

En skådespelares självförtroende

Lauri Tarvainen

Examensarbete för Scenkonstpedagog (YH)-examen

Utbildningen för scenkonst

Jakobstad 2023

EXAMENSARBETE

Författare: Lauri Tarvainen

Utbildning och ort: Musik och Scenkonst Jakobstad

Inriktning: Scenkonstpedagog

Handledare: Joel Forsbacka

Titel: En skådespelares självförtroende

Datum: 16.4.2023 Sidantal: 23

Bilagor: 1

Abstrakt

I detta examensarbete behandlar jag självförtroende ur en utövande konstnärs synvinkel, samt hur publikens respons och bekräftelse påverkar en skådespelares prestation. Jag reflekterar mycket över mina egna erfarenheter som skådespelare och jämför processerna med varandra. Det största fokuset ligger på mitt konstnärliga slutarbete *Taiteltu Paperi*, eftersom den är självskriven och därför mest personlig. Jag kommer också att fördjupa mig mera i begreppen självförtroende och självkänsla, och diskutera hur de påverkar varandra. Jag utgår mest ifrån mina egna upplevelser om hur mitt självförtroende har påverkat mina skådespelararbeten, och försöker objektivt analysera hurdana problem jag har stött på och vad har löst dem. Jag har även intervjuat tre stycken professionella skådespelare om ämnet, och jämför deras upplevelser med mina egna.

Språk: svenska

Nyckelord: självförtroende, bekräftelse, självkänsla

OPINNÄYTETYÖ

Tekijä: Lauri Tarvainen

Koulutus ja paikkakunta: AMK Novia Pietarsaari

Suuntautumisvaihtoehto: Näyttämötaide

Ohjaaja(t): Joel Forsbacka

Nimike: En skådespelares självförtroende

Päivämäärä 16.4.2023

Sivumäärä 23

Liitteet 1

Tiivistelmä

Tässä opinnäytetyössä tarkastelen itseluottamusta esittävän taiteilijan näkökulmasta. Tutkin myös, kuinka yleisön vastaanotto sekä hyväksyntä vaikuttaa näyttelijän suoritukseen. Lähdemateriaalina tulen käyttämään paljon omia kokemuksiani näyttelijänä, muun muassa vertailemalla kokemuksiani eri projekteista keskenään. Keskiössä tulee olemaan taiteellinen lopputyöni *Taiteltu Paperi*, koska se on minun itseni kirjoittama ja täten kaikista henkilökohtaisin. Aion myös perehtyä syvemmin termeihin itseluottamus sekä itsetunto, ja pohtia kuinka ne ovat vuorovaikutuksessa keskenään. Pyrin objektiivisesti analysoimaan, miten itseluottamukseni on vaikuttanut näyttelijäntyöhöni, minkälaisiin ongelmiin olen törmännyt, ja miten olen löytänyt niihin ratkaisun. Olen myös haastatellut kolmea ammattinäyttelijää aiheeseen liittyen, ja vertailen heidän kokemuksiaan minun omiini.

Kieli: ruotsi

Avainsanat: itseluottamus, hyväksyntä, itsetunto

BACHELOR'S THESIS

Author: Lauri Tarvainen

Degree Programme: Bachelor of Performing Arts

Specialisation:

Supervisor(s): Joel Forsbacka

Title: En skådespelares självförtroende

Date 16.4.2023

Number of pages 23

Appendices 1

Abstract

In this masters-thesis, I am discussing self-confidence from the point of view of a performing artist. I am also going to study how the response and acceptance of an audience will affect the performance of an actor. As source, I will use my own experiences as an actor, and compare my experiences of two different productions in which I've worked in as an actor. The main focus will be on my artistic final-exam theater production *Taiteltu Paperi*, because it is self-written, and therefore the most personal for me. I will also explain the difference between the terms self-confidence and self-esteem, and explore how they interact with each other. I strive to analyze as objectively as possible how my self-confidence has affected my work as an actor, what type of problems I've faced, and how I have solved the problems. I have also interviewed three professional actors according the theme, and I'm going to compare their experiences with my own.

Language: swedish

Key words: self-confidence, acceptance, self-esteem

Innehållsförteckning

Innehållsförteckning.....	4
1 Inledning.....	1
2 Bakgrund.....	1
2.1 Taiteltu Paperi vs. Charlie	2
3 Självförtroende och självkänsla.....	3
3.1 Positiv respons och dess påverkan.....	5
3.2 Regissörens påverkan på skådespelarens självförtroende.....	6
4 Intervjuer kring temat.....	7
4.1 Analys av intervjuarfrågorna	7
5 Rollarbete.....	11
6 Taiteltu Paperi - från enstaka bilder och idéer till en föreställning	13
6.1 Problem, rädslor och bekräftelse	16
6.2 "Sakari Mäenpää - Finanssivalvoja"	18
6.3 Taiteltu Paperi - slutsats	20
7 Slutord.....	21
Källor	23
Bilaga.....	24

1 Inledning

Under mina studier och erfarenheter inom teater, har jag märkt hur beroende jag själv är av andras bekräftelse. Min största fiende och hinder som skådespelare är mitt eget självförtroende - eller snarare sagt bristen på det. Självförtroendet har inte enbart påverkat mitt arbete inom teater, utan också vardagliga livet. Jag har kämpat med självförtroendet så länge jag minns, och i detta examensarbete försöker jag undersöka varför det har varit så. Eftersom problemen har kommit allra tydligast fram för mig under mina teaterstudier, kommer mitt huvudsakliga fokus i detta arbete ligga i skådespeleri. Hur kan jag komma över mina mentala blockader och bara släppa loss på scenen? Varför kommer mitt ego och självförtroende så ofta i vägen? Dessa frågor kommer jag att diskutera. Jag hoppas att du som läsare hittar något nytt och får någonting att tänka på när du läser detta arbete.

2 Bakgrund

Skådespeleri är väldigt personligt för att skådespelaren måste utsätta sig själv permanent för offentligheten med hela sig själv. Du arbetar med din egna kropp, din egna röst, dina egna minnen och du blir konstant betraktad av andra. Även om du har en roll som du gestaltar, så utgår du ändå alltid från dig själv, och därför kan rollen lätt bli personlig. Att vara personlig och skör på scenen behöver inte betyda att jag måste ha egna erfarenheter av själva ämnet eller temat som pjäsen behandlar. Jag anser att det snarare har att göra med att du skall ha empati och förståelse för din roll och de sceniska situationerna. Detta poängterar också skådespelaren Ian McKellen i en intervju med Kenneth Plume för IGN.

“Acting is a very personal process. It has to do with expressing your own personality, and discovering the character you’re playing through your own experience – so we’re all different” - Ian McKellen (Plume, 2000)

Under arbetsprocessen av *Taiteltu Paperi* stötte jag flera gånger på moment där jag tvekade på mitt egna koncept. Det kändes att temat var för vagt, för allmänt, för flummigt, för stort, för existentiellt osv. Vissa av scenerna kändes för löjliga, för karikerade, för barnsliga. Jag kunde nästan inte föreställa mig att någon skulle tycka att det är bra. Jag jämförde mig själv och mitt arbete hela tiden med andra, och kände ett enormt

mindervärdeskomplex. Som tur var, hade jag en regissör, Peik von Essen, som uppmuntrade mig och lyfte upp mig då jag sjönk ner i mindervärdeskomplexet.

Att jämföra sig själv och sitt arbete med andra är något som har påverkat mig hela mitt liv. Det är otroligt hur mycket genuina komplimanger kan lyfta upp en, och få en att känna sig väldigt bra och duktig. Medan den minsta lilla kritiken får en att tvivla på alla sina val och kunskaper. Fast man skulle få 10 positiva kommentarer och två kritiska kommentarer, även om de är uttryckta i en konstruktiv form, är det de kritiska kommentarerna som fastnar. Konstruktiv kritik är kritik vars syfte är att hjälpa en arbetsprocess att utvecklas och föra arbetet framåt. Det strävar efter att hjälpa personen eller arbetsgruppen att komma vidare i sitt arbete och att hitta nya lösningar. Konstruktiv kritik innehåller både positiva och negativa kommentarer om innehållet i arbetet. Man kunde säga att konstruktiv kritik är summan av positiva och negativa kommentarer.

Jag börjar oftast överanalysera de negativa kommentarerna jag får, och glömmer eller ignorerar de positiva kommentarerna. Detta leder till att mitt skådespelararbete börjar kännas frustrerande och i värsta fall till och med hopplöst.

2.1 Taiteltu Paperi vs. Charlie

Till näst kommer jag att jämföra mina skådespelarprocesser i pjäsen *Taiteltu Paperi* och pjäsen *Charlie*, där jag också jobbade som skådespelare för en skolkamrats examensarbete. I *Taiteltu Paperi* hade jag skrivit manuset själv. Rollen i *Taiteltu Paperi* var en man som har fastnat i ett ekorrhjul och får en existentiell kris. Jag ville att rollen framkommer som patetisk och löjlig, men samtidigt sympatisk. I *Charlie* spelade jag ett mjukisdjur som vaknar till liv. *Charlie* handlade om en man som förlorat sin son i en bilolycka, och beskyller sig själv för det. Sorgen och skuld känslorna han kämpar med leder honom in i alkoholism. "Charlie" var den avlidne sonens favorit-mjukisdjur. En dag vaknar Charlie till liv, och hjälper pappan att komma över skuld känslorna och alkoholismen. Rollerna var alltså väldigt olika. I *Taiteltu Paperi* tvivlade jag mycket på ifall mitt syfte kommer tillräckligt bra fram och ifall publiken förstår vad jag faktiskt försöker säga med rollen.

I *Charlie* försökte jag få rollen så realistisk och lekfull som möjligt. I *Charlie* spelade jag ett mjukisdjur som vaknar till liv, så det var viktigt att rollen skulle framkomma som en väldigt energisk och lekfull karaktär. Det tog mig länge att hitta lekfullheten och en naiv, barnlig energinivå. Jag hade en scen där jag skulle leka pirat som mjukisdjuret. Speciellt

under den scenens övningar kände jag mig låst och även lite löjlig och pinsam på ett sätt som hindrade mig att släppa loss. Här var det enbart mitt ego som kom i vägen. Förmågan att skratta åt sig själv och att våga vara löjlig på scenen fanns inte. Det var först när vi började jobba med mitt kroppsspråk som jag började få grepp om min roll. Tillsammans med regissören Julia Hellén hittade vi en gångstil och hållning åt Charlie som jag sedan kunde arbeta vidare med. Efter det kändes det mycket friare och lättare för mig att fortsätta rollarbetet. Jag hade lättare att släppa alla spänningar i kroppen, vilket ledde till att rollen blev mycket mera levande på scenen. Det ledde dessutom till att jag hade lättare att hitta lekfullheten i rollen som tidigare hade saknats.

I båda rollarbeten satte sig de sista pusselbitarna på plats för mig när vi bjöd in våra studiekamrater och kolla på repetitionerna. Allting jag trodde att var dåligt och otydligt, tyckte publiken var bra och tydligt. Jag blev också bekväm med att vara löjlig och barnslig i rollen som Charlie, då jag märkte att publiken njöt av det. Det var märkvärdigt hur mycket publikens positiva feedback satte igång ett helt annat flöde i arbetet. Jag fick en helt ny tillit till mitt arbete och vågade spela större och började njuta av skådespelandet. I scenerna som jag förut tyckte var löjliga och platta hittade jag nu en helt ny glädje, och vågade utforska mitt skådespelande också i andra scener av pjäsen. Jag fick luft under vingarna. Det enda som krävdes var skratt och reaktioner – positiv respons - från publiken, och så började rollarbetet flöda.

Jag undrar vad det är som händer i mig då jag får positiva reaktioner från publiken. Jag vet att ända sen jag var liten har jag njutit otroligt mycket av att få människor att skratta. Jag brukar ganska naturligt ta rollen som den stereotypiska "klassens clown" då jag känner mig bekväm i en grupp. Samma händer på scenen. Beroende på rollen, så vill jag väcka djupa känslor eller skrattreaktioner i åskådaren. I dessa två produktioner hade jag en passande komisk roll att gestalta, och efter skratt från publiken kunde jag lättare lita på mig själv.

3 Självförtroende och självkänsla

Vad är självförtroende? Enligt hemsidan 1177.se, som är en välbesökt svensk hemsida för information om vård, är självförtroende din känsla av att lyckas med det du gör. En person med ett starkt självförtroende litar på att hen kommer att klara av olika utmaningar och uppgifter. När en person lyckas med något, växer hens självförtroende, och då

självförtroendet växer, så växer också tilliten till att det skall gå ännu bättre i framtiden. Det är en sk. positiv cirkel.

Självförtroendets styrka kan variera beroende på situationen. Vissa kan ha ett starkt självförtroende när det kommer till arbetsrelaterade uppgifter, medan de å andra sidan kan ha svagt självförtroende i sociala situationer, till exempel.

Självkänsla betyder hur du värderar dig själv. En person med stark självkänsla känner att hen duger som hen är, upplever att hen förtjänar kärlek och respekt, och tar sina egna behov på allvar. Självförtroende och självkänsla hänger oftast ihop, även om självförtroendet kan vara starkt medan självkänslan kan vara svag. En person med starkt självförtroende men svag självkänsla litar på att hen kan prestera en uppgift bra, men har svårt att känna att hen duger som person som hen är. (Magnusson Österberg, 2021).

Så här definierar såväl 1177.se självförtroende och självkänsla. Enligt denna definition, tolkar jag att en skådespelare inte nödvändigtvis behöver ha en bra självkänsla, utan det räcker med att lita på sin arbetsuppgift, dvs. ha ett gott självförtroende istället. Enligt mina egna upplevelser så tycker jag dock att en god självkänsla som skådespelare är till och med viktigare än ett gott självförtroende. En god självkänsla som skådespelare påverkar också självförtroendet i ett positivt syfte. Som jag i tidigare kapitel nämnt, är skådespelandet oftast personligt och skört, och därför är det tryggt att ha en god självkänsla, som i detta fall producerar ett bättre självförtroende. Då jag känner mig själv och vet vem jag är och vad jag är kapabel till, blir det lättare för mig att mera objektivt undersöka mitt arbete och ta mera objektivt emot konstruktiv kritik. Då har jag en realistisk distans till rollen och mitt arbete och kan hälsosamt skilja mellan mig som person och mitt arbete.

I min pjäs *Taiteltu Paperi* ville jag att publiken kunde reflektera över sitt egna liv och våga gå mot sina drömmar utan att bry sig om samhällets strukturer eller förväntningar. Jag anser att syftet och temat med föreställningen handlar också om självförtroende och självkänsla. Att våga lyssna på sitt inre och förverkliga sig själv kräver självförtroende, och att hitta sin dröm och passion kräver självkänsla och självkänedom. I *Taiteltu Paperi* har karaktären en kamp med sig själv och omgivningens förväntningar. Under pjäsens lopp börjar han så småningom hitta sig själv och sin passion och det förstärker hans självkänsla,

och till sist leder det till att han hittar självförtroende och mod att släppa loss och förverkliga sig själv.

3.1 Positiv respons och dess påverkan

När jag arbetar med något personligt och känsligt som jag själv har skapat, något som är betydelsefullt för mig själv, är rädslan för att misslyckas ännu större än vanligt, eftersom då berör arbetet såväl självförtroendet som självkänslan. Då öppnar man sitt inre, och vågar vara skör framför publik. Ifall att arbetet blir kritiserat, känns det som att man blir kritiserad som person. Även den minsta lilla kritiska kommentaren kan kännas som en personlig förolämpning.

Det finns en metod då man ger feedback som kallas för “two stars and a wish”. Det betyder att då man ger feedback, skall man först säga två positiva kommentarer och till sist ett önskemål för nästa gång/försök. Det kan vara bra att ha i baktankarna då man ger feedback, men å andra sidan tycker jag att vuxna människor inom yrkeslivet borde kunna skilja konstruktiv kritik från personlig förolämpning, även om jag just förklarat hur svårt det kan vara då man jobbar med något personligt, skört och betydelsefullt. Därför borde man också vara medveten om “risken” av att jobba konstnärligt med något som är väldigt personligt för en. Man måste vara färdig att ta emot feedback och kunna distansera sig tillräckligt från sitt arbete.

Jag menar att som skådespelare kan man inte alltid förvänta sig eller räkna med att varje regissör skulle vara lika “snälla” med sin feedback, det vill säga att flera regissörer eller arbetsledaren hoppar över “two stars”- delen och ger enbart konstruktiv feedback. Jag har haft tur med regissörer jag har jobbat med, eftersom nästan alla har på förhand sagt att de kommer att kommentera enbart på det som skall förbättras. Allt som de inte nämner i feedbacken är bra. Då känner jag mig genast tryggare att bjuda på mig själv och pröva på olika sceniska lösningar. Det matar min kreativitet. Positiv respons får mig att känna mig bra och får mig att lita på mig själv.

Också publikens reaktioner och respons är väldigt viktiga för mig, och jag får så mycket mera energi av det. Ifall jag som skådespelare under första momenten i en pjäs hör skratt eller reaktioner från publiken, väcker det en otrolig tillit i mig över mitt arbete. Då känns det som att jag har blivit bekräftad från publiken, och det gör att jag känner mig tryggare i mitt skådespelande och vågar njuta av stunden. Jag minns under föreställningarna av *Taiteltu*

Paperi där jag redan i första scenen hörde skratt från publiken, hur mycket liv det gav åt mig. Då kändes det som om jag hade publiken i mitt grepp, och jag vågade njuta av varje sekund. Jag kände mig inte mera för nervös och jag vågade ta det lugnt på scenen och verkligen leva i stunden. Samma har hänt även i tidigare arbeten, men känslan hade jag som starkast under *Taiteltu Paperi*.

Även om jag lever på publikens reaktioner och respons, så är det viktigt för mig att komma ihåg att det inte nödvändigtvis berättar någonting om hur själva föreställningen har gått. Ibland har det hänt att publiken har varit väldigt reaktiv och jag har känt att föreställningen och min prestation rullar på med ett bra flöde. Men efter att föreställningen har tagit slut och adrenalinet i kroppen har lagt sig, så har jag märkt att det inte för så bra som jag i stunden trodde att det gick. Jag har kanske fått för mycket energi från publiken och har då stundvis tappat koncentrationen eller kontrollen. Detta kan leda till att man till exempel har förbråttom med replikerna och ökar omedvetet på tempot av skådespelandet. Det kan naturligtvis hända också tvärtom. Fast publiken skulle vara knäpptysta genom hela föreställningen, så betyder det inte att det skulle ha varit en dålig föreställning eller att publiken inte skulle ha njutit av den. Det finns också en risk för mig att jag börjar försöka för hårt att få reaktioner från publiken ifall de är knäpptyst. Då lider mitt skådespelande och jag sätter mig själv i en situation där jag är för mycket beroende av publikens reaktion.

Jag anser att teater som konstform är beroende av publik, men kvalitén av en teaterföreställning eller skådespelarprestation borde inte vara beroende av publik. Publikens positiva respons ger mig självsäkerhet och tillit, men jag kan inte låta mig själv falla för mycket in i bekvämlighetszonen och tappa koncentrationen. Det gäller att hitta en bra balans mellan det trygga och säkra och det spännande och osäkra.

3.2 Regissörens påverkan på skådespelarens självförtroende

Regissören är arbetsledaren. Det är i slutändan på regissörens ansvar hurdan arbetsmiljö det byggs upp och vad stämningen inom ensemblen är. Processen börjar redan från auditionerna. Om en regissör är krävande och pedantisk, betyder det inte automatiskt att stämningen skulle vara dålig. Tvärtom, ibland kan en krävande och punktlig miljö få ut det bästa av en skådespelare. Det kan ge en känsla av att regissören vet vad hans skådespelare är kapabla till och litar på dem till hundra procent, och därför kräver mycket från dem.

Det går också tvärtom. En regissör som inte är så krävande och mera koncentrerar sig på att skapa en positiv stämning där det viktigaste är att alla skall ha roligt, kan det också vara skadligt för en skådespelares självförtroende. Om en konstnär inte får förverkliga sig själv på ett tillräckligt utmanande plan, kan hela processen kännas onödig och omotiverad. Jag har själv haft äran att jobba med flera bra regissörer. För mig personligen passar en krävande och punktlig registil bäst. Jag faller lätt in i det trygga och bekväma om regissören är för slapp. Det är viktigt för mig att stiga ur bekvämlighetszonen i varje produktion jag är med i, och till det behöver jag en regissör som möjliggör det. En regissör som lyckas skapa en omgivning där skådespelarna utmanar varandra och får det bästa ut från varandra, men på ett respektfullt sätt.

4 Intervjuer kring temat

Jag har intervjuat tre personer, varav två har erfarenhet både som skådespelare och regissör, för mitt slutarbete. Frågorna jag ställde de intervjuade var:

1. Har du haft problem med ditt självförtroende i ditt arbete?
2. Hur har problemen framkommit konkret?
3. Hur har du överkommit problemen?
4. Vad kan regissören göra för att hjälpa en skådespelare med dåligt självförtroende?
5. Hur mycket är det på regissörens ansvar att hjälpa skådespelaren?

Intervjusvaren är översatta från finska till svenska. Intervjusvaren hittas i bilagorna.

4.1 Analys av intervjufrågorna

Fråga 1: Har du haft problem med ditt självförtroende i ditt arbete?

Jag tycker att Markus Järvenpää beskriver bra hur han har känt sig sämre än andra. Även om han nämner att det var specifikt inom musikrelaterade övningar, så kan jag relatera till hans svar. Jag har själv också upplevt att jag känner mig sämre än andra, och särskilt om det finns något område som jag inte känner mig vara bekväm i, som till exempel dans. Då

kan jag känna mig som en sämre skådespelare i helheten. Det har skett speciellt ifall jag har varit på inträdesprov eller auditions. Då har jag jämfört mig själv med andra och byggt upp en sanning i mitt huvud om att alla andra måste vara betydligt bättre och mer erfarna än jag.

Eero Ritala tycks inte ha haft större problem med självförtroendet inom skådespelandet, och han verkar ha haft en ganska realistisk bild av sig själv och sitt arbete. Jag anser att det han nämner är en ideal situation att befinna sig i som en skådespelare. Att lyckas ha en hälsosam relation till sig själv och sitt arbete är något jag själv också strävar efter. Han nämner däremot att han kämpar med sitt självförtroende i varje sak han gör, och att det är uppfriskande att det måste uppbyggas varje gång. Det är intressant, och jag håller med om att det är hälsosamt att inte vara för självsäker eller bekväm. Då tycker jag att man håller "fötterna på jorden" och sig själv nyfiken. Det för ens utveckling framåt då man är medveten om att man inte kan eller vet allt.

Kaisa Leppänen talar mera om osäkerheten av konstnärs freelance-yrket i allmänhet. Som studerande har jag inte egna erfarenheter av det, men jag kan föreställa mig hur det känns ifall man efter en längre tid av olika jobb plötsligt blir arbetslös. Hon nämner att hon då stundvis upplever att det finns en orättvisa i att hon inte får något jobb trots att hon är en bra skådespelare. Svaret har en bitter klang i sig, och jag kan tänka mig att man definitivt kan känna sig bitter ifall man anser att ens yrkeskunnighet inte noteras.

Fråga 2: Hur har problemen framkommit konkret?

Jag har flera gånger upplevt samma sak som Eero Ritala nämner i fråga nummer två. Om en scen eller en händelse i pjäsen skapar osäkerhet och man saknar modet att gå mot något främmande, så känns det som att bara jag slår bara mitt huvud mot väggen och är "låst" i mitt skådespelande. Det hände bl.a. i pjäsen *Charlie* då jag hade svårigheter med att hitta det inre barnet och det lekfulla i mig. Till det hjälpte regissörens tålamod och det kroppsliga arbetet.

Markus Järvenpää har också fått hjälp av en kompetent arbetsledare. I detta fall hans sånglärare i Teaterhögskolan. Han nämner dock att hans problem med självförtroende påverkade hans identitet som skådespelare. Han ansåg att han är mer inriktad mot talteater

och överlämnar musikaliska saker åt andra. Så hans problem med självförtroendet inom sång och musik lämnade tydligt en stämpel på honom, även om han nuförtiden har kommit över problemen och till och med erbjuder sång och musik i hans arbeten. Jag förstår vad han menar då han talar om identitet och stämplande. Ifall man redan som barn har tillexempel blivit tillsagd att man inte är bra på något, eller känner sig att man inte kan något, kan man lätt börja undvika sådana saker i framtiden och automatiskt tänka att "det är inte min grej". I sådana fall tror jag att bra lärare, trygg omgivning och kompetent undervisning behövs för att komma över sina osäkerheter

Jag relaterar starkt med Kaisa Leppänen's svar. Jag har ofta jämfört mig själv med andra och gått i lås för att jag är säker på att alla andra är mer erfarna, mer framgångsrika och bättre än jag. Detta sker speciellt i en ny grupp, tillexempel på inträdesprov eller auditioner, som jag redan talade om tidigare. Jag får ofta en känsla av att jag inte hör hemma här, och att alla kollar på mig dömande och ifrågasättande. Som tur är jag ändå medveten om att det är med stor sannolikhet bara i mitt huvud som jag känner mig så.

Fråga 3: Hur har du överkommit problemen?

Som det framkommer av svaren, är svaret på denna fråga förstås individuellt. För Eero Ritala har det bl.a. hjälpt att tala och diskutera och att säga sina rädslor högt, för Markus Järvenpää har upplevelser av övning och framgång hjälpt och Kaisa Leppänen lägger mest tyngd på självkänedom.

För mig har det hjälpt då jag har kunnat diskutera problemen öppet med till exempel regissören. Oftast har det varit någonting i manuset som jag inte har förstått eller som jag har varit osäker på. Då har jag frågat regissörens tolkning och diskuterat det sedan tillsammans. Som skådespelare vill jag känna mig konstnärligt fri, men jag måste ändå vara på samma sida med regissören för att slutresultatet skulle bli det bästa möjliga. Därför vill jag vara säker på att jag har samma uppfattning som regissören om en scen eller en replik.

Markus Järvenpää talar om bakgrundsforskning, och jag antar att han i detta sammanhang menar rollarbete. Dess tyngd talar jag mera om i kapitel 5, men kortfattat tycker jag han har rätt. Det hjälper otroligt mycket då man som skådespelare verkligen känner till manuset och sin karaktär väl. Han talar också om känslor av framgång och rätta ord från läraren. Då jag känner att jag lyckas med någonting, och får beröm från exempelvis läraren, så matar det mitt självförtroende och jag har då lättare i framtiden att lita på mig själv. Jag anser att upplevelser av framgång leder till framgång i fortsättningen, dvs. framgång leder till gott självförtroende, och gott självförtroende leder till framgång.

När jag arbetar intensivt och passionerat med något, så glömmer jag ibland att objektivt analysera mitt arbete. Det kan hända att jag – som jag talar om i fråga 2 - slår mitt huvud mot en vägg. Då gäller det att stanna, ta ett steg tillbaka och försöka se på helheten. Det handlar om självkänedom, som Kaisa Leppänen talar om i hennes svar. När man tar avstånd från sitt arbete och försöker se helhetsbilden, så blir det lättare att hitta orsaker och lösningar till problemen. Hon nämner också att en öppen dialog inom arbetsgruppen är viktig. Jag anser att en omgivning där alla känner sig trygga att uttrycka sin åsikt och tala öppet om saker och ting är den mest ideala omgivningen att jobba i.

Fråga 4: Vad kan en regissör göra för att hjälpa en skådespelare med dåligt självförtroende?

I denna fråga är alla tre intervjuade väldigt ense om regissörens uppgift. Alla menar att en bra regissör är uppmuntrande, motiverande och öppen för diskussion. Leppänen säger också att en regissör bör vara en god människokännare och känna sina skådespelare bra. Alla människor är förstås individer med sina egna behov, så jag håller med Kaisa Leppänen att som regissör måste man kunna känna sina skådespelare för att kunna hjälpa dem på bästa möjliga sätt. I stora produktioner, där ensemblen är stor, är det omöjligt för regissören att känna varje person i gruppen och veta exakt vad de behöver, men då kommer vi till det som både Ritala, Järvenpää och Leppänen alla talar om - öppen dialog. Jag tycker att en bra regissör kan skapa en miljö där alla kan och framför allt vågar ställa frågor och be om hjälp. Markus Järvenpää har dock en bra poäng i att ifall en skådespelares problem med självförtroendet ligger djupare än bara i själva arbetet, kan det bli svårt att hjälpa. Det tycker jag man inte heller kan förvänta sig av en regissör. En regissör är ingen terapeut eller psykolog. Oavsett det, bör en regissör ändå ha bra ledarskap och pedagogiska kunskaper.

Fråga 5: Hur mycket är det på regissörens ansvar att hjälpa skådespelaren?

Både Leppänen och Ritala anser att regissören har ett ansvar i att hjälpa skådespelaren i och med att regissören ibland är den enda som ser helheten utifrån, och därför kan lättare påpeka var problemet ligger. De är alla tre ense om att en bra regissör är färdig att hjälpa vid behov, men att det bör förväntas av en professionell skådespelare att i slutändan själv lösa sina problem. Jag tycker själv att en skådespelare inte skall bli för fast i sin ångest och på det sättet bli för beroende av regissörens eller andra ensemblemedlemmars hjälp. Jag håller med Eero Ritala om att problemlösning är en av skådespelarens viktigaste egenskaper. Han säger att alltid är det dock inte möjligt för skådespelaren att lösa sina problem själv, eftersom det är enbart regissören som ser helheten utifrån. Samma sak

nämner också Kaisa Leppänen. Det tycker jag att även Markus Järvenpääs svar tangerar, när han säger att regissören ansvarar för helheten, inte för skådespelaren. Och eftersom en skådespelare är en del av helheten, är det bra att regissören är på alerten och märker snabbt ifall skådespelaren har problem med något som påverkar helheten.

Det var intressant att höra professionella konstnärers tankar kring ämnet, och jag märker att även om människor är olika och lösningar individuella, så föredrar alla tre intervjuade - och jag - en öppenhet mellan regissören och skådespelarna. Från svaren kan man konstatera att öppenhet och mottaglighet gör mycket för att skapa en trygg arbetsmiljö.

Det som skiljer mig mest från intervju svaren är vikten av publikkontakt. Ingen av de intervjuade nämnde publikens påverkan och reaktionerna som en lösning till problem. Jag påstår inte själv att det skulle vara en lösning till problemen, men för mig är det en kraft som för mig vidare och ger mig mera tillit att lösa mina problem själv.

5 Rollarbete

Så här beskriver Michail Tjechov rollarbete i hans bok "To the actor", i kapitlet "Hur du närmar dig rollen":

"Allt som bromsar en skådespelares arbete har sitt ursprung antingen i en outvecklad kropp eller i personliga psykologiska egenheter såsom självupptagenhet, brist på tillit och rädsla för att ge fel intryck." (Tjechov, 2014, s. 165)

Jag har mött problemen som Tjechov nämner i citatet i mina rollarbeten. I *Taiteltu Paperi* kände jag en stark rädsla att ge fel intryck. Jag var rädd att rollen tolkas av publiken endast som patetisk, och att publiken inte skulle ta hans problem – som var att han hade fastnat i arbetets ekorrhjul - på allvar. Med "en outvecklad kropp" tror jag att Tjechov menar att rollens kroppsspråk saknas. Det gör att jag som skådespelare känner mig låst på scen. Sådana problem hade jag under arbetsprocessen i *Charlie*. Jag anser att man som skådespelare också blir lätt självupptagen, dvs. att man inte lyckas observera sin roll från

en objektiv synpunkt. Jag menar att man i sådana fall inte är säker och medveten hur rollen framkommer åt publiken.

Det går inte att underskatta vikten av ett utförligt rollarbete. Enligt mig innebär ett utförligt rollarbete att man i varje scen vet rollkaraktärens mål och sinnestillstånd. Vad tänker rollen i början av scenen jämfört med i slutet av scenen? Sker det en ändring i rollens beteende eller tankar? I så fall, var i manuset sker den? Det gäller alltså att läsa och analysera manuset scen för scen så noggrant som möjligt. Det är också bra att ha någon annan (till exempel regissören eller en motspelare) som bollplank då man analyserar. Ibland kan det vara att regissörens och skådespelarens tolkningar av rollen skiljer sig från varandra, så därför är det viktigt att diskutera det. Det har hjälpt mig mycket i flera av mina rollarbeten.

En annan bra metod som hjälpt mig med rollarbete är en övning som kallas "roll på vägg". Det betyder att man ritar konturerna av sin roll. Man kan göra det i en realistisk storlek så att man ligger på ett stort papper och någon ritar konturerna, eller att man själv ritar rollens konturer på ett mindre papper. Sedan skriver man innanför konturerna hurudan man tror att karaktärens personlighet är och vad karaktären tänker, det vill säga inre egenskaper.

Utanför konturerna skriver man hur man tror att utomstående ser karaktären. Ett konkret exempel på detta är att man kan skriva till exempel "osäker" på insidan och "arrogant" på utsidan. Detta betyder att karaktären döljer sin osäkerhet med att framkomma som arrogant. Jag använde mig av denna metod bl.a. i *Taiteltu Paperi*.

Det har också hänt att jag inte har gjort ett tillräckligt bra rollarbete i början av en process. Då jag reflekterar över sådana arbeten, så minns jag väl hur det har känts i början av en arbetsprocess ifall jag inte hade bekantat mig tillräckligt med min roll. Det har gjort det svårare att hitta mål och motiveringar till rollen, som har gjort att repetitionerna blev svårare och frustrerande. Sådana problem hade jag i repetitionerna av *Charlie*. Jag kände mig osäker i scenerna, eftersom jag inte visste vad karaktären strävade efter i scenen. Det hjälpte när jag satte mig ner med regissören och motspelaren och analyserade scenen replik för replik. Efter varje replik frågade vi vad karaktären egentligen menar med repliken, det vill säga vad är subtexten. I efterhand tänkt borde jag ha gjort det redan tidigare i processen, men jag var för rädd att medge att jag inte helt förstod manuset.

Michail Tjechov talar om rädslan av att ge fel intryck. (Tjechov, 2014, s. 165). Jag anser att med "fel intryck" menar han rädslan av att publiken missuppfattar rollen. Denna rädsla hade jag starkt under repetitionerna av *Taiteltu Paperi*, vilket är ironiskt, eftersom det var en självskriven pjäs och rollarbetet var utförligt gjort. *Taiteltu Paperi* föddes av små frön

av idéer, och slutliga versionen av manuset blev klart först knappt en månad före premiären. Den var hela tiden levande och utvecklades parallellt med repetitionerna. Jag och min regissör kallade utvecklingen av manuset för *devising*, även om det senare kom fram att termen inte var korrekt i detta sammanhang. Men i detta arbete kommer jag att använda ordet *devising*, eftersom det var det ordet vi använde under processen.

6 *Taiteltu Paperi* - från enstaka bilder och idéer till en föreställning

Taiteltu Paperi är mitt konstnärliga examensarbete. Det är en monologföreställning på finska som handlar om en man som har fastnat i sina gamla, trygga vanor. Han har levt hela livet i ett ekorrhjul utan att ifrågasätta någonting eller försöka hitta sina verkliga passioner. Syftet med pjäsen är att våga utforska ens egna drömmar och sedan följa dem.

Idén för pjäsen föddes någon gång kring maj-juni 2022. Jag hade redan en tid haft tanken om att jag vill göra något vardagligt, minimalistiskt, och simpelt, som förvandlas till något stort, melodramatiskt och tragikomiskt. Jag bollade idéer med en vän, och kom på idén att pjäsen skall utspela sig på en gata. Jag hade tanken om att någon simpel uppgift förvandlas till en kaotisk existentiell kris. En idé som slog mig starkt var om en man som skulle vara på väg till jobbet, men plötsligt falla på gatan och bli otroligt skamsen över det. Sedan kom jag till frågan: Varför känner man sig skamsen? Varför har andras åsikter någon skillnad? Jag beslöt att jobba vidare med de här frågorna.

Jag hade bestämt mig redan för länge sen att när det blir dags att göra slutarbeten, vill jag skriva pjäsen själv och skådespela i den. Ännu på våren 2022 hade jag tänkt göra ett arbete tillsammans med min dåtida klasskompis, men hon kom in på en annan skola, så jag blev ensam i projektet.

När jag hade slagit fast idén, ville jag ha någon som regisserar mig. Jag ville enbart koncentrera mig på skådespelandet och skrivandet. Då frågade jag min klasskompis Peik

von Essen ifall han var intresserad. Han tackade genast ja, och vi hade vårt första zoom-möte där jag presenterade min idé om en man som är på väg till jobbet men faller på gatan och får en existentiell kris. Vi bollade vidare med tankar kring det, och såg båda framför oss att pjäsen skulle börja i en buss. Peik var från första början väldigt taggad och fick genast mycket idéer, vilket gav mig en trygg känsla av mitt ännu väldigt vaga tema. "Det här kan bli till någonting!", tänkte jag. Vi funderade på hur vi ska ta oss till väga. Kommer jag med ett färdigt manus eller kör vi med (det som vi trodde att är) *devising*? Vi uppfattade *devising* som en metod där man har en idé, men inte ett manus, och att manuset bildar sig med inspiration av fysiska övningar. Vi beslöt inte ännu någonting då, men jag började mera och mera luta mig mot tanken om *devising*, eftersom jag jobbar bäst på golvet, och inte skrivandes framför datorn.

För mig var det viktigt att pjäsen börjar lugnt, harmoniskt, med en lång stund före karaktären säger en ända replik, och att scenografin skulle vara så simpel som möjligt. Jag älskar minimalism - både inom konst och i vardagen. I vårt andra zoom-möte talade vi mera om scenografin och då kom Peik på idén om en lyktstolpe, och jag tyckte det var en fantastisk idé.

Jag började skriva texter runt temat. Jag tog ingen stress ännu om manuset eller texterna, eftersom det ändå var en lång tid till läsårets början, men jag hade det ändå i mitt huvud hela tiden mera och mera, desto närmare sommarens slut det blev.

Jag och Peik började repetera på golvet i slutet av september. Eftersom vi är båda kvällsmänniskor, kunde vi repetera på kvällen då utrymmen var lediga.

Jag ville som skådespelare utmana mig själv, så därför ville jag att karaktären skulle gå igenom flera olika känslor på en kort tid i pjäsen. Flera övningar tangerade detta. Vi hade till exempel en övning där jag skulle börja gå från ena ändan av rummet och gå till motsatta ändan av rummet med en känsla som växer på vägen. Också kroppsspråket skulle växa. I övningarna använde vi mina texter som jag hade skrivit, och ibland improviserade jag texten i stunden.

Ganska snabbt in i repetitionsperioden slopade vi idén om att karaktären skulle falla på gatan. Det kändes att den idén inte hade tillräckligt utvecklingsmöjligheter, och vi ville ändå komma framåt med pjäsen. Så vi konstaterade att det är ingen vits att bli fast i något som inte fungerar. Vi funderade vad vi kunde använda istället. Vi prövade på flera olika saker, till exempel att karaktären skulle spilla kaffe på sig själv. Men jag ville hålla stilen i pjäsen så minimalistisk som möjligt, speciellt i början av pjäsen, så vi slopade allt som inte passade stilen. Till slut kom vi på idén om en portfölj med en massa papper som faller ut

på gatan. Då blev papper det drivande elementet i pjäsen. Papper gav oss nya möjligheter att utforska sceniska handlingar. Vi funderade vad allt man kan använda papper till.

Användning av papper ledde till idén om en origamisvan. Peik föreslog att det kunde finnas en origamisvan under lyktstolpen genom hela pjäsen. Jag var först lite tveksam till tanken. Jag tyckte till början att använda en svan som metafor var för klyschigt, men efter en stund värmdes jag till tanken. Med origamisvanen öppnades igen en hel del nya möjligheter att utforska. Jag började skriva texter som tangerade karaktärens relation till svanen. Det blev till ett återkommande element i pjäsen. Jag skrev texter och sedan utforskade vi hur karaktärens relation till svanen förändras under pjäsen.

Största ändringen vi gjorde var slutet av pjäsen. Redan i början var vi båda överens om att pjäsens sista scen skulle vara en scen där karaktären helt totalt släpper loss och dansar ut med musik. Vi kallade den scenen för "rave-scenen". Vi prövade på det ett par gånger, men konstaterade att dramaturgin fungerade inte alls. Antingen måste vi komma på en helt ny scen som vi skulle placera före den s.k. "rave-scenen", eller så måste pjäsens största klimax ske tidigare. Vi bestämde oss för att förstärka en redan existerande scen där karaktären börjar läsa upp ett tal han skall hålla på ett arbetsseminarium, och under talet får karaktären hans sista och största utbrott om hur han har slösat bort sitt liv.

Den scenen visade sig vara den mest krävande scenen i hela pjäsen åt mig som skådespelare. I scenen växer karaktärens känslor steg för steg, och till sist tappar han helt kontrollen över sig själv. Jag hade svårigheter att låta känslorna växa naturligt och verkligen ge dem tid att utvecklas. Jag kände dock hela tiden att scenen var på väg mot rätt håll, även om det var något i mig som hindrade mig att släppa loss i stunden. Men jag vågade lita på mig själv. Jag visste att det var bara frågan om upprepning och övning för att scenen skulle bli bra. Tack vare tålmod från både mig och Peik, upprepningar, och nyttiga skådespelartips från min konstnärliga handledare Fabian Silén, blev scenen väldigt bra. Min konstnärliga handledare påpekade hur viktigt det är att andas, och att verkligen låta känslorna växa. Det var ingenting som jag inte visste från tidigare, men sådant som jag väldigt ofta glömmer att tänka på, speciellt om man är stressad och jobbar intensivt med något viktigt.

Sedan gällde det att hitta på ett alternativt slut. Vi tog ett helt annorlunda tillvägagångssätt, och gjorde slutet stillsamt och harmoniskt, och knöt det ihop med pjäsens början. Jag skrev en monolog var karaktären för sista gången reflekterar över sitt liv med inspiration av svanen, och sedan går och sätter sig på bussen.

I ett nötskal kan man säga att hela pjäsen byggdes steg för steg: från en tanke till en text, från en text till en scenisk handling, från sceniska handlingar till en hel scen. Till sist hade vi färdiga scener som vi sedan satte i en passande dramaturgisk ordning. Namnet *Taiteltu Paperi* föddes i sista möjliga stund då deadline för uppslag för programbladet kom emot. Jag hade haft flera olika arbetsnamn men inget av dem tilltalade mig. Jag googlade sedan "Origami", och den finska översättningen av origami är "Taiteltu Paperi" ("vikt papper"). Det beslöt jag för att använda som namn. Den passade på flera sätt bra, bland annat därför att jag använde mig av så mycket papper som element på scenen och det hade mycket symbolik i sig. Alla pappren på scenen var tomma, som jag tycker att beskrev meningslösheten karaktären kände över sitt liv under pjäsen. Jag skrynklade, rev, söndrade och kastade mycket papper under pjäsen, så jag tycker att han också själv förvandlades till en "taiteltu paperi" under pjäsen.

Att jobba på det sättet som vi jobbade på var väldigt naturligt för mig. Det kändes skönt att ha en sådan frihet som skådespelare och manusförfattare, då ingenting var fastspikat, utan allting föddes mer eller mindre med hjälp av improvisation. Oavsett det, var processen – som alla andra konstnärliga processer jag varit med i – inte problemfri.

6.1 Problem, rädslor och bekräftelse

Konstanin Stanislavskij brukade (Tjechov 2014, s. 166) säga att skådespelaren borde bli "kär i hans roll", och om en skådespelare inte går igenom en "förälskad fas" under processen, kommer hen att möta flera problem och motgångar senare i processen. Jag själv hade en ganska turbulent kärleks saga med min karaktär. Jag blev förälskad i den allra första tanken jag hade om hurudan karaktären skulle vara: sympatisk, tragikomisk, skör, ordentlig, snäll, något av en stackare. Något igenkännbart och bekant. Jag lyckades inte behålla den förälskade känslan genom hela processen. Jag märkte under processens gång att karaktären började framkomma mera som cynisk, bitter, patetisk och tragisk för mig. De älskvärda karaktärsdragen saknades. Jag läste mina texter som jag hade skrivit för pjäsen och började tveka - är de för hopplösa och patetiska? Det gjorde att jag började tvivla på hela pjäsens syfte. Jag tänkte att ifall karaktären framkommer som enbart osympatisk, kommer hela poängen med pjäsen att missuppfattas. Jag blev till och med sur och störd på karaktären som jag själv hade skapat och som jag själv skulle gestalta.

Då kom jag ihåg mina egna tankar som jag ofta påpekar åt andra och lika ofta glömmer att tänka på själv. Text är enbart ord och bokstäver på papper. Man kan göra vad man vill med dem och gestalta och tolka dem hur man vill – speciellt om man själv är författaren bakom dem. Jag insåg att allting handlar om hur jag som skådespelare gestaltar mina egna texter. Jag förstod också att om jag lyckas redan i början - före en enda replik sägs - ge en klar och tydlig bild av karaktären, så får jag flera möjligheter att utforska och leka med min text. Jag menar att då man lyckas presentera sin karaktär åt allmänheten så som man vill att hen skall tolkas, så kan texten man gestaltar vara i kontrast med karaktärens personlighet utan att det blir en för stor konflikt. Låt mig förklara med ett exempel: en karaktär kommer fram på scenen. Skådespelaren visar tydligt med hjälp av kroppsspråk och små gester att karaktären är blyg. Då redan får åskådaren en tydlig bild av en blyg person. Sedan har det inte så stor skillnad vad karaktären säger, eftersom det inte tar bort från karaktärens tydligaste personlighetsdrag: blyghet. Så väldigt kortfattat, det handlar inte om VAD karaktären säger utan HUR karaktären säger något.

När jag insåg det, fick jag mera liv och lekfullhet i mina texter och mitt skådespelande. Tillsammans med Peik lyckades vi skapa en tydlig stämning i början av pjäsen där också karaktärens personlighet kom tydligt fram - före han säger något. Jag blev igen förälskad i min karaktär.

Vid det här skedet hade vi dock inte ännu haft utomstående publik och se på repetitionerna, så jag hade fortfarande en tvekan i mig ifall allting kommer fram så som jag själv hade tänkt. Jag var övertygad om att jag behöver bjuda in publik för att se på ett genomdrag så snart som möjligt. Det var enda gången jag och min regissör var av olika åsikter. Han skulle ha velat vänta tills vi hade en mer färdig produkt, medan jag tyckte att nu är rätt tillfälle. Vi bjöd vår lärare och klasskamrater, och de förstod ju att det är vårt första genomdrag, så de förväntade sig inte se en färdig teaterföreställning. Jag kände mig otroligt nervös för att visa vad vi hade skapat, men samtidigt visste jag att det här är det jag behöver.

Efter genomdraget fick jag bekräftat att karaktären hade tolkats så som jag hade hoppats, och all symbolik fungerade som vi hade tänkt. Vi fick också konstruktiv kritik av provpubliken som gav oss fler idéer på problem vi haft med vissa scener. Det kom även fram att den scen som jag var mest tveksam över och hade haft svårigheter med hade varit publikens favoritscen. Det gav mig otroligt mycket mera självförtroende att utveckla scenen och hela pjäsen vidare! Det var då jag sist och slutligen kände att både min karaktär och mitt koncept hade fått bekräftelse.

6.2 “Sakari Mäenpää - Finanssivalvoja”

Karaktären i mitt konstnärliga examensarbete *Taiteltu Paperi* heter “Sakari Mäenpää”. Han är en man som har jobbat hela livet inom finansbranschen. Han har inte så mycket liv utanför jobbet, hans enda vän - Tuomas - är också från hans jobbspats. Han ser upp till honom och ifrågasätter inte vad han säger. Sakari har levt hela livet utan att våga drömma om någonting. Meningen med hans liv har varit att utbilda sig, skaffa ett bra jobb, förtjäna mycket pengar, betala mycket skatt, få bra med pensionspengar och sedan dö. Dö som en man som har gjort sin plikt för samhället utan att tveka.

Han har levt sitt liv helt enligt de ramar som samhället och hans familj har satt. I pjäsen kommer det inte fram någonting om hans familjebakgrund – eller så mycket om hans bakgrund överhuvudtaget - men jag hade tänkt ut en bakgrundshistoria åt honom. Hans far jobbade också inom finansbranschen. Han började jobba i samma företag som sin far genast efter gymnasiet. Studentskrivningarna skötte han - såsom allt annat i hans liv - med exakthet och finess.

Karaktären föddes parallellt med pjäsen. Jag funderade på teman jag har i min pjäs, och började tänka hurudan karaktär som skulle passa i pjäsen. Tanken om en man som “Sakari Mäenpää” verkade självklar.

Redan då jag kom på första idén om en man som är på väg till jobbet, tänkte jag att jobbet måste vara något som är så långt ifrån mig och mina intressen som möjligt. Något som jag inte vet någonting om och som jag tycker att låter otroligt tråkigt. Ett klassiskt kl. 09-17-kontorsjobb där det för mig skulle kännas att livsglädjen rinner ut för varje timme som går. Det skulle vara något vardagligt, tråkigt, grått, intetsägande, förutsägbart.

“Finanssivalvoja” var en term som jag hittade på. Jag tyckte att det lät tillräckligt tråkigt och generiskt, så det skulle passa perfekt för karaktären. Efter research, kom det fram att det faktiskt är ett riktigt yrke – ifall jag förstod rätt. Eller åtminstone finns det någonting som kallas för “finanssivalvonta” - “finansinspektionen”. Jag bekantade mig med deras verksamhet på deras hemsidor och försökte få ett grepp om vad en “finansinspektör” gör.

Det verkade perfekt för karaktären. Enligt min uppfattning tar en “finanssivalvoja” hand om andra människors investeringar och finanser. (“Finanssivalvonta”, u.å.)

Perfekt! "Sakari" bryr sig alltså mera om att se till att andra också kan förtjäna pengar och betala mycket skatter istället än att förvekliga sig själv.

Jag var lite rädd att använda ett existerande yrke som en referens i pjäsen. Karaktären får ju ändå en livskris och hårda negativa känslor mot hans jobb i pjäsen. Tänk om någon i publiken var en "finanssivalvoja" och tar det som en provokation eller som ett slag mot hans livsval? Det var verkligen inte min mening, och jag försökte göra det så smakfullt och hänsynsfullt som möjligt. Jag visste att det skulle finnas åtminstone två personer i publiken som jobbar inom finansbranschen - nämligen min mor och min styvfar. Som tur har de ett sinne för humor och självironi, så de tog inte illa upp. Eller så sa de åt mig i alla fall – vad vet jag vad de har diskuterat sinsemellan på tumanhand.

Det var också en annan åskådare som pratade med mig efter pjäsen. Han studerade något som hade med finansbranschen att göra, och han sa till mig att han kände igen sig själv i karaktären och tyckte att pjäsen var rolig och tankeväckande på ett bra sätt.

Så min rädsla var onödig, och innerst inne litade jag nog på att det jag egentligen vill säga kommer fram. Yrket nämns bara en gång och används mera som en metafor eller ett exempel på ett val man har gjort för andras skull. Poängen och tanken med pjäsen var inte att karaktären skulle hata hans jobb, och jag vågar påstå att det kom fram.

Det är också något intressant i det att jag valde att använda en bransch där en av mina föräldrar har jobbat hela sitt liv. Det var inte ett medvetet val, fastän jag genast insåg att det är vad min mor jobbar med. Kanske jag undermedvetet för en sista gång ville som ett barn ta avstånd från mina föräldrar.

Jag känner mycket igen mig själv i "Sakari". Även om jag själv inte har något med hans yrke och göra, eller vet överhuvudtaget vad en "finanssivalvoja" i praktiken gör, så har jag nog känt en press att leva enligt andras förväntningar. Det tog mig länge före jag hittade min passion och vågade börja följa mina drömmar. Jag har alltid känt att jag inte passar in i det som min omgivning har förväntat sig från mig. Exempelvis så har alla yrken som man föreslagit åt mig under mina år i lågstadiet och högstadiet inte känts rätt eller tilltalat mig.

Även om jag alltid kände mig som om jag innerst inne simmade emot strömmen, så vågade jag inte stå ut i mängden. Det var tryggast att bara passa in, så det inte blir konflikter. Jag minns ett tydligt exempel som jag ännu idag ångrar. Jag gick då i högstadiet, och det var en tradition att niorna alltid ordnade en föreställning på julfesten. Jag brann för att vara med i den, men det ansågs inte vara "coolt" bland människor som jag umgicks med, så jag vågade

inte. Jag minns hur jag såg på föreställningen och beundrade alla som hade modet att stå där på scenen. Samtidigt som jag var otroligt besviken på mig själv för att jag brydde mig så mycket om hur mina kompisar skulle reagera. Jag var ärligt talat rädd över att bli utsatt för mobbning ifall jag var med. Efter det beslöt jag att jag aldrig låter bli att göra någonting på grund av vad andra tänker om det. Jag ville inte vara en "Sakari".

Det var viktigt för mig att "Sakari Mäenpää" skulle framkomma som en sympatisk och en igenkännbar karaktär. Någon som man vill att skall lyckas. Men samtidigt tyckte jag att han var stundvis även patetisk och löjlig, men att det var en fas han måste gå igenom för att hitta sig själv. På papper hade han allting bra – en privilegierad och förmögen vit man med stabilitet och hållbarhet i sitt liv. Men innerst inne var han olycklig, och det förstod han under pjäsen. Jag ville också vara självvironisk med honom. Visa att han kan också skratta åt sig själv, och att han är medveten om att han är privilegierad. Som en vit cis-heteroman är jag själv också enormt privilegierad, men jag anser att jag har gått igenom samma livsfaser och funderingar som "Sakari" gick igenom under de ca. 20 minuterna i *Taiteltu Paperi*, även om våra utgångspunkter och bakgrundshistoria inte går att jämföra. Det största och mest väsentliga vi har gemensamt är att vi har båda sökt otroligt mycket efter bekräftelse och försökt leva så som andra har förväntat från oss. Både för mig och "Sakari" har vår största fiende varit vårt egna självförtroende. Vi har saknat modet att förverkliga oss själva. Det var den historien jag ville berätta.

Som en teaterföreställning är *Taiteltu Paperi* inte en berättelse om mig, och "Sakari Mäenpää" är inte ett alter-ego. Han var snarare ett verktyg för mig att berätta och iscensätta teman som är viktiga och betydelsefulla för mig. Jag skulle säga att *Taiteltu Paperi* är en fiktiv berättelse om verkliga frågor jag har funderat på, och "Sakari Mäenpää" agerar som berättaren.

"Sakari Mäenpää" blev en viktig karaktär för mig. Jag känner sympati för honom, och jag hoppas han har hittat sin passion och vågat gå mot sina drömmar. Jag har släppt taget om honom, men en del av honom lever alltid kvar i mig.

6.3 *Taiteltu Paperi* - slutsats

Då jag presenterade idén på mitt konstnärliga slutarbete åt min lärare, ställde hon mig frågan: varför vill jag berätta just en sådan berättelse? Vad berättar den om mig? Då hade jag inte ännu svaret till den frågan. "Jag vet inte ännu, men någonting måste det ju berätta om mig",

svarade jag. Svaret började bilda sig under arbetsprocessen. Efter att en tid nu har gått och jag har haft tid att analysera hela processen noggrannare, börjar jag förstå varför. Som jag i förra kapitel nämnt, hade pjäsens teman mycket med mig och göra, och *Taiteltu Paperi* blev mycket personligare än jag hade tänkt mig. Jag inser först i efterhand hur mycket pjäsens teman resonerar i mig, och varför de gör de. Jag är ändå nöjd att jag inte åtminstone medvetet använde pjäsen som någon sorts av trauma-bearbetning.

Medan jag har skrivit mitt skriftliga examensarbete och gått kronologiskt igenom handlingarna i den konstnärliga processen, blev jag förvånad över hur personlig och betydelsefull pjäsen sist och slutligen var för mig. Det har varit intressant att märka hur jag har undermedvetet hanterat teman som har varit med mig hela livet: rädslan att simma mot strömmen, rädslan att göra bort sig, rädslan att följa sina egna drömmar, även rädslan att göra någon provocerad. Allt detta kom fram i pjäsen, och allt detta har jag kämpat med själv i mitt liv.

Även om jag inte genast kunde svara åt min lärare då hon ställde mig frågan "varför?", så litade jag på att svaret kommer till mig under processen. Jag tror att ifall man skriver eller skapar något själv, så hittar man alltid något personligt i det, hur man än vrider på saken. Varför skulle man överhuvudtaget skriva något ifall det inte skulle alls resonera i en själv? Börjar man gräva tillräckligt djupt, så hittar man svaren. Jag tycker att man inte behöver ha svaren genast. Bara man är tillräckligt säker på det man vill skapa och litar på sin intuition, så finner man meningen med det.

7 Slutord

Detta skriftliga examensarbete föddes likadant som mitt konstnärliga slutarbete. Av enstaka idéer, tankeflöde, och mestadels i stunden. Även problemen var samma. Kommer det fram vad jag försöker säga? Blir jag missuppfattad? Jag var rädd att jag gör fel eller att jag inte får säga mina egna åsikter utan enbart skall ha med kall, vetenskapligt bevisad fakta. Mitt mål var inte att ge svar eller lösningar om hur man förbättrar sitt självförtroende eller sin självkänsla, utan snarare diskutera de ämnena ur mina egna upplevelser som skådespelare. Under denna skrivprocess har jag själv fått en bättre helhetsbild om hur jag fungerar som skådespelare, och vad som hjälper mig med mina problem med självförtroendet som skådespelare: Ta avstånd till manuset/rollen, diskutera, analysera, och pröva sedan på nytt. Jag har varit medveten om det förut, men det har konkretiserats för mig på ett helt annorlunda

sätt då jag har skrivit det ner och verkligen dykt in på ämnet. Jag märkte också att *Taiteltu Paperi* var en betydligt mera personlig pjäs än vad jag hade insett nu när jag gjort en utförlig utvärdering av hela processen. Det kändes som att något i mitt undermedvetna öppnades då jag skrev om det.

Min ursprungliga tanke var att enbart skriva om självförtroendet, men det är ett så brett ämne, att det började automatiskt och omedvetet flöda in mot positiv respons och publikens påverkan. Jag utgick ju från mig själv, så det var naturligt att jag skrev om det som påverkar mig mest. Jag behövde få positiv respons och publikens bekräftelse även i detta skriftliga arbete. Jag var flera gånger i lås och inte visste vad jag skulle skriva om till näst eller hur jag skall ta mig vidare, men då fick jag motivering och stöd av bl.a. min handledare. Det hände alltså samma sak som det hänt flera gånger förut i en konstnärlig arbetsprocess, och lösningen var också samma - bekräftelse.

Vad har jag tagit med mig? Om jag tänker på kommande arbeten som skådespelare, så kan jag säga att jag med stor sannolikhet kommer att ha detta arbete i baktankarna ifall (när) jag stöter på problem med självförtroendet. Jag kommer att minnas vad Eero Ritala sa om att vara medveten om vem man är och vad man är kapabel till, jag kommer att minnas vad Markus Järvenpää sa om att ha den naiva tilliten till att just JAG är intressant att se på, jag kommer att minnas vad Kaisa Leppänen sa om självreflektion, men framförallt kommer jag att minnas hela det här arbete som sin helhet. Jag skall försöka att inte vara så beroende av publikens skratt eller reaktioner, och LITA på mig själv. Jag hoppas det kommer att hjälpa mig i framtiden, och jag hoppas att du som läsare - vare sig du var en utövande konstnär eller inte – har fått något ut från mitt skriftliga examensarbete. Jag är tacksam för att du läste!

Källor

Finanssivalvonta. (u.å.). I: *Finanssivalvonta*. Hämtat 13.9.2022 från

<https://www.finanssivalvonta.fi/finanssivalvonta/>

Magnusson Österberg, J. (2021). Självkänsla. I: *1177*. Hämtat 9.2.2023 från

<https://www.1177.se/liv--halsa/psykisk-halsa/sjalvkansla/#section-17726>

Plume, K. (2000). Interview with Sir Ian McKellen (Part 1 of 4). I: *IGN*. Hämtat 11.4.2023 från

<https://www.ign.com/articles/2000/07/10/interview-with-sir-ian-mckellen-part-1-of-4>

Tjechov, M. (2014). *To the actor*. Helsingfors: Schildts & Söderströms

Bilaga

Intervjusvaren

Eero Ritala (skådespelare):

1. "I stora bilden har jag inte haft några större problem med mitt självförtroende. Jag insåg redan som ganska ung att jag är jag och inte någon annan, och mitt jobb är att vara bästa möjliga jag, som skådespelare från mina egna utgångspunkter. Inom en mindre skala kämpar jag med mitt självförtroende i varje sak jag gör. Det är naturligt och helt uppfriskande att inte alltid ha hundra procent tillit för sig själv och att den måste byggas varje gång på nytt."

2. "Konkret visar sig problemet på det sättet att en scen eller en händelse blir och snurra på plats och sakerna utvecklar sig inte, eftersom modet att gå mot något främmande (och med samma mot något vackert och oväntat) saknas."

3. "Oftast hjälper det att diskutera. Saker och rädslor, samt osäkerheter är bra att säga högt och det brukar hjälpa, eftersom oftast ser saker annorlunda ut utåt än åt dig själv. Någon gång har osäkerhet varit den rätta känslan, dvs. Att osäkerheten har varit på grund av att det har funnits inkonsekvenser i scenen eller händelsen."

4. "Enligt mig är regissörens huvudsakliga uppgift att se och kommentera på vad hen ser och ha en någon slags vision av det som hen vill se på scenen. Viljan att diskutera och modet att öppna upp diskussion ifall regissören ser att skådespelaren kämpar med självförtroendet. Diskussion, motivering och beröm hjälper alltid."

5. "Jag tycker att regissören har någon sorts av ansvar att hjälpa skådespelaren. Förstås tror jag också att skådespelaren måste själv också ta mycket ansvar att lösa problem, problemlösning är en viktig egenskap för en skådespelare, men ibland är det inte möjligt för skådespelaren att lösa problem, för att regissören är ändå BETRAKTAREN"

Markus Järvenpää (skådespelare, regissör)

1. "Jag har haft, speciellt på första och andra klassen i Teaterhögskolan. Jag kände ibland starkt att speciellt med musik relaterade övningar var jag dålig, eller åtminstone sämre än andra, och mitt självförtroende var stundvis väldigt låg."

2. "Jag slapp mina problem under tredje årskursen, tack till vår lektor i musik och den kompetenta sångundervisningen. Till slut gjorde utmaningarna mig som en ung skådespelare till mer komplett. Förstås påverkade det till någon sorts formande av yrkesidentitet på så sätt att jag tänkte att jag är mer inriktad mot talteater och lämnar musikalgrejerna till andra. Nuförtiden strävar jag efter att erbjuda någon sorts musik eller sång till alla produktioner jag är med i, och jag tycker mer och mer om att sjunga."

3. "Med övning och tillräckligt många upplevelser om framgång. Med rätta ord från läraren. Med att fokusera på rätt saker. Jag tycker att självförtroendet är skådespelarens viktigaste verktyg, man bör lita - även naivt - på att människor vill se och lyssna på dig. Man får inte ifrågasätta det, det är enligt mig emot teaterns sk. grundregel. Att göra bakgrundsforskning utförligt och noggrant, hjälper mycket att bygga sitt självförtroende. Då vet man vad man gör: vad karaktären vill, och hur karaktären skall uppnå det. Varför är karaktären just i denna här scenen osv. När dessa grundsakerna är klara, är det mycket lättare att lita på att vad man gör på scenen håller och är intressant att se på. Då jag var med på Turun Kaupunginteatteri i *Anna Karenina* och *Brott och straff* -monologen var åt mig sådana verk att efter dem kände jag att jag klarar av vad som helst. Nivån och kraven på dem var så hög, att när vi klarade av dem - ännu med komplimanger - så fick jag mitt självförtroende som skådespelare stabiliserat. Denna tid och dessa upplevelser har jag med mig i varje produktion för att skapa förtroende åt mig själv."

4 “Som en arbetsledare kan regissören uppmuntra skådespelaren och med hjälp av positiv bekräftelse få skådespelaren att tro på sig själv och på så sätt förstärka självförtroendet. Om skådespelarens dåliga självförtroende ligger djupare och inte har med själva skådespelararbetet och göra, kan hjälpan det vara svårare.”

5. “Regissören har ansvaret över helheten, inte över skådespelaren. Om vi talar om teater inom yrkessammanhang, kan man förvänta sig att varje skådespelare är en vuxen, professionell människa och därför ansvarig för att förverkliga sitt jobb på bästa möjliga sätt. Om skådespelarens problem påverkar helheten eller komplicerar övningarna, är det ju smart för regissören att försöka hjälpa skådespelaren som en arbetsledare. Men regissören skall inte agera som en terapeut eller dedikera sig för mycket till att hjälpa en skådespelare med problem. Det tar lätt bort fokus av något annat viktigt.”

Kaisa Leppänen (skådespelare, regissör)

1. “Jag har haft problem med självförtroendet, och jag tror att det kanske är en återkommande grej. Jag säger inte att alla uppträdande konstnärer lider av det stundvis, men jag vet flera som då och då lider av brist av självförtroende. I mitt fall beror det oftast på perioder då man är arbetslös och man inte har heller något jobb i framtiden. Det är sådana stunder då man ännu efter 10 år börjar och tveka att “är det nu som jag inte mera får jobb?”. Men det har kanske mera att göra med osäkerheten som finns överlag inom freelancekonstnärns yrket. Jag tror att det vänder mera mot osäkerhet än självförtroendes problem, för att jag märker att jag i sådana stunder också tänker att “varför får jag inget jobb även om jag är en bra skådespelare?”, men det betyder inte att jag inte skulle ha problem med självförtroendet också ibland.

2. “Det kan påverka konkret i tillexempel repetitionstillfällen att man börjar jämföra sig själv med resten av gruppen och tänker att de är mycket mera erfarna, framgångsrika eller bättre än jag själv, och då går man i lås och vågar inte bjuda på sig själv lika mycket som vanligt. Man blir rädd av att misslyckas eller att man ser fånig och dum ut i andras ögon. “

3. "Jag tror att det hör till detta yrke att ibland kämpa med självförtroendet, så jag tror inte man kan helt och hållet komma över dem, men jag anser att det handlar mycket om att lära känna sig själv, och så hämtar förstås åldern en hel del erfarenhet och självkänsla. Det är bra att kunna analysera sig själv i en arbetsprocess och förstå vad problemet beror på, att är det nu på grund av mitt skådespelande, texten eller regin som något inte fungerar eller var är det som problemet ligger. Summasummarum skulle jag säga att erfarenhet och övning av självreflektion hjälper, och sen förstås att ha en öppen dialog med arbetsgruppen."

4. "Regissören bör kunna läsa människor ganska bra, eftersom skådespelare är väldigt olika i hur de vill att deras självkänsla skall förstärkas. Vissa tycker inte alls om ifall de märker att nu försöker regissören bara uppmuntra mig, medan andra däremot behöver att regissören gör det. Därför är det viktigt för regissören att känna till sina skådespelare och veta vem som behöver vad och när. Men överhuvudtaget uppmuntrar jag till att ha en dialog med sina kollegor. Jag tycker att saker och ting löser sig bäst då man talar om dem högt."

5. "Det här är en intressant fråga. Nu när jag själv också har regisserat en del, så inser jag att regissören har ett ganska stort ansvar, för att ibland finns det inte utrymme för dialog, och då gäller det för regissören att läsa situationer bra. Förstås är det regissörens uppgift att hjälpa en skådespelare eftersom regissören är den enda personen som ser helheten utifrån. Ibland kan hjälpande vara att du diskuterar med dina skådespelare, ibland är det att du säger att något fungerar och ibland är det att du säger att något inte fungerar. Men av en professionell skådespelare bör man kunna kräva att hen bär själv ansvaret över sina problem och löser själv sina problem. Jag tror dock inte på att man som en skådespelare skall gå ensam och bära på sina problem, utan jag litar på grupparbete, och har man en bra gruppanda och tillit till sina kollegor så kan man diskutera med sina kollegor och tillsammans lösa tillexempel enstaka scener."