

Outi Lindström

Osallistujasta ohjaajaksi

Fyysisen teatterin menetelmien käyttöönotto omassa ohjaajan työssäni

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Teatteri-ilmaisun ohjaaja

Esittävän taiteen koulutusohjelma

Opinnäytetyö

23.8.2014

Tekijä Otsikko Sivumäärä Aika	Outi Lindström Osallistujaksi ohjaajaksi – Fyysisen teatterin menetelmien käyttöönotto omassa ohjaajan työssäni 18 23.8.2014
Tutkinto	Teatteri-ilmaisun ohjaaja
Koulutusohjelma	Esittävä taide
Ohjaaja	Marja Silde
<p>Tässä työssä käsitellään fyysisen teatterin menetelmien käyttöön ottamista teatteri-ilmaisun ohjaajan työssä. Työssä keskitytään Laban Movement Analysis -menetelmän sekä neutraalinaamion käyttöön. Materiaali työhön on hankittu aihetta käsittelevästä kirjallisuudesta sekä kursseilta. Työssä tarkastellaan lisäksi ohjaajan omia ensikokemuksia fyysisen teatterin menetelmien käytöstä työssään.</p> <p>Työn alussa tarkastellaan teorial tietoa neutraalinaamiosta ja Laban Movement Analysisista. Seuraavaksi käsitellään ohjaajan käytännön kokemuksia menetelmien käytöstä. Lopuksi arvioidaan menetelmien hyötyjä ohjaajalle ja näyttelijälle.</p> <p>Menetelmien tutkiminen käytännössä on kokeilevaa laboratoriotyöskentelyä, josta sekä näyttelijän että ohjaajan on mahdollista oppia jatkuvasti. Molemmat saavat parhaimmillaan työn tuloksena käyttöönsä liikemateriaalipankin. Työskentely pyrkii lisäämään näyttelijän tietoisuutta omasta fyysisestä ilmaisustaan. Näyttelijällä on mahdollisuus kehittyä entistä analyysoivammaksi, aktiivisemmaksi ja läsnäolevammaksi.</p>	
Avainsanat	Neutraalinaamio, Laban Movement Analysis, fyysinen teatteri

Author Title Number of Pages Date	Outi Lindström From a Participant to a Facilitator – Introducing Methods of Physical Theatre into my own Work 18 23 August 2014
Degree	Drama Instructor
Degree Programme	Performing Arts
Instructor	Marja Silde
<p>This thesis handles the introduction of the methods of physical theatre into the work of a drama instructor. The focus is on Laban Movement Analysis and the neutral mask. The material has been collected from literature and courses. A drama instructor's first experiences of using the methods are also being examined in this thesis.</p> <p>Theoretical information about the neutral mask and Laban Movement Analysis is provided in the beginning of the work. Practical experiences of the drama instructor are presented next. What facilitators and actors can hope to benefit from using the methods is evaluated at the end of the thesis.</p> <p>Examining these methods in practise can be called experimental laboratory work. Both the facilitator and the actor are in a situation where it is possible to constantly learn more. It is possible to develop a bank of movement material that can be used later. The goal of the work is to increase the actor's consciousness of his or her physical expression. The actor can develop his or her skills in both analysing and being present.</p>	
Keywords	Physical theatre, neutral mask, Laban Movement Analysis

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Neutraalinaamio tiedostamisen välineenä	2
2.1.	Irti maneereista ja kohti uutta ilmaisua	2
2.2.	Yksinkertainen harjoite paljastaa liikkeen monimutkaisuuden	3
2.3.	Neutraalin etsintä on jatkuvasti opettava ikuisuusprojekti	4
3	Laban-liikeanalyysimenetelmä tarjoaa ponnahduslautoja ilmaisulle	5
3.1.	Liikelaatujen kehollistamista mielikuvia tulkitsemalla	5
3.2.	Laban tarjoaa tukipylvään näyttelijälle ja sanastoa ohjaajalle	7
4	LMA:n ja neutraalinaamion käyttö omassa ohjauksissani	8
4.1.	Kevään 2014 ohjaukseni esimerkitapauksina	8
4.2.	Subjektivista havainnointia, ei arvostelua	10
4.3	Siviili liikkeen analysointi neutraaliuden pohjana	11
4.4	Pyrkimyksiä neutraaliin	13
4.5	Kohti hahmoa Laban-liikeanalyysin avulla	14
4.6	Työskentelyn hyödyt ohjaajalle ja osallistujalle	16
5	Lopuksi	17

1 Johdanto

Käsittelen opinnäytetyössäni Laban-liikeanalyysimenetelmää ja neutraalinaamiota teatteri-ilmaisun ohjaajan työvälineinä harrastajateatterikentällä. Työssäni kuvaan siirtymistäni aiheen opiskelijasta sen ohjaajaksi.

Fyysinen teatteri on minulle tärkeä työkalu, koska se on ollut itselleni vastaus toiseuden kaipuuteen näyttämöllä. Tällä tarkoitan mahdollisuutta tehdä rooleja, jotka eroavat täysin näyttelijän siviilikehon fyysisistä totuuksista, kuten iästä, sukupuolesta, painosta, rytmistä, ryhdistä ja luonteen mukanaan tuomista fyysisistä piirteistä. Kun näyttelin itse harrastajana, minulle oli haasteellista tehdä monipuolisia rooleja. Koin, että esitin aina reaali maailman itseäni, repliikit ja rooliasut vain vaihtuivat. Purnasin ongelmastani eräälle ohjaajalle, joka ei ymmärtänyt huoltani. ”Tietysti roolit tehdään aina oman itsensä kautta. Keho on näyttelijän työväline”, hän vastasi. Yksipuolisuuden ongelma vaivasi minua siihen asti, kunnes tutustuin neutraalinaamiotyöskentelyyn. Suurin valaistuminen minulle oli ajatus tiedostavasta ja valintoja tekevästä näyttelijästä. Vanha ohjaajani oli oikeassa: keho on näyttelijän työväline. Siis nimenomaan työväline – renki, ei isäntä. Näyttelijä voi käyttää kehoaan tiedostaen ja valintoja tehden. Hänen ei tarvitse tyytyä luonnerooleihin eli tekemisen tapaan, jota hänen kehonsa automaattisesti tarjoaa.

Opinnäytetyöni lähdemateriaalina ovat kirjalliset teorialähteet ja työpajat, joihin olen osallistunut. Käytännön oppini neutraalinaamiosta olen saanut teatteriopettaja Soile Mäkelältä. Laban-liikeanalyysimenetelmään olen tutustunut tanssija ja koreografi Tanja Elorannan johdolla. Eloranta ja Mäkelä toimivat Suomen ainoassa ammattinaamio teatterissa, Teatteri Metamorfoosissa.

Lisäksi olen kerännyt materiaalia opinnäytetyöhöni omasta työstäni. Olen käyttänyt neutraalinaamion ja Laban-analyysimenetelmän harjoitteita sekä sovelluksia menetelmistä harrastajanäyttelijöille tarkoitetuissa työpajoissa.

Esittelen aluksi neutraalinaamiotyöskentelyn ja Laban-liikeanalyysimenetelmän periaatteita ja tavoitteita. Tämän jälkeen käsittelen omia, näistä menetelmistä johdettuja työskentelytapojani. Tässä lähteinä ovat omat kokemukseni ohjaajana. Viittaan työssä itseeni joko näyttelijänä/osallistujana tai ohjaajana sen mukaan, missä roolissa olen kyseisessä oppimistilanteessa ollut.

2 Neutraalinaamio tiedostamisen välineenä

2.1 Irti maneereista ja kohti uutta ilmaisua

Esittelen seuraavaksi neutraalinaamion kehittäjän, ranskalaisen naamiateatteriguru Jacques Lecoqin teoriaa sekä omia kokemuksiani neutraalinaamion kanssa työskentelystä. Olen osallistunut Metropolia Ammattikorkeakoulun Koulutusnaamiot 1 ja 2 -kursseille vuosina 2011 ja 2012. Molemmilla kursseilla opettajana on ollut Soile Mäkelä. Esittelen neutraalinaamiota siinä määrin kuin olen sitä tässä vaiheessa teatteri-ilmaisun ohjaajan uraani käyttänyt. Aihe on huomattavasti laajempi kuin tässä työssä käyn läpi.

Neutraalinaamion kanssa työskenneltäessä pyritään ilmaisemaan mahdollisimman vähän tunteita, ajatuksia tai asenteita. Työskentelyssä etsitään kaikkien aikojen neutraaleinta tapaa tehdä. Millainen on kaikkien aikojen neutraalein kävely? Miten esimerkiksi käsien tulisi liikkua, jotta ne eivät kertoisi tarinaa? Liian nopeasti viuhkovat kädet luovat heti tarinan katsojan päässä. Tämä henkilö on kiireinen, vihainen tai tarmokas. Käsiään liian hitaasti liikuttava henkilö taas on surullinen, apea tai onneton. Katsojan mielikuvitus alkaa jyllätä. Miksi henkilö on surullinen? Mitä on tapahtunut? Mikä on henkilön tarina?

Kaikella naamiotyöskentelyllä pyritään pois omasta itsestä, etsitään toiseutta. Neutraalinaamion avulla näyttelijä oppii rakentamaan roolit neutraalin kautta sen sijaan, että käyttäisi pohjana aina omaa fyysistä olemustaan. Neutraali keho tarjoaa puhtaan pöydän roolin rakentamiselle, kun taas näyttelijän oma keho tarjoaa automaattisesti näyttelijälle luontaisia tapoja liikkua ja olla. (Mäkelä, kurssi 2011.)

Käytän esimerkkinä omaa lantiotani, jonka eteenpäin työntyminen on tunnusomaista arkiliikkeelleni. Lähden tekemään sitten rosvon tai poliisin hahmoa, pyrkii lantioni automaattisesti olemaan kummankin hahmon fysiikan johtotähti. Neutraalinaamiotyöskentelyn avulla minulla on mahdollisuus neutralisoida lantioni ja tehdä aidosti erilaisia hahmoja. Sen sijaan, että kehoni tekisi päätöksiä tiedostamattani, minä teen päätökset ja kehoni toteuttaa ne. (Mäkelä, kurssi 2012.) Neutraalinaamio siis vapauttaa kehon maneeereista ja tekee siitä tyhjän taulun, jolle voidaan kirjoittaa draamaa. Pyrkimällä ilmaisemaan mahdollisimman vähän neutraalinaamio itse asiassa tarjoaa näyttelijälle tilaa uuteen ja vaihtelevampaan ilmaisuun. (Carasso, Lallias & Lecoq 2001, 36.)

2.2 Yksinkertainen harjoite paljastaa liikkeen monimutkaisuuden

Eräs ensimmäisistä ja yksinkertaisimmista tekemistäni neutraalinaamioharjoitteista todistaa katsojan luontaisen halun luoda tarinoita mielessään. Harjoitteessa ainoana tehtävänä on käydä naamio kasvoilla istumaan mahdollisimman neutraalisti. Vaikuttaa helpolta. Tehtävää suorittaessani uskoin suoriutuvani mallikkaasti, kunnes katsomosta alkoi kuulua hihitystä. Kävelin liian hitaasti, ja katsoja teki minusta päässään mummon tai pahaa tehneen lapsen, joka joutuu rehtorin piinapenkkiin. Heilautin vahingossa sormiani, ja välittömästi olinkin yleisön mielestä hermostunut tai odotin jotakin tapahtuvaksi. Joka ainut liikkeenä kertoi tarinaa, enkä näyttelijänä ollut itse lainkaan tietoinen siitä, millaista tarinaa olin kertomassa.

Neutraalinaamio yhtä aikaa vaatii ja aiheuttaa liikkeen ekonomisuutta. Miten kävelen tuolin luokse ja istuudun mahdollisimman neutraalisti? Jos en ole ekonominen eli käytä mahdollisimman vähän askeleita ja liikkeitä tavoitteeni saavuttamiseksi, kerron katsojalle tarinaa. Miksi tuo hahmo ensin istui ja korjasi sitten asentoaan hinkkaamalla takapuoltaan tuoliin? Onko sillä virtsatietulehdus, vai onko se hermostunut tehtyään jotain pahaa? Tai miksi hahmo mutkitteli ennen kuin kävi istumaan? Onko se erityisen onnellinen? Ehkä se on saanut hyviä uutisia? Koska harjoitteessa on yksinkertainen ”koreografia”, pienetkin liikkeen poikkeamat neutraalista pistävät silmään. Liikkeen ekonomisuus merkitsee tasapainoa ja neutraaliutta. Neutraalinaamio on näyttelijän

työkalu, joka lisää tietoutta omasta kehosta. Se auttaa tiedostamaan maneeereja ja pääsemään eroon niistä. (Mäkelä, kurssi 2011.)

2.3 Neutraalin etsintä on jatkuvasti opettava ikuisuusprojekti

Neutraaliuden tavoittelu on toisinaan turhauttavaa, koska kyseessä on itse asiassa mahdoton tehtävä. Ei ole olemassa täydellistä neutraalia (Murray 2003, 72). Näyttelijän liikkeessä jokin luo aina hahmoa ja kertoo tarinaa. Työskentelyssä on siis kyse pyrkimyksestä päämäärään, jota ei ole olemassa.

Olin osallistujana ryhmässä, jossa kaikki osallistujat olivat juuri kokeilleet ensimmäisen kerran neutraalinaamiota. Ensimmäisillä kokeilukerroilla osallistujat ilmaisivat tiedostamattaan todella paljon. Ryhmä turhautui, kun esimerkkiä oikein tekemisestä ei tuntunut syntyvän. Joku pyysi opettajaa näyttämään, miten neutraalinaamion kanssa näytellään. Hän kieltäytyi ilman perusteluja. (Mäkelä, kurssi 2011.) Myöhemmin ymmärsin, ettei hän voinut näyttää meille täydellistä neutraalia, koska ei olisi itsekään yltänyt siihen. Oma työskentely voi itsestä tuntua neutraalilta, mutta todellisuudessa ulkopuoliset määrittelevät onnistumisen.

Neutraalinaamiotyöskentelyssä ei ole kyse lopputuloksesta, vaan kokemuksesta ja prosessista. Työskennellessä oppii tuntemaan kehonsa ja tiedostamaan omat liikkeensä. Tietty liike tuntuu neutraalilta, mutta ei välity katsojille sellaisena. Useilla työskentelykerroilla oppii ymmärtämään, mitä muutoksia täytyy tehdä. Neutraali liike ei ole liikesarja, jonka voi kopioida opettajalta.

Koska harjoitteilla etsitään neutraaliutta, katsojan kokevat poikkeamat siitä viihdyttäväksi. Näyttelijänä uskoin olevani neutraali, mutta en näyttäytynyt neutraalina katsojalle. Katsojat nauroivat minulle, enkä ymmärtänyt syytä. (Mäkelä, kurssi 2011.) Tämä kävi työskentelyn alussa itsetunnolle. Kuitenkin juuri tämä epäonnistumisen kokemus on oleellista, jotta ymmärtää neutraaliuden merkityksen ja oppii tuntemaan omat keholliset maneerinsa. Epäonnistumisista syntyy loputtomasti materiaalia. Katsojan ja ohjaajan mielessä syntyy väkisin hahmoja, tarinoita ja mielikuvia, joihin voi myöhemmin palata.

Neutraalin etsiminen on kuitenkin palkitsevaa, sillä siinä kehittyy jatkuvasti. Samalla oppii havainnoimaan itseään ja muita. Neutraalin liikkeen etsiminen avaa silmät. Enää ei voi kulkea kadulla havainnoimatta kanssakulkijoiden liikettä: ryhtiä, jalkojen ja käsien asentoja, tilan käyttöä. Ei ole kyse siitä, että neutraalius on positiivinen asia ja runsaasti ilmaiseva tapa liikkua negatiivinen. Kutsun Soile Mäkelän inspiroimana jokaisen yksilöllistä tapaa olla, liikkua ja kantaa itseään siviilikehoksi. Siviilikehot erottavat ihmiset toisistaan ja antavat teatterin tekijälle loputtomasti materiaalia fyysisen hahmon muodostamiseen. Neutraalinaamio on väline, jolla kaikki ympäröivä rikas kehollinen ilmaisu valjastetaan käyttöön. Neutraalinaamiotyöskentely on auttanut minua kokoamaan liikepankin, josta voi ammentaa materiaalia.

Uskon, että neutraalinaamiotyöskentely on hedelmällistä kaikille teatterin tekijöille. Vaikka menetelmässä onkin kyse naamionäyttelemisen ensimmäisestä askeleesta, työskentely opettaa yhtä lailla perinteisen teatterin tekijöitä. Oman kehon ja liikkeen ymmärtäminen on varmasti hyödyllistä kaikille.

3 Laban-liikeanalyysimentelmä tarjoaa ponnahduslautoja ilmaisulle

3.1 Liikelaatujen kehollistamista mielikuvia tulkitsemalla

Laban-liikeanalyysimenetelmään olen tutustunut tanssija ja koreografi Tanja Elorannan kurssilla Teatteri Metamorfoosilla syksyllä 2012. Laban-liikeanalyysimenetelmän kehittäjä oli itävaltalainen tanssija, koreografi, opettaja, filosofi, teoreetikko ja kirjoittaja Rudolf Laban (Eloranta 2011, 6). Laban-liikeanalyysissa (Laban Movement Analysis eli LMA) on kyse liikkeen havainnoimisesta ja analysoimisesta. Menetelmä kehitettiin alun perin tanssin palvelukseen, mutta sitä on ryhdytty käyttämään myös näyttelijäntyön menetelmänä. (Eloranta 2011, 9.) LMA:n käyttö teatterin tekemisessä on Suomessa tuore suuntaus, ja menetelmään liittyvien käsitteiden käännökset ovat vakiintumattomia. Tanja Eloranta on menetelmän käytön pioneeri Suomessa.

LMA on monisyinen kokonaisuus, jota on kehitetty monen toimesta moneen suuntaan. Olen itse vasta raapaissut pintaa. Uskallan kuitenkin käyttää menetelmää ohjatessani,

sillä Eloranta painotti kurssillaan, että kyseessä on metodin sijaan joukko teorioita, joita saa soveltaa vapaasti. Ei ole olemassa tiettyä oikeaa tapaa käyttää LMA:ta. (Eloranta, kurssi 2012.) Näin ollen paneudun luottavaisesti niihin muutamiin asioihin, jotka olen jossakin määrin sisäistänyt ja joista olen todella inspiroitunut. Janoan lisää oppia menetelmästä, mutta koen voivani käyttää sitä jo tässä vaiheessa työvälineenä. Esittelen seuraavaksi niitä LMA:n osa-alueita, joita sovellan työssäni.

LMA:ssa tutkitaan liikettä neljän kategorian avulla. Kategoriat ovat keho, efortti, tila ja muoto. (Eloranta 2011, 9.) Olen tässä vaiheessa ehtinyt tutustua efortteihin. Efortit eli liikelaadut kertovat, miten keho liikkuu. Kaikki liike voidaan jakaa neljään liikelaatuun: voima, virtaus, aika, tila. (Eloranta 2011, 10.) Jokainen neljästä liikelaadusta muodostaa janan, jolla on ääripäät (kts. Taulukko 1).

Taulukko 1. Efortit eli liikelaadut

liikelaatu	ääripää	ääripää
voima	kevyt	voimakas
aika	viivästynyt	äkillinen
virtaus	vapaa	sidottu
tila	epäsuora	suora

Yksinkertaistettuna LMA:ssa on kyse liikelaatujen kehollistamisesta. Mitä näyttelijän liikkeelle tapahtuu, kun hän saa kehollistettavaksi esimerkiksi sidotun virtauksen? Sanat ovat moniselitteisiä ja ristiriitaisia. Kyseessä on mielikuvien tulkitseminen, ei eksaktin oikean tekemisen tavan toistaminen. Ohjaaja voi antaa mielikuvan, mutta hän ei voi vaikuttaa siihen, miten näyttelijä sen tulkitsee. Liikelaadut ovat myös arvovapaita. Näyttelijä tekee itse valinnan siitä, kehollistaako hän eforttia positiivisella vai negatiivisella pohjavireellä. Mahdollisuudet kumpaankin ovat olemassa. (Eloranta, kurssi 2012.)

Nyrkkisääntönä on, että yhdistämällä kolme liikelaatua saadaan luotua hahmon pintataso, sen ulkoinen olemus. Hahmon muodostamisen menetelmänä käytetään toiminnallista *drivea* eli *action drivea*. *Action drive* syntyy kolmen liikelaadun

yhdistelmästä, poissuljettuna virtaus. (Eloranta, kurssi 2012.) Taulukossa 2 on lueteltu kaikki kahdeksan *action drivea* jaettuna neljään ryhmään.

Taulukko 2. *Action drivet*

Ryhmä	Action Drive	Action Drive
Hitaat ja kevyet	FLOAT	GLIDE
voima	kevyt	kevyt
aika	hidas	hidas
tila	epäsuora	suora
Nopeat ja kevyet	FLICK	DAB
voima	kevyt	kevyt
aika	nopea	nopea
tila	epäsuora	suora
Nopeat ja voimakkaat	PUNCH	SLASH
voima	voimakas	voimakas
aika	nopea	nopea
tila	suora	epäsuora
Hitaat ja voimakkaat	PRESS	WRING
voima	voimakas	voimakas
aika	hidas	hidas
tila	suora	epäsuora

Käytännössä kyse on siis siitä, että näyttelijä saa ohjeeksi kolme sanaa eli kolme mielikuvaa. Kun tehdään esimerkiksi *float drivea*, näyttelijän saamat mielikuvat ovat kevyt voima, viivästynyt aika ja epäsuora tila. Näyttelijä tulkitsee itse nämä mielikuvat ja tekee päätökset niiden kehollistamisen suhteen. Kaikki ratkaisut ovat oikeita. Näyttelijä ei voi tehdä virheitä, koska oikeaa tapaa tehdä ei ole.

3.2 Laban tarjoaa tukipylvään näyttelijälle ja sanastoa ohjaajalle

Itselleni näyttelijänä *action driveista* syntyi selkeitä ja valmiita hahmoja. Esimerkiksi *float drive* synnytti mielikuvan päämäärättömästä mutta hilpeästä juoposta, joka syöksyy tilanteisiin silmät pyöreinä ja pää edellä. Koin näyttelijänä vapauttavaksi sen,

että sain selkeät ohjeet ja tarkan tehtävän suoritettavaksi, mutta lopputulos oli itse valittavissani. Sain lempeän alkutönäisyn, mutta kukaan ei sanellut, mitä minun pitäisi tehdä. (Eloranta, kurssi 2012.)

LMA on mielestäni nerokas menetelmä, sillä se antaa ohjaajalle lisää sanastoa eli lisää työvälineitä näyttelijän ohjaamiseen. Kun ryhmä työskentelee menetelmällä, se saa yhteisen kielen ja yhteisen kehyksen, jonka läpi tarkastella tekemistä.

Koen, että LMA-työskentely vapauttaa näyttelijän. Hän saa selkeät ohjeet, joita noudattaa, mutta myös vapauden tulkita. Työskentelyssä ei tarvitse puskea uusia ideoita tai keksiä nokkeluuksia, vaan ottaa vastaan se, mitä keho tarjoaa, kun aivot lähettävät sille työstettäväksi mielikuvan. Koen epähedelmälliseksi ja vaikeaksi työskentelyn, jossa annetaan täysin vapaat kädet. Kun kaikki on mahdollista, itse en usein pysty tuottamaan mitään. Tällaisissa tilanteissa näyttelijä mielestäni asetetaan tarpeettomasti tilanteeseen, jossa hänellä on paineita synnyttää tyhjästä jotakin nerokasta. LMA antaa näyttelijälle turvaa: raamit, joiden sisällä kaikki on mahdollista.

LMA antaa sekä näyttelijälle että ohjaajalle loistavan työkalun liikkeen analysoimiseen. Sen sijaan, että ohikulkija kadulla vangitsee jostain syystä katseeni ja kuittaa hänet ohimennen mielenkiintoiseksi jatkaen matkaani, olen oppinut menemään analyysissä syvemmälle. Olen oppinut pilkkomaan kiinnostavan henkilön fysiikkaa paloihin. Hän vaikuttaa surulliselta. Mikä aiheuttaa surullisen vaikutelman? Epäsuora tila, hidas aika ja voimakas voima. Kun henkilö on analysoitu, hänen liikkeensä on kopioitavissa. Tämä tarkoittaa, että minulla on työkalupakissani valmis hahmo otettavaksi käyttöön tarpeen tullessa. Sen sijaan, että tyydyn passiivisesti huomioimaan, että henkilö on mielenkiintoinen, pyrin aktiivisesti määrittämään, mikä hänestä tekee mielenkiintoisen.

4 LMA:n ja neutraalinaamion käyttö omissa ohjauksissani

4.1 Kevään 2014 ohjaukseni esimerkkitapauksina

Seuraavaksi kuvaan omia ohjauksiani, joissa olen käyttänyt neutraalinaamioharjoitteita ja LMA:ta. Olen ohjannut Hahmonrakennustyöpaja Muodonmuutoksia -nimisiä lyhytkursseja, joissa osallistujat ovat etsineet neutraalia kehoa ja rakentaneet hahmoja fyysisen teatterin menetelmin. Lisäksi olen käyttänyt menetelmiä ohjatesani harrastajateatteriryhmien produktioita. Olen käyttänyt LMA:ta ja neutraalinaamion harjoitteita produktioiden alkuvaiheissa, kun ryhmä on tutustunut tekstiin ja esityksen hahmoihin. En pyri kuvaamaan tarkasti ohjausteni prosesseja, vaan keskityn juuri LMA:han ja neutraalinaamioon liittyviin huomioihini.

Viikonlopun mittaisia Muodonmuutoksia-työpajoja olen ohjannut harrastajateatteriryhmille. Työpajoissa osallistujat ovat ensin tutkineet neutraaliutta ja pyrkineet tulemaan tietoisiksi omista tavoistaan liikkua. Lisäksi osallistujat ovat tehneet kokeiluja LMA:n *action driveilla*. Sen jälkeen he ovat tehneet tietoisia päätöksiä kehonsa ja liikkeensä suhteen, tavoitteenaan muodostaa hahmoja.

Olen ohjannut Muodonmuutoksia kolmelle harrastajateatteriryhmälle. Työpajoissa on ollut kahdeksasta kahteenkymmeneen osallistujaa, ikäjakaumaltaan 13-70 -vuotiaita. Naisia on ollut ryhmissä enemmistö.

Olen käyttänyt menetelmiä myös kahdessa ohjaamassani, keskenään hyvin erilaisessa harrastajateatteriproduktiossa. Ohjasin kesäteatterinäytelmät Vaasan Ylioppilasteatteri Rampille ja Ylivieskan Niemelän kylänäyttelijöille. Vaasan *Heinähattu*, *Vilttitossu ja Littoisten riiviö* -näytelmän ryhmä oli pääsykokeiden perusteella itse kokoamani. Ryhmässä oli kahdeksan näyttelijää, iältään 13 – 30-vuotiaita. Kaksi näyttelijöistä oli ensikertalaisia, muut kokeneempia. Ylivieskassa ohjasin Markku Hyvösen *Jo vain, herra ministeri* -näytelmän, jossa oli mukana 17 näyttelijää. Näyttelijät olivat iältään 9-75-vuotiaita. Näyttämökokemus vaihteli ryhmässä olemattomasta kymmeniin vuosiin.

Olen ohjaajana tutkinut neutraaliutta ilman naamiota. Syinä ovat olleet se, että aluksi minulla ei ollut omia naamioita ja että naamio vaatisi naamionäyttelemisen tekniikan harjoittelua. Tekniikkaan paneutuminen ei ollut mielestäni hedelmällistä lyhyissä työpajoissa, jotka keskittyvät naamionäyttelemisen sijaan ylipäättänsä fyysiseen teatteriin tutustumiseen. Jälkikäteen ajatellen kyse on osittain myös siitä, että en ennen

omia käytännön kokemuksiani ohjaajana täysin ymmärtänyt naamion tärkeyttä. Nyt olen hankkinut itselleni kaksi neutraalinaamiota ja seuraavaksi aion alkaa ohjata naamion käyttöä.

4.2 Subjektiivista havainnointia, ei arvostelua

Kun osallistuin näyttelijänä neutraalinaamiotyöpajoihin koin, että neutraalinaamiokokemus saattaa olla tekijälleen henkisesti rankka. Oppimismenetelmänä on epäonnistuminen, mikä on tärkeää avata myös näyttelijälle. Täydellistä neutraalia ei ole olemassa. Tarkoituksena on oppia virheistä. Jos näyttelijä ei tiedä tätä, hän saattaa tuskastua, koska ei onnistu saavuttamaan päämääräänsä. Pohdin asian merkitystä työpäiväkirjassani tehdessäni ohjaussuunnitelmaa ensimmäistä työpajaa varten.

Pelkään, että he [osallistujat] kokevat, että heitä kritisoidaan ja sulkeutuvat kuoreensa. Pohjustusta ei saa unohtaa, vaikka ohjaaminen hermostuttaa. Lempeä, positiivinen, tukeva, rakentava asenne on ehdoton.

Näiden huolien siivittämänä painotin työpajojen alussa, että neutraalin tutkimisessa ei ole kyse arvostelusta tai arvottamisesta. Ihmisen itsensä, ei roolihahmon, tutkiminen vaatii arvostavaa ja kunnioittavaa lähestymistapaa. Kyse on yksinkertaisesti subjektiivisesta havainnosta: kun sinä kävelet tuolla rytmillä ja tuossa ryhdissä, minä koen, että olet määrätietoinen tyyppi. Jokaisella katsojalla on oma näkemyksensä, eikä ”oikeaa” määritelmää ole olemassa. Erilaisten mielipiteiden kirjosta ei selviä yksiselitteistä totuutta siitä, mitä kukakin liikkeellään ilmaisee. On hyvä kuitenkin kuulla, millaisia tarinoita omasta liikkeestä syntyy. Kun tiedostaa oman tapansa liikkua, voi lähteä tietoisesti muokkaamaan sitä ja päästä kohti monipuolisempaa ilmaisua.

Paljon pohdintaa aiheuttanut pohjustus kantoi hedelmää. Kukaan ei ainakaan myöntänyt kokeneensa, että hänen siviiliolemustaan arvosteltaisiin. Huomasin ohjatessani toistavani uudelleen ja uudelleen, että harjoitteissa ei ole kyse arvostelusta, vaan havainnoista. Tämä tuntui itsestäni oikealta tavalta toimia ja koin myös, että osallistujat kaipasivat muistutusta asiasta. (Lindström 2014a.)

4.3 Siviililiikkeen analysointi neutraaliuden pohjana

Aloitin ryhmien kanssa neutraalin etsimisen tutkimalla ryhmäläisten omaa luontaista tapaa liikkua. Ryhmäläiset tekivät havaintoja toistensa siviililiikkeestä. Tarkoituksena oli liikkua tilassa kuten kävelisi kadulla, omana itsenään ilman pyrkimystä neutraaliin tai toiseuteen. Tavoitteenani oli lisätä osallistujien tietoutta siitä, miten rikasta jokaisen arkiliike on. Kokemukseni mukaan ihmiset yleensä, itseni mukaan lukien, kokevat antavansa itsestään neutraalin kuvan. Harva pyrkii tietoisesti kertomaan arkisella liikkeellä mitään asenteestaan tai tunteistaan. Silti ihminen tiedostamattaan usein joko paljastaa jotakin tai antaa harhaanjohtavan kuvan itsestään. (Lindström 2014a.)

Esimerkiksi hyvin määrätietoinen ja aikaansaava ihminen saattaa antaa itsestään laiskan kuvan kumaralla ryhdillä ja hitaalla kävelyn rytmillä. Tällä harjoitteella pyrin kiinnittämään osallistujien huomion havainnoimiseen ja tiedostamiseen. Kun ymmärtää käytännön kautta, mitkä fyysiset tekijät luovat mielikuvan laiskuudesta, pystyy käyttämään havaittua fysiikkaa, kun itse tekee laiskaa hahmoa. (Lindström 2014b.)

Ensimmäiseksi haasteeksi nousi työskentelyn vaatima yksityiskohtien huomioiminen ja tarkkuus. Harjoite itsessään on hyvin yksinkertainen. Osallistujat ainoastaan havainnoivat toistensa arkikävelyä. Harjoitteen hyöty syntyy osallistujien havainnoista. Tämän vuoksi havaintojen täytyy olla yksityiskohtaisia ja tarkkoja. Kirjoitin työpäiväkirjaani:

Kommentteja oli vaikea saada tarkoiksi. [Osallistujat] ovat liian kohteliaita ja suurpiirteisiä. Arkoja analysoimaan, lyhytsanaisia.

Kun teetin harjoitusta ensimmäistä kertaa, tunsin olevani pulassa. Kun kysyin, mitä osallistujat näkivät vuorossa olevan kävelyssä, en saanut juuri vastauksia. Aluksi kaikki tuntui näyttävän katsojien mielestä neutraalilta. Pienet outoudet tai ominaispiirteet eivät kiinnittäneet katsojien huomiota. Totesin, että harjoitus ja koko työskentely loppuisi lyhyeen, ellen saisi osallistujia näkemään ja analysoimaan yksityiskohtaisemmin. Kyselemällä sitkeästi jatkokysymyksiä ja alussa jopa hieman johdattelemalla vastauksia sain osallistujat aktiivisimmiksi. (Lindström 2014a.)

Työpäiväkirjaan kirjaamani tunnot vaikuttavat jälkikäteen liian jyrkiltä. Työskentelytapa oli osallistujille uusi ja outo. Odotin, että hyvin erilaisista taustoista tulevat harrastajanäyttelijät olisivat heti valmiita syvälliseen analyysiin. Sain taas huomata, miten teatterin tekemisessä laatu korvaa määrän ja että aikaa on varattava runsaasti. Jos harjoitetta olisi tehty pitkänä prosessina, usein toistoin, olisi varmasti päästy vielä parempiin tuloksiin. Toisaalta harjoitteessa ei ole loppua, se ei ole koskaan valmis. Harjoitteessa on kyse silmien avautumisesta uuteen tapaan nähdä ja havainnoida. Erään osallistujan sanoin harjoitteen voi ajatella olevan lähtölaukaus työskentelylle, jota voi tehdä missä ja milloin vain (Lindström 2014b).

Kun työpajojen päätteeksi keskustelimme harjoitteesta, osallistujat olivat vaikuttuneita sen yksinkertaisuudesta ja käyttökelpoisuudesta. Harjoitteita kuvailtiin vapauttaviksi ja itsetuntemusta lisääviksi. Eräs osallistuja näki työskentelyssä yhtymäkohtia mindfulnessiin, eli tietoiseen läsnäoloon tai tietoisuustaitoon. (Lindström 2014a.) Mindfulnessissa sen harjoittaja pyrkii olemaan jatkuvasti tietoinen kaikesta tekemästään. Eräs toinen osallistuja tilasi minut ohjaamaan harjoitetta työhyvinvointitilaisuuteen työpaikalleen. Hän koki saaneensa todella paljon uutta tietoa siitä, miten ihmiset kokevat hänet hänen fyysisen olemuksensa ja liikkeensä perusteella. Hän kertoi ymmärtäneensä, miksi ihmiset joskus tuntuvat saavan väärän kuvan hänestä. Nainen uskoi, että koko työyhteisö hyötyisi tällaisesta havainnoinnista. Työskentelyllä vaikuttaa olevan yhtymäkohtia ja käyttömahdollisuuksia myös teatterikentän ulkopuolella. (Lindström 2014b.)

Osallistujien oman liikkeen tutkiminen aiheutti myös joillakin ryhmäläisillä pieniä suojareaktioita. Osallistujilla tuntui olevan tarve tehdä selväksi, että he olivat tietoisia omasta liikkeestään. He halusivat analysoida liikkeensä itse ennen kuin muut ehtisivät. Tulkitsin nämä puolustautumiset jonkinlaiseksi peloksi. Tekijä alitajuisesti pelkää, että havainnoinnissa on kyse kritiikistä. Kenties he ajattelevat, että katsojat väittävät heidän tuntevan kehonsa huonosti.

Joillekin oli kova pala kun ei saakaan tarkkailijoilta palautteeksi, että ”olitpa tosi neutraali”. Jotkut osallistujista selkeästi ajattelivat, että neutraalius on tavoite, johon on päästävä arkiliikkeessä ja että heidän luonnollinen liikkeensä on viallista.

Koin tärkeäksi tähdentää näille osallistujille eroa teatterin ulkopuolisen siviilikehon ja lavalle astuvan kehon välillä. Siviilikeho saa olla millainen haluaa. Kaikki sen tarjoama liike on ”oikeaa”, koska se ilmaisee ihmisen persoonallisuutta. Sitä ei ole missään tapauksessa tarpeen muuttaa. Lavalle astuva keho puolestaan on mahdollista ja hedelmällistä ottaa haltuun ja ohjastaa sitä tietoisesti haluamaansa suuntaan. (Lindström 2014b.)

4.4 Pyrkimyksiä neutraaliin

Siviililiikkeen tutkimisesta johdin ryhmät neutraaliliikkeen tutkimiseen. Ohjasin työni alkupuolella kuvattua harjoitetta, jossa pyritään istumaan neutraalisti tuolille. Kun ohjasin osallistujat siirtymään siviililiikkeestä neutraaliin liikkeeseen, kohtasin työskentelyn seuraavan haasteen. Joillakin osallistujilla oli tarve saada puhdas suoritus tehtävästä, ja he vaativat minulta ohjaajana vastauksia. He halusivat tietää, mitä ”parannuksia” heidän olisi tehtävä. Aivan kuin neutraalissa olisi kyse koreografiasta, jota voitaisiin toistaa. Neutraaliutta ei voi tuottaa sarjatuotantona. Jokaisen fyysinen olemus, kuten pituus, vaikuttaa siihen, mikä luo kunkin liikkeestä neutraalin vaikutelman. Kaksimetrinen ja 150 senttimetriä pitkä osallistuja eivät voi ottaa saman mittaisia askeleita.

”Mitä täytyy muuttaa, jotta olen neutraali? Jos pysähdyn hetkeksi seisomaan tuolin taakse, vaikutanko silloin neutraalilta?” En osannut vastata tähänkään. Miksi kysellä, kun voi kokeilla?

Pyysin kyselijät kokeilemaan harjoitetta uudestaan ja uudestaan sekä omien muutosehdotustensa että katsojien palautteen perusteella. Toisto tuntui olevan vastaus. Kun osallistuja kokeili omaa ehdotustaan tuolin taakse seisahtumisesta ja sai katsojilta palautetta, että neutraalin sijaan seisahtuminen toi vaikutelman unohduksesta, haaveilemisesta tai pelosta, hän sai samalla vastauksen kysymykseensä. Toisto tuntui toimivan ikään kuin puhdistumisriittinä. Joka kierroksella jotakin neutraalista poikkeavaa jäi pois. (Lindström 2014b.)

Se, että emme käyttäneet naamioita, osoittautui osittain ongelmalliseksi. Jos kasvot näkyvät, katsojan huomio kiinnittyy automaattisesti niihin ja keho jää toissijaiseksi.

Tämä oli yksi syy neutraalinaamion kehittämiseen. Ilman naamiota työskennellessään näyttelijät pyrkivät etsimään neutraalia kasvonilmettä. Tämä loi usein mielikuvan surumielisyydestä tai vihaisuudesta. Läpinäkyvyys ohjaajantyössä auttoi ongelman kohtaamisessa. Pyrin tekemään selväksi, että kasvojen näkyminen on tekemistä hieman vääristävä puute harjoituksessa. Osallistujat tiesivät harjoitetta aloittaessaan, että huomiota ei tule suunnata pelkästään kasvoihin. (Lindström 2014a.) Myöhemmin olen oppinut, että rentous luo neutraalia. Jos kasvot ovat jännittyneet, ne kertovat tunteista ja asenteista. Rennoista kasvoista katsoja lukee vähemmän. Jatkossa osaan ohjeistaa kasvojen käytön paremmin.

4.5 Kohti hahmoa Laban-liikeanalyysin avulla

LMA:sta olen ottanut ohjaajan työssä käyttöön efortit eli liikelaadut. Näyttelijät ovat saaneet valmistaa kolmen liikkeen sarjan, jota toistetaan. Esimerkiksi istun alas, juoksen ovelle, hiivin takaisin tuolille. Näyttelijät toistavat sarjaansa ja saavat mielikuvaksi aina yhden sanan, jonka he saavat antaa vaikuttaa tapaansa tehdä liikesarjaa. Seuraavaksi näyttelijät saavat tehdä samaa harjoitetta *action driveilla*.

Kun osallistujat ovat tehneet tietoisia valintoja ja päätöksiä hahmonsa fyysikan suhteen, he ovat saaneet valita puvustusta ja maskeerausta hahmonsa tueksi. Olen kannustanut osallistujia rakentamaan hahmonsa mahdollisimman kauas siviiliminästään. Hahmonrakennusharjoitus mahdollisti oman fyysikan totaalisen muuttamisen: naisesta saattoi tulla mies, nuoresta vanha, ujosta öykkäri. Jos osallistujat joutuivat siviilifysiikkansa vuoksi aina tekemään samantyyllisiä rooleja, heillä oli nyt mahdollisuus kokeilla jotakin uutta. (Lindström 2014a.)

LMA:ssa on mielestäni kyse ohjaajuuden perusteista. Menetelmän perusajatus on yksinkertainen ja omaan luovuuteen kannustava. Ohjaaja antaa ohjeen eli sanallisen pätkän materiaalia, jonka näyttelijä sisäistää ja käyttää haluamallaan tavalla. Taika piilee kokemukseni mukaan sanojen monimuotoisuudesta ja tulkinnan loputtomissa mahdollisuuksissa. Kun neutraalinaamiossa kaikki pyrkivät yhteiseen tavoitteeseen, LMA:ssa jokaisen oma tulkinta on oikea tulkinta. Ei ole oikeaa tai väärää. LMA:n mielikuvat ovat ponnahtuslautoja, joista näyttelijä saa vauhtia omalle tulkinnalleen.

Pelkäsin menetelmästä kertomiseen liittyvien taulukoiden ja teorian luovan negatiivisia mielikuvia kahlitusta, tiukasta ja luovuutta rajoittavasta tavasta työskennellä. Tarvitsin sitkeyttä ja uskoa asiaani jaksakseni kannatella näyttelijät pohjustuksen läpi kohti käytäntöä. Alustus ei yksin vielä anna kuvaa menetelmästä, vaan vaatii käytännön kokeiluja. (Lindström 2014a.) Toisaalta pelkkään käytäntöön ei voi siirtyä ilman pohjustusta.

Kohteliaat ihmiset eivät tietenkään keskeytä tai haukottele. Kasvoista kuitenkin näkee, että he ihmettelevät, että mitä ihmettä tuo tyyppi selittää.

Menetelmä ei auennut näyttelijöille, kun jätin pohjustuksen pois tai kuittasin sen liian lyhyesti. Tein Niemelän kylänäyttelijöiden kanssa virheen, kun pyrin pikaisesti ja pintapuolisesti käymään läpi *action driveja*. Vaadin käytännön työskentelyä ilman, että kerroin mistä on kyse. Näyttelijät pyrkivät epätoivoisesti yhteen oikeaan tapaan tehdä. Turvallisuuden tunne katosi. Näyttelijät kuvasivat tekemistä epävarmaksi ja epämiellyttäväksi suorittamiseksi. (Lindström 2014c.)

Toisaalta riittävän pohjustuksen jälkeen menetelmä otettiin vastaan paremmin kuin olin odottanut.

Näyttelijät sisäistivän ajatuksen siitä, että jokainen tulkitsee mielikuvia omalla tavallaan. Eräs näyttelijä kehollisti kaikki *action drivet* pelaamalla shakkia. Pelin rytmi, ajankäyttö ja pelaamiseen käytetty voima muuttuivat kunkin *action driven* kohdalla. Toinen kehollisti samoja *action driveja* toisella puolella salia hyvin tanssillisesti, kaukana reaali maailmasta. (Lindström 2014b.)

Osallistujat avasivat muutaman minulle ohjaajana tärkeän keskustelun LMA:n avulla luotujen hahmojen syvällisyydestä. Sekä eräässä Muodonmuutoksia-pajassa että Vaasan produktion harjoituksissa eräät osallistujat kyseenalaistivat syntyvien hahmojen staattisuuden. Eihän kukaan ole aina samanlainen, ei myöskään hahmo lavalla. Olen niin alussa LMA:n tutkimisen kanssa, etten ole vasta paneutunut kuin yhteen *drive*-ryhmään, *action driveihin*. *Action drivet* luovat nimenomaan ulkoista ja pinnallista olemusta. Syvälliseen, kokonaiseen hahmoon tarvittaisiin muitakin *driveja*, joita en vielä hallitse. Tällä vastasin kuitenkin vain kysymykseen luotujen hahmojen pinnallisuudesta, mutta en staattisuudesta. Pohdittuani asiaa osasin muotoilla vastauksen. LMA:n

action driveilla luodaan hahmon perusolemus, sen neutraali sunnuntaiolotila. Jokainen henkilö, tilanne ja tunne, jonka hahmo kohtaa, muuttaa luonnollisesti sen fysiikkaa. Hahmot, kuten ihmisetkin, muuttuvat jatkuvasti sen mukaan, mitä ne kohtaavat. (Lindström 2014a.)

Kun työskennellään menetelmillä täytyy myös painottaa, että tehtäessä hahmoa ei tarvitse ottaa esimerkiksi tiettyä *action drivea* käyttöön sataprosenttisesti. Hahmolle voi valita esimerkiksi 20 prosenttia *float drivea*. Näin hahmoista tulee realistisempia, vähemmän tyyliä ja paremmin sopivia perinteiseen tekstilähtöiseen teatteriin.

4.6 Työskentelyn hyödyt ohjaajalle ja osallistujalle

Menetelmiä käyttäessäni löysin, osittain olosuhteiden pakosta, itsestäni oppivan ohjaajan. Koska en osannut vastata kaikkiin näyttelijöiden kysymyksiin, jouduin ennemmin johtamaan keskustelua ja kokeiluja, kuin kertomaan varmoja totuuksia ohjaajan pallilta. Olin yllättynyt todetessani, etten pelkää tai koe auktoriteettiani uhatuksi kohdatessani kyseenalaistavan näyttelijän. On vapauttavaa sanoa, että en tiedä. Työpajatyöskentelyssä on kyse näyttelijän tekemistä kokeiluista ja löydöistä, ei ohjaajan kertomista vastauksista. Työpajatyöskentelyssä tarvitaankin mielestäni enemmän fasilitaattoria, joka johtaa puhetta ja mahdollistaa harjoitteiden etenemisen, mutta antaa runsaasti tilaa näyttelijän omille ajatuksille. Opin siis ohjaajana jatkuvasti, varmasti vähintään yhtä paljon kuin osallistujat.

Mielestäni näytteleminen mielletään usein supliikkien ja intuitiivisten lavaleijonien tontiksi. Aremmat ja hiljaisemmat jäävät helposti syrjään. LMA ja neutraalityöskentely luovat demokraattisen, rohkaisevan ja turvallisen tavan tutustua näyttelijäntyöhön ja kehittyä siinä. Koska työskentely on analyyttistä ja ohjeistettua, muutkin kuin intuitiiviset räiskijät pääsevät löytämään uusia tapoja tehdä. En usko, että luovuus ja näyttämöllinen mielikuvitus ovat synnynnäisiä lahjoja. Niitä on mahdollista kehittää. Kaikista voi tulla luovia ja monipuolisia näyttämölä.

Tekemisen tapoja yhdistää kontrolli ja raja, jotka muodostavat kehyksen luovalle ilmaisulle. Mielestäni täydellinen vapaus työskenneltäessä tukkii ilmaisun. Jos voin

tehdä mitä vain, miten pystyn tekemään valintoja? Entä jos valitsen väärin ja olisinkin voinut tehdä jotain vielä nerokkaampaa? LMA:ssa ohjaaja antaa näyttelijälle yhden sanan ja loputtoman vapauden tämän yhden sanan kanssa. Sana on näyttelijän turva ja kiinne kohta työskentelyssä.

Vaasassa näyttelijät kertoivat saaneensa työskentelystä apua tutustuessaan roolihahmoihinsa ja tehdessään valintoja näiden fysiikasta ja olemuksesta. Näytöskaudella kysyin näyttelijöiltä, oliko menetelmien käytöllä vaikutuksia valmiiseen, näyttämölle päätyvään hahmoon.

Eräs näyttelijä kertoi kokemuksistaan. Hahmonrakennuksesta jäi aika isoakin juttuja valmiiseen hahmoon, jolla erityisesti jalkojen asento ja askelpituus ovat päinvastaiset kuin näyttelijän. Hahmon fyysinen rakentaminen ennen kohtausharkkoja auttoi häntä keskittymään harjoituksissa ja myös nyt esityskaudella: kun hän ottaa roolihahmon asennon ennen lavalle astumista, pääkin pysyy skarppina ja tässä hetkessä. (Lindström 2014d.)

Oli ihastuttavaa huomata, miten menetelmät tuntuvat toimivan hyvin erilaisille näyttelijöille iästä tai kokemusmäärästä riippumatta. Ylivieskassa ensikertalaiset saivat kiinnekohdan uudessa tilanteessa ja konkarit löysivät ilmaisuunsa jotakin uutta.

Menetelmien käyttö mahdollistaa näyttelijän kehityksen entistä analysoivammaksi ja tiedostavammaksi. Työskentely vaatii näyttelijältä aktiivisuutta ja ajatustyötä. Kun näyttelijä oppii olemaan tietoinen omasta ilmaisustaan, hän oppii olemaan hereillä myös vastaanäyttelijöiden työskentelyn suhteen. Tämä johtaa näyttelijän reagoimiseen vastaanäyttelijän työskentelyyn sekä ympäröivään tilaan. Teatterissa on pohjimmiltaan mielestäni kyse juuri reagoimisesta.

5 Lopuksi

Neutraalinaamion harjoitteiden ja Laban-liikeanalyysimenetelmän käyttöön ottaminen omassa ohjaajan työssäni on ollut opettavainen matka, jonka uskon jatkuvan koko urani ajan. Olen tyytyväinen, että uskalsin kulkea kohti tuntematonta ja käyttää työssäni menetelmiä, jotka ovat itsellenikin vielä melko vieraita.

Opin ohjaajana olemaan lempeämpi itselleni. En pelkää epätietoisuutta. Ohjaamisesta on tullut minulle enemmän ryhmän yhteinen löytöretki kuin autoritäärisen ohjaajan yksinvaltijuuden ilmaisu. Olen myös oppinut, että ihminen ei ole niin ainutlaatuinen kuin kuvittelee olevansa. Tällä tarkoitan sitä, että kun itse nautin jostakin tekemisen tavasta ja koen sen hyödylliseksi, niin varmasti joku muukin tekee niin. Pelkäsin aluksi olevani yksin innostukseni kanssa. Ajattelin, että ohjauksiini osallistujat pitäisivät menetelmiä liian yksinkertaisina tai eivät ymmärtäisi, mihin niillä pyrin. Nyt uskallan luottaa intuitiooni. Koen, että ohjaajan työtä on tehtävä oman kiinnostuksen kohteiden kautta.

Olen saanut ohjaajana varmistuksen monelle uskomukselleni. Käyttämäni fyysisen teatterin menetelmät otettiin ennakkotoiveideni mukaisesti vastaan hyödyllisinä työvälineinä, jotka lisäävät tietoisuutta omasta kehosta ja luovat uusia mahdollisuuksia fyysiseen ilmaisuun. Minulla on luonnollisesti vielä paljon opittavaa ja työskentelymenetelmissäni on kehitettävää, mutta tunnen olevani oikealla tiellä.

Lähteet

Carasso, J.; Lallias, J. & Lecoq, J. 2001. The Moving Body. Teaching creative theatre. Routledge, New York.

Eloranta, T. 2011. Labanin liikeanalyysi näyttelijäntyön opetuksessa. Teemaseminaari. Teatterikorkeakoulu. Tanssi- ja teatteripedagogiikan laitos, Helsinki.
<http://metamorfoosi-com-bin.directo.fi/@Bin/fdb6ec6a78ed6911d96fce363fc07d5c/1408617986/application/pdf/159336/Teemaseminaari%20Tanja%20Eloranta.pdf>
 3.9.2013

Lecoq, J. 2006. Bradby, D. (toim.) Theatre of Movement and Gesture. TJ International, Cornwall.

Murray, S. 2003. Jacque Lecoq. Routledge, Oxon.

Kurssit

Mäkelä, Soile 2011: Koulutusnaamiot 1 -kurssi, Metropolia Ammattikorkeakoulu 9.9.-21.10. 2011

Mäkelä, Soile 2012: Koulutusnaamiot 2 -kurssi, Metropolia Ammattikorkeakoulu 7.9.-12.10.2012

Eloranta, Tanja 2012: Laban-tekniikka ja näyttelijäntyö -kurssi, Teatteri Metamorfoosi 17.-18.11.2012

Julkaisemattomat lähteet

Lindström, Outi 2014a. Työpäiväkirja 1.-2.3.2014

Lindström, Outi 2014b. Työpäiväkirja 15.-16.3.2014

Lindström, Outi 2014c. Työpäiväkirja 5.2.-24.6.2014

Lindström, Outi 2014d. Työpäiväkirja 6.4.-8.7.2014