



Sofia Riippi

Täydellistä äänenavausta etsimässä –

Kuoronjohtajien ja kuorolaulajien käsityksiä motivoivasta äänenavauksesta

Pro gradu -tutkielma

KASVATUSTIETEIDEN TIEDEKUNTA

Musiikkikasvatuksen koulutus

2025

15.6.2025

Oulun yliopisto

Kasvatustieteiden tiedekunta, musiikkikasvatus

Täydellistä äänenavausta etsimässä – Kuoronjohtajien ja kuorolaulajien käsityksiä motivoivasta äänenavauksesta (Sofia Riippi)

Pro gradu, 151 sivua, 9 liitesivua

Kesäkuu 2025

Tässä monimenetelmällisessä ja pääosin fenomenografiseen lähestymistapaan nojaavassa pro gradu -tutkielmassa tarkastellaan kuoronjohtajien ja kuorolaulajien käsityksiä motivoivasta ja onnistuneesta äänenavauksesta. Tutkimuskysymyksinä olivat: 1) Mitä käsityksiä kuoronjohtajilla on siitä, mitä tarvitaan motivoivaan ja onnistuneeseen äänenavaukseen? ja 2) Mitä asioita kuorolaulajat pitävät tärkeinä ja motivoivina äänenavauksessa? Teoreettinen viitekehys käsiteli erilaisia oppimismotivaatioteorioita, ja aineistossa näkyi yhtymäkohtia erityisesti Ryanin ja Decin itsemääräämisteoriana. Lisäksi käsiteltiin vuorovaikutusta, palautteen antamista ja viestintää sekä äänenavauksen rakennuspalikoita, jotka olivat niin ikään yhteneviä tutkimuksessa olleen aineiston kanssa.

Aineisto kerättiin kolmesta korkeatasoisesta ja kunnianhimoisesta harrastajakuorosta, joista kaksi keskittyi rytmimusiikkiin ja yksi klassiseen musiikkiin. Kuoronjohtajat (N=3) haastateltiin teemahaastatteluin ja kuorolaisilta (N=61) kerättiin vastauksia kyselylomakkeella, joka sisälsi sekä avoimia että monivalintakysymyksiä. Laadullinen aineisto analysoitiin fenomenografisella sisällönanalyysillä ja määrällinen aineisto perustason tilastollisin menetelmin.

Tulosten perusteella sekä johtajat että laulajat pitivät selkeää ohjeistusta ja konkreettisia lauluvinkkejä yhtenä keskeisimmistä motivaatiotekijöistä. Jokainen kuoro on erilainen ja johtajan tulee kyetä tunnistamaan oman kuoronsa ominaispiirteet ja tukea äänenavauksessa kuoronsa taiteellisia tavoitteita. Erityisesti tärkeiksi motivaatiotekijöiksi koettiin saundin työstäminen, musiikillisesti kiintoisat harjoitteet, onnistumisen kokemukset sekä äänenavausharjoitteiden yhteys ohjelmistoon ja päivän tavoitteisiin. Laulajat toivoivat tilaa vaikuttaa itse tehtäviin harjoitteisiin, ja toiveissa oli myös yhteisöllistä työskentelyä. Johtajien mukaan suurimpia haasteita olivat ryhmä- ja yksilöohjauksen yhteensovittaminen sekä resurssien niukkuus.

Tutkimuksen laadulliset tulokset tarjoavat yleistettäviä suuntaviivoja motivoivan äänenavauksen rakentamiseen kuorotoiminnassa. Määrälliset tulokset ovat ensisijaisesti kuorokohtaisia, mutta heijastavat myös musiikkityylien mukaisia eroavaisuuksia.

Avainsanat: musiikki, motivaatio, äänenavaus, vuorovaikutus, palaute, johtaminen

University of Oulu

Faculty of Education, Music Education

Towards the Perfect Choral Warm-Up – Choir Conductors' and Singers' Perceptions of Motivating Vocal Warm-Ups (Sofia Riippi)

Master's thesis, 151 pages, 9 appendices

June 2025

This master's thesis, which applies a mixed-method approach with a primary focus on phenomenography, explores choir conductors' and singers' perceptions of what makes a vocal warm-up motivating and successful. The research questions were: 1) What do conductors consider essential for a motivating and effective vocal warm-up? and 2) What aspects do choir singers find important and motivating in warm-ups? The theoretical framework draws on various theories of learning motivation, with notable connections to Ryan and Deci's self-determination theory. The study also examines interaction, feedback, communication, and the structural elements of vocal warm-ups—topics that were strongly reflected in the research data.

Data were collected from three high-level, ambitious amateur choirs: two specializing in rhythm-based music and one in classical music. The conductors (N=3) participated in semi-structured thematic interviews, while the singers (N=61) responded to a questionnaire containing both open-ended and multiple-choice questions. The qualitative data were analyzed using phenomenographic content analysis, and the quantitative data with basic statistical methods.

The results indicate that both conductors and singers view clear instructions and concrete vocal guidance as key motivational elements. Since every choir has its own character, conductors must be able to recognize their ensemble's specific identity and support its artistic goals through warm-ups. Sound work, musically engaging exercises, experiences of success, and a clear link between warm-ups and both the repertoire and the day's goals emerged as particularly significant. Singers also expressed a desire for both personal input and communal engagement during warm-ups. According to the conductors, the greatest challenges included balancing group and individual instruction, as well as managing limited resources.

The qualitative findings offer generalizable insights into how to design motivating vocal warm-ups in choral settings. While the quantitative results are primarily choir-specific, they also reflect differences related to musical style.

Keywords: music, motivation, vocal warm-up, social interaction, feedback, leadership

Sisällysluettelo

1 Johdanto	5
2 Motivaatio	8
2.1 Musiikin soittamisen motivaatioluokitus	9
2.2 Oppimismotivaatioteorioita	13
2.3 Minäkäsitykset ja ajattelutavat motivaation näkökulmasta	20
3 Vuorovaikutus ryhmässä	26
3.1 Ryhmän muodostuminen	27
3.2 Motivaatio ryhmässä	29
3.3 Ryhmadynamiikka: johtajan ja jäsenten roolit	33
3.4 Viestintä ja palautteen antaminen	36
4 Äänenavaus	40
4.1 Äänenavauksen tarkoitus	44
4.2 Äänenavauksen ympäristö ja ilmapiiri	45
4.3 Äänenavauksen rakentaminen	48
5. Tutkimuksen metodologia ja toteutus	51
5.1 Tutkimuksen osallistajat	52
5.1.1 Kuorot johtajineen	53
5.1.2 Kuorolaiset	54
5.2 Laadullinen tutkimus ja kuoronjohtajien haastattelu	58
5.2.1 Aineiston keruu	60
5.2.2 Aineiston analyysi	62
5.3 Määrällinen tutkimus ja kuorolaisten vastaukset	65
5.3.1 Aineiston keruu	66
5.3.2 Aineiston analyysi	68
6. Tulokset	70
6.1 Kuoronjohtajien käsityksiä äänenavauksesta	73
6.1.1 Onnistuneen äänenavauksen elementit	74
6.1.2 Äänenavaukseen liittyvät haasteet	95
6.2 Kuorolaisten näkemyksiä äänenavauksesta	101
6.2.1 Laadullinen analyysi äänenavauksen tärkeistä elementeistä	101
6.2.2 Määrällinen analyysi kuorolaisten kokemuksista äänenavauksen motivoivuudesta	114
6.3 Yhteenvetoa	131
7 Pohdinta	134
7.1 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus	139
7.2 Jatkotutkimusaiheita	143
Lähteet	145

1 Johdanto

Kahvipöytäkeskusteluissa olen huomannut, että kuoromaailman äänenavaukset voivat olla mielipiteitä jakavia hetkiä. Olen kuullut kommentteja, että äänenavaus on ihana hetki arjen keskellä keskittyä omaa kehoon ja rauhoittua hetkisen työpäivän jälkeen kyseiseen hetkeen. Olen kuullut kasvutarinoita siitä, miten laulaja on kokenut aidosti kehittyneensä laulajana äänenavauksien myötä. Joidenkin laulajien olen taas kuullut kyseenalaistavan koko toiminnan tarkoituksen ja kuunnellut keskustelua siitä, miten ensi viikolla pitäisi saapua harjoituksiin vielä vähän myöhemmin, ettei tarvitsisi ottaa lainkaan osaa tylsiltä ja turhilta tuntuviin äänenavausharjoituksiin.

Äänenavaus ilmiönä ja sen aiheuttamat ristiriitaiset mielipiteet kiinnittivät huomioni aloittaessani johtamaan Oulun Teekkarikuoro TeeKua syksyllä 2016. Silloin uuden kuoronjohtajan roolini myötä koin tarvitsevani lisää tietoa ja ymmärrystä siitä, mitkä käytänteet illan kuoroharjoituksissa ylipäättään olisivat hyviä. Erityisesti mielenkiintoni suuntautui harjoitusten alussa pidettäviin äänenavauksiin. Vaikka onnistuin löytämään paljon erilaisia ääniharjoituksia mitä tehdä, jäi minua mietityttämään, että ne eivät pelkästään riitä. Koska kyseessä oli harrastekuoro, jonka yksi pääteemoista oli olla sosiaalinen ja rento matalankynnyksen tapaamispaikka ihmisille, mietin mitä voisinkin tehdä paremmin, jotta oma toimintani nostaisi heidän kiinnostuksensa tasoa itse äänenavausta kohtaan ja laajemmin myös heidän sitoutumisastettaan koko harrastukseen. Pyöriteltyäni aihetta hetken aikaa päässäni, päädyin kirjoittamaan kandidaatintutkielmani otsikolla *Mitä tulisi ottaa huomioon motivoivassa äänenavauksessa aikuiskuorossa?* (Riippi, 2020).

Kandidaatintutkielmasta tämän tutkielman valmiiksi saattamiseen on kulunut useampi vuosi ja ajan kuluminen näkyy myös ammatillisessa kehityksessäni. Tämän tutkimusprosessin aikana tein mm. pitkän musiikinopettajan sijaisuuden Madetojan musiikkilukiossa, jossa pääsin johtamaan niin orkestereita, kuoroja sekä a cappella lauluyhtyeiden harjoituksia muiden pitämieni laulutuntien ja musiikinkurssien lisäksi. Tällä hetkellä teen töitä Pro Audilelle, joka on erikoistunut akustisen ja klassisen musiikin äänitöihin, ja jonka kautta olen mm. päässyt tuottamaan useita levyjä, myös kuoromusiikin saralla. Lisäksi olen osa Suomen kuoronjohtajayhdistyksen SKJ:n hallitusta. Näiden roolien myötä olen päässyt näkemään lukemattoman määrän eri kuorosten ja johtajien näköisiä sekä eri ympäristöön tarkoitettuja äänenavauksia ympäri Suomea, ja päässyt vuorovaikuttamaan ja keskustelemaan monipuolisesti alan polttavista kysymyksistä useiden alan ammattilaisten kanssa.

Ihminen on laulanut luultavasti koko olemassaolonsa ajan, ja laulusta ja lauluteknisistä asioista löytyykin valtavasti kirjallisuutta. Myös kuoroihin liittyvää tutkimusta on tehty paljon, niin harrastuksen itsensä kuin laulun näkökulmasta. Lisäksi kuorolaulun motivaatiotekijöitä on yritetty kaivella esiin. Hyvin harvassa on kuitenkin sellainen tutkimuskirjallisuus, mikä yhdistäisi kuorot ja niiden äänenavaukset, mutta aivan hiljattain on niitäkin ilmestynyt enemmän.

Kuorojen äänenmuodostusta sekä sointiväriä on tutkittu jonkin verran. Muun muassa James Daugherty (1999) on tutkinut kuorojen äänenmuodostusta ja Kari Adams (2019) kuoron yhteisistä sointia. Pintaa on raapaistu myös kuorolaulajien motivaatiosta ylipäättään kuoroharrastusta kohtaan Bridget Sweetin (2010) tutkimuksessa yläasteikäisten poikien havainnoista laulamista ja osallistumisesta kuoroon, sekä Patrick Freerin (2009) tutkimuksessa poikien kokemuksista kuorolaulamisesta. Myös Graham Welch on tutkinut muun muassa laulamisen kehittymistä (2006) sekä kuorolaulun sosiaalista merkitystä (2014).

Motivaation näkökulmasta seuraavat artikkelit ovat huomionarvoisia. Rick A. Stamerin (1999) tutki, mikä oppilaita motivoi kuoroharjoituksissa ja miten heidän reaktionsa vaikuttavan oppimisilmapiiriin. Myöhemmin Stamer (2009) on tutkinut kuorolaulajien havaintoja tehokkaista motivaatiostrategioista. Lisäksi David Redman ja Jennifer Bugos (2018) ovat tutkineet laajemmin kuoroharrastuksen motivoivia tekijöitä aikuiskuorossa. Kiinnostava artikkeli löytyy myös Colin Durrantilta (2000), joka pohtii, miten kuoroharjoituksista voidaan tehdä vetovoimaisia ja koukuttavia erityisesti nuorille laulajille. Hän käsittelee kuorotyöskentelyä laajasti vuorovaikutuksen, johtamistyylin ja tunnevaikutusten näkökulmista.

Kuoroista ja niiden äänenavauksista on olemassa jonkin verran tieteellisiä julkaisuja. Esimerkiksi Brian Winnie (2020) on halunnut uudelleen määritellä koko äänenavauksen terminä artikkelissaan *The horse before the cart – redefining the choral warm-up*. Myös Sandra Stegman (2003) on syventynyt äänenavausharjoituksiin artikkelissaan *Choral warm-ups: preparation to sing, listen and learn*. Choral Journal -lehdessä julkaistiin Sean McCartherin (2023) kirjoittama artikkeli, joka tarkastelee äänenavausta pedagogisena mahdollisuutena, jossa ei ainoastaan lämmitellä ääntä, vaan rakennetaan tietoisesti laulutekniikkaa, harjoiteltavaan musiikkiin liittyviä taitoja ja kuoron yhteissointia. Lisäksi Iida Nummela (2020) on tehnyt maisterintyönsä otsikolla *Terveellinen äänenkäyttö kuorossa: kolmen kuoronjohtajan kokemuksia heidän mahdollisuuksistaan vaikuttaa kuorolaistensa äänenkäytön kehittymiseen*. Päivää ennen tutkimukseni palauttamista kohtasin myös Mari Koistisen ja kuulin hänen julkaisseen toukokuussa 2025 väitöskirjansa otsikolla *Ryhmälauluopetus nuorten kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistäjänä*.

Julkaisuja, jotka käsittelisivät nimenomaan kuorojen äänenavausta ja tarttuisivat sen motivoivaan näkökulmaan, en ole onnistunut löytämään.

Ennen pro gradu -tutkielmani aloittamista perehdyin aiheeseen sekä kandidaatintutkielman laatimisen että pilottitutkimuksen muodossa. Pilottitutkimuksessa haastattelin neljää kuorojen parissa toimivaa henkilöä ja pyrin kartoittamaan heidän näkemyksiään äänenavauksen motivoivista aspekteista ja sitä kautta avartamaan omia näkemyksiäni.

Tässä pro gradu -tutkimuksessa tarkastelun kohteena on kuoronjohtajien ja kuorolaulajien kokemukset äänenavauksesta. Tutkimuksessa on tarkoitus selvittää, mitä toimintatapoja kuoronjohtajat ovat kokeneet toimiviksi laulajilleen niin motivaation kuin laulajien ja koko kuoron kehittymisen kannalta, mutta toisaalta myös verrata, ovatko laulajat johtajien käyttämien keinojen toimivuudesta samaa mieltä.

Tutkimuskysymykset tässä tutkimuksessa ovat seuraavanlaiset:

- 1) *Mitä käsityksiä kuoronjohtajilla on siitä, mitä tarvitaan motivoivaan ja onnistuneeseen äänenavaukseen?*
- 2) *Mitä asioita kuorolaulajat pitävät tärkeinä ja motivoivina äänenavauksessa?*

Tutkimukseni on laadullisesti painottuva fenomenografinen monimenetelmätutkimus, joka yhdistää laadullisia ja määrällisiä lähestymistapoja. Aineistoni koostuu kolmen kuoronjohtajan teemahaastatteluista sekä 61 kuorolaisen kyselylomakkeen vastauksista. Kyselyssä oli mukana sekä avoimia kysymyksiä että Likert-asteikollisia väittämiä, joiden avulla kartoitettiin kuorolaisten käsityksiä ja kokemuksia äänenavauksesta. Laadullinen aineisto analysoitiin aineistolähtöisen fenomenografisen sisällönanalyysin keinoin, ja määrällistä aineistoa tarkasteltiin perustason tilastollisella analyysillä. Näihin sisältyivät keskiarvojen ja keskihajontojen laskeminen sekä joitakin ristiintaulukointeja. Fenomenografinen lähestymistapa mahdollisti erilaisten käsitysten ja kokemusten vertailemisen ja toi esiin kuoronjohtajien ja kuorolaisten subjektiivisia merkityksiä ja kokemuksia äänenavauksen toteutuksesta ja sen koetusta arvosta.

Tutkimuksen tavoitteena on tarjota peruskatsaus äänenavausten nykytilaan Suomessa laulajien motivaation näkökulmasta. Lisäksi pyritään tunnistamaan, millaisia onnistumisia äänenavauksessa koetaan ja millaisia kehityskohteita siihen mahdollisesti liittyy. Näiden näkökulmien esiin nostaminen voi tukea kuoronjohtajia kehittymään tietoisemmiksi äänenavausten pedagogisista mahdollisuuksista ja auttaa luomaan entistä motivoivampia kuoroharjoituksia.

2 Motivaatio

Motivaatio vaikuttaa keskeisesti siihen, miten kuorolaiset sitoutuvat kuorotoimintaan ja kuinka mielekkäänä he kokevat äänenavauksen sekä sen tarkoituksenmukaisuuden. Tässä luvussa avaan ensin, miten motivaatio yleisesti määritellään, jonka jälkeen ensimmäisessä alaluvussa 2.1 käsittelen musiikin soittamisen motivaatioluokitusta. Alaluvussa 2.2 avaan erilaisia oppimismotivaatioteorioita, sillä uuden oppimiseen vaikuttaa usein yksilön asenne ja motivaatio asiaa kohtaan. Viimeisessä alaluvussa 2.3 käsittelen yksilön minäkuvaa sekä sen merkitystä yksilön motivaatioon ja käyttäytymiseen.

Motivation is the fuel, necessary to keep the human engine running.

Zig Ziglar (Sharon, 2016, s. 181).

Motivaation kantasana on motiivi ja motivaation ydinajatus liittyykin Ruohotien (1998) ja Kososen (2010) mukaan motiiveihin, joita voivat olla esimerkiksi halut, tarpeet, rangaistukset tai palkkiot. Motiivit toimivat käynnistäjänä, ylläpitäjänä tai lopettajana tietyn toiminnan taustalla. Motiivin aktivoitumiseen tarvitaan motivoitunut subjekti ja motivoiva objekti. Motiivit voivat olla tiedostettuja tai tiedostamattomia, mutta ne ovat aina suuntautuneita kohti tavoitetta ja tarjoavat sysäyksen kohti toimintaa (Kosonen, 2010; Ruohotie, 1998, s. 36).

Motiivit saavat aikaan tilan, jota kutsutaan motivaatioksi. Motivaatio viittaa yksilön tilaan, joka määrittää hänen toimintansa aktiivisuuden, ahkeruuden ja mielenkiinnon kohteet (Lehtinen, Vauras & Lerkkanen, 2016, s. 143–144). Tampereen yliopiston ammattikasvatuksen professori Pekka Ruohotie (1998) kuvailee motivaatiota kolmen ominaisuuden avulla: vireys, suunta ja systeemiorientoituminen. Vireys viittaa yksilön energiatasoon, joka ohjaa hänen käyttäytymistään. Suunta puolestaan kuvaa toiminnan päämääräsuuntautuneisuutta. Systeemiorientoituminen liittyy voimiin, jotka vaikuttavat yksilöön ja hänen ympäristöönsä ja joko vahvistavat tai heikentävät hänen intensiteettiään ja energiatasoaan jatkuvan palauteprosessin kautta (Ruohotie, 1998, s. 37).

Ruohotien (1998) mukaan motivaatio voidaan jakaa sisäiseen ja ulkoiseen motivaatioon. Nämä poikkeavat toisistaan sekä motiivien että palkkioiden puolesta. Sisäinen motivaatio syntyy yksilön omasta tahdosta ja tuo iloa ja tyydytystä hänen toimintaansa. Sisäisen motivaation palkkiot liittyvät yksilön korkeampien tarpeiden täyttymiseen, kuten itsensä toteutumiseen tai itsensä kehittymiseen. Sisäinen motivaatio on usein pitkäaikaista ja tehokkaampaa kuin ulkoinen motivaatio. Ulkoinen motivaatio puolestaan perustuu ympäristötekijöihin. Toiminta ei

välttämättä tuo iloa, vaan motiivina voi olla esimerkiksi palkkion saaminen tai rangaistuksen välttäminen. Ulkoisia palkkioita voivat olla esimerkiksi toisen maksama palkka tai ääneen sanottu kiitos tai kannustus. Ulkoisesta lähteestä saadut palkkiot ovat yleensä lyhytkestoisia ja ne tyydyttävät alemman asteen tarpeita, joita voivat olla esimerkiksi ravinnon tai turvallisuuden tarve (Ruohotie, 1998, s. 37–39).

Lyhyesti motivaatio siis rakentuu motiiveista, jotka ohjaavat ja aktivoivat toimintaa. Motivaatio vaikuttaa yksilön aktiivisuuteen, ahkeruuteen ja kiinnostuksen kohteisiin. Sitä voidaan tarkastella sekä sisäisenä että ulkoisena motivaationa, jossa sisäinen motivaatio perustuu yksilön omiin tarpeisiin ja tavoitteisiin, kun taas ulkoinen motivaatio liittyy ulkoisiin palkkioihin ja ympäristötekijöihin. Ymmärtämällä miten motivaation rakentuu, voimme paremmin ymmärtää ihmisten käyttäytymistä ja edistää motivoituneempaa toimintaa.

2.1 Musiikin soittamisen motivaatioluokitus

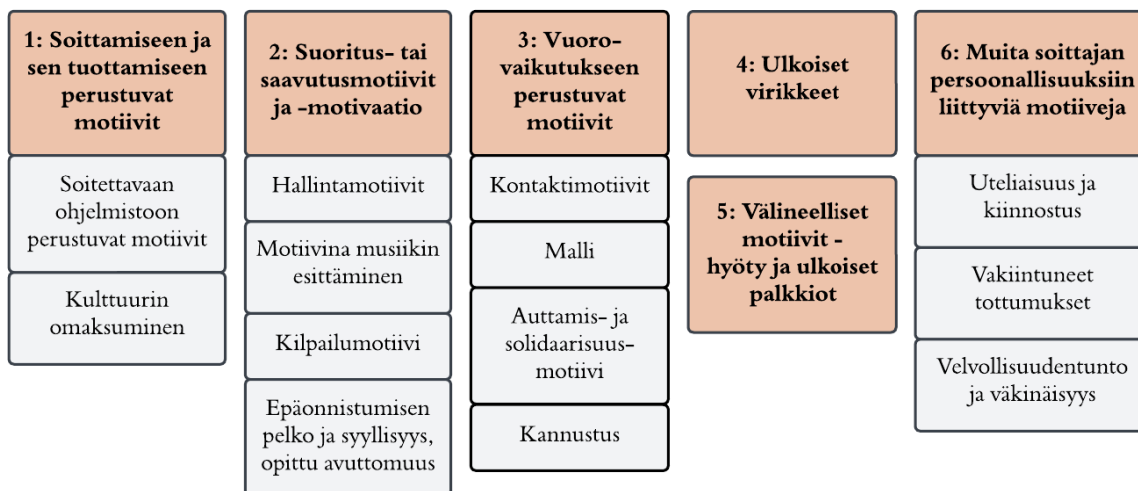
Erja Kosonen (1996) on tutkinut musiikin ja motivaation suhdetta lisensiaatin työssään *Soittamisen motivaatio varhaisnuorilla*, jossa motivaatiota ja siihen liittyviä motiiveja tarkasteltiin neljästä näkökulmasta: musiikillisuus, merkitys, kesto ja sosiaalinen suunta. Vaikka Kososen motivaatioluokitus on kehitetty soiton harrastamisen kontekstiin, joka on usein yksilöllistä ja itsenäistä toimintaa, sitä voidaan soveltaa myös kuorotoimintaan, jossa korostuu yhteisöllisyys ja jaettu musiikillinen kokemus. Kososen esiin nostamat ulottuvuudet, kuten pitkäjänteinen sitoutuminen, koettu merkitys ja sosiaalinen vuorovaikutus, ovat keskeisiä myös kuorolaulajien motivaation kannalta.

Musiikin osuus motivaatioon on Kososen mukaan (1996) keskeinen, sillä motivaatio kohdistuu suoraan soittamiseen, soitettavaan musiikkiin ja sen tuottamiin musiikillisiin kokemuksiin. Jokaisen oma subjektiivinen kokemusmaailma luo musiikkikokemuksista enemmän tai vähemmän merkityksellisiä hetkiä, ja vaikuttavat näin myös motivaatioon. Kestoltaan motivaatio voi olla sekä jatkuvaa että tilannesidonnaista. Jatkuva motivaatio liittyy pitkän aikavälin tavoitteisiin, tilannesidonnaiset motiivit taas liittyvät hetkellisiin kiinnostuksen kohteisiin. Motivaation kesto vaihtelee pitkäaikaisen, keskipitkän ja lyhytaikaisen välillä. Pitkäaikainen motivaatio liittyy unelmatavoitteisiin, keskipitkä motivaatio yksittäisiin tehtäviin, kuten kappaleen harjoitteluun, ja lyhytaikainen motivaatio ohjaa päivittäistä harjoittelua. Sosiaalisesti motivaatio voi olla itsen tai muihin ihmisiin suuntautunutta. Jotkut soittavat yksin saadakseen mielihyvää ja rentoutuakseen, toiset nauttivat yhteissoitosta kavereiden kanssa. Orientaatiot eivät ole pysyviä

persoonallisuuden piirteitä, vaan voivat muuttua uusien oppimistilanteiden ja kokemusten myötä (Kosonen, 1996, s. 16–22).

Kososen (1996) mukaan harjoittelumotivaatio on oma kokonaisuutensa soittamiseen liittyen. Se vaatii tilannekohtaista motivaatiota, johon ulkoiset olosuhteet voivat vaikuttaa suuresti, mutta sen taustalla täytyy olla myös pitkäkestoisempia motiiveja. Onnistumisen kokemukset vahvistavat harjoittelumotivaatiota, mutta edistyminen edellyttää, että soittaja tunnistaa omat kehityskohteensa ja pystyy hyödyntämään niitä motiivina oppimiseen. Tämä vaatii tervettä itsetuntoa. Opettajalla on merkittävä rooli harjoittelun mielekkyyteen ja edistymisen mahdollistamiseen. Hänen tehtävänä on opettaa niin soittamaan, mutta myös harjoittelemaan oikein. Selkeät ohjeet ja realistiset tavoitteet johtavat motivoituun työskentelyyn (Kosonen, 1996, s. 50–51).

Teorian ja tutkimuksensa pohjalta Kosonen (1996) on luonut kuuden kategorian motiiviluokituksen, jossa motivaatio on monivaiheinen prosessi, joka vaikuttaa soittamisen oppimiseen ja harjoitteluun eri aikaväleillä ja eri tasoilla. Sisäiset motiivit ovat jossain määrin mukana kaikissa motiivityypeissä ja samoja motiiveja voidaan tulkita useampaankin ryhmään. Tilannekohtaiset motiivit vaihtelevat paljon, kun taas soittamiseen itseensä liittyvät merkityksellisiksi koetut motiivit ovat usein pitkäkestoisia (Kosonen, 1996, s. 16, 54).



Kuva 1: Motivaatioluokitus (Kosonen, 1996).

Soittamisen motivaatiota tukee Kososen (1996) mukaan vahvasti elämyksiin ja musiikkikokemuksiin perustuva sisäinen motiivi. Soittaminen koetaan mielekkäänä ja palkitsevana toimintana, mikä rohkaisee luovuuteen ja jatkuvaan oppimiseen. *Soitettavan ohjelmiston motivoiva*

vaikutus riippuu siitä, miten läheiseksi ja merkitykselliseksi soittaja kokee sen omien musiikillisten kokemustensa ja arvojensa perusteella. Elinympäristön musiikilliset perinteet vaikuttavat tähän keskeisesti. Ohjelmistoon perustuva motiivi voi olla sisäinen ja liittyä vahvasti elämyksiin ja innostaa syvälliseen opiskeluun, mutta myös ulkoinen velvoite, joka voi muuttua merkitykselliseksi harjoittelun myötä. Mitä läheisemmäksi tehtävä koetaan, sitä paremmin se halutaan suorittaa. *Kulttuurin vaikutus* on usein pitkäaikaista, tiedostamatonta taustavaikutusta ja vaikuttaa suuresti motivaatioon. Musiikkiin, jota nuori kuuntelee ja johon hänet on kasvatettu, liittyy usein valmiiksi voimakkaita elämyksiä. Mikäli soitettava ohjelmisto koostuu vain muiden valitsemasta musiikista, voi syntyä ristiriitaa eri musiikkikulttuurien ja arvojen välillä. Perinteet ja esityskäytännöt ovat osa kulttuurin välittämistä, mutta voivat vaikuttaa myös motivaatioon. Jos esityskäytännöt estävät liiaksi soittajan luovuutta ja ilmaisua, voivat ne alkaa tuntua rasitteilta (Kosonen, 1996, s. 54–57).

Suoritusmotivaatio on Kososen (1996) mukaan laaja käsite, joka kattaa erilaisia tavoitteeseen sidottuja motiiveja. Se voi perustua konkreettisiin tavoitteisiin, kuten tutkintoihin ja arvosanoihin, tai abstrakteihin tavoitteisiin, kuten itsensä kehittämiseen ja sosiaaliseen arvostukseen. Suoritusmotiivit voivat olla sisäisiä, soittajasta itsestään kumpuavia, tai ulkoisia, ympäristön asettamia velvoitteita. *Hallintamotiivit* liittyvät sisäiseen motivaatioon ja tehtäväorientoituneeseen tilanteenhallintaan, mutta myös yleisempään osaamiseen ja asioiden ymmärtämiseen. Hallintamotiivit tukevat itsenäistä työskentelyä ja oppimista ja hyvä suoritus nähdään tuloksena kyvyistä ja ponnisteluista. Vahvan suoriutumismotivaation omaava soittaja valitsee mieluiten tehtäviä, jotka eivät ole liian helppoja mutta eivät myöskään liian vaikeita, jotta onnistuminen tuntuu merkitykselliseltä epäonnistumisen riskin pysyessä edelleen hallittuna. *Musiikin esittämiseen* liittyy erilaisia esityskäytäntöjä ja "oikein soittaminen" on keskeinen arviointikriteeri sekä soittajalle että kuulijoille. Länsimaisessa kulttuurissa korostuu erinomaisuuden tavoittelu, mikä voi johtaa teknisen hallinnan korostumiseen musiikillisen ilmaisun kustannuksella. Soittajan itseluottamus vaikuttaa siihen, miten hän suhtautuu esiintymiseen – varmat soittajat uskaltavat tuoda esiin oman tulkintansa, kun taas epävarmuus voi estää ilmaisua. Joillekin erilaiset tutkinnot voivat olla motivoiva välitavoite, toisille syy lopettaa harrastus. Yhdessä soittaminen ja esiintyminen voivat kuitenkin vahvistaa positiivista motivaatiota, sillä ryhmässä valmistautuminen on usein helpompaa kuin yksin. Suoritusmotiivi voi kehittyä *kilpailumotiiviksi*, joka voi olla joko positiivista itsensä haastamista tai vertailua toisiin soittajiin. Kilpailut tarjoavat mahdollisuuden kehittää taitoja, kokea onnistumisen tunteita ja saada esiintymiskokemusta, mutta vertailu toisiin voi myös johtaa omien taitojen aliarviointiin, ahdistukseen ja heikentää

motivaatiota. Kilpailumotiivi on usein lyhytaikainen ja kannustaa soittajaa työskentelemään kohti parasta mahdollista tulosta, josta hän voi myöhemmin nauttia kehityksensä huomattuaan. *Epäonnistumisen pelko ja syyllisyys* voivat heikentää soittajan motivaatiota. Pelko liittyy sisäisiin pakkomotiiveihin ja heikkoon itseluottamukseen, jolloin huono menestys nähdään lahjakkuuden puutteena ja hyvä menestys sattumana. Läheisten odotukset voivat lisätä suorituskeisyyttä ja epäonnistumisen pelkoa. Opitussa avuttomuudessa soittaja uskoo, ettei voi vaikuttaa omaan oppimiseensa, mikä estää häntä kehittymistä. Vaikka epäonnistumisen pelko on tilannekohtaisesti yleistä, pitkäkestoisena se voi estää soittamisen iloa ja oma-aloitteisuutta (Kosonen, 1996, s. 58–61).

Soittaja kohtaa Kososen (1996) mukaan monenlaisia *vuorovaikutustilanteita*, jotka vaikuttavat hänen motivaatioonsa. *Kontaktimotiivit* ohjaavat soittajan vuorovaikutusta yksilöihin ja ryhmiin. Toiset saavat mielihyvää soittaessaan yksin, toiset nauttivat enemmän yhteissoitosta. Myös esitystilanne voi olla kontaktimotiivia virittävä. Soittotunnilla opettajakontakti on yksi keskeisimmistä motiiveista. Opettajan ammattitaidon ja kokemuksen lisäksi hänen persoonallisuutensa, kannustavuutensa ja vaativuutensa vaikuttavat oppilaan motivaatioon. Hänen vaikutuksensa ulottuu kontaktimotiivia laajemmalle ja voi jopa johtaa sosiaaliseen riippuvuuteen, jossa soittajan motivaatio pohjautuu opettajan odotuksiin. Erilaiset *mallit*, kuten esikuvat ja idolit, inspiroivat ja ohjaavat soittajaa ja toimivat motivoivina vaikuttimina. Minäkäsitys vaikuttaa siihen, millainen malli koetaan merkityksellisenä ja kuinka realistiset odotukset siihen kohdistuvat. Vertaisryhmän vaikutus taas on usein tiedostamatonta ja soittajakaverit voivat toimia positiivisina malleina, kun taas opettajat saatetaan nähdä myös laajemmin muusikkouden ja aikuisuuden malleina. *Auttamismotiivi* ilmenee erilaisissa yhtyeissä ja orkestereissa kokeneempien soittajien tukiessa tovereitaan, mikä vahvistaa myönteistä ilmapiiriä. Sen merkitys varsinaiseen soittomotiiviin on kuitenkin vähäinen. *Kannustuksella* on myös merkitystä. Perheen, ystävien ja opettajan kannustus vahvistaa soittajan itseluottamusta ja pitkäjänteistä motivaatiota, tehden harrastuksesta mielekkäämmän ja merkityksellisemmän (Kosonen, 1996, s. 62–64).

Neljännän kategorian *ulkoiset virikkeet* ovat Kososen (1996) mukaan soittamiseen vaikuttavia tekijöitä, kuten esikuvia, soittimia, harjoitteluolosuhteita ja joukkotiedotusvälineitä. Ne eivät itsessään ole motiiveja, mutta voivat herättää sisäistä motivaatiota, kuten halun oppia uutta. Esimerkiksi laadukkaampi soitin, kaverin antamat nuotit tai uudet harjoittelumahdollisuudet voivat lisätä huomattavasti tilannekohtaista motivaatiota. Niin perhe, vertaisryhmä kuin kulttuurikin muokkaa soittamiseen liittyviä odotuksia ja asenteita. Motiiviluokituksen viides kategoria *välineelliset motiivit* tarkoittaa soittamista keinona saavuttaa jokin muu päämäärä. Motiivi

voi olla sisäinen, kuten henkilökohtainen tyytyväisyys onnistumisesta, mutta useammin se on ulkoinen, esimerkiksi tulevaisuuden opiskelupaikka tai vanhempien lupaama palkinto. Pelkääntään ulkoisiin palkkioihin perustuva motivaatio voi johtaa pinnalliseen oppimiseen ja jopa kielteiseen asenteeseen soittamista kohtaan. Välineellinen motiivi voi kuitenkin olla osa pitkäjänteistä oppimisprosessia (Kosonen, 1996, s. 64–65).

Muut soittajan persoonallisuuden ominaisuuksiin liittyvät motiivit Kosonen (1996) on jakanut kolmeen alakategoriaan. *Uteliaisuus* on lapsilla luonnollinen motiivi, kun taas nuoruusiässä kiinnostuksen kohteet vaihtelevat ja vähemmän merkitykselliseksi koetut toiminnot jäävät pois. Soittamisen aloittamiseen riittää uteliaisuus, mutta pitkäjänteinen oppiminen edellyttää pysyvää kiinnostusta ja onnistumisen kokemuksia. *Vakiintuneet tottumukset* voivat ylläpitää soittoharrastusta erityisesti musiikkiperheissä ja musiikkiperinteitä ylläpitävissä yhteisöissä. Ne voivat auttaa jatkamaan soittoharrastusta, mutta toisaalta ne voivat myös johtaa väärin odotuksiin tai kapinointiin. *Velvollisuudentunto* voi olla sisäistä tai ulkoista. Sisäinen velvollisuudentunne syntyy omista arvoista ja tuottaa onnistumisen tunteita tavoitteiden toteuduttua, kun taas epärealistiset odotukset voivat johtaa ahdistukseen. Ulkoinen velvollisuudentunne liittyy muiden asettamiin odotuksiin, kuten vanhempien miellyttämiseen, ja voi synnyttää syyllisyyttä ja epäonnistumisen pelkoa. *Väkinäisyyteen* liittyy pakkomotiivit, jotka voivat olla sekä negatiivisia että positiivisia. Negatiivinen pakkomotiivi on ulkoa asetettu vaatimus, esimerkiksi epämieluisa soittotehtävä tai väsymyksen tunne juuri ennen soittotuntia. Positiivinen pakkomotiivi on sisäinen tarve soittaa, jolloin soittaminen voi saada jopa terapeuttisen merkityksen (Kosonen, 1996, s. 66–68).

2.2 Oppimismotivaatioteorioita

Tällä hetkellä tutkimuskentältä löytyy useita keskeisiä oppimismotivaatioteorioita. Teorioissa nousee yleisesti esiin minäkuvan vaikutus, kiinnostus tiettyyn asiaan sekä muiden ihmisten merkitys motivaation kannalta. Yksi suosituimmista oppimismotivaatioteorioista on tällä hetkellä Ryanin ja Decin *itseääräämisteoria*, ja muita keskeisiä teorioita ovat muun muassa Ecclesin *odotusarvoteoria*, Dweckin *tavoiteorientaatioteoria* sekä Hidin ja Renningerin *kiinnostusteoria* (Salmela-Aro, 2018).

Itsemääräämisteorian (self-determination theory eli STD) lähtökohtana (Ryan & Deci, 2000; 2017, s. 4; Vasalampi, 2017) on oletus siitä, että ihmisellä on luonnollinen tarve olla motivoitunut, toimia aktiivisesti ja tavoitella itse valitsemiaan päämääriä. Teorialle keskeistä on

motivaation jakautuminen sisäiseen ja ulkoiseen motivaatioon (Ryan & Deci, 2000; Ryan & Deci, 2017, s. 4; Vasalampi, 2017). Toinen kuorolainen voi esimerkiksi harjoitella lauluosuuksiaan innostuneesti myös vapaa-ajalla, koska hän nauttii musiikista ja kehittymisestä, kun taas toinen voi harjoitella, koska haluaa saada muilta kehuja. Molemmat laulajista ovat motivoituneita oppimaan, mutta motiivit ovat hyvin erilaiset.

Ryanin ja Decin (2000; 2017) itsemääräämisteorian ytimessä on ajatus ihmisen kolmesta psykologisesta perustarpeesta, jotka ovat autonomia, pätevyys ja yhteenkuuluvuuden tunne. Autonomialla tarkoitetaan ihmisen tarvetta kokea oma toimintansa vapaaehtoiseksi ja omasta sisäisestä motivaatiosta syntyneeksi. Pätevyydellä tarkoitetaan ihmisen tarvetta kokea itsensä osavaksi ja pystyväksi sekä selviytyä annetuista haasteista. Yhteenkuuluvuudella viitataan ihmisen tarpeeseen kokea yhteyttä muihin ihmisiin ja tuntea itsensä hyväksytyksi. Näiden tarpeiden täyttyminen lisää itseohjautuvaa motivaatiota ja mielenterveyttä (Ryan & Deci, 2000; 2017, s. 10–11). Kuorotoiminnassa autonomian kokemusta voitaisiin tukea esimerkiksi niin, että laulajilla on mahdollisuus vaikuttaa ohjelmistoon, improvisoida äänenavauksen yhteydessä tai muokata äänenavausharjoituksia omiin tarpeisiinsa sopiviksi. Pätevyyden kokemusta voidaan vahvistaa rakentamalla äänenavaushetki niin, että laulajat saavat konkreettista palautetta onnistumisistaan ja yhteenkuuluvuuden tunnetta voidaan lisätä kiinnittämällä huomiota kuoron yhteishenkeen, tekemällä äänenavausharjoitteita ringissä tai esimerkiksi liikkumalla yhdessä toisia kohdaten. Minkä tahansa perustarpeen tyydyttymättömyydestä seuraa ärsytystä, motivoitumattomuutta ja hyvinvoinnin heikentymistä (Vasalampi, 2017; Ryan & Deci, 2000) ja Lintusen (2017) mukaan tutkimukset osoittavatkin, että käyttäytymisen muutokseen tähtäävät interventiot ovat tehokkaimpia, kun ne tukevat samanaikaisesti kaikkia kolmea perustarvetta. Monesti motivaatiota kehittäessä keskitytään autonomian tai pätevyuden kokemukseen, mutta itsemääräämisteorian luojat nostavat yhteenkuuluvuuden edistämisen jopa tärkeimmäksi tekijäksi hyvinvoinnin ja motivaation edistämiseksi (Lintunen, 2017).

Odotusarvoteoria (expectancy-value theory) on Jacquelynne Ecclesin ja hänen kollegoidensa kehittämä motivaatioteoria, joka liittyy vahvasti oppijan minäkäsitykseen (Eccles et al., 1983). Teorian ydin on Viljarannan (2017) mukaan kahdessa tekijässä: uskomuksissa omasta osaamisesta ja suoriutumisesta (odotukset) sekä tehtävän tai oppiaineen arvossa (arvostus). Yksilöt valitsevat tehtäviä, joissa he uskovat pärjäävänsä ja joita he arvostavat, mutta välttävät tehtäviä, joissa he epäilevät onnistuvansa tai joilla ei ole heille merkitystä (Viljaranta, 2017).

Odotukset jakautuvat Viljarannan (2017) mukaan kahteen ulottuvuuteen. Ensimmäinen koskee käsitystä omista kyvyistä tietyllä alueella (oppijaminäkuva) ja vastaa kysymykseen: "Kuinka taitava olen tässä?" Toinen liittyy onnistumisen tai epäonnistumisen ennakointiin ja vastaa kysymykseen: "Voinko onnistua tässä tehtävässä?" Tehtävän arvo puolestaan jakautuu kolmeen osatekijään: kiinnostusarvoon, hyötyarvoon sekä tärkeysarvoon. Kiinnostusarvo (*intrinsic value*) kertoo, kuinka paljon tehtävä itsessään miellyttää ja motivoi. Esimerkiksi kuorolaulaja voi nauttia uuteen teokseen tutustumisesta tai kokea yhteismusisoinnin erityisen palkitsevaksi. Hyötyarvo (*utility value*) liittyy tehtävän merkitykseen tulevaisuuden kannalta. Vaikka äänenmuodostusharjoitukset eivät itsessään innostaisi, laulaja voi ymmärtää niiden kehittävän äänenkäyttöä ja tukevan hänen musiikillista kasvuaan. Tärkeysarvo (*attainment value*) kuvastaa tehtävän merkitystä yksilön minäkuvalle. Esimerkiksi laulaja, joka pitää itseään muusikkona, voi arvostaa erityisesti esiintymisiin sitoutumista. Vaikka näitä arvoja tarkastellaan erikseen, ne ovat vahvasti yhteydessä toisiinsa (Viljaranta, 2017).

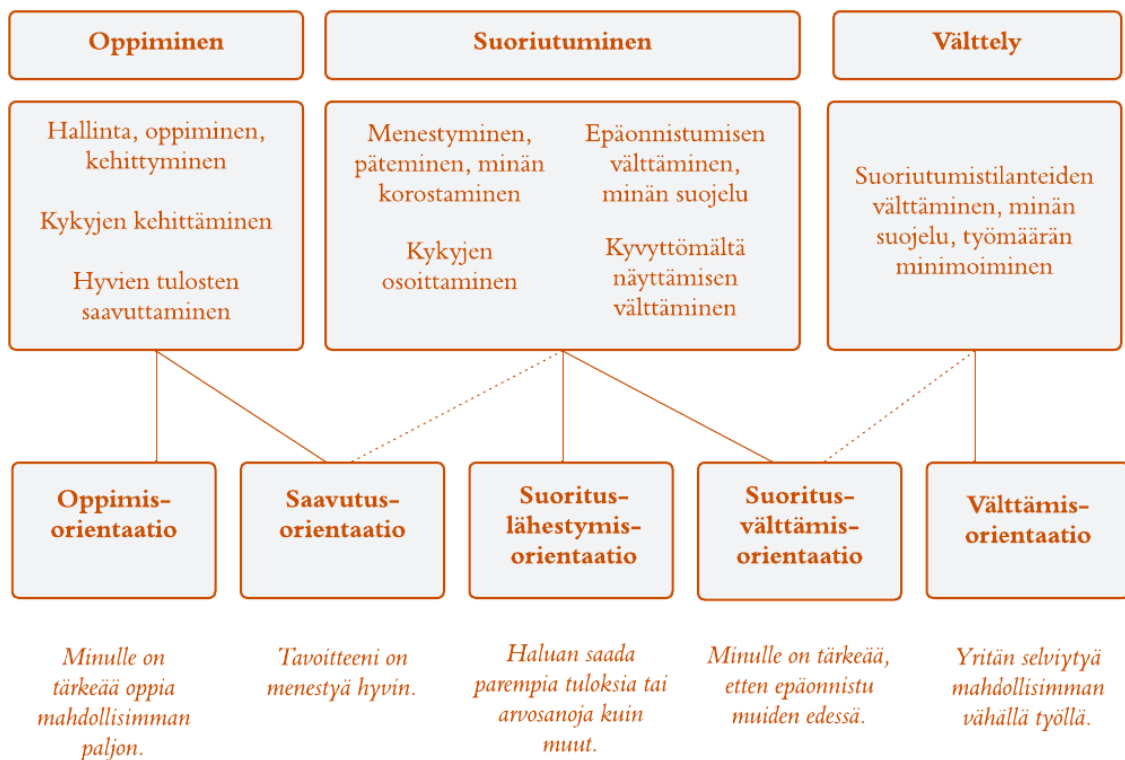
Odotusarvoteorian mukaan tehtävään sitoutumiseen vaikuttavat Viljarannan (2017) mukaan myös kustannukset, jotka jaetaan kolmeen osa-alueeseen. Emotionaaliset kustannukset (*emotional cost*) liittyvät tehtävän aiheuttamiin kielteisiin tunteisiin, kuten jännitykseen tai epävarmuuteen. Joitain laulajia laulukokeet, esiintymiset tai erilaiset heittäytymisharjoitukset voivat ahdistaa. Vaivannäkö (*effort cost*) tarkoittaa tehtävään käytettyä aikaa ja energiaa, kuten kuorolaisten intensiivistä harjoittelua vaativan ohjelmiston parissa, joka saattaa vaatia myös kotiharjoittelua. Mahdollisuuskustannukset (*opportunity cost*) viittaavat siihen, mitä muita asioita yksilö joutuu jättämään väliin tehtävään sitoutuessaan. Esimerkiksi kuoroharjoituksiin käytetty aika voi olla pois perheeltä, opiskelulta tai muiden harrastusten parissa vietetystä ajasta (Viljaranta, 2017).

Odotusarvoteoria auttaa ymmärtämään, miksi ihmiset valitsevat tietyt tehtävät ja sitoutuvat niihin eri tavoin. Odotukset ja arvot vaikuttavat yksilön päätöksiin, ja samalla kustannukset voivat rajoittaa sitoutumista. Näiden tekijöiden tasapaino ohjaa motivaatiota ja suoritusta eri tilanteissa.

Dweckin *tavoiteorientaatioteoria* (2000; 2006; 2016) perustuu oppijoiden erilaisille ajattelutavoille ja oppijan motivaatiota ohjaa joko tehtäväsuuntautuneisuus tai minäsuuntautuneisuus. Salmela-Aron (2018) mukaan minäsuuntautunut oppija haluaa näyttää olevansa muita parempi kyseisessä tehtävässä, kun taas tehtäväsuuntautunut oppija on kiinnostunut itse tehtävästä. Kuorolaulun yhteydessä tämä voisi tarkoittaa sitä, että minäsuuntautunut oppija voi haluta näyttää

olevansa muita parempi laulamaan, kun taas tehtäväsuuntautunut laulaja on kiinnostunut tehtävästä itsestään. Oppijoiden ajattelutavoissa on myös eroja – tehtäväsuuntautuneiden oppijoiden ajattelutapa motivoi heitä itseään, sillä he uskovat voivansa kehittyä ja oppia virheistään ja näin ollen oppia myös tehtävässä tarvittavat taidot. Tällaisessa kasvun ajattelutavassa uskotaan elinikäiseen oppimiseen, jota voidaan tukea arvostamalla ahkeruutta ja näkemällä vaikeudet tarpeellisina oppimiskokemuksina. Minäsuuntautuneiden ajattelutapa sen sijaan heikentää oppijoiden itsensä motivaatiota, sillä he uskovat, että tehtävässä tarvittavia taitoja joko on tai ei ole. He uskovat, että heidän kykyjään ei voi kehittää (Salmela-Aro, 2018). Kappaleessa 2.3 olen avannut lisää Dweckin ajatuksia siitä, miten oppijan minäkäsitys vaikuttaa hänen oppimiseensa.

Erilaisia tavoiteorientaatioluokitteluja on muotoiltu vuosien varrella useiden tutkijoiden toimesta (Dweck, 1986; Elliot & Harackiewicz, 1996; Nicholls, 1984). Ne eroavat toisistaan pääosin tavoitteiden lukumäärän ja perusteluiden osalta. Seuraavana esitetty Tuomisen, Pulkan, Tapolan ja Niemivirran (2017) malli yhdistää aiempia luokitteluja ja keskittyy viiteen tavoiteorientaatioon, jotka vastaavat oppimiseen ja suoritukseen liittyviin tavoitteisiin.



Kuva 2: Tavoiteorientaatioluokitus (Tuominen, Pulka, Tapola & Niemivirta, 2017).

Tavoiteorientaatiolla tarkoitetaan Tuomisen, Pulkan, Tapolan ja Niemivirran (2017) mukaan oppimiseen ja suoriutumiseen liittyviä suuntautumistapoja, jotka heijastavat sitä, millä tavoin oppija suhtautuu opiskeluun ja asettaa tavoitteitaan. Suuntautumistavat eivät ole toisensa pois-sulkevia, vaan voivat painottua eri tilanteissa eri tavoin. Oppimisorientaatiossa keskeistä on halu oppia uutta, ymmärtää ja kehittyä omalla tasollaan. Kuorossa oppimisorientoitunut laulaja saattaa innostua uuden teoksen harjoittelusta, koska se tarjoaa hänelle mahdollisuuden syventää ymmärrystään musiikista, ja hän saattaa olla erityisen keskittynyt äänenavausharjoituksiin tavoitteenaan kehittää omaa äänenkäyttöään. Saavutusorientaatio korostaa hyviä tuloksia, kuten korkeita arvosanoja, ja pyrkimystä menestyä absoluuttisesti. Kuorossa tämä voi ilmetä esimerkiksi laulajan voimakkaana haluna saada solistitehtäviä tai pyrkimyksenä tehdä vaikutus kuoronjohtajaan osaamistaan esittelemällä. Suoritus-lähestymisorientaatiossa tavoitteena on pärjätä muita paremmin ja vaikuttaa kyvykkäältä, mikä kuorossa voi näkyä esimerkiksi laulajan hakeutumisena eturiviin, näyttävänä äänenkäyttönä, ja erilaisina koristeluina tilanteen niin sal-liessa. Laulaja voi pyrkiä laulamaan muita voimakkaammin ja erottuvammin tullakseen huoma-tuksi osaavampana. Suoritus-välttämisorientaatiossa pyritään välttämään epäonnistumista ja sen näkyväksi tulemistä. Laulaja saattaa pelätä laulavansa väärin ja pyrkii olemaan mahdolli-simman huomaamaton, esimerkiksi laulamalla hiljaa ja piiloutumalla ryhmän taakse. Välttä-misorientaatio kuvastaa puolestaan pyrkimystä minimoida opiskeluun käytettävä vaivannäkö ja selvitä mahdollisimman vähällä. Kuorossa tämä voi näkyä esimerkiksi haluttomuutena osal-listua tai keskittyä äänenavausharjoituksiin ja tehdä harjoitteet mekaanisesti ilman todellista panostusta. Laulaja harjoittelee uutta ohjelmistoa vain juuri sen verran, että esiintyminen on-nistuu (Tuominen, Pulkka, Tapola, Niemivirta, 2017).

Salmela-Aro ja Upadyaya (2009; 2014) ovat tutkineet vaatimusten ja voimavarojen merkitystä oppimiselle ja hyvinvoinnille. Heidän mukaansa tehtävän asettamien vaatimusten ja oppijan henkilökohtaisten voimavarojen tulee olla tasapainossa motivoitakseen oppijaa. Mikäli vaati-mukset ylittävät voimavarat, aiheuttaa se oppimisen vaikeutumista ja haasteita hyvinvoinnille (Salmela-Aro, 2009; Salmela-Aro & Upadyaya, 2014). Kuorotoiminnassa tämä voisi ilmetä esimerkiksi tilanteena, jossa äänenavausharjoitteet ovat teknisesti liian haastavia suhteessa lau-lajien osaamistasoon tai vaativat liikaa heittäytymistä laulajien vireystasoon tai turvallisuuden tunteeseen nähden. Toisaalta sopivan haastavat ja selkeästi ohjatut harjoitteet voivat tukea op-pimista ja edistää hyvinvointia.

Hidin ja Renningerin (2006) mukaan henkilön kiinnostuksen tason on toistuvasti osoitettu ole-van voimakas vaikutin oppimiselle niin nuorilla kuin vanhoilla sekä formaaleissa että ei-

formaaleissa ympäristöissä. Erityisesti sen on huomattu vaikuttavan tarkkaavaisuuteen, tavoitteisiin ja oppimisen tasoon. Oppijan kiinnostus jaetaan yleisesti kahteen osaan: tilannekohtaiseen kiinnostukseen ja henkilökohtaiseen kiinnostukseen. Hidi ja Renningerin *kiinnostusteoria* on nelivaiheinen malli, joka selittää, miten oppijan mielenkiinto syntyy ja kehittyy. Vaiheet etenevät tyypillisesti järjestyksessä ja kehittyvät, jos kiinnostusta tuetaan ja vahvistetaan joko ulkoisesti tai henkilön oman sisäisen motivaation kautta (Hidi & Renninger, 2006).

1. Herätetty tilannekohtainen kiinnostus – lyhytaikainen, ulkoisten tekijöiden laukaisema kiinnostus.
2. Ylläpidetty tilannekohtainen kiinnostus – jos kiinnostus saa tukea, se voi jatkua pidempään ja muuttua kestävämmäksi.
3. Kehittyvä yksilöllinen kiinnostus – henkilö alkaa tuntea kiinnostusta sisältöä kohtaan itsenäisemmin ja syvällisemmin.
4. Hyvin kehittynyt yksilöllinen kiinnostus – vakiintunut kiinnostus, joka ohjaa oppijan omaehtoista syventymistä aiheeseen. (Hidi & Renninger, 2006).

Juutin ja Lavosen (2018) mukaan kiinnostusteorian *herätetyssä tilannekohtaisessa* kiinnostuksessa mielenkiinto herää aluksi ulkoisista tekijöistä, kuten opettajan kannustuksesta ja tehtävien kiinnostavuudesta tai yllättävistä ja ristiriitaisista tiedoista. Herätetty tilannekohtainen kiinnostus voi olla alkusysäys sille, että henkilö sitoutuu samaan sisältöön myöhemminkin. Äänenvauksen yhteydessä tämänkaltainen hetki voisi syntyä esimerkiksi uuden ja erikoisen saundin kokeilemisesta, joka herättää uteliaisuutta ja aktivoi laulajia. *Ylläpidetyssä tilannekohtaisessa* kiinnostuksessa kiinnostus säilyy ja vahvistuu, jos tehtävät ovat merkityksellisiä ja henkilökohtaisesti osallistavia. Kiinnostus on edelleen suurimmilta osin ulkoisesti tuettua. Erilaiset opetusmenetelmät, yhteistyöryhmät ja henkilökohtainen ohjaus voivat auttaa kiinnostuksen ylläpitämisessä. Kuorossa tämä voisi näkyä niin, että laulajille selviää, että aiemmin kokeiltua erikoista saundia tarvitaan harjoiteltavassa ohjelmistossa. Tämä lisää harjoitteen merkityksellisyyden kokemusta ja saa laulajat osallistumaan siihen aktiivisemmin. Mikäli laulajat saavat mahdollisuuden vaikuttaa harjoitusten sisältöön tai harjoituksissa huomioidaan heidän tarpeensa ja toiveensa, kiinnostus aihetta kohtaan voi syventyä (Juuti & Lavonen, 2018).

Kehittyvä yksilöllinen kiinnostus on Juutin ja Lavosen (2018) mukaan alkuvaihe pitkäaikaiselle taipumukselle sitoutua toistuvasti tiettyyn sisältöön. Henkilö alkaa itse tuottaa kysymyksiä ja haasteita liittyen kiinnostuksen kohteeseensa. Kiinnostus on tyypillisesti itseohjautuvaa, mutta henkilö tarvitsee edelleen tukea esimerkiksi roolimallien tai asiantuntijoiden muodossa.

Oppimisympäristö voi edistää yksilöllisen kiinnostuksen syntyä tarjoamalla haasteita ja mahdollisuuksia syvälliseen oppimiseen. Kuorotoiminnassa tämä voisi näkyä niin, että laulaja alkaa tutkia äänenkäyttöön liittyviä tekniikoita omatoimisesti ja kokeilla siihen liittyviä erilaisia metodeja myös kotona. *Hyvin kehittynyt yksilöllinen kiinnostus* tarkoittaa pitkäaikaista taipumusta sitoutua toistuvasti tiettyyn sisältöön. Henkilö arvostaa mahdollisuuksia työskennellä kiinnostuksen kohteensa parissa ja valitsee sen aina kun mahdollista. Kiinnostus on tyypillisesti itseohjautuvaa, mutta voi silti hyötyä ulkoisesta tuesta, kuten asiantuntijoiden ohjauksesta. Kiinnostus auttaa henkilöä jatkamaan työskentelyä aiheen parissa silloinkin, kun se on haastavaa tai turhauttavaa. Oppimisympäristöt voivat syventää kiinnostusta tarjoamalla mahdollisuuksia vuorovaikutukseen ja haastaviin tehtäviin, jotka tukevat tietämyksen rakentamista. Kuorossa laulava laulaja voi hyvin kehittyneessä kiinnostuksessa esimerkiksi hakeutua aktiivisesti erilaisiin koulutuksiin, lukea äänenkäyttöön liittyvää kirjallisuutta ja keskustella kuoronjohtajan kanssa erilaisista äänenkäytön ulottuvuuksista (Juuti & Lavonen, 2018).

Juutin ja Lavosen (2018) mukaan opettajalla on suuri merkitys oppijan mielenkiinnon kehittymiselle ja mielenkiinnolla on vastaavasti merkittävä rooli itse oppimiselle. Mielenkiinto ei ole pelkkä tunne, vaan se on osa laajempaa oppimisprosessia (Juuti & Lavonen, 2018).

Schneiderin ja kumppaneiden (2016) *optimaalisen oppimisteorian* mukaan optimaaliseen oppimistuokioon päästään, kun oppijan taitotasoa ja kiinnostusta herätellään sopivilla haasteilla. Tämä ajatus pohjaa Csikszentmihalyin *flow*-tutkimukseen.

Csikszentmihalyi (1991) on tutkinut virtauskokemusta, jossa aika ja paikka katoavat ja menettävät jokapäiväisen merkityksensä. Tätä onnistumisen ja tyytyväisyyden kokemusta hän nimitää *flow*-tilaksi. Tähän tilaan on mahdollista päästä, kun sopivan haasteellisiin tavoitteisiin pyritään tietoisesti ja niitä saavutetaan. Hänen teoriansa mukaan *flow*n syntyminen on kahdeksanportainen ilmiö:

1. Flow syntyy, kun tavoite on realistinen ja saavutettavissa.
2. Tehtävään keskittyminen on mahdollista.
3. Selkeät tavoitteet tukevat keskittymistä.
4. Palaute on välitöntä ja auttaa etenemään.
5. Toiminta tavoitteeseen pyrittäessä on sitoutunutta, mutta rentoa. Tietoisuus arkipäivän realiteeteista häviää.
6. Nautinnollinen kokemus vahvistaa tunnetta oman toiminnan hallinnasta.

7. Itsetietoisuus vähenee hetkellisesti, mutta flow-kokemus voi myöhemmin vahvistaa minäkuvaa.
8. Ajantaju muuttuu: tunnit kiitävät ohi kuin minuutit tai minuutti voi tuntua kestävän tunteja. (Csikszentmihalyi, 1991, s. 49).

Schneiderin ja kumppaneiden (2016) mukaan hetket, joissa oppilas on täysin uppoutunut tehtävään ja oppijan mielenkiinto ja taidot yhdistyvät juuri sopivaan haasteeseen, motivoivat oppijaa ja edistävät oppimista. Tällöin myös syntyvät parhaat oppimistulokset. Liian korkea stressi tai ahdistus voivat estää oppimista, mutta kohtuullinen stressi voi myös toimia katalyyttinä oppimiselle (Schneider et al., 2016). Kuoroharjoituksissa tämä voisi tarkoittaa esimerkiksi sitä, että uusi, hieman haastava äänenavaus herättää keskittymistä ja nostaa vireystilaa ilman, että se aiheuttaa epäonnistumisen pelkoa.

Kuoroharjoitusten ja äänenavauksen aikana on mahdollista tukea flown syntymiseen liittyviä tekijöitä. Realistinen ja saavutettavissa oleva tavoite voisi olla esimerkiksi puhtaan vireen löytäminen tai äänen saaminen soimaan vapaasti. Selkeä ohjaus ja harjoitteen ymmärrettävä tavoite, jota kohti kaikki työskentelevät, tukee keskittymistä. Välitön palaute voi tulla harjoituksissa monessa eri muodossa, kuten kuoronjohtajan antaessa palautetta, mutta myös laulajan kuullessa itse äänessään muutoksen tehdessään pyydyttyä asiat oikein. Äänenavauksen tuntuessa fyysisesti miellyttävältä ja kehoa kokonaisvaltaisesti aktivoivalta, voi flow-tila voimistua ja vahvistaa kokemusta oman instrumentin hallinnasta. Äänen sulautuessa täydellisesti yhteen muiden laulajien kanssa, saattaa laulaja hetkeksi kokea olevansa yhtä muiden kanssa ja kokea syvästi tyydyttävän läsnäolon tunteen. Tällaiset kokemukset voivat vahvistaa laulajan pitkäaikaista motivaatiota osallistua kuorotoimintaan.

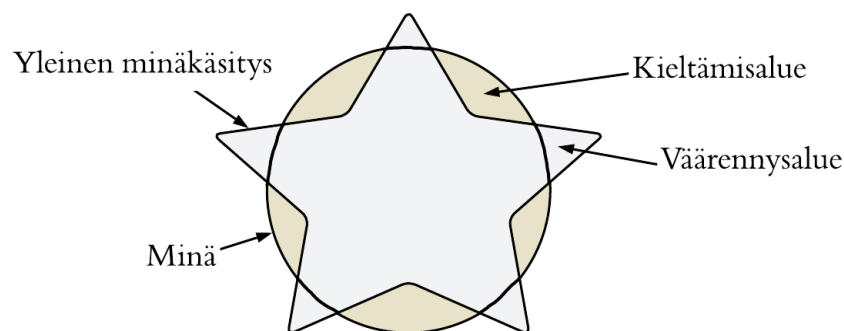
2.3 Minäkäsitykset ja ajattelutavat motivaation näkökulmasta

Minäkäsitykset vaikuttavat yksilön oppimiseen, joten määrittelen tässä alaluvussa ensin minäkäsityksen ja musiikillisen minäkäsityksen Tulamon (1993) mukaan ja lopuksi vokaalisen minäkäsityksen Lindebergin (2005) mukaan. Lopuksi avaatan Dweckin (2016) ajatuksia henkilön uskomuksesta itsestä.

Tulamon (1993) mukaan minään liittyy useita käsitteitä ja ne ovat usein epämääräisiä ja päällekkäisiä. Minällä (*self, ego*) tarkoitetaan kokonaisuutta, joka muodostuu yksilön kulloisessakin elämänvaiheessa olevista ominaisuuksista ja mahdollisuuksista. Sitä pidetään

persoonallisuuden ytimenä ja keskeisenä elementtinä ja se kehittyy vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa. Minä jaetaan neljään eri osa-alueeseen, jotka ovat fyysinen, emotionaalinen, sosiaalinen sekä suoriutumisminä. Ensimmäinen näistä tarkoittaa yksilön käsitystä fyysistä ominaisuuksistaan ja mahdollisuuksistaan erilaisissa tilanteissa, toinen yksilön käsitystä omista tunteistaan ja temperamentistaan erilaisissa tilanteissa. Sosiaalisella osa-alueella tarkoitetaan yksilön käsitystä suhteistaan muihin ihmisiin sosiaalisissa vuorovaikutustilanteissa ja suoriutumisminällä tarkoitetaan yksilön käsitystä kyvyistään ja pätevyydestään eri alueilla. Minä sisältää sekä tiedostettuja että tiedostamattomia aineksia ja näin ollen se pitää sisällään myös sen, mikä olisi hänelle mahdollista, mikäli hänen minäkäsityksensä ei rajoittaisi hänen mahdollisuuksiaan (Tulamo, 1993, s. 13–17).

Minäkäsityksellä (*self-concept*) Tulamo (1993) tarkoittaa yksilön *tietoista*, subjektiivista, kokemustensa pohjalta muodostamaa käsitystä itsestään, ominaisuuksistaan, toiminnastaan sekä mahdollisuuksistaan jollain alueella, esimerkiksi matematiikan tai musiikin saralla. Yleinen minäkäsitys koostuu useista minäkäsityksistä ja sillä tarkoitetaan yksilön tietoista kokonaisnäkemyä itsestään, ominaisuuksistaan ja mahdollisuuksistaan. Se toimii viitekehysnä, kun yksilö tulkitsee uusia kokemuksia. Ympäristö vahvistaa minäkäsitystä joko myönteiseen tai kielteiseen suuntaan. Yleinen minäkäsitys sisältää minän tiedostetun alueen, mutta myös alueita, jotka menevät minän ulkopuolelle. Nämä ovat hetkellisiä tai pysyviä väärentymiä omista taidoista. Vastaavasti minäkäsityksen ulkopuolelle jää ominaisuuksia, joita yksilö torjuu tai jotka ovat hänelle tuntemattomia (Tulamo, 1993, s. 13–17).



Kuva 3: Minän ja yleisen minäkäsityksen suhde (Tulamo, 1993).

Musiikillisella minäkäsityksellä (*self-concept in music*) Tulamo (1993) tarkoittaa yksilön tietoista ja subjektiivista käsitystä musiikillisista ominaisuuksistaan, toiminnastaan sekä mahdollisuuksistaan. Se rakentuu henkilökohtaisten kokemusten kautta erilaisissa musiikkiin liittyvissä tilanteissa ja vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Musiikillinen minäkäsitys jakaantuu edelleen tarkempiin spesifeihin musiikillisiin minäkäsityksiin. Ja aivan kuten yleinen

minäkäsitys ja minä, myös musiikillinen minäkäsitys on osa suurempaa kokonaisuutta, musiikkiminää (*musical self*). Sillä tarkoitetaan yksilön kulloisessakin elämänvaiheessa olevia musiikillisia ominaisuuksia ja mahdollisuuksia. Musiikkiminä sisältää yksilön tiedostamattomia musiikillisia ominaisuuksia ja musiikillinen minäkäsitys virhetulkintoja omista taidoista. Tulamon mukaan ”musiikkiminä ja yleinen musiikillinen minäkäsitys – samoin kuin minä ja yleinen minäkäsitys – peittävät ainakin osittain toisensa, mutta eivät ole käsitteellisesti eivätkä teoreettisesti toistensa synonyymejä” (Tulamo, 1993, s. 52–55).

Tulamon (1993) mukaan musiikkiminä ja musiikillinen minäkäsitys rakentuvat neljästä osa-alueesta: fyysisestä, emotionaalista, sosiaalisesta ja suoriutumiskäsityksestä. Musiikillinen suoriutumiskäsitys heijastaa yksilön näkemystä omista taidoistaan, pätevydestään ja suoriutumisestaan eri musiikin osa-alueilla sekä hänen kykyään oppia ja omaksua uusia asioita. Sosiaalinen musiikillinen minäkäsitys kuvaa yksilön käsitystä omasta asemastaan ja suhteistaan muihin musiikkiin liittyvissä tilanteissa, kuten yhteistyö- ja auttamishalukkuutta sekä koettua arvostusta ja suosiota. Emotionaalinen musiikillinen minäkäsitys kuvastaa tunteita ja temperamenttia musiikillisissa tilanteissa, esimerkiksi itseluottamusta tai mahdollista esiintymisjännitystä. Fyysis-motorinen musiikillinen minäkäsitys puolestaan kuvaa yksilön käsitystä omasta kehostaan ja motorisista taidoistaan musiikin parissa, kuten lauluäänen laadusta tai soittoon tarvittavista fyysisistä ominaisuuksista. Lisäksi käsitys siitä, miten muut arvioivat hänen taitojaan, voi vaikuttaa yksilön omaan kokemukseen onnistumisen mahdollisuuksista (Tulamo, 1993, 65–67).

Tulamon (1993) mukaan musiikkitilanteissa voi karttua sekä myönteisiä että kielteisiä kokemuksia. Nämä kokemukset tallentuvat musiikillisen minäkäsityksen sisäisiksi malleiksi ja vaikuttavat yksilöön ohjaten hänen havaintojaan sekä tulkintojaan itsestään tiedostamattomalla tasolla. Näin ollen aiemmat kokemukset vaikuttavat siihen, millaisina yksilö kokee uudet tilanteet ja miten hän niissä toimii. Yleinen minäkäsitys ja sen osa-alueet, kuten musiikillinen minäkäsitys, voivat siis olla sekä myönteisiä että kielteisiä. Myönteisen musiikillisen minäkäsityksen omaavalla on vahva itseluottamus ja uskoa omaan kykyihinkin, kun taas kielteisen musiikillisen minäkäsityksen omaava kokee itsensä kelpaamattomana. Tämä voi heikentää motivaatiota ja oppimista ja vaikuttaa merkittävästi yksilön musiikilliseen toimintaan (Tulamo, 1993, s. 53, 74–77).

Tulamon (1993) mukaan sekä yleinen minäkäsitys että musiikillinen minäkäsitys jaetaan edelleen kolmeen pääulottuvuuteen. *Tiedostettu musiikillinen minäkäsitys* vastaa kysymykseen,

millainen yksilö kokee olevansa. *Musiikillinen ihanneminäkäsitys* vastaa kysymykseen millainen yksilö haluaisi olla. *Musiikillinen toveriminäkäsitys* vastaa kysymykseen millaisena yksilö uskoo muiden hänet näkevän (Tulamo, 1993, s. 57, 62).

Anna-Mari Lindebergin (2005) mukaan musiikissa laulamisaalla on aivan erityinen ulottuvuus, sillä laulaessa ihmisen vartalo on sekä soittaja että instrumentti. Laulaminen on psykofyysinen tapahtuma, jossa laulaminen on sekä fyysinen tapahtuma käytettäessä lihaksiamme ja tuntemalla äänen värähtelyn kehossamme, mutta samaan aikaan siinä ovat läsnä myös ihmisen kaikki psykologiset ulottuvuudet. Laulaminen on yhtä aikaa erittäin yksilöllistä, mutta myös yhteisöllistä ja jaettua (Lindberg, 2005, s. 30).

Lindeberg (2005) onkin tutkinut väitöskirjassaan vokaalista minäkuva. *Vokaalinen minäkuva* on yksi minän aspekteista ja osa musiikillista minäkuva. Vokaalinen minäkuva syntyy laulamisen kokemuksista ja sen jälkeen tapahtuvasta arvioinnista omasta laulamisesta vastaten kysymykseen: ”Millainen laulaja olen?” Laulamisen kokemukset ovat aina yksilöllisiä, eikä vokaalinen minäkuva ole itsenäinen, pysyvä ilmiö. Se muodostuu vasta, kun ihminen tarkastelee laulamistaan tietoisesti ja reflektoi sitä itselleen. Näin vokaalinen minäkuva syntyy osana suhdetta omaan itseän ja laulamiseen, jolloin laulaminen muuttuu pohdinnan kohteeksi ja hahmotuu osaksi yksilön käsitystä itsestään (Lindeberg, 2005, s. 24, 48).

Maailma on kaikille sama, mutta jokaisen kokemus maailmasta on erilainen. Jokainen ihminen on uniikki siinä, miten hän kokee ja tulkitsee maailmaa (Chi-yue, Hong & Dweck, 1997; Lindeberg, 2005, s. 25). Jokaisella on käsitys siitä, millainen hän on ja nämä ihmisen itsestään tekemät havainnot vahvistuvat toisia arvioimalla ja vertailemalla itseään toisiin (Greenberg, 1970).

Ihmisen käsitykset itsestään ja omista kyvyistään vaikuttavat hänen oppimiseensa. Amerikan-kanadalainen psykologi Albert Bandura (1977) määritteli yksilön minäpystyvyyden (*self-efficacy theory*) uskona tai luottamuksena siihen, että hän onnistuu toimimaan tai käyttäytymään tietyllä tavalla ja selviytymään eteensä tulevista haasteista. Hänen mukaansa minäpystyvyydellä on syvällinen vaikutus yksilön motivaatioon. Se vaikuttaa siihen mitä hän päättää tehdä ja miten hän onnistuu ylläpitämään tiettyä käyttäytymistä. Banduran mukaan yksilön minäpystyvyyttä voidaan tukea ja vahvistaa eri tavoin, kuten esimerkiksi tarjoamalla onnistumisen kokemuksia, vertaiskokemuksia, sosiaalista tukea sekä positiivista palautetta. Lisäksi yksilön omat fysiologiset ja emotionaaliset tilat, kuten jännitys, stressi tai rauhallisuus, vaikuttavat siihen, miten kykeneväksi hän itsensä kokee. Erityisesti aikaisemmilla kokemuksilla on

vaikutusta minäpystyvyyteen. Onnistumisen kokemukset vahvistavat minäpystyvyyttä, kun taas epäonnistumiset heikentävät sitä. Hänen mukaansa myös sosiaalinen vertailu voi tukea yksilön minäpystyvyyttä: ”Jos hän pystyy, miksen minäkin pystyisi?” (Bandura, 1997).

Tirrin, Kuusiston ja Laineen (2018) mukaan se, miten ihmiset selittävät itselleen onnistumisen tai epäonnistumisen kokemuksia, voi olla ratkaiseva tekijä siihen, miten he tulevat reagoimaan samankaltaiseen tehtävään tulevaisuudessa. Dweckin (2016) mukaan ihmisten uskomukset itsestä ja heidän ajattelutapansa omasta älykkyydestään voidaan jakaa kahteen erilaiseen näkemykseen: kiinteään tai muuttumattomaan ajattelutapaan (*fixed mindset*) ja kehitykseen keskittyvään ajattelutapaan (*growth mindset*). Muuttumaton ajattelutapa perustuu uskomuksiin siitä, että henkilön ominaisuudet ja älykkyys ovat syntymässä annetut, eikä niitä voi muuttaa tai kehittää. Tällöin epäonnistuminen paljastaisi henkilön kyvyttömyyden, sillä lahjakkaan tai älykkään ihmisen ajatellaan oppivan nopeasti ja osaavan ilman harjoittelua. Muuttumatonta ajattelutapaa edustavan tavoite on näyttää hyvältä, jolloin ajattelutapa johtaa lamaantumiseen ja avuttomuuteen haasteiden edessä (Dweck, 2016, s. 25–33). Lisäksi älykkäältä näyttäminen todellisen oppimisen sijaan tekee henkilöistä erityisen herkkiä negatiiviselle palautteelle (Tirri & Kujala, 2016). Dweckin mukaan (2016) kehitykseen keskittyvä ajattelutapa taas perustuu uskomuksiin, jossa jokainen voi muuttua, oppia ja kasvaa kokemuksen sekä omien ponnistelujensa kautta. Tällaisessa ajattelutavassa menestys ja ihmisen ominaisuudet ovat harjoittelun tulosta. Virheet ja epäonnistumiset nähdään kiinteänä ja tarpeellisena osana kehitystä ja oppimista, sillä tavoitteena on oppia oikeasti ymmärtämään ja hallitsemaan asioita. Virheet nähdään välttämättömänä osana oppimista (Dweck, 2016, s. 25–33). Aina yllä mainitut ajattelutavat eivät ilmene johdonmukaisesti, vaan yksilön toiminta voi olla myös ajattelutapojen yhdistelmä (*mixed mindset*) (Tirri, Kuusisto & Laine, 2018).

Ihmiset, jotka ajattelevat epäonnistumisensa johtuvan kykyjen tai taitojen puutteesta, voivat jäädä tuntemaan olonsa toivottomaksi ja haavoittuvaiseksi kun taas ihmiset, jotka ajattelevat, että heidän epäonnistumisensa tehtävässä johtuu ponnistelujen puutteesta, voivat valita tekevänsä enemmän töitä tulevaisuudessa (Tirri, Kuusisto & Laine, 2018).

Dweckin mukaan (2000, s. 37) ajattelutavat ovat melko pysyviä, mutta niihin voidaan vaikuttaa ja niitä voidaan myös muuttaa. Muellerin ja Dweckin (1998) tekemässä tutkimuksessa havaittiin, että prosessipalautteen antaminen on vahvin keino tukea kasvun ajattelutapaa. Riippumatta siitä, onko kyseessä kehuminen vai kritiikin antaminen, palautteen tulisi kohdistua henkilön toimintaan, ponnisteluun ja strategioiden valintaan. Yrittämisestä kehuttu oppija uskoo

kykyjensä olevan kehitettävissä. Muuttumatonta ajattelutapaa vahvistaa taasen henkilöön itseensä kohdistuva palaute. Kun oppijaa kehuaan älykkäänä, hänen huomionsa suuntautuu enemmän suoritukseen oppimisen sijasta, ja epäonnistumisia kohdatessaan hänestä tulee vähemmän sinnikäs ja hän nauttii annetuista tehtävistä vähemmän. Tällaisen palautteen antamista tulisi välttää (Mueller & Dweck, 1998).

Määttä (2018) hahmottelee yksilön ajattelu- ja toimintatavat prosessiksi. Prosessin alussa henkilö miettii, miten hän pystyy vastaamaan eteensä tulleeseen haasteeseen. Tähän vaikuttaa sekä hänen minäkuvansa oppijana, että hänen itsetuntonsa ja käsityksensä omasta pystyvyydestä verrattuna muihin samankaltaisessa tilanteessa oleviin. Tämä luo pohjan sille, miten henkilö ajattelee suoriutuvansa haasteesta. Näistä ajatuksista nousevat odotukset, tunnetilat ja suunnitelmat vaikuttavat siihen, millä tavalla henkilö lopulta ryhtyy selvittämään haastetta (Määttä, 2018, s. 49–50). Henkilö, joka ajattelee selviytyvänsä haasteesta, asettaa yleisesti ratkaisukeskeisiä tavoitteita, suunnittelee, miten pääsisi tavoitteeseensa ja yrittää sitten parhaansa mukaan toteuttaa sen (Norem, 1989). Epäonnistumista pelkäävä henkilö välttelee usein haasteen kohtaamista (Diener & Dweck, 1978) tai toimii tavalla, jota voi syyttää oletettavasti epäonnistumisesta (Jones & Berglas, 1978). Määttän (2018) mukaan prosessin loppuksi henkilö miettii, mistä tehtävässä onnistuminen tai epäonnistuminen johtui. Useimmiten ihmiset selittävät näitä syitä joko tilanteeseen liittyvillä tekijöillä, omilla kyvyillään tai omalla yrityksellään. Onnistumisen selitetään monesti johtuvan itsestä ja epäonnistumisen joistain muista tekijöistä, näin henkilö toteuttaa itseä tukevaa ajattelutapaa (Määttä, 2018, s. 49–50).

Minäkäsitykset vaikuttavat keskeisesti siihen, miten kuorolainen kokee itsensä laulajana, miten hän suhtautuu harjoitteluun ja millainen hänen motivaationsa on osallistua äänenavaukseen ja kuorotoimintaan. Kun laulaja kokee olevansa arvokas osa yhteisöä ja hyväksytty omana itsenään sekä kykenevä oppimaan ja kehittymään, myös hänen sisäinen motivaationsa vahvistuu. Toisaalta negatiiviset kokemukset voivat aiheuttaa kielteistä musiikillista ja vokaalista minäkuvaa, joka vaikuttaa laulajan osallistumishalukkuuteen saaden hänet tulkitsemaan kohdatut tilanteet uhkaavampina. Tämä voi näyttäytyä esimerkiksi estäen laulajaa heittäytymästä improvisaatioharjoituksiin, etenkin jos äänenavauksessa korostuu suorituspaine tai epäonnistumisen pelko. Motivoiva äänenavaus tukee laulajien kehitykselle suotuisaa ajattelutapaa, jossa virheet nähdään osana oppimista ja jossa yksilö saa rakentavaa palautetta ponnisteluistaan.

3 Vuorovaikutus ryhmässä

Vuorovaikutus on oleellinen osa kuoroissa käytävää kanssakäymistä. Alaluvussa 3.1 kerron ryhmän muodostumisesta ja alaluvussa 3.2 siitä, miten motivaatio ilmenee ryhmässä sekä millainen ilmiö ryhmäflow on. Alaluvussa 3.3 käsittelen niin johtajan roolia kuin ryhmän jäsenten rooleja ja viimeisessä alaluvussa 3.4 käsittelen, miten kuoronjohtajan tulisi viestiä ja antaa palautetta kuorolaisilleen.

Sutelan (2022) mukaan ihmisen kokiessa tulevansa nähdyksi, kuulluksi ja arvostetuksi yhteisössä, hän haluaa sitoutua yhteiseen toimintaan. Mikäli hän kokee olevansa näkymätön, suuntautuu hänen huomionsa helposti muualle. Kohtaaminen voi olla pientä, kuten lyhyt hetki vastaan tullessa, tai syvällisempää keskustelua ajan kanssa. Pedagogisessa kohtaamisessa opettajalla on aina valta-asema oppilaaseen nähden, instituutiosta riippumatta. Opettaja on vastuussa oppimisympäristön turvallisuudesta, sen ilmapiiristä, sekä oppilaiden että oman hyvinvointinsa tukemisesta. Hänen tulisi kyetä luomaan ympäristö, jossa jokainen tuntee olonsa tervetulleeksi ja turvalliseksi, ja jossa jokaisen on aidosti mahdollista osallistua toimintaan. Kun opettaja huomioi oppilaiden näkyväksi tulemisen tarvetta, hän luo oppimistilanteeseen levollisuuden ja kiireettömyyden ilmapiiriä, joka auttaa kaikkia suuntaamaan aistinsa ja ajattelunsa kohti yhteistä tekemistä. Opettajan aito välittäminen ja halu kohdata oppilaansa mahdollistaa heidän näkemisensä ainutlaatuisina yksilöinä, ei vain ryhmänsä edustajina (Sutela, 2022, s. 15–22).

Longan (2015) mukaan ihminen on sosiaalinen ja oppii vuorovaikutuksessa muiden kanssa, josta opitut asiat alkavat vähitellen sisäistyä oman mielen toiminnaksi. Oppimista tukee yhteisöllisyys, jossa oppijat täydentävät toistensa tietämystä (Lonka, 2015, s. 72–75). Sutelan (2022) mukaan välillä toista ihmistä voi olla kuitenkin vaikea ymmärtää ja yhteiskunnan monimuotoistuksessa ihmisten tiedot, taidot ja taustat voivat olla hyvin erilaisia. Asioita, jotka toiselle ovat itsestäänselvyyksiä, voivat toiselle olla asioita, joista hän ei ole koskaan kuullutkaan (Sutela, 2022, s. 24–26).

Jäsenten keskinäistä kunnioitusta onkin tärkeää tukea koko ryhmässä. Deke Sharon (1967–) on amerikkalainen laulaja, säveltäjä, sovittaja, ohjaaja ja a cappella-musiikin edistäjä, jota kutsutaan usein "nykyaikaisen a cappellan isäksi". Hänen (2016) mukaansa laulajien keskinäinen kunnioitus kehittyy ajan myötä ryhmän toiminnan perustuessa neljään keskeiseen tekijään: taitoon, nautintoon, täsmällisyyteen ja esiintymisiin. Jäsenten taitotason tulisi olla riittävän lähellä toisiaan, jotta kukaan ei hidasta ryhmän edistymistä tai toisaalta jää itse vaille haastetta. Taso-

eroja on mahdollista tasapainottaa antamalla heikommille lisäohjausta ja kokeneemmille taas enemmän vastuuta esimerkiksi soolojen tai sovitusten laatimisen kautta. Suuremmissa ryhmissä erot tasoittuvat luontevammin, pienemmissä ryhmissä ne aiheuttavat helpommin jännitteitä (Sharon, 2016, s. 32).

Sharonin (2016) mukaan hyvä ryhmähenki syntyy jäsenten viihtyessä yhdessä. Yhteisen tekemisen ja positiivisen ilmapiirin kautta onkin mahdollista luoda uusia ystävyys-suhteita eri taustoista tulevien ihmisten välille. Täsmällisyys toiminnassa on oleellista. Jokaisen jäsenen merkitys kasvaa sitä suuremmaksi, mitä pienemmästä ryhmästä on kyse ja jos jotakuta joutuu jatkuvasti odottamaan, heikentää se myös odottajien motivaatiota ja sitoutumista. Harjoittelulla on myös oltava päämäärä. Esiintymiset vahvistavat ryhmän yhteishenkeä, auttavat unohtamaan aiempia erimielisyyksiä ja kannustavat laulajia kehittämään taitojaan yhä pidemmälle (Sharon, 2016, s. 32–33).

3.1 Ryhmän muodostuminen

Johnson ja Johnson (2009) erottelevat neljä erilaista ryhmätyyppiä sen perusteella, kuinka jäsenet suhtautuvat tehtävään ja toisiinsa: *näennäisryhmä*, *perinteinen työryhmä*, *tehokas ryhmä* ja *huippusuorittava ryhmä*. Ryhmätyyppi vaikuttaa siihen, millaiset työskentelytavat ryhmään syntyvät ja mitä ryhmän on mahdollista saavuttaa. Mikäli ryhmän jäsenet esimerkiksi uskovat, että heidän suorituksensa arvioidaan suhteessa muihin ryhmäläisiin parhaimmasta huonoimpaan, aiheuttaa se kilpailua jäsenten välillä, estää yhteistyötä ja saa jäsenet jopa johtamaan toisiansa harhaan. Tällöin ryhmän kokonaissuoritus jää heikommaksi, kuin mitä yksilöt saavuttaisivat työskennellessään yksin. Myös ryhmissä, joissa vuorovaikutus rajoittuu lähinnä käytännön koordinointiin, jää jäsenten keskinäinen tuki vähäiseksi, jäsenet pyrkivät helposti välttelemään vastuuta, eikä ryhmäläisillä ole motivaatiota tukea toistensa työskentelyä. Toimivassa ryhmässä vallitsee myönteinen keskinäinen riippuvuus ja jäsenet sitoutuvat sekä omaan että toisensa onnistumiseen. Tällaisessa ryhmässä on selkeitä tavoitteita, kahdensuuntaista viestintää, jaettua johtajuutta sekä asiantuntemukseen perustuvaa vaikutusvaltaa. Ryhmäläiset tukevat toisiaan, jakavat vastuuta ja arvioijat yhdessä toiminnan laatua. Kun sitoutuminen ja keskinäinen välittäminen on vahvaa, syntyy emotionaalinen yhteys, joka paitsi tukee korkeaa suoriutumistasoa, myös mahdollistaa innostavan ja merkityksellisen työskentelykokemuksen (Johnson & Johnson, 2009, s. 19–21).

Ryhmän kehityskaarelle on löydetty useita vaiheita, joiden aikana ryhädynamiikka ja yksilöiden osallisuus muuttavat muotoaan. Jäsenten välistä kuohuntaa voi ilmetä erityisesti uusissa kuoroissa tai esimerkiksi silloin, kun mukaan tulee uusia jäseniä. Johnson ja Johnson (2009) kuvaavat jäsenyyden etenevän viiden vaiheen kautta: mahdollinen jäsen, uusi jäsen, täysivaltainen jäsen, marginaalijäsen ja entinen jäsen. Eri vaiheissa yksilö kaipaa ryhmältä eri asioita ja esimerkiksi uusi ryhmän jäsen toivoo ryhmän vastaavan omiin henkilökohtaisiin toiveisiinsa, kun taas ryhmä pyrkii samaan aikaan muovaamaan uutta jäsentä vastaamaan ryhmän normeja. Ryhmään kuulumisen ei ole staattinen tila, vaan prosessi, jossa yksilön rooli ja osallisuus muuttuvat tilanteen ja ryhmän kehitysvaiheen mukaan (Johnson & Johnson, 2009, s. 27–28).

Tuckman (1965) loi ryhmän kehitykselle ensin neljä kehitysvaihetta, lisäsi myöhemmin mukaan viidennen (Tuckman & Jensen, 1977), ja lopulta Johnson ja Johnson (2009) laajensivat mallia edelleen seitsemään vaiheeseen. Nämä kehitysvaiheet rakentavat vähitellen ryhmän toimivuutta, luottamusta ja sitoutumista.

Johnsonien (2009) mukaan ryhmän muodostumisvaiheessa (*forming*) ryhmän jäsenet pohtivat mitä heiltä odotetaan, millaisia tavoitteita ryhmällä on ja miten he tulevat hyväksytyiksi ja kohdatuksi. Epävarmuus ja varovaisuus ovat tyypillisiä tämän vaiheen piirteitä ja ryhmän jäsenet kaipaavat tällöin johtajalta selkeää ohjeistusta. Toisessa vaiheessa, kuohunnassa (*storming*), ryhmässä ilmenee konflikteja ja tunnepitoista reagointia, joka on vastarintaa ryhmäpaineelle ja tehtävän vaatimuksille. Johtajan rooli on erityisen tärkeä ja hänen tulisi korostaa vastuuta niin omasta kuin muidenkin panoksesta ja kannustaa keskinäiseen avunantoon sekä hyväksyvään ja luottamusta rakentavaan vuorovaikutukseen. Ryhmän toimintaa ohjaavat pitkälti johtajan määrittelemät tavoitteet ja käytännöt (Johnson & Johnson, 2009, s. 28–29).

Johnsonien (2009) mukaan kolmannen vaiheen, vakiintumisen (*norming*) aikana, vastarinta väistyy ja uudet normit ja roolit muodostuvat. Ryhmään alkaa rakentua keskinäinen luottamus, kun ryhmäläiset jakavat avoimesti omia ajatuksiaan ja tunteitaan ja niihin vastataan hyväksyvästi, joka saa jäsenet sitoutumaan toisiinsa vahvemmin. Yhteenkuuluvuuden tunne syntyy jäsenten tunnistaessa, että he joko onnistuvat tai epäonnistuvat yhdessä. Johnsonien lisäämä kapinoinnin ja eriytymisen vaihe täydentää vakiintumisvaihetta. Ryhmässä alkaa esiintyä yksilöllisyyden korostamista ja ristiriitoja, kun jäsenet hakevat itsenäisyyttään. Tällainen kapinointi on usein olennainen osa ryhmäprosessia ja auttaa jäseniä määrittämään omia rajojaan ja asemoitumaan suhteessa muihin (Johnson & Johnson, 2009, s. 29–30).

Toimintavaiheessa (*performing*) ryhmän rakenne tukee Johnsonien (2009) mukaan tehtävän suorittamista ja energia suuntautuu yhteiseen päämäärään. Ryhmä siirtyy johtajakeskeisestä toiminnasta kohti jäsenvetoista yhteistoimintaa. Ryhmän normit sisäistetään, motivaatio siirtyy ulkoisesta sisäiseksi, vastuu jakautuu luonnollisesti, roolit ovat joustavia ja toiminnallisia ja ryhmäläiset tukevat toisiaan tavoitteiden saavuttamisessa. Johnsonien lisäämässä kypsän toiminnan vaiheessa ryhmä saavuttaa täyden toimintakykynsä, jossa syntyy selkeä ryhmäidentiteetti. Johtajan rooli on pienempi ja hän toimii enää konsultatiivisessa roolissa ryhmä huolehtiessa sekä tavoitteiden saavuttamisesta että ihmissuhteiden laadusta (Johnson & Johnson, 2009, s. 30–31).

Päättymisvaiheessa (*terminating*) ryhmän elinkaari tulee päätökseen esimerkiksi projektin valmistumisen myötä. Tämä voi olla emotionaalisesti haastavaa erityisesti ryhmissä, joiden jäsenet ovat muodostaneet tiiviitä tunnesiteitä tai jossa yhteinen työskentely on ollut erityisen mielekäästä. Tällöin johtaja voi tukea ryhmää auttamalla jäseniä suuntautumaan tulevaan ja suunnittelemaan seuraavia askeleita (Johnson & Johnson, 2009, s. 31).

Uskon, että ryhmän kehitysvaiheiden ymmärtäminen on hyödyllistä myös äänenavauksen rakentamisen näkökulmasta. Uuden harjoituskauden alussa, kun mukaan on tullut uusia laulajia, tai erityisesti kokonaan uuden kuoron kanssa aloittaessa, kuoronjohtajan vastuu turvallisen ilmapiirin luomisesta korostuu. Johtaja voi tukea ryhmän muodostumisvaihetta olemalla erityisen selkeä ja looginen siinä mitä haluaa. Johtajan on hyvä huomioida, että ryhmäpaine saattaa vaikuttaa laulajiin eri tavoin ja heijastua sitä kautta myös äänenkäyttöön. Toiset saattavat esimerkiksi pyrkiä tekemään vaikutusta muihin, mikä voi näkyä äänellisenä puskemisena, kun taas toiset saattavat vetäytyä ja laulaa liian varovasti ilman kunnollista tukea. Kun ryhmä pääsee täyden toiminnan vaiheeseen ja luottamus on rakentunut laulajien välille, on laulajille mahdollista antaa enemmän tilaa muokata harjoituksia omiin tarpeisiin sopivaksi ja soveltaa tehtyjä harjoituksia rohkeammin. Niin halutessa kuoron on mahdollista myös siirtyä vähitellen kohti jäsenvetoisempaa toimintaa, jossa osallistujat saavat myös ohjata äänenavaustuokioita tai osia siitä.

3.2 Motivaatio ryhmässä

Oppimismotivaatiotutkimuksessa on siirrytty viime aikoina yksilökeskeisestä näkökulmasta kohti sosiaalista ja tilannesidonnaista yhdessä oppimista (Salmela-Aro, 2018). Kuorossa motivaatio rakentuu vuorovaikutuksessa muiden kanssa ja sosiaalinen vuorovaikutustilanne voi niin

tukea ja vahvistaa yksilön motivaatiota, mutta myös aiheuttaa ristiriitoja ja haasteita motivoituneelle yksilölle (Järvenoja, Kurki & Järvelä, 2018). Se, miten muut ryhmän jäsenet asennoituvat ja sitoutuvat toimintaan oppimistilanteen aikana, kumpuaa pohjimmiltaan erilaisista tavoitteista, näkemyksistä ja persoonallisuuspiirteiden välisistä ristiriidoista (Hadwin, Järvelä & Miller, 2017). Yksittäisen laulajan into harjoitteluun tai esiintymiseen voi siis vahvistua tai heikentyä sen mukaan, millainen ilmapiiri ryhmässä vallitsee ja miten sitoutuneilta muut ryhmän jäsenet hänestä vaikuttavat. Kuorossa tämä voi näkyä esimerkiksi siinä, miten äänenavaus otetaan vastaan ja yksi innostunut laulaja voi tartuttaa motivaationsa muihin, kun taas välinpitämättömyys voi latistaa tunnelman. Ilmiötä, jossa ryhmän jäsenet vaikuttavat toistensa motivaatioon, oppimiseen ja hyvinvointiin, kutsutaan yhteissäätelyksi (*co-agency*) (Salmela-Aro, 2009). Parhaimmillaan ryhmä tukee sekä yksilöidensä motivaatiota että koko kuoron kehitystä yhteisten tavoitteiden ja myönteisen vuorovaikutuksen avulla (Järvenoja, Kurki & Järvelä, 2018).

Järvenojan, Kurjen ja Järvelän mukaan (2018) kokonainen ryhmä voi kohdata erilaisia tiedollisia ja sosioemotionaalaisia haasteita, jotka vaikuttavat sekä ryhmän jäsenten yksilölliseen mutta myös yhteisesti jaettuun motivaatioon. Jokainen ryhmän jäsen tuo mukanaan omat uskomuksensa, tavoitteensa ja muut kiinnostuksen kohteensa ja tulkitsee niistä käsin kohtaamiaan tilanteita ja haasteita. Yksilöiden erilaiset motiivit, tavoitteet ja tulkinnat voivat aiheuttaa ristiriitoja ja heikentää ryhmän toimintaa erityisesti silloin, jos ryhmä ajautuu konfliktiin ongelmien selvittämisen sijasta. Jos jokainen ryhmän jäsenistä seuraa vain omia tavoitteitaan, oppimiselle ja aidolle yhteisölliselle toiminnalle ei anneta mahdollisuutta. Kuoronjohtajan tehtävänä onkin tunnistaa näitä haastetilanteita ja tukea yhteisen motivaation säilymistä, jotta harjoittelun taso pysyisi laadukkaana. Menestyksekkäs lopputulos edellyttää sekä yksilöiden panosta että koko ryhmän motivoitunutta yhteistyötä (Järvenoja, Kurki & Järvelä, 2018).

Järvenojan, Kurjen ja Järvelän (2018) mukaan jaetusta motivaation säätelystä voidaan puhua silloin, kun ryhmällä on yhteinen, aidosti jaettu tavoite, johon kaikki jäsenet ovat sitoutuneita. Kuorossa tämä voi toteutua, kun tehokas harjoittelu, esiintyminen tai laadukas äänenavaus koetaan yhteiseksi päämääräksi – ei vain johtajan tavoitteeksi. Tällöin koko ryhmä voi yhdessä ylläpitää tai palauttaa motivaatiota, jos ilmapiiri tai työskentelyote uhkaa heikentyä. Motivaation säätely ei ole vain johtajan vastuulla, vaan se syntyy vuorovaikutuksessa, jossa myös laulajat tukevat toistensa sitoutumista ja tukevat näin koko ryhmän oppimisen potentiaalia (Järvenoja, Kurki & Järvelä, 2018).

Sekä yksilön että ryhmän motivaation säätelyä voidaan tukea lisäämällä tietoisuutta motivaationaalisista ja sosioemotionaalisista haasteista *tiedostamisen, tunnistamisen ja mukauttamisen* avulla (Järvenoja, Järvelä & Malmberg, 2017). Järvenojan, Kurjen ja Järvelän (2018) mukaan ensimmäinen askel on tiedostaa, milloin motivoitunut oppimisprosessi on uhattuna. Äänenavauksen yhteydessä tämä voi tarkoittaa esimerkiksi sen havaitsemista, että osa laulajista ei ole henkisesti mukana toiminnassa tai kokee harjoitteet epämotivoiviksi. Kun tilanne ja sen syyt osataan tulkita oikein, toimintaa voidaan mukauttaa sopivilla keinoilla. Kuoronjohtaja voi esimerkiksi valita lyhyemmän ja energisemmän tai teknisesti haastavamman harjoitteen, joka vastaa paremmin ryhmän vireystilaa ja auttaa palauttamaan yhteistä motivaatiota. Ryhmätilanteet ovat aina usean yksilön kokemusten ja tulkintojen kokonaisuus, mikä tekee tilanteen tulkitsemisesta haastavaa (Järvenoja, Kurki & Järvelä, 2018).

Lerkkasen ja Pakarisen (2018) mukaan vuorovaikutus on vastavuoroista ja se, miten laulajat toimivat, voi vaikuttaa suuresti siihen, miten kuoronjohtaja toimii. Onnistunut opetus edellyttää, että johtaja havainnoi ryhmän tilannetta ja sopeuttaa harjoitteita ja opettamistaan opiskelijoidensa mukaan. Opettajan toiminnalla, opetusmenetelmillä, ohjaukskäytännöillä ja vuorovaikutuksen laadulla on keskeinen rooli oppimismotivaation syntyisessä, kehittämisessä ja ylläpitämisessä. Toisaalta oppilaiden toiminta, ominaisuudet ja aloitteellisuus vaikuttavan opettajan tapaan ohjata ryhmää ja tukea oppimista. Erilaiset motivointikeinot eivät ole yksiselitteisesti hyviä tai huonoja, vaan niiden tehokkuus riippuu oppilaiden yksilöllisistä piirteistä, oppimistavoitteista sekä tilanteen vaatimuksista. Eri ryhmille toimivat erilaiset lähestymistavat tilanteen ja osallistujien mukaan (Lerkanen & Pakarinen, 2018).

Lerkkasen ja Pakarisen (2018) mukaan TTI-malli (*Teaching Through Interactions*) tarkastelee opettajan ja oppilaiden välisen vuorovaikutuksen laatua tunnetuen, toiminnan organisoinnin sekä ohjauksellisen tuen kautta. Tunnetuki (*emotional support*) ilmenee opettajan ja oppilaiden lämpimissä vuorovaikutussuhteissa, ryhmän myönteisessä ilmapiirissä, oppilaiden keskinäisessä yhteistyössä sekä opettajan herkkyudessa oppilaiden tarpeille. Hyvän tunnetuki edistää sekä parempaa sitoutumista toimintaan että tehtäväsuuntautuneempaa käyttäytymistä ryhmässä. Äänenavauksessa tunnetuki voi näyttäytyä esimerkiksi lämpimänä ja hyväksyvänä ilmapiirinä, jossa toimintaan mahtuu myös huumoria. Toiminnan organisoinnilla (*classroom organization*) tarkoitetaan oppilaiden motivaation tukemista ryhmän toiminnan tehokkuuden, monipuolisuuden sekä tavoitteellisuuden avulla. Kun toiminta on organisoitu laadukkaasti, oppilaiden kiinnostus tehtäviä kohtaan kasvaa. Äänenavauksen yhteydessä toiminnan organisointi voi tarkoittaa esimerkiksi loogisesti etenevää kokonaisuutta, jossa harjoitteiden selkeät

tavoitteet auttavat osallistujia keskittymään ja motivoitumaan. Ohjauksellinen tuki (*instructional support*) keskittyy opetuksen ja ohjauksen laatuun, käsitteiden ymmärtämiseen, palautteen antamiseen ja vuorovaikutteisuuteen. Äänenavauksessa ohjauksellinen tuki voi ilmetä esimerkiksi pedagogisesti perustelluissa harjoitteissa, harjoitteiden selkeänä ohjeistuksena sekä yleisesti osallistavassa ja kannustavassa otteessa (Lerikkanen & Pakarinen, 2018).

Ryhmän toimintaa tarkastellessa on hyvä nostaa esiin myös käsite *ryhmäflow*. Flow nähtiin alun perin yksilöllisenä kokemuksena, mutta Matikan (2015) mukaan tutkimukset ovat osoittaneet, että ryhmässä siihen pääseminen on usein helpompaa. Ryhmäflow syntyy, kun ryhmä saavuttaa yhteisen keskittyneen ja motivoituneen tilan, jossa kaikki jäsenet ovat täysin mukana toiminnassa (Matikka, 2015, s. 48). Keith Sawyer on löytänyt ryhmäflow'n syntymiselle 10 edellytystä, jotka ovat ryhmän yhteinen tavoite, syväkuuntelu, edistyminen, täydellinen keskittyminen, hallinnan ylläpito, egojen sekoittuminen, tasavertainen osallistuminen, tuttuus, kommunikaatio sekä epäonnistumisen mahdollisuus (Sawyer, 2007, s. 43–56).

Matikan (2015) mukaan ryhmässä toimiessa vuorovaikutuksen laadulla ja sosiaalisella ilmapiirillä on suuri merkitys. Se voi joko edistää tai estää ryhmäflow'n syntymistä ja kommunikaation tulisikin olla vapaata ja avointa. Kun ryhmän jäsenet uskaltavat jakaa ideoitaan ja heitä kuunnellaan avoimesti ja tuomitsematta, ideat voivat kehittyä luontevasti eteenpäin. Tällöin ryhmän jäsenillä on myös mahdollisuus vaikuttaa päätöksentekoon, mikä lisää heidän hallinnan tunnettaan (Matikka, 2015, s. 57–66).

Tasavertainen osallistuminen edellyttää, että ryhmän jäsenten taitotasojen on Matikan (2015) mukaan oltava riittävän lähellä toisiaan. Jos joku on paljon muita parempi tai huonompi, hän estää helposti ryhmäflow'n syntymisen. Toisaalta jokaisessa ryhmässä tulisi olla tilaa erilaisille henkilöille ja heidän yksilöllisille taidoilleen. Egojen sekoittumisella tarkoitetaan, että jokainen yksilö pystyy luovuttamaan omat taitonsa koko ryhmän käyttöön (Matikka, 2015, s. 57–67).

Matikan (2015) mukaan ryhmäflow vaatii yhteisen tavoitteen ja on tärkeää, että sama tavoite jaetaan sekä ryhmän että sen johtajan kesken. Johtajan pitäessä ohjat liian tiukasti käsissään, voi se aiheuttaa odotuksia virheettömästä suorituksesta. Virheiden pelko voi johtaa aktiivisuuden ja uskalluksen vähenemiseen, eikä ryhmän jäsenten luovuudelle jää enää tilaa. Tuttuudella tarkoitetaan niin jäsenten keskinäistä tuttuutta kuin myös toiminnan tuttuutta. Nämä mahdollistavat tehokkaamman työskentelyn ja päätöksenteon. Ilmapiiri koetaan turvalliseksi, kun tavoitteet ovat selkeät ja toimintatavat tuttuja. Kun jokainen tietää, mitä heiltä odotetaan, on mahdollista saavuttaa täydellinen keskittyminen, jossa tarkkaavaisuus suunnataan vain oleellisiin

asioihin. Jäsenten sitoutumisaste voi kuitenkin vaihdella, joten keskittymismahdollisuuksista tulee pitää huolta. Ryhmäflown syntymiselle on tärkeää, että epäonnistumisen mahdollisuus on myös aidosti olemassa. Epäonnistumisen mahdollisuus voi toimia motivaation lähteenä esimerkiksi esiintymistilanteessa (Matikka, 2015, s. 57–67).

Ryhmällä on Matikan (2015) mukaan oltava riittävän vahva rakenne, säännöt ja jaettu ymmärrys tavoitteista tukeakseen toimintaa, mutta toisaalta liiallinen kontrollointi ja sääntöjen määrä, kuin myös liian vahva ihmisjoukon yhteenkuuluvuuden tunne estää uusien innovaatioiden luomisen. Dynaamisimmat ryhmät luottavat parhaan lopputuloksen nousevan yhteistyön kautta yksittäisen ihmisen sijasta (Matikka, 2015, s. 67–69).

3.3 Ryhmädynamiikka: johtajan ja jäsenten roolit

*If your actions inspire others to dream more, learn more, do more, and become more,
you are a leader.*

John Quincy Adams (Sharon, 2016, s. 182).

Jokainen ryhmä suurkuorosta pienyhtyeeseen tarvitsee johtajaa tekemään päätöksiä. Hän päättää, mihin harjoituksissa kiinnitetään huomioita ja luo visioita, mitä kohti pyritään (Kopakkala, 2008, s. 89; Sharon, 2016, s. 30). Kuoromusiikin ammattilaisen Sharonin (2016) mukaan hyvä kuoronjohtaja ei voi olla vain taitava muusikko, vaan hänen tulee huomioida myös logistisia, ajallisia, henkisiä ja emotionaalisia аспекteja. Hänen tulee herättää kunnioitusta laulajissaan, sillä ilman kunnioitusta hänen musiikillisia päätöksiänsä herkästi kyseenalaistetaan ja niistä valitetaan. Hyvä johtaja on avoin, luo yhteyden tunteen sekä reagoi nopeasti laulajien kommentteihin saaden ryhmän jäsenet rentoutumaan. Hyvä johtaja saa ryhmän keskittymään, jolloin harjoitukset ovat tehokkaampia (Sharon, 2016, s. 30).

Hyvällä kuoronjohtajalla tulee Sharonin (2016) mukaan olla karismaa, jolla hän saa muut seuraamaan ja kuuntelemaan itseään. Jokaisessa sanassa, eleessä ja kommentissa on valtaa. Ennen kaikkea johtaja kontrolloi koko huoneen tunnetilaa ja hänen tulee tuoda se energiataso ja innostuneisuus mukanaan, minkä haluaa laulajiensa saavuttavan. Positiivisuus on tärkeää, sillä negatiivinen energia ja huonot kommentit hidastavat etenemistä ja voivat lopulta johtaa väsyneisiin ja motivoitumattomiin ryhmän jäseniin. Johtajan tulee myös pystyä hillitsemään itsensä. Tunteet tarttuvat herkästi muihin, joten hän ei voi ilmaista jokaista tunnetta ja häiriötekijää, vaan hänen täytyy pysyä asiassa ja hallita turhautumistaan. Johtajan välittäessä ryhmänsä

jäsenistä, johtaa se jäsenten suurempaan avoimuuteen ja sitoutumiseen, mikä mahdollistaa yksilöiden täyden osallistumisen ja sitä kautta ryhmän yhteisen kehityksen. Johtajan on hyvä myös kyetä nauramaan itselleen, sillä virheitä tapahtuu ja huumorin kautta niistä pääsee helpoiten eteenpäin (Sharon, 2016, s. 30–31, 111, 129).

Sharonin (2016) mukaan johtajan kyky ylläpitää keskittynyttä ilmapiiriä on tärkeä, sillä hajanaiset keskustelut ja taustalla kuiskitut kommentit voivat horjuttaa työrauhaa niin, että tehokkuus alkaa kärsiä ja koko harjoitus ajautua hallitsemattomaksi. Toisaalta stemmakaverit auttavat toisiaan myös löytämään oikean paikan nuoteista ja tekemään korjauksia, jos ohjeet menivät ohi. Taitava johtaja tasapainoilee auktoriteetin ja joustavuuden välillä pyrkien pitämään työskentelyn johdonmukaisena, mutta myös sallien laulajien ajatusten esiintuomisen ilman, että siitä muodostuu loputonta keskustelua. Hyvä johtaja sopeuttaa toimintansa olosuhteiden mukaan ja tunnistaa, milloin pitää pysähtyä yksityiskohtien hiomiseen ja milloin pitää jatkaa eteenpäin, milloin taas on hyvä antaa tilaa spontaanille ilmaisulle ja milloin pitää vaatia kurinalaisuutta (Sharon, 2016, s. 31).

Aku Kopakkala on suomalainen psykologi, jolla on pitkä kokemus organisaatiokonsulttina sekä toiminnallisten valmennus- ja ryhmätyömenetelmien kouluttajana. Hänen mukaansa (2008) johtajan tehtävänä on ohjata ja tukea koko ryhmää sekä edistää jäsenten välistä yhteistyötä ja oppimista. Keskeistä on ryhmän tasapainoinen osaaminen, innostus ja halu kehittyä. Yhtenäisen ja hyvin toimivan joukkueen on mahdollista saavuttaa enemmän, kuin pelkkien erinomaisten yksilöiden. Menestyksellinen johtaminen vaatii kykyä ymmärtää kokonaisuutta ja taitoa luoda ja ylläpitää hyvää ryhmäkulttuuria (Kopakkala, 2008, s. 92).

Kopakkalan (2008) mukaan ryhmän sisällä on monenlaisia rooleja ja niiden tarkastelu auttaa ymmärtämään paitsi ryhmän vuorovaikutusta ja toimintaa, myös omaa käyttäytymistämme. Ryhmän muodostumisvaiheessa ihmiset hakeutuvat usein rooleihin, joissa heidät on aiemmin hyväksytty. Turvallisuuden tunteen kasvaessa nämä roolit muuttuvat usein joustavammiksi ja yksilöllisemmiksi. Toisaalta pitkään yhdessä toimineessa ryhmässä roolit saattavat ajan myötä jähmettyä, mikä voi rajoittaa yksilön mahdollisuuksia toimia monipuolisesti ryhmän sisällä. Jotta ryhmä olisi mahdollisimman tehokas, sen jäsenten tulisi olla keskenään erilaisia ja tuoda mukanaan monipuolista osaamista. Useimmat ryhmät eivät luonnostaan arvosta kaikkia rooleja yhtä paljon, mutta ihanteellisessa ryhmässä kaikki roolit ovat edustettuna, sillä erilaiset näkökulmat ja vahvuudet täydentävät toisiaan, tekevät ryhmästä tehokkaamman ja mahdollistavat monipuolisen ongelmanratkaisun. Kopakkalan mukaan ryhmässä esiintyvät roolit ovat keksijä,

tiedustelija, tekijä, takoja, viimeistelijä, arvioija, diplomaatti ja kokoaja (Kopakkala, 2008, s. 108–110).

Keksijä ja tiedustelija ovat Kopakkalan (2008) mukaan pioneereja, jotka keksivät ja etsivät uutta ja luovat uusia ratkaisuja. Kuorotoiminnassa keksijä voi ideoida esimerkiksi uusia konserttikonsepteja, esiintymispaikkoja, harjoittelutapoja tai kehitellä uusia kappaleita tai sovituksia, kun taas tiedustelija tuo tietoa ulkopuolelta, seuraa muiden kuorojen toimintaa, tietää tulevista tapahtumista ja toimii linkkinä yhteishankkeisiin. Keksijä saattaa olla joskus epäkäytännöllinen ja tiedustelijan toiminta ailahtelevaa, mutta yleensä hän on hyvä neuvottelemaan. Tekijä ja takoja saavat aikaiseksi suuria linjoja. Tekijä keskittyy organisoimaan ja toteuttamaan käytännön tehtäviä ahkerasti ja järjestelmällisesti, mutta saattaa pitäytyä liikaa perinteisissä toimintatavoissa. Hän vastaa usein käytännön järjestelyistä, kuten tilavarauksista, ovien avaamisesta ja nuottiarkiston hoitamisesta. Tuoja puolestaan on määrätietoinen ja dynaaminen henkilö, joka vie asioita eteenpäin ja raivaa esteitä edeltään. Hän saattaa peräänkuuluttaa harjoittelun intensiivisyyttä ja tehokkuutta erityisesti aikapainetta kohdatessa ja hänen kärsimättömyytensä saattaa joskus hiertää muita ryhmän jäseniä (Kopakkala, 2008, s. 109–110).

Viimeistelijä ja arvioija ovat Kopakkalan (2008) mukaan asioiden tarkistelijoina. Viimeistelijä varmistaa yksityiskohtien huolellisen toteutumisen ja työskentelee tunnollisesti ja sitkeästi. Hän saattaa nostaa esille huomioita esiintymisasuista, markkinointimateriaalin muotoiluista ja nuottien viimeisistä merkinnöistä. Arvioija taas analysoi ongelmia kriittisesti ja puolueettomasti, saattaa antaa rakentavaa palautetta niin esityksistä kuin harjoituksistakin, ja toimii ryhmän kehittämisen tukena. Viimeistelijä saattaa olla joskus turhankin tarkka ja arvioija liiankin varovainen. Diplomaatilta saattaa joskus puuttua päättäväisyyttä, mutta hän on keskeinen ryhmähengen rakentaja. Hän on herkkä ja sosiaalisesti taitava, kuuntelee muita ja sovittelee ristiriitoja erityisesti silloin, kun ryhmässä esiintyy jännitteitä. Hän huomaa epävarmat osallistujat ja kannustaa heitä osallistumaan uusiin tilanteisiin. Kokoaja taas toimii usein hallinnollisissa tehtävissä. Hän organisoii aikatauluja, tiloja ja budjetteja, varmistaa, että resurssit ovat hallinnassa ja että ryhmällä on mahdollisuus toimia kokonaisuutena. Kokoaja on usein itsevarma ja rauhallinen, joskin häneltä saattaa puuttua luovuutta. Ryhmästä ja sen koosta riippuen yksi tiimin jäsen toteuttaa yleensä yhtä tai kahta edellä mainituista rooleista (Kopakkala, 2008, s. 109–110).

3.4 Viestintä ja palautteen antaminen

Ihminen viestii monin eri tavoin ja Kopakkalan (2008) mukaan jokaisen johtajan tulisi tiedostaa, että hänen sanomallaan on ryhmänsä osallistujilleen suurempi painoarvo, kuin hän luonnostaan olettaisi. Johtajan sisäinen motivaatio ja palo, se, mihin hän uskoo ja mikä häntä innostaa, välittyy helposti ryhmälle ja inspiroi muita. Sen sijaan ohjeet ja neuvot, joihin johtaja ei itse usko, harvoin tuottavat toivottua tulosta. Mikäli johtajan toimintamallit ja sanallinen viestintä ovat ristiriidassa, ryhmän jäsenet seuraavat useimmiten johtajan esimerkkiä sanojen sijasta. Hyvä johtaja sekä ymmärtää roolinsa että viihtyy siinä (Kopakkala, 2008, s. 93–95, 107).

Peter Loel Boonshaft asuu ja opettaa New Yorkissa ja on yksi nykypäivän innostavimmista musiikkikasvattajista, joka on saanut useita kunnianosoituksia työstään. Hänen mukaansa (2002) johtajan tulisi kiinnittää huomiota siihen, miten hän kommunikoi käsillään, kasvoillaan ja äänellään. Käsillä tapahtuva viestintä on olennainen osa johtamista, jossa eleiden ja liikkeiden avulla voidaan välittää niin teknistä tietoa, kuten rytmejä ja artikulaatiota, kuin musiikin tyyliä, tunnetta ja tunnelmaa muun muassa dynamiikan ja fraasien osoittamisella. Lisäksi johtaja voi luoda omia, uniikkeja eleitä, joilla hän voi opettaa kuoronsa korjaamaan spesifejä, esimerkiksi äänenmuodostukseen liittyviä suorituksia ilman keskeytyksiä, säästäten arvokasta harjoitusaikaa. Kuuloon perustuvat vihjeet voivat haitata visuaalista johtamista, joten verbaalinen ja ei-verbaalinen viestintä on useimmiten hyvä pitää erillään. Johtaja voikin kokeilla haastaa itseään pitämään joskus osan harjoituksista täysin ilman puhetta viestittäen kaiken tarvittavan käsillään ja kasvojen ilmeillään, vahvistaen näin yhteyttä kuoron ja johtajan välillä (Boonshaft, 2002, s. 113–117).

Boonshaftin (2002) mukaan kasvoilla tapahtuva viestintä on olennainen osa johtamista, ja sen avulla välitetään kolmenlaista tietoa. Ensimmäisenä ilmeet ja tunteet tuovat musiikkiin ilmaistun tason, jota sanat eivät voi täysin kuvata. Myös Sharon toteaa, että jos laulun tai harjoituksen tunnetila muuttuu, ei riitä, että sen sanoo ääneen, vaan tunnetilan muutos pitää näyttää myös omalla esimerkillään (Sharon, 2016, s. 129). Toiseksi kasvojen tulee heijastaa aitoa iloa ja rakkautta musiikkia kohtaan ja kolmanneksi osoittaa hyväksyntää tai korjaustarvetta suorituksen aikana. Laulajien on tiedettävä, vastaako heidän suorituksensa sitä, mitä johtaja tavoittelee (Boonshaft, 2002, s. 117–118).

Puhetta tarkastellessamme voimme kiinnittää huomioita useisiin eri asioihin. Ohjeita annettaessa on Boonshaftin (2002) mukaan varmistettava, että kaikki voivat kuulla ohjeet, jonka lisäksi puheen on oltava selkeää ja ymmärrettävää. Lisäksi puhujan olisi hyvä puhua ilmeikkäästi, sillä

vaihdellessa esimerkiksi sekä puheen rytmiä että voimakkuutta, herättelee se herkemmin kuulijan mielenkiintoa. Lisäksi johtajan puhetavasta on hyvä käydä ilmi, että hän arvostaa ja välittää laulajistaan. Jokainen tuo sen esiin omalla tavallaan, mutta olennaista on, että arvostus kohdistuu ihmisiin, ei vain heidän suorituksiinsa (Boonshaft, 2002, s. 119, 123–124).

Sharonin (2016) mukaan emme usein ole tietoisia siitä, millaisia sanavalintoja käytämme puhuessamme. Pienillä muutoksilla on kuitenkin mahdollista saada aikaan suuri vaikutus. Johtajan tulisi puhua selkeästi ja suoraan ottamasta itse liikaa tilaa prosessissa. Sen sijaan, että hän sanoisi ”Haluan että laulatte pehmeämmin”, yksinkertaisempi ”Laulakaa pehmeämmin” siirtää huomiota ohjaajan sijasta musiikkiin. Tarvittaessa johtajan on myös hyvä selittää syitä tiettyjen valintojen taustalla, kuten esimerkiksi kertomalla, että äänenvoimakkuutta lisätään, jotta sanojen sisältö korostuisi. Ihmiset tekevät ja muistavat paremmin, kun he tietävät syyn toiminnalleen (Sharon, 2016, s. 113).

Sharonin (2016) mukaan aina välillä laulajille tulisi niin antaa mahdollisuus itsearviointiin esimerkiksi kysymällä ”Miltä tämä kuulosti muutoksen jälkeen?” kuin mahdollisuus tehdä merkityksellisiä valintoja harjoituksissa kysymällä mitä kappaletta tai harjoitetta he haluaisivat seuraavaksi tehdä. Kuorolaiset arvostavat päätöksenteon demokraattista luonnetta ja sitä, että heidän mielipidettään kysytään, vaikka lopputulos ei olisikaan aina sitä, mitä he itse haluavat (Sharon, 2016, s. 113).

Boonshaftin (2002) mukaan johtajan tulee sekä miettiä, mitä hän pyrkii saavuttamaan ja mitkä ovat hänen odotuksensa, että mitkä ovat ryhmälle sopivat tavoitteet ja milloin ne mahdollista saavuttaa. Johtajan ei tulisi koskaan tyytyä vähempään kuin mihin ryhmä pystyy, sillä ryhmä, jolta ei vaadita riittävästi, ei houkuttele sen jäseniä. Toisaalta johtajan ei tulisi myöskään vaatia enempää kuin ryhmän on mahdollista saavuttaa, sillä liiallinen painostaminen aiheuttaa niin ikään ongelmia. Johtajalla tulee olla kyky pysyä rauhallisena myrskyssä, arvioida tilanteita nopeasti ja vastata tilanteisiin niiden vaatimalla tavalla. Jos harjoitukset menevät jatkuvasti sivuraiteille eikä niillä ole selkeää tavoitetta, ryhmä ei saavuta haluamaansa. Johtajan on pidettävä päämäärä kirkkaana mielessään ja ohjattava ryhmää sitä kohti tasapainotellen vaatimusten ja kannustavan ilmapiirin välillä (Boonshaft, 2002, s. 124–128). Toisaalta, jos johtaja huomaa tehneensä virheen, hänen on tärkeä myöntää se, sillä laulajat kunnioittavat johtajaa, joka on itsevarma ja kykenee muuttamaan suuntaa tarvittaessa (Sharon, 2016, s. 113).

Longan (2015) mukaan palaute on merkittävä oppimisen väline. Perinteisesti palaute on nähty ylhäältä annettuna kritiikkinä (*feedback*), mutta nykyään ajatellaan, että sen tulisi olla kehitystä

tukevaa ja eteenpäin ohjaavaa, vahvistaen oppijan toimijuutta ja oivalluksia (*feed forward*). Palauteen ollessa oikea-aikaista, informatiivista ja vahvuuksiin kohdistuvaa, auttaa se oppijaa näkemään oman potentiaalinsa ja ylittämään itsensä. Toisaalta myös virheille on annettava tilaa, sillä liiallinen ohjaus voi tehdä oppijan avuttomaksi (Lonka, 2015, s. 53–55, 71). Palauteen laadusta riippumatta palautteen tulisi aina kohdistua henkilön toimintaan, ponnisteluun ja strategioiden valintaan, ei koskaan henkilöön itseensä, ja tukea näin palautteella henkilön kasvuun keskittyvää ajattelutapaa (Dweck, 2000, s. 37).

Longan (2015) mukaan palaute ei ole vain virheiden osoittamista tai valmiiden ohjeiden antamista, vaan se rakentuu tasavertaisessa dialogissa molempien osapuolten työskennellessä yhteisen päämäärän eteen. Palaute on tehokkainta, kun se annetaan rakentavassa ilmapiirissä ja se näyttäytyy anteliaisuutena valta-aseman osoituksen sijaan. Mikäli palautteen saaja tulkitsee annetun palautteen kritiikkinä tai vallankäyttönä, menee hän helposti puolustuskannalle ja lakkaa kuuntelemasta. Monet suhtautuvat palautteen vastaanottamiseen varauksella, sillä se pakottaa näkemään omassa toiminnassa kehitettävää ja on näin potentiaalisesti uhkaava tilanne, mikä tekee palautteen antamisesta ja vastaanottamisesta luonteeltaan herkkää (Lonka, 2015, s. 54–56). Toisaalta monet toivovat saavansa lisää palautetta, joka olisi suoraa ja täsmällistä (Ahonen & Lohtaja-Ahonen, 2011, s. 13).

Kupiaksen, Peltolan ja Salorannan (2011) mukaan hyvä palaute on rehellistä, luontevaa, arvostavaa, yksilöityä, perusteltua, konkreettista ja kohdistuu toimintaan. Se tuo esiin asiat, jotka sujuvat jo hyvin ja tuo hyvässä hengessä esiin korjausehdotuksia tai vaihtoehtoisia toimintatapoja. Hyvä palaute johtaa konkreettisiin toimenpiteisiin (Kupias, Peltola & Saloranta, 2011, s. 29). Joskus kysymysten kautta annettu palaute voi toimia paremmin kuin suorat käskyt, sillä se kannustaa toista oivaltamaan itse seuraavat askeleensa (Lonka, 2015, s. 54). Johtamisen ja viestinnän kokeneet valmentajat Risto Ahonen ja Sirke Lohtaja-Ahonen (2011, s. 9, 13) sanovatkin palautteella olevan kaksi tehtävää: palaute kertoo henkilölle missä kohdassa hän on nyt ja mitä kohti hänen tulisi pyrkiä. Palaute auttaa ihmisiä pysymään liikkeessä.

Mitä selkeämpää palaute on, sitä tehokkaammin se toimii (Hattie & Timperley, 2007, s. 104). Hanawaltin mukaan (2016) myös kehujen tulee kohdistua selkeästi johonkin. Mikäli johtaja kertoo laulajille missä ja miten he tarkalleen ottaen onnistuivat, heidän on helpompi toistaa onnistunut asia uudelleen. Tämän lisäksi oikein annetut kehu nopeuttavat uuden oppimista ja pitävät harjoitusten tunnelman hyvänä.

Sharonin mukaan (2016) ryhmää ei tule kehua väärin, vaan johtajan tulee olla rehellinen niin kritiikissä kuin kiitoksissakin. Jos jokin on hyvää muttei erinomaista, on hyvä sanoa, että se jokin oli hyvää muttei erinomaista. Näin toimien laulajat oppivat luottamaan johtajan sanaan ja arviointikykyyn (Sharon, 2016, s. 113).

Yllä olevien perusteella kuoroharjoituksissa annettu kehu voisi olla esimerkiksi seuraavanlainen: *"Yhteinen hengityksenne ja valmistautumisenne ennen sisääntuloja oli nyt paljon tarkempaa – sen myötä myös intonaatio ja rytmi oli parempi. Hyvä!"*

Abraham Kaplanin (1985) mukaan hyvässä kuoroharjoituksessa laulaminen on keskiössä. Kuoronjohtaja antaa selkeän ja yksinkertaisen ohjeen, jonka perusteella kuoro tekee muutoksen. Ideaalitulanteessa lopputulos paranee heti, mutta tärkeintä on, että kaikki ymmärtävät, mitä tavoitellaan (Kaplan, 1985, s. 188). Niinpä kuoroharjoituksissa annettu rakentava palaute voisi olla esimerkiksi seuraava: *"Eläytyminen tässä kohdassa on jo todella vahva, pidän erityisesti siitä, miten olette löytäneet yhteisen linjan crescendon rakentamisessa! Vielä voisimme kekeilla, saisimmeko pianissimot yhtä ilmeikkäiksi. Kuiskataan hetki fraasia, jotta löytäisimme herkemmän dynamiikan jännitteen."*

Kaplanin (1985) mukaan äänenkäytön opettajat käyttävät usein abstrakteja kuvailuja ja metaforia, kuten esimerkiksi ”Avaa suusi kuin söisit omenaa” tai ”Tee tästä korkeasta nuotista vähän tummempi”, kun taas muussa instrumenttiopetuksessa ollaan yleensä käytännönläheisempiä. Tämä tekee laulamisen opettamisen perusteista heikkoa (Kaplan, 1985, s. 16). Myös Kaisa Halmemies nosti esiin samansuuntaista asiaa kuoronjohdon kesäkurssilla Jyväskylässä 11.6.2023. Vaikka hänen mukaansa opetuksessa käyttäisikin metaforia, tulisi jossain vaiheessa käydä kuoron kanssa läpi myös fysiologiset faktat siitä, mitä kehossa laulamisen aikana todella tapahtuu. Mikäli metaforia käyttää paljon, osalla laulajista faktat voivat alkaa hämärtyä. Vaikka jossain mielikuvassa kehotettaisiin, että ”Hengitä jalkojen kautta” tai ”Hengitä pallealla”, niin fakta on kuitenkin se, että ilma menee keuhkoihin (Halmemies, 2023).

Myös Mari Koistinen (2003) nostaa esiin, että jotta kommunikaatiosta tulisi tehokasta ja ymmärrettävää, on sen eteen tehtävä töitä. Hänen mukaansa äänenkäytön opettamisessa monet käsitteet ovat usein kvalitatiivisia ja epämääräisiä ja ihmiset saattavat tulkita niitä hyvin subjektiivisesti ja tunnepohjaisesti. Myöskään Koistisen mukaan pelkät mielikuvat ja kauniit sanat eivät riitä, vaan laulamista tulisi selittää auki myös anatomian ja fysiologian kannalta (Koistinen, 2003, s. 89).

4 Äänenavaus

Tässä luvussa käsittelen ensin laulun oppimista ja sen opettamista motorisen oppimisen näkökulmasta. Ensimmäisessä alaluvussa 4.1 avaatan äänenavauksen merkitystä ja sen tarkoitusta kuorotoiminnalle. Alaluvussa 4.2 käsittelen ensin sitä, millainen ääni-instrumentti laulaminen on ja miksi äänenavauksen ilmapiirillä on suuri vaikutus harjoituksiin. Viimeisessä alaluvussa 4.3 käsittelen konkreettisen äänenavauksen rakentamista.

1900-luvulta tähän päivään on ehditty luoda ja tutkia monenlaisia oppimiskäsityksiä, jotka vaikuttavat yhä tässä päivässä. Se, mihin oppimiskäsitykseen opettajan opetusfilosofia ja opetusmenetelmät nojaavat, vaikuttaa kuorolaisten motivaatioon ja oppimiseen. Pruukin (2008) mukaan esimerkiksi behavioristisessa oppimiskäsityksessä painotetaan opettajan aktiivista ja oppijan passiivista roolia, ja oppiminen nähdään ulkoa ohjattuna toimintana. Toisissa oppimiskäsityksissä taas korostuu oppijan oma aktiivisuus ja sisäinen motivaatio, kuten humanistisessa oppimiskäsityksessä, jossa ihminen nähdään vastuullisena toimijana ja opettaja ennen kaikkea kasvun tukijana. Sosiaalisen oppimisen teoriassa oppimisen nähdään tapahtuvan yksilön tarkkaillessa ympäristöään ja havainnoimalla ja matkimalla sitä, miten muut käyttäytyvät, mikä voi selittää esimerkiksi kuorokohtaisia kulttuurieroja, kun taas kognitiivinen ja konstruktivistinen oppimisteoria painottaa yksilön sisäistä tiedonkäsittelyä ja tiedon aktiivista rakentamista havaintojen ja kokemustensa pohjalta. Jotkut näkevät oppimisen ennen kaikkea vuorovaikutteisena ja tilannesidonnaisena tilanteena, ja sosiaalinen konstruktivismi esittääkin, että oppiminen on tehokkainta silloin, kun se tapahtuu tilanteessa, jossa sitä on tarkoitus käyttää ja hyödyntää. Toisaalla kokemuksellinen oppiminen nostaa esiin oppijan oman kokemuksen ja reflektion merkityksen, jonka mukaan oppiminen syvenee, kun uutta kokeillaan käytännössä ja tietoa verrataan aiempaan (Pruuki, 2008, s. 8–21). Näin myös siis kuoronjohtajan näkemys siitä, miten hän käsittää oppimisen tapahtuvan, vaikuttaa siihen, millaisen roolin hän itse johtajana ottaa, millaisen roolin hän laulajille antaa ja millaiseksi oppimistilanne lopulta rakentuu.

Katherine Verdolini Abbott on entinen laulaja ja laulunopettaja, joka on työskennellyt useissa eri yliopistoissa eri osastoilla Yhdysvalloissa ja tutkii tällä hetkellä kognitiivisten oppimistieteiden soveltamista äänen koulutuksessa. Douglas Roth on laaja-alaisesti useiden genrejen laulunopettaja, joka on tehnyt tohtorin tutkinnon Verdolini Abbottin ohjauksessa. Rothin ja Verdolini Abbottin (2014) mukaan laulua opettaessa opettajan on hyvä tietää, miten ihmiset voivat saavuttaa uusia motorisia taitoja – joihin laulaminenkin kuuluu – ja syrjäyttää vanhoja. Optimaalinen struktuuri harjoittelulle, sen ohjeistamiselle ja palautteen antamiselle on usein

vaistonvastaista. Erityisesti meidän täytyisi ymmärtää oppimisen takana oleva kognitiivinen prosessi, joka vaikuttaa meihin jokaiseen (Roth & Verdolini Abbott, 2014).

Psykologian tohtorin ja kokeneen pedagogin Kirsti Longan (2015) mukaan ihmisen oppiminen ja muistaminen ei ole yhtenäinen ilmiö, vaan uutta omaksutaan eri tavoin. Ihmisen muisti jaettiin aiemmin *sensoriseen rekisteriin* sekä *lyhytkestoiseen* ja *pitkäkestoiseen muistiin*, mutta nykyään lyhytkestoisen muistin tilalla käytetään usein käsitettä *työmuisti*, erityisesti silloin kun halutaan painottaa tiedon aktiivista käsittelyä. Nykyään valalla olevan konstruktivistisen näemyksen mukaan olennaista on oppijan oma, aktiivinen rooli rakentaa kokonaisuuksia, sillä yksityiskohdat jäävät paremmin mieleen niiden liittyessä järkevään kokonaisuuteen. Merkityksellinen tieto muistetaan, merkityksetön unohtuu. Lonka mainitsee viisi erilaista muistin muotoa: deklaratiivinen ja proseduraalinen muisti, tapahtuma- eli episodinen muisti, kognitiiviset kartat sekä pohjustusmekanismit. Episoidinen muisti muodostaa toistuvista kokemuksista sisäisiä malleja, jotka ohjaavat odotuksia tilanteiden kulusta, kognitiiviset kartat auttavat yksilöä jäsentämään ympäristöään ja pohjustusmekanismit saavat ihmisen kiinnittämään huomionsa herkemmin tietyyntyyppisiin ärsykkeisiin (Lonka, 2015, s. 12–15).

Rothin ja Verdolini Abbottin (2014) mukaan erityisen tärkeää on ymmärtää deklaratiivisen ja proseduraalisen oppimisen erot. Deklaratiivinen oppiminen tarkoittaa tiedollista oppimista, jossa ihminen tietoisesti oppii ja muistaa esimerkiksi faktoja ja sääntöjä. Tämä perustuu eksplisiittiseen muistamiseen, eli tietoon, jota voi sanallistaa ja palauttaa mieleen tarkoituksella. Näin esimerkiksi ”Helsinki on Suomen pääkaupunki” tai muusikon luettelemat C-duuriasteikon sävelet ovat deklaratiivista tietoa. Proseduraalinen oppiminen liittyy puolestaan taitoihin ja toimintamalleihin, jotka automatisoituvat ilman tietoista muistamista. Esimerkiksi pyörällä ajaminen, jossa ei ajatella miten polkeminen, tasapaino ja ohjaaminen yhdistetään, vaan keho vain oppii tietämään mitä tehdä, on hyvä esimerkki proseduraalisesta oppimisesta. Samoin esimerkiksi pianonsoittaminen ovat proseduraalinen taito. Proseduraalinen oppiminen perustuu yleensä implisiittiseen eli tiedostamattomaan muistamiseen, jolloin ihminen muistaa asioita ilman tietoista ponnistelua. Hän ei mieti aktiivisesti, miten tai miksi muistaa asian, vaan se vain tulee mieleen tai tapahtuu automaattisesti. Proseduraalisessa oppimisessa suoritus muuttuu harjoittelun tai tietyn altistuksen seurauksena ilman, että asianomainen on siitä välttämättä tietoinen. Motorinen oppiminen kuuluu muistityyppiin, joka on tiedostamatonta. Pelkistetysti voi ajatella, että deklaratiivinen oppiminen on tietoa jostain, kun proseduraalinen oppiminen on taitoa tehdä jotain (Roth & Verdolini Abbott, 2014).

Rothin ja Verdolini Abbottin (2014) mukaan motorinen oppimisprosessi on harjoitteluun liittyvää, tiedostamatonta ja aistinvaraista. Tyypillisesti ajattelemme, että kaikki oppiminen johtuu mieleemme tietoisuuden kautta ja että kaikkeen oppimiseen voi vaikuttaa tietoisella verbaalisella prosessoinnilla (Roth & Verdolini Abbott, 2014). Tutkimusten mukaan tarkat sanalliset ohjeet motorisiin taitoihin liittyvistä liikeradoista ovat kuitenkin hyödyttömiä ja yksiselitteisesti häiritseviä ja haitallisia oppimisprosessille (Liao & Masters, 2002; Singer, Lidor & Cauraugh, 1994; Wulf, Höb & Prinz, 1998; Wulf & Weigelt 1997). Tämän valossa 'laske kurkunpäätäsi'-tyyppisiä ohjeita tulisi välttää. Sen sijaan motorinen oppiminen näyttää Rothin ja Verdolini Abbottin (2014) mukaan vaativan aktiivista aistinvaraisen tiedon havaitsemista ja opettajan tulisi mieluummin käyttää aistihavaintoihin perustuvia kuvauksia esimerkiksi kuvailemalla missä resonanssin tulisi tuntua. Näin ollen hyviä ohjeita voisi olla esimerkiksi 'tunne värähtelynenän ja ylähuulen alueella' tai 'huomaa, miten kylkiluut laajenevat jokaisella sisäänhengityksellä.' Laulunopetuksessa on perinteisesti käytetty paljon metaforia, kuten vaikkapa 'laula valkoisella äänellä' tai 'laula niin kuin äänellä olisi siivet' ja usein opettajat käyttävät aistihavaintoihin perustuvia kuvauksia yhdessä metaforien kanssa (Roth & Verdolini Abbott, 2014). Aistitikuvien on todistettu olevan hyödyllisiä motoriselle oppimiselle (Toussaint & Blandin 2010), mutta metaforien hyötyä ei ole vielä todistettu (Verdolini-Marston & Balota 1994). Päinvastoin esiin on jopa noussut, että metaforien käyttäminen voi herättää deklaraatiivisen oppimisen, joka ei sovi yhteen motorisen taidon oppimisen kanssa (Verdolini-Marston & Balota 1994; Roth & Verdolini Abbott, 2014).

Toisaalta Boonshaft (2002) tuo esiin, että metaforien avulla voi olla hyvä välittää kuulijalle erilaisia tunnetiloja. Metaforia käyttäessä tulee kuitenkin varmistaa, että vastaanottaja tietää, mitä niillä tavoitellaan ja tarvittaessa ne on hyvä sitoa osaksi laajempaa tarinaa tai mielikuvaa. Pelkkä "keltainen ruusu" tuskin saa toista tekemään juuri sitä mitä sen sanoja ajatteli, mutta jos maalataan sen sijaan kuva vanhasta, hylätystä talosta, jonka pihalla on pelkkiä kuolleita lehtiä, joiden keskeltä pilkistää yksi keltainen ruusu, voidaan sille nyt antaa monia merkityksiä. Sen voidaan ajatella kuvastavan kaihoa sitä kohtaan, millaista elämää talossa on aiemmin vietetty tai vaikkapa toivoa paremmista päivistä. Näiden mielikuvien kautta voidaan päästä kohti ilmeikkäämpää ja tunteikkaampaa laulamista (Boonshaft, 2002, s. 122–123).

On mielenkiintoista tarkastella, miten eri tekijät harjoittelussa vaikuttavat hetkessä onnistumiseen ja pitkän tähtäimen oppimiseen. Äkkiseltään voisi kuvitella, että jos laulutunnit sujuvat loistavasti ja opettajan tunnin aikana antama palaute parantaa oppilaan suoritusta ja saattaa jopa saada oppilaan kokemaan kauan kaivatun läpimurron, oppilas myös kehittyy aimo harppauksin

eteenpäin. Roth ja Verdolini Abbott (2014) kuitenkin sanovat, että jos oppilaalla on tunnilla hyvä 'groove' päällä, hän käyttää vähemmän ajatusta aistihavaintoihinsa eikä kognitiivinen sitoutuminen ole yhtä voimakasta. Tämän tuloksena oppilaan voi olla vaikea muistaa myöhemmin mitä hän oikein tekikään ja näin hänen on vaikea toistaa suoritusta samanlaisena itsekseen harjoittellessaan. Paradoksaalista tuntuukin siis olevan, että koulutusstrategiat, jotka vahvistavat oppilaan suoritusta tuntien aikana, usein vähentävät pitkän tähtäyksen oppimista. Tämä toimii kuitenkin myös päinvastoin ja tällöin tekijät, jotka häiritsevät havaittua suorituskäytännöä harjoituksen aikana, myötävaikuttavat pitkän tähtäimen oppimiseen. Oppijan oma ponnistelu vahvistaa motorista oppimista (Roth & Verdolini Abbott, 2014).

Toinen tärkeä tekijä, joka Rothin ja Verdolini Abbotin (2014) mukaan saattaa vahvistaa välitöntä suoritusta, mutta heikentääkin pitkäkestoista oppimista ja päinvastoin, on harjoittelun jakaminen. Perinteisesti laulunopettajat ovat käyttäneet joukkoharjoittelua tai tiivisharjoittelua (*massed practise*), jossa harjoitteet menevät punaisen langan mukaan edeten pienemmistä harjoitteista laajemman äänialan vaikeampiin kuvioihin. Jokainen harjoitus tehdään loppuun asti, ennen kuin edetään seuraavaan (Roth & Verdolini Abbot, 2014). Vaikka tällainen lähestymistapa tuottaa tuloksia tunnin aikana ja antaa opettajalle ja myös oppilaalle tunteen kehityksestä, se ei kuitenkaan tarjoa parasta hyötyä oppimiselle (Shea & Morgan, 1979). Hajautetussa tai lomitetussa harjoittelussa (*distributed practise*) käytetään Rothin ja Verdolini Abbotin (2014) mukaan monia erilaisia harjoitteita pienissä erissä. Näin toimiessa jokainen harjoite tehdään vain muutaman kerran ja sitten siirrytään jo seuraavaan. Lomitetussa harjoittelussa kaikki harjoitteet laitetaan myös satunnaiseen järjestykseen, kunhan oppilaan ääni on riittävän lämmin kyseisille harjoitteille. Harjoitteiden satunnainen järjestely aiheuttaa oppilaalle kontekstuaalisen häiriövaikutuksen. Käytännössä tämä tarkoittaa, että yksittäinen harjoite ei koskaan ehdi temmata oppilasta täysin mukaansa, kun hänen täytyy jo vaihtaa uuteen harjoitukseen, jossa on uudet tavoitteet ja uudet kohteet, joihin hänen tulisi kohdistaa aistihavaintonsa. Tämä lisää kokonaisuudessaan neurologista aktiviteettia, jota tarvitaan lihasmuistin muodostumiseen (Roth & Verdolini Abbott, 2014).

Myös harjoittelun vaihtelevuudella suhteessa sen samankaltaisuuteen on Rothin ja Verdolini Abbotin (2014) mukaan merkitystä lyhyt- ja pitkäkestoiselle oppimiselle. Nonvariaabelissa, ei-vaihtelevassa tai muuttumattomassa harjoittelussa voisi olla esimerkiksi kvinttiliuku yhdellä vokaalilla, jota sitten nostetaan puolisävelaskelta jokaisen yrityksen jälkeen. Kun koko oppilaan ääniala on menty läpi, vaihdetaan harjoitusta, esimerkiksi samaan harjoitteeseen mutta uudella vokaalilla toteutettuna. Tällöin suoritus paranee kerta kerralla tunnin aikana, mutta jos

harjoitteessa on vain vähän variaatiota, se ei vaadi oppilaalta juurikaan kognitiivista panostusta. Variaabelissa, vaihtelevassa harjoittelussa sama harjoitus voitaisiin toteuttaa esimerkiksi vaihtelevilla vokaaleilla, jotka eivät ole missään tietyssä järjestyksessä, ja puolikkaiden sävelaskelten sijaan harjoitusta voitaisiin tehdä vaihtelevien intervallien päästä. Variaabelissa harjoittelussa siis käytetään monia erilaisia ärsykeitä tietyn käyttäytymisen vahvistamiseksi. Nonvariaabeli harjoittelu tuottaa parempia tuloksia itse oppitunnin aikana kuin variaabeli, mutta variaabelin harjoittelun myötä oppilas kykenee soveltamaan oppimaansa paremmin uusiin tilanteisiin. Tässä pätee sama sääntö kuin äskeisessäkin – mitä enemmän oppilas joutuu ponnistelemaan kognitiivisesti, sitä parempia tuloksia hän saavuttaa pidemmällä aikavälillä (Roth & Verdolini Abbott, 2014).

4.1 Äänenavauksen tarkoitus

Kuoroharjoitusten alussa tapahtuvassa äänenavauksessa on Smithin ja Sataloffin (2013) mukaan tarkoitus herätellä laulajan äänimekanismi sopeutumaan puhumisesta laulamiseen ja valmistella sekä keho että mieli sopivaan vireystilaan tulevia harjoituksia varten. Äänenavaustuokio tarjoaa kuitenkin myös mahdollisuuden kehittää kuorolaisten lauluääniä laajemmin. Jokainen kuoroharjoitus pitää sisällään mahdollisuuden kehittää kuoroa kokonaisvaltaisesti, ja äänenavaus on sitä silmällä pitäen tärkeä työkalu, jossa kuoronjohtaja rakentaa instrumenttiaan laulaja laulajalta ja harjoitus harjoitukselta (Smith & Sataloff, 2013, s. 267).

Mari Koistisen (2003) mukaan äänenavaus tarkoittaa yksittäisen laulajan ääni-instrumentin lämmittelyn ja äänen avaamisen lisäksi myös kehon tuntemuksen sekä laulutekniikan parantamista. Itse äänenavaustermiä hän pitää harhaanjohtavana ja liian kapeana. Hänen mukaansa koko kuoron kannalta äänenavauksen tarkoitus olisi luoda harjoituksiin oikeanlainen tunnelma ja saada laulajat virittymään siihen. Näin kuoronjohtaja pääsee kehittämään koko kuoroaan yhtenä suurena instrumenttina (Koistinen, 2003).

Sekä Durrant (2003) että Koistinen (2003) ovat sitä mieltä, että mitä enemmän harjoituksissa käytetään aikaa kehon huoltamiseen ja sen tasapainoiseen käyttämiseen, sitä sujuvammin laulajien ääni alkaa toimia ja kappaleiden harjoittaminen tulee tuottavammaksi. Hyvin tehty äänenavaus on edellytys koko kuoroharjoitusten tehokkaalle oppimiselle (Durrant, 2003, s. 113; Koistinen, 2003, s. 109–110, 112).

Äänenavauksessa on Webbin (2007) mukaan mahdollista käyttää aikaa äänenkäytön opettamiseen kuorolaisille ja sitä kautta myös edistää heidän hyvinvointiaan. Opettamalla terveellistä äänenkäyttöä voidaan estää mahdollisia äänivaurioita. Kun laulajien äänet ovat terveitä, kuoro myös kuulostaa paremmalta. Ja kun yksittäiset laulajat kehittyvät, on koko kuoron mahdollista kehittyä kokonaisuutena. Äänenkäytön opettamisella on suora vaikutus kuoron äänenlaatuun, intonaatioon ja kuorolaisten kehittymiseen muusikoina. Useimmat kuorolaiset haluavat kehittyä laulajina ja saada kuoronsa kuulostamaan paremmalta. Oman kehityksen lisäksi koko kuoron kehittymisen huomaaminen antaa laulajille lisäinnostusta harrastukseen (Webb, 2007, s. 26).

Äänenavausta pohdittaessa on kuitenkin hyvä ottaa myös huomioon, minkä tasoisen kuoron kanssa ollaan tekemisissä. Abraham Kaplan (1985), yksi aikamme isoista kuoronjohtajanimistä ja myös monen muun kuoronjohtajan opettaja, on sitä mieltä, että jokainen harjoitus tulisi alkaa huolellisella äänenavauksella, ja että koko äänenavauksen tulisi olla yksi iso äänenlämmittelytuokio. Samalla tulisi kuitenkin muistaa, ettei kuoroharjoitus itsessään ole laulutunti. Jos on itse ottanut laulutunteja, tietää, miten vaikeaa se voi olla edes yksityisopetuksessa, joten sitä ei tulisi edes yrittää tehdä ryhmässä. Laulamisen opettamista tulisi erityisesti välttää kuoroissa, joissa on ammattilaulajia, sillä yleensä suurimmalla osalla heistä on jo laulunopettaja. Kuoronjohtaja voi kuitenkin vaikuttaa silti suuresti laulajiensa äänenlaatuun ja äänenväriin. Kaplanin mielestä erityisesti johtajan johtamistekniikalla on suuri vaikutus laulajien äänenkäyttöön. Tämä kannattaisi ottaa huomioon myös tavallisia ääniharjoituksia johdettaessa (Kaplan, 1985, s. 18–19).

4.2 Äänenavauksen ympäristö ja ilmapiiri

Longan (2015) mukaan oppimisympäristöllä tarkoitetaan niin vuorovaikutusta yksilön ja ympäristön välillä, kuin työkaluja ja välineitä, joita hyödynnetään oppimisen tukena. Opetus, oppimisprosessi ja ympäristö vaikuttavat jatkuvasti toisiinsa ja oppimisympäristön tulisikin edistää sekä oppimista että opetuksellista vuorovaikutusta. Vuorovaikutukseen vaikuttaa lisäksi koko yhteisön toimintakulttuuri ja käytännöt (Lonka, 2015, s. 108).

Fyysinen ympäristö vaikuttaa Longan (2015) mukaan ihmisten toimintaan ja voi sekä ohjata että rajoittaa vuorovaikutusta ja käyttäytymistämme eri tavoin luomalla meille valmiita käyttäytymissääntöjä. Esimerkiksi salin paikalleen ruuvatut penkkirivit ohjaavat helposti opettajan esiintyjän rooliin ja muut passiiviksi kuulijoiksi, jolloin aktiivista vuorovaikutusta voi olla vaikeampi saada aikaan (Lonka, 2015, s. 108). Kuoronjohtajan tulisikin valita harjoitustila

huolella. Koistisen (2003) mukaan monet ympäristötekijät, kuten melusaaste ja muut akustiset tekijät, vaikuttavat myös ääneen ja sen käyttöön. Kuoronjohtajan tulisi pyrkiä ratkaisemaan äänen haitallisesti vaikuttavia tekijöitä esimerkiksi kieltämällä liian voimakkaat hajusteet ja parfyymit sekä etsiä ratkaisuja, jos harjoitustilan sisäilma on esimerkiksi liian kuivaa tai pölyistä (Koistinen, 2003, s. 10, 92).

Durrant (2003) nostaa esiin, että ääni akustisena ilmiönä on monimutkainen kokonaisuus ja liittyy paitsi tilan akustiikkaan, myös pedagogisiin näkökulmiin. Kiinnitettäessä huomiota siihen, laulavatko kuorolaiset tiiviimmässä vai väljemmässä muodostelmassa ja kuka laulaa kenkin vieressä, voi huomata sen vaikuttavan suuresti niin kuoron sointiin, mutta myös laulajien itsevarmuuteen ja itsetuntoon laulajien huomatessa, että juuri heidän äänensä vaikuttaa koko kuoron kokonaisuuteen. Kokeneilla laulajilla suurempi vastuu oman äänen ja stemman kannattelusta motivoi ja innostaa, aloittelevia laulajilla se voi enemmänkin pelottaa (Durrant, 2003, s. 130–133).

Ihminen on psykofyysinen kokonaisuus ja Koistinen (2003) toteaa, että lauluääni on ainut instrumentti, joka on osa kehoa, suoraan yhteydessä aivoihin ja siinä samalla koko ihmisen persoonaan ja henkiseen tilaan. Tämä tekee lauluäänestä äärimmäisen herkän instrumentin, jonka äänimekanismiin vaikuttavat monet erilaiset asiat. Ympäristötekijöiden lisäksi ääneen vaikuttavat myös henkilöstä itsestään nousevat tekijät. Näitä voivat olla esimerkiksi huono yleiskunto, väärä hengitystapa tai väärästynyt kehon linjaus. Erilaiset emotionaaliset ja psyykkiset tekijät vaikuttavat avioihin ja lihaksistoon ja sitä kautta suoraan myös itse äänimekanismiin. Esimerkiksi emotionaaliset ongelmat tai muut jännitystilat ja pelot lisäävät helposti kehon lihasjännitystä, mikä vaikuttaa ääneen negatiivisesti (Koistinen, 2003, s. 10–11, 84).

Huomionarvoista Koistisen (2003) mukaan on, että aivoilla on taipumus säilyttää negatiivista informaatiota. Vaikka syy stressinaiheuttajaan olisikin jo poistunut ja olisimme tietoisesti asian unohtaneet, saattavat aivot edelleen lähettää jännitystilasta kertovaa tietoa kehoomme. Näitä tilanteita purkaaksemme meidän tulisi opetella rentoutumaan ja aktiivisesti unohtamaan erilaisia asioita. Mitä paremmin opimme käyttämään kinesteettistä aistiamme, sitä enemmän meillä jää energiaa ja huomiota käytettäväksi tarpeellisen tiedon kulkuun. Kulttuuri ja yhteiskunta, jossa elämme, vaikuttaa myös vahvasti äänenkäyttöömme. Esimerkiksi liika nasaalisuus katsotaan Aasian maissa äänen terveeksi ominaisuudeksi, kun taas länsimaissa se nähdään enemmänkin äänentuottovirheenä tai tehokeinona (Koistinen, 2003, s. 10–11, 84).

Mari Koistisen mukaan (2003) yksi äänenavauksen tavoitteista tulisi olla vapaan äänen opettaminen kuorolaisille. Terveen, elastisen ja hyvin soivan äänen perusedellytys on rento ja joustava keho. Esimerkiksi täydellinen hengittäminen onnistuu vain, jos hengitykseen osallistuvat lihakset ja muut kehon osa-alueet pääsevät työskentelemään vapaasti niiden luonnollisessa tilassa. Tällöin äänen tuottamiseen ei tarvita ylimääräistä energiaa. Positiivisella asennoitumisella on myös tärkeä rooli kehon hallinnan oppimisessa ja kun opetellaan lisäämään tietoisuutta omasta kehosta, oikea asenne omaan itseen ja omaan kehoon on tärkeä. Siksi kuoronjohtajan tulisikin pyrkiä siihen, että laulajien kehot ja mielet olisivat rentoutuneita ja vapautuneita niin äänenavauksessa kuin koko harjoitusten aikana. Äänenavauksen tulisikin olla iloinen ja positiivista yhteishenkeä luova. Kiireessä ja jännittyneessä ilmapiirissä pidetty äänenavaus saattaa pahimmassa tapauksessa jopa saada instrumentin toimimaan huonommin ja lukkiuttaa koko kehon. Parhaimmillaan äänenavaus voi kuitenkin saada ihmiset pursuamaan laulamisen intoa ja saada laulajat viihtymään harjoituksissa raskaankin päivän jälkeen (Koistinen, 2003, s. 11–14, 109).

Myös Colin Durrant (2003) peräänkuuluttaa positiivista ilmapiiriä. Ihmisluonnolle on luontaista vastata siihen, mitä me näemme. Jos joku hymyilee meille, hymyilemme mitä luultavimmin takaisin, kun taas toisia mulkoilevalle ihmiselle vastataan harvemmin hymyllä. Durrantin mukaan johtaja ei voi vaatia kaunista ja vapaata laulua, jos hän saa laulajat päinvastoin tuntemaan olonsa epämukaviksi, riittämättömiksi ja epävarmoiksi omasta laulamisestaan. Sitä vastoin laulajat suoriutuvat paremmin, jos johtaja saa laulajat tuntemaan olonsa varmoiksi ja rohkaisee heitä omassa suorituksissaan. Näiden kahden toimintatavan välinen psykologinen ero on suuri. Jos laulajat pääsääntöisesti viihtyvät harjoituksissa kerta toisensa jälkeen, tulevat he todennäköisemmin paikalle myös seuraavan viikon harjoituksiin (Durrant, 2003, s. 105–106).

Kuoronjohtajan tulisi myös olla tietoinen siitä, että kehonkieli vaikuttaa merkittävästi kuorolaisiin ja siihen, miten he tulkitsevat kuoronjohtajan mielialan. Psykologi Albert Mehrabian (1972) on tutkinut ihmisen viestinnän osatekijöitä ja todennut, että vain 7 % ihmisten välisestä kommunikaatiosta välitetään sanoilla. Hänen mukaansa erilaisilla äänenpainoilla tietoa välitetään 38 %, kun suurin osa viestinnästä, kokonaiset 55 %, välittyy kasvonilmeiden ja muun kehonkielen avulla (Mehrabian, 1972, s. 182).

Durrantin mukaan (2003) pelkästään se, miten johtaja kävelee harjoitustilaan, merkitsee paljon ja tapa, miten tervehdimme toisiamme, vaikuttaa ilmapiiriin, jonka luomme. Laulaessa kuorolaiset paljastavat jotain omasta itsestään. He eivät voi piileskellä oman instrumenttinsa takana,

vaan heidän kehonsa on heidän instrumenttinsa. Erityisesti epävarmat laulajat ovat haavoittuvaisessa asemassa niin musiikillisesti, psykologisesti kuin emotionaalisestikin. Positiiviseen henkeen rakennetun äänenavauksen lisäksi johtajan olisi hyvä pyrkiä tekemään tuokiosta lisäksi tehokas ja rauhallinen. Äänenavauksen ollessa asianmukainen, tulisi sen sisältää myös luovia elementtejä (Durrant, 2003, s. 109).

4.3 Äänenavauksen rakentaminen

Alan tietokirjallisuudesta löytyy monia erilaisia malleja äänenavauksen rakentamiseen. Kerron ensin yleisellä tasolla mitä eri asioita äänenavauksen rakentamisessa tulisi ottaa huomioon, jonka jälkeen avaan enemmän Brenda Smithin ja Robert Sataloffin, Colin Durrantin, Mari Koistisen, Stefan Sköldin sekä Jeffrey Webbin ajatuksia ja malleja aiheesta.

Mari Koistisen (2003) mukaan äänenavausta suunniteltaessa kuoronjohtajan tulisi ottaa huomioon useita eri asioita. Kuoron ikärakenne ja äänijaot, mutta myös kuoromuoto sekä harjoiteltavien kappaleiden tyyliseikat vaikuttavat siihen, mitä äänenavauksessa kannattaa tehdä. Lisäksi Koistisen mukaan johtajan tulee ottaa huomioon, mitä tarkoitusta varten kyseistä äänenavausta ollaan tekemässä: valmistellaanko laulajia normaalia viikkoharjoitusta varten, kahdeksan tunnin leiripäivään sunnuntaiaamuna vai konserttia varten? Keho ja mieli ovat merkittävästi erilaisessa tilassa aamulla harjoituksiin valuessa kuin illalla konserttiin jännittäessä (Koistinen, 2003, s. 109).

Konkreettisesti äänenavauksen kesto voi Koistisen (2003) mukaan vaihdella paljonkin äänenavauksen ja kuoron mukaan. Kokonaiskestoltaan aikuiskuorossa tehtävään äänenavaukseen tulisi käyttää 20–30 minuuttia. Tästä ensimmäiset 5–10 minuuttia tulisi varata tervehdyksiin ja erilaisiin rentoutus-, venytys- ja hengitysharjoituksiin. Seuraavat 10–15 minuuttia tulisi käyttää varsinaisiin ääniharjoituksiin. Äänenavauksen jäljelle jäävän loppuajan voi käyttää esimerkiksi äänenavauslauluun, ilmaisun kehittämiseen tai jopa ihan vain keskittymiseen ja hiljentymiseen ennen kuin siirrytään työstämään päivän varsinaisia kappaleita (Koistinen, 2003, s. 111).

Brenda Smithin ja Robert Sataloffin mukaan (2013) äänenavauksessa on viisasta vaihdella harjoitusten järjestystä laulajien tylsistymisen ja heidän ennakkoavistustensa välttämiseksi. Ideaalitulanteessa kuorolaiset saapuvat harjoituksiin innokkaina näkemään ja kuulemaan, mitä johtajalla on heille tänään tarjottavanaan (Smith & Sataloff, 2013, s. 268).

Brenda Smithin ja Robert Sataloffin, Colin Durrantin, Mari Koistisen, Stefan Sköldin sekä Jeffrey Webbin ajatuksia ja malleja aiheesta:

Brenda Smithin & Robert Sataloffin malli (2013, s. 154):

1. Rentoutus
2. Asento
3. Hengitys
4. Resonanssi

Colin Durrantin malli (2003, s. 113):

1. Fyysiset harjoitteet
2. Fokusoivat harjoitteet
3. Hengitysharjoitteet
4. Vokaaliharjoitteet

Mari Koistisen malli (2003, s. 112–113):

1. Rentoutus- ja venytysharjoitukset
2. Kehon hallinnan ja tuntemuksen harjoituksia
3. Hengitysharjoituksia
4. Äänen viritysharjoitukset
5. Varsinaiset ääniharjoitukset
6. Harmoniset ääniharjoitukset
7. Jäähdyttelyharjoitukset

Stefan Sköldin malli (Savimäki, 2017, s. 100):

1. Kehon avaus
2. Hengitysharjoitukset
3. Resonanssiharjoitukset
4. Matalat harjoitukset
5. Korkeat harjoitukset
6. Eriyisharjoitukset

Huolimatta siitä, mihin malliin oman äänenavauksensa perustaa, on muutamia yleisiä perusharjoitusohjeita, joita olisi hyvä ottaa huomioon. Sekä Koistinen (2003) että Savimäki (2017) vannovat sen nimeen, ettei yksittäistä harjoitetta saa harjoittaa liian pitkään. Heidän mukaansa yksinkertaisuus ja runsas toisto saattaa puuduttaa laulajia (Koistinen, 2003, s. 113; Savimäki,

2017, s. 96). Lisäksi Koistinen huomauttaa, että jokaisella harjoituksella on oma tehtävänsä, eikä ole terveellistä teettää jokaista harjoitetta jokaisessa rekisterissä ja jokaisessa sävellajissa. Erittäin tärkeää on, että kuoronjohtaja itse tiedostaa miksi käyttää kyseisiä harjoituksia ja kertoo tai näyttää mitä harjoituksessa haetaan takaa tai mihin sillä pyritään (Koistinen, 2003, s. 109). Savimäki painottaa, että kuoronjohtajan tulisi seistä aina koko kuoron edessä ja näyttää koko olemuksellaan, miten hyvä ääni syntyy kehossa, sillä monet ihmiset oppivat mallioppimisen kautta. Lisäksi hän kehottaa johtajaa näyttämään käsillään mitä haluaa. Jos johtaja tuo esimerkiksi kädet silmillensä ja kirkastaa katseensa, on kuorosta mahdollista saada ulos aikaisempaa kirkkaampi saundi (Savimäki, 2017, s. 94). Laukkasen & Leinon mukaan (1999, s. 196) laulajille on myös tärkeää välittää periaate, että ääniharjoitukset eivät ole itsetarkoitus, vaan niitä käytetään apuvälineinä oikeanlaisen äänenlaadun etsinnässä.

Kaplanin (1985) mukaan riittävän ja kunnollisen hengityksen tärkeyttä ei voi korostaa liikaa laulun yhteydessä ja jokaisessa yllä olevassa mallissa hengitysharjoituksille onkin varattu oma hetkensä. Mitä vähemmän laulajilla on kokemusta äänenkäytöstä, sitä enemmän hyvään hengitykseen tulee kiinnittää huomiota. Laulajalla, joka tuottaa äänen ilman kunnollista hengitystukea, tuloksena on ruma ääni ja käheä kurkku. Sen sijaan, että hengitysharjoituksia toistaa loputtomasti, tulisi miettiä erilaisia tapoja muistuttaa hyvästä hengityksestä. Kuorolaisia voi kannustaa esim. sanomalla: ”Tämän harjoituksen pitkä diminuendo vaatii hyvää tukea onnistuakseen. Keskity siis hyvään hengitykseen aina enne jokaista uutta fraasia” (Kaplan, 1985, s. 17–18).

Lisäksi Kaplanin (1985) mukaan monesti törmää ajatukseen, että amatöörikuoroja johdettaessa johtaja tarvitsisi isompia liikkeitä, hänen kannattaisi tekstata tekstiä suullaan ja jopa hylätä joitain johtamiskaavoja, jotta lyönnistä tulisi selkeämpi. Kuoronjohtajan olisi kuitenkin hyvä asennoitua niin, että se, mikä on hyvä ammattilaiskuorolle, on hyvä myös amatöörikuorolle. Ero eritasoisten kuorojen välillä ei tulisi olla johtamisessa, ainoastaan harjoittelussa. Johtamistapaa ei tule sopeuttaa käsillä olevaan ryhmään, vaan heidät on hedelmällisempää harjoittaa vastamaan johtamiseen niin kuin ammattilaiskuoro. Lopputulosten saavuttaminen saattaa kestää kauemmin, mutta tulosten tulisi olla samankaltaiset ja ero löytyä vain äänenväristä. Amatöörikuoroa harjoittaessa johtajan tulisi käyttää resurssinsa nostaakseen ryhmää korkeammalle tasolle, ei laskea omia odotuksiaan. Tätä näkemystä vasten myös äänenavausta johtaessa kannattaa kiinnittää huomiota hyvään tekniseen johtamiseen (Kaplan, 1985, s. 93–94).

5. Tutkimuksen metodologia ja toteutus

Halusin tutkia äänenavausta kokonaisvaltaisena ilmiönä ja ymmärtää paremmin, mitä pinnan alla tapahtuu, niin kuoronjohtajien kuin kuorolaisten näkökulmasta. Tutkimuskysymyksiksi muotoutui seuraavat kaksi kysymystä:

- 1) *Mitä käsityksiä kuoronjohtajilla on siitä, mitä tarvitaan motivoivaan ja onnistuneeseen äänenavaukseen?*
- 2) *Mitä asioita kuorolaulajat pitävät tärkeinä ja motivoivina äänenavauksessa?*

Tutkimukseeni osallistui kolme kuoroa ja kysymyksiin vastauksen löytämiseksi tarvitsin dataa sekä kuorolaisilta että kuoronjohtajilta. Koska tutkimani ryhmät olivat luonteeltaan erilaisia ja saivat minut hyödyntämään erilaisia datan keräyksen metodeja, tuli tutkimuksestani monimenetelmällinen. Tämä tarkoittaa, että se hyödyntää sekä kvalitatiivisen että kvantitatiivisen tutkimuksen kenttää. Monimenetelmä tutkimuksessa tutkija yhdistelee sekä laadullisen että määrällisen tutkimuksen elementtejä päämääränään laajentaa ja syventää ilmiötä koskevaa ymmärrystä (Vilka & Mankki, 2024, s. 14). Vilkan (2005) mukaan laadullisen tutkimuksen tavoitteena on saavuttaa tietoa, joka auttaa merkitysten ymmärtämisessä ja sen avulla pyrin vastaamaan, miten kuoronjohtajat ovat päätyneet omiin valintoihinsa toimia niin kuin he toimivat. Määrällisen tutkimuksen tavoitteena on saavuttaa numeraalista tietoa ja pyrin sitä hyödyntämällä vastaamaan kysymykseen, miten kuorolaiset laajempina joukkona ajattelevat äänenavauksesta (Vilka, 2005, s. 49).

Teemahaastattelua hyödyntäen haastattelin kolmea (3) kuoronjohtajaa ja heiltä saamani data edustaa tutkimuksessani laadullista dataa, jota olen tutkinut fenomenografisesta näkökulmasta käsin. Kuorolaiset puolestaan vastasivat kyselylomakkeeseen. Heiltä sain vastauksia yhteensä 61 kappaletta (N=61), josta sain tutkimukseeni sekä laadullista että määrällistä dataa.

Koska tutkimukseni hyödyntää sekä laadullista että määrällistä dataa, kulkee se ikään kuin vuorotellen eteenpäin, esittäen aina ensin laadullisen ja sitten määrällisen datan. Aloitan esittelemällä tutkimuksen osallistujat alaluvussa 5.1. Alaluvussa 5.2 syvennyn laadulliseen tutkimukseen ja kuoronjohtajien haastatteluun ja sen alaluvuissa kerron lisää heiltä saamani aineiston keräämisestä sekä analysoinnista. Vastaavasti alaluvussa 5.3 syvennyn määrälliseen dataan ja kuorolaisiin kohdistamaani kyselyyn sekä kerron lisää heiltä saamani aineiston keruusta ja analyysistä.

5.1 Tutkimuksen osallistujat

Esittelen tässä luvussa tutkimukseeni osallistujat. Kerron ensin millaisia kriteerejä minulla oli tutkimukseen osallistuville kuoroille, jonka jälkeen esittelen, millaisia kuoroja tutkimukseeni valikoitui johtajineen. Suomen kuorokenttä on verrattain pieni, joten anonymiteetin säilyttämiseksi en halua avata johtajien henkilökuvaakaan liian tarkasti. Johtajien ja kuorojen esittelyn jälkeen tarkastelen tutkimukseeni vastanneita kuorolaisia suurempana joukkona.

Minulla oli muutamia kriteerejä, jotka halusin täyttää tutkimukseen osallistuvien kuorojen taholta. Halusin, että tutkimukseen osallistuvat laulajat edustaisivat suunnilleen nuoria aikuisia, sillä tämän ikäryhmän ohjaaminen kiinnostaa minua henkilökohtaisesti. Nuorilla aikuisilla äänenmurros on jo takana ja laulamisesta saattaa olla jo paljon kokemusta, mutta välttämättä kaikki toimintatavat eivät ole vielä syvään juurtuneita ja ajatuksissa saattaa piillä raikkaita uusia tuulia. Lisäksi halusin saada kaikkien sukupuolien äänen kuuluviin, joten kuoromuodon kriteeriksi muotoutui sekakuorot. Lisäksi toiveenani oli, että kuorojen taiteelliset johtajat olisivat alalle koulutettuja ja tekisivät työtä päätoimisena. Näin he ovat mahdollisesti miettineet enemmän kuoron johtamista sekä myös äänenavausta sen yhtenä osa-alueena kokonaisvaltaisesti eri näkökulmista. Viimeisenä ja kaikista ilmiselvimpänä kriteerinä tutkimukseen osallistuville kuoroille oli se, että mukaan lähtevillä kuoroilla pitää olla aikaa, kiinnostusta ja resursseja osallistua tekemääni tutkimukseen.

Anonymiteetin säilyttämiseksi olen nimennyt kuorot ja heidän johtajansa uudelleen. Yllä olevien kriteerien jälkeen tutkimukseeni osallistui lopulta kolme kuoroa: *Laulavat Linnut*, *Kettukuoro* sekä *Soiva Sudenkorento*. Jotta johtajien kommentit olisi helppo yhdistää johtamiensa kuorojen vastauksiin, olen nimennyt heidät kuorojen etukirjaimista johdetuilla nimillä. Näin ollen *Laulavien Lintujen* johtaja kantaa nimeä *Laura Lintu*, *Kettukuoron* johtaja on nimeltään *Kiia Kettu* ja *Soivan Sudenkorrennon* johtaja *Saaga Sudenkorento*. Myös laulajien vastaukset koostuvat kuoron nimestä otetuista etukirjaimista yhdistettynä laulajan äänialaan. Näin ollen LL tarkoittaa *Laulavia Lintuja*, KK *Kettukuoroa* ja SS *Soivaa Sudenkorentoa*. Äänialaa merkitsee joko S, A, T tai B sopraanon, alton, tenorin ja basson merkiksi. Näin esimerkiksi *Kettukuorossa* laulava basso merkitään *KK-B*.

5.1.1 Kuorot johtajineen

Laulavat Linnut on reilu kahdenkymmenen henkilön kuoro. Heidän ohjelmistonsa painottuu rytmimusiikkiin ja heillä on paljon omia konsertteja sekä erilaisia yhteistyöprojekteja. Laura Linnun mukaan kuoron laulajat ovat taitavia ja monipuolisia laulajia, mikä mahdollistaa kunnanhimoisen työskentelyn. Ohjelmisto on haastavaa ja sitä toteutetaan hyvin yksityiskohtaisesti ja laatu-tietoisesti niin, että nuottikuvassa helpotkin kappaleet saadaan haastaviksi. Käytännössä kaikki kappaleet ovat räätälöity kyseiselle kuorolle. Ohjelmiston osalta johtoajatuk-sena on, että kuoro on ikään kuin artisti, jolla on tietty perusohjelmisto ja vaikka uusia kappa-leita harjoitellaan koko ajan, koko ohjelmisto ei vaihdu jokaiseen konserttiin. Laulavissa Lin-nuissa kaikki kappaleet lauletaan pääasiassa ulkoa.

Laulavien Lintujen johtaja *Laura Lintu* on valmistunut sekä musiikkikasvatuksen että rytmimusiikin kuoronjohdon maisteriksi ja lukenut lisäksi musiikkikasvatusta. Hän johtaa Laulavien Lintujen lisäksi sekä naiskuoroa että diskanttikuoroa. Kuoronjohdon saralla Lauralla on useita mielenkiinnonkohteita, joista rytmimusiikkiin erikoistuminen on vahvaa. Improvisaatio ja ei-kirjoitetun musiikin tutkiminen, sekä laulajien osallistaminen luovaan prosessiin niin, että se tukee laulajan kokonaisvaltaista muusikkoutta ja tekemistä, ovat myös tärkeitä teemoja Lauralle johtajana.

Kettukuorossa laulajia on vajaa 50 henkilöä ja myös heidän ohjelmistonsa painottuu rytmimusiikkiin. Kuorolla on paljon omia konsertteja ja tilauskeikkoja ja se on käynyt myös erilaisissa kuorokatselmuksissa. Kiia Ketun mukaan myös Kettukuorossa ohjelmistoa ajatellaan enemmän artistinäkökulmasta. Kuorolla on vahva perusohjelmisto ja sen kaikki kappaleet osataan ulkoa. Lisäksi konserttiohjelmistoja tehdään esimerkiksi tilaajan mukaan tai rakennetaan jonkin teeman ympärille. Kiia haluaa, että ohjelmistossa ei ole liikaa liian vaikeata ohjelmistoa kerralla, jotta ohjelmistoa voidaan esittää helposti myös pienemmillä porukoilla.

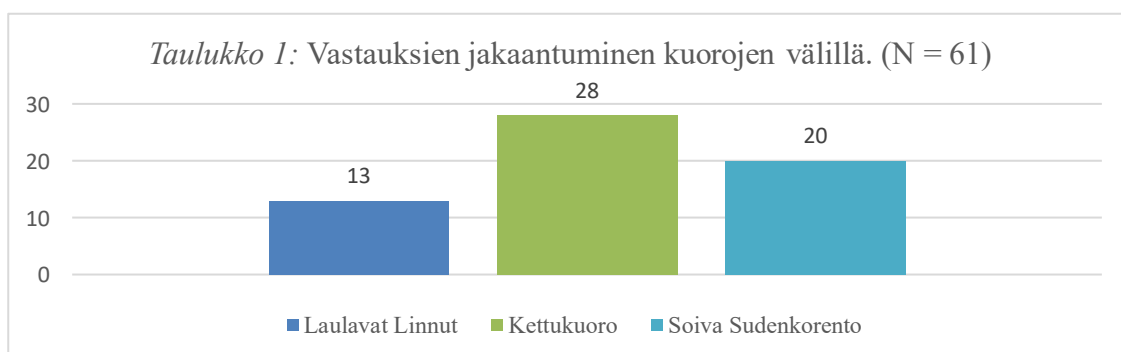
Kiia Kettu on ehtinyt opiskella monenlaisia asioita. Hän on lukenut niin musiikkitiedettä kuin musiikkikasvatustakin, sekä tehnyt musiikkipedagogin tutkinnon popjazz laulusta. Lisäksi hän on opiskellut kuoronjohtoa sekä klassisen että rytmimusiikin parissa. Kettukuoron lisäksi hän johtaa lapsikuoroa, sekä aikuisille suunnattua naiskuoroa ja sekakuoroa. Lisäksi hän pitää erilaisia kursseja kuorolaulusta. Kiia kokee, että hänen erikoisosaamisensa on rytmimusiikin puolella, jonka lisäksi improvisaatio on tärkeä osa hänen työskentelyään.

Soivassa Sudenkorennossa laulajien lukumäärä pyörii 30 ja 40 välillä ja heidän ohjelmistonsa painottuu klassiseen musiikkiin. Erilaisia konsertteja on tiiviillä aikataululla ja kuoro tekee myös kilpailumatkoja. Saaga Sudenkorenon mukaan kuoron ohjelmisto on tällä hetkellä painottunut pääasiassa 1900-luvun länsimaisen taidemusiikin, renessanssin ja barokin aikakausiin. Lisäksi kuoro esittää paljon kantaesityksiä. Yleensä yhdellä ohjelmistolla lauletaan konsertti tai kaksi, jonka jälkeen ohjelmisto vaihtuu. Soivassa Sudenkorennossa ohjelmisto on haastavaa ja Saagan mukaan kuoro myös toivoo sitä. Hänen mukaansa ohjelmisto ei saa toisaalta olla liian vaikeaa, vaan siinä pitää olla sointia ja laulullisuutta. Soivan Sudenkorenon ohjelmistosta ei juurikaan löydy teoksia, jotka olisivat alle kahdeksan äänisiä.

Johtajansa *Saaga Sudenkorento* on niin musiikin maisteri kuin musiikkipedagogi kuoron johtamisesta. Lisäksi hän lukenut myös musiikkikasvatusta. Hän johtaa Soivan Sudenkorenon lisäksi kahta mieskuoroa sekä yhtä nuorisokuoroa. Erityisesti Saagaa kiinnostaa sointi yleisesti sekä kuoron soinnin kehittäminen. Lisäksi hänen erityismielenkiinnon kohteensa on vuorovaihtuksen tutkiminen kuoron ja johtajan välillä johtamistekniikan kautta.

5.1.2 Kuorolaiset

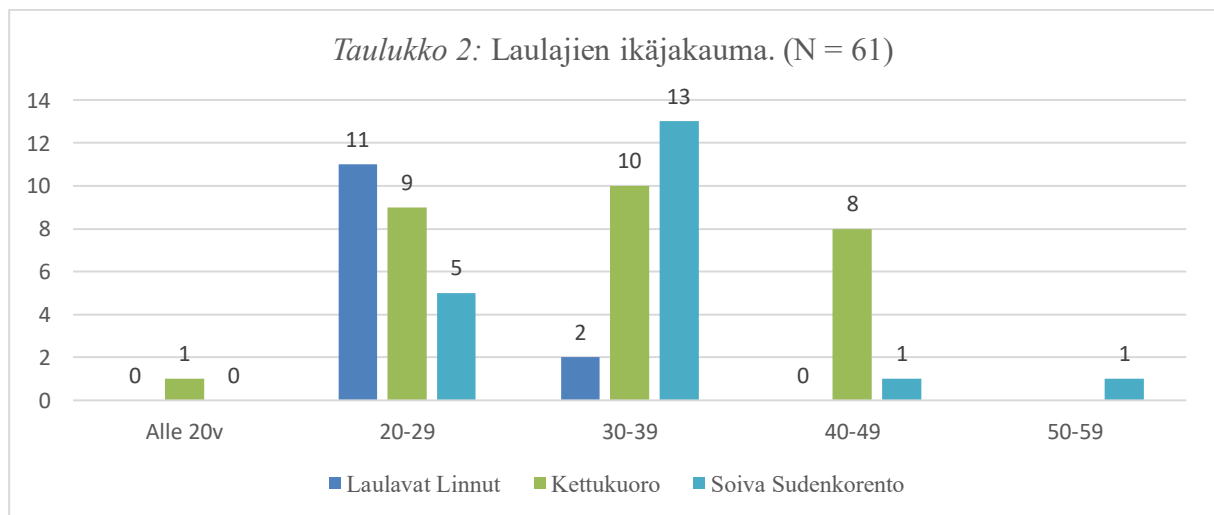
Sain jokaisesta kolmesta kuorosta hyvin vastauksia laulajien osalta, mutten saanut mistään kuorosta mukaan kaikkia laulajia. Yhteensä sain vastauksia 61 kappaletta (N = 61). Arvioni mukaan rytmimusiikkiin painottuneessa Laulavissa Linnuissa oli tutkimuksen aikana 24 laulajaa, ja heiltä sain 13 vastausta, mikä tekee heidän kuorokohtaiseksi vastausprosentiksi 54,2 %. Niin ikään rytmimusiikkiin painottuneessa Kettukuorossa tutkimuskysely tavoitti arviolta 46 laulajaa, joista vastauksia sain 28 laulajalta, tehden heidän kuorokohtaisesta vastausprosentistaan 60,9 %. Klassiseen musiikkiin painottuneessa Soivassa Sudenkorennossa lauloi arviolta 50 laulajaa, joilta sain yhteensä 20 vastausta. Heidän kuorokohtainen vastausprosenttinsa oli 40 %. Kaikista vastanneista Laulavien Lintujen osuus oli 21,3 %, Kettukuoron 45,9 % ja Soivan Sudenkorenon 32,8 % (taulukko 1).



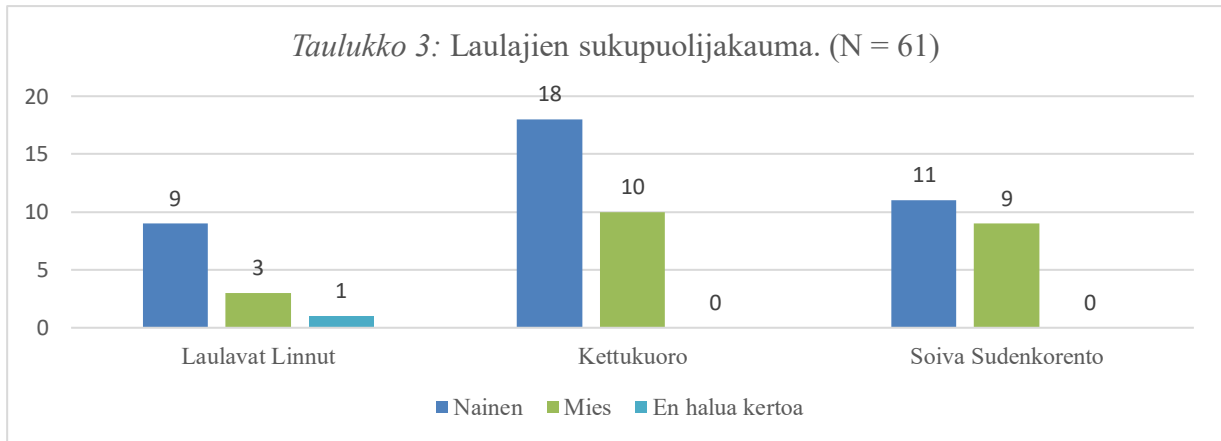
Esittelen seuraavaksi laulajien iän, sukupuolen ja äänialan jakaantumisen aineistossa. Näiden jälkeen avaan vielä kuorolaisten kuorovuosia sekä muuta musiikkitaustaa.

Laulavissa Linnuissa (taulukko 2) vastanneiden ikäjakauma oli kapein. Heistä 11 kyselyyni vastanneista oli 20–29-vuotiaita ja kaksi henkilöä 32-vuotiaita. Kettukuorossa ja Soivassa Sudenkorennossa ikäjakauma oli laajempi. Kettukuorossa nuorin vastaaja oli 19-vuotias, jonka jälkeen muiden iät jakaantuivat tasaisesti 20 ja 49 ikävuoden välille. Soivassa Sudenkorennossa oli vähiten nuoria: kyselyyn vastanneista vain 5 henkilöä oli 20–29-vuotiaita. 30–39-vuotiaita oli eniten, 13 henkilöä. Lisäksi Soivassa Sudenkorennossa lauloi yksi 47-vuotias ja yksi 56-vuotias.

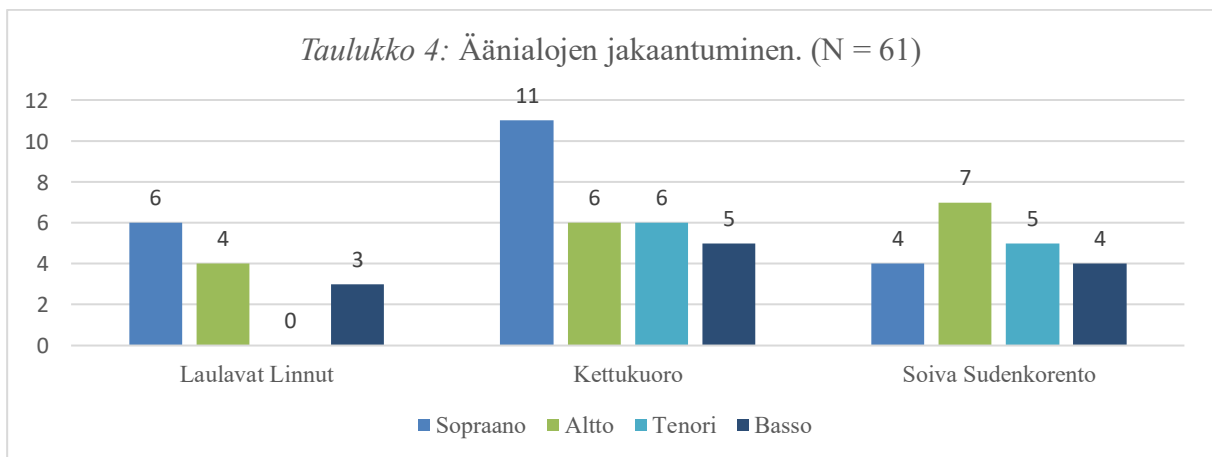
Kaiken kaikkiaan vastaajista 1 henkilö oli alle 20-vuotias, 20–29-vuotiaita oli 25 henkilöä ja 30–39-vuotiaita 24 henkilöä. 40–49-vuotiaita kyselyyn vastasi 9 henkilöä ja 50–59-vuotiaista 1 henkilö.



Monissa sekakuoroissa on usein enemmän naisia kuin miehiä. Tämä luultavasti selittää myös, miksi aineistossani on hieman enemmän naisten kuin miesten vastauksia (taulukko 3). Kaikista vastanneista naisia oli yhteensä 38 henkilöä, siis 62,3 %. Kaikista vastanneista miehiä oli 22 henkilöä, siis 36,1 % vastaajista. Yhden vastaajan osuus, joka ei halunnut määrittellä sukupuoltaan, on 1,6 %. Kysymykseen oli mahdollista vastata myös ”muu”.



Kaikki osallistuneista kuoroista olivat sekakuoroja. Useissa kuoroissa äänialojen sisällä jaetaan laulajat esim. ykkös- ja kakkossopraanoihin. En kuitenkaan kokenut äänialan selvittämisen näin tarkasti olevan relevanttia tälle tutkimukselle, joten jaottelin laulajat karkeasti neljään kategoriaan: sopraanot, altot, tenorit ja bassot. Äänialat tutkimuksessa mukana olleissa kuoroissa jakaantuivat seuraavalla tavalla:

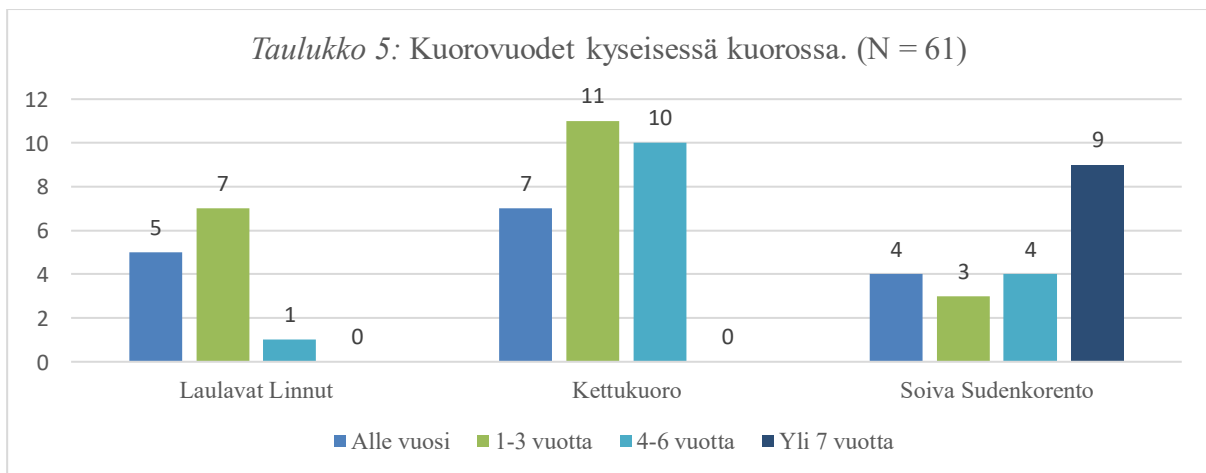


Huomionarvoista on, että Laulavista Linnuista (taulukko 4) en saanut vastaamaan ainuttakaan tenoria, vaikka heidän riveistään niitä löytyykin. Näin ollen Laulavien Lintujen vastauksissa diskanttiäännet ovat vahvemmin edustettuina kymmenellä vastauksella, kun bassolaulajista vastanneita on kolme. Kettukuorossa huomionarvoista on, että vastauksissa sopraanoäännet ovat muita ääni vahvemmin edustettuna 11 vastauksella. Muiden äänialojen vastaukset kuoron sisällä jakaantuvat tasaisemmin. Soivassa Sudenkorennossa vastaukset jakaantuvat määrällisesti tasaisimmin. Vähiten vastauksia tuli sopraanoilta ja bassoilta, molemmilta neljä kappaletta, kun altoilta vastauksia tuli seitsemän ja tenoreilta viisi.

Yhteensä sopraanoilta tuli vastauksia 21 kappaletta, jolloin heidän osuutensa kaikista vastaajista oli 34,4 %. Altoilta vastauksia tuli yhteensä 17 kappaletta, mikä tekee heidän osuudekseen

27,9 %. Tenoreilta vastanneista tuli 11 kappaletta, joka tekee heidän osuudestaan 18 % ja bassoilta vastauksia tuli 12, jolloin heidän osuutensa kaikista vastaajista oli 19,7 % (taulukko 4).

Lisäksi selvitin kyselyn taustakysymyksissä laulajien kuorokokemusta kyseisessä kuorossa sekä pyysin heitä lyhyesti kuvailemaan muuta musiikkitaustaansa. Laulavissa Linnuissa (taulukko 5) vain yksi vastaajista on ollut mukana kuoron toiminnassa 4–6 vuotta. Suurin osa heidän laulajistaan, 7 vastaajaa, on ollut mukana kuoron toiminnassa 1–3 vuotta ja iso osa, 5 laulajaa, on laulanut kuorossa vasta alle vuoden verran. Kettukuorossa vastaukset jakaantuivat tasan kuorovuosien välille. 7 vastaajaa on laulanut kyselyntekohetkellä kuorossa alle vuoden verran, 11 laulajaa 1–3 vuotta ja 10 laulajalle kokemusta kuorosta on kertynyt jo 4–6 vuotta. Soivassa Sudenkorenossa vastaukset painoutuivat selkeästi kauemmin kuorossa laulaneisiin. Yli 7 vuotta kuorossa laulaneita oli leijonaosa, 9 laulajaa. 4–6 vuotta toiminnassa mukana olleita oli 4 kappaletta, 1–3 vuotta 3 kappaletta ja mahtui mukaan 4 kappaletta vasta alle vuoden verran mukana olleita.



Kuorolaisten muuta kuoro- ja musiikkitaustaa selvitetessä ilmeni, että kaikkien kuorojen laulajat olivat pääosin musiikkia pääaineenaan opiskelevia tai jo musiikin ammattilaisia tai vähintään aktiivisia ja monipuolisia pitkän linjan musiikin harrastajia. Vain muutama yksittäinen Kettukuoron laulaja kertoi, että oli laulanut vain yhdestä kahteen vuotta joissain toisessa kuorossa ennen Kettukuoroon kuoroon liittymistä, muilla vastanneilla musiikkipohjaa oli enemmän.

5.2 Laadullinen tutkimus ja kuoronjohtajien haastattelu

Laadullisen tutkimuksen keinoja hyödynnän erityisesti kuoronjohtajilta keräämässäni ja analysoimassani datassa. Pyrkimyksenäni on ollut todella ymmärtää, millaisia ajatuksia kuoronjohtajilla on äänenavaukseen liittyen, joten päädyin keräämään kuoronjohtajilta dataa teemahaastattelun avulla. Lopuksi analysoin heidän vastauksensa aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä fenomenografista otetta hyödyntäen. Käsittelen tässä luvussa ensin fenomenografiaa ja aineistolähtöistä sisällönanalyysia yleisesti, jonka jälkeen kerron teemahaastattelusta ja sen valmistamisesta. Ensimmäisessä alaluvussa 5.2.1 kerron, miten keräsin tutkimusaineistoni kuoronjohtajilta, jonka jälkeen alaluvussa 5.2.2 käsittelen, miten analysoin varsinaista tutkimusaineistoa.

Laadullisessa tutkimuksessa pyritään Vilkan (2015) mukaan selittämään ihmisen toimintaa hänen päämääriensä ymmärtämisen avulla. Tutkimuksen tavoitteena on paljastaa merkityksiä, joita ihmiset toiminnalleen antavat. Nämä merkitykset voivat paljastua niin erilaisina haluina, uskomuksina, käsityksinä, kuin arvoina ja ihanteinakin. Laadullisessa tutkimuksessa tutkijan oma näkemys maailmasta vaikuttaa alusta saakka tutkimukseen hänen tekemiensä valintojen, tulkintojen ja johtopäätöksien kautta (Vilkka, 2015, s. 67–68).

Huuskon ja Paloniemen (2006) mukaan fenomenografia on yksi laadullisen tutkimuksen tutkimussuuntauksista ja se pyrkii tutkimaan ihmisten erilaisia ja usein ristiriitaisiakin käsityksiä maailmassa esiintyvistä ilmiöistä. Pääpaino on erilaisten käsitysten vertailemisessa, ei niinkään itse ilmiöissä tai tutkivissa henkilöissä. Ensimmäisen ja toisen asteen näkökulma ovat fenomenografiassa tärkeitä käsitteitä. Ensimmäisen asteen näkökulmalla tarkoitetaan, että meidän on mahdollista saada suoraan tietoa todellisuudesta. Toisen asteen näkökulmalla tarkoitetaan todellisuuden rakentumista sosiaalisesti ja konstruktivistisesti, millä tarkoitetaan, että näemme ja koemme asiat aina omasta näkökulmastamme käsin (Huusko & Paloniemi, 2006).

Fenomenografialla ei ole Kettusen ja Tynjälän (2017) mukaan omaa laadullisen aineiston keräysmetodia, joten aineistoa voidaan kerätä kaikilla laadulliselle tutkimukselle tyypillisillä tavoilla. Yleisin aineistonkeruutapa on haastattelut, jota on käytetty myös tämän tutkielman tekemisessä (Kettunen & Tynjälä, 2017).

Huuskon ja Paloniemen (2006) mukaan fenomenografinen analyysi pohjautuu aineistolähtöisyyteen. Näin aiempi tutkimus ei määrittele analyysissa muodostettavia kategorioita, vaan kategoriat nousevat aineistosta käsin, toisin kuin esimerkiksi sisällönanalyysissä, joissa teoria on

tutkimuksen lähtökohta. Analyysia tehdessä tutkijan tulee suhtautua aineistoon mahdollisimman avoimesti ja pyrkiä tietoisesti sulkemaan pois omat ennakkoasenteensa ja oletuksensa keskittyen haastateltavien ilmaisemiin kokemuksiin sellaisina kuin ne ilmenevät. Tässä mielessä fenomenografia edellyttää tutkijalta erityistä herkkyyttä ja uskollisuutta osallistujien näkö-kulmille. Toisaalta empiiristä tutkimusta ohjaa aina tietynlainen tiedonintressi, minkä vuoksi tutkija ei voi täysin välttyä ennakko-oletuksilta. Näiden vaikutusten tiedostamisesta ja käsittelystä käytetään termejä hallittu subjektiviteetti ja kriittinen itsereflektio (Huusko & Paloniemi, 2006).

Alastalo (2005) kertoo teemahaastattelun olevan yksi laadullisen tutkimuksen haastattelumenetelmistä. Teemahaastattelussa on enemmän ennalta määriteltyjä rakenteita kuin avoimessa haastattelussa, mutta se on väljempi kuin strukturoitu haastattelu eli lomakehaastattelu, jolloin teemahaastattelusta saatetaan käyttää joskus myös nimeä puolistrukturoitu haastattelu (Alastalo, 2005, s. 67).

Puolistrukturoituja menetelmiä määritellään Hirsjärven ja Hurmeen (2008) mukaan hieman eritavoin. Joidenkin mukaan haastattelussa esitetyt kysymykset tulee olla kaikille samat, mutta haastattelijalla voi vaihdella kysymysten järjestystä. Toisten mukaan haastateltavat voivat vastata omin sanoin, eikä vastauksia ole sidottu tiettyihin vastausvaihtoehtoihin. Kolmannen näkemyksen mukaan kysymykset ovat määrätty ennalta, mutta haastattelijalla voi vaihdella niiden sanamuotoa. Yhteistä kaikille on se, että jokin haastattelun näkökulma on lyöty lukkoon, muttei kaikkia (Hirsjärvi & Hurme, 2008, s. 47).

Hirsjärven ja Hurmeen (2008) mukaan teemahaastattelu pohjautuu *The Focused Interview* nimiseen kirjaan, jonka ovat kirjoittaneet Merton, Fiske ja Kendall (1956). Kohdennetussa haastattelussa tutkija tietää haastateltavien kokeneen tietyn tilanteen ja on alustavasti hahmotellut ilmiön keskeisiä osia ja rakenteita. Näiden pohjalta hän muodostaa oletuksia ja laatii haastattelurungon. Lopuksi hän kohdistaa haastattelun tutkittavien subjektiivisiin kokemuksiin ennalta analysoiduista tilanteista. Teemahaastattelu sen sijaan ei edellytä kokeellisesti aikaansaattua yhteistä kokemusta, vaan korostaa haastateltavien elämysmaailmaa ja heidän määritelmiään. Teemahaastattelu etenee yksityiskohtaisten kysymysten sijaan tiettyjen teemojen varassa ja tuo paremmin esiin tutkittavien äänen (Hirsjärvi & Hurme, 2008, s. 47–48).

5.2.1 Aineiston keruu

Ennen varsinaisen haastattelun tekemistä tutkijan tulisi tehdä esihaastatteluja ja saada näiden avulla kuva haastateltavan kohdejoukon kokemuksista sekä testata haastattelurunkoa, aihepiirien järjestystä ja kysymysten muotoilua (Hirsjärvi & Hurme, 2008, s. 72). Ennen tätä tutkimusta teinkin pilottitutkimuksen kvalitatiivisen tutkimuksen jatkokurssilla. Tähän pilottitutkimukseen haastattelin neljää ihmistä, joista kaksi oli musiikkikasvatuksen opiskelijoita. Opintojensa ohella toinen heistä teki töitä kuoronjohtajana, toinen kuoronjohtajien sijaisuuksia ja laulopedagogin töitä. Kolmas haastateltavani oli jo eläköitynyt, mutta johti vapaa-aikanaan amatöörikuoroa. Viimeinen pilottitutkimukseeni haastattelemani oli valmistunut Sibelius-Akatemiasta kirkkomusiikkilinjalta ja tehnyt elämäntyönsä niin kanttorina kuin musiikkiopistossa pianonsoiton ja laulun opettajana ja johtanut useita erilaisia ja eri-ikäisten kuoroja elämänsä aikana. Näiltä neljältä haastateltavalta sain hyviä ja uusia näkökulmia aiheeseeni yleisesti. Tekeväni pilottitutkimus vaikutti suuresti siihen, millaista runkoa aloin lopulta rakentamaan tähän tutkimukseen.

Esittelin rakentamani haastattelurungon graduseminaarissa, jonka jälkeen muokkasin sitä vielä saamani palautteen perusteella. Tämän jälkeen pallottelin kysymyksien tarkempia muotoiluja vielä muutaman ylimääräisen silmäparin kanssa. Hyväksytin lopulta kyselyrungon ohjaajallani.

Haastattelun rungoksi muotoutui lopulta seuraavat teemat: *taustakysymykset, äänenavaus yleisesti, hyvä äänenavaus, motivoiva äänenavaus* sekä *täydentävät näkökulmat*. Taustakysymyksissä selvitin muun muassa, millainen koulutustausta haastateltavalla on, millaisten kuorojen kanssa hän työskentelee sekä onko hänellä jotain erikoisosaamista tai erityistä mielenkiinnon kohdetta kuoronjohtoon liittyen. Yleisesti äänenavauksesta keskusteltaessa selvitin, kuka äänenavaukset yleensä pitää, kauanko ne kestävät ja paljonko niiden suunnitteluun käytetään aikaa. Hyvää äänenavausta käsiteltäessä kysyin, millainen on kuoronjohtajan mielestä hyvä äänenavaus ja millaisia elementtejä hyvä äänenavaus hänestä sisältää. Onko olemassa jotain niin tärkeää elementtiä, että se tehdään aina, vaikka aikaa olisi rajallisesti? Motivoivaa äänenavausta lähestyessä kysyin ensimmäisenä, millainen on kuoronjohtajan mielestä laulajalle motivoiva äänenavaus ja mikä hänestä vaikuttaa kuorolaisten motivaatioon äänenavausta pidettäessä. Lisäksi minua kiinnosti, minkälaisia hetkiä kuoronjohtajat ovat pitäneet suurina onnistumisen kokemuksina äänenavauksia yhteydessä. Täydentäviä näkökulmia käsiteltäessä johtajilla oli mahdollista muun muassa tuoda esiin, millaisia haasteita he kokevat äänenavauksien suhteen, miten ohjelmisto näkyy äänenavauksissa sekä miten he näkevät äänenavauksen merkityksen osana

kuoron sosiaalista puolta rakennettaessa. Pysin lähestymään äänenavausta useammasta eri tulokulmasta, jotta saisin kuoronjohtajat todella pohtimaan aihetta ja sitä, millaisena se näyttäytyy niin kuorolaisille kuin sitä, millaisia mahdollisuuksia siinä voisi piillä koko kuoron kehittymisen kannalta. Pysin lähestymään teemoja yläkäsitteistä käsin ja antamaan haastateltaville tilaa tuoda keskusteluun niitä elementtejä, mitä he pitivät aiheeseen liittyen tärkeinä. Mikäli keskustelu ei lähtisi luonnollisesti liikkeelle, keräsin itselleni myös tarkentavia apukysymyksiä. Nämä apukysymykset löydät liitteestä 1.

Pidin haastattelut helmi- ja maaliskuussa 2023. Haastattelin jokaista kolmea kuoronjohtajaa yhden kerran Zoomin välityksellä. Haastattelujen toteuttamiseen ruutujen välityksellä oli erityisesti kaksi syytä. Välimatkojen ollessa pitkiä ja yhteisen ajan löytäminen saattoi olla haastavaa, oli etänä toimiminen ajankäytöllisesti helpompaa ja tehokkaampaa. Toinen tärkeä syy oli Zoomin ominaisuus tallentaa tuokiota, joten haastattelut oli helppo tallettaa sekä äänenä että kuvana suurempia ponnistuksia vaatimatta. Lisäksi etähaastatteluiden etuna oli tautien välittämisen ehkäisy flunssakauden vaivatessa.

Haastattelujen toteuttaminen etänä menettää kuitenkin palan aitoa ihmisyyttä kohtaamisesta ja vuorovaikutuksesta tulee luonnottomampaa, kun vain yksi voi puhua kerrallaan. Elekieli, äänensävyjen nyanssit eivät välity yhtä luonnollisesti ja kerran kokonainen puheenvuoro meni ohitse netin katketessa ja kuvan jähmettyessä. Lisäksi Zoomin ilmaisversion aikakatkaisu tuli välillä huonoon aikaan juuri kesken toisen vastauksen aiheuttaen näin ajatuksen katkeamisen, minkä jälkeen samaan fokukseen ja punaisen langan löytämiseen saattoi kulua pitkä aika. Näin ollen ympäristön itsessään olevan vähän epäluonnollinen, on se saattanut vaikuttaa osaltaan kuoronjohtajien antamiin vastauksiin. Suurella kuvalla haastattelut menivät kuitenkin todella hyvin. Elämme aikakautta, jossa ihmiset ovat oppineet ja tottuneet toimimaan etäyhteyksien välityksellä.

Sain lopulta kiitettävän määrän materiaalia haastatteluista. *Kiia Ketun* kanssa haastattelu kesti kokonaisuudessaan 1h 20min, josta tuli litteroituna 12 sivua (fontti Calibri leipäteksti, fonttikoko 10 ja riviväli 1,15). *Saaga Sudenkorenon* kanssa käymäni haastattelu kesti 1h 15min, josta tuli litteroituna 11,5 sivua. *Laura Linnun* kanssa innostuimme keskustelemaan pisimään, ja haastattelun kokonaiskestoksi tuli lopulta 1h 35min. Litteroitua aineistoa tuli 14,5 sivua. Yhteensä haastattelut kestivät 4h 10min ja litteroitua aineistoa kertyi 38 sivua.

Muutettaessa haastatteluja tekstiksi, on litterointia mahdollista tehdä monenlaisella tarkkuudella (Ronkainen, Pehkonen, Lindblom-Yläne & Paavilainen, 2011, s. 119). Päätin kirjoittaa

tässä tutkimuksessa auki pelkän puhutun aineksen, ja vain silloin, kun mukana on selkeästi jotain merkitsevää kehonkieltä tai vastaavaa, myös sen mitä haastateltava teki. Kohtasin jonkin verran esimerkiksi tilanteita, missä haastateltava kuvaili dynamiikka tai melodian linjaa käsillään.

5.2.2 Aineiston analyysi

Kuoronjohtajilta saamaani litteroitua aineistoa olen analysoinut fenomenografisella aineiston analyysillä, joka piti sisällään viisi vaihetta. Niikon (2003) mukaan fenomenografiselle analyysille ei ole olemassa yksittäistä menettelytapaa, vaan se noudattaa yleisiä kvalitatiiviselle tutkimukselle ominaisia piirteitä. Analyysin tulee olla systemaattinen, joustava ja luonteeltaan reflektiivinen rakentuen aineiston ja sen merkitysten pohjalta. Tutkija pyrkii tunnistamaan merkityksiä ilmiöstä itsestään, ei yksittäisistä tutkittavista (Niikko, 2003, s. 32–35).

Analyysin ensimmäisessä vaiheessa aineisto käydään läpi useaan otteeseen kokonaiskuvan muodostamiseksi (Tuomi & Sarajärvi, 2018, s. 122–127; Hirsjärvi & Hurme, 2008, s. 143; Syrjälä, Ahonen, Syrjäläinen & Saari, 1994, s. 140–141; Ronkainen, Pehkonen, Linblom-Yläne & Paavilainen, 2011, s. 124). Tavoitteena on löytää tutkimuskysymysten kannalta merkityksellisiä ilmauksia ja muodostaa käsitys tutkittavien näkemyksistä ilmiöstä (Niikko, 2003, s. 34). Käytännössä katsoin ja kuuntelin haastattelujen tallenteet sekä litteroin aineiston. Koska tein teemahaastattelun, enkä käynyt kaikkia teemoja tai kysymyksiä läpi samassa järjestyksessä haastateltavien kanssa, järjestelin aineistot uudelleen. Tein uudet tiedostot haastatteluista, joihin ryhmittelin aineistot teemoittain. Kävin ensin läpi taustakysymykset, jonka jälkeen etenin äänenavaukseen liittyviin helppoihin peruskysymyksiin, kuten kuka äänenavauksen yleensä pitää, kauanko se kestää ja kauanko sen suunnitteluun käytetään yleensä aikaa. Sen jälkeen etenin ”hyvään äänenavaukseen” ja ”motivoivaan äänenavaukseen”. Loppuun keräsin haasteita ja erilaisia täydentäviä näkökulmia, kuten esimerkiksi ajatuksia kuorolaisten kanssa käytäviin palauttekeskusteluihin tai muita kehitysideoita. Tämän prosessin aikana luin alkuperäiset aineistot useaan otteeseen läpi niitä muokkaamatta ja sain hyvän kuvan siitä, minkälaista materiaalia aineistossani on.

Niikon (2003) mukaan fenomenografisen aineiston analyysin toisessa vaiheessa etsitään ja tulkitaan analyysin kohteena olevia ilmaisuja. Tämä tarkoittaa, että ensin aineistosta etsitään tutkimuskysymysten kannalta merkityksellisiä ilmauksia ja käsityksiä. Analyysin ytimessä on merkityksellisten ilmausten vertailu, niiden samanlaisuuksien ja erojen etsiminen sekä ryhmittely teemoiksi ilman valmiita luokittelurunkoja. Analyysiyksiköitä voivat olla niin sanat,

lauseet tai kokonaiset puheenvuorot (Niikko, 2003, s. 35). Näiden tulee olla ajatuksellisia kokonaisuuksia, joista jokaisen kohdalla tulee pohtia sen tarkoitusta, josta lopulta muodostetaan ”merkitysyksikkö” (Huusko & Paloniemi, 2006). Tutkija vaikuttaa näiden merkitysyksikköjen muodostumiseen oman tulkintansa, asiantuntemuksensa ja kontekstin kautta (Ronkainen, Pehkonen, Lindblom-Ylänne & Paavilainen, 2011, s. 123).

Kun olin ensimmäisessä vaiheessa saanut luettua ja järjestettyä aineistoni uudelleen, aloin analysiini toisessa vaiheessa tiivistää sitä helpommin hallittavaksi kokonaisuudeksi. Pitkän leipätekstin sijaan aloin muotoilla tekstiä lyhyemmiksi ranskalaisiksi viivoiksi. Nämä saattoivat olla lyhyempiä suoria lainauksia tai suurempia ajatuskokonaisuuksia, tilanteesta riippuen. Tässä vaiheessa pidin jokaisen kommentit omassa tiedostossaan, jolloin minulla oli yhteensä 6 dokumenttia: jokaiselta kuoronjohtajalta sekä alkuperäinen litteroitu aineisto, että tiivistetty ja ryhmitelty aineisto.

Syrjälän ja muiden (1994) sekä Tuomen ja Sarajärven (2018) mukaan analyysin kolmannessa vaiheessa vertaillaan merkitysisältöjä toisiinsa. Heidän mukaansa aineistosta löydettyjä merkitysyksiköjä lajitellaan ja ryhmitellään edelleen laajemmiksi merkityskategorioiksi, jotka selittävät ja kuvaavat käsitysten erilaisuutta (Tuomi & Sarajärvi, 2018, s. 122–127; Syrjälä, Ahonen, Syrjäläinen & Saari, 1994, s. 143–146). Kategorioiden rajat tulee määrittellä niin, etteivät niiden sisällöt mene päällekkäin toistensa kanssa (Niikko, 2003, s. 36). Huuskon ja Paloniemen (2006) sekä Syrjälän ja muiden (1994) mukaan huomionarvoista on, että koska fenomenografiassa ollaan kiinnostuneita nimenomaan käsitysten laadullisista eikä määrällisistä eroista, yksittäinen merkityskategoria voi muodostua jopa vain yhdestä merkitysyksiköstä ja toisinaan aineiston marginaalinen käsitys voi olla jopa mielenkiintoisin (Syrjälä, Ahonen, Syrjäläinen & Saari, 1994, s. 143–146; Huusko & Paloniemi, 2006).

Analyysin kolmannessa vaiheessa loin vielä uuden tiedoston, johon aloin kerätä merkitysyksiköjä jokaiselta kuoronjohtajalta. Järjestelin samanoloisia ajatuksia ja kommentteja allekkain ja laitoin päälle väliotsikoita vain huomatakseni, että muutama samankaltainen kommentti lisää hieman eri näkökulmasta ja otsikkoa pitikin päivittää, jotta se vastaisi edelleen kaikkea sitä, mitä sen alle olen kerännyt. Tässä vaiheessa analyysissäni oli paljon isompia otsikoita, väliotsikoita ja sen väliotsikoita ja paljon ranskalaisia viivoja. Analyysin kolmannessa vaiheessa minulla on tutkijana ollut suuri rooli siinä, miten olen aineistoa ryhmitellyt. Joku toinen olisi saattanut ryhmitellä aineistoni hyvin eri tavalla, vaikka molemmat olisivat pyrkineet parhaimpaansa olla mahdollisimman objektiivisia.

Syrjälän ja muiden (1994) sekä Tuomen ja Sarajärven (2018) mukaan fenomenografisen aineiston analyysin neljännessä vaiheessa merkityskategorioita kuvataan abstraktimmalla tasolla. Näitä merkityskategorioita yhdistetään teoreettiseen tietoon, jolloin niistä päästään muodostamaan ylemmän tason kuvauskategorioita. Nämä kuvauskategoriat muodostavat lopulta tutkijan oman teorian tutkittavasta aiheesta. Analyysin viidennessä ja näin ollen myös viimeisessä vaiheessa analyysissä muodostuneet merkityskategoriat kuvataan lopulta kuvauskategoriajärjestelmänä eli tulosavaruutena, jossa tutkimustulokset kerätään lukijalle tiivistettyyn muotoon (Syrjälä, Ahonen, Syrjäläinen & Saari 1994, s. 127–128, 146; Tuomi & Sarajärvi, 2018, s. 122–127). Tässä työssä olen käyttänyt horisontaalista tulosavaruutta, jossa kaikki kategoriat ovat keskenään tasavertaisia (Niikko, 2003, s. 38).

Analyysini neljännessä ja viidennessä vaiheessa tarkastelin uudelleen asioille antamiani otsikoita ja pyrin löytämään termejä, jotka kuvaisivat itse ilmiöitä ja sitä, mitä ne todella tarkoittavat. Rakensin lopulta merkityskategorioista taulukon ja vertailin sitä tietämiini teorioihin. Tässä työssä fenomenografisella aineiston analyysillä saamiani tuloksia kuoronjohtajien näkemyksistä olen esitellyt tulosluvussa 6.1.

Seuraavassa taulukossa esitän esimerkin litteroidusta aineistosta nostetun alkuperäisen ilmauksen pelkistämisestä redusoiduksi ilmaisukseksi sekä miten olen sijoittanut sen alakategoriaan, siitä edelleen yläkategoriaan ja lopulta pääkategoriaan.

Taulukko 6: Aineiston luokitteluprosessi alkuperäisistä ilmauksista yläluokkiin.

Alkuperäinen ilmaus	<i>”Musta mitä konkreettisemmin voi antaa avaimia ja ääniteknistä neuvoa ja mitä konkreettisemmin voi tavallaan antaa semmosta, et näin sinä teet tämän, niin sen parempi. Et ois jotenki, et he ei vaan tuota sitä ääntä, vaan et he myös tajuis, mitä he teki.”</i>
Redusoitu ilmaus	<i>Konkreettisten ääniteknisten ohjeiden antaminen auttaa laulajaa ymmärtämään omaa tekemistään.</i>
Alakategoria	<i>Äänenavausharjoitusten ohjaus</i>
Yläkategoria	<i>Kuoronjohtajan rooli</i>
Pääkategoria	<i>Onnistuneen äänenavauksen elementit</i>

5.3 Määrällinen tutkimus ja kuorolaisten vastaukset

Kerron tässä luvussa ensin yleisesti määrällisestä tutkimuksesta, jonka jälkeen pureudun tarkemmin kyselytutkimukseen ja kyselylomakkeen luomiseen. Vaikka pääpaino on määrällisessä analyysissä, kyselylomake sisälsi myös laadullisia, avoimia kysymyksiä, joiden tulkinta pohjautuu edellä esitettyyn laadulliseen analyysiin. Alaluvussa 5.3.1 kerron tarkemmin aineiston keruusta ja alaluvussa 5.3.2 aineiston analysoimisesta.

Halusin täydentää kuoronjohtajien näkemyksiä keräämällä myös kuorolaulajien kokemuksia äänenavauksista. Harkitsin aluksi erilaisia haastatteluja, mutta jouduin hylkäämään ne rajauksellisista syistä: yksittäisten laulajien haastattelut olisivat tuottaneet syvyyttä mutta eivät edustavuutta, ja ryhmähaastatteluissa olisi taas voinut korostua ryhmädynamiikan vaikutus. Päädyin kyselytutkimukseen, koska sen avulla useampi laulaja sai mahdollisuuden tuoda äänensä esiin.

Määrällisiä tutkimusmenetelmiä käytetään Vilkan (2015) mukaan tutkimuksissa ja tutkimuskysymyksissä, joissa pyritään kuvaamaan ilmiöitä numeerisesti ja vertailemaan erilaisten muuttujien välisiä yhteyksiä. Tavoitteena on löytää säännönmukaisuuksia ja etsiä, miten muuttujat liittyvät toisiinsa. Lisäksi tavoitteena on selittää millä tavoin tutkimusyksiköt, eli tässä tapauksessa ihmisten mielipiteet, eroavat eri muuttujien suhteen (Vilkka, 2015, s. 66).

Tämä kyselylomaketutkimus on poikittaistutkimus, jolla ei voi saada selville syy-seuraus-suhteita, mutta sillä voidaan kuvailla erilaisia ilmiötä ja vertailla vastaajien näkemyksiä toisiinsa (Vastamäki, 2015). Tässä tutkimuksessa pyritään kuvaamaan äänenavausta ilmiönä sekä vertailemaan vastaajien näkemyksiä motivoivasta ja mielekkästä äänenavauksesta. Koska en löytänyt tutkimuskentältä suoraan aiheeseeni liittyvää aiempaa tutkimusta, olen kehittänyt käyttämäni mittarit itse valmiiden mittareiden sijaan, jotka esittelen aineiston keruun yhteydessä.

Tämän tutkimuksen analyysit ovat niin sanottua perustason analyysiä (Vilkka, 2007 s. 118–120), jossa analysoidaan yksittäisten muuttujien jakaumia sekä muuttujien välisiä yhteyksiä ilman tilastollisia testejä. Käytetyt analyysimenetelmät ovat sijaintiluvuista moodi ja aritmeettinen keskiarvo, hajontaluvuista variaatiosuhde ja keskihajonta sekä ristiintaulukointi kahden muuttujan riippuvuuden tarkasteluun.

Kyselytutkimus on Vehkalahden (2008) mukaan tärkeä tapa kerätä ja tarkastella yhteiskunnan ilmiöitä, ihmisten toimintaa, mielipiteitä ja arvoja. Kyselytutkimukselle tärkeitä käsitteitä ovat mittarit, menetelmät ja mittauskehikko. Mittarilla tarkoitetaan kysymysten ja väitteiden kokonaisuutta, jolla pyritään mittaamaan tutkittavana olevaa monimutkaista ilmiötä. Menetelminä

kyselytutkimukseen sovelletaan useimmiten tilastollisia menetelmiä, sillä se on enimmäkseen määrällistä tutkimusta ja vaikka kysymykset esitetään yleensä sanallisesti, aineistot ja tulokset koostuvat pääosin luvuista ja numeroista. Joskus saatuja tuloksia voi olla antoisampaa esittää sanallisesti ja samassa tutkimuksessa saatetaankin hyödyntää molempia tapoja. Mittauskehikko yhdistää mittareiden ja menetelmien tarkastelun. Se yhdistää tutkimuskysymyksen, ilmiön ja sitä mittaavat osiot, mittausvirheet, mitta-asteikot ja niihin liittyvät menetelmät (Vehkalahti, 2008, s. 11–13, 121).

5.3.1 Aineiston keruu

Vallin (2018) mukaan kyselylomake on yksi perinteisimmistä aineistonkeruumenetelmistä. Kyselylomaketta luodessa tulee olla erityisen huolellinen kysymysten esittämisessä ja muotoilemisessa, sillä se luo perustan koko tutkimuksen onnistumiselle ja voi vaikuttaa suuresti tutkimustuloksiin. Kysymysten muotoilu aiheuttaa eniten virheitä tutkimustuloksiin, sillä vastaajat eivät aina ajattele kysymyksiä samalla tavalla, kuin miten kysymysten tekijä on ajatellut. Kysymyksiä laatiessa sanamuotojen valintaan tulisi kiinnittää paljon huomiota. Sanamuodot eivät saisi olla epämääräisiä, vaan kysymysten tulisi olla yksiselitteisiä olematta samaan aikaan kuitenkaan johdattelevia. Aineistonkeruuseen ei tulisi ryhtyä ennen kuin tutkimusongelmat on täsmennetty ja teoriaan perehdytty (Valli, 2018, s. 92–93).

Perehdyin aiheeseen laajasti ennen kyselylomakkeen laatimista. Kirjoitin ensin kandidaatin-tutkielmani samasta aiheesta (Riippi, 2020), jonka jälkeen olen soveltanut siinä oppimiani tietoja viikoittain johtamissani kuoroharjoituksissa. Ennen kyselylomakkeen laatimista syvensin ymmärrystäni tämän tutkimuksen teoriaosuutta kirjoittaessani.

Vallin (2018) mukaan yksi tapa laatia kyselylomake, on sijoittaa helpot taustakysymykset kyselylomakkeen alkuun, jolloin ne toimivat lämmittelykysymyksinä ennen varsinaista aihetta. Sitten kysytään varsinaisen aiheen yksinkertaiset ja myöhemmin vaativammat kysymykset. Lopuksi voi tulla vielä jäähdyttelyvaiheen kysymyksiä. Usein vastaajan motivaatio voi hiipua lomakkeen loppua kohden, joten kyselyn loppupuolella on hyvä olla helpompia kysymyksiä, jotta kyselyn luotettavuus säilyisi hyvänä. Kyselylomake ei myöskään saisi olla liian pitkä tai tuntua liian raskaalta täyttää. Lomakkeen maksimipituus vaihtelee vastaajan mukaan ja kyselyn aihealue ja aiheen merkitys vastaajalle voivat vaikuttaa paljon vastaajan vastaamisinnostukseen. Esitetyillä kysymyksillä olisi myös hyvä saada luotua luottamuksellinen suhde tutkittavan ja

tutkijan välille. Kun vastaaja kokee, että tutkija on aidosti kiinnostunut hänen kokemuksistaan, vastaaminen tuntuu luonnollisemmalta ja henkilökohtaisemmalta (Valli, 2018, s. 94–95).

Kyselylomakkeessani oli lopulta 23 kysymystä taustakysymykset mukaan luettuina. Lomake ei ollut lyhyt, mutta toivon ettei kukaan vastaajista kokenut sitä myöskään liian pitkänä. Arvioin sen täyttämisen vievän noin 15 minuuttia. Aloitin helpoilla ja nopeilla taustakysymyksillä, jonka jälkeen sijoitin ensimmäiset ja helpot itse aiheeseen liittyvät kysymykset. Kun aiheeseen oli päästy sisälle, sijoitin eniten ajatusta vaativat avoimet kysymykset lomakkeen keskivaiheille. Pyrin käyttämään lomakkeessa mahdollisimman paljon monivalintakysymyksiä vastaamisen nopeuttamiseksi ja tutkimuksen luottavuuden edistämiseksi, ja näin ollen myös lopetin lomakkeen monivalintakysymyksiin.

Kyselylomakkeen määrällinen osio (liite 2) koostui kymmenestä muuttujasta, joista useimmat liittyvät vastaajan kokemuksiin ja näkemyksiin äänenavauksesta. Näitä muuttujia olivat: osallistumisen useus, äänenavauksen keston sopivuus, valmiuden tunne laulusuoritukseen, äänenavauksen koettu tärkeys, äänenavauksen koettu hyödyllisyys, aktiivinen osallistuminen, tavoitetietoisuus eli tietoisuus harjoitteiden tarkoituksesta, käytettyjen harjoitteiden vaihtelevuus, harjoitteiden haasteellisuus sekä harjoitteiden motivoivuus.

Viimeksi mainittu harjoitteiden motivoivuus koostui edelleen kolmestatoista alamuuttujasta, jotka liittyivät erilaisten harjoitetyyppien motivoivuuteen (liite 2). Nämä olivat: rentoutusharjoitukset, venytysharjoitukset, kehon hallinnan ja tuntemuksen harjoitukset, hengitysharjoitukset, äänen viritysharjoitukset, varsinaiset ääniharjoitukset, artikulaatioharjoitukset, harmoniset ääniharjoitukset, rytmiharjoitukset, vuorovaikutusta sisältävät harjoitukset, kehorytmiikkaa sisältävät harjoitukset, improvisaatioharjoitukset sekä äänimaisemat.

Laadullista aineistoa keräsin laulajilta neljällä avoimella kysymyksellä (liite 2), joissa kartoitettiin kuorolaisten näkemyksiä siitä, mikä vaikuttaa harjoitteiden haastavuuteen, millainen on hyvä, mielekäs ja mahdollisesti hauska äänenavaus, millainen on motivoiva ja hyödyllinen äänenavaus sekä mikä on ollut paras, mielekkäin tai motivoivin äänenavauksen yhteydessä ollut harjoite.

Kyselylomakkeen ymmärrettävyyttä olisi hyvä testata ennen varinaista tutkimustilannetta esimerkiksi tuttavalla, joka ei ole perehtynyt kyseiseen tutkimusalaan (Valli, 2018, s. 98). Oma kyselylomaketta muotoillessani näytin sen ensimmäisen version ensin graduseminaarissa ja saamani palautteen perusteella tein siitä toisen version. Lopullista versiota hioin useaan

otteeseen näyttämällä sitä muutamalle ystävälleni, joista toinen tietää paljon kuorolaulusta ja toinen ymmärtää paljon tutkimusmaailmasta. Sain heiltä hyvää palautetta vielä viimeisistä sanamuodoista, joiden pohjalta tein vielä lopulliset pienet muutokset ennen kuin hyväksyin kyselylomakkeen ohjaajallani. Varsinaisessa tutkimuksessa lopulta käytössäni ollut kyselylomake löytyy liitteestä 2.

Gall, Gall ja Borg (2007) kertovat tutkijan yhteydenoton ennen kyselyä lisäävän vastausaktiivisuutta ja luovan inhimillisen yhteyden tutkijan ja vastaajien välille. Tällaisessa yhteydenotossa tutkija esittelee itsensä, kertoo tutkimuksensa tarkoituksesta ja pyytää ihmisiä yhteistyöhön kanssaan, mikä luo inhimillisemmät kasvot tutkimukselle (Gall, Gall & Borg, 2007, s. 237).

Pyrkimyksessäni saada kuorolaiset kiinnostumaan tutkimuksestani ja vastaamaan tekemääni kyselylomakkeeseeni, kävin seuraamassa yhdet kokonaiset harjoitukset jokaiselta tutkimukseeni osallistuvalla kuorolta keväällä 2023. Näissä tilaisuuksissa esittelin itseni kaikille paikalla olleille ja olin valmis keskustelemaan heidän kanssaan joko paikan päällä yhteisesti tai henkilökohtaisesti myöhemmin, mikäli kysymyksiä tai ajatuksia aiheesta tuotiin esille. Koska kaikki eivät ole aina fyysisesti paikalla, kirjoitin lomakkeen alkuun myös saatekirjeen, jossa esittelin itseni ja aiheeni. Tämä on nähtävillä liitteessä 2. En halunnut kyselylomakkeen täyttämisen vievän aikaa arvokkaalta harjoitusajalta tai hankaloittavan kuorolaisten keskittymistä harjoitukseen, joten jaoin kyselylomakkeen linkin kuorolaisille vasta harjoitusten jälkeen.

5.3.2 Aineiston analyysi

Kun kyselylomakkeissa halutaan Vilkan (2018) mukaan selvittää vastaajien asenteita tai mielipiteitä, näiden mittaamisessa yksi sopivimmista ja useammin käytetyistä mitta-asteikoista Likertin asteikko. Sen tulisi sisältää pariton määrä vastausvaihtoehtoja, kuten arvot 1–5, jotta ääripäiden lisäksi vastaajalla on mahdollisuus myös neutraaliin vaihtoehtoon, esimerkiksi ”ei samaa eikä eri mieltä” (Valli, 2018, s. 106).

Lomakkeen väitteissä 12–17 käytinkin asteikkoa 1 = täysin eri mieltä, 2 = jokseenkin eri mieltä, 3 = ei samaa eikä eri mieltä, 4 = jokseenkin samaa mieltä ja 5 = täysin samaa mieltä (liite 2). Näillä väitteillä mitattiin seuraavia muuttujia: valmiuden tunne laulusuoritukseen (väite 12), äänenavauksen koettu tärkeys (väite 13), äänenavauksen koettu hyödyllisyys (väite 14), aktiivinen osallistuminen (väite 15), tavoitetietoisuus (väite 16) sekä harjoitteiden vaihtelevuus (väite 17).

Väitteiden 12–17 (liite 2) vastauksista analysoitiin muuttujien sijaintia kuvaavat tunnusluvut moodi ja aritmeettinen keskiarvo, sekä hajontaa kuvaavat luvut variaatiosuhde ja keskihajonta. Vilkan (2007) mukaan moodi tarkoittaa vastausten yleisintä arvoa ja se soveltuu erityisesti laadullisten tai luokiteltujen muuttujien analyysiin eikä ole herkkä yksittäisille poikkeaville havainnoille. Aritmeettinen keskiarvo taas kertoo havaintojen keskimääräisen arvon ja on herkkä poikkeaville havainnoille. Variaatiosuhde kuvaa, kuinka suuri osuus havainnoista kuuluu moodiluokkaan. Mitä pienempi arvo, sitä yksimielisempi vastaajajoukko. Keskihajonta ilmaisee, miten paljon havaintoarvot keskimäärin poikkeavat keskiarvosta – pieni arvo viittaa keskitettyihin näkemyksiin, suuri hajanaisiin (Vilka, 2007, s. 121–125).

Lisäksi kolmea väitettä analysoitiin ristiintaulukoinnin avulla suhteessa äänialaan. Äänialoja oli neljä: sopraano, altto, tenori ja basso, ja ristiintaulukoinnin avulla tutkittiin äänialan yhteyttä seuraaviin muuttujakokemuksiin: valmiuden tunne äänenavauksen jälkeen (väite 12), äänenavauksien koettu hyödyllisyys (väite 14) sekä aktiivinen osallistuminen äänenavaukseen (väite 15).

Kysymyksessä 23 tarkasteltiin, kuinka motivoivina vastaajat kokivat kolmesta erilaista harjoitetyyppiä. Analyysissa käytettiin jokaisesta harjoitetyypistä laskettua keskiarvoa ja keskihajontaa. Tämä mahdollisti sen, että voitiin vertailla, mitkä harjoitteet koettiin keskimäärin motivoivimmiksi ja kuinka yhtenäisiä tai hajanaisia mielipiteet olivat niiden suhteen. Kaikki yllä mainitut määrälliset analyysit ovat esitetty kuorolaisten näkemyksiä äänenavauksesta olevassa alaluvussa 6.2.2 kuorolaisten motivaatiokuvaus äänenavausta kohtaan.

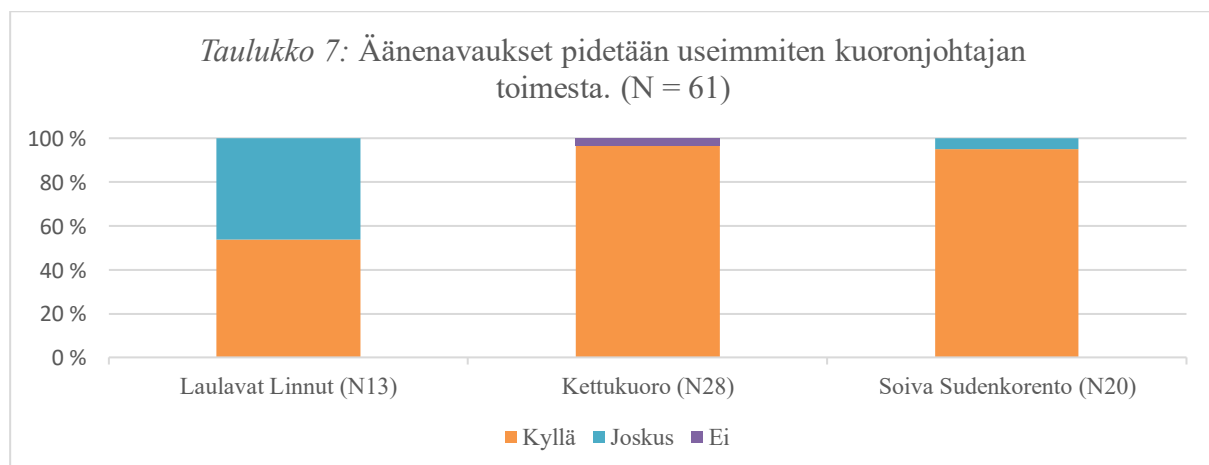
Lomakkeen neljä avointa kysymystä analysoitiin laadullisella sisällönanalyysillä aiemmin kuoronjohtajia koskevan luvun 5.2.2 aineiston analyysissa esitellyin menetelmin. Lomakkeen avoimissa kysymyksissä kartoitettiin kuorolaisten käsityksiä harjoitteiden haastavuudesta, mielekkään äänenavauksen piirteistä, motivoivuudesta sekä etsittiin esimerkkejä onnistuneista äänenavauksista. Näistä luotiin lopulta tulosavaruus, joka on esitetty alaluvussa 6.2.1 äänenavauksen tärkeitä elementtejä.

6. Tulokset

Tulosluvun helppolukuisuuden edistämiseksi olen eritellyt tutkimuksen tulokset kahteen pääluukuun. Alaluvussa 6.1 käsittelen kuoronjohtajilta samaani dataa ja heidän näkemyksiään äänenavauksesta ja vastaan ensimmäiseen tutkimuskysymykseeni, joka oli: *Millaisia käsityksiä kuoronjohtajilla on hyvän ja motivoivan äänenavauksen elementeistä?* Alaluvussa 6.2 avaan vastaavasti kuorolaulajilta saamiani vastauksia käsitellen ensin laadullisen ja sitten määrällisen datan vastaten toiseen tutkimuskysymykseeni: *Millaisia asioita kuorolaulajat pitävät tärkeinä ja motivoivina äänenavauksessa?* Tulosluvun lopussa esittelen keskeisimmät löydökset alaluvussa 6.3 Yhteenvetona.

Ennen kuin käsittelen tarkemmin varsinaisia tuloksia, käyn läpi saamiani taustatietoja siitä, kuka varsinaisia äänenavauksia pitää kussakin kuorossa, kauanko äänenavaukset eri kuoroissa kestävät ja kuinka pitkiltä ne laulajista yleisesti tuntuvat.

Tässä tutkimuksessa mukana olleissa kuoronjohtajista sekä Kiia Kettu että Laura Lintu kertoivat pitävänsä itse suurimman osan äänenavauksista. Saaga Sudenkorento kertoi pitävänsä kaikki äänenavaukset itse. Kysyin samaa kysymystä myös kuorolaisilta – ”Pitääkö kuoronjohtaja useimmiten itse äänenavaukset?” vastausvaihtoehdoilla *kyllä*, *joskus* tai *ei*. Sekä Kettukuorossa että Soivassa Sudenkorennossa laulajilla oli yhtenäinen näkemys siitä, että kuoronjohtaja vetää pääsääntöisesti itse harjoitusten äänenavaukset. Molemmissa kuoroissa vain yhdellä laulajalla oli eriävä mielipide. Laulavissa Linnuissa 6 vastaajaa 13:sta oli sitä mieltä, että kuoronjohtaja pitää äänenavaukset itse vain joskus (taulukko 7).



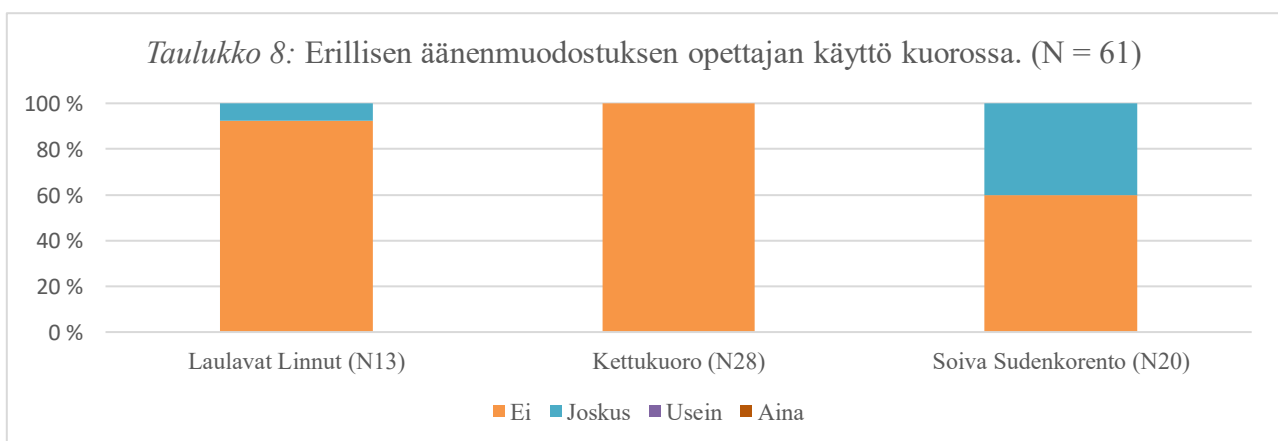
11 laulajaa Laulavista Linnuista vastasi tarkentavaan kysymykseen 7B, kuka äänenavauksia pitää, käytännössä identtisesti. Heidän mukaansa äänenavauksia pitävät myös muut kuorolaiset

ja että useimmiten nämä ovat ”musiikkipedagogeja tai laulupedagogeja, opiskelevia tai jo ammattiin valmistuneita”. Kuorossa vastuuta myös jaetaan, joten ”äänenavauksia pitää usein myös kuorolaiset sekä kuoronjohtaja + kuorolaiset yhdessä” tai ”kuoronjohtajan äänenavaukset sisältävät usein myös kuorolaisten ohjaamia osia”. Laura Linnun tarkennus asiaan oli samansuuntainen: ”*Meil on niin paljon talenttia rivissä, et jos joku muu vetää ku minä, niin sit se on joku rivistä käytännössä*”.

Saaga Sudenkorennon mukaan ”*kuorohan imee paljon nopeammin uudelta ihmiseltä. Vaikka ne ois samoja asioita mitä mä sanon*”. Siksi olisi hyödyllistä, että välillä muutkin ihmiset, kuin pelkästään kuoron oma johtaja, pitäisivät äänenavauksia. Käytännössä Kiia Ketun mukaan kokonaan ulkopuolisen äänenmuodostuksen opettajan käyttäminen varsinkin säännöllisesti olisi kuitenkin kallista. Lisäksi sekä Saaga että Kiia nostavat esiin, että on tärkeä ottaa huomioon, että laulunopetuksessa on olemassa useita eri koulukuntia. Mikäli kuorolle äänenkäyttöä opettavia henkilöitä on useampi kuin yksi, tulisi ottaa huomioon jakavatko nämä äänenkäytön ammattilaiset samanlaiset käsityksen ääni- ja sointi-ihanteesta.

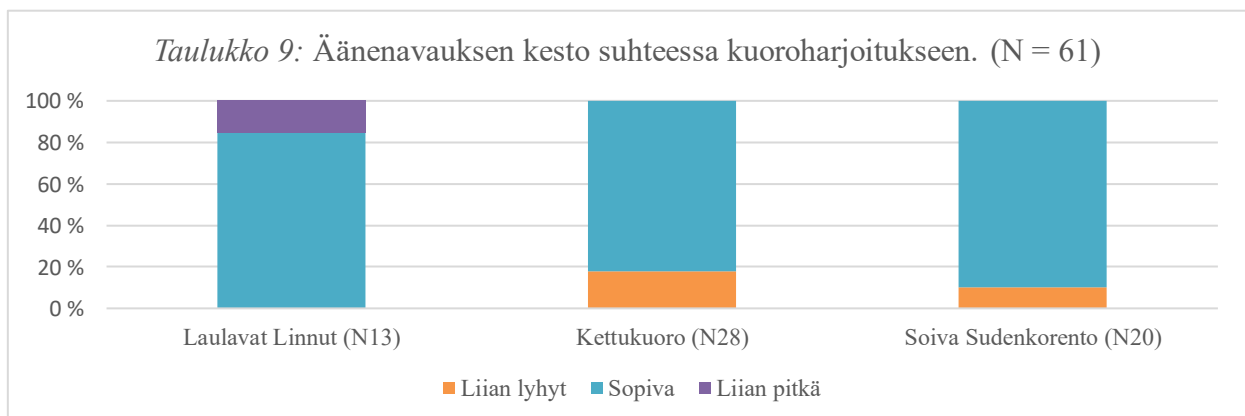
Kysyinkin kuorolaisilta käykö kuoroissa erillistä äänenmuodostuksen opettajaa (taulukko 8). Vastausvaihtoehtoina oli *Aina* (pääsääntöisesti äänenavaukset ovat hänen vastuullaan), *Usein* (useamman kerran joka lukukausi, esimerkiksi kerran kuukaudessa), *Joskus* (esimerkiksi kerran tai kaksi lukukaudessa tai lukuvuodessa) ja *Ei*.

Sekä Laulavissa Linnuissa että Kettukuorossa oltiin yksimielisiä siitä, että kuorossa ei käy ulkopuolisia äänenmuodostuksen opettajia. Kettukuorossa kaikki olivat tätä mieltä ja Laulavissa Linnuissa vain yksi henkilö oli vastannut kysymykseen ”joskus”. Sen sijaan Soivassa Sudenkorennonssa 12 henkilöä oli vastannut, että kuorossa ei käy ulkopuolisia äänenmuodostuksen opettajia, kun taas 8 henkilöä oli vastannut, että joskus käy.



Soivan Sudenkorenon johtajan mukaan heidän viikkoharjoituksensa kestävät kolme tuntia kerrallaan, josta hänen arvionsa mukaan äänenavaukseen käytetään 15–20 minuuttia, yleisimmin 15 minuuttia. Laulavien Lintujen johtajan mukaan heidän viikkoharjoituksensa kestävät kolme ja puoli tuntia, mikä sisältää puolen tunnin tauon. Hänen arvionsa mukaan äänenavaukseen käytetään vaihdellen aikaa, mutta yleensä vähintään 15 minuuttia, monesti jopa lähemmäs 20–25 minuuttia. Kiia Ketun mukaan Kettukuoron normaali viikkoharjoitus kestää kolme tuntia, joka sisältää vartin tauon. Hänen mukaansa raja äänenavausharjoitusten ja muiden harjoitusten, esim. improvisaatioharjoitusten välillä on häilyvä. Lisäksi hän käyttää usein samankaltaisia harjoituksia myös keskellä harjoituksia, ja esimerkiksi ensimmäisen kappaleen laulaminen saattaa olla edelleen tärkeä äänenavauksen osa, joten tarkan aikamäärän antaminen on vaikeaa. Mutta tyypillisimmillään Kettukuorossa äänenavaukseen käytetään aikaa 15–30 minuuttia.

Pyrin selvittämään kuorolaisilta, miten he kokevat äänenavauksen keston suhteessa kuoroharjoitusten pituuteen. Vastausvaihtoehtoina heillä oli ”*äänenavaus on liian lyhyt*”, ”*äänenavaus on kestoaltaan sopiva*” ja ”*äänenavaus on liian pitkä*”.



Suurin osa jokaisen kuoron laulajista oli sitä mieltä, että kuoronjohtajan pitämät äänenavaukset ovat kestoaltaan juuri sopivia (taulukko 9). Laulavista Linnuista ainoastaan kaksi laulajaa 13:sta oli sitä mieltä, että äänenavaus on liian pitkä. Kettukuorossa viisi laulajaa 28:sta oli sitä mieltä, että äänenavaus on liian lyhyt ja Soivassa Sudenkorennossa samoin oli vastannut kaksi laulajaa 20:sta.

6.1 Kuoronjohtajien käsityksiä äänenavauksesta

Tässä luvussa esitän vastauksen ensimmäiseen tutkimuskysymykseeni, joka oli:

- 1) Millaisia käsityksiä kuoronjohtajilla on hyvän ja motivoivan äänenavauksen elementeistä?

Tuloksia tarkasteltaessa on tärkeää huomioida, että tutkimuksessa mukana olleet kuorot olivat tyyliltään erilaisia ja välillä tutkimukseen haastateltujen kuoronjohtajien näkemykset saattoivat olla toisistaan eriäviä. Aineistoni pohjalta loin tulosavaruuden, joka jakautui kahteen pääkategoriaan, jotka olivat *onnistuneen äänenavauksen elementit* sekä *äänenaavaukseen liittyvät haasteet*.

Onnistuneen äänenavauksen osalta analysoimani data jakaantui kolmeen yläkategoriaan, jotka olivat *kuoronjohtajan rooli*, *harjoitustuokion lähtökohdat* sekä *äänenaavaukseen päämäärät*. Nämä jakautuivat edelleen alakategorioihin. Samoin äänenavaukseen liittyvät haasteet jakaantuivat kolmeen yläkategoriaan: *äänenkäytön ohjaamiseen*, *käytössä oleviin resursseihin* sekä *asenteisiin äänenavausta kohtaan* ja niiden alakategorioihin.

Alaluvussa 6.1.1 avaan ensin pääkategorian onnistuneen äänenavauksen elementit ja vastavasti alaluvussa 6.1.2 äänenavaukseen liittyvät haasteet.

Taulukko 10: Kuoronjohtajien käsityksiä äänenavauksesta. (N= 3)

KUORONJOHTAJIEN KÄSITYKSIÄ ÄÄNENAVAUksesta	Onnistuneen äänenavauksen elementit	<i>Kuoronjohtajan rooli</i>	Äänenavausharjoitusten ohjaus
			Kuoronjohtajan asenne
		<i>Harjoitustuokion lähtökohdat</i>	Erilaisten päivien vaikutus
			Kuorolaisten moninaisuus
			Kuoron tuntemus
			Äänenavauksen käsite
		<i>Äänenavaustuokion päämäärät</i>	Tarpeiden huomioiminen
			Toteutuksen periaatteet
			Orientoituminen
			Kokemuksellisuus
		Yhteisön rakentaminen	
		Musiikillisten taitojen kehittäminen	
	Äänenavaukseen liittyvät haasteet	<i>Äänenkäytön ohjaaminen</i>	Yksilön ja ryhmän yhtäaikainen ohjaus
			Vastuu laulajien äänenkäytöstä
		Rutiinin ja vaihtelun tasapaino	
<i>Käytössä olevat resurssit</i>		Ajankäytölliset haasteet	
		Ammattitaidon ylläpito ja kehitys	
<i>Asenteet äänenavausta kohtaan</i>		Toimintatapojen muutokset	
	Yhteisiin toimintatapoihin sitouttaminen		

6.1.1 Onnistuneen äänenavauksen elementit

Kuoronjohtajan rooli

Ensimmäinen yläkategoria, kuoronjohtajan rooli, jakaantui edelleen kahteen alakategoriaan, jotka olivat *äänenavausharjoitusten ohjaus* sekä *kuoronjohtajan oma asenne*. Kuoronjohtajat kokivat, että tärkeä tekijä onnistuneen äänenavaukseen on se, millaisella mentaliteetilla

äänenausharjoituksia ohjataan. Tämän kategorian sisältä löytyi edelleen kolme kantavaa teemaa: lauluteknisten neuvojen antaminen ja laulajan ymmärryksen vahvistaminen, kuultuun reagoiminen ja siten laulajan arvostuksen osoittaminen sekä harjoitteen tarkoituksen avaaminen tilanteen mukaan.

Vaikka kuoroharjoituksissa ohjataan kokonaista ryhmää, jokaisen kuoronjohtajan tavoitteena oli, että myös yksittäinen laulaja saisi lauluteknisiä neuvoja. Parhaiden neuvojen nähtiin olevan konkreettisia: ”näin sinä teet tämän”. Johtajat kokivat, että laulajien olisi hyvä olla aktiivisessa oppijan roolissa, jossa he eivät vain tuota ääntä, vaan myös ymmärtävät, miten he kyseisen äänen tuottavat.

”Ajattelen ehkä kaikkein eniten sellasta lauluteknistä puolta äänenavauksesta, mikä on toki ihan valtavan tärkeä, herran jestas, koska sehän on se, millä sä rakennat sen sun instrumenttis ja millä sä saat sen niinku edistymään on se, että sä tuet sitä, et autat laulajia laulamaan paremmin.” – Laura Lintu

Sillä, miten johtaja reagoi kuulemaansa äänenavausharjoitteiden aikana, koettiin olevan suuri merkitys harjoitusten ilmapiirille ja laulajien kokemalle tunnetilalle. Johtajat näkivät, että kommentoimalla harjoituksen kulkua ja antamalla ohjeistusta sen aikana, voitiin vahvistaa laulajien kokemusta siitä, että heidän toiminnallaan on merkitystä. Yksittäisellä laulajalla on väliä; laulajat eivät lauleskele ääniharjoituksia vain yksinään omassa kuplassaan, vaan jokainen heistä on osa yhteistä prosessia. Lisäksi nähtiin, että mikäli joku laulajista tekee jotain hienoa, siitä on mahdollista inspiroitua ja hyödyntää tehtyä asiaa koko ryhmän tekemisessä. Näin toimien on mahdollista myös osaltaan rakentaa myönteistä ilmapiiriä.

”Kyl ehkä se ohjeistus ainaki itelle antaa paljon. Et jos kuorolainen vaan kokee, et nyt nää vaan lauletaan läpi, niin siitä tulee ainakin mulle laulajana sellainen kysymys, et oisiks mä voinu laulajana tehdä jotain paremmin?” – Saaga Sudenkorento

Harjoitteen tarkoituksien avaaminen harjoituksissa herätti mielipiteitä niin puolesta kuin vastaan niin johtajissa kuin laulajissakin. Laura Linnun mukaan osa laulajista toivoo, että asioista kerrotaisiin enemmän, kun taas osa toivoo, että laulettaisiin mahdollisimman paljon. Johtajan tulisikin osata perustella, miksi jotain harjoitetta tehdään, minkä nähtiin lisäävän johtajan auktoriteettia laulajien silmissä. Johtajan on kuitenkin hyvä pitää silmänsä auki harjoituksen

fokuksessa ja aikataulussa, ja miettiä, milloin harjoitteiden tarkoitusperiä on hyödyllistä avata enemmän ja milloin taas keskittää huomio mieluummin itse tekemiseen.

*Et jos on nimenomaan se, et mä haluun vaiks tietynlaista sointia, ni sit saatan sanoa, et ”No niin, nyt siirrytään tähän harjoitukseen, jossa enemmän tätä”. –
”Et tavallaan myöskin kyl mä käyn niitä perus äänitekniisiä asioita myöski läpi, mut sit se sillee, että jos joka kerta avaa.. Et en niinku jaksu sitä, et joka kerta niinku.. Sitähän voisi sit höpöttää ja avata, että nyt enemmän tätä ja tätä.. Et sit riippuen siitä, mikä se treenin fokus on ja mikä se kiire on, et sitten miten paljon mä avaan niitä harjoituksia sitte teknisessä mielessä.” – Kiia Kettu*

Kuoronjohtajan roolin toinen alakategoria *kuoronjohtajan asenne* koostui neljästä kantavasta teemasta: auktoriteetin ja dialogisuuden tasapainosta, kuorolaisten tarpeiden ymmärtämisestä ja toiveiden huomioimisesta, yhteisen ajan arvostamisesta ja sen hyödyntämisestä sekä kuoron moninaisuuden ymmärtämisestä ja sen keskeltä tasapainon löytämisestä.

Auktoriteetin ja dialogisuuden tasapainon mukaan kuoronjohtajan tehtävänä on asettaa rajat ja suunnata toimintaa. Mikäli kuoronjohtaja antaa liikaa tilaa kuorolaisten kommenteille, koettiin sen helposti hajottavan harjoituksen fokuksen ja päästää painopisteen siirtymään väärin asioihin vieden arvokasta yhteistä aikaa aidolta asioiden harjoittamiselta ja yhteiseltä tekemiseltä. Toisaalta avoimuus ja se, että kaikille on tilaa, tekee johtajasta helpommin lähestyttävän, lisää hänen arvoaltaansa ja luo yhteisöä, jossa jokaisella on oma paikkansa.

”Että kyllä meillä on ollu myös niitä tilanteita, ku joku kysymään tai ehdottamaan jotain, ja sit pitää vaan olla silleen, et joko, että ei lähetä keskustelemaan ollenkaan, että ’hienoa, kiitos inputista, nyt emme lähde vääntämään kättä siitä, että miten tota äänenväriä kutsutaan’, tai että ’tästä on nyt monenlaisia käsityksiä, nyt tämä ei ole se hetki tälle keskustelulle, vaan mennään nyt eteenpäin’. Että toki, se menee moneen suuntaan se harrastuneisuus.” – Laura Lintu

Kuorolaisten tarpeiden ymmärtämisen ja toiveiden huomioimisen koettiin olevan tärkeä tekijä kuoronjohtajan tekemistä ja johtajat kokivat, että laulajien antamaa palautetta kannattaakin hyödyntää äänenavauksen kehittämisessä, jonka myötä on mahdollista tehdä aiempaa kohden tumpi äänenavaus kyseisellä kuorolla. Joskus on myös mahdollista, että johtaja sokeutuu omille toimintatavoilleen ja laulajilta tulleet toiveet auttavat hahmottamaan kokonaiskuvaa uudelleen. Kuoroon saattaa tulla esimerkiksi uusia laulajia ja kuoronjohtaja saattaa alkaa jännittää, miten

heidän kanssaan lauletaan ylös, jos mukana on raakoja ääniä. Siinä vaiheessa on hyvä, jos joku laulajista tulee ihmettelemään, miksi nykyään ei enää lauleta niin ylös kuin aiemmin, vaikka hänen äänensä kaipaisi sitä. Kuoronjohtajan olisi hyödyllistä olla kartalla siitä, mitä yksittäiset laulajat kokevat tarvitsevansa ennen varsinaisen ohjelmiston harjoittamista.

”Ja varsinkin, jos ja kun se aiheuttaa kuoroissa sitä, että osa tulee paikalle ja osa ei, osa myöhästelee, niin ehkä sellainen kuoron sisäinen keskustelu myös tästä, et hei miks me tullaan äänenavaukseen? Miten te tulisitte paikalle ajoissa? Mitä siellä pitäisi olla? What does it take? Ehkä joku tämmönen. Ni sit se ois oikeesti sitä dataa, mitä kuorolaiset haluavat harrastukseltaan äänenavauksessa.” – Saaga Sudenkorento

Yhteisen ajan arvostaminen ja vastuu sen hyödyntämisestä nousi niin ikään keskeiseksi tekijäksi. Johtajan tulisi kunnioittaa harjoitusaikaa ja pyrkiä tehokkaaseen työskentelyyn käytössä olevalla ajalla. Kun johtaja itse kokee äänenavauksen tärkeäksi ja hyödylliseksi osaksi kuoro-toimintaa, hän näyttää esimerkkiä myös laulajilleen. Jokainen johtaja pyrkii varmasti antamaan parasta omalle kuorolleen, mutta todellinen kysymys on, miten hän voisi tehdä sen entistä paremmin. Johtajan tulisi miettiä, mitä hän voisi antaa vielä lisää tai onko jotain, mitä kuoro kaipaisi ja tarvitsisi? Tämä reflektiivisyys ja parhaimpaan pyrkiminen välittyy myös laulajille.

”Siis mä pidän sitä ylipäättään työssäni ihan hirveen tärkeänä ja semmosena niinku jotenki niinku että se oisi laulajista, et ymmärrettäis sen arvo ja suhtaututtais siihen niinkun tärkeänä.” – – ”Et se panoksen määrä, mitä sieltä saa, on aivan tosi huikeeta. Et se mahdollistaa hirveen kunnianhimoisen musiikillisen työskentelyn. Ja tekee sillä tavalla myös ihan positiivista painetta, et ei halua todel-lakaan niinku tuhlata sitä heidän aikaansa. Et kunnioittaa ihan hirveen paljon sitä yhteistä aikaa, mikä meillä on.” – Laura Lintu

Viimeisenä teemana osana kuoronjohtajan asennetta nähtiin kuoron moninaisuuden ymmärtäminen ja sen keskeltä tasapainon löytyminen. Kuoro on täynnä erilaisia laulajia, jotka oppivat eri tavoilla ja joita motivoivat erilaiset asiat. Johtajan ei ole mahdollista miellyttää kaikkia, joten hänen on hyväksyttävä oman työnsä rajallisuus, oltava itselleen armollinen ja tunnustettava, että valinnat jättävät aina väistämättä jotain ulkopuolelle. Näin ollen kuoronjohtajan olisi hyvä tarkastella kokonaisjakamaa ja miettiä tuntuuko kuorossa jännitteitä, jonka takia kurssia olisi hyvä korjata johonkin suuntaan.

”Ku ei sitä voi kumartaa joka suuntaan kuitenkaan. Ja sitte just se, että kun tullaan niinku niin eri tilanteista, niin joilleki se voi olla, et se lämppä tuntuu liian pitkälle jo ja sitte joku on silleen, että mä alan vasta päästä vauhtiin, että ois toivonu vielä lisää lämppää. Et se on se balanssi aina.” – Kiia Kettu

”Mut että jotenki et tiedostaa jotenki se, et siellä on se iso spektri. Ja et aina on erilaisia oppijoita ja et eri ihmisiä ärsyttää asiat ja eri ihmisille toimii eri asiat. Et yrittää siinä jotenki olla itelle armollinen.” – Laura Lintu

Harjoitustuokion lähtökohdat

Onnistuneen äänenavauksen elementtien toinen yläkategoria, harjoitustuokion lähtökohdat, jakaantui edelleen neljään alakategoriaan, jotka olivat erilaisten päivien vaikutus, kuorolaisten moninaisuus, kuoron tuntemus sekä äänenavauksen käsite.

Ensimmäisessä alakategoriassa, *erilaisten päivien vaikutuksessa*, näkyi edelleen kolme kantavaa teemaa, jotka olivat laulajan henkisen vireystilan vaihtelu, laulajan äänenkäytön kuormituksen vaihtelu sekä harjoitusten lähtökohtien vaihtelu. Johtajan on hyvä tiedostaa, että laulajilla saattaa olla henkisesti erilainen päivä takanaan. Eri päivät ovat erilaisia ja koskaan ei voi tietää, millaisia tilanteita toinen on saattanut päivän aikana kohdata. Jokainen saapuu tilaan omalla energiallaan ja toisinaan joku laulajista ei ehkä halua osallistua koko äänenavaukseen ja hiipii tilaan vähän myöhemmin. Kenenkään ei kuitenkaan tarvitse lähteä antamaan itsestään enempää, kuin mitä sillä hetkellä on tarjota. Johtajalle on tärkeää kyetä olla ajan hermolla ja tunnustella tilannetta.

Aivan kuten laulajien henkinen vireystila saattaa vaihdella päiväkohtaisesti, on myös hyvä tiedostaa, että laulajilla voi olla takanaan hyvinkin erilaiset äänenkäyttöpäivät. Joku laulajista saattaa esimerkiksi opiskella laulunopettajaksi ja käyttää ääntään monipuolisesti koko päivän, kun taas toisessa ääripäässä saattaa olla joku, joka tekee esimerkiksi toimistotyötä, eikä pääse päivän aikana käyttämään ääntään juuri ollenkaan.

”On tullukki kommenttia joltaki, et opiskelija on ollu silleen, et mulle tää ei oo hirveen motivoivaa, että kun mä oon jo käyttäny koko päivän ääntäni. Ja sitte taas siellä toisessa ääripäässä on sitte se, et kaipais enemmän sitä ääniharjoitusta ja

tekniikkaa vielä, kun lähtökohtana on se, ettei ole käyttäny koko päivänä ääntään vielä ollenkaan.” – Kiia Kettu

Oleellista on myös se, että eri harjoitusten lähtökohdat voivat olla erilaisia. Monet äänenavaukset sijoittuvat ilta-aikaan työpäivän päälle, mutta yhtä lailla ne voivat sijoittua myös aamutreeneihin esimerkiksi leiriviikonloppuihin tai vaikkapa kuororeissulle. Se, mistä hetkeen tullaan ja minkälaisessa mielentilassa tilaan saavutaan, voi olla hyvin erilainen eri kerroilla.

”Mut vaikee antaa mitään patenttiratkaisua. Koska toi on niin eri, et jos ollaan vaikka reissussa, jossa kaikki on jo ihan täysillä, et on jo se niinku yhteishenki ja fokus on jo ihan täysin olemassa, ja enää tavallaan. Tai et ku ne on niin eri, että onko vaikka iltatreenit vai aamutreenit ja ylipäätensä, et mistä tullaan siihen hetkeen. Ne on niin erilaisia.” – Laura Lintu

Harjoitustuokion lähtökohtien toinen alakategoria oli *kuorolaisten moninaisuus*. Tämä koostui viidestä kantavasta teemasta: laulajien uskomusten ja minäkuvan kirjosta, persoonallisuuksien kirjosta, tarpeiden moninaisuudesta, erilaisista toiveista ja mieltymyksistä sekä fyysisten ominaisuuksien vaihtelusta. Laulajien erilaiset uskomukset ja käsitykset itsestään nähtiin vaikuttavan siihen, miten laulajat toimivat kuorossa ja reagoivat pyydettyihin asioihin. Ryhmään mahtuu erilaisia käsityksiä niin äänenmuodostuksesta ja siitä mitä oman äänen koetaan tarvitsevan auetakseen kuin ylipäätään koko musiikin tekemisestä. Laura Linnun mukaan suuri tekijä laulajan motivaatioon äänenavausta kohtaan voi olla myös se, mikä on laulajan oma käsitys itsestään laulajana ja näkeekö hän itsensä kehityskelpoisena. Äänenavaukseen on helpompi motivoitua, jos kokee itsensä pystyvänä ja kehityskelpoisena yksilönä. Mikäli asenne on enemmän tyyliä ”ihan sama, emmä kuitenkaan osaa, emmä oikeen edes ymmärrä mitä se selittää”, voi äänenavaus ymmärrettävästi tuntua epärelevantilta eikä se silloin myöskään motivoi.

”Mä luulen, et toi on suurin syy siihen, et miks he, jotka eivät ole koskaan paikalla, niin aattelee, et heidän oikeen tarvi. Ehkä syy saattaa myös joskus olla, et kuorolaiset on silleen, että mä en nyt liikaa rasita mun ääntä. Et se riittää kun mä laulan, et kyllä se ääni aukeaa siinä. Se saattaa myös olla, ihan niin kuin vilpittömästi. Et kyllä se ääni tossa nyt myös aukee. Et ei nyt liikaa tuu laulettua.” – Saaga Sudenkorento

Kuoro koostuu useista erilaisista ihmisistä ja tämä tuo mukanaan valtavan määrän erilaisia persoonia. Toiset laulajat ovat luonteeltaan tarkkoja ja pedantteja, kun taas toisesta ääripäästä

löytyvät ne, jotka ovat aina myöhässä. Suurin osa laulajista kuuluu jonnekin näiden välimaastoon ja esimerkiksi tulevat ajoissa paikalle myös äänenavauksiin, koska kokevat sen olevan yhteisesti sovittu pelisääntö. Ihmisen persoona yhdistettynä aiempaan kokemukseen ja osaamiseen, voi vaikuttaa suuresti myöskin siihen, miten hän jaksaa kuunnella ohjaajaa ja keskittyä harjoitusten aikana. Samoin persoona ja aiemmat kokemukset voivat vaikuttaa siihen, miten paljon laulaja jännittää erilaisia asioita kuten esimerkiksi muiden edessä puhumista tai esiintymistä.

Suureen joukkoon mahtuu myös monenlaisia tarpeita. Osa laulajista kokee, että ääni ei aukea, jos ei ole saanut laulaa ja lämmitellä ensiksi vähintään 15 minuuttia, toiset taas olisivat valmiita aloittamaan heti. Johtajat kokevat, että laulajien näkökulmasta oikeata ratkaisua ei ole olemasakaan, koska kaikki ovat erilaisia ja tarvitsevat eri asioita ja aina löytyy niitä, jotka tarvitsisivat vielä vähän enemmän jotain.

”Mut et tavallaan, mä luulen et semmosta laulajan näkökulmasta niinku 100% ratkaisua [täydelliseen äänenavaukseen] ei ole olemassa, koska laulajat on kaikki erilaisia ja tarvis eri asioita. Aina on niitä, jotka tarvis äänellisesti vähän vielä enemmän lämmittelyä ja toistoja vielä, et he ois valmiit menemään, aina on joku, jolla on ihan kamala laulupäivä ja I can only fell for them, koska vitsit miten kökköä, ja sit jotenki joo.” – Laura Lintu

Erilaiset oppijat ja erilaiset laulajat kokevat hyvin erilaiset tekemiset mieluisaksi ja motivoivaksi. Toisille on motivoivaa tehdä ja keskittyä puhtaasti ääniharjoituksiin ja tietää etukäteen, mitä harjoituksissa ollaan tekemässä. Toiset taas pitävät enemmän yllätyksellisyydestä ja innostuvat, kun yhdessä tehdäänkin jotain erilaista.

”Niin.. Ku tääl on niinku kymmeniä erilaisia ihmisiä, ni jos mä mietin, et ketä mä haluun niinku motivoida. Et siel on niin monenlaisia erilaisia tyyppejä, mä tunnen niinku osan tosi pitkältä ajalta, ja tiedän, et osa haluais niinku erilaista ja osa taas erilaista ni sit mä koitan myös niinku jotenki vaihella ja muunnella sitä. Mut mä uskon justiin, että.. Nii.. Et ku se on justiin silleen, et osa kaipaa enemmän sitä fiilistelyä ja omaa kehoo ja virittäydytään tunnelmaan, ei oo mihinkään kiire.. Ja sit osa on sillee että aa, liikaa pööpöilyä, nyt tsop tsop tsop! Et pitäis niinku tehdä tehokkaammin.” – Kiia Kettu

Kuorolaisten moninaisuus näkyy myös laulajien erilaisessa fysiikassa, mikä saattaa tulla vastaan erityisesti erilaisissa kehonlämmittelyharjoituksissa. Jokainen laulaja on malliltaan ja kooltaan erilainen, mikä vaikuttaa hänen liikkuvuuteensa. Johtajat ovatkin saattaneet huomata, että kokonaisvaltaisempiin kehonlämmittelyharjoituksiin eivät välttämättä kaikki laulajat halua osallistua eivätkä kaikki harjoitukset toimi kaikille.

”Jos on sillee niinku liian vaikee tämmöinen verryttelyharjoitus tai joku jumppa, sitä ei kaikki kyl tee. Siin menee kyl joku raja. Ja se on täysin ok. Et ihmisil on kuitenkin erilainen fysiikka ja kaikil on se oma liikkuvuus, et esimerkiksi miten kroppa liikkuu. Ihmiset on eri mallisia, eri kokosia. Se on täysin ok. Et sit on jotain pikku liikkeitä, just olkapäitten pyörittely ja muuta, mitä kaikki kyllä sit tekee.” – Saaga Sudenkorento

Harjoitustuokion lähtökohtien kolmas alakategoria oli *kuoron tuntemus*. Tässä näkyi kuusi teemaa: kuoron ja sen laulajien taitotason arviointi ja siihen reagointi, kuoron riveistä löytyvien osaajien tunnistaminen ja niiden hyödyntäminen, kuorokohtaiset tarpeet, kuorokohtaiset toiveet, kuorojen erilaiset profiilit sekä työskentelytapojen omaksuminen.

Johtajan tulisi olla ajan tasalla siitä, missä ryhmän taitokehitys ohjelmistoon nähden menee ja mihin laulajat tarvitsevat kyseisellä hetkellä apua tai virikkeitä kaikkein eniten. Johtajan tulisi myös huomioida, ovatko laulajat pääsääntöisesti amatöörejä vai musiikin ammattilaisia. Kiian mukaan amatöörit jaksavat toistaa asioita heikommin ja heidän keskittymisensä alkaa herpaantumaan herkemmin, mikäli jotain kohtaa pysähdytään hienosäätämään pitkäksi aikaa. He saattavat ajatella, että harjoitus on saavutettu, kunhan suunnilleen osutaan oikeisiin nuotteihin. Ammattilaisten korvat ovat taas enemmän auki ja he ovat sinnikkäämpiä viimeistelemään harjoitukset loppuun asti.

Kuoron riveistä löytyvien osaajien tunnistaminen nähtiin niin ikään tärkeäksi. Mikäli kuoron laulajista löytyi musiikillista tai muuta osaamista, koettiin heillä olevan paljon annettavaa koko kuoron tekemiseen. Kyvyt saattoivat olla niin laulamiseen liittyviä, mutta yhtä hyvin myös esimerkiksi kehonhuoltoon erikoistuneiden ammattilaisten hyödyntämistä. Lauran mukaan näitä kuorolaisia on mahdollista käyttää välillä apuna harjoitusten vetämisessä, mikäli heille vain muistaa antaa varoituksen ajoissa ja he ehtivät miettiä mitä tehdä.

*”Tai et haluaisin sen takia käyttää vielä enemmän rivissä olevia laulopedagogi-
supertalentteja, koska kun meillä on vielä rivissä ihmisiä, jotka on vielä niin*

paljon syvemmällä siinä spesifin äänenkäytön neuvomisessa ja demonstroimisessa ja pedagogisessa oivaltavassa selittämisessä.” – Laura Lintu

Suuri osa kuoron tuntemusta on johtajien mukaan ymmärtää, että erilaiset kuorot tarvitsevat eri asioita. Jokainen kuoro on erilainen ja kaipaa instrumenttina erilaisia asioita. Kuorossa, jossa improvisaatiota käytetään osana kuoron ohjelmistoa, äänenavauksissa harjoitettava improvisointi vie kuoroa harppauksittain eteenpäin, kun taas esimerkiksi klassista musiikkia laulavassa kuorossa tulisi tavoitella myös äänenavauksissa kyseisen musiikkityylin mukaista ihannetta.

”Ja sit myöskin, et se vastaa sitä, et jos on niinku klassinen kuoro, ni sit haetaan sitä sen mukaista ihannetta ja jos se on enemmän popkuoro, ni sit haetaan niinku sen puolen saundia tai niinku... Et se on myöskin siinä äänen avauksessa läsnä se sointiväri ja kaikki.” – Kiia Kettu

Aivan kuten erilaiset kuorot tarvitsevat, ne myös toivovat erilaisia asioita. Kiia Kettu arvioi, että harrastajakuorot saattavat kiinnostua herkemmin uusista asioista. Saaga taas koki, että hänen Soivat Sudenkorennot -kuorossaan laulajat ovat lähtökohtaisesti hyviä kuuntelijoita, eivätkä pääsääntöisesti kaipaa enempää esimerkiksi moniäänisiä tai muita erikoisharjoituksia, vaan kuoro haluaa päästä tehokkaasti työskentelemään itse ohjelmiston kanssa. Muuten hän kokee, että kuunteluharjoitukset ovat tehokas työkalu kuorotyöskentelyyn. Muiden kuorojen kanssa hän saattaa teettää äänenavausten loppupuolella enemmän myös toiminnallisia harjoituksia. Osa johtajuutta ja kuoron toimintaa onkin ymmärtää, että eri kuorot profiloituvat hieman erilaisiin asioihin. On tärkeää, että kuorokentältä löytyy erilaisia kuoroja, jotta jokainen voi löytää oman ryhmänsä ja hakeutua sinne, minkälainen tekeminen sopii itselle.

”Niin varmasti myöskin se, et sit semmoset laulajat, jotka ei kaipaa semmosta, ni sitte ne ei tuu mun kueroon. Et ne hakeutuu ehkä sit jonnekin muualle tai sit ne opettelee sietämään sitä.” – – ”Joku sanoo kommenttina: ”Et mä en vois kuvitellaakaan, et laulais niinku mun kuorossa, koska pitää jotenki liikkua, et mä haluan niinku seisoa paikoillani. Et minä en tule niinku harjoituksiin tekemään sitä, tätä, tota ja että tää kuoro ei nyt ollu mulle.” – Kiia Kettu

Mihin suuntaan kuoro profiloituukaan, laulajat lopulta oppivat ja tottuvat käytettyihin työskentelytapoihin. Joillekin laulajille osa käytänteistä saattaa aluksi yllättää. Esimerkiksi jonkin ilmaisuharjoituksen tekeminen ensimmäistä kertaa voi tuntua jännittävältä, mutta kun saman pääsee tekemään uudelleen, tilanne on jo tuttu. Johtajat myös näkivät, että jotkut laulajat

saattavat suhtautua joihinkin sisältöihin tai harjoitteisiin varauksella, mutta kun kuorossa vaikiintuu yhteinen ymmärrys käytetystä työskentelytavasta, syntyy luottamus, jonka puitteissa jokainen voi osallistua omalla tavallaan. Vaikka jokin harjoitus ei aina tuntuisi itselle mielekkäältä, siihen suhtaudutaan ymmärtäväisesti ja ollaan valmiita liittymään mukaan omaan tahtiin.

”...monet sanoo, et sit saattaa tulla shokkina, et pitää jotenkin antaa itsestään enemmän, mut et sit siihen tottuu. Et se tuntuu vähän epämukavalle ehkä aluksi, mut sittenku tottuu ja saa rohkeutta, niin sitten oppii tykkäämään siitä.” – Kiia Kettu

Viimeinen alakategoria harjoitustuokion lähtökohdista käsitteli *äänenavauksen käsitettä* johtajien pohtiessa, onko tiukka rajanveto ylipäättään ääniharjoitusten ja kappaleiden harjoittamisen välille mielekäs. Kategoria koostui kahdesta teemasta: äänenavauksen määrittelystä sekä nykyisen äänenavausmallin kyseenalaistamisesta.

Äänenavausta on mahdollista tarkastella monesta eri näkökulmasta. Monesti harjoituksissa varsinainen käsiteltävä asia nousee kappalekohtaisista asioista ja siitä, että jokin asia ei vielä toimi ja sitä pitäisi jotenkin työstää eteenpäin tai muuten ratkaista. Näitä ratkaistaan monesti harjoitusajan sisällä, jolloin äänenavauksen omaisia asioita tehdään keskellä treeniä ja toisinpäin. Toisinaan äänenavaukseen loppuun saatetaan laulaa jokin tuttu kappale, ja se saattaa olla tärkeä osa äänenavausta, mutta pääpaino onkin jo ilmaisun tai muun harjoittamisessa, ja se voi olla vaikea tunnistaa enää osaksi äänenavausta. Joskus harjoitusten alussa jotain asiaa täytyy käsitellä syvällisemmin ja se saattaa helposti syödä koko lämmittelyajan. Silloin voi olla mielekkäämpää integroida äänentuotto jotain muuta kautta.

”Et mä ajattelen nimenomaan kuoron lämpää tosi paljon kokonaisvaltaisemmin. – – Oma pieni lista, et paitsi et on ne kappalekohtaiset asiat, no niinno tavallaan niistä kappalekohtaisista asioista tulee tosi monasti et aa tää ei vielä oikeen toimi et mistäs se nyt oikeen johtuu ja miten sitä vois.. Toki niitä ratkaistaan myös tosi paljon siinä treeniajan sisällä. Et se ei oo välttämättä sitä pelkkää äänenavausaikaa. Vaan kyl niit äänenavauksen omaisia asioita voidaan tehdä myös siellä keskellä treeniä ja toisinpäin. Et se menee tosi vahvasti ristiin kyllä.” – Laura Lintu

Lisäksi johtajat kyseenalaistivat, onko nykyinen käytössä oleva äänenavausmalli kuorotyöskentelyyn kaikista optimaalisin. He pohtivat kannattaako kärkeen pitää aina 15–25 minuuttia äänenavausta ja sitten tehdä muita harjoituksia, vai voisiko toimia paremmin, jos alkuun pidettäisiin esimerkiksi 10 minuutin äänenavaus ja sitten biisikohtaisesti edetessä ottaa tarvittavia tekniikkaharjoituksia silloin, missä niitä tarvitaan eniten. Näin myös kuorolaisen voisi olla helpompi hahmottaa, mitkä asiat ja tehdyt harjoitteet liittyvät toisiinsa, kun ne olisi mahdollista nähdä konkreettisemmin rinnakkain.

”Mut et ehkä mä ajattelen, että sen täys erottaminen, se on ehkä se niinku... Et se on ehkä ainut semmonen asia, jonka toivoisin jäävän historiaan, ja jossa haastaisin meitä kuoronjohtajina, et onks se niinku se ja sit se varsinainen harjoitus. Et tarviiko olla semmosta kahtiajakoa? Ja et miten niit sais niinku integroituu vielä sujuvammin toisiinsa?” – Laura Lintu

Äänenavaustuokion päämäärät

Onnistuneen äänenavauksen viimeinen yläkategoria, äänenavaustuokion päämäärät, jakaantui edelleen kuuteen alakategoriaan, jotka olivat tarpeiden huomioiminen, toteutuksen periaatteet, orientoituminen, kokemuksellisuus, yhteisön rakentaminen sekä musiikillisten taitojen kehittäminen.

Tarpeiden huomioiminen koostui neljästä teemasta, jotka olivat päivän vaatimukseen vastaaminen, perusteltu toiminta laulajalle, ohjelmistoon linkittyminen sekä äänellisten ongelmien ratkaiseminen. Äänenavauksen tulisi johtajien mukaan vastata päivän vaatimuksiin. Riippuen siitä, miten ääntä ollaan sinä päivänä tulossa käyttämään, tulisi äänenavauksen valmistaa sitä kohti. Äänenavauksessa ei tulisi olla ainoastaan hyödyllisiä harjoituksia, vaan harjoitteiden tulisi olla hyödyllisiä juuri kyseiselle päivälle johdattaen kyseisen päivän tekemiseen. Lisäksi tulisi ottaa huomioon millainen on ensimmäinen harjoiteltava kappale. Jos ensimmäisenä lauletaan jotain raskasta, tulee äänenavauksessa käyttää aikaa äänen lämmittelyyn enemmän, kuin jos ensimmäisenä kappaleena on jotain keskialueella liikkuvaa kevyttä laulettavaa, joka lämmittää ääntä jo itsessään.

”Mä aattelen aina, et se äänenavaus on sidoksissa siihen yhteen treenikertaan.”
– Saaga Sudenkorento

Äänenavauksen tulisi myös tuntua laulajalle perustellulta. Harjoitteita ei tule tehdä vain sen takia, että täytyy tehdä jotakin, vaan valituilla harjoitteilla tulee olla selkeä funktio. Johtajan pitää pystyä perustelemaan, miksi jotain harjoitetta tehdään. Mikäli äänenavauksen sisältö tuntuu laulajista epärelevantilta, se ei motivoi heitä. Mikäli taas laulajat näkevät linkkejä siinä, mihin tekeminen liittyy ja äänenavaus tuntuu suunnitellulta, lisää se laulajien motivaatiota.

”Mut et ehkä se on monasti se semmonen haaste siinä silloin kun väki ei ymmärrä, miksi jotain tehdään tai jokin tuntuu epämotivoidulta, niin on tavallaan se, että, että puuttuu se ymmärrys siitä, miten se on yhteydessä ’varsinaiseen tekemiseen’.” – Laura Lintu

Erittäin tärkeäksi tekijäksi johtajat näkivät sen, että äänenavaus tulisi linkittää ohjelmistoon, jolloin se palvelee kuoron tarpeita ja käytössä olevaa aikaa paremmin. Kaikki johtajat olivat vahvasti sitä mieltä, että äänenavauksen pedagogiset tavoitteet tulisi nostaa nimenomaan niistä asioista, mitä ohjelmisto edellyttää. He kokevat tämän lisäävän kuorolaisten motivaatiota heidän nähdessään linkin harjoitusten ja ohjelmiston välillä ja se, miksi harjoitteita tehdään, konkretisoituu. Lisäksi ohjelmistossa tarvittavien asioiden työstäminen jo äänenavauksessa säästää aikaa myöhemmissä työvaiheissa. Monesti harjoiteltavien asioiden saaminen kohdilleen on myös helpompaa saavuttaa erillään kappaleesta, jolloin on mahdollista keskittyä yhden asian työstämiseen kerrallaan. Kun työstettävää asiaa on saanut rauhassa harjoitella, on se helpompi ottaa myöhemmin käyttöön itse kappaleessa. Johtajan on hyvä myös huomata, että mikäli hän haluaa saada kappaleissa esimerkiksi erilaisia efektejä aikaiseksi, hänen tulee käyttää aikaa siihen, että laulajilla on työkalut toteuttaa halutut efektit. Tämä voi olla yksi tapa linkittää äänenavausharjoitteita ja ohjelmistoa toisiinsa. Toinen tapa on hyödyntää kappaleiden teemoja ja muita temaattisia asioita esimerkiksi poimimalla erilaisia harmonioita ja melodioita. Kolmas vaihtoehto on hyödyntää esimerkiksi luuppailua, jonka avulla voidaan harjoittaa työskentelyn kohteena olevien kappaleiden intervaleja, sointiasioita, taustäänien vokaalivärejä tai esimerkiksi haastavia rytmikuvioita.

”Esimerkiksi [eräällä harjoittamallani kuorolla] oli semmonen kohta, mis oli kirjoitettu kaks stemmaa, mitkä kulki pienen sekunnin päästä toisistaan. Niin sit mä ihan läpällä teetin semmoisen harjoitteen, et basso 1 laulaa Jaakko Kultaa tästä, ja basso 2 Jaakko Kultaa tästä (laulaa sävelet pienen sekuntin päähän toisistaan). Ja sit mä olin vaan ihan pokalla, et tää on vaikeeta, mut et meil on täs yhes kappalees tämmönen, et joskus niinku otan tollasia. Ja sit oli myös yks harmonia,

*mikä on aika hankala, ni sit mä kehitin semmosia harmonisia harjoitteita, et miten me niinku löydettäis ja opittais kuuntelemaan ikään ku paremmin, et mihin suuntaan se harmonia on menossa, niinku niitten harmonioiden kautta. Et tollasia mä kyllä oon ottanu silloin tällöin. En vältsis systemaattisesti.” – Saaga Sudenko-
rento*

Johtajan myös näkivät, että äänenavauksen tulisi pyrkiä ratkomaan käsillä olevia äänellisiä ongelmia. Mikäli johtaja huomaa, että jokin asia ei vielä lauluteknisesti toimi, äänenavaus toimii hetkenä keskittyä sen työstämiseen. Joskus tavoite saatetaan asettaa jo vuoden alussa, mutta useimmiten se muodostuu kesken kauden, kun huomataan, että jokin asia ei vielä toimi. Inspiraatio siihen, mitä äänenavauksessa milloinkin tehdään, tulee usein kuoron varsinaisista tavoitteista.

”Tosi useesti se tulee sieltä, et täs biisis halutaan työstää tätä asiaa tai tossa nää ei meinaa saada tota toimimaan – miten me voitais tätä työstää?” – Laura Lintu

Äänenavaustuokion päämäärien toinen alakategoria oli *toteutuksen periaatteet*, jossa tärkeitä tekijöitä oli ajallaan aloittaminen, rutiinien hyödyntäminen, vaihtelevuus, monipuolisuus ja kokonaisvaltaisuus, sopiva haastetaso sekä looginen eteneminen. Aikataulun mukaisesti ajallaan aloittamisen nähtiin vaikuttavan yleiseen harjoitusten ilmapiiriin sekä kuorolaisten motivaatioon osallistua äänenavaukseen. Esimerkiksi jos ovien kanssa on joskus ollut ongelmaa niin, ettei harjoituksia ole päästy aloittamaan ajallaan, kertoi Kiia huomanneensa laulajien myöhästelyjä tulleen enemmän seuraavien viikkojen aikana.

”Mut varmasti semmonen, et tulee semmonen olo, et me alotetaan heti tekemään jotaki. Et ei halua jäädä paitsi siitä, mitä me ollaan tekemässä, ni mä aattelen, et se on yleisesti motivoivaa, et alotetaan treenit ajallaan ja lähetään heti tekemään, ni se on varmasti semmonen motivoiva juttu. Sitte just, et jos on semmosta että porukkaa tulee myöhässä ja sit se on semmosta, ettei oikeen saada hommaa etenemään.” – Kiia Kettu

Rutiinien hyödyntäminen nähtiin niin ikään tärkeäksi toimintaperiaatteeksi. Johtajat näkivät, että pyörää ei hyödytä keksiä joka kerta uudestaan, sillä valmiiden ja jo olemassa olevien käytänteiden hyödyntäminen säästää aikaa ja vähentää johtajan työkuormitusta. Lisäksi toisto nähtiin hyödyllisenä parantaen laulajien perustekniikkaa, oli kyse sitten hengitykseen tai johonkin vastaavaan keskittyvästä perusharjoitteesta. Eräs johtaja kertoi tällä hetkellä tietoisesti

toistavansa jokaisessa äänenavauksessa saman harjoituksen vain vähän varioituna, koska halua harjoittaa ja kehittää laulajien tiettyä ylimenoaluetta, jota tarvitaan ohjelmistossa. Rutiinien nähtiin myös luovan turvaa niin laulajille kuin johtajallekin, kun ei tarvitse koko ajan miettiä, mitä tapahtuu seuraavaksi, vaan on mahdollista keskittyä aidosti itse tekemiseen. Toisinaan rutiinien nähtiin myös toimivan päivän pelastuksena, erityisesti jos johtajalla on mielessä muita mieltä painavia asioita, eikä hänellä ole ollut aikaa tai energiaa suunnitella harjoituksia kuten tavallisesti.

”Ja myöskin se, että aina ei tarvii olla jotaki kauheen erilaista ja ihmeellistä. Et myöskin se, että tulee sitä toistoa myöskin, et palataan perusasioihin ja on sitä perustekemistä. Ni se on semmonen tärkeä.” – Kiia Kettu

Rutiinien vastakohtana äänenavauksesta tulisi myös löytyä vaihtelevuutta. Mikäli äänenavaus on joka kerta samanlainen, koettiin sen kadottavan motivaation tekemiseen niin laulajilta kuin johtajalta itseltäänkin. Vaihtelevuutta on mahdollista saada äänenavauksiin niin yksittäisiä ääniharjoituksia varioimalla kuin myös koko äänenavauksen rakennetta ja luonnetta muuttamalla. Vaihtelua voi harjoitteissa ujuttaa pieniin asioihin, kuten tavujen vaihtamiseen harjoituksen sisällä tai vaikkapa siihen, kuinka ylös niillä lauletaan. Tuttuja harjoituksia voi varioida loputtomiin niin, että ne ovat joka viikko vähän erilaisia.

”Mä oon niinku varioinu viikosta toiseen samaa harjoitetta. Mut se nyt ei varsinaisesti sinänsä kasva tai vaikeudu. Et se on vaa vähä erilainen.” – Saaga Sundenkorento

Vaihtelua tulisi harrastaa myös äänenavauksen suurissa linjoissa. Harjoitusten ei tulisi alkaa aina samalla tavalla, vaan yhdellä kerralla voidaan keskittyä enemmän virittäytymiseen omaan itseensä sulkemalla silmät, kun taas toisella kerralla voidaan polkaista homma käyntiin erilaisilla vuorovaikutusharjoituksilla tai konserttimuodostelmien tekemisellä. Kun laulajat eivät tiedä, mitä ensimmäisenä tai seuraavanakaan tapahtuu, eivät he voi myöskään ennustaa, tapahtuuko jo harjoitusten alussa jotain erikoista, josta he eivät halua jäädä paitsi.

”Voidaan lähteä liikkeelle eri asioista. Joskus se on vuorovaikutuksellisuutta, joskus omaan kuplaan menemistä, joskus konserttimuodostelmien katsomista.” – – ”Niinku se vaihtelee itseasiassa niinku tosi paljon kerroittain, et miten mä sitä niinku lähestyn...” – Kiia Kettu

Tärkeänä toteutuksen periaatteena nähtiin myös monipuolisuus ja kokonaisvaltaisuus. Kuorolaulamisessa on paljon asioita, joita tulisi saada heräteltyä, jotta kappaleita päästään työstämään hedelmällisesti. Niinpä lämmittelyä tulisi tehdä monella eri tavalla. Johtajat näkivät, että pelkän äänenkäytön työstäminen ei riitä, vaan äänenavauksen tulisi sisältää myös fyysisiä elementtejä, hengitykseen liittyviä harjoitteita sekä vuorovaikutukseen ja läsnäoloon virittäytymistä joko yksin tai yhdessä. Monipuolinen lähestymistapa ei ainoastaan tue laulutekniikkaa, vaan myös motivoi ja auttaa laulajia pääsemään käsiksi tilan ja kehon kokemukseen ennen varsinaista musiikillista työskentelyä.

”Et ei missään nimessä pelkästään äänenkäyttöä.” – Laura Lintu

”Monipuolinen äänenavaus motivoi.” – Saaga Sudenkorento

Äänenavauksen tulisi myös olla haastetasoltaan sopiva. Tähän on mahdollista päästä keskittymistä vaativan sisällön hyödyntämisellä, liiallisen vaikeuden välttämällä sekä tukemalla laulajien motivaatiota oikeanlaisella vaatimisella. Äänenavauksen tulisi olla aidosti laulajien keskittymistä vaativa sekä työllistää heidän aistejaan. Näin toimien kuorolaiset on mahdollista tuoda henkisesti käsillä olevaan hetkeen mahdollistaen heille tauon arjen tehtävistä ja maailman tapahtumista.

”Kyl mä luulen, et se motivoiva äänenavaus on semmoinen, joka on jollain tavalla aktivoiva ja osallistava ja semmonen, kyl mä sanoisin et tavoite olisi, et se työllistäis sen laulajan synapsit. Tai et jotenki, et hänellä ois niin paljon tekemistä siinä, et hän joutuu työntämään päästään pois ne muut maailman asiat. Et hän tavallaan saa laskeuduttua siihen tilaan.” – Laura Lintu

Samaan aikaan olisi hyvä välttää liiallista haastavuutta. Jos harjoituksia tulee laulettua huonolla tekniikalla tai ääni ei ole vielä riittävän lämmin, liian vaikeat harjoitteet saattavat saada äänielimestön jumiin. Laajat ja haastavat harjoitteet vievät myös kauemmin aikaa opetella. Jos uuden harjoitteen melodiaa joudutaan muistelemaan viikkokausia, voi olla, ettei sen harjoittelu enää motivoi laulajaa ja harjoitteen varsinainen tarkoitusperä katoaa.

Sopivan haastetason harjoitteet liittyvät myös siihen, että johtaja uskaltaa asettaa laulajille korkeampia vaatimuksia ja hän keskittyy kannustavaan ja inspiroivaan vaatimisen tapaan. Johtajat kokivat laulajien motivoituvan vaatiessaan heiltä enemmän, pyytäessään heiltä laadukkaampaa suoritusta ja odottaessaan heidän nousevan asettamiensa vaatimusten edellyttämälle tasolle.

Kuorojen äänenmuodostuksen ja ilmaisun työstämisessä ei voi tulla koskaan valmiiksi ja kehittymisen myötä myös ohjelmistosta on mahdollista saada enemmän irti.

”Kyllähän se motivoi laulajia, kun heiltä vaaditaan jotain inspiroivaa. Tai et meitä ei motivoi se, et meiltä vaaditaan mahdottomia tietenkään, vaan et jos me puhutaan musiikista, ja vaaditaan, et tää vois olla vielä parempi ja et tää vois olla vielä siistimpi, kun me saadaan yhtäaikainen konsonantti. Tai samanlainen vokaali, joka soi näin. Et sehän on inspiroivaa vaatimista.” – Saaga Sudenkorento

Keskeisenä toteutuksen periaatteena johtajat näkivät, että äänenavauksen tulisi edetä loogisesti. Loogisen etenemisen nähtiin koskevan niin lyhyen, yhden harjoituskerran äänenavauksen luonnollista rakennetta kuin pidemmän aikavälin progressiota. Yksittäinen harjoituskerta tulisi johtajien mielestä alkaa useimmiten kehollisista harjoitteista ja edetä sitten ääniharjoitteisiin. Fyysiset harjoitteet saavat veren kiertämään, mistä voi joskus olla hyötyä erityisesti viileässä tilassa harjoiteltaessa. Erityisesti tulisi lämmitellä laulamiseen tarvittavia kurkunpään alueen lihaksia – niskaa, hartioita ja yläselkää. Ääniharjoitteiden tulisi kasvaa pienemmistä ja äänenkäytöltään hellemmistä harjoitteista suurempiin ja voimakkaampiin. Alussa yksittäiset soivat konsonantit ja mezzopianossa tehtävät pienet sävelkulut ovat hyviä. Näiden jälkeen on hyvä edetä kohti voimakkaampaa dynamiikkaa ja laajempaa ambitusta niin, että lopussa on vähintään oktaavin tai sen yli menevä harjoitus.

”Että on joku kroman lämmittely. Ja aloitetaan sillä yhdellä äänteellä. Sitten lisätään vokaaleita. Ja loppuun jotakin laajaa. Että toi on sellainen peruspaletti, mitä mä käytän.” – – ”...ja hyvä äänenavaus lähtee pienestä. Tää on mun mielestä tärkeätä, että se kasvaa, vähän niin kuin crescendomaisesti. Ja lähen ite usein semmosesta suppeasta harjoitteesta. Eli 3 säveltä, max 5 säveltä. Ja ehkä jollain yhdellä äänteellä. R:llä tai M:llä, mitäs muuta mä oon käyttäny.. Huulitäry. NG. Tossa ehkä ne yleisimmät. Ja sitte vasta sen jälkeen, kun on tullut se yks äänne, usein soiva konsonantti, niin sit mä lähden lisäämään siihen vokaalin pikkuhiljaa. Pikkuhiljaa lähdetään tutkimaan. Tää on nyt eka, että sen yhden konsonantit avulla pitää saada se sointi löydettyä.” – Saaga Sudenkorento

Pidemmän aikavälin progressiossa johtaja rakentaa pedagogisen kokonaisuuden useammalle eri harjoituskerralle ja tuo uusia elementtejä rajatusti mukaan yhden harjoituskerran aikana. Ensin voidaan keskittyä muutamaa peruselementtiin ja myöhemmin lisätä samaan

harjoitteeseen mukaan monimutkaisempia asioita. Pidemmän aikavälin punaisen langan rakentaminen lisää myös laulajien motivaatiota, kun tuleva harjoite paljastuu heille pala kerrallaan.

”...me tehtiin tuota puheen kautta parin viikon sarja ja sitten laulaen, ...”, ”... mä esittelin heille ne erilaiset tyypit ja aluks ei tietenkään ollu ees kaikkii neljää käytössä, vaan ensin vaan kaks tai kolme.” – Laura Lintu

Äänenavauksen päämäärien kolmas alakategoria oli *orientoituminen*, joka koostui kahdesta päätekijästä: lauluinstrumentin lämmittämisestä sekä henkisestä valmistautumisesta. Äänenavauksen tulee lämmittää lauluinstrumentti, minkä tulisi pitää sisällään niin kehon herättely kuin itse äänen lämmittely. Äänenavauksessa ei tarvitse tavoitella täydellistä ääntä, vaan tavoitteena tulisi olla äänen verryttely ja sen luonnollinen lämpiäminen sekä ylä- että alarekisteristä ilman pakottamista. Äänenavauksen alussa käytetään usein huulitäryä tai R:ää, sillä ne rentouttavat kurkunpäätä ja aktivoivat ääni-instrumenttia tehokkaasti. Etenkin jos aikaa on vähän, koettiin täryjen olevan tehokkaampia kuin esimerkiksi M:n tai NG:n käyttäminen.

”Ja, että harjoitteet menee ylös ja alas. Mutta mun mielestä se ei ole hyvän äänenavauksen merkki, että pitää mennä korkeeseen c:hen ja matalaan C:hen, vaan että se niinku lämpeää sekä ylärekkarista että alarekkarista. Ääni siis.” – Saaga Sudenkorento

Äänenavauksen tulisi myös valmistaa laulajat henkisesti tulevaan. Äänenavaus on tärkeä hetki ilmapiirin kannalta asettaen harjoitusten tunnelman ja fokuksen. Toisinaan se voi ilmetä niin, että aikaa harjoituksissa on vähän, asioiden pitäisi edetä tehokkaasti eteenpäin, eikä ylimääräisille kysymyksille ole aikaa, jolloin tämä ilmapiiri pitäisi aistia jo alkusykkeessä. Jollain kerralla taas päällimmäisenä teemana voi olla kuoron sointi ja harmonioiden puhdistaminen, jolloin on perusteltua käyttää siihen teemaan sopivaa otetta.

”Että se on tosi tärkeä hetki se, kun me kohdataan ja lämpätään yhdessä. Niin niin kyl se on tosi tärkeä. Ja sitte just se, et jos ei oo niinku mukana siinä hetkessä ja tulee sit myöhässä, ni kyl sit niinku jää aika monesta jutusta sit paitsi. Et kun sit jotenki että, et joku saattais olla silleen, et ”Mä tuun myöhässä, lämpään matkalla”, niin sitte.. No joo, voi sitä omaa ääntä lämmitellä, mutta et sitä ei niinku virittäydy siihen hetkeen. Et mä nään sen kyllä tosi tärkeenä hetkenä.” – Kiia Kettu

Äänenavauksen tulisi hetkenä virittää laulajat niin itseen kuin muihinkin. Kuoro on sosiaalinen instrumentti, jolloin myös sosiaalinen aspekti on hyvä ottaa huomioon. Yhteen virittävää tunnelmaa voidaan luoda esimerkiksi tekemällä äänenavaus piirissä, jolloin kaikki ovat ikään kuin samalla viivalla. Toisaalta virittäytymistä voidaan hakea esimerkiksi kontaktiharjoitusten kautta tai ihan vain laskeutumalla omaan tilaan. Kiia kertoo, että jos kontaktiharjoitukset jäävät joskus pois, niin kuoro ei myöskään soi samalla tavalla.

”Et semmonen kontaktin luonti ja semmonen tavallaan sen. Ja sit tota ei välttämättä tarvii ees tehä millään harjoituksella. Et se voi riittää, et otetaan semmoinen lyhyt skannaus, et katellaan keitä kaikkia muita tässä on samassa tilassa, hengitetään yhdessä ja ollaan silleen että jes. Et ehkä se on se ihan kaikkein tärkein.” – Laura Lintu

Äänenavaustuokion päämäärien neljännen alakategorian mukaan äänenavauksen tulisi pyrkiä *kokemuksellisuuteen*. Jotta äänenavauksesta saataisiin laulajalle monella eri tasolla kokemuksellinen hetki, tulisi johtajan pyrkiä onnistumisen kokemusten rakentamiseen, laulajan itsensä ylittämiseen ja oivalluksen hetkiin, yhteiseen onnistumisiin sekä musikaalisiin elämyksiin. Laulaja motivoituu huomattessaan onnistuneensa jossain ja varmoja onnistumisen kokemuksia voidaan luoda esimerkiksi rakentaen harjoituksiin pieniä askelia helpommasta vaikeampaan.

”Et kun ne stepit on tarpeeks pienet, niin me saadaan onnistumisen kokemuksia ikään kuin joka vaiheessa. Ettei heti mennä kauheen vaikeeseen tai monimutkaiseen. Et mun mielestä se motivoi laulajana, et tässä oli joku selkee rakenne, et nyt mä sain tästä kiinni. Et mä onnistuin tuolla, tuolla ja tuolla. Ja itseasiassa nyt tää viiminenkin harjote meni hyvin. Esimerkiks.” – Saaga Sudenkorento

Itsenä ylittämisen ja oivalluksien hetket parantavat niin ikään laulajien motivaatiota. Itsensä ylittämisen elämys voi olla esimerkiksi seurausta niin hyvästä äänenavauksesta, että 3-viivainen D irtoaa niin helposti, että korkeimmat äänialat ihmettelevät, miten se ei tuntunut lainkaan niin korkealta. Toinen taas voi saada onnistumisen elämyksen, kun vahvasta rintasoinnista harjoitellaan breikkaamaan ohuempaan rintasointiin eri korkeuksilta ja oivalluksen hetki lopulta saavutetaan lauluopettajan hyvillä neuvoilla.

”Ja nimenomaan se, et he kuuli sen toisissaan ja et he uskalsi tehdä yks kerrallaan muiden kuullen, niin se oli tosi semmonen meillä.. Et he kuuli sen tavallaan myös siellä muiden äänissä, et mitä se vaihtelu tarkoittaa.” – Laura Lintu

Yhteinen onnistuminen voidaan myös kokea vahvana positiivisena kokemuksena. Yhteinen onnistuminen voidaan saavuttaa, kun jokin hetki kuulostaa erityisen hienolta, harmonia on täydellisen puhdas, sointi on kaikilla samanlainen tai esimerkiksi yhteinen hengitys on aivan samanaikainen.

”Ja toinen on kyllä semmonen joku sointiharjoitus tai intonaatioharjoitus. Et on laulettu tietyllä vokaalilla ja tehty kolmisointu. Ja sitte vaihettu siinä, et vaihde taankin vokaalia näin, tai et nyt altot laskekaa tota terssiä. Hyvin perusjuttuja. Ja sit se on ollu niin puhdas, kun vain voi. Ja ihmiset selkeesti kuulee sen, et me voidaan kuulostaa tältä. Ni ne on aika hienoi hetkii.” – Saaga Sudenkorento

Musikaaliset elämykset ovat luonnollinen keino luoda kokemuksellisuutta kuorotoiminnassa, eikä äänenavaus ole muusta musiikin tekemisestä irrallinen kokonaisuus. Kun musiikkia tehdään hyvin, ihmiset haluavat tulla harjoituksiin. Musiikillisissa elämyksissä ihmiset kokevat yhteyttä toisiinsa ja motivoituvat harrastuksestaan. Musiikin tekeminen ei ole vain teknistä harjoittelua, vaan siihen sisältyy myös merkityksellisiä kokemuksia. Toisinaan musikaalisia elämyksiä tulee luoneeksi vahingossa, joskus se voi syntyä esimerkiksi laulajien improvisoidessa ja innostuessa toistensa ideoista.

”...viime syksynä harjoteltiin solfaa, niinku solfasta, ikäänku että he johti toisiaan pienemmissä ryhmissä solfa merkeillä öö, laulo U:lla, sillee et mulla oli niinku sointukierto mikä kiersi ja siitä tuli sit väliosa yhteen kappaleeseen. Tota harjoteltiin jossain äänenavauksessa, öö, ja sit he ite oli sit vaan siit tosi vaikuttuneita, et milt se kuulosti.” – Laura Lintu

Yhteisön rakentamisen, äänenavaustuokion päämäärien viidennen alakategorian keskeisiksi tekijöiksi nähtiin yhteisön ja tasavertaisuuden rakentaminen, inspiroiva ilmapiiri sekä ryhmän kannattelevuus. Ihmiset ovat kotoisin eri paikoista, he tulevat erilaisista taustoista ja saapuvat harjoituksiin eri mielentiloissa. Kuorolaisten tullessa aidosti nähdyksi ja kohdatuksi, on sillä iso merkitys kuoron ilmapiiriin ja suvaitsevaisuuteen. Jokaisesta ryhmästä löytyy niitä, jotka ovat äänessä, sekä usein iso, hiljainen massa niitä, jotka eivät juuri puhu ryhmän edessä. Tällöin joku, jolla olisi tarve ja asiaa, ei välttämättä uskalla korottaa ääntänsä muiden kuuluviin. Kuoronjohtajan tulisi aktiivisesti työstää ilmapiiriä ja toimintakulttuuria, jossa jokaisen ääni on tärkeä ja jokaiselle on tilaa. Tämä on myös sidoksissa aikakauteen, jossa elämme. Nykyään ihmisillä on valtavasti vaihtoehtoja valita, mitä he vapaa-ajallaan tekevät, joten he valitsevat harrastuksia, joissa viihtyvät parhaiten ja kokevat, että heidät hyväksytään omana itsenään.

”...onko jokaiselle kuorolaiselle, onko sellainen ilmapiiri, että hiljaisemmatkin uskaltavat korottaa äänensä koko ryhmän eteen, kun heillä on asiaa, jos heillä on asiaa? Ajatteleeko he edes, et onko heidän asialle edes tilaa siinä ryhmän edessä? Niin tollasten asioiden työstäminen ja semmosen perustuksen valaminen on musta kans tosi tärkeä lämmittelyn osa-alue.” – Laura Lintu

Inspiroivan ilmapiirin nähtiin olevan tärkeä osa äänenavausta ja yhteisön rakentamista. Inspiroiva ilmapiiri syntyy vuorovaikutuksesta, yhteisestä heittäytymisestä ja turvallisuuden tunteesta, joka rohkaisee laulajia osallistumaan avoimesti. Leikkisät harjoitukset, hetkessä eläminen ja huumori keventävät tunnelmaa ja vahvistavat ryhmän yhteishenkeä. Kun kuorolaiset viihtyvät ja kokevat kuuluvansa joukkoon, he uskaltavat kokeilla uutta, tehdä virheitä ja kehittyä yhdessä. Tämä innostava ilmapiiri ei ainoastaan tue yksilöiden motivaatiota, vaan myös koko kuoron yhteistä musiikillista ilmaisua.

”Mun mielestä se on ihan hirveen yksinkertaista matikkaa. Et kuoron saa soimaan paremmin, jos jokasella laulajalla on kiva ja hyvä ja vapaa ja rento olo olla. Ja noi sä saavutat ainoastaan sillä, et on turvallinen olo. Eli et sä tiedät ihmisten nimet ja on semmonen niinku mokaussvapaa ilmapiiri. Et ei se, must se on niinku semmosest tuottonäkökulmastakin se sosiaalisen aspektin huomioiminen on ihan niinku... Ei siit pääse yli eikä ympäri. Muuten sä jätät potentiaalia hyödyntämättä niissä laulajissa. Et he vois laulaa paremmin ja he vois laulaa vapaammin.” – Laura Lintu

Osana yhteisön rakentamista on myös hyvä huomioida, että ryhmä kannattelee yksilöä. Vaikka yksittäinen laulaja tuntisi epävarmuutta tai väsymystä, eikä hän juuri haluaisi osallistua käsillä olevaan tekemiseen, kannattelee muun ryhmän toiminta ja myönteinen energia yksilöä. Yhteisön voima näkyy siinä, että jokainen saa tukea ympäriltään, mikä madaltaa kynnystä osallistua.

”Sit siinä on aina se, et siellä on varmasti niitä, joita jännittää tai saattaa tuntua, et mä en jaksais tehdä. Mut sitte on siinä mukana sen ryhmän kanssa.” – Kiia Kettu

Äänenavaustuokion päämäärien viimeinen alakategorian käsitteli *musiikillisten taitojen kehittämistä*. Kuorosta ja laulajien taitotasosta riippuen voi vaihdella, minkälaisen asioiden harjoittaminen on milloinkin hyödyllistä. Tärkeäksi kuitenkin nähtiin laulutekniikan, kuoron

yhteissoinnin sekä ilmaisun ja uskaltamisen kehittäminen, minkä lisäksi myös muiden musiikillisten työkalujen kehittämiseen kannattaa joskus käyttää aikaa.

Kuorotoiminta on suureksi osaksi laulamista, joten on luonnollista, että äänenavauksessa laulajien laulutekniikkaa tulisi pyrkiä kehittämään eri tavoin. Laulu lähtee hengityksestä, joten hengitystekniikan ja tuen parantaminen ovat olennaisia asioita. Samoin aikaa tulisi käyttää esimerkiksi äänenmuodostukseen sekä rekistereiden löytämiseen. Erilaisten puheharjoitusten käyttäminen voi olla tehokas erilaisten äänensävyjen hakemiseen ennen kuin ne siirretään osaksi laulamista. Laulaminen olisi myös hyvä kytkeä osaksi kehollista energiaa, joka tukee äänen vapautumista ja ilmaisuvoimaa. Tätä voidaan hakea erilaisten liikkeiden ja mielikuvien avulla.

”Jos vaikka tuntuu, että ääni ei nyt ihan vapaudu tai pitää saada legato tai crescendo, niin mä saatan käyttää liikkeitä, et ajattele näin (levittää käsiään) tai tehkää näin samalla (liikuttaa käsi keskilinjaa pitkin ylös ja alas) tai painakaa palloa veden alle. Semmosia mä käytän, mut nekin kyllä liittyy siihen tekniseen asiaan.”
– Saaga Sudenkorento

”...meillä on yks semmonen biisi tulossa, jossa on tosi semmosta efektoitua ääntä,...”, “[pitäis] käydä siellä huokoisessa äänessä ja sit saada se taas pois. Ja sit meillä on vielä semmosta vähän tummempaa tilaa ja sit pitäis saada vielä vähän semmosta voimakkaampaa, vähän metallisempaa äänenkäyttöä. Kaikki samassa biisissä.”, ”...nyt mä sain aivan sairaan hyviä tuloksia aikaan silleen, et me puheen kautta haettiin se [ikään kuin se suklainen ääni], sit me haettiin [vähän valittava italiaano!] ääni eli tavallaan sitä Estillin cry:ta ja sit me haettiin sitä [tummempaa ja ikään kuin isoon tilaan tehty ääni] ja sit vielä se [hieman korotetumpi opettajaääni], joka on minun uusi patenttiratkaisu sille, että ääni ei vuoda.” – Laura Lintu

Kuoron yhteisointi ja sen harjoittaminen on oleellinen tarkasteltaessa koko kuoroa yhtenä instrumenttina ja sitä voidaan lähestyä erilaisilla sointiin liittyvillä harjoitteilla. Saaga kertoo käyvänsä jokaisessa äänenavauksessa läpi kaikki perusvokaalit ja työstävänsä soinnin yhtenäisyyttä sitä kautta. Myös Kiia toteaa, että vokaalivärien työstäminen auttaa luomaan viimeistelyä kuoroesitystä. Kuoron yhteisointia on mahdollista parantaa myös harmoniaharjoituksilla ja erilaisilla kuunteluharjoituksilla. Yhteisointia kehittäessä on tärkeää, että laulajat kuuntelevat sekä itseään että muita ympärillään.

”Ja sisällyttää asioita, joita sä kaipaat kuoron sointiin. Millaisen soinnin sä haluat just sun kuorolle? Kannattaa sisällyttää, kuunteluharjoitukset on hyviä.” – Saaga Sudenkorento

”Kyl mä uskon, et esimerkiks Kettukuorossa peruskuorolaista motivoi se, et teidän harmoniaharjoituksia.” – Kiia Kettu

Laulajien ilmaisun ja uskaltamisen kehittäminen koettiin niin ikään joidenkin johtajien puolesta keskeiseksi osaksi esiintyvän kuoron lavakarismaa. Ilmaisun vapauden ja ryhmän keskinäisen kontaktin harjoittamisen koettiin rakentavan musiikin esittämisestä energisempää ja elämyksellisempää.

”Me ollaan esiintyvä ryhmä, ni sit ku me mennään lavalle, ni siellä pitää olla se myöskin. Et mitä tahansa sulle on tapahtunu päivän aikana, vaikka ei ois mullaakaan itellä mikään super viikko, niin se pitää kuitenkin kaivaa jostakin. Niin sekin on tärkeä. Et myöskin sitä pitää harjotella.” – Kiia Kettu

Äänenavauksessa tarkastelun alle voi ottaa toisinaan myös muita musiikillisia taitoja kehittäviä työkaluja tarpeesta riippuen. Näitä voi olla esimerkiksi musiikillisten hahmotustaidot, kuten nuottien lukeminen ja melodioiden hahmottaminen. Erityisesti rytmikka ja groove nähtiin tärkeäksi osaksi musiikin tekemistä ja äänenavauksessa onkin hyvä käyttää erilaisia rytmiharjoituksia. Lisäksi äänenavauksessa voidaan tukea kuuntelemista ja yhteismusisointia edistäviä valmiuksia, kuten korvien herkistämistä, kontaktin rakentamista, yhteishengen luomista sekä kehon rytmillistä aktivointia.

6.1.2 Äänenavaukseen liittyvät haasteet

Äänenavaukseen liittyvät haasteet olivat toinen kuoronjohtajien käsitysten toinen pääkategoria, joka jakaantui edelleen kolmeen yläkategoriaan: äänenkäytön ohjaamiseen, käytössä oleviin resursseihin sekä asenteisiin äänenavausta kohtaan.

Äänenkäytön ohjaaminen

Äänenkäytön ohjaaminen piti sisällään kolme alakategoriaa: yksilön ja ryhmän yhtäaikaisen ohjauksen, vastuun laulajien äänenkäytöstä sekä rutiinin ja vaihtelun tasapainon. Ensimmäinen

alakategoria, *yksilön ja ryhmän yhtäaikainen ohjaus*, koostui kahdesta teemasta, jotka olivat sekä yksilön että ryhmän motivointi että ryhmälähtöinen laulupedagogiikka.

Johtajat kokivat yksittäisen kuorolaisen motivaation rakentuvan usein siitä, että tämä kokee kehittyvänsä ja tulevansa huomioduksi. Ryhmätasoinen työskentely ei näin ollen aina riitä, jos laulaja ei löydä siitä henkilökohtaista kosketuspintaa. Ohjaajan haasteena on rakentaa harjoitus niin, että se puhuttelee koko kuoroa mutta innostaa myös yksilöä.

”Ja just se, et se on niinku ryhmän kanssa tekemistä, mutta myös pitäisi antaa yksilöille jotain, jotta se yksi ihminen jaksaa laulaa harjoituksen ja jaksaa motivoitua myös. Mutta samalla sä ohjaat myös ryhmää. Et siin on niinku kaks tasoa, niin se on hankalaa aina silloin tällöin.” – Saaga Sudenkorento

Ryhmälähtöinen laulupedagogiikka koettiin niin ikään haastavaksi, sillä ryhmässä toimiminen edellyttää erilaista lähestymistapaa kuin yksityistunneilla tapahtuva laulunopetus. Yksilöllisten äänenkäytön tarpeiden huomioiminen on rajoitettua, kun ohjaus tapahtuu useille samanaikaisesti. Johtajat kokivat, että pedagogeina heidän täytyy soveltaa yleistettävää tietoa viisaasti, jotta ohjeet ovat sekä turvallisia että hyödyllisiä erilaisille laulajille. Samalla he joutuvat luottamaan siihen, että laulajat ottavat itse vastuuta oman instrumenttinsa säätelystä.

”Mä niinku eri kuoroille olen eri onnistumisasteessa puhunut, on se, että ku se on se täys huoneellinen ihmisiä, niin mähän annan palautetta, joka osuu oikein ehkä 70% ihmisistä, et siel on 30-40 prosenttia, et yleisohjeet... Se on haastavaa toi. Et siinä myös. Siinä joutuu tavallaan myös vastuuttamaan laulajia. Et hei ”osa präsää nyt liikaa ja osalla ei oo riittävästi aktiviteettia, mieti kumpaan kategoriaan kuulut ja korjaa oikeaan suuntaan” -tyyppisesti.” , ”Äänenmuodostuksen opettaminen ryhmässä on ihan saatanan vaikeeta. Piste.” – Laura Lintu

Äänenkäytön ohjaamisen toinen alakategoria oli *vastuu laulajien äänenkäytöstä*. Se koostui kolmesta teemasta, jotka olivat tekemisen turvallisuus, äänihäiriöiden tunnistaminen sekä oppimäärän laajuus. Turvallinen tekeminen nähtiin äänenkäytön keskeisenä kulmakivenä, mutta sen varmistaminen suuressa ryhmässä koettiin johtajien keskuudessa vaikeaksi. Kuoronjohtaja toimii äänenmuodostuksen ohjaajana ilman yksilöllistä kontaktia ja altistuu tilanteille, joissa yksittäisen laulajan äänellinen kuormitus saattaa jäädä huomaamatta.

”Yleensä laulunopetus on syystä yksilöopetusta, ja sekin on haastavaa itsessään, niin let alone sitten, et sä yrität tehdä sitä isomman porukan kanssa. Niin musta

se on itessään jo jatkuva haaste, et miten sitä tekee sillain niinku kantaen ennen kaikkea vastuun jokaisen laulajan äänellisestä tekemisestä, turvallisuudesta ja tasapainosta.”, ”Kuoro on kuitenkin, ite tiedän ja oon niin monesti käyttäny ään-täni huonosti, et on tullu puskettua ja tullu puristettua ja tullu siis niinku ties mitä kaikkee sekoiluu, kaikkee mahollista...” – Laura Lintu

Varsinaisten äänihäiriöiden huomaaminen ja tunnistaminen vaatii niin ikään herkkyyttä ja kokemusta. Olennaista on myös tunnistaa, milloin oma osaaminen tai muut resurssit ryhmätoiminnassa eivät riitä. Tällöin on hyvä ohjata laulaja asiantuntijalle.

Laulamiseen liittyy valtava määrä tietoa ääni-instrumentin toiminnasta ja äänenhuollosta ja hyvän ja luontevan lauluäänen löytäminen vaatii työtä ja aikaa. Kuoronjohtajan käytettävissä oleva aika on kuitenkin rajallista, mikä aiheuttaa jatkuvaa priorisointia opetussisältöjen välillä. Johtajat kokivat haasteeksi sovittaa yhteen yleispätevää teknistä ohjausta sekä yksilöllisiä eroja laulajien kokemustasossa.

”Et sillä tavalla pidän niinku lämmittelyä ihan tosi, tosi, tosi, tosi, tosi tärkeenä, mutta myös sillai niinku haastavana. Et se on vähä niinku sä yrittäisit opettaa semmosta lukion oppimäärää ja sulla on yks viikonloppukurssi aikaa. Et yritä nyt siinä sitte jatkuvasti vaan yhen viikonlopun aikana saada heidät valmiiks ylioppilaskirjotuksiin.” – Laura Lintu

Äänenkäytön ohjaamisen kolmas alakategoria käsitteli *rutiinin ja vaihtelun tasapainoa*. Äänenaustuokoiden suunnittelussa on haaste tasapainoilla riittävän vaihtelun mutta toisaalta riittävän toistettavuuden välillä. Joillain harjoitteilla voi olla johdonmukaisesti myönteisiä vaikutuksia äänenkäyttöön, jolloin niiden säännöllinen käyttö koetaan perustelluksi sekä pedagogisesti että ääniteknisesti. Kuoronjohtaja on myös saattanut löytää spesifejä harjoitteita, joiden on huomannut toimivan ja kehittävän juuri kyseistä kuoroa. Toisaalta jatkuva samanlaisuus voi vähentää osallistujien motivaatiota näkymällä sitoutumisen ja aktiivisuuden vähentymisenä.

” – – harjoitteita, jotka vaan yksinkertaisesti toimii ja on hyväksi äänelle tehdä näin. Niin et sä niitä halua joka viikko ottaa pois tai muuttaa tietenkään. Et sen vaihtelun löytäminen ja semmoisen oman, itsensä kehittäminen ja vaivannäkö siihen, että keksii vähän jotain uusia juttuja. Niin se on haastavaa.” – Saaga Sudenkorento

Monet kuoronjohtajat rakentavat äänenavauksen harjoitussisällöt pitkälti kokemuksen ja muistin varaan ilman systemaattista dokumentaatiota tai harjoitteiden kirjaamista. Tämä voi johtaa tilanteisiin, joissa käytettävät harjoitteet ovat rutiininomaisia, eikä niiden vaihtelevuutta tai pedagogista perustelua arvioida säännöllisesti.

”--ei välttämättä pysy se repertuaari niin vaihtelevana. Eikä mulla oo myöskään missään kirjattuna ylös niinku niit omia tämmösii vakkariratkaisuja. Et onhan se vähän semmosta mielivaltaista se duuni. Ja vähän semmosta muistinvaraista mitä lie -tyyppistä.” – Laura Lintu

Käytössä olevat resurssit

Äänenavaukseen liittyvien haasteiden toinen yläkategoria oli käytössä olevat resurssit, joka koostui kahdesta alakategoriasta: ajankäytöllisistä haasteista sekä ammattitaidon ylläpitämisestä ja kehittämisestä. *Ajankäytöllisiksi haasteiksi* koettiin niin rajallinen aika suunnitteluun kuin myös rajallinen harjoitusaika. Vaikka äänenavauksen pedagoginen potentiaali tunnustetaan, ei sen suunnitteluun ole aina realistista käyttää riittävästi aikaa.

”Suunnittelen aina kun mahdollista, ehdottomasti. Mutta tottakai on niitä viikkoja ja on niitä niinkun päiviä, kun ei vaan oo ehtinyt siihen asti. Et sehän on toi äänenavausten suunnittelu ja ylipäätänsä harjoitusten yksityiskohtanen suunnitteluhan on sellanen, et sitä tekis tosi mielellään, mut aina vaan ei oma ajankäyttö riitä.” – Laura Lintu

Samoin valmistaviin harjoitteisiin käytettävä aika jää helposti vähäiseksi erityisesti silloin, kun harjoituksissa painottuvat ohjelmistotyöskentelyn aikataulut. Johtajat kokivat haastavaksi rajata ja valita, kuinka paljon harjoituksissa voidaan tehdä puhtaasti vain valmistavaa harjoitetta varsinaisen ohjelmistotyöskentelyn sijaan. Aikaa ryhmän vuorovaikutusta tai esimerkiksi musiikillisia hahmotustaitoja kehittäville harjoitteille löytyy helpommin intensiivijaksoilta, kuten leireiltä, mutta viikoittaisissa harjoituksissa nämä jäävät usein muun sisällön jalkoihin.

”Tai jotakin missä otetaan kontaktia muihin. Nimenomaan ryhmäydytään. Ei pelkästään lauleta. Että mun mielestä se on kyllä tärkeää. Mut joka viikkoisissa treeneissä, esimerkiksi Soivien Sudenkorentojen kanssa, niin ei meillä ole aikaa.” – Saaga Sudenkorento

Ammattitaidon ylläpito ja sen kehittäminen nähtiin niin ikään tärkeäksi, mutta myös haastavaksi. Haasteita tuotti niin laulun ryhmäpedagogiikan puute, monen eri osa-alueen yhtäaikainen hallinta sekä alan kollegiaalinen tuki. Haastatteluissa tuli ilmi, miten kuoronjohtajien mielestä tietoa laulopedagogiikan toteuttamisesta ryhmälle on olemassa liian vähän. Kuoronjohtajien koulutuksessa painottuu usein johtaminen ja musiikillinen kokonaisuus, mutta käytännön valmiuksia äänenkäytön ohjaamiseen ryhmälle yhteisöllisesti tarjotaan vähän. Moni johtaja koki olevansa omillaan soveltaessaan yksilölaulun pedagogiikkaa ryhmätyöskentelyyn.

”Pitäisi olla enemmän tietoa ja sellaista niin kuin monipuolisemmin. Ja nimenomaan myös laulaja, ihan siis harjoituksia, laulajalähtöisiä. Ettei pelkästään aina sitä, että näin johdat kuoroa ja näin voit tehdä jonkun meditaatioharjoituksen. Nekin ovat hyviä, Mutta ihan semmoista perus, että miten ohjaat laulamista ryhmälle. Niin sitä on mun mielestä liian vähän.” – Saaga Sudenkorento

Kuoronjohtajan ammatillisen osaamisen ylläpidon monialaisuus ja monen eri osa-alueen yhtäaikainen koettiin valtavaksi tavoitteeksi. Kuoronjohtajan työnkuva edellyttää yhtäaikaista asiantuntemusta muun muassa laulopedagogiikasta, eri musiikkityylien hallinnasta sekä konkreettisesta musiikin johtamisesta muiden työelämätaitojen ja ryhmänohjauksen lisäksi.

”Mut kyl mä koen, et siinä myös on niinku, et se on jossain määrin kuoronjohtajan ammattikuvan kannalta aika järjetön haaste, et meidän pitäis paitsi olla huippulaulunopettajia, et sitä ammattitaitoo on todella vaikee ylläpitää samalla, kun sun pitäis ylläpitää sitä kuoronjohdon ammattitaitoa. Niin sit viel niinku se, et kaikki eri tyylit ja kaikki eri...” – Laura Lintu

Haastatteluissa nousi esiin myös kuoronjohtajien toive alan sisäisen dialogin kasvattamiseen tiedon ja ammattitaidon lisäämiseksi. Kuoronjohtajat kokivat hyödylliseksi jakaa kokemuksiaan ja kehittämäänsä menetelmiä kollegoiden kanssa. Oman pedagogisen ajattelun kehittymistä koettiin tukevan vuorovaikutus myös muiden alan toimijoiden kanssa. Alan sisäisen dialogin vahvistaminen nähtiin keinona laajentaa työkalupakkia ja lisätä ammattikunnan kollektiivista osaamista.

”Että tota, että ikäänku, ehkä mä ite ku mitään semmosia spesifejä niinku erikseen kehitettyjä harjoitteita, ni mua kiinnostais, tai kiinnostaa, vaan nähdä ja seurata mitä muut kollegat tekee.”, ”Ehkä se oma ajatus on, että vielä enemmän vois just vaan käydä seuraamassa ja vaihdella inspiraatioita kollegoiden kanssa ja nyt

pidän myös lauluopettajia kollegoinani ja ikään kuin kaikkea tämmöstä, tai ikään kuin että vaan olis se oma työkalupakki ja inspiraatiolaari mahdollisimman leveä.” – Laura Lintu

Asenteet äänenavausta kohtaan

Äänenavaukseen liittyvien haasteiden viimeinen alakategoria oli kuorolaisten asenteet äänenavausta kohtaan, joka jakaantui kahteen alakategoriaan: *toimintatapojen muutokseen* sekä *yhteisiin toimintatapoihin sitouttamiseen*. Asenteiden ja kuoron toimintatapojen muuttaminen saatiin nähdä asettavan haasteita etenkin kuoron uutena johtajana.

Johtajat kokivat, että laulajien asenteet äänenavausta kohtaan voivat vaikuttaa merkittävästi kuorotoimintaan ja siihen mitä harjoituksissa lopulta tehdään. Kuorossa aloittava uusi johtaja saattaa kohdata epäluuloa ja jopa vastarintaa, mikä voi uuvuttaa pitkään jatkuessa. Asenteiden muuttaminen äänenavausta kohtaan saattaa jopa nousta keskeiseksi osaksi hänen työtään, erityisesti perinteisiä toimintatapoja ja vakiintuneita käytäntöjä kohdatessa. Tällöin on keskeistä selittää ja perustella äänenavauksen hyötyä ja muuttaa asenteita luottamuksen ja ymmärryksen kautta.

”Jossain omassa kuorossa, missä on just vaikka vanhempia, kokeneempia kuorolaisia, jotka on ollu vuosikymmeniä kuorossa, ni sitte ne on sillee että ”No pitääkö tässä nyt sitte tallustella? Et miten tää nyt liittyy yhtään mihinkään?” Tai että on joku ilmaisuharjoitus ja sitte sen pistää niinku ihan lekkeriks. Et tottunu vaikka siihen, et äänenavauksessa pelkästään tehdään niitä skaaloja tai näin. Et se on sitä, ja sitte mennään biiseihin.” – Kiia Kettu

Vaikka kyseistä kuoroa olisi johtanut jo pidempään, kuoron sitouttaminen tiettyyn harjoitukseen tai koko äänenavaukseen voi silti olla haastavaa. Kuoronjohtajan tulee asettaa yhteisiä tavoitteita ja toimintatapoja, jotka tukevat äänenavauksen ja harjoitusten etenemistä. Hyvin asetetut yhteiset toimintatavoitteet, johon laulajat ovat valmiita sitoutumaan, luovat ympäristöä, jossa harjoitukset voivat edetä sujuvammin ja tehokkaammin.

”Kyl se harmittaa, et ihmiset niin kuin valuu paikalle. Kyllähän se sotkee myös muitten keskittymistä.” – Saaga Sudenkorento

”...kuorolaisten mielestä se voi olla niinku vähä väsyttävää jatkuvasti joutuu tekemään liikkeen kanssa äänenavausta ja jotenkin niinkun, eikö jotenki nyt vaan voida istua ja laulaa nyt paperista? Et mä oon tullu tänne laulamaan paperista näitä juttuja ja opettelemaan stemmoja, et täytyykö sun nyt taas ruveta saarnaamaan siitä syvien lihasten aktivoinnista tässä äänenavauksessa. Että kyllä niinku se, just se perusteleminen ja jotenki se semmonen yhteisten tavoitteiden asettaminen niin, että se on kunnioittavaa ja kehittävää, eikä semmosta lyttävää. Et no meil on nyt vähä tämä ongelma. Niin siinä niinku saa käyttää koko taitopalettinsa, et se tapahtuis sillee tehokkaasti ja kehittävästi ja motivoivasti.”– Laura Lintu

6.2 Kuorolaisten näkemyksiä äänenavauksesta

Tämä kappale vastaa toiseen tutkimuskysymykseeni, joka oli:

2) *Mitä asioita kuorolaulajat pitävät tärkeinä ja motivoivina äänenavauksessa?*

Kuorolaulajilta keräämäni aineisto jakaantui sekä laadulliseen että määrälliseen dataan. Esittelen ensin avoimien kysymysten pohjalta luodun tulosavaruuden alaluvussa 6.2.1. Tämä aineisto jakautui kahteen pääkategoriaan, jotka olivat *onnistuneen äänenavauksen elementtejä* sekä *äänenaavaukseen liittyviä haasteita*. Alaluvussa 6.2.2 esittelen määrällisen datan tutkimuksen monivalintakysymyksistä, jotka pyrkivät esittämään kuorolaisten motivaatiota äänenavausta ja sen eri harjoitteita kohtaan.

6.2.1 Laadullinen analyysi äänenavauksen tärkeistä elementeistä

Seuraava kaavio esittelee kuorolaulajien esille nostamia elementtejä äänenavauksessa. Esittelen ensin pääkategorian äänenavauksen tavoitteet ja sitten toisen pääkategorian äänenavaukseen liittyvät haasteet. Äänenavauksen tavoitteet jakautuivat kolmeen yläkategoriaan, jotka olivat kuoronjohtaja, äänenavaus kokonaisuutena sekä äänenavausharjoitteet. Äänenavauksen haasteet jakaantuivat niin ikään neljään yläkategoriaan, jotka olivat johtaja, laulaja, ympäristö sekä harjoite.

Taulukko 11: Kuorolaulajien käsityksiä äänenavauksesta. (N = 61)

LAULAJIEN KÄSITYKSIÄ ÄÄNENAVAUKSESTA			
Äänenavauksen tavoitteet	<i>Kuoronjohtaja</i>	Tavoitteiden selkeys	
		Puheen ja toiminnan tasapaino	
		Laulutekninen ohjeistus	
		Esimerkin näyttäminen	
		Vaihtuvan vetäjän vaikutus	
	<i>Äänenavaus kokonaisuutena</i>	Pituus	
		Pedagoginen perustelu	
		Toteutuksen periaatteet	
		Harjoitusmuoto	
	<i>Äänenavaus-harjoitteet</i>	Kehon lämmittely	
		Äänen lämmittely	
		Laulutekniikan kehittäminen	
		Musiikillinen kiinnostavuus	
		Harjoitteen luonne	
Äänenavauksen haasteet	<i>Johtaja</i>	Annettu ohjeistus	
		Kuoron ja laulajien tuntemus	
	<i>Laulaja</i>	Laulutaito	
		Vireystaso	
	<i>Ympäristö</i>	Sosiaalinen konteksti	
		Äänellinen mukautuminen	
		Ohjelmisto	
	<i>Harjoite</i>	Ääniala	
		Äänenmuodostus	
		Musiikin rakenteelliset elementit	
		Uuden oppiminen	

Äänenavauksen tavoitteet

Kuorolaisten vastausten perusteella *kuoronjohtajalla* on suuri merkitys siihen onnistuneeseen äänenavaustuokioon. Johtajalla on oltava selkeät tavoitteet ja kyky pystyä perustelemaan, miksi jotakin harjoitusta tehdään. Kun laulaja ymmärtää, mihin harjoitteella pyritään, hän motivoituu

yrittämään enemmän. Kaikkea ei tarvitse kuitenkaan selittää ja kuoronjohtajan onkin oleellista pystyä pitämään tekemisessä hyvä tasapaino ohjeistamisen ja itse tekemisen välillä. Laulajat ovat tulleet harjoituksiin laulamaan ja laulutaito kehittyy vain laulamalla. Laulajat kuitenkin arvostavat sitä, että johtaja antaa heille lauluteknisiä vinkkejä siitä, miten he voivat parantaa omaa suoritustaan. Tärkeäksi koettiin myös se, että johtaja näyttää esimerkkiä. Demonstrointi ja malliksi laulaminen nähtiin hyödylliseksi etenkin ylä-äänien laulamissa, jonka lisäksi sillä koettiin olevan vaikutusta myös ilmapiirin asettamiseen. Toisinaan uuden henkilön pitämä äänenavaus piristää ja laulajat voivat saada häneltä uutuuden viehätystä, lisää motivaatiota ja oivalluksen hetkiä. Vaikka kuoronjohtaja tekisi kaiken oikein ja hyvin, voi välillä silti olla hyödyllistä käyttää kuoron edessä vierailevaa äänenkäytön ohjaajaa.

”Sellainen, jossa johtaja puuttuu ja korjaa sopivasti antaen vinkkejä ja näyttäen esimerkkiä. Motivoivaa on, jos harjoitteita aloittaessa johtaja kertoo, että mihin milläkin harjoitteella tähdätään.” – SS-A

”Jonkin verran sanallista ohjausta, mutta pääasiassa laulamista.” – SS-T

Äänenavauksen kokonaisuus, äänenavauksen tavoitteiden toinen yläkategoria, jakaantui edelleen neljään kategoriaan: pituuteen, pedagogiseen perusteluun, toteutuksen periaatteisiin sekä harjoitusmuotoon. Äänenavauksen mielekkyyteen oleellisesti vaikuttava tekijä on sen pituus. Laulajien mielipiteet jakaantuivat kahteen vastakohtaan; toisten mielestä hyvä äänenavaus on riittävän pitkä ja rauhallinen, mikä mahdollistaa niin kehon kuin mielenkin virittäytymisen itse harjoitushetkeen, toisten mielestä hyvä äänenavaus on taas napakka ja asiapitoinen, eikä sitä tarvitse höyystää ylimääräisillä harjoitteilla.

”Kompakti ja asiapitoinen, esim. nopea verryttely, sitten joku laulutekninen vinkki ja sen harjoittelu. Itse en yleensä tarvitse varsinaista äänenavausta.” – SS-T

”Kaikista eniten minua motivoi se, että aloitetaan harjoitteet rauhallisesti, annetaan äänenavaukselle aikaa ja tarvittaessa kerrataan.” – SS-A

Laulajat kokivat pedagogisesti perustellun kokonaisuuden vaikuttavan heidän motivaatioonsa äänenavausta kohtaan. Näissä vastauksissa näkyi edelleen kaksi teemaa: kehittyvä kokonaisuus sekä yhteys äänenavauksen ulkopuolelle. Kehittyvän kokonaisuuden katsottiin alkavan lempeästä kehon ja hengityksen herättelystä edeten sitten helppoihin, äänen keskialuetta lämmittäviin

harjoituksiin. Kun ääni alkaa lämmentä, edetään edelleen kohti äänen äärialueita intensiteettiä lisäten. Äänielimistön ollessa riittävän lämmin, laulajat toivovat vaikeampia ja myös teknisesti haastavampia harjoitteita. Äänenavauksen loppuun osa toivoi myös jotain ”hauskaa”, esimerkiksi erilaisten artikulaatioharjoitusten muodossa.

”Alkuun lempeää ja helppoa, toivottavasti itselle sopivia vokaaleja. Sen jälkeen jotain haastavampaa, jossa kiinnitetään vaikka johonkin tekniseen seikkaan huomiota. Lopuksi jotain hauskaa, esimerkiksi Saagan ”sprött knäckebröd”, joka on melkoinen tongue twister.” – SS-A

Lisäksi laulajat kokivat tärkeäksi, että tehdyillä harjoitteilla on yhteys ”varsinaiseen tekemiseen” äänenavauksen ulkopuolelle. Tämä lisää laulajien kokemaa merkitystä äänenavausta kohtaan ja lisää kokemusta siitä, että äänenavaus tukee harjoiteltavia asioita eikä ole muusta harjoituksesta irrallinen osio. Yhtymäkohtia nähtiin ja toivottiin niin kyseisen päivän harjoituksiin kuin laajemmin työn alla olevaan ohjelmistoon.

”Haetaan sellaisia tekniikoita ja saundeja, joista on hyötyä biiseissä ja tyyleissä mitä vedetään.” – LL-B

”Tykkään myös, että johtaja suunnittelee äänenavauksen vastaamaan sen päivän teemoja.” – KK-S

Äänenavauksen kokonaisuuteen vaikuttava keskeinen tekijä oli toteutuksen periaatteet ja sen myötä tasapaino eri elementtien välillä. Laulajat toivoivat äänenavaukselta monipuolisuutta ja eri osa-alueiden harjoittamista, mikä tukee monipuolisesti laulajan äänenkäyttöä. Äänenavaukselta toivottiin samaan aikaan tuttuja ja turvallisia, rutiininomaisia harjoituksia, jolloin voi keskittyä rauhassa itse tekemiseen ja oman suorituksen pitkäjänteiseen parantamiseen, mutta myös uusia harjoitteita, jotka herättävät motivaatiota ja kiinnostusta. Vaihtelevuus äänenavauksessa koettiin niin ikään tärkeäksi. Niin yksittäisten harjoitteiden kuin äänenavauksen kokonaisuuden eri harjoituskertojen välillä tulisi olla vaihteleva. Äänenavauksen vaihteleva rakenne pitää yllä laulajan mielenkiintoa ja vaihtuvat tekstit ja melodiat rikastuttavat harjoituskokemusta. Tärkeäksi koettiin myös se, että äänenavaus osallistaa laulajia ja tarjoaa onnistumisen kokemuksia. Oivalluksen hetkiä omasta instrumentista tarjoavat äänenavaukset koettiin mieluisina kuin myös äänenavaukokokonaisuudet, joiden jäljiltä äänen saa virtaamaan sujuvasti ylös ja alas ja äänen huomaa aidosti kirkastuvan. Konkreettisen parannuksen kuuleminen omassa äänessä koettiin erityisen palkitseviksi.

”Jokainen yksittäinen harjoite on tarkoitukseltaan spesifi (vaikkei sitä aina sanottaisi, sellainen, ettei harjoita samaa asiaa kuin edellinen). Tarpeeksi vaihteleva. Ei liikaa tiettyä osa-aluetta (vaikkapa yksittäistä ääniharjoitetta, viritystä tai kehollisia harjoitteita). Sekä kevyen lämmittäviä että haastavia harjoitteita.”
– SS-B

”Hyvä ja mielekäs [äänenavaus] on sellainen, jonka jälkeen mielellään vielä koen myös oivaltaneeni instrumentistani jotain. Motivoiva äänenavaus on sellainen, jonka aikana toivottavasti saa jonkinlaisen onnistumisen kokemuksen tai kokee jotain palkitsevaa. Esimerkiksi itse koen hyvin motivoivaksi, jos passagio-äänet ”aukeavat” ja soivat hyvin.” – SS-A

Kokonaisuuteen vaikuttavaksi rakenteelliseksi tekijäksi laulajat nostivat myös esiin erilaiset harjoitusmuodot ja äänenavaukselta toivottiin niin yksilönä tehtäviä harjoitteita kuin yhdessä ja esimerkiksi parin tai pienen ryhmän kanssa tehtäviä harjoitteita. Harjoitteet, joita laulaja pystyi muokkaamaan omiin tarpeisiin sopivaksi, koettiin erityisen mielekkäinä. Tällöin laulaja pystyi valitsemaan esimerkiksi juuri siihen päivään ja hetkeen sopivia ääniteitä ja reagoimaan siihen, mitä hänen kehonsa kaipaa. Tällöin hän koki pystyvänsä niin haastamaan itseänsä enemmän, jos koki sille tarvetta, mutta myös antamaan tilaa rauhallisemmalle herättelylle päivän vireystilasta riippuen. Harjoitukset, joissa ollaan vuorovaikutuksessa muiden kuorolaisten kanssa, koettiin niin ikään olennaisena. Yhdessä tehdyt harjoitteet ja esimerkiksi fyysinen asettuminen piiriin lisäsi yhteisöllisyyden kokemusta ja vahvisti yhteyttä muihin laulajiin.

”Sellainen, jossa on raamit toiminnalle mutta mahdollisuus tuottaa sellaista ääntä, jota itse kaipaa herättelyyn ja lämmittelyyn, voi purkaa energiaa tai muuten säädellä vireystasoa (usein se auttaa kun saa liikkua).” – KK-S

”Kaikki mitkä tehdään toisen tai toisten kanssa aktiivisesti. Kaikki mitkä yhdistää ihmisiä eli yhdessä tehdyt jutut.” – KK-A

Äänenavausharjoitteet olivat äänenavauksen tavoitteiden kolmas ja viimeinen yläkategoria. Tämä jakaantui edelleen viiteen alakategoriaan: kehon ja äänen lämmittelyyn, laulutekniikan kehittämiseen, musiikilliseen kiinnostavuuteen sekä harjoitteen luonteeseen.

Laulajat kokivat kehon lämmittelyn olevan tärkeä osa äänenavausta, sillä se virkistää ja avaa kehoa. Kehon herättelyn lisäksi äänenavauksen tulisi aktivoida koko kehoa, sillä kehon aktiivisuuden ja keskivartalotuen koettiin vaikuttavan suoraan laulamiseen. Ääni soi paremmin ja

laajempiakin intervallihyppyjä on helpompi tehdä, kun keho on aktiivisesti mukana laulamissa. Kehollisten harjoitteiden ei tarvitse kuitenkaan olla täysin irrallaan muista ääniharjoitteista, vaan laulajat kokivat hyödyllisiksi harjoitteet, jotka yhdistävät sekä ääntä että liikettä.

”Itse pidän lämmittelyistä ja venyttelyistä, se helpottaa olemaan läsnä.” – SS-T

Äänenavauksen koettiin olevan hyödyllinen silloin, kun se aidosti lämmittää ja valmistaa äänen päivän harjoituksia varten eikä väsytä ääntä heti kättelyssä. Äänielimistöön oikeanlaisen herättelyn edellytyksenä nähtiin hengityksen saaminen virtaamaan ennen varsinaista laulamista. Eri-tyisen toimiviksi äänielimistöä lämmittäviksi harjoitteiksi mainittiin muun muassa erilaiset liu’ut, usein joko ng-äänteellä tai huulitäryllä tehtynä. Kehon saaminen aktiiviseksi koettiin myös oleelliseksi tavoitteeksi, sillä aktiivinen ja joustava keho mahdollistaa laadukkaamman laulamisen ja laajempienkin arpeggioiden onnistumisen. Lisäksi tärkeäksi tekijäksi äänen lämmittelyssä koettiin se, että ääni lämmitellään eri rekistereistä eri äänialat huomioiden. Sen lisäksi, että rekisterien läpikäyminen on hyödyllistä itse äänelle, kokivat laulajat mielenkiintoa kokeilla, miten ylös ja alas heidän äänensä sinä päivänä kantaa.

”En ajattele, että äänenavauksen pitäisi olla erityisesti motivoiva, vaan sen tarkoitus on saada hengitys toimimaan ja ääni virtaamaan.” – SS-S

”Hyödyllisessä äänenavauksessa ääni lämmitellään joka rekisteristä. – – Hyödyllisen äänenavauksen jälkeen keho ja mieli ovat virittyneet laulamisen tilaan ja ääni valmis käyttöön, ei jo valmiiksi väsynyt.” – SS-A

Useat laulajat toivoivat äänenavauksen olevan mahdollisuus keskittyä omaan laulutekniikkaan ja kehittää sitä. Tähän tavoitteeseen pääsemiseksi laulajien vastauksissa nousi esiin kolmenlaisia keinoja. Ensinnäkin laulajat toivoivat monipuolista äänen hyödyntämistä. Tämä monipuolisuus voi näkyä esimerkiksi niin, että koko äänenavauksen aikana eri harjoitteissa keskitytään eri asioihin, mutta myös esimerkiksi niin, että sama harjoite lauletaan eri tavoin, jolloin laulaja tulee harjoittaneeksi äänenkäyttöään eri näkökulmista käsin laajentaen hänen kokonaisvaltaista osaamistaan. Monipuolisuuden lisäksi vastauksissa nousi esille harjoitteet, joissa oli mahdollista keskittyä vain yhteen, rajattuun tekniseen asiaan kerrallaan. Laulajat kokivat harjoitteet motivoivana, sillä hyvällä ohjeistuksella tällaisissa harjoitteissa on selkeä tavoite, asiaa voidaan harjoitella muista elementeistä irrallaan ja omaa kehittymistään on helpompi havainnoida. Kolmantena keinona kehittää laulutekniikkaa vastauksissa nousi erilaiset äänellä leikkimiseen

perustuvat harjoitteet. Laulajat kokivat näiden vapauttavan äänenkäyttöä ja madaltavan kyn-
nystä kokeilla uutta, jonka myötä saattoi olla mahdollista löytää uusia ulottuvuuksia itsestään.

*”Pehmeiden ja kovien alukkeiden harjoittelu koska se on haastavaa ja vaatii hy-
vää kroppakontaktia. – – Sama asia laulettuna eri tavoilla esim. twang, matala
kurkunpää, ohenne jne.” – LL-S*

*”Erilaisten ehkä outojenkin äänteiden tuottaminen. auttaa tutustumaan omaan
ääneen ja sen käyttömahdollisuuksiin.” – SS-B*

Äänenavausharjoitteissa merkittäväksi elementiksi ja laajaksi kategoriaksi nousi musiikillinen
kiinnostavuus. Musiikillisesti mielenkiintoiset äänenavausharjoitteet koettiin motivoiviksi, sillä
silloin harjoite ei tunnu irralliselta tekniseltä suoritukselta, vaan linkittyy musisoimiseen ja yh-
dessä tekemiseen. Musiikillista kiinnostavuutta on mahdollistaa rakentaa monin eri tavoin: löy-
tämällä kauniita melodioita, mielenkiintoisia rytmejä ja poikkeuksellisia harmonioita, kiinnit-
tämällä erityistä huomiota sointiin tai intonaatioon, luomalla ja improvisoimalla uutta, tai esi-
merkiksi yhdistelemällä erilaisia elementtejä.

*”Kun omalla tekemisellä on jokin muu funktio kuin pelkästään steriili äänihar-
joite. Esim. vocal painting / looppaaminen / impro, jossa tehdään yhteisönä mu-
siikkia.” – KK-B*

Esimerkiksi yksinkertainen, mutta mielekäs melodianpätkä voi riittää luomaan musiikillisesti
kiinnostavan harjoitteen. Melodisuutta lisää myös sanoilla laulaminen pelkkien yksittäisten ta-
vujen sijaan. Rytmisesti mukaansatempaavat tai haastavat harjoitteet voivat niin ikään tehdä
äänenavauksesta laulajalle elävämmän ja nautittavamman. Harmonisoidut äänenavaukset ja
kaanonit koettiin niin ikään mielekkäiksi kehittäen laulajan kykyä kuulla ja virittää omaa ään-
tänsä toisiin laulajiin.

*”Pidän pidemmistä, vuolaista fraaseista mieluummin kuin lyhyistä harjoitteista.
esim. ”Mia o Maria” -tekstillä pitkä, nätti mollimelodia.” – SS-A*

Soinnin työstäminen on kuorotyöskentelyssä kokonaisuus, joka nousi esiin monen eri laulajan
vastauksessa ja joka nähtiin musiikillisesti kiinnostavana. Rytmimusiikkipuolen kuoroissa eri-
tyisen mielekkäänä koettiin erilaiset harjoitteet, joissa imitoidaan toisten laulajien saundia pa-
reittain, pienessä ryhmässä tai koko kuoron voimin. Näissä harjoitteissa improvisaatio oli myös

usein vahvasti läsnä. Klassiseen musiikkiin painottuneessa kuorossa vastaukset painottuivat yleisen yhtenäisyyden ja samanlaisten vokaalien ja äänenvärien löytämiseen.

”Rinki jossa toistetaan muiden laulamia fraaseja ja imitoidaan täysin soundia.”

– LL-A

”Vokaalivärien, kuoron soundin ja yleisen yhtenäisyyden hiominen.” – SS-T

Improvisaatio ja luovuus olivat samoin teemoja, jotka nousivat paljon esille musiikillisesti mielenkiintoisissa harjoitteissa, ja painottuivat erityisesti Laulavien Lintujen ja Kettukuoron vastauksissa. Improvisaatioon perustuvat äänenavausharjoitukset ovat monille laulajille mielekkäitä ja aktivoivia, sillä ne tarjoavat mahdollisuuksia luoda vapaasti, käyttää omaa ääntä yksilöllisesti ja osallistua yhteiseen musiikin tekemiseen. Tällaiset harjoitukset toimivat usein myös vuorovaikutuksellisina harjoitteina, jotka vahvistavat ryhmän sisäistä luottamusta ja luovat avointa ilmapiiriä. Erityisesti vastauksissa tuotiin esille improvisaatioon liittyviä create-rinkejä, looppausharjoituksia sekä äänimaisemien tekemistä. Create-ringit perustuvat looppaamiseen, kun taas loopit voivat olla muutakin kuin create-rinkejä. Create-rinki voidaan toteuttaa eri tavoin; yksi vaihtoehto on esimerkiksi niin, että yksi laulaja aloittaa ensin pienen loopin jossa hän voi laulaa mitä mieleen tulee ja hetken päästä seuraava laulaja liittyy mukaan tuoden kudelmaan jotain uutta. Samaa jatketaan, kunnes viisi laulajaa musisoi yhtä aikaa, jonka jälkeen he lopettavat ja uusi viiden hengen ryhmä aloittaa. Looppausta voidaan tehdä myös monella eri tavalla. Yksi vaihtoehto on ottaa esimerkiksi työn alla olevasta kappaleesta kertosäe, loopata sitä ja antaa laulajien leikkiä sillä lisäten mukaan erilaisia rytmillisiä tai harmonisia elementtejä. Äänimaisemat voidaan ajatella laajemmaksi konseptiksi ja voivat olla esimerkiksi täysin vapaita improvisaatioon perustuvia hetkiä, jossa ollaan ringissä, suljetaan silmät ja lähdetään tuottamaan ääntä täysin vapaasti ja annetaan sen elää hetkessä. Lisäksi esiin nousi Vocal Painting ja se, että kuorolaiset saavat itse näyttää ja johtaa toisiinsa. Vocal Painting on kuoroille kehitetty tapa kommunikoida, millä voidaan luoda erilaisia musiikillisia elementtejä improvisoidun musiikin päälle ja mahdollistaa näin kokonaisuuden pitämisen hallussa. Tämä lisää niin yhteisöllistä musiikintekemistä, mutta kehittää myös laulajien kokonaiskuvan hallitsemista ja kuulemista.

”Erinomaisia äänenavauksia ovat olleet erilaiset improvisatoriset jutut, joissa samalla vahvistetaan yhteishenkeä ja luodaan turvallista ja avointa heittäytymisen ja kokeilemisen ilmapiiriä.” – KK-T

”Esim. sellainen, jossa yksi laulaja tekee jonkin improvisoidun jutun, jonka muut kopioivat, tai johon seuraava keksii stemman. Rinki kiertää koko laulajiston.” – LL-B

Musiikillisesti mielenkiintoisiksi harjoitteiksi koettiin niin ikään eri elementtien monipuolinen yhdistäminen ja useiden eri asioiden samanaikainen harjoittaminen. Nämä vaativat laulajalta tavallista harjoitetta enemmän keskittymistä ja antaa myös suurempia onnistumisen elämyksiä onnistuessaan. Vastauksissa nousi niin ikään harjoitteita, joissa painotettiin ilmaisua tai jotka sisälsivät draamallista toimintaa yhdistettynä ääneen ja liikkeeseen. Tämänkaltaisissa harjoitteissa kontakti muiden kanssa koettiin mielekkääksi.

”I wanna run, smash into you” pieni sanoilla laulettava melodiapätkä stemmoissa. Tässä pääsee treenaamaan sävelkorvaa, blendiä, omaa äänenkäyttöä, rekisterinvaihdosta (kun biisiä moduloidaan), nyansseja ja erilaisia soundeja (kuoronjohtajan johdolla). Sisältää samaan aikaan sekä omaa että yhteistä tekemistä.” – LL-A

Harjoitteen luonne oli äänenavausharjoiteyläkatégorian viides ja viimeinen luokka. Sopivan luonteen ja oikean vaikeustason löytäminen harjoitteisiin on oleellinen osa itse harjoitteita. Laulajien toiveissa harjoitteen luonnetta kohtaan näkyi neljä eri teemaa: toiminnallinen lämmittely, kognitiivinen vaatavuus, tekninen vaatavuus sekä kepeä tunnelma.

Toiveissa oli harjoitteita, jotka aktivoivat kehoa ja äänenkäyttöä ilman suurta kognitiivista tai teknistä kuormitusta. Tyypillisesti ne ovat yksinkertaisia, helposti omaksuttavia harjoitteita, jotka tukevat äänen avaamista kokonaisvaltaisesti. Esimerkiksi huulitäryjen ja yksinkertaisten asteikoiden koettiin herättävän lempeästi laulamiseen. Toisaalta harjoitteet, jotka vaativat laulajan huomiota, edellyttävät tarkkuutta ja pakottavat keskittymään, koettiin inspiroiviksi. Nämä harjoitteet edellyttävät laulajilta aktiivista osallistumista onnistuakseen ja ovat usein melodisesti tai rytmisesti haastavampia. Kolmannen teeman muodostivat teknisesti haastavat harjoitteet, jotka saattavat olla helppoja omaksua, mutta haastavat laulajaa ääniteknisesti, kun taas viimeinen luokka korosti harjoitteiden ilmapiiriä. Harjoitukset, joissa on leikkisä sävy ja rento ote, saavat laulajat nauramaan. Tällaiset harjoitteet tuntuivat hauskoilta ja niiden koettiin vähentävän suorituspaineita.

”Sellainen, johon joutuu keskittymään, jotta sen tekee teknisesti oikein, mutta joka on kuitenkin yksinkertainen, jotta se jää nopeasti korvaan, jotta sitä tehdessä

pystyy nimenomana keskittymään siihen, että tekee asiat kropalla ja saa sointi-putken lihakset hereille ja tekstin paikan kohdilleen.” – SS-S

”Joku semmoinen, missä on vähän haastavampi melodia ja/tai rytmi. Niin että pitää oikeesti keskittyä, eikä vaan lallatella mukana.” – KK-A

Äänenavaukseen liittyvät haasteet

Äänenavaukseen liittyvät haasteet jakaantuivat neljään yläkategoriaan, jotka olivat johtaja, laulaja, ympäristö sekä harjoite. *Johtajan* roolissa pitää äänenavauksissa koettiin annetun ohjeistuksen sekä kuoron ja laulajien tuntemuksen vaikuttavan harjoitteiden haastavuuteen. Annettuun ohjeistukseen vaikutti edelleen johtajan antama ohjeistuksen selkeys, käytetty termistö sekä esimerkki tai sen puuttuminen. Huonolla ohjeistuksella saa helpostakin harjoituksesta vaikean, mutta toisaalta hyvällä ohjeistuksella vaikeasta vaivatonta. Epäselvien esimerkkien ja epäselvien ohjeiden koettiin hankaloittavat tarpeettomasti harjoitusten tekemistä. Se, miten hyvin johtaja tuntee kuoronsa ja laulajansa, koettiin vaikuttavan siihen, mitä harjoitteita johtaja valitsee tehdä. Mitä paremmin johtaja oman kuoronsa tuntee, sitä paremmin hän osaa kohdistaa tekemänsä harjoitteet juuri kyseisen kuoron tarpeisiin sopivaksi.

”Äänenavauksen pitäjän tuntemus heistä, joille pitää äänenavausta vaikuttaa > Tuntemattomampi tyyppi esim. sijainen tms. voisi pitää ”riittämättömän” tai toisaalta liian vaativan harjoitteen.” – SS-A

Laulajat kokivat vaikuttavansa itse omaan suoritukseensa ja heidän vastauksissaan nousi edelleen kaksi alakategoriaa, jotka olivat *laulutaito* ja *vireystaso*. Laulutaitoon vaikutti edelleen laulajan ääniala sekä musiikillinen harjaantuneisuus. Laulajan oma ääniala vaikutti siihen, miltä eri harjoitteet tuntuvat ja miten helpoiksi tai vaikeiksi ne koetaan, erityisesti rekistereiden ylimenoalueilla tai äänialan ääripäitä lähestyessä. Pitkän musiikkitaustan, musiikillisen koulutuksen tai sen puutteen koettiin vaikuttavan siihen, miten laulajan oli mahdollista sisäistää eri harjoitteet.

”Ääniala, onko harjoitteet omalla mukavuusalueella vai ei.” – LL-S

”Musiikillinen harjaantuneisuus ja sävelkorva auttaa esim. solfaamaan” – KK-S

Laulajan vireystasoon koettiin vaikuttavan sekä henkinen että fyysinen vireystaso. Jokainen päivä on erilainen ja laulajat huomasivat oman mielentilan vaikuttavan heidän jaksamiseensa ja keskittymiskykyynsä. Toisaalta keho saattoi olla merkittävästi eri tuntuinen eri päivinä ja vaikuttaa näin myös itse laulusuoritukseen. Päivän aikana koettu äänenkäyttölinen kuormitus vaikutti niin ikään siihen, mitkä laulusuorituksen lähtökohdat koettiin kunakin hetkenä olevan.

”Varmaankin oma valmius ja vireystila, millainen laulupäivä tänään on, kuinka laulukykyiseksi itsensä kokee sinä päivänä ja kuinka vastaanottavainen keho on kehollisille harjoitteille ja ääniharjoitteille, miten hyvin kroppa ja ääni lähtevät lämpiämään.” – SS-A

Ympäristön nähtiin vaikuttavan äänenavauksessa tehtäviin harjoitteisiin. Tämä yläkategoria jakautui edelleen kolmeen alakategoriaan: sosiaaliseen kontekstiin, äänelliseen mukautumiseen sekä työn alla olevaan harjoiteltavaan ohjelmistoon. Sosiaalinen konteksti, se, millaisessa ilmapiiressä harjoitteita tehdään, vaikuttaa siihen, miltä laulaminen tuntuu. Positiivisessa ja inspiroivassa ympäristössä laulaminen tuntuu hyvältä. Toisaalta ympäristö voi myös haastaa, jos esimerkiksi ohjeita on vaikea kuulla tai hälinä tai muut häiriötekijät haittaavat harjoitteiden tekemistä. Äänellisellä mukautumisella tarkoitetaan sitä, että kuorossa laulajien täytyy suhteuttaa omaa äänenkäyttöänsä siihen, mitä muut laulajat tekevät. Omaa ääntään voi olla joskus haastavaa kuulla, mikä haastaa laulajan äänentuottoa. Samoin tasapainoilua voi vaatia se, kuinka paljon laulaja keskittyy vain hyvään laulutekniseen suoritukseen ja paljonko hän käyttää keskittymisestään musiikin tuottamiseen. Myös harjoiteltavan ohjelmiston koettiin vaikuttavan siihen, millaisia harjoitteita äänenavauksessa tehdään ja kuinka paljon johtaja niissä vaatii.

”Oman äänen laadukas tuotto silloinkin kun muut laulavat.” – LL-B

Itse *harjoitteen* ja siinä esiintyvien piirteiden koettiin luonnollisesti vaikuttavan eniten äänenavauksen haastavuuteen. Harjoitteiden haastavuus jakaantui edelleen neljään kategoriaan: äänialaan, äänenmuodostukseen, musiikin rakenteellisiin elementteihin sekä uusiin asioihin.

Harjoituksen haastavuuteen vaikuttaa harjoituksien ambitus, tessitura sekä kuoromuoto. Ambituksella tarkoitetaan harjoituksen äänialaa ja se vastaa kysymykseen mikä on kyseisen harjoituksen matalin ja korkein ääni. Jos ambitus on erityisen laaja, haastaa se laulajaa enemmän kuin kapeammalla alueella kulkeva harjoitus. Toisaalta harjoitus voi olla erityisen korkealla tai muuten laulajalle häneen omaan ääneensä nähden hankalassa kohdassa. Tessitura tarkoittaa sitä äänialaa, jossa kyseisen laulajan ääni soi parhaiten ja tuntuu mukavimmalta. Jos harjoite osuu

laulajan rekisterin ylimenokohtaan, on se hänelle haastavampi. Myös se, miten hyvin laulaja hallitsee laulutekniikan rinta- ja pää-äänessä, vaikuttaa siihen, miten eri harjoitteiden haastavuus koetaan. Niin ikään kuoromuoto vaikuttaa myös harjoitteiden toteuttamiseen ja siihen, miten eri äänialat saattavat harjoitteiden haastavuuden kokea. Kettukuorossa laulava basso toteaa, että kaikkien äänialojen laulaessa samoja harjoitteita, tulisi ne muokata kokonaisuudelle sopivaksi.

”Harjoitteiden tessitura/harjoitteet ylimenoalueella. – – Laaja harjoitukset (esim. yli oktaavin kattavat)” – SS-T

”Bassoille liian korkeat harjoitukset, jotka nostavat kurkunpäättä ja itseasiassa huonontavat suorituskykyä matalissa äänissä keikalla/treeneissä.” – LL-B

Äänenmuodostukseen koettiin vaikuttavan äänen esitystapa, dynamiikka sekä käytettävät äänneet. Äänen esitystavalla tarkoitetaan minkä laatuista äänenkäyttöä laulajilta on pyydetty. Kuorolaisten vastauksissa käytettiin esimerkkeinä erityisesti huolellisten staccatojen tai tiiviin legatolinjan laulamista, mutta samoin sinne voi ajatella kuuluvan myös muita äänen esitystapoja. Harjoituksissa käytettävään äänenmuodostuksen hallintaan voi vaikuttaa myös mahdollinen dynamiikkavaatimus. Niin ikään harjoituksissa käytettävät äänneet vaikuttavat harjoitteiden haastavuuteen. Tietyt vokaalit ja konsonanttialukkeet saatetaan kokea muita haastavimmiksi, samoin eri äänneiden yhdistelmät. Myös artikulaatio ja hankalat sanat voivat tuoda haastetta harjoitteisiin.

”Kuinka helppo tai vaikea on osua nuotteihin oikealla tekniikalla ja pyydettyllä harjoitteella, esim. staccato tietyllä konsonanttialukkeella.” – SS-T

Musiikin rakenteelliset elementit muodostivat harjoitteiden haastavuuteen vaikuttavan kolmannen, laajan alakategorian ja vastauksia tuli niin melodiaan, harmoniaan, intervaleihin, rytmiaan, kehorytmiaan, improvisaatioon, tempoon sekä harjoitteen pituuteen liittyen. Teemasta riippumatta vastauksissa korostui musiikillisten elementtien ennakoitavuus sekä erilaisten elementtien yhdistely.

Melodian monimutkaisuuden sekä äänenkuljetettavuuden ennakoimisen koettiin vaikuttavan harjoitusten haastavuuteen. Tämä liittyy myös harmoniaan. Mikäli harjoitteisessa käytettävät harmoniat ovat erikoisempia ja laulajalle tuntemattomampia, haastavat ne häntä enemmän. Myös haastavien intervallien ja suurten hyppyjen koettiin lisäävän harjoitteen haastavuutta.

”Ennakoitavuus, esim. rytmillinen tai kuljetuksellinen. Haastavampia ja enemmän keskittymistä vaatii aina jokin esim. ylinouseva kuljetus, jos vertaa vaikka duurikolmisointuun.” – SS-A

Erilaisten melodiaan liittyvien elementtien lisäksi harjoitteen monimutkaisuuteen koettiin vaikuttavan harjoitteessa käytettävä rytmikka. Aivan kuten melodiassakin, myös rytmikassa voidaan käyttää helpommin ennakoitavia kuin vaikeampia rytmejä. Toisinaan rytmikkaa harjoitetaan erilaisten kehorytmien avulla, jonka osa laulajista kokivat vieraampana harjoitusmuotona itselleen.

”Ehkä kehorytmejä ja laulamista yhdistelevät harjoitteet, joissa haasteeksi voidaan molempien osa-alueiden yhtäaikainen hallinta, ainakin mikäli harjoitus on ennestään tuntematon.” – KK-T

Improvisaatio koettiin haastavaksi, etenkin jos sitä ei ollut tottunut tekemään aiemmin tai tilanteeseen liittyi muita epäselvyyttä aiheuttavia tekijöitä. Erityisesti laulajat, jotka ovat tottuneet siihen, että työskentely on tiukasti ohjattua, saattavat kokea improvisaation jännittäväksi tai jopa ahdistavaksi kokemukseksi. Improvisaatiota tehdessä tarve selkeälle ohjeistukselle on erityisen suuri.

”Improaminen haastaa, välillä ohjeet riittämättömiä.” – KK-A

Harjoitteen tempolla ja pituudella koettiin myös olevan vaikutusta harjoitteen haastavuuteen. Nopealla tempolla tehtäessä laulajaa voi haastaa se, että kehon valmisteluun ei ole riittävästi aikaa. Toisaalta nopea tempo voi haastaa myös esimerkiksi huolellisessa artikulaatiossa. Toisessa ääripäässä taas pitkien fraasien laulaminen hitaasti saatettiin kokea haastavana. Harjoitteen pituus voi vaikuttaa teknisen haasteen lisäksi sen muistettavuuteen.

”Joskus (mutta melko harvoin kuitenkin) tuntuu siltä, että tahti on liian nopea, jolloin ei ehdi valmistella kehoa tuleviin ääniin. Korkeimmissa äänissä saatan jäädä pois.” – SS-A

Harjoitteen haastavuuteen vaikuttava viimeinen alakategoria liittyi uusien asioiden opetteluun. Vastauksissa näkyi kolme teemaa: uusien harjoitteiden muistaminen, uuden tekniikan opettelu sekä eri asioita yhdistelevien harjoitteiden oppiminen. Uusien asioiden opettelu vaati aina aikaa, energiaa sekä keskittymistä. Uusien äänenavausharjoitteiden opettelu, etenkin niiden ollessa pitkiä, vaatii aikaa, jotta laulajat oppivat muistamaan, miten harjoitus nyt menikään. Mikäli

harjoituksessa opetetaan laulajalle uutta tekniikka-asiaa, vaatii se tavallista enemmän toistoja, jotta uusi harjoitettava asia saadaan haltuun ja istumaan luonnollisesti omaan tekemiseen. Jos taas uudessa harjoituksessa joudutaan yhdistelemään erilaisia asioita, vaatii se niin ikään laulajalta enemmän keskittymistä ja toistoja onnistuakseen. Jotkut laulajista kokivat, että mikäli harjoitteita vaihdetaan liian usein, vie niiden opettelu liikaa aikaa.

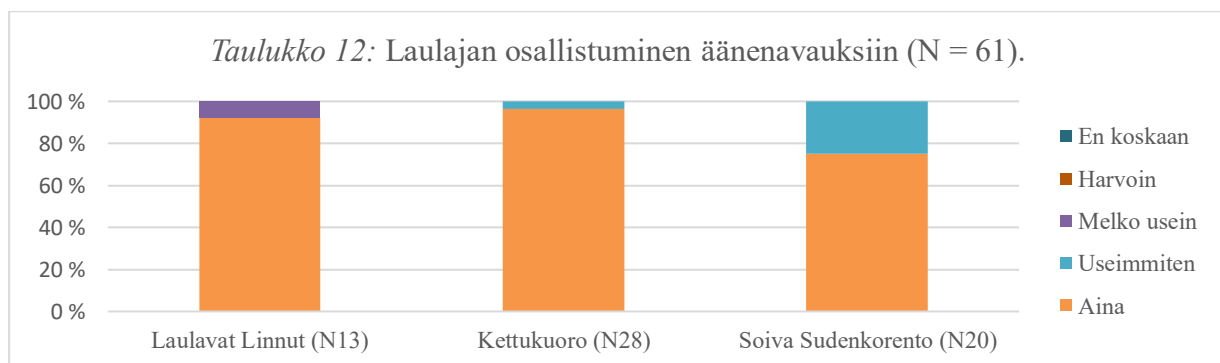
”Pitkien sävelkulkujen muistaminen, jos uusia harjoitteita”. – KK-T

”Jos jokin asia ei ole tuttu omaan laulamiseen jo valmiiksi”. – LL-S

6.2.2 Määrällinen analyysi kuorolaisten kokemuksista äänenavauksen motivoivuudesta

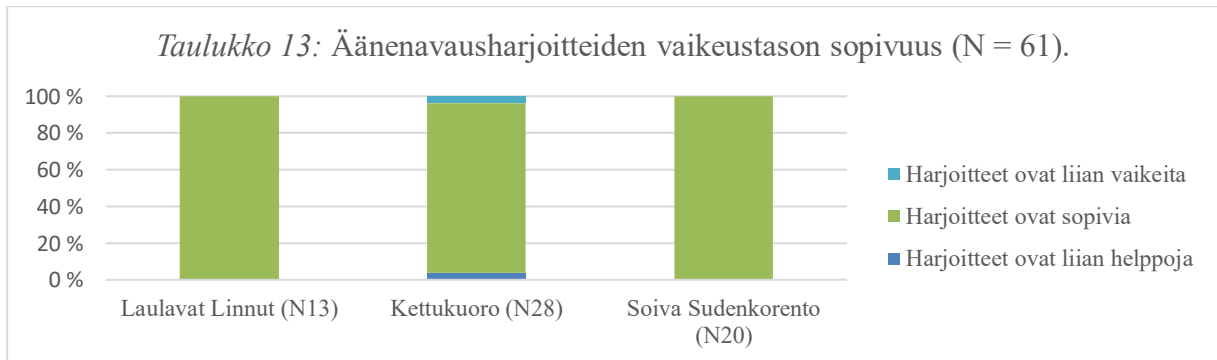
Tässä aluvuossa esitän määrällisiä tuloksia siitä, miten kuorolaiset kokevat äänenavauksen merkityksen ja oman suhtautumisensa siihen. Ensiksi kuvaan lyhyesti, kuinka usein laulajat osallistuvat äänenavauksiin ja miten he kokevat harjoitteiden haastavuuden, toiseksi tarkastelen yksityiskohtaisemmin kuorolaisten vastauksia kuuteen erilaiseen muuttujaan ja kolmanneksi analysoin erilaisten harjoitteiden motivoivuutta.

Laulajien kokemaa arvostusta äänenavausta kohtaan ja motivaatiotaan osallistua äänenavauksiin selvitin kysymällä, kuinka usein he osallistuvat äänenavauksiin. Vastausvaihtoehdot olivat *aina, useimmiten, melko usein, harvoin* ja *en koskaan*. Tulosten perusteella kaikissa kuoroissa vaikuttaa olevan aktiivisia laulajia, joille äänenavaus on tärkeä osa harrastusta. Soivissa Sudenkorenoissa ”useimmiten” vastasi 5 henkilöä, kun ”aina” vastauksia oli 15 (taulukko 12).



Laulajat kokevat keskimäärin kuorossa käytettävien äänenavausharjoitteiden vaikeustason sopivana (taulukko 13). Vain yksi Kettukuoron laulaja oli sitä mieltä, että harjoitteet ovat liian

helppoja ja yhden mielestä liian vaikeita. 59 laulajaa kaikista 61 vastaajasta koki harjoitteiden vaikeustason juuri sopivana.

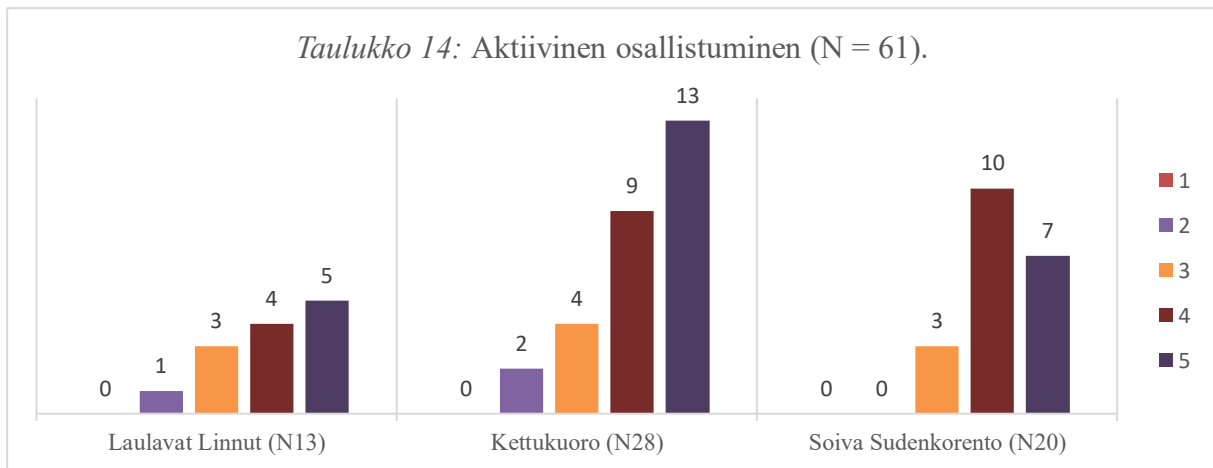


Tarkastelen laulajien kokemuksia äänenavauksista kuuden muuttujan avulla: aktiivinen osallistuminen, tavoitetietoisuus, harjoitteiden vaihtelevuus, äänenavauksen koettu tärkeys, äänenavauksen koettu hyödyllisyys sekä valmiuden tunne laulusuoritukseen. Jokaisen muuttujan kohdalla avaan aluksi lyhyesti, mitä kyseisellä muuttujalla tarkoitetaan ja miksi se on tutkimukseni kannalta tärkeä. Tämän jälkeen esitän tulokset graafisesti sekä numeerisesti keskiarvojen ja keskihajontojen avulla. Muuttujille aktiivinen osallistuminen, äänenavauksen koettu hyödyllisyys ja valmiuden tunne laulusuoritukseen on lisäksi tehty ristiintaulukointi äänialoittain. Väitteisiin vastaamisessa käytettiin viisiportaista Likert-asteikkoa:

- 1 = täysin eri mieltä
- 2 = jokseenkin eri mieltä
- 3 = ei samaa eikä eri mieltä
- 4 = jokseenkin samaa mieltä
- 5 = täysin samaa mieltä

Aktiivinen osallistuminen

Aktiivinen osallistuminen kuvastaa laulajien sitoutumista äänenavaukseen ja voi siten määrittää pohjaa myös muiden harjoitteluun liittyvien kokemusten syntymiselle. Selvitin muuttujaa väitteellä ”Panostan paljon äänenavaukseen (eli keskityn täysillä ja pyrin tekemään juuri niin kuin pyydetään).” Vastaukset painottuivat asteikon yläpäähän kaikissa tutkituissa kuoroissa (taulukko 14). Kukaan ei ollut väitteestä täysin eri mieltä (1), ja myös jokseenkin eri mieltä (2) vastauksia oli yhteensä vain kolme. Kaikissa kuoroissa enemmistö vastaajista oli joko jokseenkin samaa (4) tai täysin samaa mieltä (5) väitteen kanssa. Tämä viittaa siihen, että laulajat kokevat äänenavauksen tärkeäksi ja pyrkivät ainakin useimmiten osallistumaan siihen mahdollisimman aktiivisesti.



Tuloksia tarkasteltaessa voidaan havaita, että aktiivinen osallistuminen koettiin keskimäärin vahvaksi kaikissa kuoroissa (taulukko 15). Korkein keskiarvo löytyi Soivista Sudenkorennoista (4,20), kun taas matalin keskiarvo oli Laulavilla Linnuilla (4,00). Vaikka erot kuorojen välillä olivat pieniä, hajonnassa näkyi jonkin verran vaihtelua: Laulavien Lintujen vastaajat erosivat mielipiteissään hieman enemmän toisistaan (keskihajonta 1,00) kuin esimerkiksi Soivien Sudenkorentojen jäsenet (keskihajonta 0,70). Moodi oli kaikissa kuoroissa 5 tai 4, mikä kertoo, että suurin osa vastaajista sijoitti itsensä asteikon yläpäähän.

Taulukko 15: Tunnuslukuja aktiiviselle osallistumiselle.

Aktiivinen osallistuminen	<i>Kaikki vastaajat</i>	<i>Laulavat Linnut</i>	<i>Kettukuoro</i>	<i>Soiva Sudenkorento</i>
<i>Keskiarvo</i>	4,15	4,00	4,18	4,20
<i>Keskihajonta</i>	0,87	1,00	0,94	0,70
<i>Moodi</i>	5	5	5	4
<i>Variatiosuhde</i>	0,59			

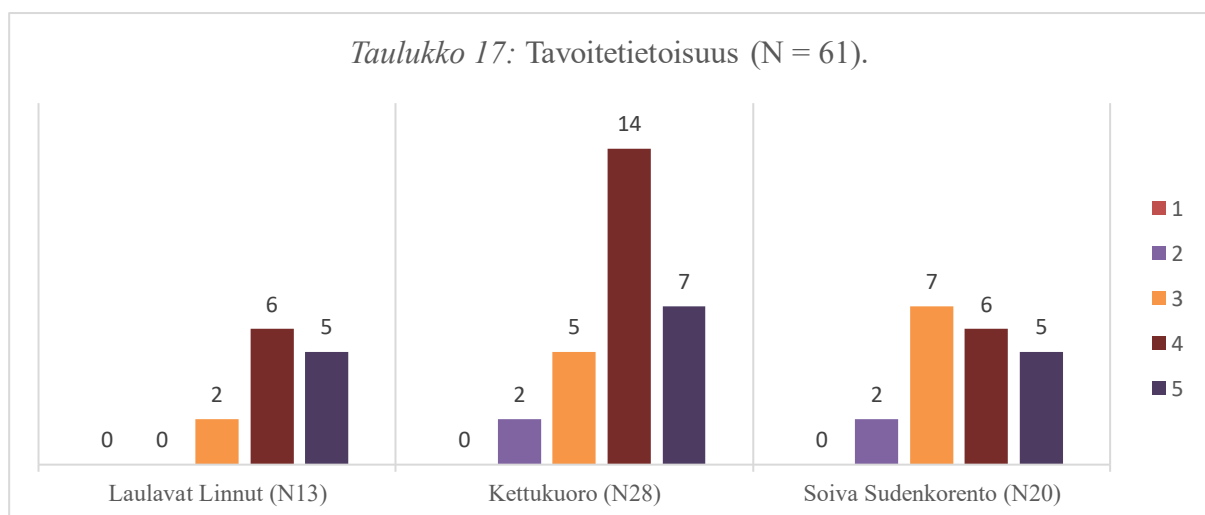
Ristiintaulukointi äänialoittain (taulukko 16) näyttää aktiivisemmiksi kokevien osallistujien löytyvän sopraanoista (52,4 %). Altot painottuivat vahvasti arvoihin 4 (52,9 %) ja 5 (41,2 %), tenorit taas jakaantuivat enemmän arvojen 3 (36,4 %) ja 5 (45,5 %) välille osan kokiessa osallistuvansa aktiivisesti, osan taas neutraalimmin. Bassojen vastaukset jakoutuivat tasaisemmin vaihtoehtojen välille, ja heillä oli äänialoista eniten arvon 2 (jokseenkin eri mieltä) vastauksia. Vaikka osallistuminen äänenavaukseen koetaan yleisesti tärkeäksi, yksilöllisiä eroja on havaittavissa hieman äänialojen välillä.

Taulukko 16: Ristiintaulukointi äänialoittain aktiiviselle osallistumiselle.

Ääniala	2		3		4		5	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Sopraano	0	0,0	4	19,1	6	28,6	11	52,4
Altto	1	5,9	0	0,0	9	52,9	7	41,2
Tenori	0	0,0	4	36,4	2	18,2	5	45,5
Basso	2	16,7	2	16,7	6	50,0	2	16,7
Yhteensä	3	4,9	10	16,4	23	37,7	25	41,0

Tavoitetietoisuus

Tavoitetietoisuutta eli sitä, kuinka hyvin laulajat ymmärtävät äänenavausharjoitteiden taustalla olevia tavoitteita selvitin väitteellä ”Minulle on kerrottu harjoituksissa, mikä on erilaisten äänenavausharjoitteiden tarkoitus tai mihin niillä pyritään.” Tavoitetietoisuus saattaa vaikuttaa siihen, miten mielekkäiksi ja motivoiviksi harjoitteet koetaan. Tulosten perusteella (taulukko 17) moni koki tietävänsä, miksi jotain harjoitusta tehdään ja Laulavissa Linnuissa ja Kettukuorossa valtaosa vastaajista sijoittui arvoihin 4 ja 5. Soivissa Sudenkorennoissa vastauksia kertyi eniten arvoon ”ei samaa eikä eri mieltä”. Huomionarvoista on, että sekä Kettukuorossa että Sudenkorennoissa kaksi laulajaa oli väitteen kanssa jokseenkin eri mieltä, jonka lisäksi moni ei halunnut ottaa selkeää kantaa väitteeseen.



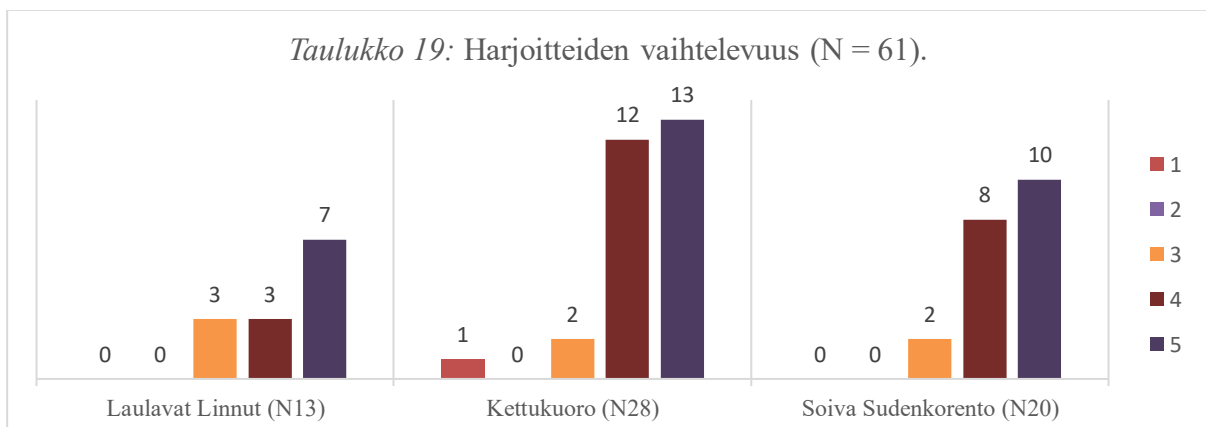
Taulukko 18: Tunnuslukuja tavoitetietoisuudelle.

Tavoitetietoisuus	<i>Kaikki vastaajat</i>	<i>Laulavat Linnut</i>	<i>Kettu-kuoro</i>	<i>Soiva Sudenkorento</i>
<i>Keskiarvo</i>	3,92	4,23	3,93	3,70
<i>Keskihajonta</i>	0,88	0,73	0,86	0,98
<i>Moodi</i>	4	4	4	3
<i>Variaatiosuhde</i>	0,57			

Tavoitetietoisuudessa näkyy kuorojen välillä hienoisia eroja (taulukko 18). Laulavat Linnut sai selvästi korkeimman keskiarvon (4,23) ja pienimmän keskihajonnan (0,73), mikä kertoo vastaajien yhtenäisestä kokemuksesta siitä, että harjoitteiden tavoitteita on avattu harjoituksissa ja voi viitata harjoituksissa olleeseen onnistuneeseen pedagogiseen viestintään. Kettukuorossa keskiarvo (3,93) oli hivenen matalampi ja hajonta (0,86) suurempi, samoin Soivissa Sudenkorennoissa keskiarvo jäi matalammaksi (3,70) ja hajonta suuremmaksi (0,98), mikä viittaa siihen, että näkemykset tavoitetietoisuudesta jakautuivat enemmän. Luvut kertovat tavoitetietoisuudessa olevan enemmän epävarmuutta tai puutteellista kokemusta, mikä nostaa sen esiin yhtenä mahdollisena kehityskohteena äänenavauksen viestinnässä.

Harjoitteiden vaihtelevuus

Laulajien kokemus äänenavausharjoitteiden vaihtelevuudesta voi vaikuttaa heidän motivaatiotasoonsa sekä siihen, kuinka mielekkääksi harjoitus koetaan. Tutkin muuttujaa väitteellä "Koen, että äänenavauksessa käytettävät harjoitukset ovat riittävän vaihtelevia." Suurin osa vastaajista oli väitteen kanssa lähes tai täysin samaa mieltä (taulukko 19). Kettukuorossa esiintyi koko aineiston ainoa arvo 1, mikä voi viitata yksittäiseen kokemukseen harjoitteiden yksipuolisuudesta tai satunnaisesta tyytymättömyydestä.



Taulukko 20: Tunnuslukuja harjoitteiden vaihtelevuudelle.

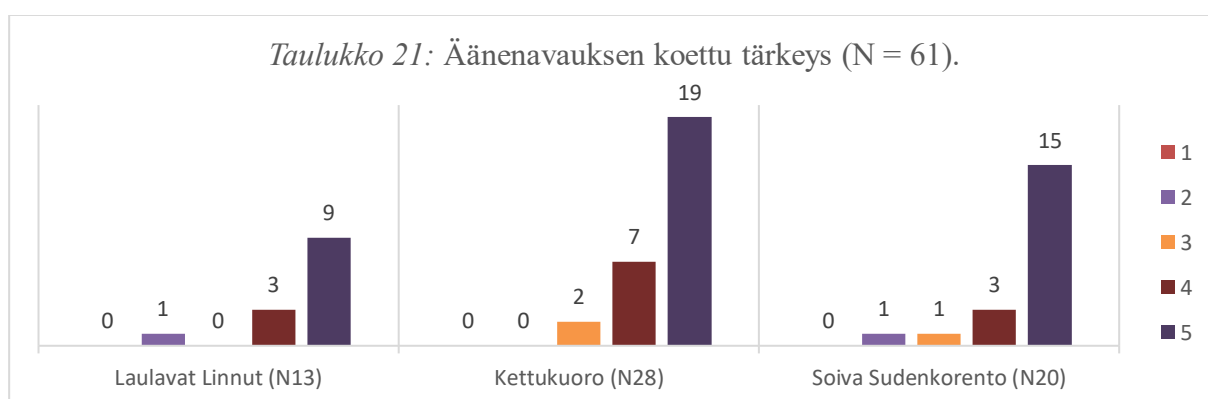
Harjoitteiden vaihtelevuus	<i>Kaikki vastaajat</i>	<i>Laulavat Linnut</i>	<i>Kettu-kuoro</i>	<i>Soiva Sudenkorento</i>
<i>Keskiarvo</i>	4,33	4,31	4,29	4,40
<i>Keskihajonta</i>	0,81	0,85	0,90	0,68
<i>Moodi</i>	5	5	5	5
<i>Variaatiosuhde</i>	0,51			

Kaikkien vastaajien keskiarvo oli korkea (4,33) ja kuorokohtaiset erot olivat pieniä (taulukko 20). Moodi oli kaikissa ryhmissä 5, mikä kertoo myönteisestä kokemuksesta harjoitteiden vaihtelevuudesta. Variaatiosuhde oli 0,51, eli noin puolet vastaajista valitsi jonkin muun arvon kuin moodin, mikä kertoo kohtalaisesta hajonnasta, mutta ei suurista ristiriidoista. Kokonaisuutena harjoitteiden vaihtelevuus näyttäytyy vahvuutena.

Äänenavauksen koettu tärkeys

Laulajien yleistä asennetta äänenavaukseen ja sen merkitystä osana kuoroharrastusta selvitin väitteellä "Koen äänenavauksen tärkeänä osana laulamista ja kuoroharrastusta." Tulosten perusteella äänenavauksella on vahva arvostus (taulukko 21). Suurin osa vastaajista kaikissa kuoroissa oli täysin samaa mieltä väitteen kanssa ja arvo 5 oli selvästi yleisin valinta. Tämä kertoo, ettei äänenavausta nähdä vain rutiinina, vaan sillä koetaan olevan selkeä merkitys osana kuoroharjoitusta ja -harrastusta.

Taulukossa 22 nähdyt tunnusluvut tukevat havaintoja: moodi on 5 kaikissa kuoroissa ja keskiarvot ovat korkeita. Variaatiosuhde 0,30 osoittaa, että 70 % vastauksista sijoittui samaan luokkaan. Tämä kertoo vahvasta yksimielisyydestä ja korostaa laulajien näkevän äänenavauksen tärkeänä osana harjoituskokonaisuutta.



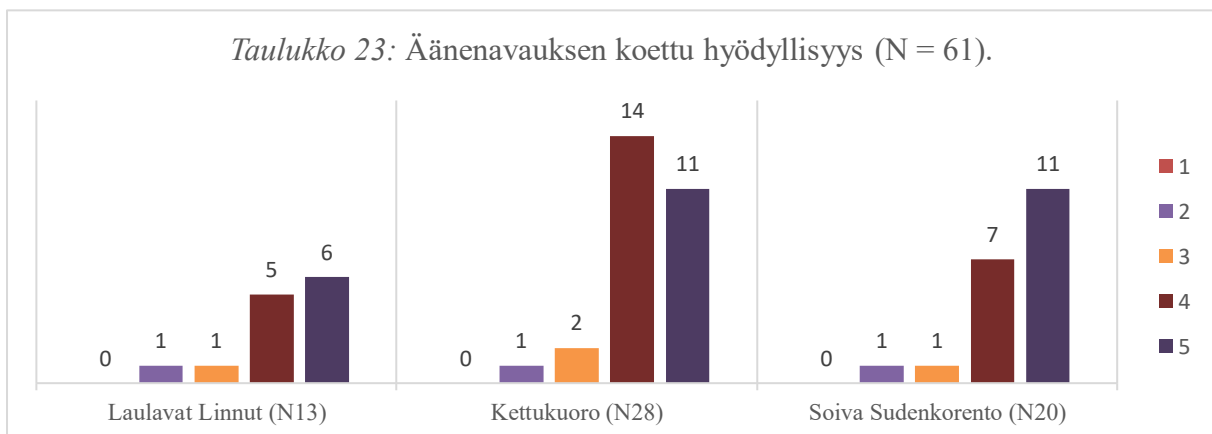
Taulukko 22: Tunnuslukuja äänenavauksen koetulle tärkeydelle.

Äänenavauksen koettu tärkeys	<i>Kaikki vastaajat</i>	<i>Laulavat Linnut</i>	<i>Kettu-kuoro</i>	<i>Soiva Sudenkorento</i>
<i>Keskiarvo</i>	4,59	4,54	4,61	4,6
<i>Keskihajonta</i>	0,74	0,88	0,63	0,82
<i>Moodi</i>	5	5	5	5
<i>Variaatiosuhde</i>	0,30			

Äänenavauksen koettu hyödyllisyys

Tarkastelen seuraavaksi, kuinka hyödyllisenä laulajat pitivät äänenavausta. Väitteellä “*Koen äänenavauksista olevan minulle paljon hyötyä laulajana*” selvitettiin laulajien kokemaa konkreettista hyötyä, jota he saavat äänenavauksista oman laulutaitonsa tueksi. Taulukosta 23 nähdään, että suurin osa vastaajista koki saavansa äänenavauksista paljon hyötyä: arvoon 5 vastasi yhteensä 28 henkilöä ja arvoon 4 puolestaan 26.

Vertailtaessa äänenavauksen koettua tärkeyttä ja koettua hyödyllisyyttä, nähdään kuitenkin eroa. Vaikka laulajat näyttävän pitävän äänenavausta hyvin tärkeänä osana kuorolaulua, sen konkreettinen hyöty kaikille ei ole aivan yhtä yksiselitteinen, eikä vaikutusta omaan laululliseen kehittymiseen koeta aivan yhtä vahvasti.



Tunnuslukujen perusteella (taulukko 24) äänenavauksen koettu hyödyllisyys sai yleisesti positiivisia arvioita, mutta hajonta oli hieman suurempaa kuin äänenavauksen tärkeyden kohdalla. Keskiarvo oli 4,29, mikä on selvästi myönteinen, mutta alempi kuin tärkeyden keskiarvo (4,61). Keskihajonta 0,80 kertoo, että vastaukset jakautuivat hieman enemmän. Moodi oli edelleen 5,

mutta variaatiosuhde 0,54 osoittaa, että lähes puolet vastaajista ei valinnut moodiluokkaa, mikä kertoo pienestä hajonnasta näkemyksissä.

Taulukko 24: Tunnuslukuja äänenavauksen koetulle hyödyllisyydelle.

Äänenavauksen koettu hyödyllisyys	<i>Kaikki vastaajat</i>	<i>Laulavat Linnut</i>	<i>Kettu-kuoro</i>	<i>Soiva Sudenkorento</i>
<i>Keskiarvo</i>	4,29	4,23	4,25	4,40
<i>Keskihajonta</i>	0,80	0,93	0,75	0,82
<i>Moodi</i>	5	5	4	5
<i>Variaatiosuhde</i>	0,54			

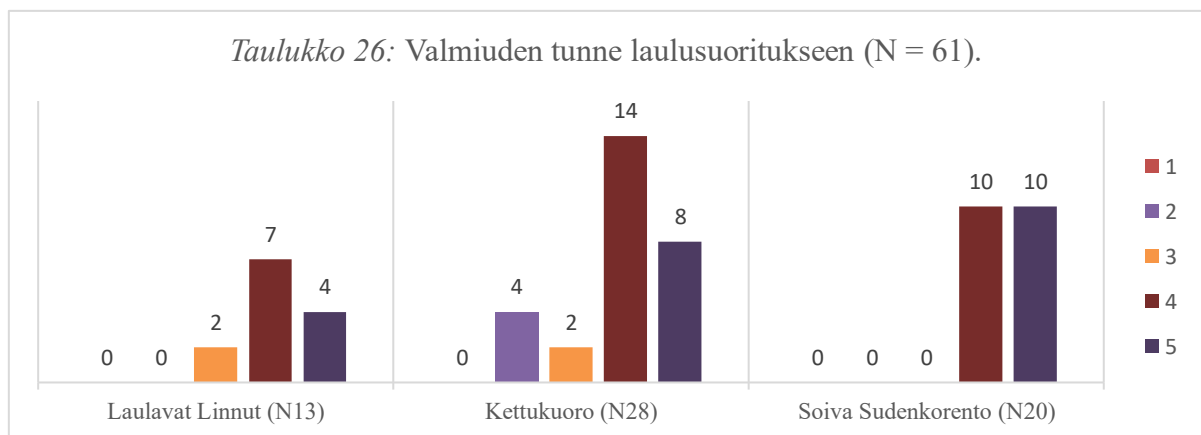
Äänialojen välinen tarkastelu (taulukko 25) paljastaa kiinnostavia vivahteita. Diskanttiäänät arvioivat äänenavauksen hyödyllisyyden kaikkein myönteisimmin: sopraanoista 71,4 % ja altoista 52,9 % antoi arvosanaksi 5. Tenoreiden ja bassojen vastaukset olivat hajanaisempia. Tenoreista 54,6 % vastasi arvon 4 jokseenkin samaa mieltä ja osa matalien äänien laulajista oli erimieltä väitteen kanssa. Tämä saattaa viitata siihen, että eri äänialoilla saatetaan kaivata erilaista lähestymistapaa äänenavausharjoitteisiin tai että hyödyn kokemus ei jakaudu tasaisesti.

Taulukko 25: Ristiintaulukointi äänialoittain äänenavauksen koetulle hyödyllisyydelle.

Ääniala	2 <i>N – %</i>		3 <i>N – %</i>		4 <i>N – %</i>		5 <i>N – %</i>	
Sopraano	0	0.0	2	9.5	4	19.0	15	71.4
Altto	0	0.0	1	5.9	7	41.2	9	52.9
Tenori	1	9.1	1	9.1	6	54.6	3	27.3
Basso	2	16.7	0	0.0	5	41.7	5	41.7
Yhteensä	3	4.9	4	6.6	22	36.1	32	52.5

Valmiuden tunne laulusuoritukseen

Valmiuden tunnetta ennen laulusuoritusta selvitettiin väitteellä "Koen olevani valmis laulusuoritukseen äänenavauksen jälkeen." Tämä väite kuvaa äänenavauksen välitöntä vaikutusta ja sen onnistumista käytännön tasolla. Vastausten jakauma oli yleisesti myönteinen ja suurin osa vastaajista valitsi arvon 4 tai 5 (taulukko 26). Soivissa Sudenkorenoissa 100 % vastaajista ilmoitti olevansa vähintään jokseenkin samaa mieltä väitteen kanssa. Laulavissa Linnuissa vastaukset painottuivat arvoon 4. Kettukuoron vastauksissa näkyi enemmän hajontaa: neljä vastaajaa arvioi olevansa jokseenkin eri mieltä ja kaksi sijoittui neutraalille tasolle. Vaikka suurin osa Kettukuoron vastaajista kokivat valmiuden laulamiseen äänenavauksen jälkeen olevan hyvä, kokemus äänenavauksen tehokkuudesta ei ollut ryhmässä yhdenmukainen.



Taulukko 27: Tunnuslukuja valmiuden tunteelle laulusuoritukseen.

Valmiuden tunne laulusuoritukseen	Kaikki vastaajat	Laulavat Linnut	Kettukuoro	Soiva Sudenkorento
<i>Keskiarvo</i>	4,16	4,15	3,93	4,5
<i>Keskihajonta</i>	0,82	0,69	0,98	0,51
<i>Moodi</i>	4	4	4	4 ja 5
<i>Variaatiosuhde</i>	0,49			

Koko aineiston moodi oli 4 (31 vastaajaa) ja variaatiosuhde 0,49, eli lähes puolet vastaajista valitsi jonkin muun arvon kuin moodin, mikä osoittaa kohtalaista hajontaa mielipiteissä (taulukko 27). Tarkasteltaessa tuloksia äänialakohtaisesti (taulukko 28) huomataan, että sopraanoiden vastaukset ovat enimmäkseen olleet jokseenkin samaa mieltä väitteen kanssa ja vastauksia oli lisäksi arvoilla 2 ja 3. Tulosta voi tulkita niin, että sopraanot saattavat kokea tarvitsevansa korkeiden ylä-äänien lämpiämiseen vielä enemmän aikaa. Myös altoista suurin osa oli vain

jokseenkin samaa mieltä väitteen kanssa. Tenoreista yli puolet oli täysin samaa mieltä väitteen kanssa, mutta vastauksissa oltiin myös eri mieltä. Tämä saattaa kertoa kokemusten vaihtelevuudesta ja erilaisista tarpeista oman instrumentin lämmittelyyn. Huomionarvoista on, että bassojen vastaukset jakaantuivat ainoastaan arvoille 4 ja 5. Tulosta voi tulkita joko niin, että tehdyt äänenavaukset näyttävät sopivan erityisesti heille tai että harjoitusten yleinen äänellinen vaatimus ei ole yhtä haastava bassoille, kuin mitä se on muille äänialoille.

Taulukko 28: Ristiintaulukointi äänialoittain valmiuden tunteelle laulusuoritukseen.

Ääniala	2		3		4		5	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Sopraano	1	4.8	1	4.8	15	71.4	4	19.0
Altto	1	5.9	2	11.8	8	47.1	6	35.3
Tenori	2	18.2	1	9.1	2	18.2	6	54.6
Basso	0	0.0	0	0.0	6	50.0	6	50.0
Yhteensä	4	6.6	4	6.6	31	50.8	22	36.1

Taulukko 29: Keskiarvot ja keskihajonnat yllä olevista muuttujista.

Muuttuja	ka	kh
Aktiivinen osallistuminen	4,15	0,87
Tavoitetietoisuus	3,92	0,88
Harjoitteiden vaihtelevuus	4,33	0,81
Äänenavauksen koettu tärkeys	4,59	0,74
Äänenavauksen koettu hyödyllisyys	4,29	0,80
Valmiuden tunne laulusuoritukseen	4,16	0,82

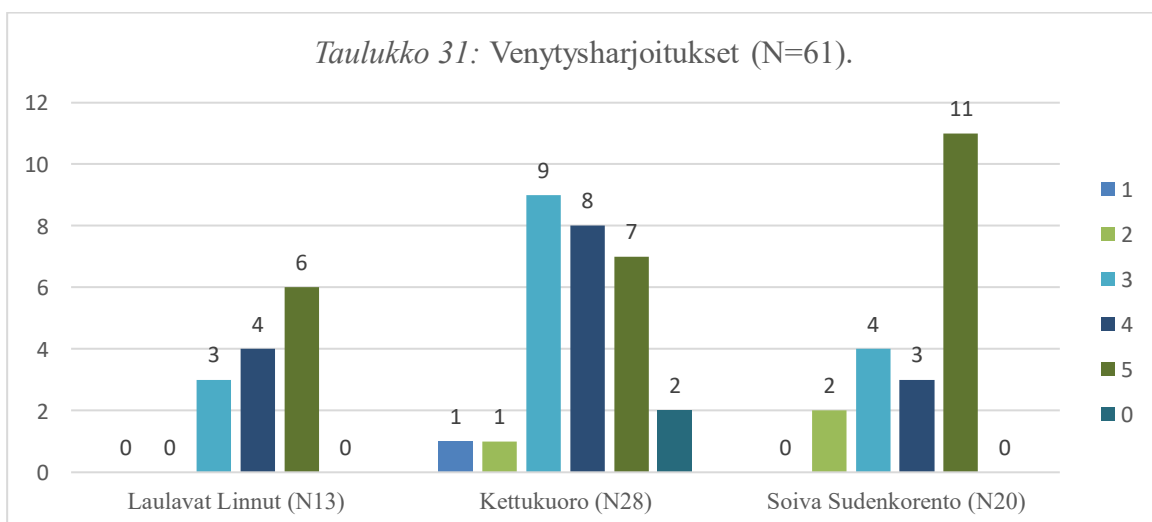
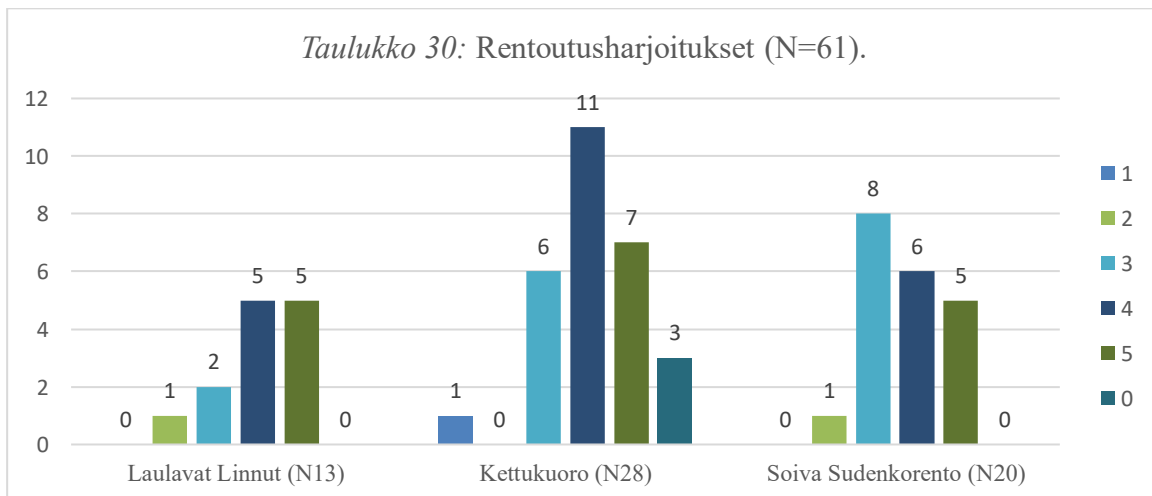
Kaikkien yllä olevien muuttujien keskiarvoa vertailtaessa (taulukko 29) huomataan, että korkeimmin arvioitu muuttuja on äänenavauksen koettu tärkeys (ka 4,59), mikä viittaa siihen, että äänenavausta pidetään yleisesti tutkimukseen osallistuneiden kuorojen kesken erittäin merkityksellisenä osana kuorolaulua. Heikoimmin arvioitu muuttuja

on tavoitetietoisuus (ka 3,92), joka jää selvästi alle muiden viitaten siihen, ettei harjoitteiden tarkoitus aina välity laulajille riittävän selkeästi. Keskiarvoltaan toiseksi heikoimmat muuttujat olivat aktiivinen osallistuminen (ka 4,15) ja valmiuden tunne laulusuoritukseen (ka 4,16). Yleisesti muuttujien keskiarvot olivat melko korkeita ja lähellä toisiaan, mikä osoittaa kokonaisuudessaan myönteistä suhtautumista äänenavaukseen.

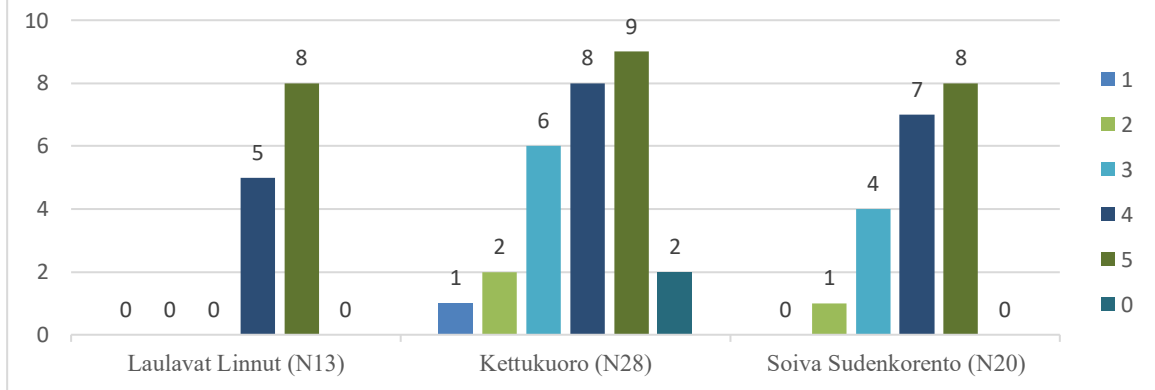
Kuorolaulajien motivaatiokuvaus harjoitetyypeittäin

Laulajilta kysyttiin, kuinka motivoivina he kokivat erilaiset äänenavausharjoitustyypit asteikolla 1–5. Lisäksi he saattoivat valita ”En ole tehnyt kyseisiä harjoitteita”, joka on merkitty numerolla 0. Esittelen ensin vastaukset harjoitetyypeittäin, jonka jälkeen esitän vastauksien keskiarvot ja -hajonnat yhdessä taulukossa.

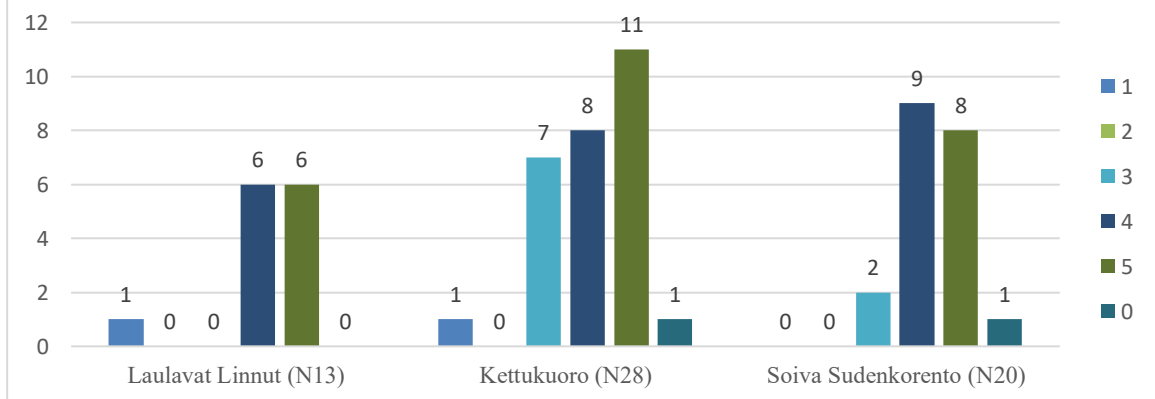
- 1 = erittäin epämotivoiva
- 2 = melko epämotivoiva
- 3 = neutraali
- 4 = jokseenkin motivoiva
- 5 = erittäin motivoiva
- 0 = en ole tehnyt kyseisiä harjoitteita



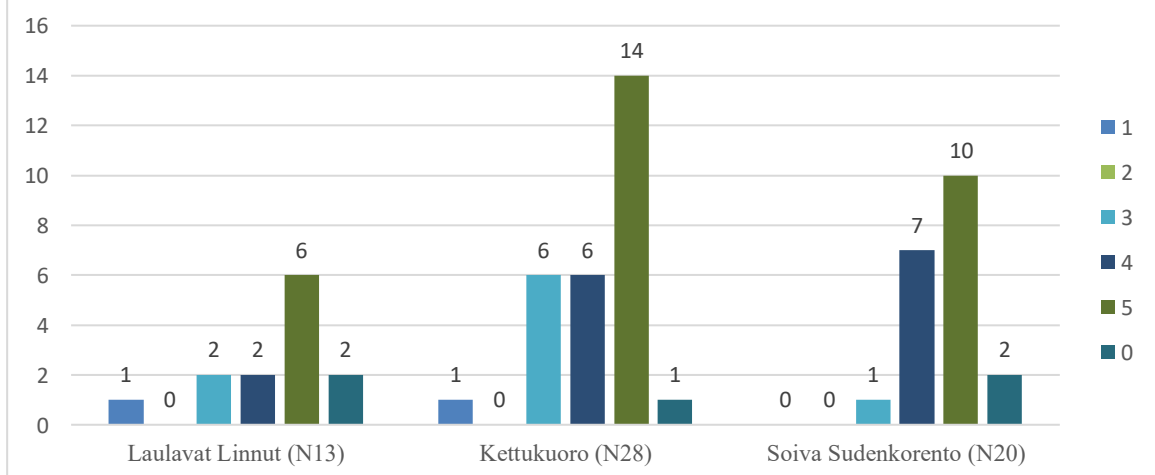
Taulukko 32: Kehon hallinnan ja tuntemuksen harjoitukset (N=61).



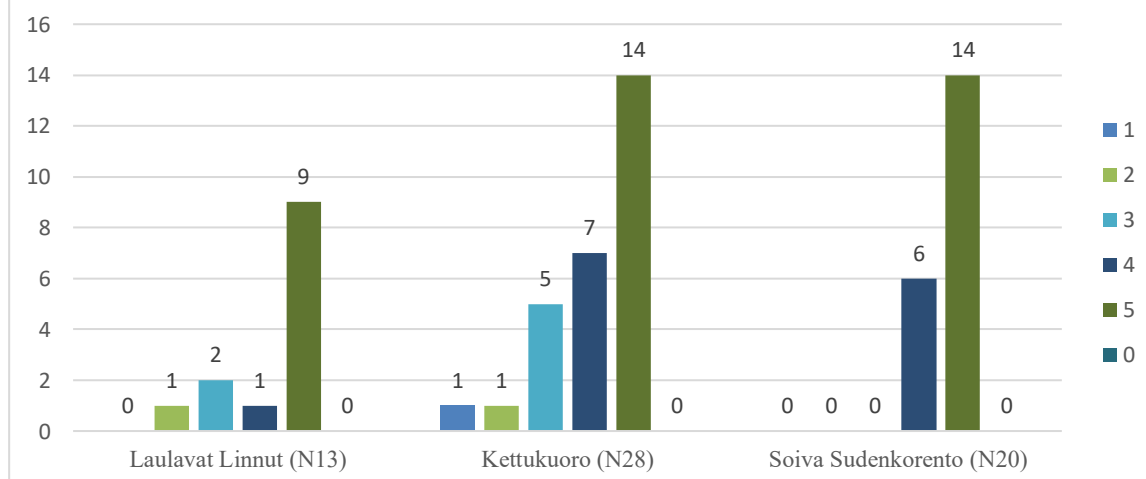
Taulukko 33: Hengitysharjoitukset (N=61).



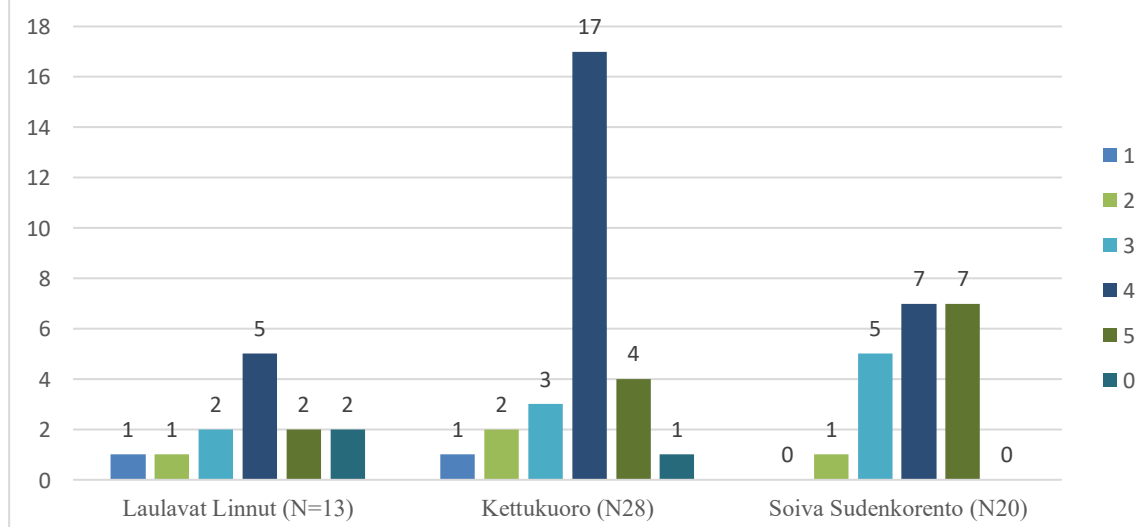
Taulukko 34: Äänen viritysharjoitukset (N=61).



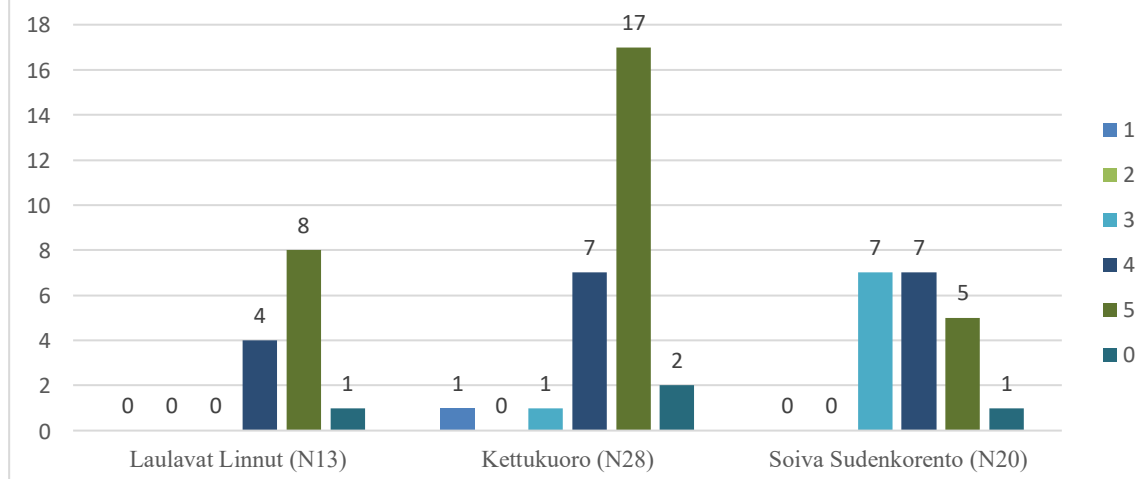
Taulukko 35: Varsinaiset ääniharjoitukset (N=61).



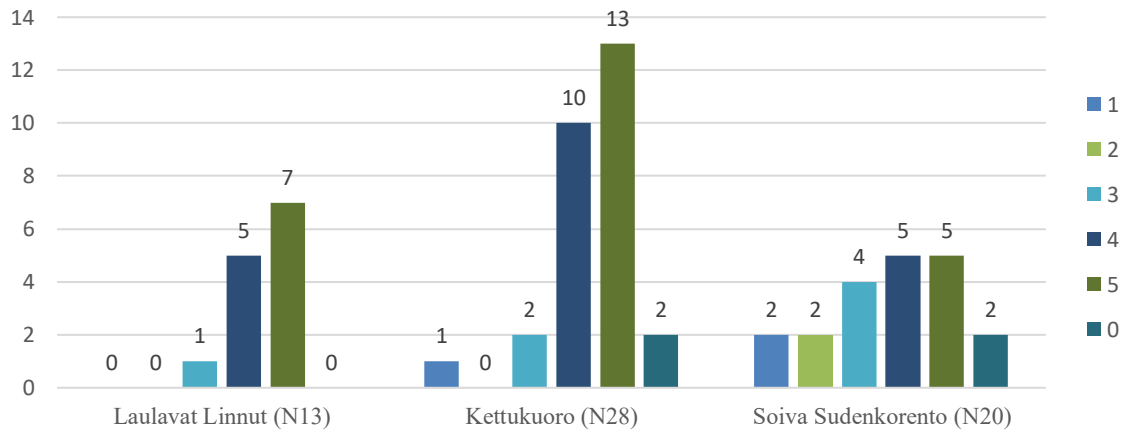
Taulukko 36: Artikulaatioharjoitukset (N=61).



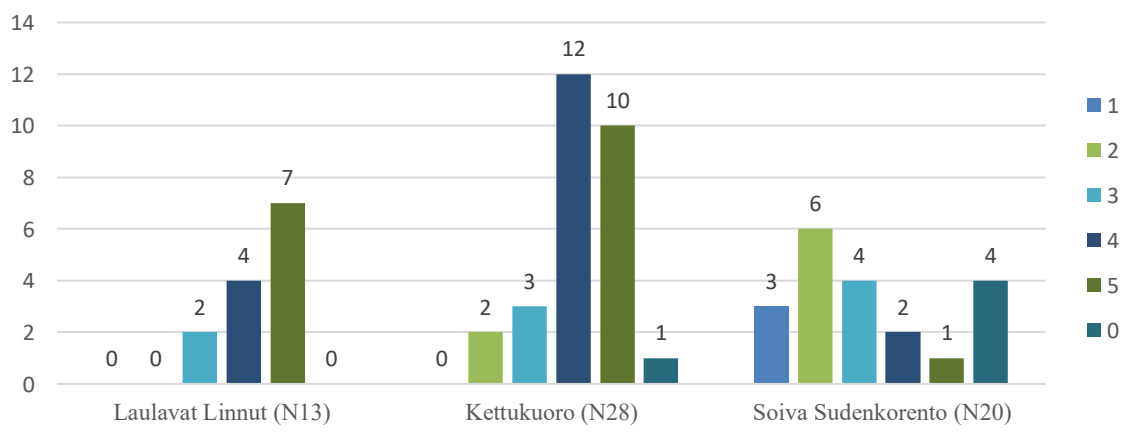
Taulukko 37: Harmoniset ääniharjoitukset (N=61).



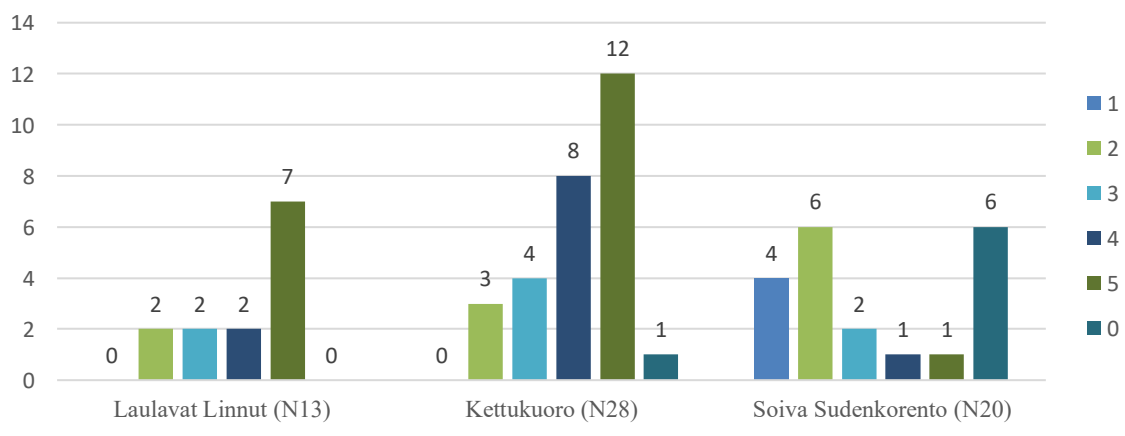
Taulukko 38: Rytmiharjoitukset (N=61).

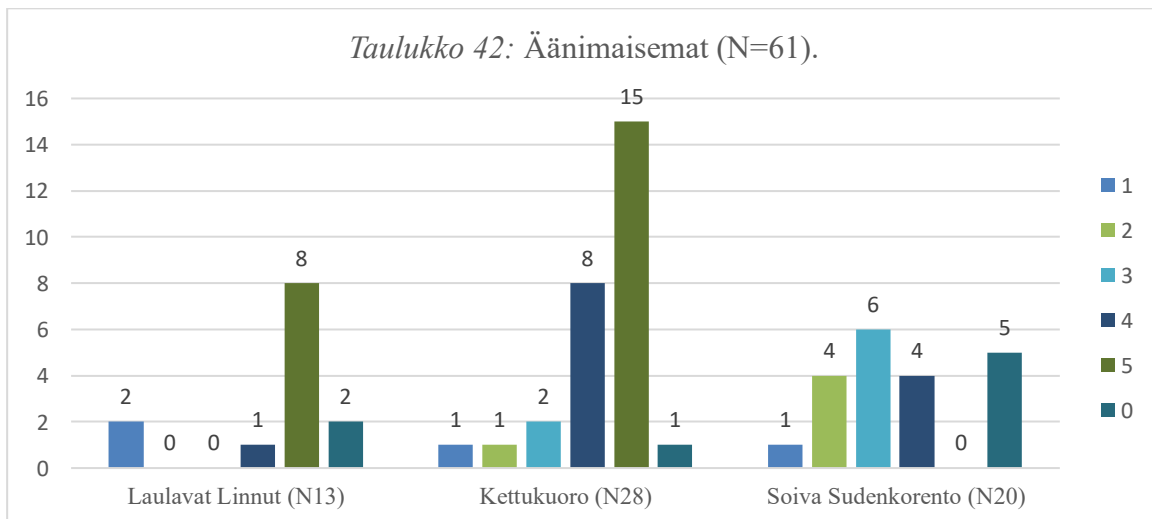
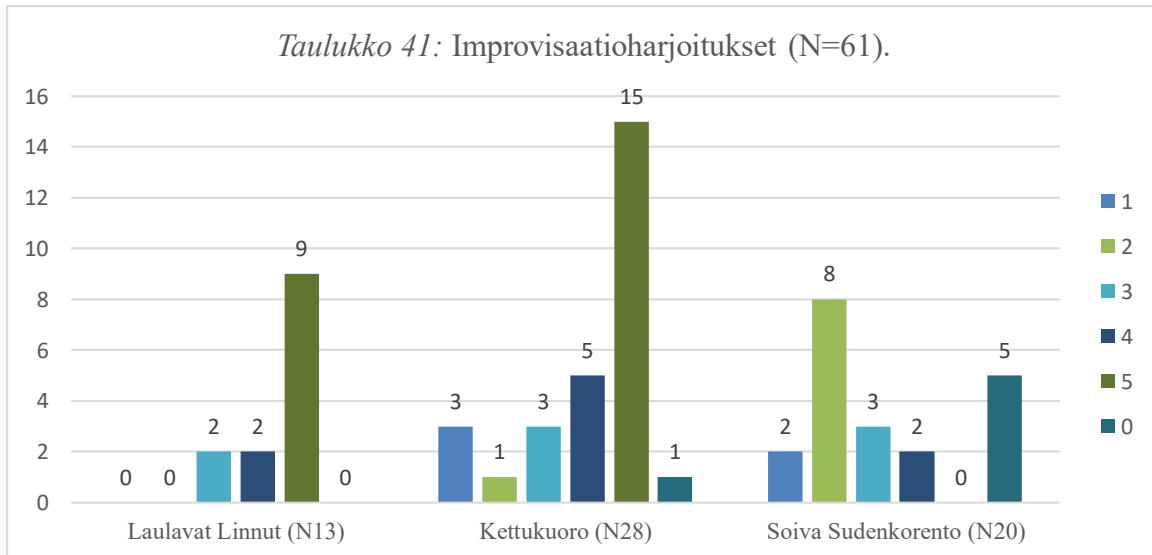


Taulukko 39: Vuorovaikutusta sisältävät harjoitukset (N=61).



Taulukko 40: Kehorytmiikkaa sisältävät harjoitukset (N=61).





Kuorokohtaisesti tarkasteltuna Laulavat Linnut koki harmoniset ääniharjoitukset (ka 4,67), kehon hallinnan ja tuntemuksen harjoitukset (ka 4,62), improvisaatioharjoitukset (ka 4,54) ja rytmiharjoitukset (ka 4,46) kaikkein motivoivimpina. Tämä kertoo siitä, että kuoron jäsenet arvostavat sekä kehotietoisuuteen että musiikilliseen luovuuteen ja yhteismusisointiin liittyviä harjoituksia. Sen sijaan artikulointi (ka 3,55), kehorytmiikka (ka 4,08), rentoutus (ka 4,08) ja äänen viritysharjoitukset (ka 4,09) sijoittuvat vastaajien arvioissa hieman alemmalle tasolle. Erot eivät kuitenkaan ole suuria, ja tulokset viittaavat kokonaisuudessaan erittäin motivoituneeseen suhtautumiseen (taulukko 43).

Kettukuorossa harjoitteista eniten motivoiviksi (taulukko 43) koettiin harmoniset ääniharjoitukset (ka 4,50), rytmiharjoitukset (ka 4,31) ja äänimaisemat (ka 4,30), ja seuraavaksi motivoivina äänen viritysharjoitukset (ka 4,19) ja varsinaiset ääniharjoitukset (ka 4,14). Tämä korostaa musiikillista ilmaisua ja tunnelmaa tukevia sekä lauluinstrumenttia lämmittävien ja kehittävien harjoitusten merkitystä. Venytysharjoitukset (ka 3,73, kh 1,02) ja kehon hallinnan ja

tuntemuksen harjoitukset (ka 3,85, kh 1,10) arvioitiin vähiten motivoiviksi, mutta niissä oli myös suurta hajontaa. Erityisesti artikulaatioharjoitukset (ka 3,78) kiinnittävät huomiota, sillä 17 henkilöä (63 %) oli arvioinut ne vain jokseenkin motivoiviksi (taulukko 36). Edellä mainitut harjoitukset eivät vaikuttaisi olevan Kettukuorossa aivan yhtä keskeisessä roolissa tai ne eivät innosta laulajia yhtä vahvasti (taulukko 43).

Soivien Sudenkorentojen vastaajien kokema harjoitteiden motivoivuus painottuu erityisesti kehon ja äänen lämmittämiseen sekä laulutekniikkaa keskittyviin harjoituksiin. Selkeästi motivoivimmiksi arvioitiin varsinaiset ääniharjoitukset (ka 4,70) ja äänen viritysharjoitukset (ka 4,50) ja niissä myös hajonta oli pieni, mikä kertoo vastaajien yksimielisyydestä. Myös hengitysharjoitukset (ka 4,32) ja venytysharjoitukset (ka 4,15) saivat korkeat arviot. Venytysharjoitteiden mielekkyys Soivissa Sudenkorenoissa saattoi heijastaa haastattelussa esiin tullutta kuoronjohtajan kiinnostusta kehonhuoltoon ja sen myötä mahdollisesti paremmiksi kehittyneitä käytäntöjä. Toisessa ääripäässä keskiarvot jäivät huomattavasti matalammaksi. Laulajat eivät kokeneet äänimaisemia (ka 2,87), vuorovaikutusta sisältäviä harjoitteita (ka 2,50), improvisaatioharjoituksia (ka 2,33) ja kehorytmiikkaa sisältäviä harjoituksia (ka 2,21) kovinkaan motivoivina ja harjoitteet saivat jopa täysin eri mieltä olevia vastauksia (taulukot 39–42). Tämä heijastaa eroa kuoron musiikillisessa tyyliässä ja toimintakulttuurissa verrattuna kahteen muuhun kuoroon.

Tulokset tukevat aiemmin laadullisessa osiossa esiin tullutta huomiota siitä, että kuoronjohtajan on tärkeä ymmärtää erilaisten kuorojen profiili ja se, että eri kuorot toivovat ja tarvitsevat erilaisia asioita.

Kehoa valmisteleviin ja usein äänenavauksen alkuun sijoittuviin rentoutus-, venytys-, kehonhallinta- ja hengitysharjoituksiin suhtauduttiin jokaisessa kuorossa pääosin myönteisesti ja ne nähtiin tärkeänä osana lauluinstrumentin herättelyä. Perinteiset ääniharjoitukset nähtiin kautta linjan motivoivina, ja varsinaiset ääniharjoitukset koettiin keskimäärin innostavammiksi kuin äänen viritysharjoitukset.

Erityisharjoitukset toivat enemmän esiin kuorokohtaisia eroja. Rytmimusiikkiin painottuneissa Laulavissa Linnuissa ja Kettukuorossa rytmiharjoituksia arvostettiin selvästi enemmän kuin klassiseen musiikkiin suuntautuneessa Soivassa Sudenkorenoissa, jossa vastauksissa näkyi enemmän hajontaa. Myös kokeellisemmat ja yhteisölliset harjoitukset, kuten vuorovaikutukseen, kehorytmiikkaan, improvisaatioon ja äänimaisemiin perustuvat harjoitteet, koettiin motivoiviksi erityisesti Laulavissa Linnuissa ja Kettukuorossa, kun taas Soivassa Sudenkorenoissa

niihin suhtauduttiin huomattavasti varautuneemmin. Koko aineistoa tarkastellessa harmonisilla ääniharjoitteilla oli korkea keskiarvo (ka 4,33) ja pienin hajonta (kh 0,84), mikä kertoo siitä, että kokonaisuutena ne ovat useimpien laulajien mielestä motivoivia.

*Taulukko 43: Harjoitetyyppien keskiarvot ja keskihajonnat.
(Arvoista on jätetty pois arvon 0 ”en ole tehnyt kyseisiä harjoitteita” valinneet.)*

<i>Harjoitustyyppi</i>	<i>Kaikki vastanneet</i>	<i>Laulavat Linnut</i>	<i>Kettu-kuoro</i>	<i>Soiva Sudenkorento</i>
<i>Rentoutusharjoitukset</i>	3,90 0,92	4,08 0,92	3,92 0,93	3,75 0,89
<i>Venytysharjoitukset</i>	3,98 1,02	4,23 0,80	3,73 1,02	4,15 1,06
<i>Kehon hallinnan ja tuntemuksen harjoitukset</i>	4,10 0,97	4,62 0,49	3,85 1,10	4,10 0,89
<i>Hengitysharjoitukset</i>	4,17 0,92	4,23 1,05	4,04 1,00	4,32 0,65
<i>Äänen viritysharjoitukset</i>	4,27 0,97	4,09 1,24	4,19 1,02	4,50 0,60
<i>Varsinaiset ääniharjoitukset</i>	4,38 0,93	4,38 1,00	4,14 1,06	4,70 0,46
<i>Artikulaatioharjoitukset</i>	3,81 0,97	3,55 1,16	3,78 0,92	4,00 0,89
<i>Harmoniset ääniharjoitukset</i>	4,33 0,84	4,67 0,47	4,50 0,89	3,89 0,79
<i>Rytmiharjoitukset</i>	4,09 1,08	4,46 0,63	4,31 0,91	3,50 1,30
<i>Vuorovaikutusta sisältävät harjoitukset</i>	3,71 1,21	4,38 0,74	4,11 0,87	2,50 1,12
<i>Kehorytmiikkaa sisältävät harjoitukset</i>	3,59 1,35	4,08 1,14	4,07 1,02	2,21 1,15
<i>Improvisaatioharjoitukset</i>	3,69 1,40	4,54 0,75	4,04 1,35	2,33 0,87
<i>Äänimaisemat</i>	3,87 1,27	4,18 1,53	4,30 1,01	2,87 0,88

6.3 Yhteenvetoa

Vertaillen sekä kuoronjohtajilta että laulajilta saatua dataa keskenään, on selvää, että äänenavauksessa on useita eri elementtejä, mitä johtajan tulisi ottaa huomioon äänenavausta suunnitellessaan ja pitäessään. Luonnollisesti johtaja itse on tärkeä tekijä siihen, millainen äänenavaushetkestä lähtökohtaisesti muodostuu, mutta kaikki tekijät eivät ole yksin hänen käsissään. Johtajan on kuitenkin tärkeä ymmärtää, mitä hän on tekemässä ja miksi. Harjoitekohtaisilla selkeillä ohjeilla siitä mitä ollaan tekemässä, antamalla hyvä malli esimerkiksi pyydetystä laulutekniikasta sekä pitämällä yllä positiivista ilmapiiriä päästään jo pitkälle. Laulajat haluavat kokea kehittyvänsä ja oivaltavansa omasta instrumentistaan aina lisää. Mitä enemmän johtaja voi antaa laulajille spesifejä laulamiseen liittyviä vinkkejä, sitä parempi. Toisaalta johtajan on tärkeä pitää puhuminen sekä itse tekeminen tasapainossa. Laulajat haluavat lämmittää instrumentiaan, laulaa ja kehittää taitojaan tekemällä itse.

Äänenavauksen kokonaisuuden tulisi olla ”värikä”. Sen tulisi olla aidosti ääni-instrumenttia lämmittävä, mutta myös harjoittaa monipuolisesti erilaisia laulamissa tarvittavia asioita. Rutiininomaiset, tutut harjoitteet koetaan niin laulajien kuin johtajien parissa hyvinä instrumentin lämmittäjinä ja saavat haastavampiakin laulutekniikoita juurtumaan, kun samaa asiaa saa harjoitella monta kertaa. Toisaalta äänenavaukseen on välillä hyvä tuoda myös uusia harjoitteita. Äänenavauksen tulisi olla vaihteleva ja vaihtelevuuden tulisi näkyä niin itse harjoitekohtaisessa sisällössä vaihdellen esimerkiksi millä tavuilla tai sanoilla harjoitetta lauletaan, mutta myös äänenavauksen kokonaisuudessa vaihdellen monipuolisesti käytettäviä harjoitteita ja niiden järjestystä.

Laulajien vastauksista nousi esiin, että yksi keskeinen motivoiva tekijä äänenavauksessa on sen musiikillinen kiinnostavuus ja musikaaliset kokemukset. Kun harjoite tuntuu liittyvän musiointiin, yhteiseen tekemiseen ja taiteelliseen tavoitteeseen, se ei jää irralliseksi tekniseksi suoritukseksi. Musiikillista kiinnostavuutta voidaan rakentaa esimerkiksi valitsemalla kauniita melodioita, rytmisesti tai harmonisesti kiehtovia elementtejä, kiinnittämällä huomiota intonaatioon tai sointiin, tai tuomalla mukaan improvisaatiota ja luovaa yhdistelyä. Tällaiset elementit tukevat laulajien kokemusta äänenavauksen merkityksellisyydestä.

Äänenavaus tulisi rakentaa niin, että laulajat saavat onnistumisen kokemuksia. Kun esimerkiksi haluttu tekniikka kuvataan tarkasti ja päämäärä on selkeä, luodaan laulajille myös mahdollisuus tavoitella ja saavuttaa haluttu päämäärä. Laulajat pitävät siitä, että heitä haastetaan ja heiltä vaaditaan parempaa suoritusta. Tämä voi olla niin yksilölle ääniteknisesti haastavien

harjoitteiden tarjoamista, koko kuoron yhtenäisen soinnin tai rytmisen tarkkuuden hiomista tai muilta musiikillisilta elementeiltään niin haastavia harjoitteita, että se vaatii laulajaa keskittymään siihen, mitä hän on tekemässä. Liian haastavia harjoitteita ei ole kuitenkaan hyvä tehdä liian aikaisin, sillä se voi haitata ääni-instrumentin lämmittämistä ja tulevaa laulusuoritusta.

Datasta nousee esille sekä yksilökeskeinen että yhteisöllinen työskentelytapa. Laulajat toivovat äänenavaukseen, erityisesti sen alkupuolelle, tilaa tehdä harjoitteita ”itsenäisesti”. Johtaja voi antaa raamit toiminnalle, mutta useat laulajat pitävät siitä, jos he voivat muokata harjoitusta omiin tarpeisiinsa sopivaksi. Tällöin heidän on helpompi antaa omalle keholleen ja äänelleen sitä, mitä se kokee kaipaavansa kyseisessä hetkessä. Toisaalta äänenavaukselta toivottiin myös yhteisöllisyyttä. Eri kuoroissa yhteisöllisyys näkyi eri tavoin. Klassiseen musiikkiin painottuneessa kuorossa yhteisöllisyys näkyi siinä, miten sointia työstettiin yhdessä; rytmimusiikkiin painottuneissa kuoroissa yhteisöllisyys näkyi enemmän improvisaatiossa ja muuhun luovaan toimintaan painottuneessa tekemisessä, joissa tosin niissäkin saundi nostettiin usein esille.

Äänenavausta suunniteltaessa yksi tärkeimmistä tekijöistä on tiedostaa, millaiselle kuorolle äänenavausta ollaan pitämässä. Eri kuoroilla ja sen laulajilla on laulamisesta erilainen lähtötaso, jonka lisäksi tarpeet voivat olla hyvin erilaisia. Erittäin tärkeää on ymmärtää, minkälaista taidetta kuoro tekee ja tukea äänenavauksessa sen päämääriä.

Määrällisessä osiossa eri kuoroissa painottuivat erilaiset vastaukset siihen, miten motivoivina laulajat kokevat erilaiset äänenavausharjoitukset. Erot eivät kuitenkaan viittaa siihen, että jokin lähestymistapa olisi toista parempi tai huonompi, vaan ne pikemminkin heijastavat kuorojen erilaista kulttuuria ja musiikillisia lähtökohtia. Monesti rytmimusiikissa liikettä, rytmiä ja improvisaatiota pidetään tärkeinä osina musiikin tekemisessä, kun taas klassisen musiikin kuorokulttuurissa saatetaan korostaa valmiiksi sävelletyn musiikin hienovaraista tulkintaa ja täsmällistä toteutusta. Tämä musiikki-ihanne näyttää vaikuttavan kuorojen harjoituskäytäntöjen taustalla. Harjoitteiden vastaanotto kertoo ennen kaikkea myös siitä, miten tutuiksi ja merkitykselliseksi tietyt työtavat ovat kehittyneet osana kuoron arkea. Tekemäni kyselyn perusteella näyttää siltä, että rytmimusiikkiin painottuneet kuorot näyttävät nauttivan enemmän kehollisista, vuorovaikutteisista ja luovuutta korostavista harjoituksista. Klassisen musiikin vahva tekninen traditio puolestaan luo erilaiset odotukset ja tarpeet, joissa kehon ja äänen käyttöä lähestytään harkitummin ja usein yksilöllisemmin.

Kuutta erilaista muuttujaa vertailtaessa huomattiin, että laulajat kokivat äänenavauksen erittäin tärkeänä ja mittarit osoittivat kokonaisuudessaan myönteistä suhtautumista äänenavausta

kohtaan tutkimuksessa mukana olleissa kuoroissa. Tavoitetietoisuudessa oli parantamisen varaa, mikä kertoo siitä, ettei harjoitteiden perimmäinen tarkoitus aina välity laulajille asti. Harjoitteiden tekninen auki selittäminen jakaa kuitenkin mielipiteitä niin johtajissa kuin laulajissa. Laulajien kommentteista käy ilmi, että osa kokee motivoivana, mikäli johtaja kertoo harjoitteiden tavoitteiden avaamisesta, kun taas toiset haluavat äänenavauksen painottuvan voimakkaammin itse tekemiseen. Mahdollisesti toimiva tapa voisi siis olla, että johtaja avaisi silloin tällöin enemmän jotain spesifiä asiaa, muuten harjoitteiden välillä riittäisi lyhyt muistutus siitä, mitä ollaan tekemässä tai tavoittelemassa.

7 Pohdinta

Tämän tutkimuksen tavoitteena oli selvittää ja vertailla, millaisia käsityksiä kuoronjohtajilla ja kuorolaulajilla on motivoivasta ja onnistuneesta äänenavauksesta; missä määrin käsitykset ovat yhteneviä ja onko niissä löydettävissä ristiriitoja. Tutkimuskysymykset kohdistuivat toisaalta kuoronjohtajien käyttämiin toimintatapoihin ja niiden koettuun toimivuuteen, sekä laulajien näkemyksiin ja kokemuksiin siitä, mikä tekee äänenavauksesta motivoivan ja merkityksellisen. Aineisto tarjosi monipuolisen kuvan äänenavauksen merkityksestä osana kuoroharjoituksia ja sen tuloksissa oli yhteneväisyyttä aiemman, joskin niukan, tutkimuskirjallisuuden kanssa.

Tutkimuksen tulokset osoittavat, että motivoivan ja onnistuneen äänenavauksen käsitys rakentuu monista tekijöistä, joista keskeisimmät liittyvät kuoron erityispiirteisiin, harjoitusten pedagogiseen tavoitteellisuuteen, musiikilliseen kiinnostavuuteen sekä johtajan toimintaan. Tulokset korostavat äänenavauksen merkitystä paitsi lämmittelynä, myös laajempina monikerroksisena oppimisprosessina sekä yhteisöllisenä hetkenä.

Päällimmäisenä aineistosta nousee esiin, että eri kuorot ja eri laulajat näyttävät kokevan mielekkääksi erilaiset lähestymistavat. Laulajien henkilökohtaisesti eriävät toiveet luovat äänenavauksesta johtajalle varsinaisen tasapainoharjoituksen, jonka lähtökohdat muuttuvat päivän ja tilanteen mukaan. Tämän tutkimuksen tuloksissa havaittiin, että rytmimusiikin kuoroissa merkitykselliseksi koettiin improvisaation ja luovuuden hyödyntäminen, kun taas klassiseen musiikkiin painottuneessa kuorossa arvostettiin enemmän puhtaasti lauluteknisiin asioihin keskittymistä. Kuoronjohtajalla tulee olla kykyä tunnistaa, millaiselle ryhmälle äänenavausta ollaan pitämässä. Lähestymistavat tulee valita kohderyhmän ja viitekehyksen mukaan ja tämän ymmärtäminen on edellytys tarkoituksenmukaiselle ja motivoivalle äänenavaukselle. Tutkimusta, joka pureutuisi nimenomaan kuorojen erilaisuuteen ja siihen, mitkä toimintatavat palvelevat erilaisia kohderyhmiä, tarvittaisiin enemmän.

Mielenkiintoista on kuitenkin myös se, että kysyin johtajilta pitämieni haastattelujen alussa, minkä asian he kokivat kuoromusiikin kentällä erityiseksi intohimon kohteekseen ja kaikkien kuorojen kohdalla vaikutti nousevan esiin kiinnostava ilmiö: se, mihin johtaja suhtautui itse intohimoisesti, heijastui suoraan siihen, mitä kuorolaiset näyttivät pitävän erityisen motivoivana äänenavauksessa. Saagan kiinnostus sointiin ja kehollisuuteen näkyi selvästi Soivan Sundenkorenon vastauksissa, samoin Kiian kiinnostus rytmimusiikkiin ja improvisaatioon heijastui Kettukuoron vastauksissa improvisaatioon ja yhteiseen tekemiseen liittyvänä innostuksena.

Laura mainitsi omaksi intohimokseen laulajien luovan toimijuuden tukemisen, mikä näkyi Lau-lavien Lintujen vastauksissa haluna osallistua, luoda ja inspiroitua toisistaan. Nämä esimerkit vaikuttavan kertovan tarinaa siitä, että johtajan oma intohimo on tarttuvaa ja luo pohjaa koko kuoron motivaatiolle.

Minulla oli ilo saada tutkimukseeni kuoroja, joiden laulajat johtajineen kokivat äänenavauksen merkityksellisenä ja hyödyllisenä. Uskon, että yllä kuvatun ilmiön avulla jokaisen johtajan on mahdollista vahvistaa äänenavauksen asemaa inspiroivana tuokiona ja kehittymisen välineenä kuorosta riippumatta – mutta vain, jos johtaja itse kokee äänenavauksen aidosti merkitykselliseksi.

Uskonkin, että äänenavauksen kehittämisen yksi tärkeimmistä tekijöistä on johtajan kyky itse-reflektioon. Johtajan olisi tärkeää pysähtyä tarkastelemaan omaa toimintaansa rehellisesti ja miettiä, painottaako hän äänenavauksessa esimerkiksi jotain osa-aluetta liikaa siksi, että se tuntuu itselle helpolta. Johtajan rohkeus kohdata oman osaamisen rajallisuus sekä halu oppia uutta, voivat avata uusia mahdollisuuksia itsensä ja koko kuoron kehitykselle. Kuorot ovat usein laaja-alaisia yhteisöjä ja laulajien riveistä saattaa välillä löytyä yllättävääkin potentiaalia. Näiden taitojen näkyväksi tekeminen ja hyödyntäminen voivat paitsi tuoda äänenavaukseen uusia ulottuvuuksia, myös vahvistaa yhteisöllisyyttä ihmisten tullessa nähdyiksi ja kuulluiksi omine vahvuuksineen.

Tutkimusaineistosta pystyi havaitsemaan selvän yhteyden esiteltyihin äänenavausmalleihin. Kuoronjohtajien ja laulajien kuvaamat äänenavaukset noudattivat rakenteeltaan samoja periaatteita kuin Smithin ja Sataloffin (2013), Durrantin (2003), Koistisen (2003) ja Sköldin (Savimäki, 2017) mallit, joissa äänenavaus eteni usein kehoa herättelevistä ja hengitystä aktivoivista harjoituksista kohti laajempaa äänenkäyttöä. Tämä asteittain etenevä rakenne ”pienestä suureen” näkyi niin dynamiikan, rekistereiden ja tehtävien vaativuuden kasvussa äänenavauksen edetessä vahvistaen tutkimuksen alkuoletusta äänenavauksen pedagogisesta rakenteellisuudesta. Tutkimukseni tulosten mukaan äänenavauksen ensisijainen tavoite tulisi aina olla se, että laulajan ääni todella lämpiää, vapautuu ja kirkastuu. Tätä tavoitetta kohti kulkiessa on kuitenkin mahdollista pitää rinnalla myös muita tavoitteita.

Tutkimus osoitti, että äänenavauksen koettu hyödyllisyys liittyi erityisesti kokemukseen siitä, että harjoitteet oli valittu juuri kyseisen päivän tarpeisiin ja siinä nähtiin selkeitä yhtymäkohtia ohjelmistoon. Kun äänenavauksessa huomioidaan tulevan harjoituksen teemat ja ohjelmiston erityispiirteet, syntyy johdonmukainen pedagoginen kokonaisuus, joka on perusteltu

useammastakin näkökulmasta. Kun ohjelmistossa tarvittavia työkaluja opetetaan laulajille jo ennakkoon, säästää se johtajan aikaa myöhemmässä harjoitusvaiheessa. Pidemmän aikavälin tavoitteet tuovat myös enemmän toistoa ja saavat harjoiteltavat asiat juurtumaan tekemiseen paremmin. Lisäksi laulajien on helpompi saavuttaa yksittäisiä haluttuja asioita ohjelmistosta irrallaan, mikä tuo selkeyttä harjoittamiseen. Kun äänenavauksen pedagogiset tavoitteet nousevat ohjelmiston tarpeista, lisää se myös merkityksellisyyden kokemusta laulajille, joka on merkittävä motivaatiotekijä. Uskon, että kun laulajat kokevat, että heidän aikaansa arvostetaan eivätkä he saavu paikalle ”turhaan”, vahvistaa se heidän haluaan sitoutua toimintaan. Ohjelmiston temaattisia asioita hyödyntäessä on myös mahdollista lisätä laulajien yleisesti kokemaa mielenkiintoa äänenavausta kohtaan, sillä ohjelmistosta nousevien elementtien hyödyntäminen tukee jo itsessään vaihtelevan äänenavauksen rakentamista pidemmällä aikavälillä.

Richard A. Stamerin (2009) tutkimuksessa kuorolaisten tehokkaimmiksi kokemista motivaatiostrategioista nousivat esiin opettajan antama huomio ja palaute sekä kiinnostuksen herättäminen, jota koettiin sisällöllisesti mielekkään ohjelmiston työstämisessä. Nämä löydökset heijastuivat myös oman tutkimukseni tuloksissa laulajien toivoessa selkeitä ja konkreettisia lauluvinkkejä sekä musiikillisesti mielekkäitä harjoitteita. Musiikillisesti mielenkiintoiset harjoitteet eivät välttämättä vaatineet aina monimutkaisia ulottuvuuksia, vaan mielekkääksi saatettiin kokea esimerkiksi harvinaisempi intervallihyppy tai sävelkulultaan yllättävä arpeggio tavanomaisen duurikolmisoinnun sijasta. Harjoitteilta kaivattiin musiikillista sisältöä ja esimerkiksi lyhyet melodian katkelmat herättelevät laulajia kiinnittämään huomiota sanoilla laulamisen lisäksi myös fraseeraukseen ja ilmaisuun. Monet laulajat kokivat erityisen mielekkäänä sen, kun harjoitteessa yhdistyi useampi hieman haastavampi elementti, ja laulaja joutui haastamaan itseään ja keskittymään enemmän onnistuakseen. Tällöin harjoitteet eivät tuntuneet vain irrallisilta harjoitteilta, vaan aidolta musiikin tekemiseltä. Samaan aikaan tulee kuitenkin muistaa, ettei äänenavauksessa tule tehdä liian vaikeita asioita. Laulajat kokivat äänellisesti liian haastavien harjoitteiden tekemisen liian aikaisin aiheuttavan äänielimistön jännittymistä tavoitteena olevan äänen vapautumisen sijasta.

Laulajat toivoivat äänenavaukselta sekä rutiinien hyödyntämistä että vaihtelevuutta. Uskon, että musiikillisesti mielenkiintoista ja samaan aikaan sekä rutiineihin että vaihtelevuuteen rakentavaa äänenavausta olisi mahdollista lähestyä pidemmän punaisen langan rakentamisen keinoin. Sen sijaan, että johtaja vain varioisi tekemiään harjoitteita, niistä voisi olla mahdollista rakentaa useammalle harjoituskerralle ylettyvää kehittyvää musiikillista kokonaisuutta. Liikkeelle voisi lähteä yhdestä elementistä ja kun se on saatu haltuun, rinnalle voisi ottaa toisen elementin ja

myöhemmin kolmannen ja neljännen. Kehittyvää kokonaisuutta olisi mahdollista rakentaa myös kuoroa sosiaalisena instrumenttina hyödyntäen, inspiroituen siitä, mitä joku laulaja rivissä tekee ja kuljettaen parhaimpia paloja edelleen mukana myös seuraaville kerroille. Musiikillisesti pitkälle ja mielenkiintoiseksi kehittynyttä kokonaisuutta voisi parhaassa tapauksessa olla jopa mahdollista hyödyntää osana konserttikokonaisuutta.

Colin Durrantin (2000) tutkimuksen mukaan kuoronjohtajan positiivinen, osaava ja kannustava asenne on keskeinen houkuttelevan kuoroharjoituksen elementti. Hänen mukaansa johtajan ihmissuhdetaitoja ja auktoriteettia vahvistaa se, että johtaja tietää mitä on tekemässä. Tutkimukseni tulokset tukivat väitettä. Laulajat kokivat, ettei heille tarvinnut perustella kaikkea mitä johtaja on tekemässä, mutta tietotaidon täytyi silti olla aistittavissa. Lisäksi Durrant (2000) havaitsi, että eri kuoroissa on merkittävästi erilaisia harjoitusstrategioita. Myös tämä tulos oli yhteneväinen oman tutkimukseni kanssa ja nousi esiin niin tutkimukseni laadullisessa kuin määrällisessä osiossa.

Tutkimustulokseni korostavat johtajan roolin merkitystä motivoivan äänenavauksen toteuttamisessa. Sekä johtajat että laulajat nostavat esiin ohjeistuksen merkityksen. Laulajat toivovat oppivansa uutta ja he haluavat johtajalta ammattitaitoista ja konkreettista ohjeistusta siihen, mitä he voivat tehdä paremmin ja siten kehittyä laulajina.

Se, että johtaja reagoi harjoitteiden aikana kuulemaansa ja ohjaa laulajia kohti parempaa ja yhtenäisempää suoritusta, kertoo arvostuksesta laulajia kohtaan ja osoittaa konkreettisella tasolla koko kuoron työskentelevän yhdessä kohti samoja päämääriä. Yksittäisten laulajien panoksen huomioiminen lisää tunnetta, että hän on tärkeä osa kokonaisuutta lisäten kokemusta yhteisöllisestä työskentelystä ja vahvistaen laulajien sitoutumista toimintaan. Mikäli laulajat ymmärtävät, mitä tavoitteita kohti harjoitteissa on tarkoitus pyrkiä, saattaa se lisätä heidän motivaatiotaan. Muutamalla sanalla tavoitteen mainitseminen silloin tällöin ei juuri vie aikaa arvokkaalta harjoitusajalta, mutta saattaa vaikuttaa merkittävästi laulajien motivaatioon ponnistella kohti konkreettisia tavoitteita. Johtajan on kuitenkin tärkeää kiinnittää huomiota siihen, että puheen ja toiminnan suhde pysyy tasapainossa.

Ryanin ja Decin (2000) itsemääräämisteorian mukaan motivaatio rakentuu kokemuksista, jotka tukevat autonomiaa, pätevyyttä ja yhteisöllisyyttä. Tämä teoria näkyi selvästi laulajien vastauksissa haluna vaikuttaa ja muokata äänenavausharjoitteita omiin tarpeisiin sopiviksi, kehittyä laulajina sekä kokea kuuluvansa osaksi ryhmää. Tutkimuksen tulokset toivat esiin äänenavauksen kaksijakoisen luonteen sekä yksilöön että yhteisöön keskittyvänä hetkenä. Useat laulajat

ilmaisivat tarpeen saada äänenavauksessa omaa tilaa, jolloin he voivat keskittyä oman äänen ja kehon havainnointiin tehden harjoitteita yksilöllisesti soveltaen. Luontevia paikkoja tälle nähtiin niin äänenavauksen alkuvaiheessa kuin myöhemmin improvisoinnin yhteydessä. Samanaikaisesti aineistossa korostui kuoron sosiaalinen ulottuvuus. Tämä näkyi erityisesti kuoron yhteisointiin ja sointiväriin liittyvänä ”saundin hiomisena”, jota en ollut osannut ennakoida tutkimusvaiheessa, ja joka nousi keskeiseksi motivaatiotekijäksi kaikissa kuoroissa. Tämä kertoo siitä, että äänenavaus on tiiviisti sidoksissa kuoron taiteellisiin tavoitteisiin. Lisäksi sosiaalinen ulottuvuus näkyi siinä, että osassa kuoroista vuorovaikutteiset harjoitteet nähtiin erityisen merkityksellisinä ja innostavina. Laulajat kokivat vuorovaikutuksen lisäävän harjoitteiden mielekkyyttä, kohottavan ryhmän sisäistä ilmapiiriä sekä lisäävän yhteenkuuluvuuden tunnetta. Toisaalta myös Ecclesin (1983) odotusarvoteorian mukaiset motivaatiotekijät, kuten kiinnostus-, hyödyllisyys- ja tärkeysarvo sekä emotionaaliset kustannukset, olivat havaittavissa aineistossa ja emotionaaliset kustannukset näkyivät erityisesti heittäytymistä ja improvisaatiota vaativien harjoitusten näyttäytymisenä osalle laulajista vaativana ja epävarmuutta herättävänä.

Hyvällä yhteishengellä varustettu kuoro kannattaa jäseniään ja siivittää teoriataustaan nojaten myös taiteellisesti laadukkaaseen lopputulokseen. Turvallisessa ja avoimessa ilmapiirissä laulajat rentoutuvat ja jännityksestä vapaat kehot tuottavat luonnollisemman ja vapaamman äänen. Kun jokaisen yksilön äänellä on tila soida vapaasti, koko kuoron yhteisoinnista tulee eheä ja resonanssiltaan rikas.

Tulosten perusteella voidaan todeta, että äänenavaus on paljon enemmän kuin vain äänen lämmittelyä. Se on pedagoginen ja yhteisöllinen työkalu, joka voi toimia sekä oppimisen että ryhmähengen vahvistajana. Tutkimus tuo esiin, ettei täydellistä äänenavausta voida tuskin koskaan saavuttaa, sillä jokainen kuoro, jokainen laulaja ja jokainen johtaja on erilainen. He kaipaavat ja haluavat painottaa toiminnassaan hieman eri asioita. Tutkimus antaa kuitenkin monipuolisia suuntaviivoja sille, mitä äänenavauksessa on mahdollista tehdä ja ottaa huomioon, jos on valmis tarkastelemaan äänenavausta suurempana kokonaisuutena, mahdollisuutena ja laaja-alaisena työkaluna.

Tämän tutkimuksen yleistettävyydessä on omat rajoituksensa, sillä jokaisella johtajalla on suuri merkitys siihen, mitä kuoroharjoituksissa todella tapahtuu, jonka lisäksi jokainen kuoron jäsen tuo sosiaaliseen instrumenttiin oman panoksensa. Tämä lähtökohta tekee jokaisesta kuorosta uniikin. On myös huomioitava, että mukana olleet kuorot olivat taiteellisesti korkeatasoisia ja kaikki kyselylomakkeeseen vastanneet laulajat olivat käytännössä pitkän linjan kokeneita

musiikin harrastajia. Niinpä aloittelijoiden parissa tai amatööritason kuoroissa tulokset saattaisivat painottua eri tavalla ja esimerkiksi musiikillisen vaatimustason merkitys tai käytettyjen harjoitteiden mielekkyys voisivat ilmetä eri tavoin. Tuloksia ei voi myöskään yleistää ammatikuoroihin, sillä vaikka kuorojen taiteellinen taso oli korkea, eivät laulajat silti laulaneet kuorossa ammatikseen ja on luultavaa, että tuloksissa olisi merkittäviä eroavaisuuksia näitä vertailtaessa. Erityisesti määrällistä dataa tarkastellessa on hyvä huomioida, että tulokset ovat kuorokohtaisia ja kuorokohtaiset vastaukset eroavat merkittävästi myös tämän tutkimuksen sisällä. Sen sijaan laadullisen aineiston pohjalta esiin nousseet teemat, kuten vuorovaikutus, kehittyminen ja mielekäs sisältö, ovat kerätty johtajien laaja-alaisista pohdinnoista sekä isosta aineistosta yksittäisten laulajien henkilökohtaisesti tärkeiksi kokemista teemoista. Näiden tulosten voidaan ajatella pätevän yleisemminkin ja olla siten yleistettävissä laajemmin myös muihin kuoro-yhteisöihin.

Kaiken kaikkiaan tämä tutkimus toimii avauksena kuorojen äänenavauksen tarkastelulle motivaation näkökulmasta. Tutkimus osoittaa, että äänenavaus voidaan nähdä niin mahdollisuutena rakentaa sekä yksilön että yhteisön motivaatiota, kuin työkaluna tukea koko kuoron kokonaisvaltaista kehitystä. Näitä näkökulmia tarkentamalla voidaan luoda entistä mielekkäämpiä, sitouttavampia ja pedagogisesti tietoisempia kuoroharjoituksia.

7.1 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Tämä tutkimuksen tekemisessä on noudatettu Tutkimuseettisen neuvottelukunnan hyvän tieteellisen käytännön peruseriaatteita, joita ovat luotettavuus, rehellisyys, arvostus ja vastuunkanto (TENK, 2023, s. 11). Tutkimukseen osallistuneilta on pyydetty suostumus, heillä on ollut mahdollista keskeyttää tutkimukseen osallistuminen milloin tahansa ja aineiston käsittely on ollut alusta saakka anonyymia niin, etteivät edes osallistuneet kuorot tiedä, keitä muut tutkimukseen osallistuneet kuorot ovat.

Vilkan (2015) mukaan tieteellisen tutkimuksen arvioinnissa tutkimuksen pätevyys ja luotettavuus ovat keskeisiä tekijöitä, jotka vaikuttavat tutkimustulosten yleistettävyyteen. Määrällisessä ja laadullisessa tutkimuksessa näitä tarkastellaan hieman eri tavoin. Määrällisessä tutkimuksessa pätevyys eli validiteetti tarkoittaa sitä, mittaako tutkimusmenetelmä todella sitä, mitä on tarkoitus mitata, eli toisin sanoen ymmärsivätkö vastaajat kysymykset samoin kuin tutkijat ne tarkoitti, vääristyivätkö tulokset vastaajien omien tulkintojen seurauksena tai oliko mittareissa muita ongelmia. Luotettavuus eli reliabiliteetti taas viittaa tulosten toistettavuuteen ja

tarkkuuteen. Mittaustulosten tulisi olla toistettavissa eikä mittaus saisi antaa sattumanvaraisia tuloksia, vaikka tutkija vaihtuisi. Määrällisen tutkimuksen tulokset ovat aina sidoksissa tutkittavaan aikaan ja paikkaan, eikä niitä tule yleistää muihin konteksteihin kuten toiseen aikakauden tai yhteiskuntaan (Vilkkä, 2015, s. 193–194).

Kuorolaisten kyselylomaketta laatiessani pyrin tekemään siitä selkeä ja yksiselitteisen jokaiselle vastaajalle ja luetutin lomakkeen usealla henkilöllä muokaten sitä saadun palautteen perusteella. Tästä huolimatta mukaan jäi epäselviä ja monitulkintaisia kohtia, jotka ovat saattaneet aiheuttaa tulkintavaihtelua vastaajien kesken. Esimerkiksi eräs kuorolainen tiedusteli, viitaanko kysymyksissä nykyiseen vai myös aiempiin kuorokokemuksiin. Myös lomakkeen harjoitetyypit, kuten ”improvisaatioharjoitukset” ja ”vuorovaikutusta sisältävät harjoitukset” jäivät määrittelemättä kuorolaisille tarkemmin, jolloin vastaajat joutuivat itse arvioimaan, mitä niillä tarkoitettiin, mikä on voinut heikentää vastausten vertailtavuutta ja tarkkuutta. Sointiin liittyviä harjoitteita olisi ollut hyödyllistä käsitellä tarkemmin, sillä sointi nousi merkittäväksi teemaksi sekä laulajien että johtajien vastauksissa. Lisäksi useiden harjoitustyypien kohdalla vähintään yksi vastaaja ilmoitti, ettei ollut tehnyt kyseisiä harjoitteita lainkaan, mikä viittaa siihen, etteivät kaikki tulkinneet väittämiä samalla tavalla, jolloin saadut lukuarvot eivät täysin heijasta todellisuutta. Esimerkiksi äänen viritusharjoituksilla tarkoitetaan lempeästi ääntä avaavia päivän ensimmäisiä ääniharjoitteita, joita tehdään käytännössä jokaisessa kuorossa. Yhteensä viisi laulajaa vastasi, etteivät kuitenkaan olleet tehneet niitä lainkaan, mikä viittaa kysymyksen epäselvyyteen. Tulevissa tutkimuksissa on tärkeää määritellä keskeiset käsitteet huolellisesti ja varmistaa, että kaikki vastaajat ymmärtävät ne samalla tavalla. Lisäksi Likertin asteikko (1–5) saattoi altistaa miellyttämismisvoinumalle ja vastaajat ovat saattaneet antaa myönteisempiä vastauksia oman kuoron tai kuoronjohtajan eduksi, vaikka kysely toteutettiin anonyymisti. Suurin osa vastaajista oli musiikin ammattilaisia, eri musiikin ammatteihin tähtääviä opiskelijoita tai vähintään pitkän kuorotaustan omaavia laulajia, joten onkin syytä pohtia, missä määrin vastaajat vastasivat sen mukaan, miltä heistä aidosti tuntui ja missä määrin sen mukaan, minkä he tiesivät ”oikeaksi” vastaukseksi. Kuorovuosia kysyttäessä valmiiden vastausvaihtoehtojen (esim. 1–3 vuotta) sijaan olisi myös ollut parempi pyytää tarkkaa lukua ja ryhmitellä vastaukset vasta analyysivaiheessa ja toisaalta aiempaa musiikillista taustaa kysyttäessä valmiiksi mietityt monivalinnat olisivat olleet avoimia kysymyksiä yksiselitteisempi tapa ymmärtää vastaajia isompana joukkona. Kysymys ”Kuinka usein osallistut äänenavauksiin?” oli tarkoitettu mittaamaan kuorolaisten motivaatiota osallistua äänenavauksiin. Jälkikäteen ajatellen tavoite olisi saavutettu tehokkaammin kysymällä ”Kuinka usein myöhästyit äänenavauksista?”, jolloin olisi

saatu tarkempi käsitys äänenavausten välttelemisestä ja mahdollisesti havaittu piileviä ongelmakohtia kuoron toiminnassa.

Vilkan (2015) mukaan laadullisessa tutkimuksessa tutkimuksen yleistäminen tehdään aina tulkinnasta eikä tutkimusaineistosta. Tulkinnalla tarkoitetaan tutkijan, tutkimusaineiston ja teorian välisen vuoropuhelun tulosta. Mikäli tutkimuksen tulokset nousevat tematisoidusta kokonaisuudesta, tutkimuksen voidaan sanoa olevan pätevä ja yleistettävissä. Laadullisessa tutkimuksessa luotettavuus perustuu tutkijan kykyyn tulkita aineistoa niin, että se vastaa tutkittavien näkökulmaa. Koska jokainen tutkimus on ainutlaatuinen, niiden täydellinen toistaminen ei ole mahdollista ja eri tutkijat voivat päätyä eri tulkintoihin samasta aineistosta. Tutkijan oma rooli ja valintojen kriittinen tarkastelu ovat keskeisiä luotettavuuden kannalta (Vilka, 2015, s. 195–197).

Haastattelujen toteutus Zoomin välityksellä toi mukanaan etujen lisäksi myös haasteita, jotka saattoivat vaikuttaa aineiston luotettavuuteen. Etäympäristö voi tuntua epäluonnolliselta ja heikentää vuorovaikutuksen syvyyttä haastaen elekielen ja äänensävyjen nyanssien havainnointia puolin ja toisin itse haastattelutilanteessa. Myös nettiyhteyden katkeamiset häiritsivät ajatuskulkua joissain kohdissa. Kokemattomuuteni haastattelijana vaikutti myös aineiston keruuseen: haastattelun ohjaaminen, tutkimuskysymysten selkeä esittäminen, vastausten syvälinen ymmärtäminen hetkessä sekä keskustelun fokuoiminen vaativat vielä harjoittelua. Fenomenografisen tutkimuksen lähtökohtiin kuuluu avoimuus ja tutkijan herkkyyys haastattelutilanteessa (Niikko, 2003, s. 31), mutta välillä innostuessani saatoinkin kommentoida kuulemaani, mikä saattoi katkaista haastateltavan ajatusprosessin. Lisäksi esittämäni kysymykset olisivat voineet olla paikoin väljempiä, mikä olisi mahdollistanut haastateltaville enemmän tilaa kommentoida äänenavausta ilmiönä vielä laajemmin. Koin myös, että haastateltavan innostaminen puhumaan ja läsnäolon tunne olivat haastavampia saavuttaa etäyhteydessä kuin kasvokkain. Toisaalta videoiden ja litteroidun aineiston avulla haastatteluhetkiin oli helppo palata ja koen ymmärtäneeni haasteltaviani hyvin ja nähneeni lukemaani teoriataustaa heidän konkreettisesti työssään. Tutkimusaihe on ollut minulle henkilökohtaisesti tärkeä ja lähellä sydäntä jo pitkään ja näen, että intohimoni ihmisläheiseen toimintaan ja kuorotyöhön on heijastunut erityisesti kuoronjohtajille suunnattujen kysymysten muotoiluun. Tutkimusprosessi on kuitenkin kestänyt usean vuoden ajan ja koen sen myötä kasvaneeni tutkijana. Mitä pidemmälle työ on edennyt, sitä objektiivisemmaksi ja analyttisemmaksi olen pystynyt tarkastelussani asettumaan.

Vilkka (2015) kertoo, että kun tutkimuksen validiteetti ja reliabiliteetti yhdistetään, puhutaan tutkimuksen kokonaisluotettavuudesta. Kokonaisluotettavuus on hyvä, mikäli mittaustuloksessa on mahdollisimman vähän satunnaisuutta ja tutkittavat henkilöt edustavat perusjoukkoa (Vilkka, 2015, s. 194). Kyselyyn osallistuneiden edustavuus oli pääosin hyvä. Mukana oli useampi tasokas kuoro ja laulajien ikäjakauma vastasi hyvin alkuperäistä tavoitetta. Vaikka yhden kuoron tenorit eivät vastanneet lainkaan, oli aineiston kattavuus laaja pro gradu tasoiselle tutkimukselle. Kaikki haastattelemani kuoronjohtajat olivat naishenkilöitä ja jo useamman vuoden ammatissa olleita. Jatkossa sekä eri sukupuolten että eri uravaiheissa olevien johtajien vertailu voisi tuottaa arvokasta lisätietoa. Tutkimuksen aineistonkeruu toteutettiin alkukeväästä 2023, mikä oli ajankohtana otollinen. Uudet laulajat olivat ehtineet asettua kuoron toimintaan, arki oli vakiintunutta ja kevätkonserttien paine oli vielä edessäpäin, joten aikaa tutkimukselle oli enemmän.

Vilkan ja Mankin (2024) mukaan monimenetelmä tutkimuksessa aineistojen välille voi syntyä epätasapaino. Heidän mukaansa aineistoille on tavoitteena antaa yhtäläinen painoarvo, mutta määrällinen epäsuhtaisuus voi muodostua ongelmaksi ja vääristää tuloksia (Vilkka & Mankki, 2024, s. 63). Tämän tutkimuksen yhteydessä olen tehnyt ensimmäistä kertaa tutkimusta, jossa olen hyödyntänyt sekä määrällisen että laadullisen tutkimuksen menetelmiä. Koska johtajia oli määrällisesti vähemmän ja oletin heidän pohtineen äänenavaukseen liittyviä kysymyksiä enemmän kuin keskiverto kuorolainen, halusin antaa heidän äänelleen tilaa. Kuorolaisia ollessa määrällisesti paljon enemmän, toivoin pääseväni tarkastelemaan heitä yhtenä kokonaisuutena paremmin kyselylomaketta hyödyntämällä, mikä antaisi heidän näkökulmilleen enemmän painoarvoa. Aineistojen ollessa hyvin erilaiset ja laajat, olen kokenut erityisesti analyysin alkuvaiheessa vaikeaksi rajata aineistot vastaamaan tutkimuskysymyksiini sekä saada aineistot aidosti keskustelemaan keskenään ja puhumaan samoista asioista eri näkökulmista. Koen kuitenkin saavuttaneeni onnistuneen lopputuloksen, jossa aineistot ja tulokset tukevat toinen toisiansa.

Kaiken kaikkiaan aineiston ollessa erittäin laaja ja minun tehdessä ensimmäistä kertaa tämänkaltaista tutkimusta, on mukaan mahtunut varmasti virheitä, jotka olen jo huomannut ja korjannut, sekä virheitä, jotka ovat jääneet minulta huomaamatta. Toivon kuitenkin, että aineistosta johdetuilla johtopäätöksillä olisi aitoa merkitystä sille, miten tulevaisuudessa äänenavaukseen suhtaudumme.

Valintakriteerien toimivuutta, aineiston sopivuutta ja edustavuutta tulee arvioida suhteessa tutkimusongelmaan ja tavoitteisiin (Vilkka, 2015, s. 151). Tämän tutkimuksen tavoitteena oli

tarjota päänavaus suomalaisen kuorokentän äänenavauskäytännöistä, kartoittaa laulajien motivaatiota, tunnistaa toimivia ja kehitettäviä osa-alueita sekä hahmotella, millaista lisätutkimusta aihe vaatisi. Koen tutkimuksen vastanneen näihin tavoitteisiin hyvin.

7.2 Jatkotutkimusaiheita

Kuorojen äänenavaus on tutkimusalue, johon mahtuisi reippaasti lisätutkimusta. Päälinjaksi aineistosta nousee esille, että kuoronjohtajien koulutuksessa annetaan niukasti konkreettisia työkaluja ryhmän äänenkäytön perusteelliseen opettamiseen. Tarvetta olisi erityisesti käytännönläheiselle, ryhmämuotoista laulopedagogiikkaa käsittelevälle tiedolle. Monet kokevat toimivansa äänenavauksen suhteen osittain mututuntumalla ja toivovat lisää tietoa ja toimiviksi todettuja käytäntöjä tuekseen. Erityisen arvokasta tietoa kentälle tuottaisi toimintatutkimus, jossa äänenavausten ja sen erilaisten harjoitusten vaikutuksia kuorossa seurattaisiin ja mitattaisiin käytännössä tarkastellen samalla, miten ne vaikuttavat laulajien sitoutumiseen, läsnäoloon ja osallistumiseen, ryhmädynamiikkaan sekä musiikilliseen laatuun.

Tässä tutkimuksessa tarkastelun alla olivat korkeatasoiset harrastelijakuorot, mutta kiinnostavaa olisi tehdä laajempi vertaileva tutkimus ja selvittää erityyppisten kuorojen eroja ja tarpeita. Millaiset erot äänenavauskäytännöissä palvelisivat parhaiten amatöörikuoroa tai vastaavasti ammattitason laulajista koostuvaa kuoroa? Millä tavoin kannattaisi motivoida lapsikuoroa, entäpä nuorten, aikuisten tai ikäihmisten kuoroa? Stamerin tutkimuksessa (2009) tuli ilmi eroja eri ikäisten opiskelijoiden motivaatiotekijöissä ja kiinnostava olisi myös pitkittäistutkimus siitä, miten laulajien motivaatio äänenavausta kohtaan saattaa muuttua ajan kuluessa.

Kiintoisaa olisi myös tutkia millaiset harjoitukset palvelisivat parhaiten klassista musiikkia, kevyttä musiikkia tai maailman musiikkia laulavaa kuoroa? Millainen olisi optimaalisin harjoituskokonaisuus ennen tavallista viikkoharjoitusta, leiriviikonloppua tai konserttia? Entä millainen äänenavaus palvelee parhaiten koko päivän kestäväää äänityssessiosta, joka on äänellisesti hyvin haastava ja vaatii jokaiselta herpaantumaton keskittymiskykyä koko äänitysten ajan?

Miten tulisi lähestyä kuoroa, joka on vasta aloittanut toimintansa, tai pystyisikö tietynlaista harjoitusmallia hyödyntämällä osoittamaan, että sen avulla johtamaansa kuoron tasoa voi aidosti nostaa seuraavalle tasolle? Erityisen kiinnostavaa olisi lukea tutkimuksesta, joka pureutuisi siihen, tulisiko jatkossa harjoitusten rakennetta viedä enemmän pois ”ensin äänenavaus, sitten varsinaiset kappaleet” -tyyppisestä ajatusmaailmasta ja suunnata huomiota enemmän siihen,

että osaisimme johtajina antaa oikeanlaisia äänityökaluja ja -harjoituksia silloin, kun kappaletta työstettäessä kohtaamme kohdan, mikä ei ihan vielä toimi halutulla tavalla.

Kokonaan oma keskustelunsa olisi myös se, millaista äänenhuoltoa ja harjoituskokonaisuutta olisi hyvä käyttää kouluissa tapahtuvassa luokkaopetuksessa, jossa aikaa tähän tarkoitukseen on usein käytössä rajatummin kuin varsinaisessa kuorotoiminnassa. Millaiset harjoitteet palvelisivat parhaiten hälyisässä luokkaympäristössä, jossa motivaatio itse tekemistä kohtaan voi helposti olla moninaisempi, kuin harrastuksen parissa, jonka paikalla olevat ihmiset ovat itse valinneet?

Kaiken kaikkiaan Suomessa, mutta myös muualla maailmassa, kuorossa laulaminen on monelle paitsi rakas harrastus myös olennainen osa arkea. Työtunteina laskettuna äänenavauksiin käytetty aika on vuositasolla tarkasteltuna valtaisa. Ei siis ole vähäpätöistä, miten tämän ajan hyödynnämme. Tutkimusta kuorojen äänenavauksista tarvitaan enemmän, sillä yhteinen, kallisarvoinen aika ansaitsee tulla käytetyksi viisaasti ja sen tarkoituksenmukainen hyödyntäminen palvelee niin johtajia kuin laulajiakin.

Lähteet

- Adams, K. (2019). Choral configuration: An overview of research and implications for the choral music educator. *Update: Applications of Research in Music Education*, 37(2), 24–29. <https://doi.org/10.1177/8755123318783526>
- Ahonen, R. & Lohtaja-Ahonen, S. (2011). *Palaute kuuluu kaikille*. Helsinki: Infor.
- Alastalo, M. (2005). *Tutkimushaastattelun historia yhteiskuntatieteissä*. Tampere: Vastapaino.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215. [https://doi.org/10.1016/0146-6402\(78\)90002-4](https://doi.org/10.1016/0146-6402(78)90002-4)
- Chi-yue, C., Hong, Y. & Dweck, C. S. (1997). Lay disposition and implicit theories of personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 19–30. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.1.19>
- Csikszentmihalyi, M. (1991). *Flow: The psychology of optimal experience*. New York, NY: Harper Perennial.
- Daugherty, J. F. (1999). Spacing, formation and choral sound: Preferences and perceptions of auditors and choristers. *Journal of Research in Music Education*, 47(3), 224–238. <https://doi.org/10.2307/3345781>
- Diener, C. I. & Dweck, C. S. (1978). An analysis of learned helplessness: Continuous changes in performance, orientation, and achievement cognitions following failure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 36, 451–462. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.36.5.451>
- Durrant, C. (2000). Making choral rehearsing seductive: Implications for practice and choral education. *Research Studies in Music Education*, 15(1), 40–49. <https://doi.org/10.1177/1321103X0001500106>
- Durrant, C. (2003). *Choral conducting: Philosophy and practice*. New York, NY: Routledge.
- Dweck, C. S. (1986). Motivational processes affecting learning. *American Psychologist*, 41, 1040–1048. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.41.10.1040>
- Dweck, C. S. (2000). *Self-theories – Their role in motivation, personality and development*. New York, NY: Psychology Press.
- Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The new psychology of success*. New York, NY: Ballantine Books.
- Dweck, C. S. (2016). *Mindset: Menestymisen psykologia*. Helsinki: Viisas elämä.
- Eccles, J. S., Adler, T. F., Futterman, R., Goff, S. B., Kaczala, C. M. Meece, J. L. & Midgley, C. (1983). Expectancies, values, and academic behaviors. Teoksessa J. T. Spence (toim.), *Achievement and achievement motivation* (s. 75–146). San Fransisco, CA: W. H. Freeman.

- Elliot, A. J. & Harakiewicz, J. M. (1996). Approach and avoidance achievement goals and intrinsic motivation: A mediational analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 461–475. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.3.461>
- Freer, P. K. (2009). Boys' descriptions of their experiences in choral music. *Research Studies in Music Education*, 31(2), 142–160. <https://doi.org/10.1177/1321103X09344382>
- Gall, M. D., Gall, J. P & Borg, W. R. (2007). *Educational research: An introduction* (8. uud. p.). Boston, MA: Pearson/Allyn & Bacon.
- Greenberg, M. (1970). Musical achievement and the self-concept. *Journal of Research in Music Education*, 18, 57–64. <https://doi.org/10.2307/3344358>
- Hadwin, A. F., Järvelä, s. & Miller, M. (2017): Self-regulation, co-regulation and shared regulation in collaborative learning environments. Teoksessa D. Schunk & J. Greene (toim.), *Handbook of self-regulation of learning and performance* (s. 83–106). New York, NY: Routledge.
- Hidi, S. & Renninger, A. (2006). The four-phase model of interest development. *Educational Psychologists*, 41(2), 111–127.
- Halmemies, K. (8.–11.6.2023). *Kuoronjohdon kesäkurssi*. Koulutuskuntayhtymä Gradia, Jyväskylä.
- Hanawalt, M. J. (26.10.2016). How you say it, how you don't: Effective rehearsal communication. *Kansas Music Review*. <https://kansasmusicreview.com/2016/10/26/how-you-say-it-how-you-dont-effective-rehearsal-communication/>
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. (2008). *Tutkimushaastattelu: Teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Helsinki: Gaudeamus.
- Huusko, M. & Paloniemi, S. (2006). Fenomenografia laadullisena tutkimussuuntauksena kasvatustieteissä. *Kasvatus* 37(2), 162–173.
- Johnson, D. W. & Johnson, F. P. (2009). *Joining together: Group theory and group skills* (10. uud. p.). Upper Saddle River, NJ: Pearson Education.
- Jones, E. E., & Berglas, S. (1978). Control of attributions about the self through self-handicapping: The appeal of alcohol and the rate of underachievement. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 4, 200–206. <https://doi.org/10.1177/014616727800400205>
- Juuti, K. & Lavonen, J. (2018). Opettaja voi tukea oppilaan kiinnostuksen kehittymistä. Teoksessa K. Salmela-Aro (toim.), *Motivaatio ja oppiminen* (s. 197–210). Jyväskylä: PS-kustannus.

- Järvenoja, H., Järvelä, S. & Malberg, J. (2017). Supporting groups' emotion and motivation regulation during collaborative learning. *Learning and Instruction* (70), 1–11. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2017.11.004>
- Järvenoja, H., Kurki, K. & Järvelä, S. (2018). Motivoitua yhdessä. Teoksessa K. Salmela-Aro (toim.), *Motivaatio ja oppiminen* (s. 141–159). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kaplan, A. (1985). *Choral conducting*. New York, NY: Norton.
- Kettunen, J. & Tynjälä, P. (2017). Applying phenomenography in guidance and counselling research. *British Journal of Guidance & Counselling*, 46(1), 1–11. <https://doi.org/10.1080/03069885.2017.1285006>
- Koistinen, M. (2003). *Tunne kehosi – vapauta äänesi: Äänitimburiin käsikirja*. Helsinki: Sulassol.
- Koistinen, M. (2025). *Ryhmälauluopetus nuorten kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistäjänä* (Väitöskirja). Jyväskylän yliopisto.
- Kopakkala, A. (2008). *Porukka, jengi, tiimi: Ryhmädynamiikka ja siihen vaikuttaminen*. Helsinki: Edita Prima.
- Kosonen, E. (1996). *Soittamisen motivaatio varhaisnuorilla* (Lisensiaatintutkielma). Jyväskylän yliopisto.
- Kosonen, E. (2010). *Musiikkiharrastusten motivaatio*. Teoksessa J. Louhivuori & S. Saarikallio (toim.), *Musiikkipsykologia* (s. 295–309). Jyväskylä: Atena.
- Kupias, P., Peltola, R. & Saloranta, P. (2011). *Onnistu palautteessa*. Helsinki: WSOYpro.
- Laukkanen, A-M. & Leino, T. (1999). *Ihmeellinen ihmisääni: Äänenkäytön ja puhetekniikan perusteet, arviointi, mittaaminen ja kehittäminen*. Helsinki: Gaudeamus.
- Lehtinen, E., Vauras, M. & Lerkkanen, M-K. (2016). *Kasvatuspsykologia*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Lerkkanen, M-K. & Pakarinen, E. (2018). Opettajan merkitys oppimismotivaatiolle. Teoksessa K. Salmela-Aro (toim.), *Motivaatio ja oppiminen* (s. 181–196). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Liao, C. M. & Masters, R. S. W. (2002). Self-focused attention and performance failure under psychological stress. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 24, 289–305. <https://doi.org/10.1123/jsep.24.3.289>
- Lintunen, T. (2017). *Tunne- ja vuorovaikutusoppiminen yhteenkuuluvuudentunteen ja motivaation edistäjänä*. Teoksessa K. Salmela-Aro & J-E. Nurmi (toim.), *Mikä meitä liikuttaa?* (s. 178–191). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Lonka, K. (2015). *Oivaltava oppiminen*. Helsinki: Otava.
- Matikka, L. (2015). *Yhteinen flow*. Helsinki: Intimare.

- McCarther, S. (2023). Vocal technique and the choral warmup: First steps. *Choral Journal*, 63(9), 25–29.
- Mehrabian, A. (1972). *Nonverbal communication*. Chicago, IL: Aldine-Atherton.
- Merton, R. K., Fiske, M. & Kendall, P. L. (1956). *The focused interview: A manual of problems and procedures*. Glencoe, IL: Free Press.
- Mueller, C. M. & Dweck, C. S. (1998). Praise for intelligence can undermine children's motivation and performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 33–52. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.1.33>
- Määttä, S. (2018). Ajattelu ja toimintatavat opintomenestyksen selittäjinä. Teoksessa K. Salmela-Aro (toim.), *Motivaatio ja oppiminen* (s. 47–63). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Nicholls, J. G. (1984). Achievement motivation: Conceptions of ability, subjective experience, task choice and performance. *Psychological Review*, 91, 328–346. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.91.3.328>
- Niikko, A. (2003). *Fenomenografia kasvatustieteellisessä tutkimuksessa*. Joensuu: Joensuun yliopisto.
- Norem, J. K. (1989). Cognitive orientations as personality: Effectiveness, specificity, and change. Teoksessa D. M. Buss & N. Cantor (toim.), *Personality psychology: Recent trends and emerging directions* (s. 45–60). New York, NY: Springer.
- Pruuki, L. (2008). *Ilo opettaa: Tietoa, taitoa ja työkaluja*. Helsinki: Edita.
- Redman, D. J. & Bugos, J. A. (2018). Motivational factors in adult, auditioned community choirs: The power of aesthetic experiences. *Psychology of Music*, 47(5), 694–705. <https://doi.org/10.1177/0305735618774900>
- Riippi, S. (2020). *Mitä tulisi ottaa huomioon motivoivassa äänenavauksessa aikuiskuorossa?* (Kandidaatintutkielma). Oulun yliopisto.
- Ronkainen, S., Pehkonen, L., Lindblom-Yläne, S. & Paavilainen, E. (2011). *Tutkimuksen voimasanat*. Helsinki: WSOYpro.
- Roth, D. F. & Verdolini Abbott, K. (2014). Vocal health and singing pedagogy: Considerations from biology and motor learning. Teoksessa S. D. Harrison & J. O'Bryan (toim.), *Teaching Singing in the 21st Century* (s. 69–89). Dordrecht: Springer.
- Ruohotie, P. (1998). *Motivaatio, tahto ja oppiminen*. Helsinki: Edita.
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being. *American Psychologist*, 55, 68–78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>

- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development and wellness*. New York, NY: Guildford Press.
- Salmela-Aro, K. (2009). Personal goals and well-being under critical life transitions: The four C's - Channelling, choice, co-agency and compensation. *Advances in Life Course Research*, 14(1–2), 63–73. <https://doi.org/10.1016/j.alcr.2009.03.003>
- Salmela-Aro, K. (2018). Motivaatio ja oppiminen kulkevat käsi kädessä. Teoksessa K. Salmela-Aro (toim.), *Motivaatio ja oppiminen* (s. 9–22). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Salmela-Aro, K. & Upadyaya, K. (2014). School burnout and engagement in the context of demands-resources model. *British Journal of Educational Psychology*, 84(1), 137–151. <https://doi.org/10.1111/bjep.12018>
- Savimäki, I. (2017). *Lapsi- ja nuorisokuoronjohtajan ABC-kirja*. Helsinki: Sulasol.
- Sawyer, K. (2007). *Group Genius. The creative power of collaboration*. New York, NY: Basic Books.
- Sharon, D. (2016). *The heart of vocal harmony: Emotional expression in group singing*. Montclair, NJ: Hal Leonard.
- Schneider, B., Krajcik, J., Lavonen, J., Salmela-Aro, K., Broda, M., Spicer, J., Bruner, J., Moeller, J., Linnasaari, J., Juuti, K. & Viljaranta, J. (2016). Investigating optimal learning moments in US and Finnish science classes. *Journal for Research in Science Teaching*, 52(3), 400–421. <https://doi.org/10.1002/tea.21306>
- Shea, J. B. & Morgan, R. L. (1979). Contextual interference effects on the acquisition, retention, and transfer of a motor skill. *Journal of Experimental Psychology: Human Learning and Memory*, 5, 179–187. [https://doi.org/10.1016/0167-9457\(90\)90005-X](https://doi.org/10.1016/0167-9457(90)90005-X)
- Singer, R. N., Lidor, R. & Cauraugh, J. H. (1994). Focus of attention during motor skill performance. *Journal of Sport Sciences*, 12, 335–340. <https://doi.org/10.1080/02640419408732179>
- Smith, B. & Sataloff, R. T. (2013). *Choral pedagogy*. San Diego, CA: Plural Publishing.
- Stamer, R. A. (1999). Motivation in the Choral Rehearsal: Asking students what motivates them and working with their responses stimulates the learning atmosphere in the choral rehearsal. *Music Educators Journal*, 85(5), 26–29. <https://doi.org/10.2307/3399544>
- Stamer, R. A. (2009). Choral Student Perceptions of Effective Motivation Strategies. *Update: Applications of Research in Music Education*, 28(1), 25–32. <https://doi.org/10.1177/8755123309344113>
- Stegman, S. F. (2003). Choral warm-ups: Preparation to sing, listen and learn. *Music Educators Journal*, 89(3), 37–58. <https://doi.org/10.2307/3399856>

- Sutela, K. (2022). *Näkyväksi tekemisen taito: Pedagoginen kohtaaminen opetuksessa*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Sweet, B. (2010). A Case Study: Middle School Boys' Perceptions of Singing and Participation in Choir. *Update: Applications of Research in Music Education*, 28(2), 5–12.
- Syrjälä, L., Ahonen, S., Syrjäläinen, E. & Saari, S. (1994). *Laadullisen tutkimuksen työtapoja*. Rauma: Kirjayhtymä Oy.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta (2023). *Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa*. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja 2/2023.
- Tirri, K. & Kujala, T. (2016). Students' mindset for learning and their neural underpinnings. *Psychology*, 7, 1231–1239. <https://doi.org/10.4236/psych.2016.79125>
- Tirri, K., Kuusisto, E. & Laine, S. (2018). Kasvun ajattelutapa motivoi oppimaan. Teoksessa K. Salmela-Aro (toim.), *Motivaatio ja oppiminen* (s. 65–76). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Toussaint, L. & Blandin, Y. (2010). On the role of imagery modalities on motor learning. *Journal of Sports Science*, 28(5), 497–504. <https://doi.org/10.1080/02640410903555855>
- Tulamo, K. (1993). *Koululaisen musiikillinen minäkäsitys, sen rakenne ja siihen yhteydessä olevia tekijöitä* (Väitöskirja). Helsinki: Sibelius-Akatemia.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Helsinki: Tammi.
- Tuominen, H., Pulkka, A-T., Tapola, A. & Niemivirta, M. (2017). Tavoiteorientaatiot, oppiminen ja hyvinvointi. Teoksessa K. Salmela-Aro & J-E. Nurmi (toim.), *Mikä meitä liikuttaa?* (s. 80–98). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Valli, R. (2018). Aineistonkeruu kyselylomakkeella. Teoksessa R. Valli (toim.), *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1 – Metodien valinta ja aineistonkeruu: Virikkeitä aloittelevalle tutkijalle* (5. uud. p.) (s. 92–116). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Vasalampi, K. (2017). Itsemääräämisteoria. Teoksessa K. Salmela-Aro & J-E. Nurmi (toim.), *Mikä meitä liikuttaa?* (s. 54–65). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Vastamäki, J. (2015). Kyselylomaketutkimus: Tutkimusasetelman ja mittareiden valinta. Teoksessa R. Valli & J. Aaltola (toim.), *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1 – Metodien valinta ja aineistonkeruu: Vinkkejä aloittelevalle tutkijalle* (4. uud. p.) (s. 121–132). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Vehkalahti, K. (2008). *Kyselytutkimuksen mittarit ja menetelmät*. Helsinki: Tammi.
- Viljaranta, J. (2017). Odotusarvoteoria - odotusten ja arvostusten vaikutus oppimismotivaatioon. Teoksessa K. Salmela-Aro & J-E. Nurmi (toim.), *Mikä meitä liikuttaa?* (s. 66–79). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Vilkkä, H. (2005). *Tutki ja kehitä*. Helsinki: Tammi.

- Vilkka, H. (2007). *Tutki ja mittaa: Määrällisen tutkimuksen perusteet*. Helsinki: Tammi.
- Vilkka, H. (2015). *Tutki ja kehitä (4. uud. p.)*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Vilkka, H. & Mankki, V. (2024). *Johdatus monimenetelmätutkimukseen*. Jyväskylä: Santalahti-kustannus.
- Verdolini-Marston, K. & Balota, D. A. (1994). Role of elaborative and perceptual integrative processes in perceptual-motor performance. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory and Cognition*, 20(3), 739–749. <https://doi.org/10.1037/0278-7393.20.3.739>
- Webb, J. L. (2007). Promoting Vocal Health in the Choral Rehearsal. *Music Educators Journal*, 93(5), 26–31. <https://doi.org/10.1177/002743210709300513>
- Welch, G. F. (2006). Singing and Vocal Development. Teoksessa G. McPherson (toim.), *The child as musician: A handbook of musical development* (s. 311–330). Oxford University Press.
- Welch, G. F., Himonides, E., Saunders, J., Papageorgi, I. & Sarazin, M. (2014). Singing and social inclusion. *Frontiers in Psychology*, 5, 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00803>
- Winnie, B. J. (2020). The Horse Before the Cart – Redefining the Choral Warm-Up. *Choral Journal*, 60(9), 28–39.
- Wulf, G. & Weigelt, C. (1997). Instructions about physical principles in learning a complex motor skill: To tell or not to tell... *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 68(4), 362–367. <https://doi.org/10.1080/02701367.1997.10608018>
- Wulf, G., Höß, M. & Prinz, W. (1998). Instructions for motor learning: Differential effects of internal versus external focus of attention. *Journal of Motor Behavior*, 30(2), 169–179. <https://doi.org/10.1080/00222899809601334>

Liite 1

Teemahaastattelu kuoronjohtajalle

Taustakysymykset:

Kuka olet? _____

Montaako kuoroa johdat? _____

Millainen koulutustausta sinulla on?

Onko sinulla jotain erikoisosaamista tai erityistä mielenkiinnonkohdetta alalla?

Millaisten kuorojen kanssa työskentelet?

Lapsikuoro
ten kuoro

Nuorisokuoro

Aikuiskuoro

Ikäihmis-

Sekakuoro

Naiskuoro

Mieskuoro

Kyseisen kuoron vahvuus suunnilleen? _____

Minkä tyylistä ohjelmistoa laulatte karkeasti?

Kuinka haastavaa ohjelmistoa teillä on? Esim. jaot.

Onko kuorolla paljon esiintymisiä, kilpailuja, matkoja..?

Pidätkö itse suurimman osan äänenavauksista? Kyllä En > Kuka pitää?

Teemat

Lämmittelykysymykset:

1. Keskustelun avaus: Mitä tunteita tai ajatuksia sana äänenavaus sinussa herättää?
2. Kauanko normaali viikkoharjoituksenne kestää? _____
Kauanko siitä käytät aikaa äänenavaukseen? _____
3. Käytätkö yleensä aikaa viikoittaisten äänenavausten suunnitteluun? Kyllä Ei Vaihdellen
➤ Paljonko käytät suunnitteluun aikaa keskimäärin?

Millaisia käsityksiä sinulla on äänenavauksesta?

4. Onko ”äänenavaus” mielestäsi terminä riittävä? Miten muuttaisit sen määritelmää, lisäisitkö siihen jotain?

Hyvä äänenavaus:

5. Millainen on mielestäsi hyvä äänenavaus?
 - a. Sisältyykö sellaiseen vuorovaikutusta sisältäviä harjoituksia?
6. Miten koostat äänenavauksen? Millaisia harjoituksia käytät ja paljonko nämä vievät suunnitteen aikaa äänenavauksesta? Mikä ”sablunassasi” on toimivaa, mikä motivoivaa laulajille?
7. Onko jotain asiaa, minkä koet äänenavauksessa niin tärkeäksi, että sitä et ainakaan jätä teemmättä, jos aikaa on rajallisesti?
8. Millaisena näet äänenavauksen roolin kuoron kehittymisessä?
9. Millaisia pedagogisia tavoitteita asetat äänenavaukselle ja minkälaiselle aikavälille?

Motivoiva äänenavaus:

10. Mikä on käsityksesi kuorolaistesi motivaatiosta osallistua äänenavauksiin?
 - a. Kerro lisää siitä, mikä mielestäsi vaikuttaa kuorolaisten motivaatioon.
 - b. Kerro millainen on sinun mielestäsi motivoiva äänenavaus.
11. Miten luulet kuorolaisten keskimäärin kokevan äänenavaukset? Mistä he syttyvät eniten tai mikä on heistä mieluisinta? Mikä laulajia motivoi? Onko jotain, mikä ei toimi?
12. Timanttihetkesi! Kuvaile äänenavausta, joka on ollut mielestäsi loistava ja saanut kuorolaiset syyttymään! Mitä siinä tapahtui ja mikä siinä sai motivaation aikaiseksi?

Haasteet:

13. Minkälaisia haasteita koet äänenavauksien suhteen? Mitä haasteita on motivoida kuorolaisia äänenavaukseen?

Sosiaalinen ulottuvuus:

14. Oletko äänenavauksissa kiinnittänyt huomiota sosiaaliseen ulottuvuuteen?
 - a. Voiko esimerkiksi ryhmähenkeä tukea tietoisesti osana äänenavausta? Miten? Voisiko tämä olla yksi avaintekijä kuorolaisten motivaation nostamiseen?
 - b. (Millaisena näet äänenavauksen roolin osana kuoron sosiaalisen ilmapiirin rakentamisessa?)

Ohjelmisto:

15. Näkyykö ohjelmistonne jollain tapaa äänenavauksissa? Rakennatko aktiivisesti siltoja ohjelmiston ja äänenavauksen välille ja jos, niin millä keinoin? Luuletko tämän tukevan kuorolaisten motivaatiota?

Kehitysideoita:

16. Kaipaisitko johonkin osa-alueeseen työskentelyysi uusia ideoita?
17. Onko kuorossasi käyty keskustelua tai oletko itse pyrkinyt keskustelemaan kuorolaisten mielipiteistä siitä, miten he kokevat äänenavaukset?

Liite 2

Google Forms -lomake:

Kysely kuoron äänenavauksesta

Hei!

Teen musiikkikasvatuksen pro gradu -tutkielmaa Oulun yliopistossa. Tutkielmani käsittelee kuorojen äänenavauksia ja tarkoitukseni on tutkia, miten kuorolaisten ja kuoronjohtajien näkemykset kohtaavat motivoivasta äänenavauksesta.

Tutkimus on luottamuksellinen ja kaikkia siinä kerättyjä tietoja käytetään anonyymisti. Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista ja siihen osallistumisen voi keskeyttää milloin tahansa. Tutkimukseen osallistuja voi halutessaan saada lisätietoa tutkimuksesta sekä tutkimuksen tuloksista. Kuorolaisten vastaukset kerätään kyselylomakkeella, jonka täyttäminen vie noin 15 minuuttia.

Tutkimukseen osallistuneiden nimiä ei julkaista missään, vaan heidän vastauksensa esitellään kootusti. Mahdollisesti haastateltavista käytetään nimimerkkejä haastateltava A, B, C, jne. ja kuorolaisten vastauksista esimerkiksi S1, B2, jne. Tietoja ei luovuteta eteenpäin.

Lämmin kiitos osallistumisesta!

Sofia Riippi

sofia.riippi@hotmail.com

050 338 6319

[Kirjautu Googleen](#), jotta voit tallentaa edistymisesi. [Lue lisää](#)

* Pakollinen kysymys

Taustakysymykset

1) Ikä *

Oma vastauksesi _____

2) Sukupuoli *

- Nainen
- Mies
- Muu
- En halua kertoa

3) Ääniala *

- Sopraano
- Altto
- Tenori
- Basso

4) Kuoro missä laulat tällä hetkellä *

- [Kyseisen kuoron nimi]

5) Kauanko olet laulanut kyseisessä kuorossa? *

- Alle vuoden
- 1-3 vuotta
- 4-6 vuotta
- Yli 7 vuotta

6) Onko sinulla muuta kuoro- tai musiikkitaustaa? Kerro lyhyesti. *

Oma vastauksesi _____

7a) Pitääkö kuoronjohtaja useimmiten itse äänenavaukset? *

- Kyllä
- Joskus
- Ei

7b) > Vai pitääkö äänenavaukset useimmiten joku muu, kuka? (Esimerkiksi joku äänenkäytön ammattilainen, toinen kuorolainen..?)

Oma vastauksesi _____

8) Käykö teillä erillistä äänenmuodostuksen opettajaa? *

- Aina (pääsääntöisesti äänenavaukset ovat hänen vastuullaan)
- Usein (useamman kerran joka lukukausi, esimerkiksi kerran kuukaudessa)
- Joskus (esimerkiksi kerran tai kaksi lukukaudessa tai lukuvuodessa)
- Ei

Itse äänenavaukseen

9) Kuvaile äänenavausta kolmella adjektiivilla. *

Oma vastauksesi _____

10) Kuinka usein osallistut äänenavauksiin? *

- Aina
- Useimmiten
- Melko usein
- Harvoin
- En koskaan

11) Onko äänenavauksen kesto useimmiten kuoroharjoituksen keston nähden mielestäsi sopiva? *

- Äänenavaus on liian lyhyt
- Äänenavaus on kestoaltaan sopiva
- Äänenavaus on liian pitkä

Vastaa seuraaviin väittämiin asteikolla 1-5, jossa

- 1 = täysin eri mieltä
- 2 = jokseenkin eri mieltä
- 3 = ei samaa eikä eri mieltä
- 4 = jokseenkin samaa mieltä ja
- 5 = täysin samaa mieltä.

12) Koen olevani valmis laulusuoritukseen äänenavauksen jälkeen. *

- | | | | | |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

13) Koen äänenavauksen tärkeänä osana laulamista ja kuoroharrastusta. *

- | | | | | |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

14) Koen äänenavauksista olevan minulle paljon hyötyä laulajana. *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

15) Panostan paljon äänenavaukseen (eli keskityn täysillä ja pyrin tekemään juuri *
niin kuin pyydetään).

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

16) Minulle on kerrottu harjoituksissa, mikä on erilaisten *
äänenausharjoitteiden tarkoitus tai mihin niillä pyritään.

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

17) Koen, että äänenavauksessa käytettävät harjoitukset ovat riittävän *
vaihtelevia.

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

18) Koen, että keskimäärin kuorossa käytettävät äänenausharjoitteet ovat *
minulle haastavuudeltaan oikean tasoisia.

- Harjoitteet ovat minulle liian helppoja
- Harjoitteet ovat minulle sopivia
- Harjoitteet ovat minulle liian vaikeita

19) Mikä mielestäsi vaikuttaa harjoituksissa käytettävien harjoitteiden haastavuuteen? *

Oma vastauksesi _____

20) Millainen on mielestäsi hyvä ja mielekäs, ehkä jopa hauskakin äänenavaus? Voit antaa myös konkreettisen esimerkin. *

Oma vastauksesi _____

21) Millainen on mielestäsi motivoiva ja hyödyllinen äänenavaus? Voit antaa myös konkreettisen esimerkin. *

Oma vastauksesi _____

22) Mikä on sinun mielestäsi paras, mielekkäin tai motivoivin äänenavauksen yhteydessä ollut harjoite? Miksi? Voit halutessasi kertoa myös useamman esimerkin. *

Oma vastauksesi _____

23) Seuraavassa kysytään, oletko osallistunut tiettyntyyliisiin harjoituksiin äänenavauksen aikana ja miten motivoivana olet kokenut osa-alueen. Mikäli olet tehnyt kyseisen osa-alueen harjoituksia, vastaa numerolla, miten motivoivana olet kokenut harjoitukset. Mikäli koet, että et ole tehnyt kyseisiä harjoituksia, vastaa "En ole tehnyt kyseisiä harjoitteita". *

- 1 = erittäin epämotivoiva
- 2 = melko epämotivoiva
- 3 = neutraali
- 4 = jokseenkin motivoiva
- 5 = erittäin motivoiva

	1	2	3	4	5	En ole tehnyt kyseisiä harjoitteita
Rentoutusharjoitukset	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Venytysharjoitukset	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kehon hallinnan ja tuntemuksen harjoitukset	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hengitysharjoitukset	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Äänen viritysharjoitukset	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Varsinaiset ääniharjoitukset	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Artikulaatioharjoitukset	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Harmoniset ääniharjoitukset	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Rytmiharjoitukset	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vuorovaikutusta sisältävät harjoitukset	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kehorytmiikkaa sisältävät harjoitukset	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Improvisaatioharjoitukset	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Äänimaisemat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Lähetä

Tyhjennä lomake