

Opinnäytetyö (AMK)

Kuvataide

Maalaus

2012

Anna Nummi

# OMAKUVAN TERAPEUTTISET PIIRTEET

– näkökulma introspektioon



TURUN AMMATTIKORKEAKOULU  
TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

OPINNÄYTETYÖ (AMK) | TIIVISTELMÄ

TURUN AMMATTIKORKEAKOULU

Kuvataiteen koulutusohjelma | Maalaus

2012 | Sivumäärä: 42

Ohjaajat: Taina Erävaara ja Ilona Tanskanen

Anna Nummi

## OMAKUVAN TERAPEUTTISET PIIRTEET

Opinnäytetyö tutkii omakuvan eri puolia. Omakuva on monimuotoinen taiteen ala ja sitä voidaan tulkita monin tavoin. Omakuvan prosessiin voi liittyä myös syviä tunteita ja terapeuttisia piirteitä. Opinnäytetyössäni pyrin myös ymmärtämään omakuvan merkitystä taiteen kentällä. Pohdin ovatko taiteilijan terapeuttiset prosessit mielekkäitä taidekentälle tai taiteen kokijalle.

Nykypäivän omakuvan ymmärtämiseksi on olennaista tutustua omakuvaamisen historiaan. Opinnäytetyö käsittelee omakuvan historiaa lyhyesti, painottuen tunnettuun suomalaisen omakuvamaalariin Helene Schjerbeckiin. Taidehistorian ja filosofian avulla työ tutkii omakuvan tulkinnan mahdollisuuksia. Lisäksi tutustutaan ekspressiivisen taideterapian rakenteisiin ja verrataan niitä ammatillisesti työskentelevän taiteilijan työhön. Työssä käyn läpi myös voimauttavan valokuvan merkitystä. Esimerkkinä käytetään kirjoittajan omia maalauksia syventämään ymmärrystä eri alojen prosessien samankaltaisuuksista.

Perehtymällä filosofiaan, taideterapiaan ja taiteeseen lopputyö perustelee miten ammattimainen galleriassa esitetty taide ja terapeuttiset prosessit eivät ole keskenään ristiriidassa. Vahvat henkilökohtaiset prosessit tekevät taiteesta voimakkaampaa, ja siten merkittävämpää taiteen kentällä. Omakuva voi olla tärkeä väline sekä taiteilijalle että kokijalle, ja se vaikuttaa meihin vuosisadasta toiseen.

ASIASANAT:

Omakuva, kuvataide, valokuva, taideterapia, omakuvat, omakuvan historia, Helene Schjerbeck



BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Degree programme in Fine Arts | Painting

2012 | Total number of pages: 42

Instructors: Taina Erävaara and Ilona Tanskanen

Anna Nummi

## THERAPEUTIC ASPECTS OF SELF-PORTRAIT

This thesis studies the scope of self-portraying. Self-portrait is a multifaceted area of art and can be read and experienced in many ways. The art process of self-portraying by painting can include deep emotions and therapeutic aspects. This thesis also tries to understand the importance of self-portraits in the art field. It ponders on the questions if the artists' therapeutic processes are meaningful and valuable for the art field and the viewer.

The history of self-portraiture is important to understand the self-portrait today. This thesis studies history in short and concentrates on an important Finnish painter Helene Schjerfbeck. The means of reading the self-portrait are considered with the help of philosophy and art history. This thesis studies the structures of expressive art therapy and compares it to artist's professional work. Case studies of photographic self-portrait therapy are presented. This thesis uses the paintings of the writer to further understand the similarities of the processes mentioned.

By researching philosophy, art therapy and art this thesis concludes that professional art presented in exhibitions and therapeutic processes are not contradictory. Deep personal aspects of the art make the experience more impressive and thus more meaningful in the field of art. The self-portrait can be an influential tool for both the artist and the viewer and affects us through centuries.

KEYWORDS:

Self-portrait, painting, art, history of self-portrait, Helene Schjerfbeck, art therapy

# SISÄLTÖ

<b>1 JOHDANTO</b>	<b>5</b>
<b>2 MITÄ ON OMAKUVA</b>	<b>8</b>
2.1 Omakuvan historiaa raapaisten	8
2.2 Naistaiteilijoiden omakuvia	11
2.3 Helenen sanoin	12
2.4 Omakuvan lukemisesta	18
<b>3 TAIDETERAPIA JA TERAPIATAIDE</b>	<b>20</b>
3.1 Mielikuvat ja taiteilijan kognitio	22
3.2 Maailman ihanin tyttö	25
3.3 Katse ja katsoja	26
<b>4 ITSETUTKISKELUN PEILITALO</b>	<b>29</b>
4.1 Tunneprosessikaavio	29
4.2 Matkalla huomiseen kulkemalla eilisen kautta	32
4.3 Suhteeni omakuvaamiseen	36
<b>5 LOPUKSI</b>	<b>39</b>
<b>LÄHTEET</b>	<b>41</b>

## KUVAT

Kuva 1: The artist hesitating between the arts of Music and Painting, Angelica Kauffman 1791–1794.	11
Kuva 2: Mustataustainen omakuva. Helene Schjerfbeck 1915.	14
Kuva 3: Punatäpläinen omakuva. Helene Schjerfbeck 1944.	16
Kuva 4: En gammal målarinna. Helene Schjerfbeck 1945.	17
Kuva 5: Omakuva, mustaa ja roosaa. Helene Schjerfbeck 1945.	18
Kuva 6: Kaikki on ihan hyvin. Öljy kolmelle mdf-levylle, 3 X 43cm X 140cm. Anna Nummi 2012.	33
Kuva 7: Petetty. Öljy levyllä, 65cm X 90cm. Anna Nummi 2009.	34
Kuva 8: Tämän olen ymmärtänyt 2. Öljy levyllä, 140cm X 140cm. Anna Nummi 2012.	36

# 1 JOHDANTO

Taiteilijan omakuvassa on jotain kiehtovaa. Se on meille ikkuna taiteilijan sieluun ja syvimpään, jopa tiedostamattomaan maailmaan, josta taiteilija ei itse voi sanallisesti kertoa. Nykyajan näkemysten vuoksi haluaisimme tulkita historiallisia omakuvia oman ihmiskäsityksemme kautta – tahdomme nähdä sielun tulkittaa myös töissä, joiden aikakaudelle se ei ole tyypillistä. Omakuvan katse painostaa ja vangitsee, jokainen taustan yksityiskohta saa merkityksiä ja etsimme pakonomaisesti kaikesta symboliikkaa. Samasta syystä arkailemme joskus omakuvan esittämistä: aivan kuin siitä voisi lukea jotain salattua ja vahingoittavaa.

Kirjallisessa opinnäytetyössäni pohdin omakuvan merkitystä sekä taiteilijan oman prosessin kautta että taiteen kentällä. Käyn läpi omakuvaamisen historiaa lyhyesti antaakseni paremman kokonaiskuvan omakuvaamisesta nykyään. Pohdin myös katseen merkitystä ja sen vaikutusta omakuvaamisen terapeuttisuuteen.

Omakuva on taiteen historiassa mielenkiintoinen ja toistuva laji. Sen status on vaihdellut eri aikakausina ja se hakee nykyäänkin muotoaan. Erityisesti valokuvaajien parissa omakuva on nostanut suosiotaan. Yksi tunnetuimmista suomalaisista omakuvamaalareista on Helene Schjerfbeck, joka teki elämänsä aikana noin neljäkymmentä omakuvaa piirtämällä ja maalaamalla. Tutustumalla Schjerfbeckin elämään voi lukea eri kausien omakuviin suuriakin merkityksiä ja aihetta onkin tutkittu runsaasti. Helenen runsas kirjeenvaihto ystäviensä kanssa on valottanut meille hänen tunteitaan ja elämäänsä. Kirjeiden avulla samaan aikaan sijoittuneille tölle voidaan lukea lisäsyvyyttä.

Omakuva ei ole suora kertomus. Omakuvaamisen prosessiin liittyy mekanismeja, jotka voivat olla hyvinkin terapeuttisia tekijälleen, mutta myös voimakkaita kokemuksia katsojalle. Taideterapia on noussut nykyiseen asemaansa psykoanalyttisen teorian lähtökohdista. Nykyiset käsitykset eivät ole sidottuja yhteen psykologiseen suuntaukseen, vaan vallalla on monitaiteellisia ja moniteoreetti-

sia näkemyksiä. Tiede pyrkii ymmärtämään, miten luovuuden mekanismit toimivat, mutta aihe on ainakin Suomessa heikosti tutkittu<sup>1</sup>. Taideterapialla on kuitenkin havaittu olevan voimakas vaste moniin eri potilasryhmiin.

Taideterapia toimii yhteistyössä terapeutin ja asiakkaan kanssa, mutta taide voi myös itsenäisenä työskentelynä toimia terapiana taiteilijalle. Voimauttavan valokuvan metodeissa on tästä runsaasti kokemusta. Miina Savolainen toteutti lastenkotityttöjen parissa projektin ”Maailman ihanin tyttö”. Sen lopputuloksista ja tyttöjen kertomuksista voi päätellä sen olleen heille hyvin merkittävä kokemus. Voimauttava lopputulos on selkeästi havaittavissa kirjaa lukiessa. Voimauttava valokuva on tuore, mutta kiinnostusta herättävä aihe Suomessa.

Miten sitten valokuvaprosessi ja maalausprosessi eroavat toisistaan? Omakuvaamisessa on paljon samaa mediasta riippumatta, mutta jokainen tekijä ja tekotapa tuovat siihen omat erityispiirteensä. Miten itsenäinen omakuvatyöskentely eroaa työskentelystä terapeutin tai työtä ohjaavan taiteilijan kanssa? Terapeutin vaikutus on suurimmillaan jälkityöskentelyn avulla – kuvallisen lopputuloksen sanallistaminen ja moniaistisen prosessin tuntemuksien pohtiminen auttavat ymmärrykseen. Pohtiiko itsenäisesti työskentelevä taiteilija näitä merkityksiä riittävästi? Mikä merkitys on omakuvien esittämisellä näyttelyssä? Tuoko vasta näyttely katarsiksen tai synninpäästön taiteilijalle?

Jos yleinen pohdinta tuntuu hankalalta, ei oman työskentelyn jäsentäminen ole sen yksinkertaisempaa. Oman prosessin pohtiminen ja rinnastaminen muiden taiteilijoiden matkaan voi olla jopa raskasta ja haavoittavaa. Kaikki terapeutin työskentely on raskasta. Jälkikäteen omien elämäntilanteiden pohdinta ja sen aikaisten töiden tulkinta voi tuoda mukanaan tunteiden aallokon, josta selvitäkseen pitää tuottaa lisää omakuvia. Minulle omakuvaaminen ei ole pelkästään mielenkiinto – se on pakkomielle ja vapautus, tapa kokea maailmaa ja tulla kuulluksi.

Tämä kirjallinen työ käsittelee omakuvan lähtökohtia ja tekijöitä. Lyhyen omakuvaamisen historian katsauksen jälkeen tutustun taideterapian prosesseihin.

---

<sup>1</sup> Liikkanen 2008.

<sup>2</sup> Self-portrait 2012.

Käyn läpi omakuvan tutkimista ja katseen moninaista merkitystä. Lopuksi kuvailen ja pohdin omakuvaamisen prosessityötä tutkien omaa työskentelyäni. Jälkianalysoin myös joitakin itselleni tärkeitä omakuvia.

Oman työskentelyn ymmärtäminen on merkittävää sekä ammatillisen että inhimillisen kasvun vuoksi. Haluan ymmärtää, miksi koen omakuvamaalaamisen niin tärkeäksi ja miksi Helene Schjerfbeckin omakuvat saavat minut itkun partaalle. Uskon löytäväni omassa työskentelyssäni yhteyden omaehtoiseen terapeuttiseen introspektioon. Introspektion toki voisi toteuttaa myös toisin. Arvoitukseksi jäänee, miten työskentelyni muuttuu tulevaisuudessa.

Etten päästäisi itseäni tai lukijaani liian helpolla, sukellan lopuksi todellisiin syvyyksiin pohtimalla omakuvataiteen arvoa ja oikeutusta. Tarvitseeko taide oikeutuksen? Mitä omakuvaus voi antaa muille kuin tekijälleen? Tervetuloa kanssani itsetutkiskelun matkalle.

## 2 MITÄ ON OMAKUVA

### 2.1 Omakuvan historiaa raapaisten

Taiteilijan itsestään tekemiä kuvia on löydetty säilyneinä muinaisen Egyptin ja antiikin Kreikan ajoista lähtien. Myös keskiajalta tunnetaan teoksia, joiden osaksi taiteilija on kuvannut itseään esittävän hahmon, mutta oman muotonsa omakuva sai vasta renessanssin aikana. Taiteilijan kasvot ovat saattaneet näkyä historiallisen tai mytologisen kuvauksen ihmisjoukossa usein reunalla yhtenä kasvoista<sup>2</sup>. Renessanssin käsitys taiteilijasta muutti omakuvaamisen merkittävyyttä: muutos käsityöläisestä taiteilijaksi toi mukanaan tilan itsensä esittämiseen.

Jan van Eyckin maalauksessa ”Giovanni Arnolfini ja hänen vaimonsa” vuodelta 1434 arvellaan taiteilijan näkyvän taustan peilissä.<sup>3</sup> Samaa peilin kautta käsiteltyä katsetta ja katsojaa on huomattavissa Velazquezin Hovinaiset -maalauksessa (1658), jossa taiteilija näkyy maalaustelineensä takana mutta peilistä katsovat kuningaspari, teoksen tilaajat.<sup>4</sup> Albrecht Düreriä (1471–1528) lukuun ottamatta suurin osa renessanssin aikaisista omakuvista oli kuitenkin sijoituksia suurempiin töihin. Dürer kuitenkin käytti omakuvaa asemansa tukemiseen enemmän kuin itsensä tutkimiseen.<sup>5</sup>

Usein taiteilijan omakuvassa on ollut merkintä hänen ammatistaan siveltimien tai taideteosten kautta. Varsinkin naistaitelijoiden omakuvissa ammatin esittäminen on ollut yleistä – kuin oikeutuksena itsensä esittämiseksi. Omakuvien määrän on arveltu johtuvan yhteiskunnan asettamista rajoitteista. Naisten ei sopinut maalata alastonta kuten miespuolisten kollegojensa. Toisaalta voidaan

---

<sup>2</sup> Self-portrait 2012.

<sup>3</sup> Ivy 2012.

<sup>4</sup> Krauße 1995, 39.

<sup>5</sup> Ivy 2012.

pohtia, onko naisen ollut tarpeen tarkastella asemaansa yhteiskunnassa taiteilijana ja sitä kautta kuvata itseään.<sup>6</sup>

1600-luvulla varsinkin hollantilaiset ja fleemiläiset taiteilijat tekivät itsestään usein omakuvia seuraten muotokuvamaalauksen trendejä. Aikakauden tärkein omakuvien tekijä oli Rembrandt (1606–1669), joka teki itsestään lukuisia omakuvia. Hän tutki itseään myös kriittisesti.<sup>7</sup> Rembrandtin omakuvissa oli usein ilveilevä ilme. Tämä saattoi johtua siitä, että asiakkaalta ei voinut samaa pyytää. Rembrandtin tuotantoon kuuluu kuusikymmentä omakuvaa.

Voidaan väittää, että tämän jälkeen melkein kaikki taiteilijat jättivät jälkensä vähintään yhden omakuvan. Yksi tunnetuimmista omakuvamaalareista on Vincent van Gogh (1853–1890), joka maalasi suurimman osan omakuvistaan, 22 teosta, kahden vuoden aikana<sup>8</sup>. Ainakin itse koen tarvetta lukea Van Goghin omakuviiin hänen henkilömyyttinsä kautta itsetutkiskelua ja kipua. Vaikka nykyisin on kiistetty leikkasiko Van Gogh oman korvansa irti, on korvapuolena kuvattu omakuva kuitenkin merkittävä teko<sup>9</sup>. Taiteilija ei pyrkinyt kuvaamaan itseään ainoastaan ehjänä ja esiintymiskelpoisena, vaan myös rikkinäisenä ja haavoittuneena.

Muutkin ovat kuvanneet itsensä haavoittuvaisena sisäisen maailmansa mukaan. Egon Schiele (1890–1918) kuvasi itsensä usein vääristyneenä ja raa'asti sekä pornografisesti, mikä ei hänen elämänsä liittyvien suhteiden valossa ole mitenkään yllättävää.<sup>10</sup> Myös Edward Munch teki omakuvia eri tekniikoin. Varsinkin hänen valokuvalliset omakuvansa olivat kokeellisia<sup>11</sup>.

Omakuvauksesta ei voi puhua mainitsematta Frida Kahloa ja hänen yli 50 omakuvaansa. Kahlon symbolistinen kuvaus hänen sisäisestä maailmastaan ja tun-

---

<sup>6</sup> Borzello 2001, 22.

<sup>7</sup> Krauße 1995, 42.

<sup>8</sup> Ivy 2012.

<sup>9</sup> Helsingin Sanomat 2009.

<sup>10</sup> Egon Schiele 2012.

<sup>11</sup> The Museum of Modern Art 2012.

teistaan on jättänyt vahvan jäljen omakuvauksen kenttään. Kahlo oli vuoteen-omana suuren osan elämästään nuorena koetun onnettomuuden vuoksi. Maalaus antoi hänelle voimaa ja hän pystyi tekemään sitä vuoteestaan. Hänen töitään katsoessaan tulee väistämättä pohdittua, miten hän on oman elämänsä kokenut ja purkanut maalauksiinsa.<sup>12</sup>

Suomalainen merkittävä omakuvamaalari oli Helene Schjerfbeck (1862–1946). Helene tippui portaissa nelivuotiaana ja kärsi koko ikänsä sen vaikeista ja kivuliaista seurauksista. Hän ei koskaan avioitunut, vaikka rakastui paljon nuorempaan ystäväänsä Einar Reuteriin, joka kuitenkin avioitui toisen kanssa. Helene opiskeli Suomen taideyhdistyksen piirustuskoulussa ja Adolf von Beckerin yksityisakatemiassa. Saatuaan stipendin hän jatkoi opintojaan Pariisissa Mme Trélat de Vignyn naisten ateljeessa ja Academie Colarossissa. Omakuvien lisäksi Helene maalasi lukuisia asetelmia ja mustavalkoisten vedosten perusteella omia versioita kuuluisista mestariteoksista. Lisäksi hän teki lukuisia uusintoja omista maalauksistaan usein pelkän muistikuvan varassa.<sup>13</sup>

Omakuvia on monien kuuluisien taiteilijoiden tuotannossa. Myös Picasso ja Chagall toteuttivat omakuvia omalle tyyllisuunnalleen uskollisina.<sup>14</sup>

Vaikka nykyaikainen omakuva on hyvin usein toteutettu valokuvana, se ei rajaa omakuvan mahdollisuuksia. Magnus Scharmanoff on työskennellyt uransa alkuvaiheilta asti omakuvallisuuden parissa. Hän tutkii valokuvissaan miehen identiteettiä ja käyttää lavastetuissa kuvissa itseään mallina. Hän pohtii kuviaan: ”Onko kuvassa esiintyvä minä, joka esittää jotakuta muuta, kuitenkin minä itse?”<sup>15</sup> Kuten historiallisissa tilauskuvissa, joihin taiteilija sijoitti itsensä mallin tarpeesta, Magnus Scharmanoff käyttää itseään tutkiessaan länsimaista miestä. Hän ei tunnusta tekevänsä varsinaista omakuvaa, mutta ymmärtää kulkevansa

---

<sup>12</sup> Ivy 2012.

<sup>13</sup> Helene Schjerfbeck, Ateneum 2012.

<sup>14</sup> Ivy 2012.

<sup>15</sup> Scharmanoff 2011, 145.



sen rajoilla<sup>16</sup>. Vuodelta 1992 olevassa sarjassa Turhan nuori esiintyminen mallina oli myös eettinen valinta: laittamalla itsensä likoon taiteilija säästää mallin julkiselta kritiikiltä.<sup>17</sup>

Kari Soinio on kuvannut valokuvissaan itseään alasti. Myös hän kiertää omakuvan käsittelemisen kuvaamalla yhteiskuntaa ja ihmisyyttä ja kyseenalaistaa sukupuolittuneen kuvaston asettumalla miehenä malliksi feminiinisiin asentoihin. Hän kommentoi sekä naisten että miesten seksuaalista esittämistä ja heikkouden ja vahvuuden piirteiden liittämistä biologiseen sukupuoleen<sup>18</sup>.

## 2.2 Naistaiteilijoiden omakuvia

Angelica Kauffmannin (1741–1807) omakuva ”The artist hesitating between the arts of music and painting” (kuva<sup>19</sup>) on selkeästi ilmaisu taiteilijan tunnoista. Siinä hento musiikin muusa houkuttelee taiteilijaa voimakkaan maala-



uksen muusan osoittessa vaativasti toiseen suuntaan.<sup>20</sup> Maalaus

Kuva 1: The artist hesitating between the arts of Music and Painting, Angelica Kauffman 1791–1794.<sup>19</sup>

aukenee kuitenkin paremmin, jos ymmärtää aikakauden naismaalarien tilannet-

<sup>16</sup> Scharmanoff 2011, 149.

<sup>17</sup> Scharmanoff 2011, 139.

<sup>18</sup> Rossi, Soinio 2011, 162.

<sup>19</sup> National Trust Images 2012.

<sup>20</sup> Chadwick 2001, 11.

ta. Musiikki koettiin hennoksi ja naiselle sopivammaksi taiteenlajiksi kuin maalaus, joka oli miehinen ammatti. Tästä kertoo myös se, miten naisten oli lähes mahdotonta nousta arvostetuimpien historiallisten maalausten tekijöiden joukkoon. Tämä johtui muun muassa siitä, että alastonmallin maalaus ja luonnostelu oli naisille sopimatonta aina 1900-luvulle asti. Jotta nainen pystyi keskittymään maalaukseen, oli hänellä oltava hyvä tukiverkosto ja salliva aviomies – siitä huolimatta historian naismaalarit varmasti tasapainottelivat vaimon, äidin ja taiteilijan roolien välissä.<sup>21</sup>

1900-luvulle asti naisten tuli pohtia tarkkaan, miten he itsensä esittävät. Aikakauden käsitykset naiseudesta rajasivat naistaiteilijoiden omakuvia. Aktiivinen toiminta kuvissa oli miehekästä tai sopivaa palvelijoille. Sotkuiset vaatteet eivät sopineet kuvaan, vaikka työhuoneella taiteilija ehkä niitä pitikin. Vaikka historiassa kaikki ei ollut sovelias, nokkelat taitelijat ovat kiertäneet tämän. Italialainen Lavinia Fontana (1552–1614) teki vuonna 1579 maalauksen, joka näytti hänen miesvartalon tuntemuksensa pienten patsaiden läsnäolon kautta. Nainen pystyi tutustumaan miehen anatomiaan epäsuorasti ja myös osoittamaan sen omakuvassaan.<sup>22</sup>

### 2.3 Helenen sanoin

Helene Schjerfbeck kirjoitti ystävälleen Elin Elmgrenille vuonna 1932, ettei kukaan tiedä millainen hän on. Hän viittasi siinä myös itseensä.<sup>23</sup> Tämän asetelman kautta voi hyvin ajatella, ettei omakuvien maalaus ollut hänelle pelkästään mallien puutetta, vaan myös itsensä tutkimista.

Helenen alkupään omakuvatuotantoa leimaavat vahvasti esittävyys ja toisinta hänen ihailmiensa taiteilijoiden tyylistä. Alkutuotannon omakuvat olivat myös

---

<sup>21</sup> Borzello 2001, 24.

<sup>22</sup> Borzello 2001, 29.

<sup>23</sup> Ahtola-Moorhouse 2000, 10.

puhtaasti häntä itseään varten eivätkä tilaustöitä<sup>24</sup>. Monet hänen omakuvansa ovat tulkittavissa hänen kirjeittensä kautta, toisista on enemmän mainintaa kuin toisista.

Heleneen tapa omakuvaamiseen kertoo myös paljon – hänen tuotannossaan toistuva kasvojen kaksijakoisuus näkyi ensimmäistä kertaa omakuvassa vuodelta 1912. Tässä vaiheessa hänen maalaustapansa ja suhtautumisensa itseensä oli jo radikalisoitunut.<sup>25</sup>

Omakuvien kasvojen kaksijakoisuus on kiehtovaa. Mitä hän on niillä halunnut ilmaista? Miten suuri osa omakuvista liittyy hänen fyysiseen sairasteluunsa ja miten paljon hänen sisäiseen itseensä? Ehkä kaksijakoisuus kuvaa ihmisen kaksijakoisuutta: meissä on rikkinäinen puoli ja ehjä puoli, julma ja katkera puoli ja rakastava toivoa täynnä oleva puoli. Tämä ihmisen sisäinen ristiriitausta ja sen kokemus kiehtoo minua.

Yksi huomattavammista omakuvista, johon Helene itse panosti paljon, oli Suomen Taideyhdistyksen tilaama ”Mustataustainen omakuva” (kuva 2<sup>26</sup>). Työ on ollut prosessi. Hän teki paljon luonnoksia ilmeestä ja maalauksen ”Hopeataustainen omakuva”. Paperille tehtyä omakuvaa hän on kutsunut harjoitelmaksi<sup>27</sup>. ”Mustataustainen omakuva” (1915) kuvaa hänen tunteitaan Helsingin taidepiirejä kohtaan. Hautakivimäisen työn taustalla on nähtävissä taiteilijan työvälineistöä ja omakuva on tähän astisista frontaalisiin. Nimi on hiertynyt ja hän kuvasi sitä hautakirjoitukseksi kirjeessään Einar Reuterille 1915<sup>28</sup>.

---

<sup>24</sup> Ahtola-Moorhouse 2000, 23.

<sup>25</sup> Ahtola-Moorhouse 2000, 25.

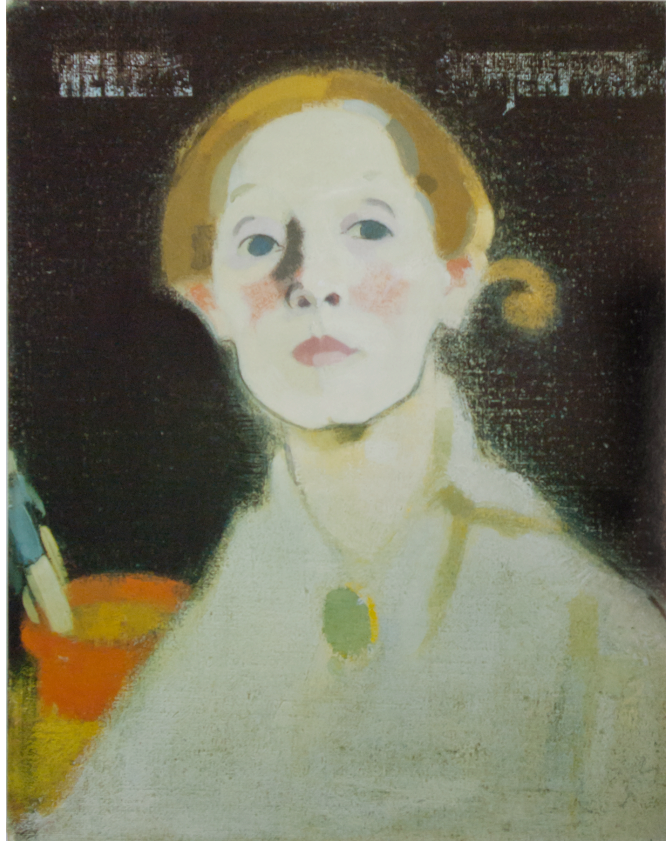
<sup>26</sup> Ahtola-Moorhouse 2000, 34.

<sup>27</sup> Ahtola-Moorhouse 2000, 31.

<sup>28</sup> Ahtola-Moorhouse 2000, 33.

Helene purki maalaukseen katkeruuttaan. Hän koki tulleen unohtetuksi ja olevansa ”kuollut” Helsingin virallisille taidepiireille.<sup>29</sup> Kuvassa hän on ylväs ja vahva. Katse on suunnattu hieman alaspäin, omanarvontunne on lähes kosketeltava.

Helene kuvaili kirjeessään Einar Reuterille Mustataustaisen omakuvan tekemistä seuraavasti: ”Raaputan pois kaiken mitä on tehty, sillä se ei ole sitä mitä haluaisin – ja kun olen raaputtanut



monta kertaa niin kankaalla on jäljellä viittaus kaikesta mitä olen etsinyt ja tahtonut, vaikkakin

heikkona viitteenä – tai sitten ei mitään. Loppusumma on minun etsimiseni. Niin aina työskentelen.”<sup>30</sup> Ylväs, mutta vihaisen oloinen omakuva on toiminut kanavana taiteilijan tunteiden purkamiseen – miksei myös niiden tuntemiseen ja ymmärtämiseen.

Reuterille kirjoitetusta kirjeestä paljastuu Helenen tunteita maalaamista kohtaan. Maalaus ja hankaus olivat prosessi, joka jätti häneen itseensä jäljen. Tutkimusmatka itseen ei voi olla jättämättä jälkeä taiteilijaan itseensä.

<sup>29</sup> Ahtola-Moorhouse 2000, 35.

<sup>30</sup> Ahtola-Moorhouse 2000, 33.

Mustataustainen omakuva on myös frontaalinen kuva. Francis V. O'Connorin psykodynaamisen omakuvateorian mukaan frontaalinen kuva kertoo taiteilijan elämän kriisi- tai muutostilanteesta.<sup>31</sup> Kuvaa katsoessa tämä on helppo uskoa.

Vuonna 1921 Helene kirjoitti Einar Reuterille: ”Kyllä, aion maalata, mutta on raskasta katsoa itseään. Piirustus on tehty.” Hieman myöhemmässä kirjeessä hän on kertonut lisää maalaukseen liittyvistä tunteistaan. ”Ehkä taiteilija voi vain mennä itseensä, ajattelin, kovaan hyiseen *minä itse vain* – näin tauluja jotka olivat viiltävän kovia – ja heitin ne pois. Halusin kotiin... Miksi suhtaudun kaikkien niin rajusti, että se tappaa työn. Piirrän niin väkivaltaisesti, että se täytyy pyyhkiä pois.” Näiden kirjeiden sisällön kautta on helppo uskoa Helenen purkaneen omakuviin tunteitaan. Tunteiden purkamiseen on monia keinoja, joista taiteilijalle omakuvan maalaus saattaa olla luontaisinta.<sup>32</sup>

Myöhemmässä vaiheessa Helenen itsensä kuvaaminen raaistui entisestään. Armahtamatta hänen kuvissaan näkyy vanhuus – kuoleman läheisyys ja elämän pieni välkähdys ylpeässä asennossa. Hänen väripalettinsa kapeni ja ilmaisuus pelkistyi aina loppuun asti.

”Omakuva paletteineen I” vuodelta 1937 on tarkastelemisen arvoinen. Etualalla on näkyvissä viite taiteilijan ammattiin – väripaletti jossa on neljää väriä. Keskeellä on suuri puhtaan valkoinen väri, sivuilla pienemmät sininen ja keltainen ja aivan taulun syrjässä pieni tiraus murrettua tummaa punaista. Kirjeessään Reuterille hän on kertonut, miten hänelle annettiin lapsuudesta vain valkoisia ideoita eikä lainkaan punaista lämmintä elämää.<sup>33</sup> Paletin väreihin on liitetty myös ajatus, jonka mukaan valkoinen merkitsee surua hänen elämässään ja punainen rakkautta<sup>34</sup>.

---

<sup>31</sup> Ahtola-Moorhouse 2000, 36.

<sup>32</sup> Ahtola-Moorhouse 2000, 38.

<sup>33</sup> Ahtola-Moorhouse 2000, 52.

<sup>34</sup> Helene Schjerfbeck, Ateneum 2011.

Vuonna 1939 Helene oli 77-vuotias. Tästä alkaen lähes kaikki hänen omakuvansa ovat frontaalisia<sup>35</sup>. Helenen raaka suhtautuminen itseensä näkyy töissä muutenkin. Ihmisen piirteet häipyvät ja viimeisten vuosien omakuvat ovat peikkomaisia ja muistuttavat luurankoa. Fyysisen ja henkisen terveyden heikkous on vahvasti luettavissa töistä. Vuonna 1932 hän kirjoitti jälleen Reuterille maalaamisesta: ”...mutta tiedät, että taiteilija ei *tiedä*, että hän paljastaa, hän vain *maalaa*...”<sup>36</sup> Tämä voidaan tulkita hyvin freudilaiseksi käsitykseksi kuvien tulkintaan ja taiteen tekemiseen.

Helenen viimeisimmät omakuvat on tehty Gösta Stenmanin tilauksesta. Stenman maksoi vanhan taiteilijan asumisen Ruotsissa Saltsjöbadenin parantolassa, jonne taiteilija muutti sotaa pakoona Stenmanin kustantamana 1944. Helene koki velvollisuudekseen maalata hyväntekijälleen, kuten hän Stenmania kutsui, vaikka ei ymmärtänytkään miksi tämä halusi ”vanhan naisen kuvia” palkkioksi. Taiteilija aliarvioikin omien töidensä rahallista arvoa kautta uransa.<sup>37</sup>

Vuonna 1944 Helene maalasi suhteellisen suurikokoisen omakuvan ”Punatäpläinen omakuva” (kuva 3<sup>38</sup>). Synkän ruskea maalaus on kulmikas piirteiltään ja toinen silmä on hangattu kokonaan pois. Avonaisen suun alahuulessa on punainen täplä, jonka Helenen kerrotaan sanoneen merkitsevän, että hänessä on vielä vähän elämää<sup>39</sup>. Omakuva on lajityyppinä merkityksiä hakeva ja jokainen tulkinta on lopulta yhtä arvokas. Leena Ahtola-



Kuva 3: Punatäpläinen omakuva. Helene Schjerfbeck 1944.<sup>38</sup>

<sup>35</sup> Ahtola-Moorhouse 2000, 54.

<sup>36</sup> Ahtola-Moorhouse 2000, 62.

<sup>37</sup> Helene Schjerfbeck, Ateneum 2011.

<sup>38</sup> Ahtola-Moorhouse 2000, 67.

<sup>39</sup> Helene Schjerfbeck, Ateneum 2011.



Moorhouse on tulkinnut Heleneä käsittelevässä kirjassaan saman vaaleanpu-  
naisen pilkun viimeiseksi merkiksi elämän kaipuusta<sup>40</sup>.

Katsoessani viimeisten vuosien omakuvia minut valtaa suuri tunnekuuhu. Koen yhteisyyttä naistaiteilijan kanssa, joka nuoruusvuosinaan vietti kesät parantolassa kuntoutukseen vain seuraavaksi lukuvuodeksi opettajan toimeensa. Hänen rakkautensa ei saanut vastakaikua ja uskon hänen kokeneen kovaa yksinäisyyttä.

Kiertäessäni Ateneumin näyttelyssä kesällä 2012 olin itkun partaalla katsoessani vanhan naisen maalauksia itsestään. Millainen on ihmisen kuva itsestään ja fysiikastaan jos hänen maalauksensa ovat klonkkumaisia

kuvia, jotka vain hyvin kaukaisesti muistuttavat ihmistä? (Kuva 4<sup>41</sup>) Värit ovat pelkistettyjä ja himmeitä. Ovatko ne aikakauden väriskaalaa vai voivatko ne kertoa taiteilijan tuntemuksista? Koen niiden viestivän ilottomuutta ja sairautta. Vielä 1945 hän kirjoitti Reuterille: ”En voi mihinkään enää ryhtyä, (olen) heikompi, ja ei mitään kotia. ...Jos nyt olisi elämä edessä maalaamiseen!”<sup>42</sup>

Haluan ajatella lohdullisesti, että maalaaminen antoi Helenelle välineitä itsensä ymmärtämiseen ja tunteiden purkamiseen loppuun asti. Haluan ajatella, että se oli hänelle ilo ja voima vielä Saltsjöbadenissa hänen terveytensä heiketessä,



Kuva 4: En gammal målarinna. Helene Schjerfbeck 1945.<sup>41</sup>

<sup>40</sup> Ahtola-Moorhouse 2000, 69.

<sup>41</sup> Ahtola-Moorhouse 2000, 76.

<sup>42</sup> Ahtola-Moorhouse 2000, 74.

vaikka omakuvat ovat raakoja ja anteeksiantamattomia. (Kuva 5<sup>43</sup>) Niitä katsoessani koen tarvetta samaan julmuuteen itseäni kohtaan ja tunteitteni raakaan käsittelyyn. Samalla koen kiitollisuutta. Voin tuntea hänen omakuviansa edessä valtavan voimakkaita tunteita ja peilata itseäni hänen kuviinsa.

Helene Schjerfbeck kuoli Saltsjöbadenissa Tukholmassa 23.1.1946 93 vuotiaana.



Kuva 5: Omakuva, mustaa ja roosaa. Helene Schjerfbeck 1945.<sup>43</sup>

#### 2.4 Omakuvan lukemisesta

Sekä tekniikka että aika, jolloin omakuva on tehty, vaikuttaa teoksen lukemiseen. Myös taiteilijan elämä muuttaa näkemystämme siitä, millaisena haluamme nämä omakuvat nähdä. Pyrimme nykyaikaisen käsityksen mukaisesti lukemaan omakuvaan alitajuista itsestään paljastamista, psykologista kuvaa joka on kummunnut teokseen tiedostamatta tai tarkoituksellisen symbolistisesti. Aikakaudesta ja tekniikasta riippumatta omakuvat eroavat kuitenkin toisistaan verrattain vähän. Voidaan sanoa, että ”tavoitteena on oman identiteetin, elämäntilanteen ja tunnetilojen ilmentäminen<sup>44</sup>.”

Houkutus lukea taiteilijoiden omakuvia oman nykyaikaisen kuvastomme kautta on petollinen. Omakuvia on tehty eri aikoina eri tarkoituksista ja eri kuvalliset merkitykset ovat niissä olennaisia. Luemme niihin tunteiden purkamista ja identiteetin tutkimista aikoina, jolloin tämä ei ollut tavanomaista. Aikakauden maail-

<sup>43</sup> Ahtola-Moorhouse 2000, 80.

<sup>44</sup> Oulun taidemuseo 2011.



mankuvan ja ihmiskäsityksen ymmärtäminen on avainasemassa omakuvienkin tulkinnassa. Kuten Tolonen luentosarjassaan meitä usein muistutti, keskiaikaisessa taiteessa pyhyys oli konkreettisesti läsnä. Renessanssi toi taiteeseen todellisuuden tuntemuksen, erilaisen konkretian. Romantiikan maisemamaalauksen jokaisessa pyörteessä ja sommitelman yksityiskohdissa on luettavissa ajan maailmankuva.<sup>45</sup>

Ehkä tärkeimpiä seikkoja minkä tahansa teoksen avaamiseen on katseen suunta. Katsoja katsoo kuvaa taiteilijasta, joka katsoo ehkä takaisin katsojaan, ehkä itseensä, ehkä jonnekin muualle. Mitä on tapahtunut taiteilijan katsoessa itseään peiliin tai katsoessaan itseään kankaalla?

Omakuvan lukemisen voikin ajatella kahdella tavalla. Voimme lukea teosta tietoon perustuvana tulkintana, jossa käytämme hyväksemme sitä, mitä tiedämme taiteilijasta, aikakaudesta ja kuvan sisäisestä informaatiosta. Kuitenkin voimme tulkita sen myös omien tunteidemme kautta. Silloin voimme vapaasti postmodernistisen rikkonaisen persoonallisuuskäsityksen mukaisesti tulkita omakuvan sisältöjä oman heijastuspintamme kautta. Tunteellisessa kokemuksessa voimme ajatella alitajuisen tulevan pintaan, voimme nähdä kuvassa haluamamme tunteet. Jos tunteeseen perustuva tulkinta ei häiritse tietoon perustuvaa tulkintaa, tukevat molemmat toisiaan taidekokemuksena.

---

<sup>45</sup> Tolonen 2008.

### 3 TAIDETERAPIA JA TERAPIATAIDE

Taideterapia terapeuttisena menetelmänä pohjaa aina yhteistyöhön terapeutin kanssa. Tällaisena se eroaa taiteilijan yksin tapahtuvasta työskentelystä, mutta yhteisiäkin piirteitä on paljon. Yksilötaideterapiassa terapiasuuntauksesta huolimatta voidaan tiivistää kanssakäyminen kolmioon, jonka yhdessä kärjessä on asiakas eli taiteilija, toisessa terapeutti ja kolmannessa taide. Kaikkien osien välinen keskustelu on merkittävää, jotta terapia on menestyksestä. <sup>46</sup>

Taiteilijan omalle terapeuttiselle työskentelylle mielekkäämpää on pohtia, mitkä osat taideterapian teorioista vastaavat taiteilijan omaa työskentelyä ja onko terapiaprosessissa jotain, josta voi oppia. Oma lähtökohtani taiteen terapeuttisuuden kumpuaa omista tuntemuksista ja omakuvaamisen vapauttamasta energiasta. Minulle taide on tapa sekä purkaa että ilmaista tunteita, joita ehkä muuten en pystyisi tuomaan rakentavasti esille.

Taiteellinen työskentely on erityisluontoista. Taideterapia tunnistaa sen olennaisimmiksi piirteiksi psyykkisen intensiteetin ja sensomotorisen integraation. Emme tarkalleen tiedä, mitä luovan prosessin aikana tapahtuu aivoissa. Taiteellinen ilmaisu ei tapahdu tietoisien ajattelun tai kontrollin tasolla. Stephen K. Levine lähestyy taiteen tekemistä fenomenologisesti. Levinen ajattelun ytimessä on taideteon ilmaisun, luomisen tai hahmottamisen teko. Tätä hän kutsuu poiesiksi. Levine lähestyy taiteen tekemistä leikinomaisena tilana ja korostaa siinä tapahtuvan kontrollin menettämisen merkitystä. Taiteilija astuu jäsentymättömälle alueelle, jota ei voi täysin ymmärtää tai hallita. Vasta tällaisen tilan jälkeen voi astua esiin tietoinen pohtiva ajattelu, joka antaa merkityksiä itse teokseen ja sen tekemisen prosessiin. <sup>47</sup>

Terapeutin tapoja alustaa terapiatilannetta on erilaisia. Terapeutti toimii kuin seremoniamestari valmistaessaan riittävän rauhan ja tilan asiakkaan taiteen

---

<sup>46</sup> Rankanen 2009a, 37.

<sup>47</sup> Mantere 2009, 13.

tekemiselle.<sup>48</sup> Itse tekemiseen hän ei välttämättä puutu kuin tarvittaessa. Lopuksi terapeutti auttaa tuomaan ymmärrystä siitä, mitä taideprosessissa on tapahtunut, ja ohjaa asiakkaan takaisin arkielämän maailmaan ja rooleihin. Psykofyysinen prosessin tarkastelu on kuitenkin olennaisempaa kuin itse valmiin teoksen tarkastelu.<sup>49</sup> Toisaalta esimerkiksi maalaus antaa lopputuloksena konkreettisen objektin, johon voi palata jälkeensä. Käsittelylle onkin olennaista esteettinen etäisyys – ajallinen etäisyys tekemisen tuntemuksista, jotta kognitiivinen käsittely on mahdollista.<sup>50</sup>

Omakuva, erityisesti valokuva, etäyttää myös omasta itsestään ja antaa mahdollisuuden tarkastella itseään matkan päästä. Saman näen tapahtuvan myös maalauksessa – vaikka valokuva on ikonisempi kuin maalaus sisältää abstraktikin omakuva yhtenäisiä piirteitä kuvatun kanssa. Tässä ikonisuus tarkoittaa semiotiikan käsitettä, jossa kuva muistuttaa kohdettaan tai siinä koetaan olevan samoja piirteitä.<sup>51</sup>

Ovatko valokuvan ja maalauksen omakuvien etäisyydet tekijästään suhteessa toisiinsa? Valokuva on ikonisempi ja sen nähdään olevan lähempänä totuutta, mutta maalauksen prosessinomaisessa työskentelyssä kokemus on kokonaisvaltaisempi. Näkisin molempien medioiden kohtaavan ihmisiä eri tavalla. Ikonisuus tai indeksisyys (tieto siitä että valokuvaa varten on kuvattavan oltava olemassa) voivat olla myös este – todenmukaisuuteen tarttuminen voi sitoa niin, ettei ole mahdollista saavuttaa riittävää etäisyyttä tiedollisen pohdinnan edellytykseksi.

Itse prosessi ei ole välttämättä terapeutista. Koettua pitää tarkastella ja kokemukset sitoa arkeen ja omaan elämään. Tässä korostuvat sekä asiakkaan oma ymmärrys että terapeutin ohjaus.<sup>52</sup> Kuvataiteilijan työssä taiteilija itse, toinen

---

<sup>48</sup> Rankanen 2009b, 93.

<sup>49</sup> Rankanen 2009b, 95.

<sup>50</sup> Rankanen 2009a, 45.

<sup>51</sup> Seppänen 2004, 179.

<sup>52</sup> Hentinen 2009a, 171.

taiteilija tai hänen ystävänsä toimivat keskustelun vastakappaleena. On perusteltua pysähtyä miettimään mitä taiteen tekemisen aikana on tapahtunut, mitä kaikkea on mielikuvien tasolla kokenut ja mitä prosessi kertoo taiteilijasta itseltään. Siinä missä taide on tapahtunut tiedostamattomalla tunteiden tai aistien tasolla, kaoottisellakin kentällä, sen jäsentäminen tapahtuu tietoisella tasolla.

### 3.1 Mielikuvat ja taiteilijan kognitio

Taideterapia keskittyy paljon mielikuviiin. Mielikuvat ovat konkreettisia kuvia ja sanoja laajempia ja niihin liittyy paljon muiden aistien kokemuksia. Taiteen tekeminen on kokonaisvaltaista: siihen liittyy niin aistimuksellisia kuin kehollisia kokemuksia.<sup>53</sup>

Taiteilijan työ tapahtuu paljon kognitiivisella tasolla. Terapiassa tuo kognitiivinen taso lykätään taka-alalle ja siihen palataan vasta prosessin loppuvaiheessa. Taideterapiassa on myös olennaista ettei tekijä ole yksin tai eristynyt, vaan kontaktissa ryhmän tai terapeutin kanssa. Taiteilijan voi helposti kuvitella päätyvän yksinäiseen omaan työskentelyyn. Tämä ei kuitenkaan ole välttämätöntä. On mahdollista, jopa välttämätöntä, rakentaa yhteisöllisyyttä, ettei jumiudu paikoilleen. Konkreettisen tekemisen ja taiteen herättämien kysymysten yhteinen pohdinta on tärkeää ajatusten jäsentämiselle ja eteenpäin pääsemiselle. Tämän vertaiskeskustelun, ilman terapeutin vastuuta toki, koen toteuttavan osin samaa tarkoitusta kuin terapiaprosessin vastaanotetuksi tuleminen ja vastaanottamisen oppimisen kokemukset.

Vaikka teosta tehdessä voi syntyä voimakkaita kokemuksia, onko kuvataiteilijan työssä näyttely varsinainen katarsis? Julkinen esitys on kuitenkin se tilanne, jossa taide lopulta asettuu dialogiin ympäristön kanssa, sekä taidekentän että yksittäisten kokijoiden kanssa. Julkisessa näyttelyssä ei ole lempeää terapeuttia pohtimassa prosessin merkitystä, vaan kritiikki voi olla ymmärtämätöntä ja raakaa.

---

<sup>53</sup> Mantere 2009, 14.

Jungilaisesta lähtökohdasta taide ja sen symboliikka nousee samasta tiedostamattomasta kuin unet. Tässä valossa taiteilija on todella laittanut itsensä alttiiksi kaikessa työssään. Erityisesti tämä alttiiksi asettuminen korostuu, jos lukee omakuvaamisen vain tätä kautta. Kaikkien teosten tulkinta tästä lähtökohdasta ei kuitenkaan ole merkityksellistä.

Taideterapiassa saatetaan ottaa ennen teoksen tekemistä ajatuksiin jokin kysymys. Työskentelyn ajaksi kysymys laitetaan syrjään ja siihen palataan vasta kun tekemisen prosessia on jo jäsenneilty. Tällöin voi huomata, että prosessi tai teos on jo vastannut alkuperäiseen kysymykseen. Omasta tekemisestä ja prosessin vaiheista voi löytää myös yhteneväisyyksiä omiin arkielämän toimintamalleihin ja ongelmaratkaisuihin.<sup>54</sup>

Voidaan siis nähdä taiteen tukevan terapiaa. Taide itsessään ei ole kuitenkaan terapeutista ilman siitä saadun kokemuksen sitomista arkeen ja omaan elämään. Pelkkä kokeminen ei riitä.

Taiteen avulla moniaistinen mielikuva voidaan ulkoistaa konkreettiseksi symboliksi. Mielikuvan ja konkreettisen kuvan välillä tapahtuu vuorovaikutusta molempiin suuntiin.<sup>55</sup> Konkreettisten kuvien tekeminen tukee mielikuvien syntyä, ja mielikuvan tekeminen näkyväksi auttaa sen muuttamista ulkoisen symbolin muotoon. Taide tuo esimerkiksi tuskan näkyväksi ja hyväksytyksi.<sup>56</sup>

Haluaisin itse nähdä tämän jonkinlaisena säiliönä. Teos, jota tehdessä on voimakkaasti kokenut jonkin tunteen, tai joka herättää näitä tunteita, myös säilyttää ne tunteet. Tunteiden kokeminen turvallisesti vapauttaa niiden puristuksesta. Yhtä hyvin voi positiivisen tunteen kantaa tekemisen kautta mukanaan: teos muistuttaa siitä ja tunnetta voi ammentaa teoksesta itseensä jälkeensä. Konkreettinen kuva voi siis sekä antaa että ottaa pois. Taide voi olla väline purkamiseen tai positiivisuutta ruokkiva kasvualusta.

---

<sup>54</sup> Hentinen 2009a, 175.

<sup>55</sup> Hentinen 2009b, 146.

<sup>56</sup> Hentinen 2009b, 139.

Prosessin aikana katsetta ja havaintoa voi ohjata tietoisesti halutulla tavalla. Tämä onnistuu halutessaan taiteilijalta itsenäisestikin, vaikka vaatiikin varmasti enemmän struktuuria kuin terapeutin kanssa työskennellessä. Kohdentamista voi tehdä sekä ennen taiteen tekemistä, sen aikana että sen jälkeen. On myös mielekästä tehdä sitä kaikissa vaiheissa eri tavoin. Konkreettisen kysymyksen sijaan aihe saattaa nousta sisäisestä paineesta.<sup>57</sup> Turvallisuus ja sisäinen paine tuottavat merkityksellistä kuvastoa käsittelemättä jääneistä tai pinnallisesti käsitellyistä muistoista tai kärsimyksestä. Yksilölliset ja henkilökohtaiset kuvat voivat sisältää arkkityyppisiä ja kulttuurille ominaista symboliikkaa.

Näistä lähtökohdista lähes jokainen taideteos on omakuva. Tarkoituksellinen omakuvaaminen antaa kuitenkin vielä tarkemman suunnan, kun kysymys identiteetistä on läsnä työskentelyn jokaisessa vaiheessa. Omakuvan avulla voi peilata itseään ja mahdollistaa prosessin avulla oman itsen muuttumisen. Sen voi tehdä voimauttavana ja tukea positiivisia kokemuksia itsestä. Identiteettiin kuuluvien roolien jäsentäminen on mahdollista taiteellisen työn kautta. Myös omaa ruumiillista kuvaansa voi tutkia. Ruumiillinen kokemus tulee esiin myös tekemisessä itsessään. Tekemisen kautta voi opetella myös hyväksymään omaa vaihteluaan. Virheelliset tai häiritsevät kohdat voi peittää ja uudistaa tai hyväksyä osana teosta. Tärkeää on uskallus astua johonkin, joka ei ole täysin tietoisesti itsen hallinnassa.

Kokonaisvaltaiset mielikuvat ovat meille tärkeä osa itseämme. Niiden sanallistaminen voi olla vaillinaista tai jopa mahdotonta. Niitä voi ilmaista kuvallisesti ja kuvan tekemiseen ja kuvaan voi purkaa monitahoisen mielikuvan. Näin nähtynä taiteen tekeminen on voimakas tapa tulla nähdyksi, kuulluksi ja huomatuksi.

Omakuvan lukeminen tällaisen prosessin kautta ei ole kokijalle tarpeen. Tieto prosessista voi auttaa analyttiseen lukemiseen, mutta ei mielestäni ole tarpeellista tunteelliseen tulkintaan. Uskon tunteen välittyvän omakuvassa voimakkaasti. Taiteilijan sisäinen terapeutin prosessi ei kuitenkaan ole välttämätöntä, mutta mielestäni lisää teoksen aitoutta ja eräänlaista arvoa henkilökohtai-

---

<sup>57</sup> Mantere 2009, 19.

suudessa. Ei kuitenkaan ole tarpeellista, että katsoja lukee teoksen samalla tavalla kuin taiteilija on sen tarkoittanut. Jokainen tulkinta on omakohtainen ja heijastuu kokijan persoonan kautta. Taidekokemukselle olennaisinta on tiedon sijaan kokemus.

### 3.2 Maailman ihanin tyttö

Voimauttava valokuva ja Miina Savolaisen projekti ”Maailman ihanin tyttö” korostavat nähdyksi tulemisen kokemusta. Tässä projektissa valokuvaaja toteutti vuosien aikana usean lastenkotitytön kanssa omakuvia. Tytöt olivat mukana suunnittelussa, toteutuksessa ja lopulta kuvien valitsemisessa. Prosessi oli monelle vaikea.

Omakuvan kohtaaminen on vaikeaa. Siinä joutuu kohtaamaan itsensä. Omakuva huomauttaa myös siitä, miten armottomasti itseän voi suhtautua.<sup>58</sup> Pelkäänsä ulkoisten piirteiden kohtaaminen voi olla vaikeaa: itseään vertaa ihannekuvastoon tai kuvassa näkee vain itseään piinaavat piirteet. Yhtä lailla voi olla vaikea hyväksyä itsestään kaunista kuvaa, mikäli se ei vastaa minäkuvaa. ”Omakuvan hyväksyminen on itsen hyväksymisen metafora”, Savolainen kirjoittaa.<sup>59</sup>

Savolainen kertoo sekä Maailman kauniimmassa tytössä että omassa osuudessaan kirjassa ”Valokuvan terapeutin voima” siitä, miten tärkeää nähdyksi tuleminen on. Se, miten olemme tulleet nähdyksi, vaikuttaa itsetuntoomme ja näkemykseemme itsestämme. Lisäksi katsomiseen liittyy paljon merkityksiä ja valtaa.<sup>60</sup>

---

<sup>58</sup> Savolainen 2008, 153.

<sup>59</sup> Savolainen 2008, 178.

<sup>60</sup> Savolainen 2009, 219.

### 3.3 Katse ja katsoja

Katseen vallan teoriaa on pohdittu feminismiin piirissä paljon. Miehisen katseen teoriaa on perusteltu elokuvateorialla. Katseeseen perustuva media on rakentunut heteromiehen katseeseen naisesta – tässä näkemyksessä miehet ovat tekijöitä ja katsojia ja naiset taas katseen kohteita, jotka sekä asetetaan että asetuvat katsottaviksi.<sup>61</sup> Asetelma ei koske pelkästään elokuvia, vaan myös kuvataiteen historiaa ja mainoskuvien maailmaa.

Jos kuitenkin ajattelemme vallan olevan aina katsojalla, emme voi suoraan määrätä, miten meitä katsotaan. Psykoanalyttikko Jacques Lacan laajentaa katseen nähtävänä olemiseen: koska voimme koska tahansa olla alltiina katselle ja sen vallalle, määrittelee tämä sitä, miten muodostamme ulkoisen olemuksemme. Olemus määrittyy kulttuurin ihanteiden mukaisesti. Lacanin mukaan tämä ei ole riippuvaista siitä, miten vahvasti tiedostamme tilanteen, mutta rakenne voimistuu kun tulemme tietoisiksi katseesta esimerkiksi kameran läsnä ollessa.<sup>62</sup>

Hyvän esimerkin tästä antaa Logomossa esillä ollut videoteos ”Kesken”, jossa kuvattiin, miten malli silmin nähden rentoutui kameran edessä heti kun kuva oli otettu. Teos herätti aitouden ja esittämisen rinnastuksellaan.<sup>63</sup>

Meitä siis katsotaan jatkuvasti. Osa katseesta on vuorovaikutuksellista, osa taas yksisuuntaista. Haluamme tulla nähdyksi, mutta emme tietenkään halua, että katse arvottaa meitä. Usein kuulumme johonkin ryhmään, jonka emme haluaisi olevan ainoa meitä määrittävä piirre. Esimerkkinä tästä toimivat ”Maailman kaunein tyttö” -näyttelyn ja -kirjan mallit, jotka pelkäsivät tulevansa nähdyksi vain lastenkotilapsina, ei yksilöinä tai kauniina ihmisinä.

---

<sup>61</sup> Linker 1995, 232.

<sup>62</sup> Seppänen 2004, 166.

<sup>63</sup> Kella 2011.



Sen lisäksi, että omakuva on tapa tutkia itseään, keino hyväksyä itsensä ja keino parantaa itsetuntoaan, on se myös keino vaikuttaa valtaan. Omakuvassa voimme määritellä miten meitä katsotaan, mistä me kerromme, miten me raajaamme tämän näkymän. Tämä ei ole suoranaisesti dialogia. Itseilmaisun ainoa merkitys ei ole tulla ymmärretyksi: katsoja voi tavoittaa sen, mitä olemme kuvalla sanoneet, mutta se ei välttämättä ole merkityksellistä tai itsearvoista. Itse en koe merkittäväksi, että katsoja saa omakuvastani juuri saman mielikuvan tai tunteen kuin mitä minä olen siihen laittanut. Tämä olisikin mahdotonta, vaikka lähelle voikin päästä. Minulle tärkeintä on, että teos vaikuttaa – tunteen tai tuntemuksen syntyminen katsojassa on tärkeämpää kuin sen samankaltaisuus omani kanssa.

Omakuvaa määrittelevät sosiaaliset konventiot. Sanotaan, että taiteilija ei voi tehdä itsestään julkista monumenttia<sup>64</sup>. Omakuvaamisen voi tulkita myös narsistiseksi toiminnaksi. Taiteellisessa tai terapeuttisessa omakuvassa on sallittua tuntea negatiivisia tunteita – on hyväksyttyä olla vihainen, katkera tai rikkinäinen. Siinä missä terapeuttinen kuva on yksityinen tai jaettu korkeintaan ryhmän tai terapeutin kanssa, on taiteen kentälle tehty kuva julkinen.

Kärjistäen voidaan sanoa, että meiltä odotetaan siistiä, ehkä muodikasta tai ainakin iloista tai neutraalia ulkoista olemusta. Näin myös kuvissa, jotka yksityiselämässämme julkistamme perhealbumissa tai sosiaalisessa mediassa. Oma itseä edustava kuva sosiaalisessa mediassa usein on juuri edustava – olemme katseelle alttiina verkossa kuten reaalielämässä olemme nähtävänä julkisella paikalla. Jos kuvan luonne on yksityinen, henkilökohtainen tai terapeuttinen, saa se ilmaista asioita laajemmin. Taiteilijan tekemän omakuvan yksityisyys on tietenkin suhteellinen käsite: voiko julkiseksi tuotavaa kuvaa toteuttaa yhtä henkilökohtaisesti kuin itselle tehtyä kuvaa? Taiteellinen omakuva ikään kuin kutsuu katsojan peremmälle: tällaisena minä itseni näen. Se haluaa puhutella muita ihmisiä. Terapeuttinen kuva on vain itselle – se sijaitsee turvassa peiton alla pimeässä, minne kukaan muu ei näe.

---

<sup>64</sup> Palin 2011, 11.

Julkinen kuva ja yksityinen kuva kommunikoivat eri tavalla. Yksityinen perhealbumi kommunikoi eri yleisön kanssa kuin julkinen taidenäyttely. Molemmilla voi silti olla sama merkitys tekijälleen – oman visuaalisen järjestelmän luominen ja kuvien kautta kommunikointi. Janne Seppänen käsittelee kirjassaan Katseen voima visuaalisen järjestelmän käsitettä.<sup>65</sup> Visuaalinen järjestelmä on meidän ympäristömme visuaalisuus sellaisena kuin me sitä ylläpidämme. Se on myös osa identiteettiämme kuten ulkoinen habituksemmekin.

Kuvat voivat olla viestimerkityksensä mukaisesti erilaisia, mutta samat kuvat eri kontekstissa kertovat myös eri tarinaa. Yksityisen asettaminen julkiseksi voi tuoda käsittelyyn juuri sen tarvitun katarsiksen tai etäisyyden, joka mahdollistaa prosessin tiedollisen käsittelyn. Uskon myös, että itsetutkimuksen prosessit ja lopputulokset ovat mielenkiintoisia muille – olkoonkin se tirkistelyn halusta, yksilön tai ihmisyyden ymmärtämisestä tai sitten samaistumisen lähtökohdista nousevaa kiinnostusta.

---

<sup>65</sup> Seppänen 2004, 29.

## 4 ITSETUTKISKELUN PEILITALO

Jos kutsun omaa työskentelyäni sekä terapeutiksi että taiteeksi ja korostan prosessin merkittävyyttä, on tärkeää tässä vaiheessa pohtia mitä omassa prosessissani tapahtuu. Mistä omakuvani nousevat ja miten ne toteutetaan? Miten prosessi kulkee ja mikä on sen lopputulos? Mitä se merkitsee?

Ensisijaisesti koen, että omakuvaaminen on minulle sekä pakopaikka että pakomielle. Tarve oman itsen käsittelyyn nousee todennäköisesti juuri keskenreisistä prosesseista. Tämän pohtimisen tekee mahdolliseksi rauhallinen tila – minulle rauha tarkoittaa riittävää tyhjää aikaa ilman pakollisia tehtäviä, jotka painavat mieltä tai keskeyttävät päivän. Sisäinen maailmani voi olla hyvinkin äänekäs ja rauhaton. Itse taiteen tekemisen flow rauhoittaa sisäisen maailmani hetkeksi. Silloin keskityn täysin joko tekemisen tekniikkaan, fyysiseen toteuttamiseen tai tunnetilan purkamiseen teokseeni.

### 4.1 Tunneprosessikaavio

Kuvan synty alkaa usein jommallakummalla kahdesta tavasta. Joko minulla on jokin mielikuva kuvasta, jota luonnostelen, tai sitten selaan ideaa varten valokuvia itsestäni. Jokin kuvassa tavoittaa mielenkiintoni, ja tässä vaiheessa voi olla hyvinkin vaikea sanoa, mikä kuvassa erityisesti kiehtoo. Jos luonnostelu kynän kanssa (ehkä peilin avulla) ei riitä haluamaani tarkkuuteen, hankin itsestäni valokuvan joka vastaa ideaani. Tämän jälkeen luonnostelen kuvan sommittelua sekä värimaailmaa Photoshopilla. Se tuntuu luontevimmalta juuri tähän. Toisinaan luonnostelen vain värejä hyvin suurpiirteisesti ja toisinaan takerrun pitkällisesti yksityiskohtien työstämiseen.

Tämän jälkeen luonnostelen kuvaa maalaus pohjalle. Piirrosluonnoksen tarkkuus riippuu paljon omasta mielialastani. Saatan tuskastua täysin luonnosteluun ja kaivata nopeasti maalauksen tekemiseen, tai sitten voin jäädä piirtämään tarkasti kuvan esittävää osaa. Luonnostelun jälkeen on tärkeää pitää tauko. Pa-

rasta olisi, jos luonnos voisi olla työstämättä muutamia päiviä. Vähintään tarvitsen yön yli aikaa nähdäkseni luonnokseni paremmin. Valokuvan ottaminen luonnosvaiheesta auttaa näkemiseen, valokuva etäyttää konkreettisesta toteuttamisesta. Ajallinen ja fyysinen etäisyys auttavat tähän myös.

Tämän jälkeen siirryn maalaukseen. Jos käytän luonnoksena tulostetta valokuvasta, se toimii minulle värien tai valon ja varjon muistilappuna. Luonnos vapauttaa konkreettista työskentelyä, sillä jokaista sävyä tai muotoa ei tarvitse jäsentää hetkessä uudelleen. Tästä vaiheesta olen viimeaikoina pyrkinyt irrottautumaan ja jättämään päätöksiä enemmän sivellintyöskentelyn varaan. Irrottautuessa valokuvaluonnoksesta voi kuitenkin sävy maailma jäädä suppeammaksi, joten haen työskentelyssä tähän jonkinlaista välimuotoa.

Itse maalaus on usein uuvuttava ja raskas teko niin fyysisesti kuin henkisesti. Haen tunnetilaa, jossa hukkaan itseni välineen kera maalaukseen, tekoon ja sen jälkeiseen kokonaiseen lopputulokseen. Kertamaalauksissani tunne on ollut lähes väkivaltainen purkaus – valtavan tunteen vallassa työstän väripintoja millä tahansa, mikä käteeni osuu tai mikä tuntuu parhaimmalta. Lopulta havahdun todellisuuteen joidenkin tuntien päästä uupuneena. Työskentelystä saattaa herättää pelkkä uupumus, jokin fyysinen tuntemus tai jopa turhautuminen jonkin yksityiskohdan parissa.

Mitä voimakkaampi tunnetila minulla on maalatessani ollut, sitä henkilökohtaisempi kuva minulle on. Saatan rakastaa lopputulosta tai vihata sitä syvästi. Työn äärellä kokemus on usein ristiriitainen. Joskus kuva kertoo mielestäni hyvinkin tunteistani, mutta saatan käydä läpi voimakasta taistelua itseni kanssa siitä, onko jokin ”virhe” positiivinen vai negatiivinen asia kuvan kannalta.

Tämänkin vaiheen jälkeen tarvitsen aikaa irti teoksesta. Mitä suurempi tunne on ollut, sitä enemmän tarvitsen etäisyyttä teokseen: joskus voin palata sen pariin jo seuraavana päivänä, toiste on käynyt niin, että en pitkänkään ajan päästä tiedä, mitä kuva minulta vielä vaatii. Voimakkaan tunteen pariin voi olla vaikea palata. Pelkään sotkevani alkuperäisen tunteen ilmaisun eri päivän erilaisella tunnetilalla ja kuvan voiman siten heikkenevän. Toisaalta koen häiritseväksi

kuvassa näkyvät ongelmakohdat – ehkä sävy ei ole juuri oikea tai jokin asia on esittävyden kannalta häiritsevä.

Tähän orjallisesti mallikuvaa seuraavan lopputuloksen itse vaatimukseen olen suhtautunut kaksijakoisesti. Tiedostan, että minun tulisi oppia kärsivällisyyttä lopputuloksen hiomiseen siitä huolimatta, että henkilökohtainen jälkeni on suuri-  
linjainen ja karkea. Toisaalta koen, että hyväksymällä teoksen niin sanonut virheet opin hyväksymään itseäni epätäydellisenä ja virheellisenä, samoin kuin epätäydellisen jälkeni. Anatominen täydellisyyden hiominen kertoo työskente-  
lyssäni perfektionismista eikä palvele tunteitteni tai itseni ilmaisua teoksessa.

Teos saattaa kertoa, koska se on valmis, tai sitten olla puhumatta mitään. Saat-  
tan tietää suoraan, ettei minulla ole työlle enää mitään annettavaa. Joskus tie-  
dän melko hyvin, että jokin yksittäinen asia pitäisi vielä tehdä, ennen kuin voin  
sanoa olevani tyytyväinen. Joskus olen epätietoinen niin kauan, että on luovut-  
tava työstä – hyväksyttävä se sellaisena kuin se on.

En kuvaa aloittaessa välttämättä tiedä, mitä tunteita työstän teoksessani. Tämä  
saattaa valjeta luonnostelun jälkeen, kesken maalausprosessin, tai vasta teok-  
sen valmistuttua. Aina tunteet eivät ole sanallistettavissa, vaan ovat mielikuvia,  
joita on mahdoton avata muille tarkasti. Vasta tutkiessani kuvaa ja pohtimalla  
sen tarpeita alan nähdä, millaisen kuvan se minusta antaa. Joskus tämä tapah-  
tuu vasta kun en enää työskentele kuvan kanssa ja työn tekemisestä on kulunut  
riittävästi aikaa. Silloin pystyn sanomaan itselleni suoraan, mistä oikeastaan oli  
kyse, tai pystyn sijoittamaan sen henkilökohtaiseen historiaani. Kuva ei välttä-  
mättä liity mihinkään tarkkaan menneisyyden tai tulevaisuuden tapahtumaan.  
Joskus teoksen yhteys johonkin toiveeseen tai menneeseen on huomattavan  
kipeä kokemus, mutta samalla sen ymmärtäminen on vapauttavaa. Teoksen  
tekeminen ja sen aikana tunnetut tunteet ovat saattaneet purkaa jonkin padon,  
päästää tunteet viimeistä rippua myöten ulos minusta.

Tekeminen on sallittu tapa kokea tunteita. Monet tunteet ovat rumia eikä niitä  
halua tai kykene ilmaisemaan sosiaalisissa konteksteissa. Tunteiden ja mieliku-

vien kieltäminen johtaa kuitenkin pahaan oloon – on lähes aina parasta päästää tunne rakentavalla tavalla ulos ja lopulta päästää siitä kokonaan irti.

#### 4.2 Matkalla huomiseen kulkemalla eilisen kautta

Olen kokeillut kertamaalausta melkein vahingossa. Haluan jatkossakin pohtia kertamaalauksen rajoja. Ilmaiseeko kertamaalaus jotain vahvemmin vai onko ”korjattu” työ selkeämpi ja helpommin vastaanotettava taideteoksena? Milloin työ pitää lopettaa ja puuttuuko työn jatkaminen sen ilmaisuun ja sisältöön merkittävästi? Tähän ei minulla ole vastauksia: uskon että tätä voi tutkia vain konkreettisesti. Jokainen työ on tässä suhteessa erilainen ja toimii eri periaatteilla.

Työni ovat usein olleet hyvin synkkäsävyisiä. Käsittelen taiteen avulla helposti pahaan oloani, mutta olen myös pohtinut, miksi minun on vaikeaa kuvata itseäni onnellisena tai positiivisten tunteiden vallassa. Enkö koe onnellisuutta vai enkö halua kohdata itsestäni kuvia onnellisena? Ehkä en näe itseäni onnellisena ihmisenä? Tästä hyvänä esimerkkinä on työ, johon pyrin saamaan aikaan hymyn. Pitkällinen peiliin virnuilu kuitenkin tuotti lopputuloksena varsin pelottavan työn. Työn valmistuessa oli pakko nauraa itselleen: ”Tätäkö se on, minä hymyilen ja päädyn olemaan pelottava!” Lopulta annoin väkinäisen hymyn olla ja jatkoin työtä sen ehdoilla.



Kuva 6: Kaikki on ihan hyvin. Öljy kolmelle mdf-levylle, 3 X 43cm X 140cm. Anna Nummi 2012.

Olen pohtinut myös itsensä kaunistamista keinona luoda itsestään positiivisempaa minäkuva. Jos kuvaan itseni sankarina ja kauniina, voinko sen kautta nähdä itsessäni näitä piirteitä, muokata omakuvaani? Vähintään kuvan kaunistelulla on oleellinen merkitys vaikeiden tunteiden käsittelyssä. Korjasin eräässä Photoshop-luonnoksessa pitkään hampaitani koska en pystynyt katsomaan itseäni niin rikkinäisenä ja vielä kaiken lisäksi vinoilla hampailla! Lopputuloksen kannalta hampailla ei olisi ollut merkitystä, mutta sillä hetkellä tämän yksityiskohdan kohtaaminen oli liikaa.





Kuva 7: Petetty. Öljy levyille, 65cm X 90cm. Anna Nummi 2009.



Kuva on minulle edelleenkin tärkeä. Se toi päätepisteen eräälle tunnekimpulle, sain sanottua kaiken sen tuskan ja raivon mitä minussa oli. Teknisesti se ei ole erityisimpiä töitani, mutta henkilökohtaisuudessaan kuitenkin minusta paljon kertova.

Tavoittelen luonnosmaisuuuden ja herkkyyden yhdistämistä voimakkuuteen ja raakuuteen. Ihastun herkkiin ja ohuisiin kerroksiin maalauksessa, mutta vaatii pidättyväisyyttä ja harkintaa, jotta jälki jää esiin. Suuressa tunteen palossa herkkyyks peittyy raivokkaisiin kerroksiin, lisäämisen ja poisraapimisen hyökkäyksiin.

”Tämän olen ymmärtänyt 1–3” oli minulle henkilökohtainen haaste. Jaksanko keskittyä yhteen ainoaan kuvaan useamman maalauksen ajan? Miten paljon jaksan seurata esittävyttä olematta täysin luonnokseni vanki? Tästä sarjasta suosikkini on sarjan toinen työ, valkoisuuteen häviämisen ja raskaan esiin nousemisen tutkielma.



Kuva 8: Tämän olen ymmärtänyt 2. Öljy levyille, 140cm X 140cm. Anna Nummi 2012.

#### 4.3 Suhteeni omakuvaamiseen

Omakuvani ovat paljolti frontaalisia. Olenko siis ollut elämäncrisissä niitä tehdessäni vai onko se sommitelma, joka muuten kiehtoo minua? Väitteessä saattaa olla perääkin, takaisin katsoessa aikakaudet ovat olleet hyvinkin myrskyisiä.

Edelleen koen suurimpana haasteena kokovartalokuvan tekemisen. Koen kasvat tunteiden ilmaisun voimakkaimpana merkkinä, minuus asuu päässä. Yhtälailla ruumiillisuuteni on osa minua, mutta sitä on vaikeampi kohdata. Voisin tut-

kia käsiäni, jalkojani, varjoani, mutta kokovartalo-omakuva tuntuu mahdottomalta. Ainakin niin, että olisin siinä kokonaan näkyvissä. Pelkäänkö sen alastomuutta tai ilmaisua ja haenko jotain naamiota suojakseni? Olen myös pohtinut tunnetta, miten kokovartalokuva on kokonaisempi kuva itsestäni, mutta mahdoton tavoittaa, koska itsestään ei ole kokonaista kuvaa. Pystyäkseen tavoittamaan kokovartalokuvan minun pitäisi oppia näkemään se ajallisena sirpaleena ihan samalla tavoin kuin osakuvatkin.

Olen siis edelleen itseymmärrykseni ja tutkimiseni kanssa keskellä matkaa. Itsetutkimuksesta ei ole piirretty karttaa, voin vain itse hahmottaa ympäröivää maastoani ja pohtia, mihin suuntaan haluan kulkea. Näkökulma on kuitenkin aina minun itseni, ja minä määritän, miten teoksissani itseäni katson. Omakuvissani minun ei tarvitse asettua tietoisesti muiden asettamaan muottiin, vaan ainoastaan nähdä itseni ainutlaatuisena – sellaisena kuin olen.

Voin ilmaista itseäni ja kertoa, millainen olen, taiteeni avulla, mutta ei ole merkityksellistä ymmärretäänkö minut juuri samoin kuin olen itse teokseni kokenut. Tärkeämpää on tila sanoa kuvin sanottavansa, ilmaista ja tuntea. Ehkä kuvien ollessa kyseessä asetan merkittävämmäksi tunteiden välisen kommunikaation kuin tiedollisen analyysin.

Haluan ajatella, että oma kokemukseni omakuvallisista näyttelyistä kertoo edes vähän siitä, mitä omakuva voi yleisluonnollisesti katsojalleen antaa. Helene Schjerfbeckin omakuvien runsas sarja Ateneumissa oli minulle valtavan tunteellinen kokemus. Samaan aikaan sekä samaistuin vanhaan taiteilijanaiseen tai tunteeseen, jota luin hänen töihinsä, että tirkistelin hänen yksityiseen maailmaansa. Halusin lukea työt yksityisinä ikkunoina hänen sisimpäänsä. Samalla tunsin miten aikakaudesta riippumatta ihmisyyden on samankaltaista. Koin ymmärtäväni juuri tätä taiteilijaa paremmin omakuvien kautta, ja tämän vuoksi koin ymmärtäväni hänen muuta tuotantoaan syvemmin.<sup>66</sup>

Uskon että näiden prosessien näkeminen on muille mielekästä. Haluan antaa taiteellani vilauksen ihmisyyteen, siihen osaan josta voin varmasti jotain kertoa.

<sup>66</sup> Helene Schjerfbeck, Ateneum 2012.

Terapeuttilisten piirteiden läsnäolo ei tee taiteesta vähempää, ainoastaan henkilökohtaisempaa. Omakuva on nykytaiteen kentässä elävä ja monimuotoinen lajityyppi, joka tuskin heti on menettämässä sijaansa. Ihmistä kiinnostaa ihmisyyden syys.

## 5 LOPUKSI

Olen lopputyössäni käynyt läpi omakuvaamisen historiaa eri kannoilta. Historian ymmärtäminen auttaa jäsentämään omakuvaamisen syitä ja merkityksiä. Se on välttämätöntä, jotta voi ymmärtää omaa kulttuurin tuomaa näkemystään omakuvaamiseen ja omaan omakuvalliseen työskentelyyn.

Tutustuin myös taideterapian menetelmiin ja käsitteisiin. Taideterapia ammentaa kuvataiteen erityisyydestä terapian tueksi. Teenkö taideterapiaa vai terapia-aidetta? Tähän voin vastata vain tekeväni taidetta, joka saattaa olla itselleni terapiaa. Terapia vaatii kuitenkin systemaattista työskentelyä ja ohjausta. Taiteilijan ammatillinen työ ei ole terapiaa, vaikka sillä voi olla samoja terapeuttisia piirteitä.

Vanhempien feminististen teorioiden kautta olen pohtinut kuvien voimaa ja katseiden merkitystä omakuvalle. Teoriat eivät ole antaneet mitään ehdotonta sukupuolittunutta vastausta, vaan joitakin raameja ymmärtää, millaista valtaa voin teoillani ottaa takaisin itselleni. Vain me itse voimme kertoa oman tarinamme.

Omakuvaaminen tarjoaa monia tapoja tukea itseään. Omakuva on tapa purkaa asioita, mutta myös tapa rakentaa. Käsittelemällä itseään sankarina voi ymmärtää, miten suuria voimavaroja itsessä on. Me olemme jokainen oman elämämme päähenkilö ja sen sankari. Sankariteot ovat parhaimmillaan arkisia kuten Magnus Scharmanoffin ”Sankariveljekset”<sup>67</sup>. Olen itse kokenut elämässäni sen riemun, kun kaupassa käyminen on äkkiä ollutkin helppoa. Silloin vasta ymmärtää, miten paljon itsessään on voimaa: kyseessä ei aina ole ollut yksinkertainen arkinen ohimennen suoritettu teko.

Oman prosessini pohtiminen on auttanut ymmärtämään toistuvia kaavoja ja kohtia, joissa niistä haluan poiketa. Ymmärtämällä, missä olen tällä hetkellä, voin katsoa tulevaisuuteen avoimemmin. Polku selkiytyy, peilitalon sirpaleisista

---

<sup>67</sup> Scharmanoff 2011, 139.

heijastuksista muodostuukin sarja eheitä kuvia. Oman työskentelyni jäsentäminen on kuitenkin tuonut paljon uusia kysymyksiä, konkreettiset vastaukset suuriin pohdintoihin jäivät vielä matkan päähän. Vastaukset eivät ole tässäkään työssä olennaisin tavoite, kysymysten pohtiminen ja uusien ilmaantuminen on tärkeämpää.

Tulen jatkamaan omakuvallisen työskentelyn parissa. Toivon rohkeutta muille ihmisille omaelämäkerralliseen tai omakuvalliseen työskentelyyn ja muiden tekemien teosten kohtaamiseen. Me ihmiset olemme toisillemme peili.

## LÄHTEET

- Ahtola-Moorhouse, L. 2000. Helene Schjerfbeck: Ja kukaan ei tiedä millainen olen. Helsinki.
- Borzello, F. 2001. Behind the image. Teoksessa Rideal, L. (toim.), Mirror, mirror: Self-portraits by women artists. London.
- Chadwick, W. 2001. How do I look? Teoksessa Rideal, L. (toim.), Mirror, mirror: Self-portraits by women artists. London.
- Egon Schiele. Viitattu 6.11. 2012. <http://www.egon-schiele.net/biography.html>.
- Helene Schjerfbeck. Ateneumin taidemuseo. Helsinki. 01.06.2012 – 14.10.2012. Näyttely ja johdantoluento.
- Helsingin Sanomat. 2009. Viitattu 19.11.2012.  
<http://www.hs.fi/kulttuuri/artikkeli/1135245700926>.
- Hentinen H. 2009a, Työskentelyn loppuun saattaminen. Teoksessa Rankanen, M. Hentinen, H. & Mantere, M-H. Taideterapian perusteet. Helsinki.
- Hentinen H. 2009b, Monitasoinen merkitysten muotoutuminen. Teoksessa Rankanen, M. Hentinen, H. & Mantere, M-H. Taideterapian perusteet. Helsinki.
- Ivy, J. The exploration of self – what artists find when they search in the mirror. Viitattu 6.11.2012. <http://userpages.umbc.edu/~ivy/selfportrait/>.
- Kella, M. 2011. Kesken. Näyttelystä Liisa ihmemaassa. 16.1.–18.12.2011. Logomo, Turku.
- Krauß, A.-C. 1995. Maalaustaiteen historia renessanssista nykypäivään. Saksa.
- Liikkanen, L. A. 2008. Luovuuden psykologiaa. Viitattu 6.11.2012  
[http://i.org.helsinki.fi/lassial/opetus/psykologia/luovuuden\\_psykologia\\_2008](http://i.org.helsinki.fi/lassial/opetus/psykologia/luovuuden_psykologia_2008) > LuoPsy Luento-kalvot 1–5 (PDF).
- Linker 1995. Representaatio ja seksuaalisuus. Teoksessa Rossi, L.-M. (toim.) 1995. Kuva ja vastakuvat, sukupuolen esittämisen ja katseen politiikkaa. Helsinki.
- Mantere M.-H. 2009. Taiteen ja terapian yhteinen kuva. Teoksessa Rankanen, M. Hentinen, H. & Mantere, M-H. Taideterapian perusteet. Helsinki.
- National Trust Images. Viitattu 9.11.2012. <http://nttreasurehunt.wordpress.com/2010/10/06/a-yorkshire-treasure-house/>.
- Oulun taidemuseo, 2011. Omakuvagalleria. Viitattu 6.11.2011.  
<http://omakuvagalleria.ouka.fi/omakuvagalleria.html> .
- Palin, T. 2011. Esipuhe. Teoksessa Tanskanen, I. (toim.) Omakuva on jokaisen kuva. Turku.
- Rankanen, M. 2009a. Taideterapiassa vaikuttavia ydinprosesseja. Teoksessa Rankanen, M. Hentinen, H. & Mantere, M-H. Taideterapian perusteet. Helsinki.
- Rankanen, M. 2009b. Työskentelyn eteneminen taideterapiassa. Teoksessa Rankanen, M. Hentinen, H. & Mantere, M-H. Taideterapian perusteet. Helsinki.
- Rossi L.-M, Soinio K. 2011. Uudelleen esittämistä itsen kuvin. Teoksessa Tanskanen I. (toim.) Omakuva on jokaisen kuva. Turku.

Savolainen, M. 2008. Maailman ihanin tyttö. Helsinki.

Savolainen 2009. Voimauttava valokuva. Teoksessa Halkola, U., Mannermaa, L., Koffert, T. & Koulu, L. (toim.), Valokuvan Terapeuttinen voima. Helsinki.

Scharmanoff, M. 2011. Kohti miesidentiteetin ydintä. Teoksessa Tanskanen I. (toim.) Omakuva on jokaisen kuva. Turku.

Self-portrait. 2012. Viitattu 6.11.2012. [http://en.wikipedia.org/wiki/Self\\_portrait](http://en.wikipedia.org/wiki/Self_portrait).

Seppänen, J. 2001. Katseen voima. Kohti visuaalista lukutaitoa. Tampere.

The Museum of Modern Art. Viitattu 6.11.2012.

[http://www.moma.org/collection/artist.php?artist\\_id=4164](http://www.moma.org/collection/artist.php?artist_id=4164) > Introduction.

Tolonen T. 2008. Taiteen filosofia. Luentosarja Turun Ammattikorkeakoulussa.