. Hän epäilee sen juontavan juurensa lapsuudesta, josta hän muistaa selkeästi hyväksytyksi tulemisen tunteen, jos onnistui hyvin sellon soitossa. *Mun piti treenata monta tuntia päivittäin pienestä asti. Jos mä soitin hyvin matineoissa, niin sain onnistumisen tunteen, vanhempien huomion ja hyväksynnän. Tuli semmonen olo, että mä kelpaan.* Kähkönen on huomannut samojen tunteiden seuraavan häntä edelleen. Kriittinen palaute harjoituksissa saattaa vaikuttaa kielteisesti hänen itsetuntoonsa jopa viikon ajaksi. Hän kuitenkin tiedostaa, että tällaisista tunnereaktioista pitäisi opetella pois, sillä eräs tämän ammatin vaativista puolista on arvosteltavaksi asettuminen, joko ohjaajan tai yleisön eteen. *Mä haluaisin uskoa, että ammatillinen menestys ei ole ainut onnen mittari, mutta tällä hetkellä mulla ei oikeastaan ole muuta kuin tää työ, mikä on vähän huono juttu.*

Saisio ja Sokka tiedostavat selvästi menestyksen olevan eri asia kuin onnellisuus. Kumpikin kuitenkin myöntää sillä olevan jonkinlaista vaikutusta omaan mielialaansa. Myös ero menestyksen ja julkisuuden välillä on selvä. Sokka sanoo hyvien lehti-arvostelujen vaikuttavan häneen myönteisesti, mutta niihinkin hänen suhtautumisensa on iän myötä muuttunut; nykyään on tärkeämpää, että esitys otetaan kokonaisuutena hyvin vastaan kuin että saisi henkilökohtaisia mainintoja. Hän kertoo, miten hänen suhtautumisensa menestykseen on muuttunut. Aikaisemmin se vaikutti paljonkin hänen henkiseen tasapainoonsa: hän sanoo olleensa jatkuvasti epävarma, ja oman paikan lunastaminen tuntui olevan jokapäiväistä taistelua. Muutokseen vaikuttaa hänen mukaansa elämäkokemus ja ymmärrys siitä, ettei työ ole ainut asia, mikä häntä määrittää ihmisenä. *Nyt se on muuttunut ihan toiseksi. Tietynlaiseksi rauhoittumiseksi. Tietysti elämäkokemus ja vanheneminen tuo sen, että on olemassa ihmisenä muutenkin kuin tämän ammatin kautta.*

Saisio sanoo menestyksen ja onnellisuuden yhtälön olevan monimutkaisempi kuin mitä alan ihmiset kehtaavat myöntääkään. *Kyllä ihminen tarvitsee tietyn määrän kentältä tulevaa arvostusta, ei sitä pelkästään oman totuutensa varassa voi mennä eteenpäin. Jos kokee olevansa arvokkaampi näyttelijä kuin miten on päässyt*

*toteutumaan, niin kyllä se varmasti syö ihmistä. Saisiolle ammatillinen menestys on ennen kaikkea sitä, että hän saa tarpeeksi haastavia ja mielekkäitä työtehtäviä ja pääsee sitä kautta toteutumaan itsensä kokoisena näyttelijänä. Hän toteaa myös menestyksen olevan jokaisen henkilökohtainen kunnianhimokysymys. Saision mainitsema kentältä tuleva arvostus eli kollegoiden myönteinen palaute on Sokallekin tärkeää. *Mun mielestä suurin arvostamani menestys on sitä, että on arvostettu kollegoiden parissa, siihen liittyy paljon muutakin kuin tekninen osaaminen. Siihen liittyy työtoveruus ja ihmisenä oleminen, koska tää on ihmisenä olemisen ammatti viime kädessä.**

#### 4.3.1 Kollegoiden menestys ja kateus

*Kateus on universaali asia, en usko että kukaan on siitä syntyjään vapaa. (Sinikka Sokka)*

Kysyin haastateltavilta, millä tavalla kollegojen menestys vaikuttaa heihin ja tuntevatko he kateutta sen johdosta. Jokainen sanoi voivansa olla iloinen kollegojen menestyksestä, mutta myöntää silti tuntevansa joskus kateutta. Sokka puhuu muutoksesta tämänkin asian kohdalla. Hän sanoo joutuneensa nuorena kamppailemaan kateutta vastaan ja on onnistunut pääsemään pois ”toisen onnistuminen on minulta pois” -asenteesta. Nykyään hän voi vilpittömästi ihailla kollegojensa hienoja suorituksia. Hän kuitenkin myöntää näyttelämisen olevan eräänlainen kilvoitteluammatti. Itsensä jatkuva vertailu toisiin ei hänen mukaansa ole hedelmällistä. *Sana kilvoitella on parempi mulle kuin kilpailla, se ei pidä sisällään sitä joka pienentää ja syö ihmistä. Se, joka siihen sortuu, ei mene välttämättä eteenpäin, koska keskittyy niin paljon siihen vertailuun.*

Kähkönen sanoo voivansa iloita muiden hyvistä suorituksista, mutta pohtii siihen vaikuttavan sen, että hänellä itsellään on pitkään ollut hyvä työtilanne. *Voin kyllä kuvitella, että jos oma työtilanteeni ei olisi näin vakaa ja turvattu, niin kollegojen menestys voisi varmaan herättää kateuden tunnetta.* Hän sanoo kuitenkin, että omien ystävien kohdalla kateudelle ei saa antaa valtaa.

Saisio myöntää kollegojen menestyksen vaikutuksen, mutta painottaa, ettei kateuden tunteita kannata tukahduttaa. *Kyllä toisten menestys provosoi, vaikka eihän se ole itseltä pois, mutta tähän alaan ihmiset lataa itseään niin paljon, että sitä täytyy jollain lailla käsitellä.* Hän on huomannut kateuden tunteen liittyvän siihen, että kiinnittää huomionsa sellaiseen, mikä itseltä puuttuu, sen sijaan, että näkisi kaiken hyvän, mitä omassa elämässä on.

Kateus on inhimillinen tunne, josta kukaan ei varmasti ole vapaa. Sokka sanoo ymmärtävänsä, ettei kateus ole hyvä asia, mutta kokee sen silti tärkeänä osana kehitystään. Kateuden ohi voi nähdä esimerkiksi miettimällä, mitä toisen hienosta suorituksesta voisi itse oppia. *Tää on myös ammatti, jossa voi ikään kuin varastaa. Se on enemmänkin sellanen lähde mulle, että sieltä napsii jotain itselleen silloin tällöin ja suodattaa itsensä kautta.* Hänen mielestään kateuden tunteiden käsittelyä ei voi liikaa korostaa, ja hän onkin sitä mieltä, että siitä täytyisi puhua koulutuksen aikana enemmän.

#### 4.4 Mikä saa pysymään esittävällä alalla?

Kysyin haastateltavilta, mitkä asiat saavat heidät jaksamaan tämän ammatin vaikeita puolia ja ovatko he koskaan miettineet alanvaihtoa. Saision vastaus on yksinkertainen. *Mä en tällä hetkellä usko että mä pääsisin eroon halusta olla tällä alalla. En tiedä olisiko siihen parempaa sanaa kuin kutsumus, intohimo tai tarve.* Kaikilla halu tienata elantonsa nimenomaan esittävällä alalla on suuri, eikä ammatin vaihto ole käynyt mielessä, ainakaan aivan tosissaan.

Sokka kertoo olleensa aina kiinnostunut psykologiasta ja miettineensä KOM-teatterin pakkoloman aikana 1980-luvun alussa kouluttautuvansa psykoterapeutiksi. Alanvaihdon miettiminen johtui hänen mukaansa siitä, että rahat elämiseen oli saatava jostain, niinpä hän teki vähän aikaa tarjoilijan töitä. Tosissaan hän ei näyttelijän ammatin jättämisessä ole kuitenkaan ikinä ollut. Hän sanoo, ettei haluaisi ikinä luopua näyttelemisestä, ja sanoo sen jopa aiheuttavan tietynlaista riippuvuutta, minkä huomaa, jos töitä ei vähään aikaan ole. Hän kokee

etuoikeudekseen saada olla mukana luovassa prosessissa muiden ihmisten kanssa tietämättä ikinä varmasti, millainen lopputulos heidän kaikkien työpanoksellaan on. *Se on vaan niin ihanaa ja palkitsevaa ja niin monipuolisesti mun omaa sielua ja kehoani ravisuttavaa. Tässä joutuu ratkaisemaan hirveen paljon ongelmia, jotka liittyy omaan itseensä, omaan suhtautumiseen, oman kehonsa rajoihin, ja se prosessointi on vaan yksinkertaisesti mielenkiintoista.*

Kähkönen sanoo pysyvänsä alalla kunnianhimon ja kokonaisvaltaisen kiinnostuksen takia. Hän haluaa olla mukana suomalaisen musiikkiteatterin kehittämisessä muutenkin kuin esiintymällä: myös omien musikaalien työstäminen kiinnostaa häntä. Hän on miettinyt opintoja pelkän musiikin parissa ja muusikon töiden tekemistä, mutta on huomannut, ettei teatterityö estä keikkailua bändien kanssa. Hän myöntää alanvaihdon käyvän mielessä sellaisina aikoina, kun on hirvittävän kiire ja viikkoon mahtuu monenlaista työtä, mutta ei yhtään vapaa-aikaa. Ratkaisu voisi hänen mukaansa ammatin vaihtamisen sijaan olla yksinkertaisesti töiden vähentäminen. Kähkönen sanoo myös elävänsä parhaillaan vaihetta, jossa uutuudenviehätys alaa kohtaan on vähentynyt ja jossa korostuu raaka työnteko.

#### 4.4.1 Ulkopuoliset paineet

Kysyin, tuntevatko haastateltavat työssään ulkopuolelta tulevia paineita tai vaatimuksia. Kähkönen kertoo kiinnityksestään ja siitä, miten se turvallisuuden takaamisesta huolimatta on tuonut mukanaan myös paineita. Hän puhuu samankaltaisesta asemansa lunastamisesta kuin mistä Sökkakin mainitsi nuoruudessaan kärsineensä. *Nyt tuntuu, että mun pitää todistaa ansaitsevani paikkani täällä, jos vaikka teakkilaisia (teatterikorkeakoululaisia) tulee katsomaan, koska en kuitenkaan ole koulutettu näyttelijä.* Kähkönen sanoo ison osan energiasta menevän harjoituksissa sen ajatteluun, mitä muut mahdollisesti hänestä ajattelevat, sen sijaan että hän keskittyisi täysin näyttelemiseen. *Freelancerina mä keskityin vaan siihen prokkikseen mitä olin tekemässä, mutta nyt mietin enemmän asemaani teatterilla.* Toisaalta kiinnitys oli iso luottamuksenosoitus ja toi mukanaan tunteen, että hänet hyväksytään teatterilla.

Saisio ei koe muiden suunnalta tulevia paineita, vaan pohtii luovansa sellaisia itse itselleen. Hänellä on menestyneet vanhemmat, mikä voi hänen mukaansa vaikuttaa siihen, ettei itseään päästä työssä helpolla. *Asetan omissa duuneissa riman aina todella korkealle.*

Sokka sanoo hänellä olevan joskus sellainen tunne, että useat ohjaajat määrittelevät hänet ”vain musikaalinäyttelijäksi”, eivätkä näkisi häntä tekemässä isoja, vakavia rooleja. Hän ei varsinaisesti koe tätä ulkopuolisena paineena, varsinkaan kun musiikkiteatterin asema on hänen mukaansa 2000-luvulla nousut ja hänenkin mieltymystään siihen arvostetaan enemmän. *Pitkään, pitkään, pitkään mä koin vähättelyä siitä, että mä tein niin paljon musiikkiteatterirooleja. Sitä ei kukaan sanonut ääneen, mutta mä tunsin sen. Nyt se on muuttunut kokonaan se suhtautuminen, nuorten koulutuksen kautta ja kun nuoria osaavia ihmisiä tulee alalle, niin viiden vuoden sisällä ammattimielessä mun arvostus on noussut kollegoiden kesken.* Sokka puhuu myös freelancerin työn stressaavuudesta ja sen vaikuttamisesta mielenrauhaan. Mikään ei ole koskaan varmaa. Hän on kuitenkin todennut hyvin tehdyn työn poikivan aina seuraavan ja on oppinut näkemään freelancenäyttelijän työnkuvan vapauttavana. Hänellä on jo pitkään ollut hyvin töitä, mutta sanoo freelanceaikansa opettaneen hänelle myös rohkeutta tarvittaessa lähestyä ohjaajia.

#### 4.5 Arkielämästä vieraantuminen

Esiintyvän taiteilijan ammatin kokonaisvaltaisuudesta johtuen olen pohtinut sen normaalista arkielämästä vieraannuttavaa vaikutusta. Normaalilla elämällä tarkoitan kaikkea työn ulkopuolista arkista toimintaa: ystävien ja sukulaisten tapaamista, ruoanlaittoa, elokuvissa käyntiä. Tästä aiheesta nousi erilaisia pohdintoja. Kähkönen ja Sokka kokevat esittävän alan vieraannuttavan selvästi muusta elämästä, Saisio taas on sitä mieltä, ettei niin sanottua normaalia elämää edes ole olemassa. Hänen mielestään vaikeat työajat eivät ole vain taiteilijoiden ongelma, vaan muistuttaa, että monissa ammateissa tehdään vuorotyötä, jolloin arjen rytmiin sopeutuminen on haastavaa. *Mun mielestä ihmisten elämät on*

*ylipäättään aika erikoisia, musta tuntuu, että sellaista normaalia elämää ei ole.*

Suurimmaksi syyksi kokemukselleen etäännyttämisestä tavallisesta elämästä Sokka ja Kähkönen mainitsivat aikataulut: teatterissa työskentely kun vie helposti koko päivän. Kähkösen mukaan harjoitusten väliin jää usein vain pari tuntia. Hän sanoo normaalin elämän merkitsevän hänelle kotona harjoitusten jälkeen katsottua satunnaisen TV-sarjan jaksoa, muu aika menee töissä. Kun teatterista ollaan kesälomalla, muutos aikatauluissa voi olla todella suuri. *Kesällä sen normaalin elämän puuttumisen tajusi, kun ei ollutkaan näytöksiä ja harjoituksia täyttämässä päivää.*

Toinen esille noussut asia oli ystäväpiirin koostuminen lähinnä taidealan ihmisistä. Kähkönen sanoo, ettei ehdi tutustua uusiin ihmisiin muuten kuin produktioissa, jolloin työkavereista helposti tulee myös ystäviä. Harjoitusten jälkeen iltakymmeneksi on myös helpompi sopia tapaaminen työkaverin kuin lapsuudenystävän kanssa. Sokka kertoo olleensa lomamatkalla ja tutustuneensa siellä viikon aikana suomalaisseurueeseen, jota hän kuvaili nimenomaan tavalliseksi. Tavallinen-sanalla hän koettaa kuvata ei-taiteellisella alalla työskentelevää. Keskustellessaan heidän kanssaan hän ymmärsi, että hänen tuttavapiirinsä koostuu vain tietynlaisista ihmisistä. *Ajattelin, etten mä tunne ketään noin tavallisia ihmisiä. Miten vähän sitä on tekemisissä tavallisten ihmisten kanssa. Arkipäivässä päivittäin sä oot vain tekemisissä tietynlaisten ihmisten kanssa.* Hän painottaa, ettei taiteilija saisi ikinä vieraantua arkielämästä, sillä sitä hänen täytyy osata työllään kuvata. *Sitä pitää varoa, ettei elä sellaisessa harhakuvassa. Pitää olla valppaana, että ainakin intuitiivisella tasolla tietää sen ihmisten arkipäivän, sen arkipäivän iloista nauttivan ihmisen.* Sokka puhuu matkalla ymmärtämästään tiedonpuutteesta. *Mikä heille on hyvää elämää tai hyvää taidetta? Siitä pitäisi olla enemmän tietoinen.* Sokka korostaa myös, että kaikki ovat ihan samanlaisia ihmisiä, mutta puheenaiheet ja kiinnostuksen kohteet ovat erilaisia ja se vieraannuttaa.

#### 4.6 Työn ja perheen yhdistäminen

Työn vaikutus perhe-elämään ja ylipäättään perheen perustamiseen mietityttää minua paljon. Kysyin haastateltavilla, millaisia kokemuksia heillä on aiheesta, ja ovatko he kokeneet joutuneensa tekemään uhrauksia jomman kumman suhteen.

Kähkösellä asia ei ole ajankohtainen, sillä hänellä ei ole vielä omaa perhettä. Hän sanoo, ettei hänen tämänhetkinen elämäntilanteensa ole sellainen, että se saisi hänet tekemään uhrauksia työn kustannuksella.

Saisiolla on puolitoistavuotias lapsi, joten hänelle työn ja perheen yhteensovittaminen on hyvin ajankohtainen ja tuore asia. Tällä hetkellä hänen puolisonsa on hoitovapaalla. He ovat sopineet selvät rajat, ettei töitä tuotaisi kotiin. Työmatkalla Helsingistä Lahteen voi käydä läpi harjoitusmateriaaleja, jotta kotona voisi keskittyä vain olemiseen. Saisio on kokenut työn ja perhe-elämän välillä sekoittuvan liikaa. Hän sanoo varsinkin freelancerin työn pätkittäisen luonteen vaikeuttavan selvien sääntöjen sopimista. Joskus töitä ei ole ollenkaan, ja joskus ne taas kasaantuvat, jolloin voi olla vaikeaa olla tuomatta töitä kotiin. Saisio pohtii perhe-elämän suojelemisen olevan tärkeä kysymys. Ristiriitaa tuo näyttelijäpariskunnan kummankin osapuolen urahaaveet. *En haluaisi joutua tekemään omien unelmien kohdalla mitään hirveän isoja kompromisseja.*

Sokalle perheen ja työn yhdistäminen on ollut vaikeaa. Hän kokee joutuneensa tekemään uhrauksia perheen kustannuksella. Hän arvelee, että toimisi nyt asian suhteen toisin ja uskookin, että nykyään ihmiset menettelevät eri tavalla. *Olisin varmasti viisaampi nyt, ja sosiaalinen puoli, äitiyslomat ja kaikki, on kehittynyt. Varmasti noi fiksit nuoret tekee niin, että on pidempään äitiyslomalla. Mä olin 7 kk ja tein siinä jo keikkoja ja muuta.* Sokka sanoo, että hänellä oli unohtumisen pelon takia kova kiire takaisin työelämään. Se liittyi hänen mukaansa itsetuntoon. *Mä olin niin nuori ja nälkäinen tälle työlle, ja sitten oli se pelko siitä, että mä häviän.* Saisiollekaan äitiyslomalla oleminen ei ollut aivan helppo asia. Hän tunsi itsensä levottomaksi, mutta sai lopulta kiinni myös rauhan tunteesta ja siitä, että

kotona oli hyvä olla.

Sokan mielestä suurin syy työn sekoittumisessa perhe-elämään on jälleen työaikaongelma. Hän uskoo silti, ettei yhteensovittaminen ole mahdottomuus, mutta siinä onnistuminen vaatii kamppailua. *Mutta se on vaikeeta, se vaatii hirveesti järjestämistä. Se vaatii kumppanilta paljon ja sovittamista, ymmärtämistä ja joustamista siltä, joka sitä työtä tekee.*

#### 4.7 Elämäntapa vai pelkkä työ?

*Tämä on elämäntapa. Piste. (Sinikka Sokka)*

Mietin usein, voiko esiintyvän taiteilijan ammattia ajatella pelkkänä työnä vai onko se poikkeuksetta elämäntapa ja onko niiden erottaminen edes mahdollista. Jokaiselle haastateltavalle vastaus oli selvä: ammatti on elämäntapa. Sokalla ei ole asiaan mitään lisättävää. Kähkönen on saanut kotoaan mallin, jossa ”töitä tehdään täysillä ja kaikki aika uhrataan siihen”. Hän pohtii myös harvan ihmisen lähtevän kaksi kertaa päivässä samaan työpaikkaan ja vielä viikonloppuisinkin. Kähkönen korostaa kuitenkin, että vaikka ammatti on hänelle elämäntapa, hän ei silti halua työn vievän kaikkea aikaa hänen elämässään.

Saisiolle työn ja elämäntavan erottaminen ei ole mahdollista, sillä näytteleminen on niin iso osa hänen identiteettiään. Konkreettisella tasolla erottaminen taas voi toimia, esimerkiksi pitämällä työt työpaikalla niin paljon kuin mahdollista. Saisio korostaa myös eri produktioiden vaatimusten eroa: ne työt, joihin menee enemmän energiaa kuin toisiin, mietityttävät enemmän myös vapaa-ajalla.

#### 4.8 Unelmat

Kysyin haastateltavilta vielä, mitä unelmia heillä on tulevaisuuden suhteen.

*Nähdä maailmaa, perustaa perhe ja asettua. Toivon myös, että joku päivä voi sanoa vaikuttaneensa Suomen musiikkiteatterialaan. (Petrus Kähkönen)*

*Haluaisin tuntea olevani oikealla tiellä omassa elämässäni, että olisi mielenrauhan kanssa, missä on ja mitä tekee, ja että saisin toteutua itseni kokoisena näyttelijänä. (Elsa Saisio)*

*Mulla on paljon unelmia. Mä haluaisin ikioman talon järven rannalta ja puutarhan. Sitten mulla ois sellanen multimediaunelma, mä haluaisin tehdä sellaisen elämäntarinaillan itseni ja kehoni kautta. Mulla on sellainen haave, että mä voisin sen itse ohjata ja valita ja lavastaa ja jopa puvustaa. Sitten mä haluaisin tehdä jonkun esityksen ihan lapsille. Se on vielä hahmoton. Tanssi on mulle myös unelma, mä haluan ehdottomasti tanssia yhden tietyn jutun. (Sinikka Sokka)*

## 5 OMA KOKEMUKSENI

Tässä luvussa pohdin omaa suhdettani esittävään alaan sekä ammattini vaikutusta niihin asioihin, joiden koen tuottavan minulle onnentunteita. Pohdin myös, miten omaa onnellisuuttaan voi edesauttaa.

### 5.1 Ajankäyttö ja ammatin vaikutus sosiaalisiin suhteisiin

*Päivärytmi on aina sama, klo 10-14 ja klo 18-21.30. Arkea kuusi päivää takana ja mietin jo nyt että tätäkö se tulee olemaan? On säännöllinen rytmi, mutta oon yksin. Tää on vaan työ, ei elämä. Oon onnellinen muistakin asioista. (Ote päiväkirjastani 15.8.2009.)*

Mielestäni eräs esiintyjän ammatissa piilevä vaara on kaiken aikansa uhraaminen työlle. Esiintyvä ala saattaa helposti imaista ihmisen täysin mukaansa, jolloin se eristää muusta maailmasta, ja itseään ympäröivä elämä muuttuu suppeammaksi. Saman asian tunnistavat myös Kähkönen ja Sokka. Esimerkiksi musikaalissa työskennellessä harjoitukset vievät suuren osan päivästä harjoituskaudella, ja esitykset taas sijoittuvat pitkin viikkoa illoille, erityisesti viikonlopuille. Olin opintojeni aikana mukana kahden vuoden sisällä neljässä musikaalissa. Oli kurjaa sanoa aina ystäville, etten pääse juuri mihinkään viikonloppuisin, ja jos pääsin, väsyneenä näytöksen jälkeen myöhään illalla. Ei ole ihme, jos elämä alkaa pyöriä huomaamatta ympyrää. Vapaa-aikaa vietetään usein iltaisin työporukan kanssa ravintoloissa istuskellen, ja vanhoja tuttuja tulee nähtyä harvemmin, kuten Kähkönenkin kertoo. Näytöspäivän aamuvapaakaan ei välttämättä anna mahdollisuutta lähteä toiseen kaupunkiin tuttujen luokse, sillä illan esitys painaa mielessä koko ajan. Ymmärrän Sokkaa, kun hän kertoo tuttavapiirinsä koostuvan lähes ainoastaan taiteilijoista. Kotikaupungissani käydessäni huomasin, kuinka pienessä todellisuudessa elin, kun näin opiskelupaikkakunnallani ainoastaan esittävän alan ihmisiä, sekä koulussa että töissä. Tuntui vapauttavalta puhua täysin toisella alalla olevien ystävien asioista kuin vatvoa aina vain samoja taiteilijapiirien tarinoita.

*Nyt kun valmistuminen hämmöittää, mietin töitä ja pelkään työttömyyttä ja sitä miten voin ikinä perustaa kiinteän kestävän suhteen ja perheen näin epämääräisen ja liikkuvan työn ympärille. (Ote päiväkirjastani 30.7.2010.)*

Taiteilijan ammatti saattaa vaikuttaa usein myös perheen perustamiseen. Sokka sanoo sen olevan teatterialalla hyvin vaikeaa, mutta mahdollista, ja kertoo katumansa, ettei ollut lapsensa kanssa pidempään kotona. Vaikka perheen perustaminen ei ole minulle vielä ajankohtaista, se on kuitenkin yksi asia, joka minua valitsemassani ammatissa epäilyttää. Elin mielestäni onnellisen lapsuuden, johon liittyi paljon perheen kanssa olemista. Vanhempani olivat läsnä minun ja sisareni elämässä, ja matkustelimme paljon yhdessä. En voi olla ajattelematta, kuinka pystyn olemaan joskus samalla lailla läsnä lapseni elämässä, jos työskentelen teatterissa joka ilta. Sokan mukaan esiintyvän taiteilijan työn ja perheen yhdistäminen vaatii puolisolta paljon. Ei ole kuitenkaan epätavallista, että näyttelijä menee naimisiin toisen näyttelijän kanssa. Tiedän, että näyttelijäpariskunnat perustavat perheitä kaiken aikaa, eivätkä heidän lapsensa varmasti ole mitenkään erityisen onnettomia. Perheen suojeleminen työltä mietityttää kuitenkin monia, myös Saisiota. Vaikuttaa reilulta ja hyvältä ratkaisulta, että Saision mies jäi vuorostaan kotiin lapsen kanssa. Samoin heidän sääntönsä töiden pitämisestä työpaikalla tuntuu minusta tarpeelliselta.

Olen ymmärtänyt, etten halua ammattini sanelevan, miten ja kenen kanssa vietän vapaa-aikaani. Lyubomirskyn mukaan sosiaalisten suhteiden ylläpito on yksi tehokkaimmista tavoista pyrkiä kohti onnellisempaa elämää. Sosiaaliset suhteet täyttävät monia ihmisen perustarpeita, kuten luonnollisen halun kuulua yhteisöön, sosiaalisen tuen saamisen sekä tarpeen saada rakkautta. (Lyubomirsky 2009, 119–132.) Myös Ben-Shahar (2007, 137) kirjoittaa ystävien, perheen tai rakastetun kanssa vietettävän ajan olevan onnellisuuden välttämätön ehto. Työn ulkopuolisesta elämästä täytyy pitää hyvää huolta. Ystäville voi soittaa säännöllisesti vaihtaa kuulumisia, vaikkei aina ehtisikään tapaamaan kasvotusten. Haluan pitää parisuhteestani huolta parhaani mukaan. Pyrin myös käymään vanhempieni ja sisarteni luona usein ja pitämään heihin muutenkin tiiviisti yhteyttä, sillä heidän kanssaan oleminen tuottaa minulle onnentunteita.

## 5.2 Terveys ja ammatinvalinnan kyseenalaistaminen

Kuluneen vuoden aikana olen alkanut kyseenalaistaa työtä, jota olen aina halunnut tehdä. Asia, joka on saanut minut epäilemään ammatinvalintaani, on terveyteni tai oikeastaan epäkohdat siinä. Terveys vaikuttaa ehdottomasti onnellisuuteeni. Panostan omaan hyvinvointiin paljon, ja tulen itseni hoitamisesta onnelliseksi. Aloittaessani ensimmäisen työharjoitteluni suuren kaupunginteatterin musikaalissa, kohtasin asian, joka alkoi vaikeuttaa ennen itsestänselvyytenä pitämäni työtä.

Elokuussa 2009 alkoi työharjoitteluni toinen tiivisjakso. Sen jakson aikana jouduin meikkaamaan päivittäin, ja yhtäkkiä huomasin, että kasvoni olivat täynnä ihottumaa. Minulla on aina ollut atooppinen iho, mutta se ei ole ikinä ilmennyt kasvoissa. Ihoni oli kuiva ja hilseilevä, silmäluomeni turposivat ja niihin tuli pieniä haavoja. Kasvojeni iho oli rikki, mutta levitin silti aina kuuliaisesti paksut meikit, jotka ihon kuivuuden takia varisivat itsestään pois viimeistään puolessavälissä näytöstä. Ihottumat ovat olleet ikävä ja väsyttävä kokemus, enkä saanut niihin teatterilla helposti apua, vaikka yritin sitä pyytää. Kesti puoli vuotta ennen kuin sain hajusteettomat meikit. Sain kokea olevani hankala ja vaativani erikois-oikeuksia. Siitä lähtien minulla on ollut hankaluuksia meikkien kanssa. Yhtä meikkattua päivää kohti kärsin viikon verran kutiavasta ihottumasta. Allergiatestitkään eivät ole antaneet mitään vastauksia ongelmaan. Olen huomannut oireiden pahe-  
nevan erityisesti stressistä ja väsymyksestä.

Panin merkille, että ihottumani puhkesivat silloin, kun astuin ensimmäistä kertaa ammattiteatterin maailmaan ja pääsin näkemään sen arkea. Se saattoi olla iso henkinen tekijä ihottumien puhkeamisessa. Juttelin asiasta erään näyttelijän kanssa, joka kertoi kärsineensä iho-ongelmista, kun otti vastaan kiinnityksen, sekä myöhemmin jättäytyessään taas freelanceriksi. Kenties täytyy vain hyväksyä, että kehoni reagoi suuriin muutoksiin tai stressiin tietyllä tavalla. Esiintyjän työtäni kuitenkin vaikeuttaa huomattavasti se, että olen yliherkkä meikeille. Tarvitsen yleensä jotkin erikoismeikit, eivätkä nekään takaa sitä, ettei ihoni reagoisi. Irtoripsiä en pysty käyttämään ollenkaan, sillä liiman seurauksena en saisi silmiäni seuraavana päivänä auki. Paha ihottuma väsyttää ja vie voimia sekä vaikuttaa kielteisesti mielialaan. Olen miettinyt tosissani, ovatko ihottumat kehoni viesti siitä, että minun

pitäisi miettiä ammatinvalintaani. Jos ihoni reagoi aina voimakkaasti stressiin ja kiireeseen, miten kestan ammatissa, jossa nämä kaksi asiaa ovat hyvinkin hallittavia? Sokka kertoo itsekin kärsineensä allergisista reaktioista. Tuntui helpottavalta kuulla samantyyppisistä ongelmista. Hän painottaa myös, ettei minun kannattaisi missään nimessä edes miettiä alanvaihtoa herkän ihoni takia. Tiedän kyllä, ettei kutsumustaan voi paeta, ja olenkin pohtinut, voiko herkästi reagoiva iho olla heijastusta epävarmaan alaan liittyvistä peloista. Olen kuitenkin oppinut sen, ettei työtä tarvitse tehdä oman terveytensä kustannuksella ja että minulla on oikeus vaatia iholleni sopivat tuotteet, jos tilanne sellaista vaatii.

*Uskon, ettei ihottumaani mikään voide paranna vaan syyt ovat henkisiä. En enää tiedä mitä haluan. Pelottaako mua valmistuminen? Olen kysymysten äärellä, joita mun ei oo ikinä tarvinnut vielä pohtia. (Ote päiväkirjastani 16.6.2011.)*

Huomaan, että poden hiukan huonoa omatuntoa siitä, että kyseenalaistan ammatinvalintaani. Aluksi koin pettäväni itseni. Olin mielestäni luovuttaja, kun mietin muita vaihtoehtoja ammatiksi. Miten voin jo näin nuorena tuntea väsymyksen merkkejä valitsemaani alaa kohtaan? Toisaalta haluan päästää irti uskomuksesta, etten muka saisi kyseenalaistaa valintojani, vaikka se koskisikin kutsumusammattiani. Välillä tuntuu, että eläessäni tiiviisti esiintyvän alan maailmassa minut on pikkuhiljaa ohjelmoitu haluamaan tiettyjä asioita. Minä ikään kuin haluan haluta sen sijaan, että pysähtyisin kysymään, mitä oikeasti toivon elämältä.

Monet näyttelijät, esimerkiksi Kari Ketonen (2010), kertovat päättäneensä usein luopua työstään, mutta yrittäessään toteuttaa aikomustaan, he ovat taas löytäneet itsensä näyttelämästä. Vasta kun jostain asiasta on valmis luopumaan, ymmärtääkin sen todellisen merkityksen. Uskon, että jos puskee puskemistaan kuuntelematta tuntemuksiaan, ajaa itsensä vain jännittyneeseen tilaan, jossa mitään ei voi tehdä rennosti ja vapaasti. Tunteet menevät lukkoon, ihminen ajautuu umpikujaan ja ahdistuu. Sen sijaan kannattaisi ajatella pelottavakin mielikuva loppuun asti. Esimerkiksi: ”Mitä jos lopettaisin esiintyjän työn tähän paikkaan, mitä silloin tapahtuisi?” Jos kuvittelee millaista elämä olisi ilman sitä, ja kenties jopa tekee päätöksen, että jättää työnsä hetkeksi, elämä voi tuoda eteen jonkin täysin odottamatto-

man ratkaisun. Omien päämäärien kyseenalaistaminen ei ole välttämättä huono, vaan jopa tarpeellinen asia.

### 5.3 Ammatillinen menestys ja työnhaku

Minulle ammatillinen menestys tarkoittaa mielekkäitä töitä, joiden tekemisestä nautin, joissa pääsen käyttämään potentiaaliani ja joissa voin kehittyä. Ammatillinen menestys vaikuttaa onnellisuuteeni, sillä työ on tärkeä osa elämääni. Ymmärrän Saisiota, kun hän sanoo, ettei menestys työelämässä voi korvata hyvää yksityiselämää, mutta tilanne ei toimi myöskään toisinpäin. Uskon, etten olisi kokonaisvaltaisesti onnellinen, jos minulla ei olisi lainkaan oman alan töitä. Poikkeuksena voivat olla lyhyet jaksot, silloinkin toivoisin voivani tehdä töitä jonkin mielekkään asian parissa. Voisin työskennellä esimerkiksi luomukaupassa tai -kahvilassa tai terveyden ja hyvinvoinnin parissa.

Työn ulkopuolinen elämä on kuitenkin kaikesta huolimatta minulle tärkein. Jos kokisin pahan pettymyksen vaikka parisuhteessa, ei työstä nauttiminenkaan onnistuisi. Saadessani kieltävän vastauksen jonkin koe-esiintymisen jälkeen tunnen kyllä pettymystä, mutta työmahdollisuuden menettäminen ei kuitenkaan tunnu yhtä pahalta kuin esimerkiksi ihmissuhteen loppuminen. Uskon, että ammatillisella menestyksellä on jokaisen onnellisuuden jonkinlainen vaikutus, oli sitten millä alalla tahansa. Mikään tietty asia ei kuitenkaan tuo absoluuttista onnea. Onnellisuuden käsite varmasti vaihtelee myös elämäntilanteen mukaan. Tällä hetkellä, kun olen vielä nuori ja vasta aloittamassa uraani, menestyminen työssä tuo paljonkin itseluottamusta ja sitä kautta myös onnea. Tulevaisuudessa, kun minulla on kenties oma perhe, tulevat työ ja sen ulkopuoliset asiat varmasti olemaan erilaisessa tasapainossa keskenään.

Sokka puhuu näyttölemisen olevan kilvoitteluammatti. Kilpailua esittävällä alalla ei voi kieltää. Avoimia työpaikkoja on vähän, varsinkin pääkaupunkiseudulla, jossa hyvin moni haluaisi työskennellä. Työnhaku voi olla vaikeaa. Ei ole itseltään selvää, että musiikkiteatterialalla saa edes tilaisuutta hakea töitä. Kaupunginteattereiden täytyy usein taloudellisista syistä miehittää musikaalit talon omilla

näyttelijöillä, ja ulkopuoliseksi vierailijaksi saatetaan pyytää mielellään joku tunnettu henkilö, joka takaa hyvät katsojaluvut. Suomessa musiikkiteatterikentällä ei ole samanlaista avoimien koe-esiintymisten kulttuuria kuin vaikkapa Lontoossa tai New Yorkissa. Nykyään avoimet haut alkavat onneksi yleistyä, mutta koe-esiintymisistä tulee harvoin julkista tietoa. Silloin, kun avoimia hakuja järjestetään, työnhakijoita on varmasti satoja, työpaikkoja taas vain muutama. Niinpä pettymyksiin täytyy aina varautua.

*Haluan mennä positiivisesti kohti lomaa, muistaa että koulu on koulu, työ on työ ja mä oon vain ihminen. (Ote päiväkirjastani 1.11.2009.)*

Olen huomannut, että monet taiteilijat arvottavat itseään sekä työssä että työhaussa menestymisen perusteella. Omaa persoonaansa ja itsetuntoaan on vaikea erottaa työstä. Tätä Kähkönenkin pohtii. Henkisen hyvinvoinnin kannalta on kuitenkin todella tärkeää oppia ymmärtämään, ettei oma arvo määräydy sen mukaan, millaista palautetta ohjaajalta saa, kuinka taitava itse on tai miten onnistuu koe-esiintymisessä. Luulen, että iän ja kokemuksen kartuttua työmenestys vaikuttaa yhä vähemmän, mutta uskon myös, että tämän asian kanssa täytyy tehdä paljon töitä. Asiaa voisi helpottaa myös ainaisen oman tyytymättömyytensä vatvomisen lopettaminen. Saisio sanoo näyttelijän ammatin ongelman olevan minäkeskeisyys. Hän uskoo, että muihin kuin itseensä keskittyminen auttaisi luomaan asioille oikeat mittasuhteet, jolloin pettymykset eivät tuntuisi niin pahalta.

### 5.3.1 Menestys ja kateus

*Kell' onni on, se onnen kätkeköön,  
kell' aarre on, se aarten peittäköön  
ja olkoon onnellinen onnestaan  
ja rikas riemustansa yksin vaan.*

*Ei onni kärsi katseit' ihmisten.  
Kell' onni on, se käyköön korpehen  
ja eläköön hiljaa, hiljaa vaan  
ja hiljaa iloitkohon onnestaan.*

(Eino Leino)

Esittävä ala vetää puoleensa poikkeuksellisen paljon vahvatahtoisia ja egoismiin taipuvaisia ihmisiä. Väitän, että jokaisen syy lähteä alalle on enemmän tai vähemmän halu saada huomiota ja olla esillä. Tietysti syitä voi olla muitakin. Taiteen tekemisellä voi tuottaa iloa ihmisille ja tarttua maailman epäkohtiin tuoden niitä esiin vaikkapa teatterin keinoin. Väitän kuitenkin, että jokaisella esiintyvällä taiteilijalla on sisällään pieni narsisti, mistä seuraa se, että taiteellisella alalla ei voi välttyä egojen taisteluilta.

Mielestäni yllä oleva Eino Leinon runo kuvaa hyvin esittävää alaa. Kateus taiteilijoiden kesken on todella yleistä. Olen itsekkin joutunut kateuden ja katkeruuden kohteeksi saavutusteni vuoksi, ja huomannut, että katsoin paremmaksi olla hiljaa kuin avoimesti iloita menestyksestään. Usein ihminen, joka iloitsee saamastaan menestyksestä ääneen, saatetaan mieltää tahdittomaksi. Saatetaan ajatella, että jonkin tietyn roolin saaneen näyttelijän täytyisi ajatella niitä, jotka joutuivat petymään ja olla sen takia puhumatta omasta ilonaiheestaan. Mielestäni omien saavutusten vähätteleminen on myös hyvin suomalainen tapa; ikään kuin olisi jalompaa olla hiljaa menestyksestään. Kadehtimiseen on helppo lähteä mukaan, mutta sellaista täytyy varoa. Tietysti toisen menestys saattaa harmittaa, jos on vaikka itse hakenut samaa työpaikkaa, mutta kateudelle ei saa antaa valtaa.

Kollegoiden tai ystävien menestys ei ole yksinkertainen kysymys. Yhdyn Saisioon hänen sanoessaan, että siitä aiheutuvia erilaisia tunteita tulee käsitellä. Joissain tilanteissa ystävien menestyksestä voi tulla ristiriitaisia tunteita. Jos ystävä on saanut työn, jollaisesta itsekkin haaveilee, on kyllä onnellinen ystävänsä puolesta, mutta samalla haluaisi itse samankaltaisen mahdollisuuden. Jos taas kokee ystävänsä saaneen täysin hänelle sopivan työn, on helppoa olla iloinen hänen puolestaan. Kateus voi mielestäni usein johtua huonosta itsetunnosta. Jos hakee tutun kanssa samaa roolia, eikä itse saa sitä, voi helposti tyytyä tapahtuneeseen ja siirtää katseen tuleviin mahdollisuuksiin, jos omanarvontunto ei perustu menestykseen. Jos taas itsetunto on heikko, saattaa helposti ajatella kielteisesti roolin saaneesta henkilöstä nostaakseen omaa mielialaansa. Kateuteen liittyy myös itsensä vertaaminen muihin, mikä voi olla turmiollista, niin kuin Sokkakin sanoo. Jokaisen kannattaa keskittyä omaan kehitykseensä. Olen samaa mieltä Saision kanssa siitä, että

kateuden tunne liittyy siihen, että kiinnittää huomionsa siihen, mitä itseltä puuttuu. Myös Lyubumorsky kehottaa onnellisuutta tavoitellessa välttämään sosiaalista vertailua, sillä se estää ihmistä kokemasta omia saavutuksiaan arvokkaiksi tai saa jopa sivuuttamaan ne täysin. (Lyubomirsky 2009, 112.)

#### 5.4 Läsnaolon merkitys

*Tämä päivä on liian arvokas olemaan vain huomisen palvelija.* (Arja Sihvola, Voi Hyvin, 7/2011, 35.)

Palaan hetkeksi Lyubomirskyn onnellisuusaktiviteetteihin. Minulle niistä nousee tärkeimmäksi läsnäolo eli nykyhetkessä oleminen. Lyubomirskyn mukaan nykyhetkessä eläminen tuntuu olevan useimmille hankalaa sen tähden, että uskomme onnellisuuden olevan edessäpäin. Opiskelijat lukevat henkiahieverissä menestyäkseen tenteissä ja saadakseen hyvän työpaikan. Työelämässä ikävää työtä tehdään, jotta tulevaisuudessa saisi palkankorotuksen. Onnellisuutta siis lykätään koko ajan eteenpäin. (Lyubomirsky 2009, 177–178.) Ben-Shahar nimittää tällaista kyvyttömyyttä nauttia uurastuksestaan nykyhetkessä oravanpyörässä juoksemiseksi ja sanoo juoksijan helposti sekoittavan helpotuksen onnellisuuteen. Väliaikaisia helpotuksen tunteita koetaan vain, kun saadaan jokin iso työ palautettua, kunnes mielessä on jo uusi päämäärä, jonka eteen uhrata aikansa. (Ben-Shahar 2007, 35–39.)

Mielestäni esiintyvän taiteilijan on helppoa joutua tällaiseen odotusten oravanpyörään. Produktiota harjoitellaan usein hyvin hektisellä aikataululla, jossa itse tekemisestä nauttiminen saattaa jäädä jalkoihin. Kun teos on lopulta saatu ensi-iltaan, sen hurmiossa yritetään unohtaa pitkäaikainen stressi alkoholilla ja juhlimisella. Seuraavan produktion harjoitukset saattavat alkaa lähes välittömästi. Tunteidensa käsittelemistä ei kuitenkaan voi loputtomiin siirtää, ja usein ensi-illan jälkeen saattaa olla tyhjä ja masentunut olo. Sihvola puhuu tottumisesta, joka seuraa odotuksen täyttymistä. Hänen mukaansa tavoitteen saavuttamisesta ei seuraa aina onnea, vaan pettymyksen tunteita voi esiintyä silloinkin, kun saa mitä haluaa. Hän

puhuu myös tyhjästä olosta tavoitteen saavuttamisen jälkeen. Sen jälkeen olisi hyvä pysähtyä ja onnitella itseään tapahtuneesta asiasta, sen sijaan että alkaisi heti asettaa uusia päämääriä. *Elämän ei ole tarkoitus olla vain odotusten loppumaton ketju.* (Voi Hyvin 2011, 34–35.) Esiintyvät taiteilijat saavat mielestäni usein tehdä itselleen mielekästä työtä. Sen tekemisestä täytyisi nauttia ja olla kiitollinen. Uskon, että läsnäolon taidon ja nykyhetkessä elämisen opetteleminen voisi auttaa estämään työn muuttumista vain produktioiden jatkuvaksi jonoksi.

Toisaalta, nykyhetkessä eläminen on teatterin tekemisessä parhaillaan koko ajan läsnä. Esitykset ovat ainutkertaisia tapahtumia, eivätkä ne ikinä toistu samanlaisina. Lavalla syntyy hienoja hetkiä, kun esiintyjät ovat aidossa kontaktissa toisiinsa. Näyttelijän on pakko olla läsnä lavalla, mutta sen ei täydy olla ikävä velvollisuus, vaan etuoikeus saada keskittyä täysin siihen, mitä on tekemässä. Tätä hienoa puolta ammatissa ei saa mielestäni sivuuttaa.

### 5.5 Omia kiinnostuksen kohteita vastaava työ

*Kaunein osa ja ihmeellisin hyvä onni, joka ihmistä voi kohdata, on se, että hänelle maksetaan sen asian tekemisestä, jota hän rakastaa intohimoisesti.*

Psykologi Abraham Maslow (Ben-Shahar 2007, 126).

Olen joskus miettinyt, olisiko minun pitänyt valita työ, jossa on paremmat työllistymismahdollisuudet tai parempi palkka. Olen kuitenkin sitä mieltä, ettei se ratkaisisi mitään tai tekisi minua onnellisemmaksi. Ben-Shahar kirjoittaa miehestä, joka on tyytymätön työhönsä lakimiehenä, muttei voi mennä unelmatyöhönsä taidegalleriaan, koska se merkitsisi tulotason laskemista. Vaurauden asettaminen mielihyvän ja työn merkityksen edelle ei tee ihmisestä onnellista. (Ben-Shahar 2007, 122- 123.) Minua ei motivoi tässä työssä raha, se on selvä. Maria Ylipää toteaa: *Teatterin tekemisen täytyy olla kivaa. Muuten sitä ei jaksata tehdä. Rahan takia tätä ei kannata tehdä, sillä näyttelijän palkalla ei herroiksi elellä.* (Ylipää 2005, 45) Olen tehnyt paljon alan töitä, joko kokonaan ilman rahaa, mikä on ollut kussakin tilanteessa oma tietoinen valintani, tai sitten aivan liian pienellä palkalla.

Jostain syystä huomaan usein asettavani mielekkään produktion palkkakysymyksen edelle. Olen varma, etten osaisi nauttia tuhansien eurojen kuukausipalkasta, jos joutuisin tekemään sen ansaitakseni työtä, joka olisi täysin vastaan identiteettiäni ja arvomaailmaani. Ihannetilanne olisi tietenkin saada tarpeeksi rahaa tekemällä sitä, mitä haluaa ja missä pääsee toteuttamaan itseään.

Saisio puhuu paljon ”toteutumisesta työssä”. Koen itseni toteuttamisen erittäin tärkeäksi syyksi esittävälle alalle suuntautumisessa. Lyubomirskyn mukaan juuri tunne siitä, ettei pysty toteuttamaan itseään töissä tai yksityiselämässä, on yksi asia, joka voi saada ihmisen tuntemaan itsensä onnettomaksi (Lyubomirsky 2009, 24). Ben-Shaharin mukaan ihminen tarvitsee työtä ansaitakseen elantonsa ja mieltää sen siksi usein ikävänä välttämättömänä velvollisuutena. Työn ei kuitenkaan tarvitse olla automaattisesti kahlitseva ja kielteinen asia, vaan voimme tehdä työtä tuntien itsemme samalla vapaiksi. Tämä onnistuu, ”jos valitsemme itsellemme tien, jolla löydämme elämäämme sekä merkitystä että mielihyvää.” (Ben-Shahar, 123.) Nautin esiintymisestä ja koen sen Saision sanoin ”suureksi osaksi identiteettiäni”, jolloin työni erottaminen arjesta ei kokonaan onnistu. Ymmärrän kuitenkin, ettei työ yksin voi tehdä minua onnelliseksi, sillä onni koostuu monista asioista, eikä mikään tietty asia, kuten mielekäs työ, tee ihmisestä onnellista (Lyubomirsky, 23–24).

Samastun myös Saision kuvailuun kutsumuksesta, jota ei osaa sen tarkemmin selittää. Uskon, että minun täytyy seurata kutsumustani, sillä mielestäni onnellisuuden liittyvä vahvasti kokemus siitä, että on tekemisissä asioiden kanssa, jotka antavat elämään merkitystä. Ben-Shahar kirjoittaa, että löytääkseen elämänsä tarkoituksen ihmisellä täytyy olla tavoitteita, jotka hän kokee sisimmässään mielekkäiksi. Hän korostaa, että tavoitteet täytyy asettaa omien arvojen ja kiinnostuksen kohteiden mukaisesti eikä vain täyttääkseen ympäristön odotuksia. (Ben-Shahar 2007, 59- 60.) Uskon, että esiintyjän työ on minun tapani toteuttaa itseäni ja sitä kautta voin parhaiten ilahduttaa ja auttaa myös muita.

## 6 YHTEENVETO

Lähdin tutkimaan esiintyvän taiteilijan ammatin ja onnellisuuden välistä suhdetta. Nautin lähdeosteiden lukemisesta ja siitä, että olin löytänyt itseäni aidosti kiinnostavan ja mietityttävän aiheen. Näyttelijöiden haastattelut olivat todella mielenkiintoisia, ja uskon niiden olleen antoisia myös itse haastateltaville. Harvoin nimittäin pysähtyy oikeasti miettimään, mistä oma onnellisuus koostuu ja mitkä asiat siihen vaikuttavat.

Kaikille haastateltavilleni esiintyvän taiteilijan ammatti on kutsumus ja elämäntapa ja siten hyvin keskeinen vaikuttava tekijä heidän onnellisuudessaan. Mielestäni Saisio on kokenut haastateltavistani vähiten kielteisiä tunteita ammatiaan kohtaan. Hänelle näyttelijäyys on aina ollut erottamaton osa identiteettiä ja asia, joka antaa enemmän kuin vaatii. Kähkönen ja Sokka taas puhuvat enemmän ammatin vaikutuksesta sosiaalisiin suhteisiin ja ovat kokeneet sen vaikuttavan välillä kielteisesti elämäänsä: Sokka puhuu kiirehtineensä turhaan pois äitiyslomalta ja Kähkönen kertoo työn vallanneen jopa liian suuren osan hänen elämästään. Kukaan kolmikosta ei kuitenkaan voisi elää ilman esiintymistä. Työn haastavista puolista huolimatta se on asia, jota ilman he eivät voisi olla kokonaisvaltaisesti onnellisia.

Opinnäytetyöni aihe löytyi, kun huomasin, ettei unelmatyö teekään yksiselitteisesti onnelliseksi. Kohtasin takaiskuja, kuten herkän ihon reagoiminen esiintymisen kannalta välttämättömille meikeille sekä mahdollisten avoimien työpaikkojen löytämisen vaikeuden. Myös monia pelkoja tulevaisuuden suhteen on herännyt: Miten pärjään ammatissani taloudellisesti? Joudunko uhraamaan työlle kaiken, perheen perustamista myöten? Tiedän, etten ole ainoa, joka miettii näitä kysymyksiä. Prosessin aikana olen pohtinut näitä kysymyksiä ja huomannut, ettei niiden tarvitse olla este ammatin harjoittamiselle. Täytyy uskaltaa rohkeasti miettiä, mitä haluaa, ja toimia sen mukaisesti. Kaikkeen ei tarvitse suostua, varsinkaan jos se ei edesauta sitä, mitä elämältään haluaa. Mielestäni Sokka muotoilee hienosti ymmärtäneensä iän myötä, että on olemassa muutenkin kuin työnsä kautta. Onnellisuus koostuu monista osista, joista työ on kyllä yksi, mutta yhtä isossa osassa voi olla muitakin asioita. Minulle niitä ovat työn lisäksi selvästi perhe, läheiset sekä oma kokonaisvaltainen hyvinvointi ja terveys, kuten työn alkupuolella pohdinkin.

Näiden asioiden kustannuksella minun ei tarvitse tehdä mitään, mitä en halua. Ne eivät kuitenkaan itsessään tee minua onnelliseksi. Tutkittuani tarkemmin onnellisuutta, opin, että tärkein tekijä sen saavuttamisessa on oma asenne ja toiminta. Pelkkä tasapainoinen suhde perheeseen tai mielenkiintoinen työ eivät tuo onnea, vaan se, että antaa näille asioille arvoa ja tuntee niistä kiitollisuutta. Onnellisuus ei tule ulkopuolisten tekijöiden mukana, vaan minusta itsestäni.

Kirjoitusprosessi on ollut minulle todella opettavainen, ja olen oppinut onnellisuudesta täysin uusia asioita. Löysin vaikeuksien jälkeen itsestäni kirjoittajan, jonka olemassaoloa koetin kovasti kieltää. Kirjoittaminen ei aina sujunut mutkattomasti. Välillä paniikki lähestyvästä deadlinesta otti minusta vallan, ja selailin itku kurkussa onnellisuudesta kertovia kirjojani noudattamatta niiden ohjeita lainkaan, kunnes näin itseni ulkopuolelta, ja koko tilanne alkoi naurattaa minua. Tärkein oppimani asia on tekemisistään nauttiminen kiireestä huolimatta. Onnellisuutta ei saa lykätä. Minkään asian ei saisi estää tuntemasta itseään onnelliseksi vain sillä verukkeella, että on kiire saada se valmiiksi. Entä jos tehtävän saa valmiiksi ajallaan, mutta huomaa tunteneensa itsensä koko sen tekoprosessin ajan onnettomaksi? Siinä vaiheessa on hyvä miettiä kunkin tekemänsä asian motiivia: tekeekö sen täyttääkseen jonkun muun odotuksia vai oppiakseen ja nauttiakseen itse matkasta?

Lopuksi haluaisin vielä esitellä Katleena Kortesuon julkaiseman kuvan.



Mielestäni tämä ironisen yksinkertainen kaavio tiivistää jotain hyvin oleellista työn ja onnellisuuden välisestä suhteesta: kaikkeen voi halutessaan itse vaikuttaa.

## 7 LÄHTEET

Autio, R. 2000. Ennen ensi-iltaa. Helsinki: Teatterin tiedotuskeskus ry.

Ben-Shahar, T. 2007. Onnellisemmaksi. Helsinki: Rasalas Kustannus.

Houni, P. & Paavolainen, P. 1999. Taide, kertomus ja identiteetti. Helsinki: Yliopistopaino.

Hirsjärvi, HS & Remes, P. & Sajavaara, P. 1997. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Houni, P. 1999. Tutkija ja reppumatkaajat – näyttelijöiden omaelämäkertatutkimuksen äärellä. Teoksessa: Houni, P. & Paavolainen, P. Taide, kertomus ja identiteetti. Helsinki: Yliopistopaino.

Houni, P. 2000. Näyttelijänidentiteetti. Helsinki: Yliopistopaino.

Inspiration and chai -verkkosivut. [viitattu 8.11.2011]. Saatavissa: <http://www.inspirationandchai.com/Regrets-of-the-Dying.html>

Ketonen, K. 2010. Luento näyttelijäntyön kurssilla. 8.4.2010. Lahden ammattikorkeakoulu, Musiikki- ja draamainstituutti.

Lyubomirsky, S. 2009. Kuinka onnelliseksi? Helsinki: Basam Books.

Ojanen, M. 2006. Onnellisuus- Miten voit kohottaa elämän laatua ja löytää paremman olon. Juva: WSOY.

Rantanen, M. 2006. Takki väärinpäin ja sielu riekaleina- näyttelijöiden kokemuksia työ stressistä ja -uupumuksesta. Helsinki: Yliopistopaino.

Sihvola, A. 2011. Odotuksen lumous ja loukku. Voi hyvin 7/2011. 34–36.

Tola, P. 2007. Miksi näyttelen? Jyväskylä: Gummerrus Kirjapaino.

Ylipää, M. 2005. Suoritan, siis olen - Maria Ylipään näkemys Maria Ylipäästä.  
Opinnäytetyö. Teatterikorkeakoulu. Näyttelijäntyön koulutusohjelma.