

Loukkaantumisen muutoksen mahdollisuutena: holistinen näkökulma tanssin ammattilaisen loukkaantumiskokemukseen

Hanna Pohjola & Hanna-Kaisa Rajal

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

Artikkeli tarkastelee fyysisen loukkaantumisen vammautumiskokemusta holistisesta näkökulmasta. Kolmen tanssija-tanssinopettajan teemahaastattelun pohjautuva aineisto ehdottaa, että vammaprosessin läpikäymisellä on tajunnallisia merkityssuhteita laajentava ja uudentava vaikutus. Vamman läpikäynyt tanssija-tanssinopettaja voi esimerkiksi kyseenalaistaa voimakkaasti keholliset ja toimintatapoihin vaikuttavat ideaalit, joihin objektikehollisuuteen perustuva tanssityöskentely ohjaa. Lisäksi terveyden menettämisen uhalla tapahtuvaan tanssityöskentelyyn ja mallioppiseen perustuvaan opettajuuteen suhtaudutaan kriittisesti. Vamman läpikäyneellä tanssin ammattilaisella vamman jälkeisessä toiminnassa korostuu eritoten oman kehon kuuntelu sekä arvostus ja vastuu itsestä. Oman toiminnan taustalla vaikuttavien voimien ja ajattelutapojen tiedostamisen ja kyseenalaistamisen prosessin kautta tapahtuu uudistuminen, jonka kautta oman toiminnan kehittäminen ja perspektiivin muutos mahdollistuu. Vamman hyväksyminen osaksi omaa kehollisuutta edesauttaa tulevaisuuden visioiden hahmottumisessa; sosiaalisen vastuun ja arvojen kirkastuminen selkeyttää millaiseen työhön halutaan vamman jälkeen palata ja millä tavalla tanssijan ja tanssinopettajan työtä halutaan tulevaisuudessa tehdä oman kehon lähtökohdista käsin ja toisten kehoja kunnioittaen.

This article focuses on describing the experience of a physical injury from a holistic concept. Based on the theme interviews of the three dancer-dance teachers, the data suggests that an injury experience and the related recovery process change the individual meaning-relationships profoundly. For example, an injured dance professional is able to question the body ideals and the methods of dance training that focus merely on the object body. In addition, dance training that endangers health, as well as model-based teaching are perceived critically. Dance professional who has overcome injury heightens not only the awareness of one's body, but also outlines respect and responsibility towards one's self. The injury also invokes critical examination of the underlying circumstances behind the injury event to enable self-development and change of perspective in relation to working in the field of dance. Acceptance of the injury enables to perceive the future; it clarifies social responsibility and values, and facilitates pedagogical perspectives that are based on perceiving one's body as a subject, as well as respecting the body of others.

Loukkaantuminen muutoksen mahdollisuutena: holistinen näkökulma tanssin ammattilaisen loukkaantumiskokemukseen

Hanna Pohjola & Hanna-Kaisa Rajal

Johdanto

Tanssialan ammatissa toimivan keho joutuu jatkuvasti kovalle fyysiselle rasitukselle, minkä vuoksi riski saada tanssiperäisiä tuki- ja liikuntaelimestön vammoja on suuri. Vammojen esiintyvyydeksi on esitetty 0,6–4,4 vammaa vuosittain 1000 tuntia kohtaan ja tanssijaa kohden 6,8 vammaa (Nilsson et al. 2001; Allen et al. 2012). Vammautuminen onkin iän ja eläkkeen rinnalla yleisin tanssiuran lopettamisen syy (Laakkonen 1993, 46–48). Tanssijan loukkaantumista, uran päättymistä ja identiteettiä on tarkasteltu lähinnä lääketieteellisestä näkökulmasta käsin, mutta myös elämäkerrallisesti, fenomenologisesti, sosiologis-etnografisesti tai urasiirtymää yleisesti selvittäen (Pohjola 2012, 15–16). Vakavan loukkaantumisen jälkeisestä tanssiammattiin palaamisesta on kuitenkin vasta vähän tutkimusta Suomessa (ks. Laakkonen 1993). Aiheen tutkimus on tärkeää, sillä loukkaantumisen jälkeen työhönsä palaava tanssija ja tanssinopettaja voi tuoda alalle vammautumiskokemuksen kautta syntyneitä arvokasta uutta ymmärrystä.

Tässä artikkelissa tarkastellaan fyysisen loukkaantumisen kokeneiden tanssija-tanssinopettajien vammautumiskokemuksen holistisuutta ja merkityksenantoa. Tarkoituksena on kuvata, miten tanssija-tanssinopettajat kokevat oman alalla työskentelynsä muuttuneen vammautumisen seurauksena ja millaisia uusia näkökulmia loukkaantuminen voi omaan työskentelyyn tuoda. Tiivistetysti tutkimusksymyksenä on selvittää mitä vammautumiskokemus on holistisena tapahtumana ja millaisia uusia merkityssuhteita muodostuu.

Artikkeli on jatkumoa Suomessa 1990-luvun

alkupuolella alkaneelle fenomenologiselle tanssin-tutkimusperinteelle (ks. esim. Parviainen 1997; Parviainen 1998; Pasanen-Willberg 2000; Rouhiainen 2003; Välipakka 2003; Monni 2004; Parviainen 2006; Anttila 2007; Heimonen 2009; Kauppila 2012), jossa mahdollistuu uusi tapa lähestyä ja tarkastella tanssia pyrkimyksenä palata kehollisten ja kokemusellisten merkitysten äärelle. Tämän tutkimuksen viitekehyksenä toimii fenomenologiseen filosofiaan perustuva Lauri Rauhalan ihmiskäsitys, jossa ihmisen olemassaolo todentuu kokonaisvaltaisena ja jossa ihmisen olemispuolet; kehollisuus, tajunnallisuus ja situationaalisuus ovat kietoutuneet toisiinsa erottamattomasti. Rauhalan ihmiskäsitys tarjoaa moniulotteisen fenomenologisen kehyksen, jossa tanssijan loukkaantumiskokemusta on mahdollista tutkia.

Metodologia

Haastateltavat

Aineisto kerättiin teemahaastattelemalla kolmea nykytanssin parissa toimivaa tanssija-tanssinopettajaa, jotka ovat työssään kokeneet leikkaushoitoa ja kuntoutusta vaativan äkillisen loukkaantumisen tai pitkäaikaisen rasitusvamman, ja jatkaneet vamman jälkeen ammatissaan toimimista. Kaikki haastateltavat ovat naisia, iältään 29–34-vuotiaita ja he ovat toimineet alalla kahdesta kymmeneen vuotta. Haastateltavista kaksi työskenteli pääasiassa Helsingissä ja yksi muualla Suomessa.

Haastattelut tehtiin Helsingissä alkuvuodesta 2015. Haastateltavat ovat vapaaehtoisesti tutkimukseen osallistuneita kollegoja. Aiempi tuttavuus on

mahdollisesti vaikuttanut siihen, että haastateltavat pystyivät kertomaan varsin avoimesti kokemuksistaan ja näin haastatteluaineisto muodostui rikkaaksi ja monivaihteiseksi. Tutkimuksen luotettavuus onkin osiltaan sitoutunut tutkijan ja tutkittavien välisen dialogin laatuun. Haastateltavien pienempi määrä antoi myös mahdollisuuden tarkastella syvemmin kunkin haastateltavan merkitysmaailmaa: kaksi haastateltavista reflektoi loukkaantumista opettajaidentiteetin ja yksi tanssijaidentiteetin kautta. Tämä luonnollisesti vaikutti myös keskustelujen sisältöihin ja siihen, mitkä teemat painoutuivat kunkin haastateltavan kanssa.

Anonymiteetin vuoksi takia haastateltavien vammoista ei kerrota yksityiskohtia, eikä muuta tunnistettavaa informaatiota osallistujien taustoista. Haastateltavista käytetään pseudonimiä Anniina, Veera ja Silja. Haastatteluaineistosta tehdyt lainaukset kulkevat artikkelissa sisennettynä ja pseudonimellä varustettuina sekä leipätekstissä kursiivilla kirjattuina tekstiosuuksina ja sanoina.

Aineiston analyysi ja tulkinta

Litteroitu aineisto analysoitiin sisällön analyysillä (ks. Tuomi & Sarajarvi 2013). Redusointi suoritettiin tekemällä pelkistäminen tiivistämällä ja järjestämällä informaatiota. Sen jälkeen tiivistetty aineisto jaettiin alaluokkiin, joista muodostettiin käsitteitä yhdistelemällä yläluokkia pääluokan muodostavaksi kokoavaksi käsitteeksi eli teemaksi. Teemoja on yhteensä kolme. Ensimmäisen teeman muodostavat yksilölliset merkityksen tasot, jotka pitävät sisällään kehon aistimisen, kivun, tiedostetut tunteet, tavoitteet ja uskomukset. Toinen teema liittyy yhteisöllisiin merkityksiin, joihin kuuluvat rooliodotukset, normit, ihanteet sekä piilevät toiminnan säännöt. Viimeinen teema on merkityksenanto, johon kuuluvat reflektio, valtautuminen, arvot, oman työn merkityksellisyys ja vaikutusmahdollisuudet sekä vastuu itsestä ja toisista.

Artikkelin tulkinnan lähtökohtana on psykologi ja filosofian tohtori Lauri Rauhalan (2005) ihmiskäsitys, teoria ihmisen kokonaisvaltaisuudesta; kehollisuudesta, tajunnallisuudesta ja situationaalisuudesta. Kehollisuudella Rauhala tarkoittaa olemassaoloa tajuttomana, orgaanisena tapahtumana, johon sisältyy fyysiset, kehon aineelliset-orgaaniset prosessit (2005a, 38–41). Rauhalan mukaan kokemuksen synnyssä keholla on tärkeä rooli siten, että kehon kokonaisuus tarjoaa periaatteellisen koordinaatiston, jossa maailmanjäsenitys ensisijaisesti oivalletaan. Keho muodostaa yksilöllisen identiteettimme rungon ja näin ollen kehollisuus on myös välttämätön edellytys merkitysten synnylle. (Rauhala 2005a, 32–33)

Rauhala kutsuu tajunnallisuudeksi kokemisen kokonaisuutta. Kokeminen on ihmisen olemassaolon perusmuoto, sillä kaikki mitä voimme tietää maailmasta, välittyy meille kokemisen kautta. Tajunnallisuuteen eli ihmisen psyykkis-henkiseen olemassaoloon kuuluu koko inhimillinen kokemiskapasiteetti ja sen perusuunteellinen rakenne on mielellisyyttä. Rauhalan mukaan mielen eli noemojen avulla voimme käsittää todellisuuden ilmiöt joksikin ja antaa niille merkityksiä. (Rauhala 2005a, 34–37) Rauhala jakaa tajunnan kokonaisuuden tajuttomaan ja tajuiseen: tajuiseen tasoon kuuluu sekä tietoinen että tiedostamaton puoli, ja tajuiseen psyykkisen ja henkisen toimintatavan (2005b, 40–41). Henkisellä Rauhala viittaa ihmisen kykyyn reflektoida kokemuksiaan (2005a, 64–66). Kyky tarkastella omaa toimintaa, sisäisiä tiloja ja luoda suhdetta sisäiseen maailmaansa ohjaa suoraan ihmisen toimintaa (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 34).

Ihminen suuntautuu maailmaan situationaalisuuden kautta. Situaatiolla eli elämäntilanteella viitataan kaikkeen siihen, mihin ihminen on kehollisuuden ja tajunnallisuuden kautta suhteessa. Elävän kehon järjestelmät välittävät meille tietoa maailmasta, joka muuttuu koetuksi tiedoksi, käsitteiksi

ja ajatteluksi tajunnallisen prosessin kautta. Merkityssuhteiden kautta muodostamme maailmankuvamme, joka on alati muuntuva suhteessa vanhaan kokemustaustamme. (Rauhala 2005a, 34–37) Kokemus muodostuu elämäntilanteestamme ja muuntuu siis tietoisuutemme kautta merkityssuhteiksi, jotta voimme mieltää jonkin olemassa olevan asian tai kohteen olevan jotakin. Merkityssuhteet ovat luonteeltaan erilaisia ja näitä ovat esimerkiksi tieto, tunne, usko, intuitio, unet ja harhat. Merkityssuhteista näin ollen vain pieni osa on kielellisesti ilmaistavissa. (Rauhala 2005a, 37) Henkinen kasvu on sitä, että merkityskokemukset kehittyvät, selkiytyvät ja kirkastuvat (Lehtovaara, M. 1996, 91).

Loukkaantuminen holistisena kokemuksena

Teema 1. Yksilölliset merkityksen tasot

Yksilöllisiä tiedostettuja merkityksiä ovat esimerkiksi tunteet, tavoitteet ja uskomukset. Rauhalan (2005a, 32–33; 2005b, 132) mukaan tunteet ovat perustavaa laatua oleva osa ihmisen olemassaoloa ja ovat kautta aikojen olleet ihmiselle ensisijainen maailmaan suhteutumisen muoto. Lehtovaaran mukaan tunteet auttavat ihmistä orientoitumaan todellisuuteen ja ovat keskeinen motivaation perusta (Lehtovaara, M. 1996, 93). Haastatteluaineistossa vammautumisen seurauksena ja kuntoutumisprosessin kautta tulevat esiin tajunnan ilmentyminä erityisesti tunteet. Vamman jälkeen työkykyiseksi toipumiseen liittyvät haasteet herättävät haastatelluissa pelkoa, turhautuneisuutta, pettymystä ja epävarmuuden tunteita, joiden valossa uran jatkoa pohdiskellaan. Sosiaalisista tunteista velvollisuuden tunne ja vastuuntunto tulevat selkeinä esiin aineistossa.

Loukkaantumisesta nousevat tunteet ovat aineistossa voimakkaita ja henkilökohtaisia, sillä ne liittyvät suoraan vamman keholliseen kokemukseen. Vamma ei ole ainoastaan liikkumista rajoittavaa,

vaan vaikuttaa yksilöön hyvin kokonaisvaltaisella tavalla. Kuntoutusylilääkäri Eeva Leino toteaa, että sairastuminen ja vammautuminen vaativat voimia taistella menetyksen ja pettymysten kanssa. Leinon mukaan kuntoutujan ja kuntoutusta tarjoavan tahon väliset näkemyserot ja ristiriidat voivat aiheuttaa kuntoutujalle turvattomuuden tunnetta. Epävarmuutta lisäävät myös huolet vamman ennusteesta ja kulusta ja siitä tuleeko ymmärretyksi. (Leino 2004, 99–100)

Tahto on tärkeässä roolissa siinä, että tanssin ammattilainen palaa takaisin työhönsä vielä loukkaantumiskokemuksen jälkeen. Haastateltavat tuovat puheenvuoroissaan esiin motivaation tärkeyden kuvatessaan vammasta kuntoutumisessa vaadittavaa päättäväisyyttä, jota Silja kuvaa seuraavasti: *tuntuu tällä hetkellä, että nyt mä meen läpi barmaan kiven tän*. Rauhala toteaa, että kehossa vallitsevat taipumukset, valmiudet ja lahjakkuudet voivat myös tajuttomalla tavalla ehdottaa tai vaatia tiluuteen niiden toteuttamismahdollisuuksia. Rauhalan käsityksen mukaan ihmisen olemassaoloon kuuluu, että hän tuntee vetoa tilanteisiin, joissa voi harjoittaa näitä taipumuksia. (Rauhala 2005c, 41) Voidaan todeta kehollisuuden olevan vastavuoroisessa suhteessa tiluuteen, koska keholla on pyrkimys rakentaa ja vahvistaa identiteettiä myönteisesti vaikuttavista merkityksistä. Nämä myönteiset merkityskokemukset edellyttävät konkreettisesti fyysistä tekemistä ja merkityssuhteiden muodostama hyvinvointitunne motivoi etsiymään samaisen toiminnan pariin uudelleen. (Rauhala 2005b, 101) Motivoituminen kuntoutumisessa päästäkseen tanssialan vaatimaan työkykyyn edellyttää tanssialalla työskentelyn kokemista merkitykselliseksi ja mielekkääksi. Siljan edellisessä kommentissa tulee esiin myös uskomus tiedostettuna yksilöllisenä merkityksenantona; kaikki esteet voidaan voittaa, kunhan tahdonvoimaa on riittävästi.

Ihmisen aikaisemman kokemustaustan

ymmärtämisyydet tulkitsevat aina uutta kokemussisältöä. Yksilön kokemus omasta kehosta vaikuttaa myös ihmisen arvomaailmaan ja siihen miten hän suhtautuu toisiin ihmisiin ja elämään. Eletty keho ei kannu mukanaan ainoastaan yksilön omaa menneisyyttä, vaan se on kietoutunut osaksi kulttuuria ja yhteisöä. Kehossaan hän kantaa myös arvojaan ja asenteitaan, tapojaan ja tottumuksiaan. (Parviainen 1997, 138) Esimerkiksi olemassa olevat käsitykset kehosta ohjaavat sitä, miten kukin haasteltavista tulkitsee havaintojaan. Aineistosta näkemys omasta tanssikehosta tulee lähes väistämättä tiedotetuksi ja pohdinnan alaiseksi loukkaantumisen kautta. Objektisoivassa kehoajattelussa ihanteellinen fyysinen suorituskyky perustuu näkemukseen ideaalikehosta ominaisuuksineen. Ideaalikehon tavoittelu näyttäa olevan eri määrissä pohjavireenä jokaisen haastateltavan kokemusmaailmassa, erityisesti tanssijaidentiteettinsä kautta loukkaantumistaan reflektoiden Siljan. Silja kokee jollain tavalla näkemyksensä kehostaan pohjautuvan vahvasti tekniseen varmuuteen ja virtuositeetin mukaiseen tanssijan ideaalikehoon. Silja tiedostaa länsimaisen taidetanssin perinteeseen perustuvien esteettisten arvojen vaikuttavan omaan työskentelyynsä.

Silja: Se ajatus, että mikä on tekniikka nii pohjaa hyvin paljon vieläki siihen balettiin edelleenkin, vaikka tekis nykytanssitekniikkaakin. Ja on ekkä sit sellanen esteettinen silmä, että sitä kaipaa ja haluaa ja koska on tottunut näkemään kehonsa sillä tavalla puhtaina linjoina nii sen haluaa edelleenkin toimivan samalla tavalla.

Edellinen näkemys perustuu yhtäläillä aika- ja kulttuurisidonnaisiin yhteisöllisiin merkityksiin kuin kunkin yksilön omiin merkityksenantoihin. Tanssintutkija Anna Aaltenin mukaan tanssijan ammattiin liittyvät normit ja estetiikka määrittävät työkulttuuria, josta yksilöiden asenteet ja toimintatavat juontuvat. (Aalten 2005, 57) Parviainen toteaa, että esimerkiksi baletin esteettisen kehoideaalin

saavuttaminen ja liikkeistön hallinta vaatii keholta muokattavuutta ja tiettyjä ominaisuuksia kehon mittasuhteiden, painon, liikkuvuuden ja venyvyyden suhteen. (Parviainen 1998, 110) Monessa taide-tanssiperinteessä lähtökohdana oleva ajatus kehon muokkaamisesta ja kehon muovautuvuudesta saat-taa siirtyä kyseenalaistamatta opettajalta oppilaalle. Keskittyminen kehon ulkoisiin ominaisuuksiin vahvistaa näkemystä omasta kehosta työvälineenä, jonka fysiologiset rajat on tehty ylitettäväksi vastaa-maan ideaalia muotoa. (Alexias & Dimitropoulou 2011, 93) Objektikehoon fokusoitunut ajattelutapa estää pääsemästä käsiksi kehon subjektiiviseen koke-mukseen; asennoitumalla välineellisesti itseensä ja muihin ihminen rajoittaa ja sulkee mahdollisia kokemushorisonttejaan ja ihmisenä olemisensa mahdollisuuksia (Värrö 2000, 73)

Loukkaantumisen kautta avautuu mahdol-lisuus, joka muuttaa yksilön kokemusta ja tapaa tarkastella omaa kehoaan. Silja kokee, että hän on loukkaantumisen kautta onnistunut asettamaan itselleen hyvin selkeät rajat ja tiedostanut, että ei halua enää työskennellä tavoilla, jotka ovat keholle haitaksi. Tämä toteutuu pyrkimyksenä eettiseen ja arvokkaaseen oman kehon kohtelemiseen, oman toiminnan kehittämiseen ja toiminnantapojen uudentamiseen. Silja on päättänyt asettaa terveellisen työskentelytavan omassa työssään ensisijaiseksi, vaikka samalla tiedostaa, miten vaativaa alalla työskentely voi olla. Silja tiedostaa myös vastuunsa kehostaan ja hyvinvoinnistaan, ja tuo sen esille esi-merkiksi lämmittelyn ja kehonhuollon tärkeytenä: *niinki perusasiat ku että lämmittelyn tärkeys ja kaiken semmosen perushuollon tärkeys, et mä tie-dostan et se on jääny vähemmälle ja semmosesta ei voi vaan luistaa.*

Teema 2. Yhteisölliset merkityksen tasot
Situaation ideaaliset rakennetekijät, kuten yhteisön rooliodotukset, normit ja ihanteet ovat tiedostet-

tuja yhteisöllisiä merkityksiä. Tiedostamattomia yhteisöllisiä merkityksiä esimerkiksi rutinoituneet toimintarakenteet, perusmyytit ja toiminnan piilevät säännöt. (Moilanen & Räihä 2001, 46–47) Tutkija ja tanssintaitteen tohtori Teija Löytönen toteaa, että tanssi taidemaailmana määrittää sitä, mitä tanssiammatissa toimiva voi tajunnassaan tanssitaiteeseen liittyen kokea. Tanssin taidemaailman rakenteet, jaetut ja vakiintuneet taidot ja tavat sekä jokapäiväiset rutiinit ja roolit määrittävät sosiaalista todellisuutta. (Löytönen 2004, 64–65) Tanssin taidemaailma on siinä osallisille jollakin tavalla yhteisesti jäsenettyä, mikä on Rauhalan (2005a, 43) mukaan esiyymmärtäisyyttä; se suuntaa ja rajaa sitä, mitä tajunnassa voidaan varsinaisesti ymmärtää.

Rooliodotukset näyttäytyvät aineistossa esimerkiksi voimakkaana velvollisuutena työn suorittamiseen vammasta huolimatta. Veera kuvaa esiintyjille hyvin tunnistettavaa tilannetta; painetta suoriutua näytöksestä vammastaan huolimatta. Tanssi taidemaailmana näyttäytyy tässä esiyymmärryksen kautta; tanssija tulkitsee kokemustaan tanssin taidemaailman yhteisten uskomusten ja ennakkokäsitysten kautta ja ne toimivat hänen omien toimintojensa ja tulkintojensa taustana.

Veera: Vaikka kärrääntyis pyörätuolilla sinne terveyskeskukseen tai tonne lääkäriin, niin silti jotenkin siinä ajatteli - - että no ehkä tästä nyt lauantaina pystyn kuitenkin jotenkin tekeen, että kesti aika pitkään että se sellain konkretisoitu et niin just, et nyt oikeesti et kyllä vähään aikaan tee.

Edellä oleva Veeran aineistolainaus on esimerkki tanssiyhteisön tiedostamattomista perusmyyteistä (Moilanen & Räihä 2001, 46): esitysten äkilliselle peruuttamiselle tarvitaan aina huomattavan painavat syyt ja sairastapauksessa pyritään lähtökohtaisesti etsimään keinot, joilla sairastunut esiintyjä voi näytöksen tehdä. Anniina kokee olleensa

vastuussa työnantajalleen ja kantaneensa huolta pitkään luotsaamistaan opetusryhmistä. Sosiaalisen vastuuntuntonsa takia Anniinalla laittaa toiset oman hyvinvointinsa edelle myös ollessaan loukkaantuneena. Anniina toteaa: *Pidetään työnantaja tyytyväisenä ja tämä perus... - - myöski semmonen, ettei kukaan nyt kärsi tästä, koska mun kroppa on teloontunu.* Tämä aineistolainaus kuvastaa tiedostettua yhteisöllistä merkitystasoa; tanssinopettajan ihannetta ja omistautuneisuutta opetustyölle. Löytösen (2004, 225) mukaan omistautuminen kertoo tunnekokemuksen vahvuudesta, joka kuvaa omistautumisen luonnetta; sen kautta yksilö ilmaisee itselleen ja muille miten vakavasti omistautumisen kohteeseen suhtautuu.

Freelancerkentällä toimivalla tanssijalla arjen haasteisiin kuuluvat esimerkiksi epävarmuus työn saannista, produktioiden toteutumisesta ja toimeentulosta sekä jatkuvaan epävarmuuteen kytkeytyvät epäilykset työn mielekkyydestä. (Rouhiainen 2003, 202–203, 211) Siljan kokemat suorituspainet liittyvät suoraan freelancerin arkeen ja alalla työllistymisen realiteetteihin, jossa jokainen koetanssi on potentiaalinen työllistymismahdollisuus. Rouhiainen toteaa, että freelancertanssijalta vaaditaan entistä moniulotteisempaa kehoa, joka kykenee toimimaan yhä vaihtelevammissa koreografisissa projekteissa (Rouhiainen 2003, 244). Tanssijan töistä on kova kilpailu ja vammautunut tanssija ei ole parhaassa lähtötilanteessa työllistymistä ajatellen ja siksi saattaa paineen alla aiheuttaa vahinkoa keholleen *”puskemalla rajojaan”*. Silja pyrkii rajoitteestaan huolimatta yltämään omaan tavoitteensa: *Semmonen suorittajatanssija siel on;* sekä tanssiyhteisön normeihin ja ihanteisiin: *et nyt mun pitää tässä koetanssissa osottaa, että mä [pystyn tekemään] sit käy miten käy.* Näin voidaan havaita, että kaikissa yksilöllisissä merkityksenannoissa on yhteisöllinen pohjansa.

Tanssijan taitavuuden ja esiintyjyyden kriteerit

ovat aina sidoksissa sosiaalis-kulttuurisiin arvoihin ja merkityksiin, jotka tanssin taidemaailmassa kulloinkin vallitsevat. Ne siis ajallistuvat ja paikallistuvat historiallisesti ja kulttuurisesti (ks. Foster 1997; Rouhiainen 2003; Löytönen 2004). Näiden yhteisöllisesti tiedostettujen merkitysten taakse voi kätkeytyä tiedostamattomia piilomerkityksiä, jotka ilmenevät esimerkiksi toiminnan piilevinä sääntöinä. Aineistossa pohdinnan kohteena on suhde tanssialan toimintatapoihin ja käytänteisiin. Aineistosta voi havaita haastateltavien tarpeen fyysisen ympäristön ja olosuhteeseen liittyvien situationaalisten komponenttien muutokseen. Tämä näkyy aineistossa pyrkimyksenä kyseenalaistaa alalla vallitsevia rooliodotuksia ja toimintatapoja. Silja esimerkiksi kokee, että tanssin alalla on epäterveitä ja haittaavia toiminnan tapoja, kuten loukkaantuneena harjoittelu ja esiintyminen, joihin edelleen tulisi sopeutua, vaikka koko alan kehitys on mennyt koulutuksen ja tiedon suhteen paljon eteenpäin. Hän kyseenalaistaa puheenvuorossaan olosuhteet, joissa kivun kanssa tulisi pystyä työskentelemään.

Silja: Pöyristyttävää on huomata, että miten lapsen kengissä tää on tää jotenki tää ymmärrys tanssin kentällä, ei urheilumaailmassa, okei jos on, et mä luulen et kukaan ei tuomitsis urheilijaa jos se päättää olla menemättä koska se on sen oma päätös, se on sen oma keho, mut tanssin maailmassa pitäis. -- mä luulen et se on se eri sukupolvi, joka on tottunu siihen että ne tekee kivun kanssa ja ne ei väbät välittää siitä, mut meillä on jo tieto ja meidät on koulutettu eri tavalla, niin ei siin oo mitään järkee hajottaa itseensä.

Siljan kokemuksen mukaan loukkaantumiseen ei edelleenkään osata suhtautua oikein ja ongelma koskee koko kenttää ja tanssin taidemaailmaa. Vammautunut saattaa joutua kohtaamaan asenteita, joissa vammaan suhtaudutaan vähättelevästi eikä tarvittavaa tukea ole työyhteisössä tarjolla. Esimerkiksi loukkaantumisen kieltämisen kautta tanssiryh-

män tai -yhteisön muut jäsenet välttyvät kuulemasta ja kohtaamasta loukkaantumista, joka mahdollisesti johtaisi elämänmuutokseen ja kenties myös tanssi-juudesta luopumiseen (Pohjola 2012, 130). Silja tuo esille myös sukupolvien välisen eron, joka vaikuttaa siihen, millä tavoin vammautumiseen suhtaudutaan. Hän kokee kohdanneensa ymmärtämättömyyttä erityisesti sellaisilta alan toimijoilta, jotka edustavat ”eri sukupolvea” iän ja koulutuksen suhteen. Kyseenalaistetuksi tulee täten totunnaiset tavat toimia ja suhtautua vammautumiseen kokonaisen tanssija-tanssinopettajasukupolven osalta. Moilasen ja Räihän (2001, 47) mukaan yhteisölliset tiedostetut merkityksenannot, rooliodotukset ja ihanteet ovat ajasta ja kulttuurista toiseen vaihtuvia, joka selittää sukupolvien välisen suhtautumistavan eroa.

Tiedostamalla ja pohtimalla omaa suhdetta tanssitaiteen perinteeseen ja rooliodotuksiin voi avautua uudenlaisia opetuksellisia käytäntöjä ja tanssi-ilmaisun tapoja, jotka saattavat auttaa laajentamaan omaa taidenäkemyä tanssinopettajana ja myös oppilaiden näkemystä omasta kehostaan sekä tanssista taiteen lajina moniulotteisempaan suuntaan. Veeran pohdintoissa yhteisöllinen merkityksen taso näyttäytyy tanssinopettajaan kohdistuvina rooliodotuksina, joissa opettajan ammattitaito korostuu tietyn tanssilikkeistön ja sen tyylin mahdollisimman hyvänä hallintana. Tällainen estetiikan kehykseen asettuva opetus perustuu hyvin pitkälti liikkeen mallioppimiselle, joka asettaa vammautuneen ja liikekapasiteetiltaan rajoittuneen tanssinopettajan hankalan haasteen eteen. Veera tiedostaa loukkaantumisensa rajoittavan tulevia työmahdollisuuksiaan työpaikassaan. Veera on havainnut, että hänen oma pedagoginen näkemyksensä ei enää ole yhtenevä tanssikoulun linjaan nähden.

Veera: Siellä ebkä on totuttu siihen, että opettajat on silleen aika sellasii virtuooseja ja semmo-sii esikuvia, jotka näyttää, että osaa ja oppilaat kattoo, että jotenkin ebkä tiedostaa sen, että mä

en tiedä onks mulla mitään tsäänssiä saada sieltä koulusta mitään esimerkiksi edistyneempien ryhmiä semmosella opetustyylillä et mä en nyt kauheesti näytä mut mä voin täs ohjeistaa teitä silleen pedagogisesti.

Edellinen aineistolainaus kertoo Veeran pedagogisen näkemyksen muutoksesta suhteessa oppilaisiin ja opetukseen. *Pedagoginen ohjeistaminen* tarkoittavaa tässä valmiiden liikemallien antamista kokonaisvaltaisempaa lähestymistapaa opettamiseen, jossa korostuu oma tekijyys ja vuorovaikutuksen laajentaminen kohti dialogista kohtaamista opetustilanteessa. Aineistosta voidaan havaita, että vammaan jälkeisessä asenteessa opettajan näkökulman vaihtamisen taito, herkkyyden, tilannekohtaisen ymmärryksen ja intuitiivisen reagoinnin merkitys korostuu. Tanssintutkija Heli Kauppilan mukaan (2012) opettajan asenne opetettavaa materiaalia ja oppilaita kohtaan linkittyy oleellisesti ihmiskäsitykseen ja siksi opetuksen parissa toimivien olisi olennaisen tärkeää tiedostaa se. Kauppila esittääkin Rauhalan ihmiskäsityksen toimivan mahdollisuuksia avaavana lähtökohtana moniulotteisempiin opetuskäytäntöihin. Vain ihmiskäsityksen tiedostamisen kautta opettajan toiminta voi muuttua ideaalisen muodon siirtäjäksi kokonaisvaltaiseksi kasvuprosessin välittäjäksi ja luovien prosessien mahdollistajaksi. (Kauppila 2012, 53–54) Veeran muuttuneessa opetusfilosofiassa on yhteneväisyyttä Kauppilan näkemykseen. Veera on loukkaantumiskokemuksen kautta tiedostanut, millaisia omaa ja oppilaiden tanssisuhdetta syventäviä mahdollisuuksia tanssinopetustyössä on perinteisen mallioppimisen ulkopuolella. Veeran käsitys itsestään tanssinopettajana on samalla muuttunut enemmän ohjaavaan suuntaan: *Nyt just viime aikoina on tullu just niitä ajatuksia että voisko sitte tehdäkin jotain enemmän koreografi tai ohjaamista, vaikka ennen jotenkin ajatteli, että se ei oo yhtään mua.*

Tutkija Sirpa Törmän (1996, 131) mukaan

voidaankin todeta, että ymmärtämysyhteyksien lisääntyminen on luonteeltaan eettistä ja myötävaikuttaa yksilön toimintaan maailmansa ja yhteisönsä hyväksi, joka pedagogisessa työskentelyssä on erityisen tärkeää. Loukkaantumista seurannut muutos on antanut Veeralle rohkeutta kokeilla uusia, omat rajat ylittäviä toimintatapoja opettamisessa ja auttanut löytämään uusia puolia itsestä: *just tñ vammaa takia on just joutunut menemään semmosille jotenkin epämuikavuusalueille, että just siinä ryhmän kohtaamisessa ja tällasessa kaikessa - - et jos jos ei ois mitään tämmöstä niin ehkä sitä olis jatkanu sillä samalla vanhalla tutulla turvallillisella.*

Anniinan pedagogisessa ajattelutavassa oma loukkaantuminen on tuonut voimakkaasti yhteisöllisen oppimistavan osaksi tuntitilanteita ja hän on antanut vielä aikaisempaakin enemmän vastuuta omille oppilailleen. Anniinan puheesta kuvastuu dialoginen asenne, jossa oppilaita ei kohdella vain opetuksen kohteina tai päämäärinä: Sä pystyt lähestymään asioita niin monella tapaa, antaa enemmän vastuuta myöskin oppilaan omalle havainnoille asioista, että ei ole aina niin opettajalähtöistä. Anniina pyrkii luomaan tunneilleen avointa ilmapiiriä, jossa oppilaat ovat tasavertaisia opettajaan nähden. Anniina kokee, että vammoista ja vajavaisuudesta puhumalla voidaan tuoda tietynlaista tervettä rehellisyyttä tanssin taidemaailmaan. Hän toivoo oppilaidensa saavan sellaisen esimerkin opettajalta, että kivuista ja omista haasteista voi ja pitää voida myös puhua: *Myöskin opettaa sitä oppilaille, että sitte kun on jotain et sit rebellisesti sanoo siitä.* Opettajana hän kokee, että on hänen vastuullaan olla siirtämättä haitalliseksi kokemiaan asenteita ja toiminnan tapoja eteenpäin oppilailleen.

Teema 3. Merkityksenanto

Rauhalan mukaan tajunnan perusominaisuus on toimia itseään rikastavasti. Tajunnallisuuden

kumuloituvaa luonnetta kuvaa pyrkimys täydentää tajunnassa ilmeneviä merkityksiä, joka ilmenee uteliaisuutena ja tarpeena oppia ja tietää entistä enemmän. (Rauhala 2005b, 83) Rauhala toteaa, että reflektointikykyyn perustuu se, että ihmisestä voi tulla täysvastuullinen persoona, joka tiedostaa eettiset velvoitteensa ja pyrkii noudattamaan niitä. Rauhalan (2005b, 116, 119) mukaan henkisiin merkityskokemuksiin sisältyy oivallus siitä, mikä on oman persoonan ja toisten ihmisten kannalta hyvää ja arvokasta, sekä elämää kunnioittavaa. Kauppila toteaa, että reflektio ei ole vain toiminnan reflektiota, vaan itsessään toimintaa, kehollisuuden aspektin sisältävää aktiiviteettia. Reflektiivisessä toiminnassa ovat läsnä kaikki ihmisen olemassaolon puolet. (Kauppila 2012, 150, 157) Sille on luonteenomaista sosiaalisen tietoisuuden lisääntyminen ja samanlaisesti yksilön autonomian kehittyminen (Törmä 1996, 126).

Rauhalan mukaan ihminen suhteutuu tiluunsa suurilta osin käyttäytymisen ja toiminnan kautta. Rauhala tarkentaa, että kun ihminen pyrkii aktiivisesti muovaamaan tiluunsa rakennetta, hänen suhteutuneisuutensa tiluunsa on huomattavalta osin käyttäytymistä ja toimintaa. (Rauhala 2005a, 94) Yksilöllä on siis jossain määrin valmius säädellä tiluunsa ehtoja ja rakentaa minäänsä näiden valintojen kautta (Törmä 1996, 128). Aineistossa loukkaantuminen herättää ihmisen havaitsemaan todellisuudessaan olevia epäkoh-
tia. Esimerkiksi vallitsevien kehoideaalien tiedostaminen ja niiden vaikutuksen kriittinen havainnointi oman työskentelyn taustalla on eräs aineiston kautta tehdyistä havainnoista. Vammautumisen kautta kehon toimintaa ohjaavat kehoideaalit, toimintatarkenteet ja toiminnan piilevät säännöt tulevat tiedostetuiksi. Käynnistyneessä reflektiivisessä prosessissa yksilö arvioi ja jäsentää merkityssuhteitaan uudelleen eli muokkaa maailmankuvaansa. Näin lukkiutuneet kokemushorisontit ja totunnaistunut

toiminta voidaan ottaa uudelleentarkasteluun ja tul-
kita uudestaan (Lehtovaara, M. 1996, 88).

Aineistossa reflektiivis-releksiivinen prosessi on mitä suurimmassa määrin toisin näkemistä; kun näkee asioita toisin, voi toimia toisella tavalla. Veera kuvailee sitä, kuinka on joutunut hidastumaan vamman takia. Anniina puolestaan viittaa yksinäisyyteen: *se on niin yksinäistä se itsensä kasaaminen*. Tutkija Jorma Lehtovaara toteaa, että hidastaminen ja itsensä kanssa yksin oleminen voi tarjota mahdollisuuden päästä elävään yhteyteen omien kokemusten ja oivallusten kanssa. Ymmärrys, joka saa yksilön toimimaan muulla kuin juuri hänelle ominaisimmalla tavalla, edellyttää omakohtaiseen elettyyn perustuvaa kysymistä ja vastaamista. (Lehtovaara, J. 1996, 41, 45) Loukkaantumisen kautta syntyvällä itsetutkiskelulla voi löytää myös piilossa olevia voimavaroja. Esimerkiksi Veera kokee, että loukkaantumisen kautta hän on saanut vahvuutta ja oppinut uudella tavalla arvostamaan asioita, joita normaalisti elämässä on tottunut pitämään itses-
tänselvyytensä. Vammasta toipumisella saattaa siis osaltaan olla myös voimaannuttava vaikutus.

Veera: Toisaalta tai jos jotain hyviä puolia etti niin jotenkin tuntuu että, et on kyl jotain sellasta vahvuutta saanu lisää ehkä siinä että on käyny tällaisia "kärsimyksiä" läpi ja selvinnyt niistä. Niin siksi myös jotenkin tuntuu että on aika vahva myöskin - - että vaikka tää ei voi olla verrattavissa mihinkään suurempaan sairauteen, että tää paranee ja tähän ei kuole ja näin, kaikki on ihan hyvin, mut just nää tämmöset [kliseiset], että arvostan taas enemmän elämää ja arvostan sitä että pystyn liikkumaan ja arvostan jokaista askelta ja kyllähän niitä kävi läpi kaikkia noita.

Veeran puheenvuorossa voidaan nähdä prosessi, johon Rauhala (2005a, 68) viittaa merkityskokemukseen herkistymisenä; kyky ymmärtää olemassaolonsa kehkeytymistä selkeyttää yksilön

arvotajuntaa ja ihmisen kykyä kohdata vastuunsa aidosti. Omien rajoitteiden hyväksyminen ja itsestä huolehtiminen johtaa kehoajattelun muutokseen, kun ideaaleista joutuu luopumaan suhteessa itsen ja omiin kriteereihin, ulkoisiin vaatimuksiin ja oman työn tekemiseen. Pyrkinessään sopeutumaan toimintakykynsä muuttuneisiin ehtoihin loukkaantunut joutuu kohtaamaan kehonsa sellaisena kuin se on, ideaaleista luopuen. Leino (2004, 99) toteaa, että kuntoutuksessa onkin kyse vähitellen etenevästä aikuistumisesta ja vastuunottamisesta. Haastateltavien puheenvuoroissa kerrotaan myös siitä, miten suhde omaan kehoon on täytynyt rakentaa uudestaan. Esimerkiksi Silja toteaa seuraavasti: *Ku joutuu alottamaan kaiken ikään kun alusta nii ymmärtää, oppii ainaki tosi paljon ja ymmärtää... oppii tuntemaan jotenki omaa kehoa ehkä tässä samalla taas uudestaan.*

Kuntoutustyöntekijän ja kuntoutujan toimiva yhteistyö edesauttaa uuden ymmärryksen synnyssä. Aineisto esittää, että kuntoutustyöntekijän ymmärrys tanssiammatista kuntoutujan kokemus- ja elämämaailmana on koettu edistävän vuorovaikutusta ja kommunikaatiota. Kettusen ym. (2002, 48) mukaan muuttuneet toimintaedellytykset suuntaavat kuntoutujan etsimään myös itse aktiivisesti muuttuneisiin olosuhteisiin sopivia uusia ratkaisuja ja toimimaan kuntoutumisensa hyväksi. Esimerkiksi Silja kokee tärkeäksi oman aktiivisuuden roolin: *Et ite on pakko, on pidettävä huoli, sit tuntuu et on vaan vaadittava kaikki se mahdollinen hoito, ainakin vastedes eteenpäin mennessä.*

Aineistosta voidaan havaita, että tanssiammateissa toimiville haastava ongelma on puuttuva terveydenhuollon tukiverkosto, joka olisi loukkaantumistilanteessa apuna. Määräaikaiset työsuhteet, työterveyshoidon puuttuminen ja rikkonaiset hoitosuhteet vaikuttavat siihen, ettei hoitoa vaativia vammoja välttämättä saada otettua haltuun tarpeeksi ajoissa. Jo pelkästään kuntoutusetuuskien saaminen

ja kuntoutukseen pääseminen voi olla haastavaa (Pohjola 2012, 27–30). Edes vakituinen työsuhde ei tuo tarvittavaa apua, sillä työterveyshuollosta harvoin löytyy tanssivammojen erityislaatuisuuteen perehtynyttä henkilöstöä. Koko kentän kattavasta ongelmasta kertoo se, että jokainen haastateltavista kokee joutuneensa etsimään oikeanlaista fysioterapiaa ja soveltuvia toimintoja. Kettunen ym. (2002, 9–10) toteavat, että kuntoutuspalveluiden ja organisaatioiden hajanaisuus on haaste sekä toimijoille että asiakkaille. Kuntoutusasiakas saattaa saada palveluja useasta organisaatiosta, joissa toimintamallit ja näkökulmat voivat poiketa toisistaan. Leino toteaa, että tasavertainen vuorovaikutussuhde, jossa voidaan tehdä sopimuksenomaisia kuntoutussuunnitelmia, on terveydenhuollossa vaativaa ja harvinaista (2004, 99). Kettunen ym. (2002, 9–10) lisäävät, että kuntoutumisprosessi ei toteudu parhaalla mahdollisella tavalla, jos vastuunjako, tiedonkulku ja yhteistyö eri tahojen kesken eivät toimi.

Pohdinta

Omia kokemuksiaan refleктоimalla ihminen oppii ja saavuttaa uuden ja syvemmän ymmärryksen omasta kokemusmaailmastaan, jossa todentuu Rauhalan holistisen ihmiskäsityksen ulottuvuudet; tajunnallisuus, kehollisuus ja situationaalisuus. Uutta ymmärrystä saavutetaan usein, kun aidon kokemuksen seurauksena maailma ja maailmaan sisältyvät merkitykset nähdään uudella tavalla. Tämän tapahtuminen vaikuttaa yksilön tietoon ja tunteisiin ja sillä on kokemushorisonttia laajentava ja muuttava vaikutus. Omia kokemuksiaan refleктоimalla ihminen oppii ja saavuttaa uuden ja syvemmän ymmärryksen omasta kokemusmaailmastaan. (Silkelä 2001, 125–126) Kyseessä on reflektiivis-refleksiivinen prosessi, joka johtaa ajattelun muutoksesta käytäntöön. Vammautuminen voi siis kehollisena kokemuksena edesauttaa tanssija-tanssinopettajaa uusien merkitysten rakentamista ymmärryksen kautta, joka näkyy

itsetuntemuksen lisääntymisenä ja aktiivisena pyrkimyksenä oman kokemusmaailman jäsentämiseen.

Vamma-prosessin läpikäymisellä on tajunnallisia merkityssuhteita laajentava ja uusintava vaikutus. Oman toiminnan taustalla vaikuttavien voimien ja ajattelutapojen tiedostamisen ja kyseenalaistamisen prosessin kautta tapahtuu uudistuminen, jonka kautta oman toiminnan kehittäminen ja perspektiivin muutos mahdollistuu. Haastatelluilla tanssin ammattilaisella vamman jälkeisessä toiminnassa korostuu aineiston mukaan erityisesti oman kehon kuuntelu sekä sen arvostus ja vastuu itsestä. Vammautunut tanssija-tanssinopettaja voi esimerkiksi myös kyseenalaistaa terveyden menettämisen uhalla tapahtuvaan tanssityöskentelyn ja mallioppiseen perustuvaan opettajuuden sekä voimakkaasti objektikeholliset ja toimintatapoihin vaikuttavat ideaalit. Tällöin tulevaisuuden urapolku näyttäytyy ihmisen kokonaisvaltaisen toimijuuden huomioonottavana, vuorovaikutuksellisenä ja eettisenä tanssiammatillisuutena. Vamman hyväksyminen osaksi omaa kehollisuutta edesauttaa myös sosiaalisen vastuun ja arvojen kirkastumisen selkeytymisen avulla sitä millaiseen työhön halutaan vamman jälkeen palata ja millä tavalla tanssijan ja tanssinopettajan työtä halutaan tulevaisuudessa tehdä oman kehon lähtökohdista käsin ja toisten kehoja kunnioittaen.

Fyysinen loukkaantuminen, kuntoutumisprosessi ja työhön palaaminen muodostavat merkityksellisen elämäkokemuksen, joka muuttaa tanssija-tanssinopettajan näkemystä elämästään ja toimintamahdollisuuksistaan. Uudenlaista toimijuutta mahdollistavat esimerkiksi nykytanssin suuntaukset, jossa keskiössä ovat työskentelyn tutkiva luonne sekä liikkuminen kehon omista lähtökohdista käsin. Anniina toteaa: *Mulla on ihan selkeästi liikkeellisesti semmosii tiettyi asioita mitä mä en enää tosta vaan noin vaan tuu tekeen. Mut sitten mä oon myöskin miettiny sitä, että onks tarvetta-kaan. Että onko mun tanssijana toimiminen tai*

opettajana toimiminen siitä kiinni. Tutkiva tanssitaiteilijuus ja kysyvään kriittisyyteen perustuva pedagoginen lähestymistapa mahdollistavat monenlaista toimijuutta, jolloin vammautumisen ei välttämättä tarvitse johtaa varhaiseen tanssiuran päättämiseen. Loukkaantuminen voidaan näin nähdä todellisuuden kautta avautuvana muutoksen mahdollisuutena.

Bibliography

- Aalten, Anna. 2005. "In the presence of the body: theorizing training, injuries and pain in ballet." *Dance research journal* 37/2, 55–72.
- Allen, Nick, Alan Nevil, John Brooks, Yiannis Koutedakis & Matthew Wyon. 2012. "Ballet injuries: Injury incidence and severity over 1 year." *Journal of orthopaedic and sports physical therapy* 42(9), 781–790.
- Anttila, Eeva. 2007. "Mind the body: Unearthing the affiliation between the conscious body and the reflective mind." Teoksessa *Ways of knowing in dance and art*, toim. Leena Rouhiainen, Eeva Anttila, Kirsi Heimonen, Soile Hämäläinen, Heli Kauppila & Paula Salosaari, 79–99. Acta Scenica 19. Helsinki: Teatterikorkeakoulu.
- Anttila, Eeva. 2009. "Mitä tanssija tietää: Kehollinen tieto ajattelun ja oppimisen perustalla." *Aikuiskasvatus* 2, 84–92.
- Alexias, George ja Elina Dimitropoulou. 2011. "The body as a tool: Professional classical ballet dancers' embodiment." *Research in Dance Education* 12/2, 87–104.
- Foster, Susan. 1997. "Dancing Bodies." Teoksessa *Meaning in Motion: New Cultural Studies of Dance*, toim. Jane Desmond, 255–257. Durham: Duke University.
- Heimonen, Kirsi. 2009. *Sukellus liikkeeseen – liikeimprovisaatio tanssimisen ja kirjoittamisen lähteenä*. Acta Scenica 24. Helsinki: Teatterikorkeakoulu.
- Kauppila, Heli. 2012. *Avoimena aukikiertoon: opettajan näkökulma kokonaisvaltaiseen läbestymistapaan baletinopetuksessa*. Acta Scenica 30. Helsinki: Teatterikorkeakoulu.
- Kettunen, Reetta, Kaija Kähäri-Wiik, Anne Vuori-Kemilä, A. & Jarmo Ihalainen. 2002. *Kuntoutumisen mahdollisuudet*. Porvoo: WS Bookwell.
- Kronqvist, Eeva-Liisa ja Minna-Leena Pulkkinen. 2007. *Kebityspyykologia: Matkalla muutokseen*. Helsinki: WSOY.
- Laakkonen, Johanna. 1993. *Selvitys tanssijoiden aktiiviuran päättymisestä ja uudelleen koulutuksen mahdollisuuksista*. Täydennyskoulutuskeskus: Teatterikorkeakoulun julkaisusarja 19. Helsinki: Teatterikorkeakoulu.
- Lehtovaara, Jorma. 1996. "Dialogissa – kokonaisena ihmisenä avoimessa yhteydessä Toiseen." Teoksessa *Dialogissa osa 2: ihmisenä ihmisyhteisössä*, toim. Jorma Lehtovaara ja Riitta Jaatinen, 29–56. Tampere: Tampereen yliopiston jäljennepalvelu.
- Lehtovaara, Maija. 1996. "Situaationaalinen oppiminen." Teoksessa *Dialogissa osa 2: ihmisenä ihmisyhteisössä*, toim. Jorma Lehtovaara ja Riitta Jaatinen, 79–107. Tampere: Tampereen yliopiston jäljennepalvelu.
- Leino, Eeva. 2004. "Sosiaalisen näkökulman väistämättömyys lääkinnällisessä kuntoutuksessa." Teoksessa *Kuntoutus kanssamme: ihmisen toimijuuden tukeminen*, toim. Vappu Karjalainen ja Ilpo Vilkkumaa, 93–101. Helsinki: Stakes.
- Löytönen, Teija. 2004. *Keskusteluja tanssi-instituutioiden arjesta*. Acta Scenica 16. Helsinki: Teatterikorkeakoulu.
- Moilanen, Pentti ja Pekka Räihä. 2001. "Merkitysrakenteiden tulkinta." Teoksessa *Ikkuinoita tutkimusmetodeihin II: Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin*, toim. Juhani Aaltola ja Raine Valli, 46–69. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Monni, Kirsi. 2004. *Olemisen poeettinen liike. Tanssin uuden paradigman taidefilosofisia tulkintoja Martin Heideggerin ajattelun valossa sekä taiteellinen työ vuosilta 1996–1999*. Acta Scenica 15. Helsinki: Teatterikorkeakoulu.

- Nilsson, Charlotte, Johan Leanderson, Anders Wykman & Lars-Erik Strender. 2001. "The injury panorama in a Swedish professional ballet company." *Knee Surgery, Sports Traumatology, Arthroscopy* 9: 242–246.
- Parviainen, Jaana. 1994. *Tanssi ihmisen eksistenssissä. Filosofinen tutkielma tanssista*. Taltit. Filosofisia tutkimuksia Tampereen yliopistosta 51. Tampere: Tampereen Yliopisto
- Parviainen, Jaana. 1997. "Taito, kehomuisti ja kehollinen tieto: Miten nykytanssijan kehollista tietoa ja taitoa voidaan käsitteellistää?" Teoksessa *Näkökulmia tanssinopettamiseen: Suomalaisen tanssitaiteilijoiden ja tanssintutkijoiden kirjoituksia*, toim. Aino Sarje ja Päivi Pakkanen, 133–149. Helsinki: Opetusministeriö.
- Parviainen, Jaana. 1998. *Bodies Moving and Moved: A Phenomenological Analysis of the Dancing Subject and the Cognitive and Ethical Values of Dance Art*. Tampere: Tampere University.
- Parviainen, Jaana. 2006. *Meduusan liike. Mobiiliajan tiedonmuodostuksen filosofiaa*. Helsinki: Gaudeamus.
- Pasanen-Willberg, Riitta. 2000. *Vanbenevan tanssijan problematiikasta dialogisuuteen – koreografian näkökulma*. Acta Scenica 6. Helsinki: Teatterikorkeakoulu.
- Pohjola, Hanna. 2012. *Toinen ibo: Uransa loukkaantumiseen päättäneen nykytanssijan identiteetti*. Acta Scenica 29. Helsinki: Teatterikorkeakoulu.
- Rauhala, Lauri. 2005a. *Ihmiskäsitys ihmistyössä*. Helsinki: Yliopistopaino.
- Rauhala, Lauri. 2005b. *Tajunnan itsepuolustus*. Helsinki: Yliopistopaino.
- Rauhala, Lauri. 2005c. *Ihminen kulttuurissa, kulttuuri ihmisessä*. Helsinki: Yliopistopaino.
- Rouhiainen, Leena. 2003. *Living transformative lives. Finnish freelance dance artists brought into dialogue with Merleau-Ponty's phenomenology*. Acta Scenica 13. Helsinki: Teatterikorkeakoulu.
- Sikkelä, Raimo. 2001. *Persoonallisesti merkittävät oppimiskokemukset*. Joensuu: Joensuun yliopisto. Haettu 5.5.2015. <http://sokl.uef.fi/verkkojulkaisut/kipinat/RaimoS.htm>
- Tuomi, Jouni ja Anneli Sarajärvi. 2013. *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Helsinki: Tammi.
- Törmä, Sirpa. 1996. "Kasvu kokemuksellisenä prosessina ja kasvatuksen mahdollisuus." Teoksessa *Dialogissa osa 2: ihmisenä ihmisyhteisössä*, toim. Jorma Lehtovaara ja Riitta Jaatinen, 126–132. Tampere: Tampereen yliopiston jäljennepalvelu.
- Välipakka, Inka. 2003. *Tanssien sanat. Representoiva koreografia, eletty keho ja naistanssi*. Joensuun yliopiston humanistisia julkaisuja 34.
- Värri, Veli-Matti. 2000. *Hyvä kasvatus – kasvatus hyvään*. Tampere: Tampere University Press.

KIRJOITTAJAT:

Hanna-Kaisa Rajala (Tanssitaiteen maisteri) toimii nykytanssijana, tanssinopettajana ja koreografina. Hän on valmistunut tanssinopettajan maisteriohjelmasta Taideyliopiston Teatterikorkeakoulusta vuonna 2015. Maisterin opinnäytetyössään hän tutkii fyysisen loukkaantumisen kokeneiden tanssija-tanssinopettajien vammautumiskokemuksen tajunnallisuutta ja merkityksenantoa vamman aiheuttamassa muutostilanteessa.

Hanna Pohjola (Tanssitaiteen tohtori) on tanssitaiteilija, opettaja ja koreografi. Hänen väitöstyönsä julkaistiin vuonna 2012 ja se käsitteli uransa loukkaantumiseen päättäneen nykytanssijan identiteettiä. Tanssiopintojen ohella Pohjola on terveystieteiden maisteri (liikuntalääketiede) sekä fysioterapeutti. Parhaillaan Pohjola toimii yliopisto-opettajana Itä-Suomen yliopistossa ja opettaa tuntiopettajana Teatterikorkeakoulussa.

Vastaava kirjoittaja:

[Hanna-Kaisa Rajala, hannakaisa.rajala@gmail.com](mailto:hannakaisa.rajala@gmail.com)

BIOGRAPHIES:

Hanna-Kaisa Rajala (Master of Arts in Dance) is a contemporary dancer, dance teacher and a choreographer. She graduated from Department of Dance Pedagogy in the University of Arts Theatre Academy in Helsinki, Finland in 2015. In her master's thesis she examines the subjective meaning-giving in relation to dancer's experience of one's own self in an event of an injury.

hannakaisa.rajala@gmail.com

Hanna Pohjola (Doctor of Arts in Dance) is a Finnish dance artist, teacher and choreographer. Her doctoral dissertation that addressed the identity of the injured former contemporary dancer was published in 2012. In addition to her MA and doctoral degree in dance, Pohjola has a Bachelor's and a Master's degree in Health Sciences (Exercise Medicine). She has also graduated as a physiotherapist. Currently, Pohjola acts as a university teacher at the University of Eastern Finland, and teaches part time at the Theatre Academy in Helsinki, Finland.

hanna.pohjola@uef.fi