

TANSSINHARRASTAJIEN KOKEMA VOIMAANTUMINEN ERI KULTTUUREISTA LÄHTÖISIN OLEVISSA TANSSIMUODOISSA

MARIANA SILJAMÄKI, EEVA ANTTILA, JUHA PERTTULA, ARJA SÄÄKSLAHTI

Yhteyshenkilö: Mariana Siljamäki, Liikuntakasvatuksen laitos, Jyväskylän yliopisto, PL 35 (L), 40014 Jyväskylän yliopisto. Puh. 040-5325416. Sähköposti: mariana.siljamaki@jyu.fi

TIIVISTELMÄ

Siljamäki M., Anttila E., Perttula, J. & Sääkslahti, A. 2012. Tanssinharrastajien kokema voimaantuminen eri kulttuureista lähtöisin olevissa tanssimuodoissa. Liikunta & Tiede 49 (6), 52–59.

■ Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää kehofenomenologian näkökulmasta tanssinharrastajien kokemuksia eri kulttuureista lähtöisin olevista tanssimuodoista: länsiafrikkalaisista tansseista, itämaisesta tanssista ja flamencosta. Tutkimukseen osallistui 36 tanssinharrastajaa. He olivat iältään 11–70-vuotiaita ja olivat harrastaneet tanssimuotoaan 4–20 vuotta. Tanssinharrastajat kirjoittivat kokemuspäiväkirjaa tanssimisen kokemuksistaan kuudella tanssitunnilla kolmen kuukauden aikana. Heille annetut ohjeet pohjautuivat fenomenologiseen lähestymistapaan perustuvaan van Manenin (2003) kehittämään kirjoittamisen tapaan.

Aineiston analyysi tapahtui seuraamalla kahta fenomenologisen metodologian keskeistä periaatetta: sulkeistamista ja mielikuvatasolla tapahtuvaa muuntelua. Tanssimisen myönteiset merkitykselliset kokemukset tulkittiin tanssijan voimaantumisenä. Voimaantuminen ilmeni arjesta irrottautumisen tunteena, kehollisena mielihyvinä ja flow-kokemuksina, uuden oppimisena, tanssin ja musiikin yhteydestä ja sen kautta itsensä ilmaisemisesta sekä tanssiyhteisön tuesta. Tanssimisen kielteiset merkitykselliset kokemukset ilmenivät voimaantumisen esteinä. Niistä keskeisimmät olivat epäonnistumisen, turhautumisen ja häpeän kokemukset tanssijan taitotasolle liian vaativissa harjoituksissa. Lisäksi tanssisalin peilin käyttö aiheutti oman kehon objektivoitua ja vierauden tunnetta.

Tutkimustulosten perusteella voimaantumiseen liittyvien kokemusten merkityksestä tanssin ja liikunnan harrastamisessa tarvitaan lisää tietoa. Sitä tarvitaan erityisesti pedagogiikan kehittämiseksi, tanssin- ja liikunnanopetuksessa sekä alan opettajankoulutuksessa.

Asiasanat: Kehofenomenologia, voimaannuttavat ja voimaantumista estävät kokemukset, eri kulttuureiden tanssimuodot

JOHDANTO

Viimeisten parin vuosikymmenen aikana suomalaisten tanssinharrastuksessa on alkanut heijastua monikulttuurisuuden lisääntyminen ja kulttuurien välinen vuoropuhelu. Eri kulttuurien tanssimuodot ovat nousseet jo aikaisemmin vakiintuneiden tanssimuotojen rinnalle monipuolistamaan tanssikulttuuriamme.

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on ymmärtää syvemmin, mitä annettavaa eri kulttuureista lähtöisin olevilla tanssimuodoilla on suomalaisille tanssinharrastajille. Tanssijoiden kokemusten tutkiminen on noussut tärkeäksi suomalaisen tanssintutkimuksen näkökulmaksi 1990-luvulta lähtien (Esim. Parviainen 1994, 1995). Suomalaiset tutkimukset tanssijoiden kokemuksista ovat painottuneet pääosin

ABSTRACT

Siljamäki M., Anttila E., Perttula, J. & Sääkslahti, A. 2012. Recreational dancers' experiences of empowerment in connection with transnational dances. Liikunta & Tiede 49 (6), 52–59.

■ The purpose of the study was to explore, from the perspective of the phenomenology of the body, the experiences of recreational dancers in dance forms originating from different cultures: West African dances, Oriental dance and flamenco. The study involved 36 dancers between the age of 11 and 70 who had pursued their specific dance forms for 4–20 years. They kept a diary of their experiences of dancing during six dance classes within three months. The instructions were based on the method of writing about lived experience introduced by Max van Manen (2003).

The material was analysed observing the two central principles of the phenomenological methodology: bracketing and imaginative variation. The positive meaningful experiences of dancing were interpreted as empowerment created by the feeling of detachment from everyday life through dance, bodily pleasure and flow experience, by learning new, by the connection between dance and music and self-expression via this, and by the support of the dance community. The negative meaningful experiences of dancing were interpreted as disempowerment. The most significant negative experiences were connected with excessively demanding practice for the dancer's skill level, failures, and self-objectification through the use of the dance studio mirror.

Based on the research results, more information is needed on the meaning of empowerment in dance and physical education, particularly for developing the pedagogy. It is also needed in dance and physical education and the related teacher education.

Keywords: Phenomenology of the body, empowerment, disempowerment, transnational dances

ns. länsimaisiin tanssimuotoihin (Esim. Rouhiainen 2003). Tässä tutkimuksessa laajennamme kehollisiin kokemuksiin painottuvaa tanssintutkimusta eri kulttuureista lähtöisin oleviin tanssimuotoihin. Tutkimuksen kohteena ovat länsiafrikkalaiset tanssit, itämainen tanssi ja flamenco. Tutkimuskysymyksemme on, mitä ovat tanssimisen merkitykselliset kokemukset näiden tanssimuotojen harrastajille. Merkitykselliset kokemukset voivat olla tanssijoille positiivisia tai negatiivisia eli mitä tahansa tanssinharrastajille tärkeitä kokemuksia.

Tutkimuksemme keskeiset käsitteet nousivat aineistosta. Ne ovat voimaantumisen (empowerment) kokemukset ja voimaantumista estävät (disempowerment) kokemukset. Eri alojen tutkijat lähestyvät

empowerment-käsitettä omista lähtökohdistaan. Kasvatustieteellisen kirjallisuuden lisäksi empowerment-käsitteeseen on perehdytty mm. yhteisöpsykologiassa, sosiologiassa ja hoitotieteessä. (Siitonen 1999, 82–85.) Lisäksi käsitettä on hyödynnetty opettajan ammatillisen pätevyyden kehittämisessä (Esim. Bell & Gilbert 1996). Näkökulmasta riippuen empowerment-käsitteestä käytetään erilaisia suomenkielisiä vastineita, kuten voimauttaminen, valtauttaminen ja valtautuminen (Siitonen 1999, 82–85).

Tässä tutkimuksessa käytämme voimaantumisen käsitettä siten, että tanssimisen myönteiset merkitykselliset kokemukset ilmenevät tanssijoille voimaannuttavina kokemuksina. Kielelliset merkitykselliset kokemukset taas ilmenevät voimaantumista estävinä kokemuksina. Tällaiset kokemukset ovat henkilökohtaisia, mutta ne syntyvät ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa ja ovat yhteydessä myös laajempaan yhteiskunnalliseen ja kulttuuriseen kontekstiin. Sen vuoksi voimaantumisen tai voimaantumista estävien kokemusten syntymiseen liittyy vahvasti myös sosiaalinen näkökulma. Näin myös opettajan toiminnalla ja tanssiyhteisöllä on tärkeä merkitys tanssinharrastajien kokemuksiin. (Vrt. Järvinen 2007; Siitonen 1999.)

Tutkimuksemme tanssimuodoiksi olemme valinneet länsiafrikkalaiset tanssit, itämaisen tanssin ja flamencon. Kaikilla tanssimuodoilla on omat etniset ja kulttuuriset juurensa, mutta niitä voidaan pitää ylijärjaisina tanssimuotoina, koska ne ovat muuttuneet jo omassa ”kotimaissaan” erilaisten vaikutteiden ja ihmisten liikkumisen myötä. Tanssimuodot ovat muuttuneet myös matkatessaan uusiin paikkoihin (Vrt. Laukkanen 2012 itämaisesta tanssista.) Tämän lisäksi tanssipedagogiikka on saanut Suomessa koulutuksen ja tutkimuksen myötä omanlaisiaan piirteitä. Tämä heijastuu tutkimme tanssimuotojen harrastajien kokemuksiin tanssinopettajien toiminnan kautta. Tutkimuksessa edustettujen tanssimuotojen opettajat eivät useinkaan ole opiskelleet tanssipedagogiikkaa yliopistossa. Tästä huolimatta he vaikuttavat olevan tietoisia suomalaisen tanssipedagogiikan kehityssuunnista ja painopisteistä, esimerkiksi kokonaisvaltaisesta ja somaattisesta lähestymistavasta. Näin perinteinen, opettajajohtoinen pedagogiikka pitää sisällään myös vuorovaikutteisuutta ja oppilaiden kokemusten kuuntelemista ja huomioimista. (Ks. Siljamäki, Anttila & Sääkslahti 2010.)

Tutkimukseen osallistuvat länsiafrikkalaisten tanssien harrastajat tanssivat tansseja, jotka ovat kotoisin esimerkiksi Guineasta, Malista tai Norsunluurannikolta. Näiden maiden perinteisiin kuuluu useiden etnisten ryhmien, kuten Malinke- ja Susu-ryhmän tansseja. Itämainen tanssi on alkuaan levinnyt Pohjois-Afrikasta ja Lähi-Idästä muualle maailmaan kuten Suomeen. Tutkimukseen osallistuvat itämaisen tanssin harrastajat tanssivat pääasiassa egyptiläiseen tanssi-perinteeseen kiinnittyviä tansseja. Flamenco on kehittynyt Espanjan eteläisessä osassa, Andalusiassa. Flamencoon on sulautunut useiden eri kulttuureiden vaikutteita, joita on ammennettu esimerkiksi romaaneilta ja intialaisilta. (Hayes 2009, 75–80.) Tutkimukseen osallistuvat flamencotanssin harrastajat tanssivat tiettyihin tyylilajeihin (palos) perustuvia koreografioita.

Kaikki tutkimukseen osallistuvat tanssinharrastajat harjoittelevat koreografioiden ohella omalle tanssimuodolleen ominaisia liikekielen peruseriaatteita ja tanssitekniikkaa. Tutkimuksemme valitsemiamme tanssimuotoja tanssitaan niiden ”kotimaissa” sekä ammattilaisten esittämänä että esimerkiksi sosiaalisissa tilanteissa, kuten erilaisissa juhlissa.

Viitattessamme artikkelin ensimmäiseen kirjoittajaan, käytämme nimeä ”Mariana”. Muussa tapauksessa viittaamme kaikkiin kirjoittajiin. Tutkijoina teemme tulkintoja omista taustoistamme käsin. Lähtökohtamme tämän tutkimuksen tekemiseen kumpuavat taustoistamme liikunnan- ja tanssinopettajakoulutuksista vastaavina opettajina ja alan tutkijoina.

Fenomenologisia tutkimussuuntauksia yhdistää pyrkimys ymmärtää ihmisen elämään kuuluvia asioita koettuina (Perttula 2012). Suomessa fenomenologisia tutkimuksia on tehty sekä liikunnan että erityisesti tanssin alalla. Ensimmäiset suomalaiset liikunnan fenomenologiset tutkimukset on julkaistu 1990-luvulla. Klemola (1990) pohti tutkimuksessaan sitä, miten liikunta ja keholliset harjoitukset voivat viedä kohti varsinaista itseä. Koski (1991) tarkasteli jooga- ja budoperinteiden liikuntaharjoituksia painottaen liikunnan filosofian yleisinhimillistä, kulttuurista ja ajasta riippumatonta luonnetta.

Vuonna 1994 ilmestynyt Parviaisen tutkimus *Tanssi ihmisen eksistenssissä* oli päänavaus Suomessa vahvan jalansijan saaneelle fenomenologiselle tanssintutkimukselle (Ks. myös Parviainen 1995, 2006). Parviaisen useiden fenomenologisten kirjoitusten lisäksi Rouhiainen (2003) on kirjoittanut fenomenologiaan painottuvia julkaisuja. Hän pohti väitöstutkimuksessaan, millaisena ilmiönä freelancetanssitaiteilijuus näyttäytyy neljän suomalaisen tanssitaiteilijan haastatteluista syntyneen aineiston asettuessa dialogiin lähinnä Merleau-Pontyn fenomenologian kanssa. Välipakan väitöstutkimus (2003) käsitteli monenlaista tanssimista hyödyntäen mm. fenomenologista lähestymistapaa. Ylönen (2004) tarkasteli väitöskirjassaan tanssia ruumiillisena tietona sekä tanssin dialogisuutta. Ylönen tutkimus paikantuu etnografiaan, mutta myös fenomenologiseen perinteeseen. Suomessa myös muut tanssintutkijat, kuten Pasanen-Willberg (2000), Monni (2004), Anttila (2007) ja Heimonen (2009) ovat julkaisseet fenomenologispainotteisia tutkimuksia. Kaikki mainitsemamme tutkimukset ovat omalla tavallaan luoneet tanssin uutta ajattelutapaa sekä käsitteistöä, joissa tanssin merkityksellistymisen kysymyksiä lähestytään tanssikokemusten kautta.

Muita fenomenologian kautta tanssiin orientoituneita tutkimuksia ovat tanskalaisen tanssi- ja liikuntapedagogin Svender Nielsenin väitöskirja (2008), jossa hän tutkii oppilaiden kokemusmaailmaa sekä yhdysvaltalaisen Bondin ja Stinsonin tutkimus (2007), jossa he kuvaavat noin 600 nuoren tanssijan kokemuksia. Lisäksi fenomenologista tanssintutkimusta ovat tehneet yhdysvaltalaiset Sheets-Johnstone (2009) sekä Fraleigh (1999).

Kaikissa edellä mainituissa tutkimuksissa tanssijoiden kokemusta lähestytään fenomenologian keinoin, mikä yhdistää ne omaan tutkimukseemme. Tiedossamme ei kuitenkaan ole väitöskirjatasoisia fenomenologisia tutkimuksia, joissa tarkastelun kohteena ovat olleet tanssinharrastajien kokemukset länsiafrikkalaisista tansseista, itämaisesta tanssista tai flamencosta. Siitä syystä peilaamme tutkimustuloksiamme niihin fenomenologisiin tutkimuksiin, jotka käsittelevät muiden tanssimuotojen tai liikunnan harrastajien kokemuksia. Lisäksi käytämme peilauspintana aikaisemmin tekemääme fenomenologista tutkimusta, jossa olemme käyttäneet samaa aineistoa kuin tässä tutkimuksessa (Siljamäki, Perttula, Sääkslahti & Anttila 2012).

Tanssin tuottamia kokemuksia tarkastelevien, fenomenologisella asenteella tehtyjen tutkimusten perusteella on mahdollista todeta, että tanssimisen kokemukset ovat moniulotteisia. Kokemusten tuottamat merkitykset ovat vahvasti myös henkilökohtaisia. (Anttila 2009, 84–85.) Näin yhteys voimaantumisen ja voimaantumista estäviin kokemuksiin on nähtävissä aiemmissa fenomenologisissa tutkimuksissa (Esim. Bond & Stinson 2007).

Tässä kehofenomenologisessa tutkimuksemme keho on inhimillisen ymmärryksen perusta. (Merleau-Ponty 1962/1989; ks. myös Rauhala 2005, 38–47). Ennen kuin opimme ajattelemaan käsitteellisesti, ymmärrämme maailmaa kehollisesti. Ihminen kantaa kehossaan laajaa tiedon ja taidon kapasiteettia, vaikka sitä ei koskaan käsitteellistäisi. Monet arkipäivän toimet edellyttävät kehollista tietoa. Arkipäiväinen elämämme toimii kehollisen tietämisen varassa. (Parviainen 1995; Rouhiainen 2011.)

Kehoa voi tarkastella ainakin kahdesta näkökulmasta: elettyinä

kehona ja objektikehona. Keho objektina on se keho, jonka näemme ikään kuin ulkopuolisin silmin tai anatomiaan pohjautuvana tietona kehosta. Eletyn kehon käsite viittaa kehoon koettuna ja siitä käytetään myös termiä ”subjektikeho”. Tässä tutkimuksessa eletty keho ilmenee tanssinharrastajien tapana kokea kehonsa tanssiessaan. Sen lisäksi, että eletty keho kantaa henkilökohtaista historiaa, ovat yhteisölliset tavat ja tottumukset osa sitä. Näin eletty keho on sekä yksilöllinen että sosiaalis-kulttuurinen. (Parviainen 1994, 40–43.) Koska tutkimme tanssijoiden kokemuksia, myös situaatio eli elämäntilanne on olennainen käsite tutkimuksessa. Situaatio viittaa kaikkeen siihen, johon ihmisen kehollisuus ja tajunnallisuus on suhteessa (Rauhala 2005). Tutkiessamme kokemusta, tutkimme samalla sitä, mistä kokemus on (Perttula 2008). Tässä tutkimuksessa tanssijoiden elämäntilanteella, kuten työllä, ihmissuhteilla ja kaikilla muilla arkielämään kuuluvilla asioilla oli tärkeä merkitys siihen, miten he tanssimisen kokivat.

TUTKIMUKSEN KULKU JA MENETELMÄT

Tutkimukseen osallistui 36 tanssinharrastajaa, jotka olivat harrastaneet länsiafrikkalaisia tansseja, flamencoä tai itämaista tanssia 4–20 vuotta. Jotta tutkittaville oli kertynyt riittävästi tanssimisen kokemuksia, valintakriteerinä pidimme vähintään kahden vuoden kokemusta tanssimuodosta. Tanssijat olivat iältään 11–70-vuotiaita, 35 naista ja yksi mies. Heistä länsiafrikkalaisia tansseja harrasti 13, flamencotanssia 11 ja itämaista tanssia 12. Tanssinharrastajat tanssivat yhdistysten järjestämällä tunneilla, yksityisissä tanssikouluissa tai kansalaisopistossa kolmessa kaupungissa ja yhdessä maaseutukunnassa eri puolilla Suomea.

Tanssinharrastajat kuuluivat mahdollisuudesta osallistua tutkimukseen omilta tanssinopettajiltaan. Kaikki osallistuivat tutkimukseen vapaaehtoisesti. Alaikäisten (kolme tanssijaa) huoltajilta saimme osallistumiseen kirjallisen luvan. Tanssinharrastajat pitivät päiväkirjaa tanssimisen kokemuksista kuudella tanssitunnilla. Heille annetut kirjoitusohjeet perustuivat van Manenin (2003) kehittämään kirjoittamiseen tapaan, joka pohjautuu fenomenologiseen lähestymistapaan. Tanssitunnit ajoituivat kolmen kuukauden ajalle. Tavoitteenamme oli, että osallistujat kirjoittavat mahdollisimman avoimesti tanssimisen kokemuksistaan, esimerkiksi tunnin aikana heränneistä tunteista ja ajatuksista.

Fenomenologisesti orientoituneen tutkimuksen kannalta tapa hankkia aineistoa on yhtä tärkeä kuin tapa analysoida sitä. Pyrimme luomaan aineistonhankinnalle kontekstin, jossa tutkimukseen osallistuvat pystyivät ilmaisemaan kokemuksiaan mahdollisimman avoimesti, sellaisena kuin ne heille ilmenivät. Pyysimme tanssinharrastajia kirjoittamaan itselleen merkityksellisistä asioista. Sen lisäksi kehotimme heitä pohtimaan antamistamme teemoista niitä, jotka he kullakin tanssikerralla kokivat merkityksellisiksi. Vaihtoehtoisia teemoja olivat, miltä tanssiminen tuntui, mikä tanssimisessa oli antoisinta tai vaikeaa sekä millainen merkitys oli sillä, miltä tansittavat liikkeet näyttivät.

Päiväkirjojen yhteispituus oli 164 sivua (Times New Roman, 1,5 riviväli). Yksittäisten päiväkirjojen pituus vaihteli yhdestä sivusta 12 sivuun.

AINEISTON ANALYYSI FENOMENOLOGISELLA ASEENTEELLA

Fenomenologista asennetta noudattavan analyysin tavoitteena oli muodostaa tutkimustehtäväämme vastaava käsitteellinen muotoilu aineistolähtöisesti. Tutkimuksemme tuottaman tiedon perustana ovat

tanssijoiden kokemukset, eivät niitä koskevat teoriat tai tutkijoiden etukäteisoletukset. (Ks. Perttula 2009, 2012.)

Fenomenologisessa tutkimuksessa tutkija on sidoksissa omiin tapoihinsa hahmottaa maailmaa. Tämä metodologinen oletus tuo tutkittavan ilmiön kuvauksen rinnalle tulkintaa. Tämän vuoksi kutsumme tämän tutkimuksen metodologiaa fenomenologis-hermeneutiseksi. (Ks. Perttula 2012.)

Empiirisen aineiston analyysi noudatti kahta fenomenologisen asenteen kannalta tärkeää periaatetta: sulkeistamista ja mielikuvatasolla tapahtuva muuntelua. Näiden yhteisenä tavoitteena oli tunnistaa ilmiölle olennaisimmat asiat siirtäen syrjään ilmiön kannalta epäolennaiset asiat. Koska tutkimuskohteena olivat tanssinharrastajien kokemukset, Mariana pyrki tutkijana kehittämään ymmärrystään tutkimuskohteesta kokonaisvaltaisesti. Yksi keino kohti ymmärrystä on kinesteettinen empatia. Sen avulla toisten kokemuksiin on helpompaa sukeltaa ja näin tavoittaa ymmärrystä tanssinharrastajien kokemusmaailmasta. Marianalla on pitkä kokemus erityisesti afrikkalaisten tanssien tanssimisesta ja opettamisesta. Nämä kokemukset auttoivat eläytymään tutkittavien kokemuksiin ja tukivat tulkintaprosessia. Tutkijan on kuitenkin oltava varovainen, ettei hän rinnasta omia kokemuksiaan suoraan tutkittavien kokemuksiin. (Vrt. Paulkunen 2006.)

Käytännössä sulkeistaminen tarkoitti sitä, että Mariana tiedosti ennen analyysin aloittamista omat esioletuksensa. Sulkeistamisen tavoitteena on nähdä ilmiö uudella tavalla, eri näkökulmista. Kun tutkija sulkeistaa omia oletuksiaan tai ennakkoluulojaan, hänen ei tarvitse kieltää niitä. Sen sijaan tutkija pyrkii olemaan kiinnittämättä niihin huomiota, jotta ilmiö itsessään voisi näyttäytyä kaikessa moninaisuudessaan. Näin kinesteettisen empatian käyttö ei ole ristiriidassa sulkeistamisen kanssa.

Toisen fenomenologisen asenteen kannalta tärkeän periaatteen, mielikuvatasolla tapahtuvan muuntelun tarkoituksena, oli seuloa esiin tutkimuskohteena olevien kokemusten keskeiset merkitykset. Tämä tapahtui vaihtoehtoisten merkitysten analyysin avulla. Mariana kävi tutkijana läpi reflektiivisesti mielessään lukuisia kuviteltavissa olevia vaihtoehtoja etsiessään osuvinta tapaa kuvata kokemusten olennaisinta merkityssisältöä. (Ks. Perttula 2008.)

Empiirisen aineiston analyysi eteni käytännössä siten, että aluksi Mariana perehtyi kokemuspäiväkirjoihin mahdollisimman avoimin mielin pyrkien hahmottamaan kokonaisvaltaisesti tanssinharrastajien tapaa jäsentää kokemuksiaan. Tässä tutkija toteutti edellä kuvattua sulkeistamisen periaatetta. Seuraavaksi hän poimi jokaisesta päiväkirjasta tutkittavan ilmiön kannalta merkittävät ja itsenään ymmärrettävät kohdat. Tämän jälkeen Mariana kirjoitti mielikuvatasolla tapahtuvaa muuntelua noudattaen jokaisen aineistosta poimitun kohdan keskeisen merkityssisällön. Tavoitteena oli muuntaa tanssinharrastajien sanallisesti ilmaiset kokemukset tutkijan kielelle, joka ei kuitenkaan sitoudu teoreettisiin käsitteisiin. (Ks. Perttula 2012.)

Seuraavassa vaiheessa Mariana muodosti keskeiset sisältöalueet eli tutkimusaineistoa jäsentävät teemat, joita kukin aineistokokonaisuus ilmensi. Tässä vaiheessa teemoja oli useita. Tarkasteltuaan teemojen välisiä suhteita ja havaittuaan yhteneväisyyksiä niiden välillä, Mariana vähensi teemojen määrän ensin kahdeksaan, sitten neljään. Niistä kaksi liittyi vahvasti siihen, millä tavalla tanssimuotojen kulttuuri-tausta rakensi tanssinharrastajien tanssimisen kokemuksia. Niitä koskeva tutkimusraportti on toteutettu erikseen (Siljamäki ym. 2012). Tämä tutkimusartikkeli koskee kahta muuta teemaa, jotka empiirisen analyysin päätteeksi nimesimme voimaantumiseksi ja voimaantumisen esteiksi. Kuvaamme seuraavaksi tarkemmin näitä kahta teemaa sekä sitä, mistä alateemoista ne muodostuvat.

TUTKIMUSTULOKSET

Voimaantumisen ja voimaantumisen esteet

Käytämme voimaantumisen käsitettä kuvaamaan tanssimisen myönteisiä merkityksellisiä kokemuksia. Tanssijoille kielteisistä merkityksellisistä kokemuksista käytämme käsitettä voimaantumisen esteet. Koska käytämme voimaantumisen käsitettä osana fenomenologista tutkimusperinnettä, lähestymme sitä sekä yksittäisten tanssijoiden sisäisen voimantunteen että tanssiyhteisön näkökulmista. Voimaantumisen tarkastelu vain yksilön sisäisenä voiman tunteena avaisi ilmiötä yksipuolisesti.

Fenomenologisesti on perusteltua käyttää empowerment-käsitteistä suomenkielisiä vastinetta voimaantuminen samaan tapaan kuin Heikkilä-Laakso ja Heikkilä (1997), joiden mukaan käsite tarkoittaa ihmisestä itsestään lähtevää sisäistä voimantunnetta. Sisäinen voimantunne ei ole sisäsyntyinen inhimillinen ominaisuus, vaan se muotoutuu yksilöllä ja tilanteilla. Voimaantumisen on kyse prosessista, johon kuuluu itseymmärryksen kasvu, henkinen vahvistuminen ja toimintakykyisyyden lisääntyminen. Itsensä kykeneväksi tunteminen on osa voimaantumisen prosessia. Jotkut tanssinharrastajat esimerkiksi kuvaavat, kuinka tanssi on ollut heidän elämänsä pelastusrenkas, koska siihen on voinut purkaa muun elämän tunteita ja se on auttanut jaksamaan eteenpäin vaikeissakin elämäntilanteissa.

Tanssiyhteisön näkökulma voimaantumiseen on fenomenologisesti tärkeä, koska kokemus käsitteenä tarkoittaa elämäntilanteelle annettua merkitystä, ei mielenalaisia asioita. Myös sisäinen voimantunne kokemuksena vahvistuu tai heikentyy, kun tanssija tanssii yhdessä toisten kanssa opettajan läsnä ollessa. Tanssiyhteisö kuuluu tanssijan elämäntilanteeseen. Tässä tutkimuksessa halusimme tietää, mitkä tanssimisen kokemukset vahvistavat tanssijoiden sisäistä voimantunnetta eli ovat voimaannuttavia, ja mitkä tanssimisen kokemukset puolestaan heikentävät tanssijoiden sisäistä voimantunnetta eli ovat voimaantumisen esteitä.

Tutkimuksen tulokset osoittavat, että tanssimisen voimaannuttavuus ilmeni arjesta irrottautumisen tunteena, kehollisena mielihyvänä ja flow-kokemuksena, uuden oppimisena, tanssin ja musiikin yhteytenä ja sen kautta itsensä ilmaisemisenä sekä tanssiyhteisön tukena. Voimaantumista estävät asiat taas ilmenivät epävarmuuden ja häpeän tuntemuksina sekä turhautumisen kokemuksina. Tällaiset kokemukset liittyivät tanssitunnilla tehtäviin liian vaativiin harjoituksiin tai epäonnistumisiin toisten katseiden alla. Myös peilin käyttö herätti ristiriitaisia tuntemuksia. Seuraavaksi tarkastelemme tarkemmin tanssijoiden kokemuksia peilaten niitä kirjallisuuteen. Käytämme tanssinharrastajien synonyyminä sanaa ”tanssijat”. Tanssinharrastajien kokemuspäiväkirjoista otetut suorat lainaukset ovat tekstissä kursivoituna.

Tanssien irti arjesta ja flow

Eräs tärkeimpiä asioita itämäisen tanssin harrastamisessa on sen arjesta irtipäästävä vaikutus. Tämän tanssin avulla olen selvinnyt monesta elämäni raskaasta vaiheesta. (Itämäisen tanssin harrastaja)

Tämä kokemus kuvaa useimmille tanssinharrastajille merkityksellistä teemaa: tanssiminen tuottaa arjesta poikkeavia kokemuksia, jotka puolestaan antavat voimia selviytyä jokapäiväisestä elämästä. Irti arjesta -pohdintoihin tanssinharrastajat liittävät usein oman elämäntilanteensa. Ihminen on kietoutunut maailmaan tilanteensa mukaisesti ja kulloinkin tilanteet vaikuttaa hänen tulkintoihinsa elämän asioista. Situaatio on fenomenologian mukaan ihmiseen kuuluva, ei mikään ulkopuolelta vaikuttava asia. (Rauhala 2005, 41–46.)

Tanssimista kuvattiin elämän ilon ja voiman lähteeksi. Vaikka tanssitunnille lähteminen tuntui usein raskaalta väsymyksen tai kiireen takia, tunnin aikana keho alkoi tuntua vähitellen keveämmältä. Ke-

hon keveyden tuntu sai elämänkin näyttämään valoisammalta. Tanssinharrastajat kirjoittivat, että tanssi ja musiikki johdattavat heidät omaan aikaan ja tilaan, jossa on nautinnollista olla.

Tanssijat kuvailevat pääsevänsä irti arkirutiineista silloin, kun he pystyivät keskittymään kokonaisvaltaisesti tanssimiseen. Kokonaisvaltainen tunne syntyi vähitellen, tanssimisen kestäessä. Kokemus oli tiiviisti yhteydessä siihen, tavoittivatko tanssijat tanssille antautumisen tunteen. Tällaisen tunteen he kokivat esimerkiksi alkulämmittelyn aikana, jolloin kehon kankeus ja jäähmy poistuivat vähitellen ja samanaikaisesti muuhun elämään liittyvät asiat alkoivat kaikota.

Pikkuhiljaa väsymyksen alkoi jäädä pois mielestäni ja tanssi alkoi ”elää” kehossani. Varsinkin kolmas liikesarja jossa piti pyörähtää puolitousta kierrosta nopeasti ympäri ja hallita jatko pyörtymättä sai minut vauhtiin. Ihanaa, vapauttavaa. (Länsiafrikkalaisten tanssien harrastaja)

Tanssimisen fyysinen luonne tulee monissa kuvauksissa esille merkityksellisenä kokemuksena. Hiki, väsymys ja tunne siitä, että sai itsestään irti, olivat voimaantumiseen kietoutuvia tanssimisen kehollisia tiloja. Kiinnostavaa on, että monet tutkimukseen osallistuvat kertoivat, etteivät pidä itseään kuntoilu- tai urheiluihmisinä. Sen sijaan he nauttivat tanssimisen kautta saamastaan tehokkaasta ja fyysisesti haastavasta liikunnasta. Tanssin liikuntahyödyn koettiin tulevan ”siinä sivussa, tiskin alta.” Fyysisen tanssiharjoituksen jälkeen tanssijat kuvailevat oloaan raukeaksi ja rentoutuneeksi, mikä liittyi heidän kuvailemaansa toisenlaiseen tilaan.

Uusien taitojen oppiminen itsessään oli tanssijoille tärkeää. Fenomenologisen ajattelutavan mukaan tanssitaidon saavuttaminen edellyttää esimistä, harjoittelua ja ponnisteluja. Se mitä tanssija harjoittellessaan oivaltaa, on kehollista tietoa. Kehollinen tieto sisältää harjoittelun kautta saavutetun tanssitaidon, kehon hallinnan sekä tanssimiseen liittyvät kehon kokemukset. (Parviainen 1995.) Oppiminen on kokonaisvaltainen prosessi, jossa sekä oppijan että opettajan subjektiivinen, koettu maailma kaikkine kokemuslaatuneen on tärkeä.

Tanssinharrastajat kuvasivat, kuinka tärkeää heille oli oppia paitsi opettajalta myös toisten tanssia katsomalla tuntien sitä omassa kehossaan – siis kinesteettisen empatian avulla. Tämän ymmärtämiseksi hyödyllinen työkalu on Parviaisen (2006, 86–91) Steinin pohjalta kehittämä kehon topografia. Kehon topografia tarkoittaa kehoa eräänlaisena maastona, josta erilaiset tuntemukset nousevat esiin ja jota opitut taidot ja tekniikat sekä tavat ja tottumukset muovaavat. Taidot, tavat, muistot ja tottumukset kerrostuvat kehoon ja muuttavat kehon topografiaa mahdollistaen sekä oman että toisen liikekokemuksen ymmärtämisen sisältä käsin. Kun tanssinharrastajat katsoivat toisten tanssia, he oppivat tunnistamaan sitä myös omassa kehossaan, kinesteettisesti. Tämä edellytti kuitenkin oman kehon topografian kokemuksellista tuntemista.

Flow-kokemukset, hurmioitumisen hetket, olivat tanssinharrastajille merkityksellisiä. Monille ne olivat peruste jatkaa tanssinharrastustaan vuodesta toiseen. Tällaiset kokemukset tukivat tanssijoiden sisäisten voimavarojen löytämistä ja olivat voimaannuttavia. Flow-tutkimuksen pioneeri Csikszentmihalyi (2005, 17–19) viittaa käsitteellä voimakkaaseen mielihyvän tunteeseen, johon liittyy kokemus ympäristöön sulautumisesta. Hän käyttää flow-kokemuksesta myös käsitettä optimaalinen kokemus. Flow-kokemuksia tanssinharrastajat kuvasivat monin eri tavoin: *it kicks in, huippukokemus tai oma olemus hämartyy ja oleminen on ihanaa ja yksinkertaista*. Eräs tanssija vertaa flow-kokemusta puhdistuneeseen oloon.

Tanssimisen flow-kokemuksissa tulee esille rajojen ylittäminen ja toisenlaisen olemisen tavan löytäminen. Csikszentmihalyi (2005, 114) kirjoittaa tanssin tarjoamasta mahdollisuudesta intensiiviseen keskittymiseen ja paneutumiseen. Hän jatkaa, kuinka tanssi erottuu jokapäiväisen olemassaolon ”ensisijaisesta todellisuudesta”. Optimaalisen kokemuksen tavoittaminen edellyttää taitojen oppimista,

tavoitteellisuutta sekä palautetta. Tähän tutkimukseen osallistuneilla tanssijoilla palaute oli useimmiten kehollinen, sisäinen kokemus siitä, että liike sujui toivotulla tavalla.

Tanssinharrastajat kuvailivat myös erilaisia syitä, miksi he eivät aina tavoittaneet flow-kokemusta. Syynä saattoivat olla esimerkiksi kehon kiputilat, harjoitusten liian suuri vaatimustaso omaan taitotasoon nähden tai toisaalta riittävien haasteiden puuttuminen. Joskus keho jäi tekniseksi suorittajaksi ja ajatukset kiitivät omia menojaan, eikä flow-kokemusta syntynyt. (Vrt. Csikszentmihalyi 2005, 94–100.)

Musiikin tuottamat kokemukset

Tanssijat pohtivat musiikin merkitystä monesta näkökulmasta. Esimerkiksi ponnistelut ymmärtää toisesta kulttuurista lähtöisin olevia rytmejä toivat oman mielenkiintonsa tanssimiseen. Osa tanssijoista kirjoitti musiikin olevan itselleen jopa liikettä tärkeämpi. Musiikki liittyi vahvasti myös tunteisiin, joka todentui erityisesti musiikin tulkitsemisena ja ilmaisemisena kehon liikkeiden avulla, mielikuva-työskentelynä sekä tunteiden purkamisena. Musiikin kuvattiin ohjaavan liikettä hyvällä ja koherentilla tavalla. Se vaikutti vahvasti myös siihen, miltä liike tuntui.

Tutkimissamme tanssimuodoissa elävällä musiikilla ja muusikoilla on tärkeä rooli. Näin on esimerkiksi Guineassa, Egyptissä ja Espanjassa. Muusikot työskentelevät tanssijoiden kanssa sosiaalisissa tilanteissa kuten juhlissa sekä esiintymistilanteissa. Tähän tutkimukseen osallistuneiden tanssinharrastajien opettajat käyttivät opetuksessaan yleensä musiikkitalenteita. Ainoastaan länsiafrikkalaisten tanssien harrastajat tanssivat tunneilla, joita muusikot ajoittain säestivät. Muusikoiden säestäessä tanssijoiden kokemus liikkeen ja musiikin yhteydestä oli vahvempi. Tanssijat kuvasivat pääsevänsä tanssimisessa uudelle tasolle. He kuvailivat tanssimisen ja rytmin tulevan yhdeksi, ikään kuin rumpujen rytmin lävistävän ruumiin. Vahvan tunteen liikkeen ja musiikin yhteydestä toi myös se, että tanssijat tuottivat itse tanssiensa musiikkia, kuten erilaisia rytmejä ja laulua. Tällöin tanssijan oma keho toimi instrumenttina, jolla musiikkia tuotettiin. Esimerkiksi flamencotanssijat tuottivat rytmejä jaloillaan, koputuksen sekä käten taputuksen, sormien napsutteluun sekä lyömällä kämmenillä reisiin tai rintaan.

Musiikki tarjosi myös keinon käsitellä mielessä olevia ajatuksia ja päästä irti murheista. Sen lisäksi musiikki herätti tanssijoissa paljon mielikuvia omasta elämästä. Kutsumme tätä tanssimisen merkityksellistä puolta musiikin tunnemerkitseksi tutkineen Laihon (2005) tapaan mielikuva-työskentelyksi, josta esimerkkinä seuraava tanssijan kuvaus.

Voin jo eläytyä ja uppoutua musiikin sisälle. Sieluun asti kylmäsi. Laulu koskettaa ja tuo muistoja menneiltä vuosilta. (Flamencotanssin harrastaja).

Musiikki tuotti itsessään, ilman liikettäkin vahvoja tunnekokemuksia rauhoittaan, rentouttaen tai energiaa tuoden; tilanteesta ja musiikin luonteesta riippuen. Myös surullisella musiikilla ja sen herättämällä tunnekokemuksilla oli tärkeä paikkansa.

Tanssiyhteisön voima

Keskeinen teema tanssinharrastajien päiväkirjoissa oli tanssiyhteisön kokeminen elämänilon mahdollistavana paikkana, sellaisena jossa he voivat olla omana itsenään. Käytämme sanaa tanssiyhteisö ryhmän sijaan, koska se kuvaa paremmin ja kokonaisvaltaisemmin tanssinharrastajien ja opettajan muodostamaa kokonaisuutta. Käsitteen valitsemiseen vaikutti myös se, että monet tanssinharrastajat käyttivät päiväkirjoissaan itse sanaa ”yhteisö”.

Tanssiyhteisö oli tanssinharrastajien kuvausten mukaan yksi keskeinen voimaantumista tukeva asia. Ihminen löytää itse voimavaransa, eikä toinen voi häntä voimaannuttaa. Toiset, kuten tässä

tutkimuksessa opettaja ja muut tanssijat voivat kuitenkin tukea häntä tässä prosessissa. Tässä tutkimuksessa tanssiyhteisön voimaantumista edesauttoivat pitkäaikainen suhde opettajaan, hyväksyvä ja vapautunut tanssitunnin ilmapiiri sekä kommunikatiivinen kehollisuus tanssijoiden kesken.

Opettajaansa tanssijat arvostivat hänen asiantuntemuksensa ja hyvien pedagogisten taitojensa perusteella. Suomalainen opettaja toimi heille myös eri kulttuurista lähtöisin olevan tanssimuodon kulttuuritulkkinä. Tanssijat kuvasivat arvostamansa opettajan ominaisuuksia innostavuutena, huumorintajuna ja tapana käyttää opettaessaan mielikuvia. Opettajan hyväksyvän ja kannustavan toiminnan lisäksi myös muiden tanssijoiden ei-kilpailullinen suhtautuminen ryhmässä tanssiin oli merkityksellistä.

Koemme kaikki itsemme hyväksytyiksi tuossa tanssipurukassa kaikine omituisuuksinemme riippumatta luonteestamme, kehostamme, tanssityylistämme, koulutuksestamme, työstämme, työttömydestämme, sairauksistamme, varallisuudestamme, kyvyistämme. (Länsiafrikkalaisten tanssien harrastaja)

Kommunikatiivisella kehollisuudella tarkoitamme sitä, miten tanssijat kommunikoivat toisten tanssijoiden ja opettajan kanssa myös sanattoman vuorovaikutuksen keinoin. Tanssistävän vieressä oleminen, muutama sana ja katse, hullutellut ja muut kontaktinotot olivat tärkeitä hetkiä. Toisten sanattomiin viesteihin, kuten eleisiin ja ilmeisiin vastaaminen ja nauru vahvistivat yhteisöön kuulumisen tunnetta. Lisäksi se energia, jolla toiset tanssivat, vaikutti omaan tanssimiseen. Ylönen (2004, 26–27, 35) kirjoittaa, että jokaisen tanssi on osa kollektiivista kehon kommunikaatiota. Se on samaan aikaan yksilöllistä ja ainutkertaista oman elämän kerrontaa.

Epäonnistumisia

Tanssiharjoitusten vaativuudesta ja niiden aiheuttamasta turhautumisesta kirjoittivat eniten flamencotanssijat. Toisaalta flamencotanssin harrastajissa oli myös eniten niitä, jotka kaipasivat tunneille lisää haasteita ja vaativampia harjoituksia.

Flamencotunneilla harjoitetaan monipuolisesti tanssimuotoon liittyvää tekniikkaa, kuten käsien liikkeitä, keskivartalon hallintaa sekä jalkojen työskentelyä. Tanssijat kuvasivat tarkasti tunnin aikana tehtyjä tekniikkaharjoituksia ja niiden sujumista, mutta myös niitä tuntemuksia, joita epäonnistuminen tanssiessa heissä herätti.

Tanssimuodon kurinalaisuus ja liikkeiden tekninen vaativuus aiheuttivat monissa tanssijoissa riittämättömyyden tuntemuksia. Tanssiharjoittelu vaikuttaa tanssijaan monella tavalla. Harjoittelu kehittää tanssitekniikkaa, mutta samalla harjoittelu vaikuttaa tanssijan suhteeseen omaan kehoon, itseän ja maailmaan. (Foster 1997.) Monissa tutkimuksissa on havaittu samanlaista ahdistuneisuutta, huolestuneisuutta ja motivaation puutetta tanssijoilla, jotka kokevat haasteet liian koviksi omiin taitoihinsa nähden (Esim. Anttila 2004; Bond & Stinson 2007).

Flamencotunneilla tehtiin ajoittain yksin tekniikkaharjoituksia, erityisesti jalkojen koputusharjoituksia. Koputusharjoituksia yksin tehtäessä opettajan ja muiden tanssijoiden oli mahdollista kuulla, sujuiko harjoitus rytmisesti oikein. Koputukset koostuivat erilaisista iskuista lattiaan. Tällaisia olivat esimerkiksi iskut päkiällä tai kengän korolla sekä harjaavat askeleet. Näin iskuista muodostui rytmisiä sarjoja. Näissä harjoituksissa tanssijat kokivat eniten epäonnistumisen tuntemuksia, jotka muodostuivat voimaantumisen esteiksi.

Green (2001) pohtii sitä, millainen merkitys sillä on että ryhmän jäsenet tarkkailevat toistensa tanssisuorituksia. Hän näkee tällaisen toiminnan valvonnan tehostamisen tapana. Green näkee, että valvonta ja tarkkailu, myös tanssijan itsetarkkailu saattavat auttaa tanssijaa edistymään. Toisaalta ne johtavat myös epäonnistumisen kokemukseen. Seuraavassa sitaatissa tanssija kuvaa kokemustaan, jossa epäonnistumiseen kietoutuu kokonaisvaltainen häpeän tunne.

Pieni nopea koputussarja oli edelleen minulle liian vaikea, kädet on ihan mahdotonta yhdistää. Masentaa. Jokainen joutui koputtelemaan yksin ja olin vuorossa viimeinen enkä kerta kaikkiaan saanut jalkojani toimimaan. Hiki valui otsalta. Inhottavaa olla kaikkien silmätikkuna. Lopputunni tunsin olevan huono kaikessa. (Flamencotanssin harrastaja)

Nähdessään itsensä toisen silmin tanssija pyrkii ymmärtämään, miten toinen hänet näkee. Kyseessä on tällöin hänen oman toimintansa reflektiivinen tarkastelu. Kun tanssija on katseen kohteena, hän paljastaa ainoastaan objektiivisen kehonsa. Koetun kehon alueelle sen sijaan ulkopuolinen katse ei voi tunkeutua. Tästä syystä ulkopuolinen katsoja näkee vain objektikehon liikkeet, jonka avulla tanssija ilmaisee itseään. Reflektion avulla tanssijalle paljastuu, milloin hän on toisten edessä epäonnistunut tai onnistunut. (Klemola 1995, 81–86.)

Ristiriitainen peili

Peilin käyttö ja sen merkitys nousi ristiriitoja herättäväksi teemaksi monen tanssijan päiväkirjassa. Osa tanssijoista piti peiliä hyödyllisenä, jopa välttämättömänä apuvälineenä. Peilin avulla he pystyivät näkemään, mitkä liikkeet jo sujuivat ja mitkä liikkeet vaativat korjaamista. Moni tanssija koki kuitenkin, että peili sitoi liikaa heidän huomiotaan ja hallitsi tanssimista.

Peilin kautta katsoessaan tanssija voi objektivoida itsensä, nähdä objektiivisen kehon ja ruumiin pinnan. Klemola (1995) pohtii, että peili ei pysty välittämään koetun kehon kokemusta. Eräällä tavalla subjektiivinen ja objektiivinen kokemus kuitenkin yhdistyvät. Kokemukset vuorottelevat, sillä emme voi olla samalla kertaa sekä katsojan että katsottavan asemassa. Fenomenologian näkökulmasta itsen näkemiseen liittyy vielä vierauden elementti. Keho tuntuu subjektiivisena kokemuksena tutulta, mutta oman kehon objektivoinnin vuoksi kokemus muuttuu ja tuntuu vieraalta. (Klemola 1995, 83–84.)

Salissa oli peili, mikä masensi itseäni hieman. Huomasin, etten tanssi läheskään niin sulokkaasti kuin millaisen olon tanssi minulle tuottaa. En katsonut itseäni lopputunnista enää lainkaan peilistä. Halusin kuunnella musiikkia ja kehoani – keskittyä subjektiiviseen liikkeen kokemiseen sen sijaan, että tarkkailisin itseäni ”ulkopuolelta”. (Itämaisen tanssin harrastaja)

Myös ne tanssijat, joilla ei ollut peiliä käytössään, pohtivat sen käyttöä. He liittivät peilittämiseen sellaisia myönteisiä pitämisiä asioita kuin subjektiivisten kokemusten vahvistumista sekä luottamuksen kehittämistä omiin, fyysisiin tunteisiin. Kiinnostavalla tavalla tanssijat kuvailivat myös sitä, miten he kokivat peilittämöyden vaikuttavan positiivisesti ryhmän yhteishenkeen. Ilman peiliä tanssimisen sosiaalisuus ja yhteishenki olivat tanssijoiden mukaan vahvempia. Tämän he kuvasivat johtuvan siitä, että peili ei etäännyttänyt tanssijoita toisistaan vaan läsnäolo oli paremmin hetkessä kiinni olevaa. (Vrt. Heimonen 2009, 168.)

POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Tutkimuksessamme olemme selvittäneet ja pyrkinneet ymmärtämään eri kulttuureista lähtöisin olevien tanssinharrastajien merkityksellisiä kokemuksia. Näistä tanssimuodoista käytämme käsitettä ylijärjaiset tanssit, koska ne liikkuvat maasta ja maanosasta toiseen saaden uusia vaikutteita ja sopeutuen uuteen kulttuuriympäristöön. Ylijärjaiset tanssimuodot eivät pelkästään ime itseensä vaikutteita muista kulttuureista, vaan vaikuttavat myös itse aktiivisesti uudessa kulttuuriympäristössä, kuten Suomessa.

Olemme nostaneet esille oman tulkintamme mukaan aineistossa keskeisimmät esiintyneet merkityskokonaisuudet. Tanssimisen kehollinen luonne tekee sen sanallistamisesta haasteellista. Siksi kokemuspäiväkirjoilla aineistonhankintatapa sekä aineiston poh-

jalta tekemillämme tulkinnoilla on myös heikkoutensa.

Tulokset osoittavat, että länsiafrikkalaisten tanssien, itämaisen tanssin ja flamencon tanssiminen voi olla monella tavoin voimaannuttavaa. Pitkäaikaisen ja sitoutuneen tanssiharrastuksen aikana tanssijat olivat saaneet paljon kokemuksia, jotka tukivat heidän suhtautumistaan itseensä hyväksyvämmiin. Tällaiset kokemukset tukivat tanssinharrastajien kykyä kohdata arkielämän haasteita ja suhtautua voimavaroja kuluttaviin tilanteisiin vaihtoehtoisin keinoin. Voimaantumisen kokemista tukevat tekijät ovat moninaisia. Voimaantumista tuottivat oman tilan ja ajan löytäminen, kehollinen mielihyvä, flow-kokemukset, uuden oppiminen, tanssin ja musiikin yhteys ja sen kautta itsensä ilmaiseminen. Lisäksi tanssiyhteisön tuki oli voimaantumisen kokemisessa tärkeä.

Voimaantumisen esteinä ilmenevät tanssimisen kielteiset merkitykselliset kokemukset liittyivät epäonnistumisen ja häpeän kokemuksiin tanssijan taitotasolle liian vaativissa harjoituksissa. Joskus tanssijat kokivat turhautumista myös liian helpoissa harjoituksissa. Lisäksi tanssisalin peilin käyttö aiheutti voimavaroja kuluttavaa oman kehon objektivointia ja vierauden tunnetta. Nostamme tässä luvussa tarkastelun kohteeksi joitakin näkökulmia, jotka liittyvät voimaantumista tukeviin tai estäviin tekijöihin.

Kuten aikaisemmin mainitsimme, yhdenlaisia voimaantumista estäviä tekijöitä olivat koettu taitojen vähäinen kehittyminen sekä flow-kokemusten puuttuminen. Flow-kokemuksia ei syntynyt, jos tanssiharjoitusten vaatimustaso oli liian korkea tai matala suhteessa omiin taitoihin. Turhautumisen kokemuksista liian matalan vaatimustason harjoituksissa ovat raportoineet myös Bond ja Stinson (2007), jotka tarkastelivat nuorten tanssijoiden kokemuksia. Tämä tulkinta on yhdenmukainen flow-teorian kanssa. Sen mukaan tällaista kokemusta on vaikea saavuttaa silloin, kun tehtävissä ei ole riittävästi haasteita. Flow-kokemuksen voi tavoittaa vain silloin, kun tanssijan taidot ovat tasapainossa harjoitusten vaatimustason kanssa. Taitojen vähäinen kehittyminen ja flow-kokemusten puute voimaantumista estävinä tekijöinä saivat tanssijat myös pohtimaan tanssiharrastuksen lopettamista muita useammin.

Harjoitussalin peilin käyttö liittyi osalla tanssijoista myös voimaantumista estäviin kokemuksiin. Välipakka (2003, 28) kirjoittaa, että länsimaisten tanssijan tekniikoita, kuten balettia ja modernia tanssia koskeva kehollinen tieto määrittäytyy usein suhteessa harjoitussalin peiliin. Tanssija katsoo liikkeitään ikään kuin ulkopuolisin silmin. Tutkimuksessamme tuli esille, että Välipakan huomioid näyttäivät koskevan muitakin tanssimuotoja. Peilin käyttö osana tanssiharjoittelua vaatii enemmän kriittistä pohdintaa sekä lisätutkimuksia sen merkityksestä tanssijoiden kokemuksiin.

Musiikin keskeinen rooli osana tanssimista oli yksi keskeisistä, voimaantumista tukevista tekijöistä. Siihen liittyi olennaisesti musiikin ilmentäminen omalla keholla sekä mielikuvatyöskentely. Mielikuvatyöskentelyn avulla tanssijat löysivät keinon käsitellä ja purkaa monenlaisia omaan elämäänsä liittyviä tunteita. (Vrt. Laiho 2005.) Musiikki tuotti vahvoja tunnekokemuksia rentouttaen tai energiaa tuoden myös ilman liikettä. Musiikin tärkeyttä osana tanssimista pidetään yleensä tärkeänä ja sitä arvostetaan tanssinopetuksessa. Tästä huolimatta vain harvoissa tanssintutkimuksissa on tarkasteltu musiikkiin liittyviä kokemuksia. Sen sijaan musiikintutkijat ovat olleet yhä kiinnostuneempia musiikin herättämistä kokemuksista sekä tunteiden ja musiikin välisestä yhteydestä (Esim. Eerola 2011). Koska musiikin rooli voimaantumisen osittautui tämän tutkimuksen mukaan erittäin tärkeäksi, tarvittaisiin tanssipedagogiikan kehittämiseksi tieteidenvälistä tutkimusta, jossa eri alojen tutkijat tarkastelisivat liikkeen ja musiikin yhdessä herättämiä kokemuksia.

Länsiafrikkalaisissa tansseissa, itämaisen tanssissa ja flamencossa tanssinharrastajien ikäjakauma on Suomessa poikkeuksellisen laaja. Tutkimuksemme osallistuvat tanssijat olivat iältään 11–70-vuotiaita. Näemme kiinnostavana tutkimustuloksena sen, että hyvin eri-ikäiset

ja erilaisista taustoista tulevat tanssijat voivat muodostaa näin kiinteän, voimaantumista tukevan yhteisön. Tärkeiksi voimaantumista tukeviksi tekijöiksi yhteisössä muodostuivat hyväksyvyys, ei-kilpailullisuus ja sanaton vuorovaikutus. Omaa, pitkäaikaista opettajaansa tanssijat pitivät keskeisenä osana yhteisöä ja hänen roolinsa voimaantumisen tukemisessa oli merkittävä (Vrt. Heimonen 2009, 89–90). Monenlaisista taustoista tulevien tanssinharrastajien kanssa toimiesaan opettajat joutuvat kiinnittämään erityistä huomiota oppilaidensa yksilöllisiin eroihin. Yksilöllisiä eroja kunnioittavalla pedagogiikalla näyttäisi olevan tärkeä merkitys tanssinharrastajien voimaannuttavien kokemusten muodostumisessa. (Vrt. Siljamäki ym. 2010.)

Voisiko tutkimissamme tanssimuodoissa itsessään olla jotakin sellaista, joka tukee tanssijoiden voimaantumista? Monissa tutkimuksissa on tullut esille erityisesti nuorten tanssinharrastajien ulkonäköpaineet ja hoikkuuden ihannointi (Esim. Engelsrud 2010). Tanssiharjoittelun kautta opitaan myös kulttuurisia kehoihanteita. Tässä tutkimuksessa tanssinharrastajat toivat ulkonäkönsä liittyviä kielteisiä kokemuksia esille hyvin vähän. Mielenkiintoista on, että kaikkein nuorimmat tutkimukseen osallistuvat eivät maininneet ulkonäköasioita lainkaan. Aikaisemmassa tutkimuksessamme länsiafrikkalaisten tanssien, itämaisen tanssin ja flamencon tanssijat kuvasivat löytävänsä tanssimuotonsa kautta mm. itsensä hyväksymistä, naiseuden ilmentämistä sekä ylpeyttä itsestään. Tanssijoiden mukaan

nämä tanssimuotojen piirteet liittyvät niiden kulttuuritaustaan ja he kokevat, että niitä arvostetaan suomalaista kulttuuria enemmän niiden ”kotimaissa”, kuten Guineassa, Egyptissä tai Espanjassa. Suomalaiset opettajat tuovat tanssimuotojen kulttuuritaustoja opetuksessaan esille painottaen edellä mainitsemiamme tanssimuotoihin liittyviä piirteitä. Tässäkin opettajan rooli korostuu, koska kulttuuritaustan käsitteeseen liittyy vahvasti se, mitä asioita suomalaiset opettajat kokevat opettamansa tanssimuodon kulttuurista merkitykselliseksi oppilailleen välittää. Yhdensuorisesta tanssin kulttuuritaustasta ei voida siis puhua, vaan se muovautuu opetustilanteessa opettajan ja tanssinharrastajien välisessä vuorovaikutuksessa. (Siljamäki ym. 2012.)

Eri kulttuurien tanssimuotoja harrastavat näyttävät haastavan ja luovan kulttuurista dialogia tanssimuotonsa kautta. ”Dialogi koskee sitä, millaista on ”oikeanlainen” kehollinen ilmaisu ja mitä sukupuoliin liittyviä ominaisuuksia arvostetaan (Vrt. Laukkanen 2012).” Tutkimalla eri kulttuurien tanssimuotoja harrastajien kokemana saadaan arvokasta tietoa myös pedagogiikan kehittämiseksi. Tutkimusprojektimme jatkuu tarkastelemalla opettajan toiminnan merkitystä tanssinharrastajien kokemuksiin.

Kiitämme Opetus- ja Kulttuuriministeriötä tämän tutkimuksen tukemisesta.

LÄHDELUETTELO

- Anttila, E.** 2004. Dance learning as practice of freedom. Teoksessa: L. Rouhiainen, E. Anttila, S. Hämäläinen & T. Löytönen (toim.) The same difference? Ethical and political perspectives in dance. Helsinki: Theatre Academy. Acta Scenica 17.
- Anttila, E.** 2007. Mind the body: Unearthing the affiliation between the conscious body and the reflective mind. Teoksessa: L. Rouhiainen, E. Anttila, K. Heimonen, S. Hämäläinen, H. Kaupilla & P. Salosaari (toim.) Ways of knowing in dance and art. Helsinki: Theatre Academy. Acta Scenica 19, 79–99.
- Anttila, E.** 2009. Tanssin kosketus. Teoksessa A-M. Aro, M. Hartikainen, M. Hollo, H. Järnefelt, E. Kauppinen, H. Ketonen, M. Manninen, M. Pietilä & P. Sinko (toim.) Taito ja taide – kiinni elämässä. Helsinki: Opetushallitus.
- Bell, B. & Gilbert, J.** 1996. Teacher development: A model from science education. Washington, DC: Falmer Press.
- Bond, K. E. & Stinson, S. W.** 2007. It’s work, work, work, work: young people’s experiences of effort and engagement in dance. Research in Dance Education 8 (2), 155–183.
- Csikszentmihalyi, M.** 2005. Flow. Elämän virta. Tutkimuksia onnesta, siitä kun kaikki sujuu. Suomentaja R. Hellsten. Helsinki: Rasalas.
- Eerola, T.** 2011. Musiikki ja mieli. Teoksessa: T. Eerola (toim.) Musiikki. Helsinki: Suomen Musiikkitieteellinen Seura 41, 3–5.
- Engelsrud, G.** 2010. ”To allow oneself to dance....” Understanding the individual training of a selection of young dancers. Nordic Journal of Dance – practice, education and research 1, 31–44.
- Foster, S.** 1997. Dancing Bodies. Teoksessa: J. C. Desmond (toim.) Meaning in motion. New cultural studies of dance. Durham, London: Duke University Press, 235–257.
- Fraleigh, S. H.** 1999. Witnessing the Frog Pond. In Researching Dance: Evolving Modes of Inquiry. Teoksessa S. F. Horton & P. Hanstein. Pittsburgh: University of Pittsburgh Press.
- Green, J.** 2001. Socially constructed bodies in American dance classrooms. Research in Dance Education 2 (2), 155–173.
- Hayes, M. H.** 2009. Flamenco. Conflicting histories of the dance. Jefferson, NC: McFarland & Company Publishers.
- Heikkilä-Laakso, K. & Heikkilä, J.** 1997. Innovatiivisuutta etsimässä. Irtiottoa keskinkertaisuudesta. Turun yliopisto kasvatustieteiden tiedekunnan julkaisusarja B 57.
- Heimonen, K.** 2009. Sukellus liikkeeseen – liikeimprovisaatio tanssimisen ja

- kirjoittamisen lähteenä. Helsinki: Teatterikorkeakoulu. Acta Scenica 24.
- Järvinen, T.** 2007. Empowerment. A challenge of non-governmental organizations in development cooperation partnerships. University of Tampere. Department of Education. Acta Universitatis Tamperensis 1244.
- Klemola, T.** 1990/1995 (2. painos). Liikunta tienä kohti varsinaista itseä. Liikunnan projektien fenomenologinen tarkastelu. Filosofisia tutkimuksia Tampereen yliopistosta XII.
- Koski, T.** 1991. Liikunta ja kehollisuus perenniaalisessa filosofiassa. Fenomenologinen tutkimus liikunnan merkityksestä ihmisen kokonaistumisessa. Filosofisia tutkimuksia Tampereen yliopistosta XVII.
- Laiho, S.** 2005. Musiikin tunnerkitykset nuoruudessa. Teoksessa: T. Eerola & P. Toiviainen (toim.) Suomen musiikintutkijoiden symposiumin satoa. Suomen musiikintutkijoiden 9. valtakunnallinen symposium. Jyväskylän yliopiston Musiikin laitos, 63–67.
- Laukkanen, A.** 2012. Tieto ja tietäminen itämaaisessa tanssissa. Kulttuurintutkimus 29 (3), 3–14.
- Merleau-Ponty, M.** 1962/1989. Phenomenology of perception. Käännös C. Smith. London: Routledge.
- Monni, K.** 2004. Olemisen poeettinen liike. Tanssin uuden paradigman taidefilosofisia tulkintoja Martin Heideggerin ajattelun valossa sekä taiteellinen työ vuosilta 1996–1999. Helsinki: Teatterikorkeakoulu. Acta Scenica 15.
- Parviainen, J.** 1994. Tanssi ihmisen eksistenssissä. Filosofinen tutkielma tanssista. Tampere: Talfit. Filosofisia tutkimuksia Tampereen yliopistosta 51.
- Parviainen, J.** 1995. Taideteoksen kehollisuus. Kehollisuuden ja tanssiteoksen olemuksesta. Niin & näin 2 (4), 33–37.
- Parviainen, J.** 2006. Meduusan liike. Mobiiliajan tiedonmuodostuksen filosofiaa. Helsinki: Gaudeamus.
- Pasanen-Willberg, R.** 2000. Vanhenevan tanssijan problematiikasta dialogisuuteen – koreografin näkökulma. Helsinki: Teatterikorkeakoulu. Acta Scenica 6.
- Paukkunen, E.** 2006. Ruumiillisen tiedon jäljillä. Musiikin suunta 4, 29–38.
- Perttula, J.** 2008. Kokemus ja kokemuksen tutkimus: Fenomenologisen erityistieteen tietenteoria. Teoksessa J. Perttula & T. Latomaa (toim.) Kokemuksen tutkimus. Merkitys – tulkinta – ymmärtäminen. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus, 115–162.
- Perttula, J.** 2009. The possibility of a descriptive orientation to psycho-social work: towards the conceptual origins. Social Work. Experience and Methods 4(2), 9–36.

- Perttula, J.** 2012. Mikä tekee kokemuksen tutkimisesta fenomenologista? Fenomenologisen ajattelun kehityspolkuja. Teoksessa L. Kiviniemi, K. Koivisto, T. Latomaa, M. Merilehto, P. Sandelin & T. Suorsa (toim.) Kokemuksen tutkimus III. Teoria, käytäntö, tutkija. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus, 319–336.
- Rauhala, L.** 2005. Ihmiskäsitys ihmistyössä. Helsinki: Yliopistopaino.
- Rouhianen, L.** 2003. Living transformative lives. Finnish freelance dance artists brought into dialogue with Merleau-Ponty's phenomenology. Helsinki: Teatteri-korkeakoulu. Acta Scenica 13.
- Rouhiainen, L.** 2011. Fenomenologinen näkemys oppimisesta taiteen kontekstissa. Teoksessa E. Anttila (toim.) Taiteen jälki. Taidepedagogiikan polkuja ja risteyksiä. Helsinki: Edita. Teatterikorkeakoulun julkaisusarja 40.
- Sheets-Johnstone, M.** 2009. The corporeal turn: An interdisciplinary reader. Exeter: Imprint Academic.
- Siitonen, J.** 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Oulun yliopiston opettajankoulutuslaitos. Acta Universitatis Ouluensis E 37.
- Siljamäki, M., Anttila, E. & Sääkslahti, A.** 2010. Pedagogical conceptions of Finnish teachers of transnational dances. Cases: African dance, Oriental dance and flamenco. Nordic Journal of Dance – practice, education and research 2, 39–54.
- Siljamäki, M., Perttula, J., Sääkslahti, A. & Anttila, E.** 2012. Tanssikulttuurisia kohtaamisia. Länsiafrikkalaisten tanssien, itämaisen tanssin ja flamencon kulttuuritaustan merkitys suomalaisten harrastajien kokemana. Kulttuuritutkimus 29 (3), 15–27.
- Svendler Nielsen, C.** 2008. Into the movement: a performative phenomenological field study on embodiment, meaning and creativity in children's learning processes in movement education in school. University of Copenhagen.
- Van Manen, M.** 2003. Research lived experience. Human science for an action sensitive pedagogy. (2nd ed). Albany: State University of New York Press.
- Välipekka, I.** 2003. Tanssien sanat. Representoiva koreografia, eletty keho ja naistanssi. Joensuun yliopiston humanistisia julkaisuja 34.
- Ylönen, M. E.** 2004. Sanaton dialogi. Tanssi ruumiillisena tietona. Jyväskylän yliopisto. Studies in Sport, Physical Education and Health 96.