



HUMANISTINEN  
AMMATTIKORKEAKOULU

OPINNÄYTETYÖ

## Lauluryhmä Önsömlöo

Musiikkitoiminnan laajentaminen matalan kynnyksen lauluryhmän avulla Tampereen Ylioppilasteatterilla

*Tanja Matilainen*

Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma (210 op)

11 / 2015

# HUMANISTINEN AMMATTIKORKEAKOULU

## Koulutusohjelman nimi

### TIIVISTELMÄ

|  |                                      |
|--|--------------------------------------|
| <b>Työn tekijä</b> Tanja Matilainen  | <b>Sivumäärä</b> 42 ja 16 liitesivua |
| <b>Työn nimi</b> Lauluryhmä Önsömlöö – Musiikkitoiminnan laajentaminen matalan kynnyksen lauluryhmän avulla Tampereen Ylioppilasteatterilla  |                                      |
| <b>Ohjaava(t) opettaja(t)</b> Kari Keuru   |                                      |
| <b>Työn tilaaja ja/tai työelämäohjaaja</b> Tampereen Ylioppilasteatteri r.y., Sanni Naukkarinen  |                                      |
| <b>Tiivistelmä</b> <p>Opinnäytetyön tavoite oli laajentaa Tampereen Ylioppilasteatterin musiikkitoimintaa. Teatterille perustettiin avoin matalan kynnyksen lauluryhmä ja kehittämisprojektin aikana koottiin laulamista ja laulamisen eri menetelmiä käsittelevä menetelmäopas. Työn tilaajataho oli Tampereen Ylioppilasteatteri r.y.</p> <p>Lauluryhmän tavoitteina oli osallistujien taitojen kehityksen ohella sosiaalisen vahvistamisen ja osallisuuden kasvu. Työn tarkoituksena oli myös tuoda kansalaistoiminnan ja nuorisotyön periaatteita teatterille.</p> <p>Opinnäytetyössä käytettiin taide- ja kulttuurikasvatuksellisia menetelmiä. Tehokkaimmiksi havaitut ja teatteritoimintaympäristössä toimivimmat menetelmät koottiin projektin aikana syntyneeseen menetelmäoppaaseen.</p> <p>Musiikkikasvatuksellisia opinnäytetöitä on tehty paljon. Opinnäytetyön idea oli, kuinka hyödyntää musiikka toiminnan välineenä mahdollisimman tehokkaasti juuri Tampereen Ylioppilasteatterilla, ja kuinka toiminta olisi mahdollisimman vaikuttavaa tässä työympäristössä ja yhteisössä. Opinnäytetyö loi uutta tietoa ammattialalle myös siksi, ettei monia opinnäytöitä ole tehty, jotka liittyisivät yhtä suoraviivaisesti yhteisöpedagogin näkökulmasta musiikkialaan.</p> <p>Opinnäytetyön tuotoksena syntyi menetelmäopas, jota pystyvät hyödyntämään niin aloittelevat laulajat, näyttelijät kuin musiikkikasvatuksesta kiinnostuneet nuoriso-ohjaajat ja muut toimijat.</p> |                                      |
| <b>Asiasanat</b> taidekasvatus, kulttuurikasvatus, musiikkikasvatus, sosiaalinen vahvistaminen, osallisuus   |                                      |

**HUMAK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES**

Name of the Degree Programme

**ABSTRACT**

|  |                                |
|--|--------------------------------|
| <b>Author</b> Tanja Matilainen   | <b>Number of Pages</b> 42 + 16 |
| <b>Title</b> Singing Group Önsömblöö – The expansion of music activities with an easily accessible singing group in Tampereen Ylioppilasteatteri   |                                |
| <b>Supervisor(s)</b> Kari Keuru  |                                |
| <b>Subscriber and/or Mentor</b> Tampereen Ylioppilasteatteri r.y., Sanni Naukkarinen   |                                |
| <b>Abstract</b><br><br><p>The main idea of the thesis was to expand music activities in Tampereen Ylioppilasteatteri, a youth amateur theatre located Tampere. An easily accessible singing group was organized and a method guide for singing and different singing methods was assembled during the process. The customer of the thesis was the registered organization of Tampereen Ylioppilasteatteri.</p> <p>The purpose of the singing group was to develop the musical skills of the participants alongside with the growth of social empowerment and complicity. Another aim was to spread the principles of civic activity and youth work to the theatre.</p> <p>Art educational and culture educational methods were used in the study. The most effective methods were gathered in the method guide.</p> <p>There have been many theses about music education. The goal of this study was to find a way to use music education most effectively especially in Tampereen Ylioppilasteatteri. The thesis also created new knowledge to the occupational field of a community pedagog for the reason that not many theses have been made that are as strongly linked to the occupational field of music.</p> <p>The production of the study was the method guide for singing which can be used by singers, actors and youth workers who are interested in music education.</p> |                                |
| <b>Keywords</b> art education, culture education, music education, social empowerment, complicity  |                                |

## SISÄLLYS

|   |    |
|---|----|
| 1 JOHDANTO  | 5  |
| 2 TILAAJA JA TOIMINNAN TEOREETTINEN TAUSTA                          | 8  |
| 2.1 Tampereen Ylioppilasteatteri ry                                 | 8  |
| 2.2 Nuorisotyö ja kansalaistoiminta                                 | 10 |
| 2.3 Sosiaalinen vahvistaminen ja osallisuus                         | 14 |
| 3 TAIDE- JA KULTTUURIKASVATUKSEN MERKITYS NUORISOTYÖSSÄ             | 17 |
| 3.1 Taide, kulttuuri ja kasvatus - mitä ne oikeastaan tarkoittavat? | 18 |
| 3.2 Taide ja nuoren identiteetti                                    | 19 |
| 3.3 Pedagogin rooli taide- ja kulttuurikasvatuksen toteutuksessa    | 20 |
| 3.4 Taiteen ja kulttuurin merkitys hyvinvoinnille                   | 22 |
| 4 LAULURYHMÄTOIMINTA  | 23 |
| 4.1 Opinnäytetyön taustaa ja ideointivaihe                          | 24 |
| 4.2 Avoimen ryhmätyöskentelyn mahdollisuudet ja haasteet            | 26 |
| 4.3 Ryhmäläisten huomiointi ja ohjaajan rooli                       | 28 |
| 4.4 Esiintymiset ja musiikkivalinnat                                | 30 |
| 4.5 Eettisyys   | 31 |
| 5 MENETELMÄOPPAAN TOTEUTTAMINEN                                     | 32 |
| 5.1 Aineiston keruu   | 33 |
| 5.2 Menetelmäoppaan rakenne   | 34 |
| 5.3 Lukijoiden kommentit  | 36 |
| 6 OPINNÄYTETYÖN ARVIOINTI JA POHDINTA                               | 37 |
| 6.1 Tilaaajan arviointi ja ryhmäläisten palaute                     | 38 |
| 6.2 Ideoita tuleviksi opinnäytetöiksi                               | 40 |
| LÄHTEET   | 41 |
| LIITTEET  | 43 |

## 1 JOHDANTO

Tein opinnäytetyöni Tampereen Ylioppilasteatteri r.y.:lle. Opinnäytetyön päämääränä oli laajentaa ja monipuolistaa Tampereen Ylioppilasteatterin musiikkitoimintaa sekä lisätä toiminnan kautta jäsenten osallisuutta ja sosiaalista vahvistamista. Perustin avoimen lauluryhmän ja loin sen pohjalta laulamiseen ja lauluharjoitteisiin liittyvän menetelmäkansion. Ohjasin ryhmää puolen vuoden ajan, ja esiinnyimme kolme kertaa erilaisissa teatterilla järjestettävissä tapahtumissa. Menetelmäkansioon kokosin laulun perusasioita ja erilaisia äänenavaustekniikoita ja lämmittelyharjoituksia käsittelevän lyhyen oppaan lauluryhmäläisten sekä muiden aiheesta kiinnostuneiden käyttöön.

Opinnäytetyöni oli toiminnallinen kehittämistyö. Toikon ja Rantasen (2009) mukaan kehittäminen on konkreettista toimintaa, jonka avulla pyritään johonkin tiettyyn ennalta määrättyyn tavoitteeseen. Kehittämistoiminnan lähtökohdalliset seikat, kuten laajuus ja kohde, voivat vaihdella huomattavasti kehittämistyöstä riippuen. Kehittämisen päämääränä on muutos, kohti parempia ja toimivampia ratkaisuja ja toimintatapoja.

Kehittämisen lähtökohtana voivat olla idea jostakin uudesta tai nykytilanteet ongelmat. Toikon ja Rantasen (2009) mukaan kehittäminen voi keskittyä toimintarakenteeseen tai itse toimintaan ja toimintatapoihin. Kehittämistoiminnassa vaikuttaa myös käsite kehittämistoiminnan osallisuusnäkökulmasta; perinteisesti kehittämisen pääasiallisia toimijoita ovat olleet työorganisaatiot tai -yhdistykset. Kehittäminen voi olla myös kuitenkin toimintaa, johon koko yhteisö osallistuu, ja tällöin on huomioitava yhteisön jäsenten osallisuus kehittämisprosessissa. Tällä tavoin yhteisön jäsenellä on mahdollisuus toimia kehittäjänä ja vaikuttaa yhteisöä koskeviin päätöksiin ja ratkaisuihin.

Kehittämistyön lähtökohtia koskeva mielenkiintoinen kysymys kuuluu: ”miksi?”. Kehittämistoiminnan tarvelähtöisyys voi riippua sisäisistä tai ulkoisista tekijöistä. Tarve voi siis syntyä esimerkiksi sisäisistä jännitteistä, haasteista, ristiriidoista tai

visioista. Kehittämistoiminta voi tämän lisäksi olla mukautumista ulkoisiin vaatimuksiin ja muuttuneisiin toimintaympäristöihin. (Toikko & Rantanen 2009.)

Ajatus opinnäytetyöhöni syntyi vietettyäni aikaa Tampereen Ylioppilasteatterilla, ja havainnoituani jäsenten halun ja innostuksen musiikkitoimintaan, jollaisesta oli puutetta. Opinnäytetyöni toimi samalla toimintamallilla kuin projektioipintojeni aikana perustamani lauluryhmä. Muuntelin aiempaa toimintamallia sopivaksi opinnäytetyöhöni ja Tampereen Ylioppilasteatterille.

Kehittämistoiminnan menetelmistä puhuttaessa viitataan usein juuri tutkimusmenetelmiin, mutta joissakin tapauksissa on kuitenkin tehdä eroa tutkimusmenetelmien ja kehittämismenetelmien välillä. Tutkimusmenetelmillä pyritään yleensä tiedekeskeisesti vastaamaan tutkimusongelmiin, kun taas kehittämismenetelmien päämääränä on yleensä käytännönläheisemmät ratkaisut. Yleensä kehittämistoiminnan ja tutkimuksen suhde perustuu siihen, että kehittämisessä sovelletaan tutkimuksen tietoa. Tutkimuksellisessa kehittämistoiminnassa tämän sijaan yhdistyvät sekä konkreettinen kehittämistoiminta ja tutkimuksellinen lähestymistapa. Tutkimuksellisella kehittämistoiminnalla kuvataan siis tutkimus- ja kehittämistoiminnan yhteyttä toisiinsa. Tutkimus- ja kehittämistoiminnan risteyspaikkaa voidaan lähestyä kummastakin suunnasta, jolloin painopiste tutkimuksellisen kysymyksen asetteluun sekä todellisen kehittämistoiminnan välillä vaihtuu. Tutkimuksellisessa kehittämistoiminnassa tärkeintä on itse kehittämistoiminta, mutta siinä tähdätään tutkimuksellisten periaatteiden hyödyntämiseen. Tutkimuksellisessa kehittämistoiminnassa kysymykset nousevat käytännön toiminnasta ja rakenteista. Tämän toiminnan päämääränä on konkreettisen muutoksen saavuttaminen sekä perustellun tiedon tuotto. (Toikko ym. 2009.)

Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön arvot ja periaatteet toimivat koko opinnäytetyöni perustana. Opinnäytetyöni oli kansalaistoimintaa, jossa toimin yhdessä nuorten aikuisten kanssa kasvatuksellisella, ammattimaisella otteella. Ryhmän syvimpänä

tarkoituksena taiteen tekemisen ja osaamisen ja kykyjen kehittämisen ohella oli ryhmäläisten osallistaminen sekä sosiaalinen vahvistaminen.

Lauluryhmää ohjasin taide- ja kulttuurikasvatuksellisten menetelmien kautta. Taide- ja kulttuurikasvatuksella alan taitojen kehityksen lisäksi monia hyötyjä: sillä aktivoidaan yksilöitä ja yhteisöjä, rakennetaan yhteisöllisyyttä, rikastutetaan yksilön elämysmaailmaa ja parannetaan hänen itseilmaisuuttaan, annetaan keinoja nähdä maailma eri näkökulmista ja parannetaan hänen elämänsä laatua. Kulttuurinen nuorisotyö myös vahvistaa nuorten identiteettiä. Preventiimitapaamisessa 22.5.2013 ”Luovuuden lähteillä” tapaamisen esityslistassa luovasta ja kulttuurisesta toiminnasta kerrottiin seuraavaa:

Luova ja kulttuurinen toiminta sisältää hyvin samanlaisia elementtejä ja tavoitteita - tukee myös nuorten kasvua, tunnetaitoja, itsetuntoa ja ryhmätaitoja. Sosiaalinen vahvistaminen tukee nuoren minäkuvan kehittymistä suhteessa muihin, harjoituttaa sosiaalisia taitoja ja tukee ryhmien jäseneksi kasvua turvallisten aikuisten tuella.

Opinnäytetyöni tarkoituksena oli vaikuttaa yksittäisten jäsenten hyvinvoinnin ja taitotason nostamisen kautta koko yhteisön hyvinvoinnin ja taitotason paranemiseen. Pyrin opinnäytetyöni kautta vahvistamaan kansalaistoiminnan ja nuorisotyön periaatteita teatterilla, jota usein ohjaavat korkeataiteelliset ja taloudelliset motiivit. Lauluopasta tehdessäni kiinnitin erityistä huomiota siihen, kuinka saisin siitä mahdollisimman hyödyllisen yleisesti teatterilaisten näkökulmasta.

Toiminnallisia musiikkiryhmäopinnäytetöitä on tehty jo monia jo aikaisemmin, joten tässä mielessä opinnäytetyöni ei ollut erikoinen tai uraauurtava. Eri tutkimuksissa ja kehitystöissä voimaannuttavaa toiminnallista musiikkiryhmätoimintaa on järjestetty muun muassa kohdistuen erityisesti lapsiin, kehitysvammaisiin, vanhuksiin, muistisairaisiin sekä mielenterveyskuntoutujiin. Opinnäytetyöni keskiössä olikin ajatus, kuinka hyödyntää musiikkia toiminnan välineenä mahdollisimman tehokkaasti erityisesti Tampereen Ylioppilasteatterilla, ja kuinka musiikkitoimintaa pystyi harjoittamaan parhaimmalla tavalla juuri tässä työympäristössä ja yhteisössä.

Opinnäytetyöni loi uutta tietoa ammattialalle siksi, ettei monia opinnäytetöitä tai projekteja ole tehty, jotka linkittyisivät näin vahvasti yhteisöpedagogin näkökulmasta musiikkialaan. Opinnäytetyössäni hyödynsin suuresti aiempaa muusikon koulutustani, ja opinnäytetyöni on käytännössä kummankin koulutukseni ammattitaitojen yhdistelemisen tulos. Opinnäytetyö erosi tavallisesta yhteislaulattamisesta haasteellisemmilla stemmakuvioilla (moniäänisyydellä), erilaisilla sovituksilla sekä osittain esityksiin tähtäävällä toiminnalla, silti ryhmän ollessa avoin ja matalakynnyksinen. Opinnäytetyön aikana kiinnitin huomiota siihen, kuinka pystyn hyödyntämään erikoisosaamistani erityisesti yhteisöpedagogin näkökulmasta parhaalla mahdollisella tavalla, ja mitä hyötyjä moniammatillisesta osaamisesta on yhteisöpedagogin arkisella ammattikentällä.

## 2 TILAAJA JA TOIMINNAN TEOREETTINEN TAUSTA

Opinnäytetyöni tilaajana toimi Tampereen Ylioppilasteatteri r.y. Toiminnan teoreettisena pohjana hyödynsin kansalaistoiminnan ja nuorisotyön arvoja ja periaatteita. Lauluryhmän ajatuksena oli osallistujien sosiaalinen vahvistaminen sekä osallisuuden lisääminen.

### 2.1 Tampereen Ylioppilasteatteri r.y.

Tampereen Ylioppilasteatteri on vuonna 1960 perustettu harrastajateatteri. Teatterin ohjelmisto on laaja; siihen kuuluvat niin perinteinen teatteri ja klassikkotekstien tulkinnat sekä nykyteatteri ja uudet teatterin muodot. Pääohjelmiston lisäksi teatterissa järjestetään improvisaatioesityksiä, ”stand-up” -esityksiä, musiikkitapahtumia ja muutaman esityskerran pienoisesityksiä. (Tampereen Ylioppilasteatteri verkkosivut 2015.)

Tampereen Ylioppilasteatteri ry. (TaYT) on Pirkanmaan merkittävimpiä harrastajateattereita. Teatteri edustaa tiedostavaa ja tinkimätöntä teatterin



harrastamista, ja sen tärkein tehtävä on tuottaa nuorta tamperelaista kulttuuria. Yhdistys tarjoaa jäsenilleen hyvät harrastusmahdollisuudet, korkeatasoista koulutusta sekä ennen kaikkea laadukasta teatteria. Esitykset tehdään jäsenistön tarpeista ja lähtökohdista käsin ja teatteri pyrkii innostamaan jäsenistöään luovaan ja kokeilevaan teatteriharrastukseen. Yhdistyksen pyrkimyksiin kuuluvat myös uusien toimintatapojen kokeilu ja kannanotto ajankohtaisiin aiheisiin ja ympäröivään yhteiskuntaan. (Tampereen Ylioppilasteatteri r.y. Toimintasuunnitelma 2014-2015.)

Teatterin toiminta koostuu taiteellisesta johdosta, hallituksesta, teatterisihteeristä sekä jäsenistöstä.

Hallitus koostuu jäsenistöstä, jonka tehtäviin kuuluu johtaa kaikkea teatterin toimintaa ja päättää ohjelmiston valinnasta taiteellisen johdon ehdotuksen pohjalta. Hallitus valitaan vuosittain avoimessa yleiskokouksessa.

Hallitus valitsee taiteellisen johdon vuosittain, ja taiteellinen johto tekee suunnitelmat vuosittaisista ohjelmistoista.

Teatterisihteerin on Tampereen Ylioppilasteatterin ainut palkattu työntekijä, jonka tehtäviin kuuluu juoksevista asioista huolehtiminen, teatterin edustaminen ja yhteydenpito ulkopuolisiin tahoihin sekä teatterin toimivuudesta huolehtiminen yhdessä hallituksen kanssa.

Teatterin jäseneksi voi hakea kuka vain täysi-ikäinen teatterin teosta kokonaisvaltaisesti kiinnostunut. Valintakokeet järjestetään vuosittain syyskuussa. Jäsenistö koostuu pääasiallisesti näyttelijöistä, mutta teatterin toiminnassa mukana on myös ohjaajia, kirjoittajia, lavastajia, muusikkoja, ääni- ja valosuunnittelijoita, tuottajia, tiedottajia, puvustajia ja graafisia suunnittelijoita. Jokaisella on mahdollisuus kokeilla teatterin tekoa erilaisissa tehtävissä. Suurimmalta osin teatterin toiminta on esitysten tuottamista, mutta jäsenistön voimin teatterilla hoidetaan myös paikan kunnostustyöt, siivous, keikkailu, myyntitoiminta sekä muut varainhankintaan ja teatterin muuhun toimintaan liittyvät toimet. Yhdistys järjestää jäsenistölleen myös

erilaisia kursseja, tapaamisia ja illanviettoja. (Tampereen Ylioppilasteatteri verkkosivut 2015.)

Tampereen Ylioppilasteatterin arvoihin kuuluvat yhteisöllisyys, yhdessä tekeminen, monikulttuurisuus ja suvaitsevaisuus, tasa-arvo ja korkeataiteellinen tekeminen. Teatteri pyrkii myöskin vaikuttamaan ympäröivään yhteiskuntaan kantaaottavilla teoksillaan.

## 2.2 Nuorisotyö ja kansalaistoiminta

Suomalaisen nuorisotyön alkuna voidaan pitää 1800-luvun lopulla syntyneitä nuorisojärjestöjä (Nieminen 1995, 16-29; Soanjärvi 2011, 11.) Tällöin nuorisotyö pyrki toimimaan nuorten hyväksi ”henkisessä, siveellisessä, hengellisessä ja ruumiillisessa suhteessa” (Nieminen 1995, 29; Soanjärvi 2011, 11.)

1800-luvun lopussa sekä 1900-luvun alussa suomalaisen nuorisotyön historian alkuvaiheessa nuorisotyötä tehtiin pääosin vapaaehtoisvoimin. Nuorisoliikkeiden ja –järjestöjen jäsenet oppivat yhdistystoiminnan perusasioita kokemuksen ja käytännön kautta. Näinä aikoina syntyi tarve ammatillistaa ja yhdentää nuorisotyötä. (Nieminen 1994, 300-305; Soanjärvi 2011, 11.) Myös sotien jälkeinen lisääntyvä nuorisorikollisuus huolestutti, ja asiaan päätettiin puuttua perustamalla opetusministeriöön nuorisoasiainesittelijän virka (Lehtonen 2013, 11-16.). Ensimmäinen nuoriso-ohjaajakoulutus alkoi Yhteiskunnallisessa Korkeakoulussa (nykyinen Tampereen Yliopisto) syksyllä vuonna 1945. (Nieminen 1994, 300-305; Soanjärvi 2011, 11; Lehtonen 2013, 16.). Vaikka nuorisotyö on ammatillistunut yli kuusikymmentä vuotta sitten, Katariina Soanjärven (2011) mukaan nuorisotyöntekijyyttä tuntuu edelleen vaivaavan identiteetin hämäryys, ja hän pitää nuorisotyötä ilmiönä monisyisenä ja nuorisotyöntekijän toimenkuvaa vaikeasti määriteltävänä.

Myös Tampereen Ylioppilasteatteri on 1960-luvulla syntynyt vapaaehtoisten tekijöiden toimesta Yhteiskunnallisen Korkeakoulun siirtyessä Tampereelle. Muut

teatteritoimijat paikkakunnalla ottivat uuden tulokkaan mielellään vastaan; yleinen mielikuva oli, että Tampereen Ylioppilasteatteri koostui sivistyneistä nuorista, jotka haluavat tehdä korkeakulttuuria ja vaikuttaa yhteiskuntaan rakentavasti. (Tampereen Ylioppilasteatterin verkkosivut 2015.) Tampereen Ylioppilasteatteri nähtiin yhtenä mahdollisena vastavoimana ajanjakson nuorisorikollisuusongelmalle.

Vaikka teatterin arvopohja koostuu yhteisöllisyydestä, yhdessä tekemisestä, monikulttuurisuudesta, suvaitsevaisuudesta ja tasa-arvosta, teatterin korkeataiteellinen näkemys ja kunnianhimo vievät usein sijaa nuorisotyön periaatteilta. Nykyisen lain mukaan nuorisotyön tavoitteena on tukea nuorten kasvua ja itsenäistymistä, edistää nuorten aktiivista kansalaisuutta ja sosiaalista vahvistamista, sekä parantaa nuorten kasvu- ja elinoloja. Tavoitteen toteuttamisen lähtökohtina ovat yhteisvastuu, yhteisöllisyys, tasa-arvo ja yhdenvertaisuus, terveet elämäntavat ja ympäristön ja elämän kunnioittaminen sekä monikulttuurisuus ja kansainvälisyys. (Nuorisolaki 2006, § 1.) Vaikka Tampereen Ylioppilasteatteri nuorisolain määritelmät hyvin pitkälti täyttääkin, on huomioitava, että Tampereen Ylioppilasteatteri koostuu vapaaehtoisista jäsenistä, joilla ei ole nuorisotyön ja kansalaistoiminnan ammattipätevyyttä, ja organisaatio on liikkuva ja muuttuva, eri ammattialojen osaajien kokonaisuus. Opinnäytetyölläni pyrin tuomaan nuorisotyön ja kansalaistoiminnan päämääriä myös Tampereen Ylioppilasteatterille, jota usein ohjaavat korkeataiteellinen kunnianhimo sekä taloudelliset seikat. Parhaimmillaan ja tehokkaimmillaan Tampereen Ylioppilasteatteri toimisi silloin, kun nämä kaikki päämäärät yhdistyisivät.

Teatterilla ei aina ensi-illan lähestyvässä kiireessä muisteta välttämättä huomioida jäsenten hyvinvointia ja jaksamista. Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön periaatteiden muistaminen on todella produktiokohtaisia; niin ohjaajat, näyttelijät kuin muut tekijät vaihtelevat kokonaan työryhmästä riippuen. Tästä syystä on mielestäni hyvä yrittää ankkuroida ja selkeyttää nuorisotyön ja kansalaistoiminnan periaatteita myös Tampereen Ylioppilasteatterille, esimerkiksi hallituksen ja taiteellisen johdon kautta.

Tampereen Ylioppilasteatterin jäseneksi pääsyyn vaaditaan 18-vuoden ikä, ja jäsenyys on ikuinen. Kuitenkin Tampereen Ylioppilasteatterin aktiivit ovat pääasiallisesti nuoria aikuisia. Tampereen Ylioppilasteatterin perustajajäsen Kari Salosaari (Tampereen Ylioppilasteatterin verkkosivut 2015.) kutsuu tätä ilmiötä ”ikäpolviteatteriksi”; jäsenet ovat teatterin toiminnassa mukana tietyt vuodet, jonka jälkeen he luovuttavat teatterilavan uusille, nuoremmille tekijöille. Nuorisolain mukaan nuorilla tarkoitetaan kaikkia alle 29-vuotiaita. (Nuorisolaki 2006, §2.)

Julkinen mielikuva nuorisotyön nuorista ei välttämättä aina laske kaikkia alle 29-vuotiaita kohderyhmäänsä. Katariina Soanjärven (2011, 26.) mukaan julkinen mielikuva nuorisotyön nuorista asettaa kohderyhmäksi erityisesti nuoruuden kehityshaasteiden kanssa painiskelevat nuoret, eli syrjäytymisvaarassa olevat marginaalinuoret. Tämä antaa viitteitä valtiollisesta budjetoinnista ja siitä, kuinka nuorisotyö mielletään olevan erityisnuorisotyötä, etsivää ja korjaavaa nuorisotyötä. Ennaltaehjaisevän nuorisotyön täyttä potentiaalia ei ymmärretä, tai jos ymmärretäänkin, sitä ei osata tai pystyvä hyödyntämään. Tämä vaikuttaa varmasti moniin kolmannen sektorin toimijoihin, kuten Tampereen Ylioppilasteatteriin, joiden toiminta pyörii osittain apurahoilla ja joiden toiminnan arvoa ennaltaehkäisevän nuorisotyön vähättely alentaa.

Keskustelua on herättänyt myös yleisestikin nuorisotyön tarpeellisuus, erityisesti 90-luvun laman aikana, jolloin rahaa oli säästettävä sieltä mistä mahdollista. Petri Cederlöf (1998, 9.) puolustelee nuorisotyön tarpeellisuutta kumminkin seuraavasti:

Nuorisotyö on resursseiltaan pieni, mutta tavoittavuudeltaan laaja toimiala muiden yhteiskunnallisten alojen rinnalla. Se on täydentävä, muttei pelkästään sitä: sillä on oma perusteltu ja tarpeellinen toimenkuvansa yhteiskunnassa. Nuorisotyö on suomalaista hyvinvointipolitiikkaa; sen yhteiskunnallinen perustelu löytyy toiminnan terveydellisistä, sosiaalisista ja taloudellisista ja kasvatuksellisista tekijöistä.

Cederlöf (1998,9.) on huomannut ennaltaehkäisevän nuorisotyön edut: nuorten elinolojen parantamisella on selvä vaikutus sairauksien sekä syrjäytymisen

ehkäisyyn. Ennaltaehkäisevä nuorisotyö on huomattavasti halvempaa yhteiskunnalle kuin seurauksista huolehtiminen. Puhumattakaan siitä, että nämä nuoret ovat Suomen tulevaisuuden selkäranka: tulevat veronmaksajat.

Kunnallisen nuorisotyön lisäksi nuorisotyötä tehdään kolmannen sektorin puolella, johon Tampereen Ylioppilasteatterikin lukeutuu. Soanjärven (2011, 76.) mukaan kolmannen sektorin tekemästä nuorisotyöstä oli ollut yleistä keskustelua, joiden mukaan kansalaistoimijoiden arvo oli ymmärretty ja sitä oli korostettu, mutta sitä oli myös kritisoitu. Hänen mukaansa nuoret ovat haluttomia sitoutumaan järjestöihin ja niiden toimintaan pitkäkestoisesti. Paikallistasolla järjestöjen ongelmina oli myös keskenäinen kilpailu nuorista ja hankerahoituksista, sekä pelko ideoiden varastamisesta, jolloin järkevään yhteistyö oli vaikeasti toteutettavissa. Järjestöissä tehtävän nuorisotyön rooli nähtiin työksi, jota tehtiin ”normaalien” nuorten kanssa, ja kunnallinen nuorisotyö vastasi puolestaan ongelmatapauksista. Silti järjestöjen ja kuntien tekemän nuorisotyön välillä ei vaikuttanut olevan selkeää työnjakoa.

Nämä samat ongelmat ovat haitanneet Tampereen Ylioppilasteatteria, ja muita paikallisia harrastajateattereita. Edelleen teattereiden välillä on havaittavissa jännitteitä ja kilpailua, joka ilmenee esimerkiksi ohjaajien nihkeytenä ottaa produktioihinsa näyttelijöitä, jotka toimivat myös toisessa harrastajateatterissa, sekä kilpailuna apurahoista. Vastaisku tällaiselle toiminnalle on kumminkin suunnitteilla: Tampereen Ylioppilasteatteri osallistuu vuonna 2016 yhteistyöproduktioon muiden paikallisten harrastajateatterien kanssa. Ehkä tämä tuleva produktio murentaa vanhat käsitykset ja ennakkoluulot yhteistyön toimimattomuudesta.

Joka tapauksessa yhteenvetona voi sanoa, että nuorisotyö ja kansalaistoiminta ovat syntyneet tarpeeseen pitää huolta nuorista ja tuo tarve on edelleen olemassa, ja tulee aina olemaan. Vaikka nuorisotyö ilmiönä ja nuorisotyön ammattikenttä ovat monisyisiä ja nuorisotyö on toimialana resursseiltaan pieni, on toiminta silti vaikuttavaa. Nuorisotyöllä ja kansalaistoiminnalla parannetaan nuorten elinoloja ja elämää ja ehkäistään syrjäytymistä, jolla on positiivinen vaikutus niin yksilöihin kuin yhteisöihin ja yhä edelleen yleisemmin yhteiskuntaan. Pienet näkökulmamuutokset

nuoriso- ja kansalaistoimintaystävällisempään suuntaan voisivat tuoda Tampereen Ylioppilasteatterillekin helposti lisää hyvinvointia.

### 2.3 Sosiaalinen vahvistaminen ja osallisuus

Sosiaalinen vahvistaminen on mielenkiintoinen käsite, jonka tarkka määrittely on haastavaa, jollei tarpeetonta, sanovat Pia Lundbom ja Jatta Herranen (2011, 6.) He uskovat, että jokainen voi tarvita sosiaalista vahvistamista jossakin elämäntilanteessaan – tukea, ohjausta ja neuvontaa. Kyse on siitä, että apua on silloin tarjolla, kun sitä tarvitaan. Lindbomin ja Herrasen mukaan sosiaalisessa vahvistamisessa yksilö- ja yhteisöhyvinvointi kulkevat käsikädessä: hyvinvoiva yksilö jaksaa olla erilaisten yhteisöjen jäsen, ja yhteisöt voivat toiminnallaan parantaa yksilön hyvinvointia. Tämä ajatus ohjasi vahvasti myöskin oman opinnäytetyöni tekoa.

Nuorisolain 2 § (2006) mukaan sosiaalisella vahvistamisella tarkoitetaan nuorille suunnattuja toimenpiteitä elämäntaitojen parantamiseksi ja syrjäytymisen ehkäisemiseksi. ”Sosiaalinen vahvistaminen” korvaa aiemmin käytetyt käsitteet ”syrjäytyminen” ja ”syrjäytymisen ehkäisy” niiden negatiivisen leimaavuuden takia. Sosiaalinen vahvistaminen on palveluita, joilla parannetaan ja vahvistetaan nuorten arjenhallintaa ja elämäntaitoja. Toiminnan tavoitteena on saada nuori mukaan yhteisölliseen toimintaan aktiiviseksi kansalaiseksi. (Nuorisolaki 2006 §1; Suomen Nuorisokeskusyhdistys ry 2011). Suomen Nuorisokeskusyhdistys (2011) painottaa sosiaalisen vahvistamisen ennaltaehkäisevää näkökulmaa. Nuorten arki- ja työvalmiuksia vahvistavalla toiminnalla pyritään ehkäisemään nuorisotyöttömyyttä. Sosiaalinen vahvistaminen on prosessi, jonka päämääränä on nuoren arjenhallinnan ja sen kautta elämäntilanteen parantaminen asteittain.

Sosiaalinen vahvistaminen näkyi opinnäytetyössäni erityisesti lauluryhmätoiminnassa. Ryhmän periaatteisiin kuului yhdenvertaisuus sekä toisten kuunteleminen ja kunnioittaminen. Lauluryhmässä kohtasin osallistujat ryhmän lisäksi yksilöinä, ja jokainen sai tasavertaisesti tilaa tulla kuulluksi. Pyrin ohjaamaan lauluryhmää niin,

että sosiaalinen vahvistaminen ei jäisi vain ohjaajan ja ohjattavan väliseksi (vertikaalinen vertaissuhde) vaan vaikuttaisi myös ohjattavien itsensä välillä (horizontaalinen vertaissuhde). Lauluryhmän tarkoituksena oli iskostuttaa kansalaistoiminnan ja nuorisotyön periaatteita osallistujien normaaliin arkeen; opinnäytetyölläni pyrin myös teatterin yleisen ilmapiirin yhteisöllisyyden kasvuun, jossa huomioitaisiin itsensä lisäksi useammin myös muut ja muiden hyvinvointi. Kokonaisvaltaiseen yhteisöllisyyden vallankumoukseen ei minun opinnäytetyölläni kumminkaan päästä, vaikken usko sen täysin turhaa olleenkaan, vaan tällaiseen tarvittaisiin täysin oma projektinsa. Ehkä tässä olisi mahdollinen jatkoehdotus uudelle opinnäytetyölle. Tällaisten hyötyjen lisäksi uskon, että säännöllinen harrastaminen, kuten lauluryhmätoiminta, lisää nuorten arjenhallintaa ja elämäntaitoja esimerkiksi ryhmätyötaitojen, ajankäytön ja sosiaalisten taitojen kehittyessä.

Pia Lundbomin ja Jatta Herrasen (2011, 6-7) mukaan sosiaalisen vahvistamisen apua tarvitsevat eivät rajoitu vain nuoriin. He nimeävät ”huolen vyöhykkeiksi” nuorisotyöttömyyden lisäksi myös lapsiperheiden taloudellisen tilanteen ja ikäihmisten jaksamisen ja viittaavat ongelman aiheuttajaksi myös köyhyyden ja polarisaatiokehityksen. Lundbomin ja Herrasen mukaan sosiaalisen vahvistamisen turvaverkkona on käytetty kolmatta sektoria, yhdistyksiä ja järjestöjä, jotka ovat kehittäneet palveluita ja suunnitelleet erilaisia hankkeita. Myös Tampereen Ylioppilasteatteri osaltaan taistelee köyhyyttä ja erityisesti yhteiskunnan polarisaatiota vastaan – toimintaan jäseneksi pystyvät hakemaan kaikki täysi-ikäiset taustoistaan ja varallisuudestaan huolimatta. Teatteriharrastuksen aktiivijäsenyyden rahallinen korvaus on vain nimellinen – tämä mahdollistaa nuorten harrastamisen tuloista riippumatta, joka useissa harrastajateattereissa ja kansalaisopistoissa on mahdotonta.

Lauluryhmätoiminnalla vaikutettiin myös osallistujien osallisuuteen. Osallisuus on monitasoinen ja –syinen tuntemisen, tekemisen ja kuulemisen kokonaisuus, joka syntyy kun ihminen on osallisena jossakin yhteisössä esimerkiksi opiskelun, työn harrastus- tai järjestötoiminnan kautta. Osallisuus merkitsee omakohtaisesta ja vapaaehtoisesta sitoutumisesta johtuvaa vaikuttamista asioihin ja niiden kulkuun, sekä vastuun ottamista seurauksista. Keskeistä osallisuudessa on luottamus,

sitoutuminen, muiden jäsenten arvostaminen, tasavertaisuus ja kuulluksi tuleminen. Osallisuus nähdään usein syrjäytymisen vastavoimana. (Jämsén & Pyykkönen 2014; Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistys ry Jelli järjestötietopalvelu verkkosivut 2015; Terveiden ja hyvinvoinnin laitos verkkosivut 2015.) Avoimen lauluryhmän periaatteena oli osallistumisen vapaaehtoisuus: kaikki halukkaat pääsivät osallistumaan toimintaan milloin halusivat. Lauluryhmän aktiivijäseniä sitoutettiin toimintaan antamalla heille yhä enemmän mahdollisuuksia vaikuttaa lauluryhmän tekemisiin; jäsenillä oli mahdollisuus valita harjoiteltavia kappaleita, sovittaa niitä, sanoittaa niitä tai säveltää täysin uusia, omia kappaleitaan sekä vaikuttaa kappaleiden esittämistyyleihin.

Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistys ry:n Jelli järjestötietopalvelun (2015) mukaan ihmisten osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksilla on vahva yhteys heidän kokemaansa hyvinvointiin. Hyvinvoinnin edistäminen, syrjäytymisen ehkäisy sekä osallisuuden lisääminen vaativat yhteisöllisyyttä: osallisuus liittyy yhteisöön ja yhteiskuntaan kuulumisen tunteeseen, joka syntyy esimerkiksi työn, kansalaistoiminnan, harrastuksen tai muun vaikuttamisen ja tekemisen kautta. Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistys ry:n osallisuushanke Salli määrittelee osallisuuden seuraavasti:

Osallisuus on jokaisen ihmisen yksilöllinen kokemus suhteestaan ympäröiviin yhteisöihin ja yhteiskuntaan.

Osallisuudessa on kyse yksilön tunteesta tai kokemuksesta yhteisöön ja yhteiskuntaan kuulumisesta. Yhteiskunnan tasolla osallisuus liittyy edustukselliseen demokratiaan. Tällöin keskeistä on se, miten yksilöllä on tasavertaisena mahdollisuus tasavertaisena osallistua ja vaikuttaa itseään koskeviin asioihin ja yhteiskunnan kehitykseen. Osallisuudessa on kyse kiinnittymisestä johonkin: yhteisöihin, ympäristöön ja yhteiskuntaan. Osallisuudessa syntyy yhteenkuuluvuuden tunne, sekä tunteet turvallisuudesta ja oikeudenmukaisuudesta. (Jämsén & Pyykkönen 2014; Terveiden ja hyvinvoinnin laitos verkkosivut 2015.) Vaikka ihmisen osallisuuden aste ja yhteiskunnallinen aktiivisuus voivat vaihdella elämäntilanteiden ja -kulun mukaan, osallisuuden kokeminen ja sosiaaliset verkostot toimivat



varjelevina tekijöinä hyvinvointivajeita sekä syrjäytymistä vastaan (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos verkkosivut 2015).

Jämsénin ja Pyykkösen (2014) mukaan osallisuus yksilön omassa elämässä koostuu voimaantumisesta, joka tunnetaan myös termillä empowerment, sekä identiteetistä ja elämänhallintavalmiuksista. Osallisuus ja osallisuuden kokemukset ovat aina kytköksissä osallistujan ihmiskäsitykseen ja henkilökohtaiseen elämismaailmaan.

### 3 TAIDE- JA KULTTUURIKASVATUKSEN MERKITYS NUORISOTYÖSSÄ

Taide ja kulttuuri ovat mukana jokaisen ihmisen elämässä tavalla tai toisella. Harvemmin tapaa ihmisiä, joita jokin taiteen osa-alue ei miellyttäisi: kuvataide, musiikki, sanataide... Tampereen Ylioppilasteatterilla taide ja kulttuuri sekä taidelähtöiset menetelmät ovat arkipäivää, ja koko toiminnan perusta. Tampereen Ylioppilasteatterilla taide- ja kulttuurikasvatuksellisilla menetelmillä luodaan yhteisöllisyyttä, tuotetaan korkeataidetta ja vaikutetaan ympäröivään yhteiskuntaan. Taide ja kulttuuri ovat niin tärkeitä rakennustyökaluja yhdyskunnassa, jotta niitä varten on tehty yleismaailmallinen ihmisoikeusjulistus, jonka 27. artikla kuuluu seuraavasti:

”Jokaisella on oikeus vapaasti osallistua yhteiskunnan sivistyselämään, nauttia taiteista sekä päästä osalliseksi tieteen edistyksen mukanaan tuomista eduista.” (Ihmisoikeuksien yleismaailmallinen julistus 1948.)

Taidekasvatuksessa taide ymmärretään laajasti ihmisille luontaisena, kaikkiin kulttuureihin kuuluvana toimintana, joka eri kulttuureissa saa erilaisia muotoja ja merkityksiä (Jyväskylän Yliopisto verkkosivut 2015). Taidekasvatus on oppimisen ja opettamisen ala, joka keskittyy taiteen ilmiöihin, ja sen pääasiallisena tehtävänä on saattaa taide ja sen kokija yhteen sekä tehdä tästä kohtaamisesta puhutteleva ja merkityksellinen. Taide- ja kulttuurikasvatuksen lähtökohtana on ajatus, jonka mukaan taidetta voidaan oppia, sen tekemistä ja sen kokemista voidaan rikastaa,

kehittää ja laajentaa tietoisella ja tavoitteellisella kasvatustyöllä. Taidekasvatuksen rikkaus on sen erityisluonteessa, kuinka se vaikuttaa ihmiseen – taide voi yllättää, provosoida ja kyseenalaistaa.

Taide syntyy yksilöllisestä itseilmaisun tarpeesta ja se vaikuttaa välittömästi yksilöön taidekokemuksina. Tämän lisäksi kulttuurin keskeisenä osana taide muuttuu myös yhteisölliseksi voimavaraksi. Taide kulttuurina on julkishyödyke, kaikkien käytössä. (Opetusministeriö Taide ja taiteilijatoimikunta TAO 2002.)

Opinnäytetyöni lauluryhmätoiminta oli hyvin pitkälti taide- ja kulttuurikasvatusta, jota toteutin musiikkikasvatuksen kautta. Lauluryhmätoiminnassa käytimme useita erilaisia musiikkikasvatuksen menetelmiä, kuten erilaisia osallistavia lämmittelyleikkejä, improvisointilaulantaa, yhteis- ja soololaulantaa. Esimerkkejä erilaisista käyttämistäni musiikkikasvatuksellisista menetelmistä on koottu ja avattu tarkemmin Ripan pienessä lauluvihkossa (ks. liitteet 3).

### 3.1 Taide, kulttuuri ja kasvatus – mitä ne oikeastaan tarkoittavat?

Taidekasvatus voidaan ymmärtää käsitteenä monella tavalla. Arja Puurula kokoaa sanan merkitykset yhteen eri ajoilta teoksessa Lasten ja Nuorten taidekasvatuksen tuloksellisuus (1998). Tuoreimman näkemyksen mukaan taidekasvatus on teoria ja metodi, joiden avulla oppilas saa mahdollisuuden kokea taide-elämyksiä ja ymmärtää niitä älyllisesti, emotionaalisesti ja intuitiivisesti (Puurula 1998, 11-12). Arkikielessä taidekasvatus mielletään usein vain kuvaamataidon opetuksiksi tai vähän laajemmaksi visuaaliseksi kasvatukseksi, mutta taidekasvatus kattaa alleen niin tanssi-, teatteri-, musiikki- ja käsityökasvatuksen.

Esko Korkeakosken (1998, 5.) mukaan taidekasvatus on osa kulttuuriin sosiaalistumista. Hänen mukaansa taidekasvatuksella pyritään eettisten, esteettisten ja emotionaalisten tavoitteiden toteutumiseen sekä alan taitojen kehittymiseen. Taiteella pyritään rikastuttamaan yksilön elämysmaailmaa ja tällä tavoin

monimuotoistamaan hänen sivistyspääomaansa ja parantamaan hänen elämänsä laatua.

Teos *Luovuutta! Taide- ja kulttuurikasvatuksen menetelmäopas monikulttuuriseen nuorisotoimintaan* (2011) määrittelee taide- sekä kulttuurikasvatuksen ihmisten vahvistamiseksi sekä aktivoimiseksi osallistumiseen. Taide- ja kulttuurikasvatus pyrkii ihmisten itseilmaisun parantamiseen ja yhteisöllisyyden rakentamiseen. Taiteen avulla löydetään keinoja nähdä maailmaa eri näkökulmista sekä annetaan uusia merkityksiä.

### 3.2 Taide ja nuoren identiteetti

Taide ja kulttuuri ovat keinoja nuorille etsiä ihmisyyttä, omaa identiteettiään, sekä omaa paikkaansa erilaisissa yhteisöissä ja yleisesti maailmassa. Kulttuurinen nuorisotyö antaa tukea kasvuun ja identiteetin vahvistumiseen, sekä kannustaa nuoria kehittämään omaa ilmaisuaan. Taiteen ja kulttuurin kautta yksilön on mahdollista jäsentää todellisuutta, rakentaa maailmankuvaansa sekä vaalia ja kehittää omaa tunne-elämäänsä. Taide on mahdollisuus vaikuttaa ja osallistua oman yhteisönsä ja yhteiskunnan arvoihin ja kehittymiseen, ja taide ja kulttuurinen nuorisotyö rohkaisevat nuoria luovuuteen sekä omien ideoiden ja mielipiteiden ilmaisemiseen. (Opetusministeriö Taide- ja taiteilijapoliittinen toimikunta TAO 2002; Soinen 2011, 5.)

Seija Karppinen, Inkeri Ruokonen ja Kari Uusikylä kertovat kokoelmateoksessaan *Nuoret ja taide – ilolla ja innolla, uhmalla ja uholla – Kirjoituksia murrosikäisten taito- ja taidekasvatuksesta* (2008, 7.), että taidekasvatuksen kautta työstetään aina taiteen henkilökohtaisia ja kulttuurisia arvoja kullekin nuorelle. Karppinen, Ruokonen ja Uusikylä toivovat, että taiteen perusopetukselle olisi vankempi pohja perusopetuksen opetussuunnitelmassa, sillä se opettaa nuorille keskittymistä, antaa eväitä elämänhallinnalle ja lisää nuorten hyvinvointia aktiivisen ja innostavan tekemisen kautta. Taiteen kautta nuoret pääsevät kokeilemaan luovuuttaan rajoituksetta, ja taide mahdollistaa uudet tulevaisuuden ideat. Karppisen, Ruokosen ja Uusikylän

mukaan kumppanuutta ja verkostoitumista parantavia taide- ja kulttuurikasvatushankkeita olisi tuettava ja kehitettävä.

Sinikka Haapanen kertoo kolumnissaan ”Taide luo nuorisotyössä eettistä kasvutilaa” vuodelta 2009, että taide nähdään nuorisotyökontekstissa usein teoskeskeisenä, ei ihmislähtöisenä potentiaalina. Hänen mukaansa taiteen luova elintila edistää nuoren ja nuorten yhteisön kasvua dialogisesti ihmiseksi. Identiteetin rakennusaineiksi muotoutuvat nuoren taiteeksi kokemat sisällöt muun elinympäristön lisäksi. Suhteessa luovaan työskentelyyn nuori on sekä tekijä että kokija. Haapasen mukaan taiteen tuotos ei siis ole vain teos vaan väline identiteetin syntymiselle, jolloin nuoren sisäinen omakuva muuttuu ja syvenee itsetuntemuksen ja –arvostuksen kautta.

### 3.3 Pedagogin rooli taide- ja kulttuurikasvatuksen toteutuksessa

Taide ilmaisuna ja vuorovaikutteisena työskentelynä sisältää niin nuoren mielenmaiseman ja tunneskaalan kuin omaan koettuun elämään liittyvät tekijät. Nuoren prosessin ja ryhmäprosessin ohjauksellinen tukeminen vaatii ohjaajalta oman ”tarinansa” tunnistamista ja ymmärtämistä. Ohjausprosessissa ohjaajan on osattava kohdata ihmiset tilanteen vaatimalla herkkyydellä, sekä tarvitaan pedagogista taitoa tukea nuorta ja ryhmää löytämään uusia kasvua käynnistäviä ja edistäviä tekijöitä. Taideprosessissa nuori tarvitsee henkisesti turvallisuutta ja luottamusta, jotta voi heittäytyä työskentelyyn. Prosessin aikana tulee olla luovaa tilaa ja voimaannuttava ilmapiiri. (Haapanen 2009.) Juha Varton (2001) mukaan taidekasvattaja tarjoaa teoksen kohtaamiseen ja sen tulkitsemiseen työvälineitä: avaimia merkityslukkojen avaamiseksi. Varton mukaan taidekasvatuksessa on kumminkin muistettava, että sekä kasvattaja että kasvatettava ovat molemmat etsimisen äärellä, eikä valmiita ratkaisuja taiteen tekoon ole.

Itse lauluryhmää ohjatesani pyrin olemaan mahdollisimman niin sanotusti samalla tasolla ohjattavieni kanssa. Pyrin avoimeen ja vastavuoroiseen vuorovaikutukseen; kannustin ohjattaviani omien mielipiteidensä ja näkemystensä ilmaisemiseen, joiden pohjalta ryhmää koskevat päätökset tehtiin demokraattisessa hengessä. Pyrin siihen,

että ohjattavat itse ottaisivat vastuuta toiminnan etenemisestä, ja pääsisivät vaikuttamaan näin mahdollisimman paljon näin toiminnan suuntaan haluamallaan tavalla.

Turvallisen ympäristön luonti laulutilanteissa oli minulle ehdottoman tärkeää. Yksi keino ryhmän turvallisena pitämiseen oli heti alussa yhteisten sääntöjen sopiminen, joista kerrottiin aina ryhmään tuleville uusille jäsenille. Rakensin turvallista ilmapiiriä myös painottamalla ajatusta, että epäonnistuminen oli sallittua, jopa minulle itselleni ohjaajana. Epäonnistumisesta seuraa joskus merkittäviä kasvukokemuksia, ja taiteessa joskus se voi synnyttää aivan uusia ja odottamattomia näkökulmia asian käsittelyyn. Ohjaajana pyrin olemaan mahdollisimman luotettava, turvallinen ja kannustava. Vuorovaikutussuhteiden ja turvallisuuden tunteen ollessa kunnossa ryhmässä nuoret pystyivät antamaan itsestään enemmän, ja kokeilemaan turvallisesti omia rajojaan ilman kiusatuksi tai pilkatuksi tulemisen pelkoa.

Sinikka Haapasen (2009) mukaan nuorisotyön taide- ja kulttuurikasvatuksellinen ammatillisuus rakentuu tiedon integroitumisesta käytäntöön. Kokemukset nuorten ja nuorten yhteisöjen kohtaamisesta kehittävät nuorisotyöntekijän luovuutta liittämällä kokemustieto teoreettiseen tietämykseen. Pystyin samaistumaan tähän ajatukseen, sillä lauluryhmän samankaltaista toimintamallia ennenkin kokeilleenani pystyin opinnäytetyössäni yhdistelemään uuteen projektiin aikaisemman kokemuksen tuoman tiedon, ja työskentely nuorten kanssa oli helpompaa ja tehokkaampaa.

Kokemuksen karttuessa ammatillisen identiteetin ympärille muodostuu ihmisen persoonallinen identiteetti. Parhaimmassa tapauksessa työtä ohjaa missio, jonka perustalle rakentuu ohjaajan ammattirooli. Nuorisotyön näkökulmasta ohjaajan tulee olla avoinmielinen toimintaansa kohtaan niin, että sen tuloksena työhön muodostuu uusia lähestymistapoja, työn sisältöjä ja toimintaympäristöjä. (Haapanen 2009.)

Taide voi avata nuorisotyöhön luovia ulottuvuuksia ja lähestymistapoja tiedon syventäjänä. Taide on ajallemme tärkeä tekijä. Se kehittää innovatiivisuutta, sosiaalista pääomaa sekä yhteiskunnallista rohkeutta ja uutta ajattelua. Taiteen

kautta nuori on osallisena omassa elämässään ja luo omaa kohtaloaan. (Haapanen 2009.)

### 3.4 Taiteen ja kulttuurin merkitys hyvinvoinnille

Taide ja kulttuuri voivat antaa onnistumisen ja kehittymisen kokemuksia läpi elämän. Taide edistää tekijänsä keskittymiskykyä ja mahdollistaa taitojen ja ilmaisun kehittymisen. Taide voi olla yhteisöllistä; tällöin se tekee mahdolliseksi myös kohtaamisen, luottamuksen syntymisen ja jakamisen. Tällaiset kokemukset edistävät yksilön eheytymistä ja viihtymistä omassa ympäristössään ja yhteisössään. Taide voi vahvistaa yksilön elämänhallintaa ja toimijuutta sekä ehkäistä syrjäytymistä ja tukea yksilön kasvuprosessia. (Ikäihmisten elämänhallinnan ja hyvinvoinnin tukeminen – hanke 2013.) Taide tarjoaa myös monipuolisen tarkastelukentän yhteiskuntamme ajankohtaisimpiin teemoihin kuten muun muassa moni- ja interkulttuurisuuskasvatukseen ja mediakasvatukseen.

Nuoret ja taide – ilolla ja innolla, uhmalla ja uholla – Kirjoituksia murrosikäisten taito- ja taidekasvatuksesta (2008, 7.) tekijät ovat huolissaan siitä, että taito- ja taideaineiden vähentäminen perusopetuksessa ja opettajankoulutuksessa synnyttää kierteen, joka vaarantaa Suomen sivistystasoa. He pohtivat, voisiko Suomen taideaineiden opetuksen vähyydellä (joka on EU-maiden alhaisin) olla yhteyttä koulujen hyvinvointiin. He myös painottavat, että taidekasvatus kuuluu kaikille, eikä se saisi jäädä vain harvojen etuoikeudeksi.

Sinikka Haapasen (2009) mukaan nuorisotutkimuksessa tulee osoittaa taiteen vaikuttavuus nuoren vieraantumiseen liittyvissä ja syrjäytymistä edistävässä prosesseissa. Haapasen mukaan nuorisotyössä edellytetään luovaa, oivaltavaa suhdetta taiteeseen ja sen elävöittävään ja voimaannuttavaan vaikuttavuuteen.

#### 4 LAULURYHMÄTOIMINTA

Pääsin Tampereen Ylioppilasteatterin jäseneksi talvella 2014. Vuoden mittaan tämän jälkeen kuulin yhä useammalta jäseneltä silloin tällöin, kuinka teatterille kaivattaisiin jonkinlaista musiikkitoimintaa. Kun opinnäytetyöni tuli opinnoissani ajankohtaiseksi, päätin tarttua tähän tilaisuuteen. Opinnäytetyöni lähti käyntiin lyhyillä jäsenistön tilanteen kartoittamisella, olisiko tällaiselle toiminnalle todella kysyntää ja löytyykö jäsenistöstä moniakin kiinnostuneita. Positiivisten tulosten saannin jälkeen tapasin teatterisihteeri Sanni Naukkarisen kanssa ja aivoriihityöskentelimme toiminnalle pohjan: mitä, missä, milloin, kenelle, millaista, miksi, sekä allekirjoitimme tarvittavat sopimukset. Teatterisihteerin kanssa työskentelyssä korostui yhteisöllinen osaaminen ja erityisesti moniammatillisissa tiimeissä toimimisen osaaminen.

Olen aikaisemmalta koulutukseltani muusikko, ja olen perehtynyt opiskelujeni aikana erityisesti taide- ja kulttuuriseen nuorisotyöhön, joten aihe tuntui sopivalta ja osaamistani vastaavalta. Koin aiheen tärkeäksi siitä syystä, että kysyntä toimintaan oli tullut suoraan jäsenistöltä.

Taide- ja kulttuurikasvatuksellisessa projektissa, kuten muissakin toiminnallisissa kehittämisprojekteissa korostuvat ohjaajan pedagogisen osaamisen lisäksi myös kehittämisosaaminen sekä yhteisöllinen osaaminen sekä yhteiskunnallinen osaaminenkin. Pedagoginen ja yhteisöllinen osaamisen tarve korostuivat erityisesti lauluryhmää ohjatessani, mutta kehittämisosaamisen merkitys näkyi koko kehitysprojektin ajan: ohjaajan on osattava suunnitella, organisoida, toteuttaa ja arvioida projekti sekä työskennellä projektimaisesti erilaisissa työympäristöissä ja – yhteisöissä. Tämän lisäksi lauluryhmän ohjaajana minulla oli oltava valmiuksia tutkivan, kokeilevan, kehittävän ja arvioivan työotteen käyttöön, joka näkyi erilaisten taide- ja kulttuurikasvatuksellisten menetelmien käyttämisellä ja soveltamisella.

Yhteiskunnallinen osaaminen näkyi opinnäytetyössäni osallistavan ja sosiaalisesti vahvistamisen toiminnan arvon ymmärtämisessä paikallisesti, yhteisöllisesti ja yhteiskunnallisesti.

#### 4.1 Opinnäytetyön taustaa ja ideointivaihe

Ideointivaihe koostui lähinnä omista suunnitelmistani, Sanni Naukkarisen näkemyksistä sekä näiden suhteuttamisesta osallistujien näkemyksiin. Ryhmän oli matalan kynnyksen lauluryhmä, johon kaikki Tampereen Ylioppilasteatterin jäsenet olivat tervetulleita. Ryhmä kokoontui mahdollisuuksien mukaan kerran viikossa kahden tunnin ajan. Tapaamiset tapahtuivat teatterilla.

Ryhmän tarkoituksena oli olla avoin matalan kynnyksen lauluryhmä. Matalankynnyksen toiminnalla voidaan lisätä sosiaalista osallisuutta ja toiminnan tavoitteena on, että kynnyksen lähtöä mukaan olisi mahdollisimman alhainen. Matalan kynnyksen palveluilla tarkoitetaan toimintaa, joilla on normaaleihin palveluihin verrattuna matalampi kynnyksen. Tällöin osallistujilta vaadittavia edellytyksiä toimintaan liittymisessä on madallettu. Matalan kynnyksen palvelujen määritelmä on monimerkityksellinen, mutta käytännössä toimintaa määrittävät aina sen sisältö sekä asiakaskunta. Toisaalta matalan kynnyksen palvelujen käsite on suhteellinen, ja niitä ei voida määritellä absoluuttisilla kriteereillä (aukioloajat, sijainti, maksu). (Hämäläinen & Leemann 2015.) Matalakynnyksisyys näkyi omassa opinnäytetyössäni erilaisin tavoin. Osallistujilta ei vaadittu minkäänlaista aikaisempaa laulukokemusta tai osaamista. Kaikki teatterin jäsenet olivat tervetulleita osallistumaan toimintaan lähtökohdistaan huolimatta. Matalaa kynnystä opinnäytetyössäni loi myös toiminnan ehdoton vapaaehtoisuus ja ilmaisuus, sekä myös rento ja turvallinen, kokeilemisvapaa ilmapiiri, ja mahdollisuus vaikuttaa toiminnan suuntaan ja etenemiseen.

Aluksi ajattelimme Naukkarisen kanssa, että lauluryhmän etuna oli sen liikkuvuus; toimintaan ei tarvittu muuta kuin piano ja tarpeeksi tilaa laulajille. Suunnitelma oli,



että lauluryhmä voisi kokoontua teatterin tiloissa päällekin muun teatterin toiminnan kanssa, eikä tarvitsisi taistella teatterin varauskalenterin kanssa tiloista niin paljoa. Tulimme kumminkin siihen tulokseen, että korvaava tila (puvusto) oli liian pölyinen ja pieni paikka lauluryhmätoiminnalle, sekä äänet kantautuivat selvästi seinien läpi muuta toimintaa haitaten. Tästä syystä lauluryhmätoiminta varasi omat aikansa varauskalenterista kuten muukin teatterin toiminta, jolloin sopivia harjoitusaikoja oli hieman vaikeampi löytää.

Lauluryhmän ajatuksena oli myöskin olla paikka, jossa osallistujat saivat esittää omia harjoittelemiansa, mahdollisesti muihin teatterin projekteihinkin liittyviä kappaleita muille ryhmäläisille, sekä saada heiltä ja ryhmänvetäjältä rakentavaa palautetta. Lauluryhmässä jäseniä kannustettiin myös säveltämään omaa materiaalia tarvittaessa ryhmänohjaajan avustuksella.

Jo heti ryhmän suunnittelussa pyrin hyödyntämään pedagogista osaamistani. Ymmärsin kehityksen ja kasvatuksen lainalaisuudet, ja pyrin hyödyntämään näitä tietoja kohderyhmääni silmällä pitäen, ja suunnittelemaan toiminnan nuorille aikuisille ja aikuisille sopivaksi. Hyödynsin myös tietoperustaani kansalaistoiminnassa ja nuorisotyössä käytettävistä menetelmistä. Painottuen musiikkikasvatukseen, käytin ja kehitin erilaisia toimintaympäristöihin (Tampereen Ylioppilasteatteri ja lauluryhmä) sopivia toiminnan ohjauksen menetelmiä. Käyttämiäni menetelmiä on kerätty projektin aikana tuottamaani menetelmäoppaaseen (ks. Liite 3. ”Ripan pieni lauluvihko”).

Lauluryhmän toiminnan suunnitteluun keräsin aineistoa puolistrukturoidulla haastatteluilla. Hirsjärven ja Hurmeen (2001, 47.) mukaan puolistrukturoitu haastattelu etenee niin, että kaikille haastateltaville esitetään samat tai suurinpiirtein samat kysymykset samassa järjestyksessä. Joidenkin määritelmien mukaan puolistrukturoidussakin haastattelussa – kuten teemahaastattelussa – kysymysten järjestystä voidaan vaihdella. Täysin yhtenäistä määritystä osittain strukturoitujen haastattelujen toteutuksesta ei ole olemassa. Osittain järjestelty ja osittain avoin haastattelu sijoittuu formaaliudessaan täysin strukturoidun lomakehaastattelun ja

teemahaastattelun välille. Käytännössä puolistrukturoidusta haastattelusta käytetään joskus nimitystä teemahaastattelu. Tätä tapahtuu esimerkiksi silloin, jos haastattelussa esitetään yksityiskohtaisia kysymyksiä tietyistä teemoista, muttei välttämättä käytetä täydellisen samoja kysymyksiä haastateltavien kanssa. Saaranen-Kauppinen ja Puusniekan (2006) mukaan monissa ensimmäisissä opinnäytetöissä haastattelu saattaa muistuttaa puolistrukturoitua haastattelua: tällöin haastattelulle on mietitty teemat, mutta niiden lisäksi on valmisteltu tarkkoja kysymyksiä, jotka kaikki esitetään haastateltaville. Kun on päätetty haluttavan tietoa juuri tietyistä asioista, eikä haastateltaville näin ollen haluta tai ole tarpeellista antaa kovin suuria vapauksia haastattelutilanteissa, puolistrukturoitu haastattelu sopii tilanteeseen. (Puusniekka & Saaranen-Kauppinen 2006.)

Haastattelukysymykseni olivat lyhyitä ja napakoita: ”Mitä haluat/odotat lauluryhmätoiminnalta?”, ”Mihin haluaisit erityisesti keskittää huomiota lauluryhmätoiminnassa?” ja ”Millainen on mielestäsi toimiva lauluryhmä?”. Haastattelun toimintaan ilmoittautuneita yksilö-, pari- tai ryhmähaastatteluina tilanteen ja haastateltavien salliessa. Haastattelujen tuloksien pääteemoiksi selkiytyivät laulamisen ilo, erilaiset hengitystekniikat ja oikeanlaisen tuen löytäminen, sekä rento ja mukava yhdessä tekeminen, joiden pohjalta lähdin toimintaa suunnittelemaan tarkemmin.

#### 4.2 Avoimen ryhmätyöskentelyn mahdollisuudet ja haasteet

Lauluryhmä toimi sillä periaatteella, että se oli avointa toimintaa kaikille. Tämä tarkoitti sitä, että jokainen jäsen oli tervetullut mukaan milloin vain ehti. Kaikki pääsivät kokeilemaan silloin kun halusivat, toiminta oli joustavaa, ja tästä sainkin paljon kiitosta.

Avoimen ryhmän nurja puoli oli se, että eteneminen oli vaikeaa. Viime viikolla opettelimme tämän laulun näiden henkilöiden kanssa – nyt paikalle saapuu uusi henkilö, ja harjoittelu on aloitettava alusta. Tämä vaati paljon pitkämielisyyttä niin minulta itseltäni sekä ohjattaviltani.

Toiminta muovautui pian esityskohtaiseksi. Tietyt ihmiset esiintyivät tietyssä esityksessä, ja kävivät sitoutuneesti ennen tätä harjoituksissa. Esityksen jälkeen porukka muovautui taas uudelleen seuraavaa esitystä varten. Tämä järjestely toimi kohtuullisen hyvin.

Avoin ryhmätyöskentely oli myös kaksipiippuista myös osallistujien näkökulmasta; toisaalta ryhmä oli mahdollisuus tavata uusia ihmisiä ja tutustua heihin. Toisaalta ryhmäläisten vaihtuminen on saattanut aiheuttaa osallistujissa myös epävarmuutta – edellisellä viikolla tietyt osallistujat lauloivat samaa ääntä, mutta seuraavalla viikolla samaa ääntä laulava porukka on uusi. Avointa ryhmää vaivasi myös se, että ilmapiiriä ei saatu aivan niin turvalliseksi, mitä suljetun ryhmän kanssa olisi ollut mahdollista. Tähän seikkaan perehdyin muistuttamalla aina ryhmän perussäännöistä: kaikki olemme täällä kokeilemassa ja kaikki kokeilevat äänet ovat yhtä arvokkaita. Ketään ei saa ivata tai pilkata tai kenellekään ei saa nauraa ilkeästi, vaan kaikki kannustamme toinen toisiamme. Erehtyminen on luonnollista ja kantapäähän kautta oppiminen jopa suotavaa. Kerroin ryhmäläisille, että olin itsekin samassa asemassa heidän kanssaan: ohjaajana olin myöskin oppija, jolle erehdykset ovat myöskin sallittuja. Tällä tavoin esimerkkinä toimiessani sain ilmapiiristä mukavan rennon, uteliaan ja oppimiselle avoimen, jossa uskallettiin yrittää ja ei pelätty tehdä virheitä. Toinen tapa, millä pidimme ilmapiirin puhtaana, oli avoin keskustelu: kannustin ryhmäläisiä sanomaan rohkeasti mielipiteensä, ja tällöin saimme aikaan hyviä, rakentavia keskusteluja. Tärkeää oli myöskin osallistujien mahdollisuudet päästä vaikuttamaan toiminnan etenemiseen ja suuntaan: tämä tapahtui esimerkiksi yhdessä kappalevalinnoista äänestämällä, ja osallistujien vapaudella improvisoida ja kehittää omaa stemmaansa omien kykyjensä mukaan. Esiintymisistä ja esiintymisien visuaalisista ja ulkoisista asioista, kuten vaatevalinnoista ja koreografioista, päätimme myös yhdessä ryhmänä.

Lauluryhmää ohjatessani hyödynsin erityisesti yhteisöllistä osaamistani. Ymmärsin ryhmädynamiikan ja ryhmäprosessin merkitykset projektin eri vaiheissa, ja pyrin ohjaamaan ryhmää näistä näkökulmista mahdollisimman tehokkaasti ja turvallisesti. Pyrin soveltamaan tätä tietoa erilaisissa työyhteisöissä, yleisesti Tampereen

Ylioppilasteatterilla, teatterisihteerin kanssa työskennellessäni ja lauluryhmän kanssa. Ohjasin ryhmää erilaisia osallistavia pedagogisia menetelmiä käyttäen. Lauluryhmän kanssa toimiessani kiinnitin myös erityistä huomiota ryhmän kasvupotentiaalin ja voimavarojen löytämiseen; pyrin huomioimaan ohjattavien erikoisosaamisen ja kiinnostuksen kohteet (esimerkiksi sanoitus- ja sovitustaidot, erilaisten instrumenttien soittamisen osaaminen) ja hyödynsin tätä erikoisosaamista esimerkiksi kannustamalla ryhmäläisiä omien sanoitusten ja sovitusten tekemiseen sekä soittamiseen laulamisen ohella. Tällä tavoin niin yksilöiden kuin ryhmän toimijuus vahvistui.

#### 4.3 Ryhmäläisten huomiointi ja ohjaajan rooli

Minulle ryhmänohjaajana oli hyvin tärkeää, että sain jokaisella kerralla luotua rennon, turvallisen ilmapiirin, jossa jokaisen oli helppo kokeilla laulamista, huumoria unohtamatta. Aloitimme harjoitukset aina venyttelyillä ja keskusteluringillä, jossa jokainen kertoi halunsa mukaan, mitä hänelle kuului. Tällä tavoin jokainen pääsi ääneen heti alussa ja tuli kaikkien ryhmäläisten huomioiduksi. Minä ohjaajana pystyin samalla tarkkailemaan ryhmää ja suhteuttamaan ohjaamistani kuulemieni kertomusten mukaan. Esimerkiksi, jos ryhmäläiset olivat kovin väsyneitä, teimme piristäviä harjoitteita tai jos väsymys vei kunnolla voiton, saatoimme lopettaa vähän aikaisemmin kuin normaalisti. Mutta ryhmän rikkaus oli kumminkin ryhmän hyvä henki ja ryhmäläiset itse: jos joku ilmaisi olevansa vaikkapa alakuloinen, hän sai välittömästi syllillisen empatiaa ja sympatiaa muilta ryhmäläisiltä. Opinnäytetyöni avulla huomasin, kuinka tärkeä yksi pieni kysymys ”mitä sinulle kuuluu?” voi oikein olla, ja kuinka tämän kysymyksen esittämisellä ja kuuntelemisella voi helposti vaikuttaa positiivisesti toisen mielialaan. Ryhmäläiset kertoivat, että lauluryhmällä oli heihin terapeuttisia vaikutuksia.

Osallistujat olivat usein kovin erilaisia laulu”taidoiltaan” ja -tottumuksiltaan. Pyrin vastaamaan näihin eroavaisuuksiin ohjaajana kannustamalla ja innostamalla ja yhyttämällä muut ryhmäläiset mukaan kannustamiseen. Mottoni oli: ”Syteen tai saveen”, ja mielestäni se on hyvä motto: tärkeää ei ole täydellinen suoritus tai

puhtaasti laulettu kappale, vaan se, että uskaltaa yrittää ja mahdollisesti ylittää omat pelkonsa. Laulaminen on toki taito, jossa kehittyy, kun harjoittelee. Ensiaskel on luonnollisesti se, että uskaltaa avata suunsa ja antaa äänen virrata ulos.

Osallistujista löytyi monia, joilla oli jo vahva laulutausta ja paljon rohkeutta ja halua laulamiseen solistinakin. Tällaiset henkilöt eivät luonnollisestikaan tarvinneet niin paljon ohjausta – annoin heille heidän tasonsa mukaisia, haastavia stemmääniä, ohjasin heitä vuoron perään solistin tehtäviin ja annoin vinkkejä ja ehdotuksia siitä, kuinka he saisivat laulustaan mahdollisesti vielä vivahteikkaampaa ja eläväisempää. Näiden henkilöiden tehtävänä oli myöskin auttaa ja tukea muita hieman epävarmempia laulajia. Auttaminen saattoi tapahtua esimerkiksi stemmääniä yhteisellä harjoittelulla ja kannustuksella.

Minulle oli myös tärkeää, että solisteina ei ollut ainoastaan näitä ”hyviä” laulajia, vaan kaikki saivat yrittää, jos halusivat. Pyrin siihen, että jokainen saisi laulaa yhden soolokappaleen, mutta toki jos se tuntui pahalta, ei ollut pakko.

Sellaiset henkilöt, joilla ei ollut paljoa aikaisempaa laulukokemusta, tai jotka kuvittelivat olevansa laulutaidottomia, kaipasivat enemmän ohjausta. Tämä ohjaus koostui suurimmalta osin kannustamisesta ja rohkaisemisesta. Jotkut olivat herkempiä laulamisen suhteen: eräs osallistuja toivoi, ettei häntä katsottaisi silmiin, kun hän laulaa. Tällaisia pyyntöjä toki kunnioitettiin ja peräänkuulutin juuri avoimuutta ja keskustelua siitä, miltä laulaminen ryhmässä tuntui. Mutta kun lukko oli avattu, jatko oli lastenleikkiä: samainen henkilö lauloi teatteriesityksessä seuraavana kesänä sadoille ihmisille ilman minkäänlaista ongelmaa. Ohjaajana minun tärkein tehtäväni oli taluttaa ja tukea nuo ”laulutaidottomaksi” itsensä kuvittelevat ihmiset laulamisen aloittamisen joskus kivuliaankin kynnyksen yli.

Myös harjoitustilanteissa pyrin pitämään tilanteen mahdollisimman turvallisena ja mukavana. Äänenavaukset tehtiin yhdessä, eikä kenenkään tarvinnut laulaa yksin, jollei halunnut. Toki kannustin epävarmempiakin laulajia sooloihin: pienen kannustuksen ja innostamisen jälkeen hekin uskalsivat ja huomasivat selviytyvänsä

tehtävästä, ja nämäkin osallistujat saivat laulussa uusia onnistumisen kokemuksia, ja lähtivät tyytyväisinä ja iloisina harjoitusten jälkeen kotiin. Mutta kuten sanottu, epäonnistuminen oli myös sallittua ja hyväksyttävää: tällöin oli tärkeää painottaa sitä, että tärkeintä oli yritys, ja tähän ei maailma kaatuisi; jos jaksoi yrittää, niin vielä onnistuisi. Ohjaajana oli tärkeää varmistaa, ettei osallistujille jäänyt paha mieli oman epäonnistumisen jälkeen; tarkoituksena ei ollut yhä uusien lukkojen ja traumojen muodostus. Lauluryhmässä roolini ohjaajana olikin lähinnä olla kannustaja, toiminnan mahdollistaja ja musiikin ohjaaja ja sovittaja.

#### 4.4 Esiintymiset ja musiikkivalinnat

Pääsimme esiintymään lauluryhmän kanssa kolme kertaa. Esiintymiset olivat pienimuotoisia, yhden tai kahden kappaleen tuotoksia. Ensimmäinen esiintyminen tapahtui Tampereen Ylioppilasteatterin pikkujouluissa joulukuussa 2014, tämän jälkeen esiinnyimme Afrikan valloitus –esityksen hautajaisjuhlissa helmikuussa 2015, ja viimeisimpänä Ravintolapäivänä teatterilla kirpputoritapahtuman yhtenä ohjelmanumerona toukokuussa 2015.

Avoimen ryhmälaulannan pienimuotoisista aikataulutus- ja ryhmäläisten sitoutumisongelmien vuoksi emme päässeet esiintymään teatterin ulkopuolella. Ryhmäläiset kokivat silti esiintymiset mielekkäiksi ja opettaviksi tilanteiksi, ja Tampereen Ylioppilasteatteri ympäristönä turvalliseksi ja helpoksi esiintymistilaksi. Erityisesti ujoimmat laulajat tunsivat, että julkisesti esiintyminen vaikutti myönteisesti heidän itsetuntoonsa ja rohkeuteensa lavalla. Saimme paljon kiitosta katsojilta, ja esityksiä pidettiin hauskoina, taitavina ja energisinä.

Musiikkivalinnoista vastasin lähinnä minä ohjaajana, ainakin aluksi. Etsin osallistujien hyväksyttäväksi sellaisia kappaleita, jotka pystyin sovittamaan viitekehykseen sopiviksi ja osallistujien taitotasojen mukaisesti. Kappalevalinnat teimme ryhmänä demokraattisen äänestyksen perusteella. Pyrin muokkaamaan kappaleita niin, että jokaiselle olisi kappaleissa haastetta, mutta ei mitään ylivoimaista. Tämä oli hieman hankalaa ottaen huomioon osallistujien laulutaitotasojen kirjon; pääperiaatteena oli

joka tapauksessa se, että tavoitteeseen pyrittiin huumorin ja rentouden kautta, ja tärkeämpää oli osallistuminen ja yrittäminen, kuin itse täydellinen suoritus. Ryhmäläiset esittivät myös omia kappale-ehdotuksia, ja kannustin heitä yhä enemmän myös kappaleiden sovittamiseen.

#### 4.5 Eettisyys

Opinnäytetyötä tehdessäni ja erityisesti lauluryhmää ohjatesani pyrin toimimaan nuorisotyön ammattieettisen ohjeistuksen mukaisesti. Ohjeistuksen mukaan nuorisotyön tavoitteena on, että jokainen nuori saavuttaa omien voimavarojensa ja näkemyksensä mukaisen paikkansa yksilönä ja yhteiskunnan jäsenenä. Tästä syystä lauluryhmätoiminnassa oli tärkeää pystyä tarjoamaan osallistujille onnistumisen kokemuksia, jotka vahvistivat heidän identiteettiään ja voimavarojaan. Lauluryhmän tavoitteena oli tukea ja mahdollistaa nuorten omaehtoista toimintaa ja tarjota kehittävän vapaa-ajanviettomahdollisuuden. Lauluryhmän ajatuksena oli, että jokainen osallistuja sai olla vapaasti oma itsensä ilman pelkoa nolatuksi tai hylätyksi tulemisesta. Tästä syystä ryhmälle luotiin yhteiset säännöt, ja ilmapiiriä putsattiin jatkuvalla vuorovaikutuksella. Ryhmässä nuoret kohdattiin sekä yksilöinä että ryhmän jäseninä, ja osallistujia kannustettiin ratkaisemaan ristiriidat myönteisesti ja välttämään ennakkoluuloja sekä asenteellisuutta. Pyrin ryhmän ohjaajana itse toimimaan esimerkkinä.

Nuorisotyön ammattieettisen ohjeistuksen mukaan nuorisotyö on kohtaamista, kannustavaa kasvatusta sekä yhdessä tekemistä. Lauluryhmätoiminnassa oli tärkeää kohdata osallistujat aidosti, ja pyrin olemaan ohjaajana helposti lähestyttävä, luotettava ja turvallinen. Aitouden lisäksi ryhmässä ohjaajana oli tärkeää löytää osallistujalle aikaa ja kuunnella häntä silloin, kun hän sitä tarvitsi, ja tarttua mahdollisesti epäoikeudenmukaisiin menettelyihin ryhmässä. Ryhmässä ohjaajana oli tärkeää hyväksyä ohjattavien erilaisuus ja erilaiset lähtökohdat, ja toimia tasapuolisesti, kannustavasti, oikeudenmukaisesti, erilaisuutta arvostavasti ja välittävästi.

Lauluryhmän tarkoituksena oli vahvistaa osallistujien osallisuutta ja hyvinvointia. Lauluryhmätoiminta oli nuorten tukemista sekä syrjäytymisen ehkäisyä. Toiminnassa oli tärkeää myöskin luoda edellytyksiä nuorten pelkojen voittamiselle ja unelmien toteutumiselle. Tämä näkyi esimerkiksi epävarmimpien osallistujien tunnelukkojen avaamisena.

Tampereen Ylioppilasteatterilla oli tärkeää pystyä työskentelemään rakentavasti ja avoimesti, nuorisotyön asiantuntijana, joka ymmärsi ja osasi perustella oman työnsä ja toimintansa arvon. Teatterilla olin ammattialani ja osaamiseni kehittäjä, ja pyrin jakamaan osaamiseni ja vastavuoroisesti oppimaan toisilta ammattilaisilta, kuten vaikkapa teatterisihteeriltä.

Lauluryhmätoiminnassa painoarvoa annettiin osallistujien vaikuttamismahdollisuuksille: oli tärkeää, että he pääsivät vaikuttamaan itse ja kehittämään toimintaa. Tärkeää oli myös se, että he ymmärtäisivät, että he pystyvät vaikuttamaan heidän ympärillensä tapahtuviin asioihin.

Nuorisotyön ammattieettisen ohjeistuksen viimeisimmät kohdat koskevat kestävästä kehitystä sekä sitä, että nuorisotyön ammattilaisen on osattava pitää huolta omasta hyvinvoinnistaan ja jaksamisestaan. Ohjaajalle on tärkeää tunnistaa omat rajansa työssään, jotta työskentely olisi mahdollisimman tehokasta muttei terveydelle ja jaksamiselle haitallista.

## 5 MENETELMÄOPPAAN TOTEUTTAMINEN

Suunnitelma menetelmäoppaan teosta syntyi aivoriihessä yhdessä teatterisihteerin Sanni Naukkarisen kanssa. Tarkoituksena oli tehdä äänenavausharjoitteita ja –lämmittelyjä sekä leikkejä kokoava teos, josta olisi hyötyä teatterilla myös muussakin kuin lauluryhmätoiminnassa. Menetelmäkansiosta suunniteltiin opasta, jossa



käytäisiin läpi myös lauluun liittyviä perusasioita, kuten oikea hengitystyyl, tuki ja asento.

Tarkoituksena oli muodostaa opas, josta olisi äänenkäytöllisesti mahdollisimman paljon hyötyä teatterilaisten näkökulmasta. Esimerkiksi teatterin pääproduktioissa, jotka sisältävät laulanta, on usein harjoitusten alussa äänilämmittely, jonka kukin ryhmän jäsen ohjaa vuorollaan. Opas oli tehty niille, jotka eivät ole niin tuttuja laulamisen ja erilaisten lauluharjoitteiden ja –leikkien kanssa; oppaan tarkoituksena oli, että he saavat varmuutta omaan ohjaamiseensa. Tästä syystä oppaassa on myös ryhmäharjoitteita ja –lämmittelyjä. Oppaan tarkoituksena oli myös koota lyhyt ja ytimekäs tietopaketti kaikille laulun perusasioista kiinnostuneille, jotka haluavat kehittää laulutaitoaan.

Valmis menetelmäopas tulostettiin teatterille, jotta se on helposti ja vaivattomasti heti tarvitsevien käytössä. Tämän lisäksi opas lähetettiin liitteenä menetelmäoppaasta kertovan sähköpostiviestin mukana teatterin jäsenten sähköpostilistalle, jotta se tavoittaisi jokaisen teatterilaisen ja teatterilaiset saisivat tietoa oppaan olemassaolosta ja käyttötarkoituksista.

### 5.1 Aineiston keruu

Ripan pienen lauluvihkon aineisto on koottu havainnoimalla lauluryhmässä sekä muussa teatterin toiminnassa sekä kyselyillä. Havainnointi antaa havainnoijalle käsityksen, mitä vuorovaikutustilanteessa tapahtuu, ja mahdollistaa tapahtuman kokonaisuuden jäsentämisen. Havainnoinnissa on huomioitava myös tilanteen konteksti tai prosessi. Havainnointi antaa tietoa fyysisen ympäristön vaikutuksesta ja kulttuurisesta käyttäytymisestä. (Dewalt & Dewalt 2002.)

Havainnointiin on kolme erilaista lähestymistapaa. Kuvailevassa havainnoinnissa keskitytään havainnointiin yleisellä tasolla ja tavoitteena on saada kokonaisnäkemys siitä, mitä tapahtuu. Keskittyvä havainnointi suuntautuu tiettyihin asioihin tai

tapahtumiin kysymysten tukemana. Valikoiva havainnointi keskittyy havainnoimaan tiettyjä tilanteita tai ihmisiä, jolloin tukena käytetään haastattelua. (Spradley 1980.)

Havainnoijalla toimii tietyssä roolissa: hän voi olla 1. osallistumatta, 2. täydellinen havainnoija, 3. havainnoija, joka osallistuu, 4. osallistuja, joka havainnoi tai 5. täydellinen osallistuja. (Dewalt & Dewalt 2002; Lahtinen 1998; Spradley 1980.) Havainnoimisessa on myös erilaisia muistiinpanotapoja, kuten: pikamuistiinpanot, tarkennetut, varsinaiset muistiinpanot, menetelmää koskevat muistiinpanot, erilaiset päiväkirjat sekä analyttiset muistiinpanot. (Dewalt & Dewalt 2002.)

Lauluryhmätilanteessa keskittyvän havainnoinnin kautta ja täydellisen osallistujan roolissa keräsin aineistoa menetelmäopasta varten. Keskityin erilaisiin äänenavausharjoitteisiin sekä lämmittelyleikkeihin ja –peleihin. Kannustin tapaamiskerroilla lauluryhmään osallistujia jakamaan ja opettamaan muillekin osaamiaan tekniikoita ja menetelmiä, jota kautta sain kerättyä paljon itsellenikin uutta materiaalia. Erilaisia tekniikoita ja leikkejä opin myös Afrikan valloitus –projektin myötä ja sen alkulämmittelyissä, sekä osallistumalla avoimeen improvisointiryhmään. Dokumentoin oppimani leikit, harjoitteet ja lämmittelyt päiväkirjatyylisesti.

Lauluryhmätoiminnan aikana selvitin lauluryhmään osallistujien mielipiteitä: mikä olisi heidän mielestään oleellista olla laulumenetelmäoppaassa, ja mitä erilaisia lauluharjoitteita ja –leikkejä sekä lämmittelyleikkejä he tietävät. Keräsin tietoa kirjallisen puolistruktuoitun haastattelumenetelmän avulla. Osallistajat kirjoittivat vastauksensa ylös paperille, jotka keräsin tilanteen lopuksi. Poissaolijoilta keräsin vastaukset sähköisesti, joko facebookin tai sähköpostin kautta. Aineistojen analyysissä keskeisimmiksi toiveiksi menetelmäoppaasen olivat vinkit laulun ”tuen” sekä rennon ja pakottamattoman laulutyylin löytämiseen ja terveellisen lauluasennon ja hengitystyylin etsintään. Pyrin menetelmäoppaassani vastaamaan näihin osallistujien kysymyksiin, sekä kirjasin ylös tehokkaimmiksi ja hyödyllisimmiksi kokemani menetelmät.

## 5.2 Menetelmäoppaan rakenne

Menetelmäopas alkaa kansikuvasta, jossa on Tampereen Ylioppilasteatterin epävirallinen maskotti Ripa. Pyrin tekemään menetelmäoppaasta parhaan graafisen osaamiseni mukaan kiinnostavan, innostavan, värikkään ja iloisen. Menetelmäopas pyrkii olemaan napakka, tiivis tietopaketti laulun perusasioista ja harjoittelumenetelmistä silti olematta liian saarnaava ja raskas luettava. Menetelmäoppaan nimi on ”Ripan pieni lauluviikko”. Seuraavalla sivulla on johdanto, jossa toivotan lukijan tervetulleeksi lukemaan lauluviikkoa ja kerron lyhyesti menetelmäoppaan sisällöstä.

Seuraavaksi käsittelen ideaalista lauluasennon löytymistä. Usein laulajan pahimmat viholliset ovat erilaiset vartalosta löytyvät jännitteet, ja pyrin osiossa kiinnittämään huomiota pahimpiin kiristyskohtiin ja niiden purkamiseen. Osiossa käydään läpi niska, leuka ja huulet, kurkku, olkapäät, lantio, polvet ja haaraväli. Kokonaisuutta havainnollistaa kuva Ripasta.

Tämän jälkeen siirrymme käsittelemään oikeanlaista hengitystyylä laulaessa, ja sen etsimisen vaiheita. Laulajalle oikea hengitystyyli on tärkeä kurkun kuromisen estämiseksi sekä se antaa voimaa lauluäänelle ja mahdollistaa pidempien fraasien laulun.

Toiseksi viimeisenä osiona ennen lämmittelyleikkeihin ja –harjoituksiin siirryttäessä käsitellään laulajan ”tuki”. Tuki on laulamisen perusedellytyksiä, sillä sillä voi tuottaa ääntä tasaisemmin ja pidempään, laulajan ääniala laajenee eikä laulajan ääni rasitu tai käheydy. Tuen avulla laulaja pystyy tuottamaan voimakkaampaa ääntä sekä hallitsemaan sävelpuhtauttaan. Tuki on laulajan aktiivista uloshengityksen hallintaa, jolloin vastustetaan pallean luontaista pyrkimystä työntää sisäänhengitetty ilma ulos. Tuki koostuu vatsa-, selkä- ja lannelihaksista.

Viimeisimpänä tietotiiviyksenä on ”Muunlaista muistettavaa”. Osion nimen mukaisesti tähän osioon on kerätty kaikenlaista muuta tietoa, joka ei sopinut aikaisempiin osioihin. Osiossa käsitellään fyysisen lämmittelyn tärkeys, kurkun ”auki”

pitäminen eli kitalaen nosto, artikulointi ja kappaleen rytmin löytäminen. Kappaleessa myös muistutetaan laulajaa siitä, että laulaminen ei saa koskaan sattua tai tuntua epä mukavalta. Tällöin lauluääni yrittää usein viestiä, että tekee jotain väärin. Laulajan on tärkeää oppia luottamaan tuntemuksiinsa.

Tietopakettiosuuksien jälkeen siirrytään lämmittelyleikkeihin ja –harjoituksiin. Lämmittelyleikit ja –harjoitukset koostuvat alkulämmittelyistä (tuen lämmittely, suun lämmittely), artikulaatioharjoituksista, vartalon lämmittelyleikeistä ja ryhmälämmittelyistä. Tämän jälkeen on vuorossa erilaisia äänenavausharjoitteita, joista osa on havainnollisesti nuotinnettu. Viimeiseen harjoitukseen on lisätty myös bodypercussiorytmi.

### 5.3 Lukijoiden kommentit

Ripan pienen lauluviikon lukijoiden palaute teoksesta olivat pääsasiallisesti positiivista. Keräsin palautetta suullisesti (pikamuistiinpanot tukenani) ja sähköisesti (facebookin kautta) oppaasta lauluryhmäläisiltä, muulta jäsenistöltä sekä teatterisihteeriltä. Erityisesti kehuja sai oppaan pirteä yleisilme, sekä yksinkertaisuus ja kuinka oppaan menetelmiä oli helppo yhdistellä myös näyttelijäntyöhön. Tässä on koottuna muutamia saamani kommentteja:

”Ekalla silmäyksellä siitä tuli heti iloiseksi ja positiivinen fiilis alko jyllään kehossa. Ihana. Toi Ripa on hauska idea ja vihkosen sisältö kannustaa laulamaan ja lukemaan vihkosen, eikä se ole liian tekninen ja tylsän näköinen. Lisäksi olet nähnyt selkeästi sen tekemiseen vaivaa...niinku, ettet ole kyhänny sitä kahessa minuutissa. Cool.”

”Todella hyviä noi harjoitukset, joita oot vihkoseen koonnu, ne ei oo liian monimutkasia ja oon just itekki päässy laulamisen alkuun juuri noilla vinkeillä. Toi on tosi hyvä toi, ettei laulamisen kuulu sattua. Helppoja niksejä, joita on helppo muistaa. Niin ja vihkonen toimis myös todella hyvin näyttelijälle äänenavauksen oppaana, kun siinä on noi artikulaatio harjoitukset, joita ei ikinä muista kaikkii, kun ois tarve. Sit noi on tosi hyvä plussa noi nuotit, jotka on sisällytetty vihkoon.”

”Oikein hyvä vihkonen, ihana että Ripakin pääsee vähän spotlightiin! Mun mielestä toi on tosi kattava muttei kuitenkaan uuvuttavan paljon informaatiota.”

## 6 OPINNÄYTETYÖN ARVIOINTI JA POHDINTA

Opinnäytetyöni oli suhteellisen pitkä prosessi, kestoltaan noin vuosi. Opinnäytetyön aikana työskentelin teatterisihteerin, teatterin jäsenistön sekä hallituksen kanssa, ja yhteistyö sujui hyvin.

Opinnäytetyö täytti tarkoituksensa Tampereen Ylioppilasteatterin musiikkitoiminnan laajentamisessa. Lauluryhmätoiminta koettiin sosiaalisesti vahvistavaksi sekä osallistavaksi, sekä kiitosta saivat matalakynnyksisyys sekä avoimuus. Tosin avoin ryhmämalli jakoi mielipiteitä: toisaalta se koettiin hyväksi ja joustavaksi, mutta vaikeutti toisinaan ryhmän edistystä ja etenemistä.

Aineistoa keräsin projektin aikana havainnoimalla sekä suullisilla ja kirjallisilla haastatteluilla. Havainnointi- ja haastatteluaineistoa kertyi suhteellisen hyvin, mutta tarkempien ja laajempien tulosten saantia varten olisin toivonut aineistoa vielä vähän enemmän. Havainnointi- ja haastatteluaineiston tulosten perusteella kokosin menetelmäoppaan, Ripan pienen lauluviikon. Muun haastatteluaineiston tulosten perusteella suunnittelin lauluryhmätoiminnan sisältöä sekä arvioin lauluryhmätoiminnan ja opinnäytetyön onnistumista kokonaisuudessaan.

Tuotoksen jalkauttaminen Tampereen Ylioppilasteatterille sujui menetelmäoppaan kohdalla hyvin: sähköisenä versiona sähköpostilistan kautta kaikki jäsenet ovat saaneet sen ja tulleet tietoisiksi sen olemassaolosta. Kuinka paljon opasta käytännössä käytetään jää nähtäväksi tulevaisuudessa, mutta lukijoiden palautteen perusteella suhtautuminen lauluoppaaseen on ollut positiivista.

Koska olen itsekin Tampereen Ylioppilasteatterin jäsen, on mielestäni tärkeää pohtia opinnäytetyöni objektiivisuutta. Vaikka pyrin olemaan mahdollisimman puolueeton, uskon, että jäsenyyteni jollain tavalla vaikutti opinnäytetyöni onnistumiseen. Teatteri toimintaympäristönä ja yhteisönä oli minulle jo valmiiksi tuttu, jolloin lauluryhmän toimintamallin suunnittelu ja toiminnan vienti paikan päälle helpottui. Tuttuuden takia toiminta oli mielestäni tehokkaampaa ja tarkemmin suunniteltua. Tuttuudella voi tosin myös olla kääntöpuoli: pelkona on se, että toiminta pysyy samanlaisena eikä enää kehity muun ympäristön mukana. Jäsenistö, teatterisihteeri ja hallitus suhtautuivat minuun myös mahdollisesti eri tavoin, kuin tuntemattoman henkilön kohdalla olisi tapahtunut. Silti uskon, että toimintamalli toimisi myös erilaisissa toimintaympäristöissä. Tästä todisteena pidän sitä, että käytin samankaltaista toimintamallia myös projektiopinnoissani Tampereen Monitoimitalo 13:sta.

Aineiston tulosten perusteella voi tehdä johtopäätöksen, että musiikkitoiminnan laajentaminen Tampereen Ylioppilastalolla on ollut toivottua ja onnistunutta. Lauluryhmätoiminnalle oli kysyntää, josta kertovat haastatteluaineistot, jäsenten aktiivisuus ja jäsenten into jatkaa toimintaa tulevaisuudessa.

## 6.1 Tilaajan arviointi ja ryhmäläisten palaute

Teatterisihteeri Sanni Naukkarinen antoi opinnäytetyöstäni seuraavanlaista palautetta:

"Opinnäytetyön toiminnallinen osuus on ollut onnistunutta. Lauluryhmän avulla jäseniä on saatu aktivoitua ja he ovat päässeet kokeilemaan jotain uutta ja teatterin normaaliaktiviteeteista hieman poikkeavaa. Ryhmän ollessa avointa ja matalan kynnyksen toimintaa kaikki halukkaat ovat päässeet kokeilemaan ryhmään osallistumista. Lauluryhmässä on koettu henkilökohtaisia henkisiä kasvupyrähdyksiä, joka näkyy muutamien jäsenten itsevarmuuden ja esiintymisvalmiuksien lisääntymisenä. Ryhmä on koettu mukavaksi ja suorastaan terapeuttiseksi ja tekeminen hauskaksi. Ryhmän esiintymiset ovat olleet hauskoja ja mukaansatempaavia. Ryhmän vetäjänä Tanja on ollut osaava, rento ja kannustava.

Ripan pieni lauluvihko on erityisesti lauluryhmässä käytettäessä hyödyllinen, mutta myös muuta teatterin toimintaa silmällä pitäen kätevä. Vihkossa olevia lämmittelyleikkejä ja äänenavauksia voi helposti käyttää esimerkiksi ennen esityksiä näyttelijöiden lämmittelyssä, ja useat harjoitteet ovat jo valmiiksi näyttelijöille tuttuja. On helpottavaa, että kaikkia harjoitteita ei tarvitse muistaa ulkoa, vaan ne on koottu samojen kansien sisälle."

Lauluryhmätoiminnan loputtua keräsin palautetta ryhmäänosallistujilta. Palaute oli sekä suullista ja kirjallista, myös sähköisessä muodossa. Osa palautteeseen vastaajista oli lauluryhmän aktiivijäseniä, osa vain muutaman kerran kokeilijoita.

"sun ohjauksessa oli super hyvä tehdä! ammattimainen ja positiivinen, varma ote. hyvät sovitukset oli aina löydetty treeni aika käytettiin kompaktisti!"

"No ainakaan mitään huonoa ei tuu mieleen ja mielellään jatkaisin syksylläkin. Hyvää on ollut rento ja kannustava tunnelma treeneissä ja lahjakkaat kanssamusisijat, ja positiivisella tavalla auktoriteettina toiminut vetäjä"

"On intoa jatkaa, todellakin. Hyvää oli: matala kynnys, äänenavaukset, joita tosin voisi kehittää uusia tulevaa ajatellen, hyvät biisivalinnat, monipuolisuus, kiva ryhmä (vaikka se aina vaihtelikin). Huonoa ei musta sinänsä ollu paitsi, jos ny se lasketaan, että ryhmä ei ollu aina sama ja vaihtelevuutta ihmisissä oli paljon...se vois olla enemmän yhtenäisempää, vaik mä itte henkilökohtaisesti tykkäsin, että pääsi mukaan, kun oon aina iltaisin koulussa. Joo tulevaisuudessa vois olla sekä aamupäivä, että iltapäivä treenejä, jos on aina vaan ilta, niin kaikki ei pääse.

Uuu, vois opetella soittaa jotain laulun ohessa, jotain simppeleitä esim. pianolla"

"ei --- mä oon surkea kirjoittamaan täällä, mutta tuota mitäs mä nyt taas osaisin sanoa, kivaa oli ne pari kertaa mitä pääsin mukaan, kiitosta erityisesti siitä kuinka hauskana laulaminen on aina pysynyt sun kanssa, ja hyviä lauluteknillisiä neuvoja. Ja olis intoa jatkaa next year jos aika vaan taas sallii :))"

”On intoa jatkaa, mikäli Ruoja suo. Tykkäsin tosi paljon sun sovituksista Summertimeen ja saatiin reenattua se vaivattomasti. Eli hyvin vedät! En taida täysin olla selvillä siitä, mikä ryhmän tavoite ja toimintamuoto oli vai oliko mitään spesifiä. Tää oli jotenkin osa sun opintoja, eikse? Enihuu, --  
- 12 pistettä”

”Toivottavasti hetki ei mennyt ohi. Eli parasta oli hyvä ja rento meininki tehdä töitä ja se, että kaikki sai osallistua paljon. Jos ei osannu niin ryhmä tuki! iso apu ujolle laulajan alulle! : D”

## 6.2 Ideoita tuleviksi opinnäytetöiksi

Lauluryhmätoimintaa olisi helppo jatkaa samalla mallilla. Tulevaisuudessa toiminnan kehityksen kannalta olisi kumminkin suotavaa, että ryhmä toimisi suljetusti, tai ryhmiä olisi kaksi: avoin passiivisemmille osallistujille sekä suljettu ryhmä aktiivisille jäsenille. Tällöin jokainen innokas pääsisi kokeilemaan lauluryhmätoimintaa, mutta aktiivijäsenet pääsisivät kehittymään ja kehittämään lauluryhmätoimintaa haluamallaan nopeudella.

Mikä herätti projektin aikana mielenkiintoni oli myös se, kuinka yhteisöllisyys näkyi tai oli näkymättä teatterin kokonaiskuvassa. Teatteri koostuu eri ammattialojen osaajista, joten yhteisöllisyys ja kansalaistoiminnan ja nuorisotyön periaatteet eivät välttämättä ole saaneet teatterilla arvoistaan jalansijaa. Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön periaatteet voisivat kumminkin helposti lisätä teatterilla yhteisöllisyyttä ja hyvinvointia, ja näin ollen myös koko teatterin toiminnan tehokkuutta. Opinnäytetyöideana teatterille voisi järjestää Yhteisöllisyys teatteritoiminnassa – teemapäivän, johon voisi liittyä tutustumista, ryhmäyttämistä ja tietoa yhteisöllisyyden ja osallisuuden hyvinvoinnin edistävästä tekijöistä, sekä tietoa konfliktien myönteisistä ratkaisukeinoista ja asenteellisuuden ja ennakkoluulojen haitoista.



## LÄHTEET

- Cederlöf, Petri 1998. Nuorisotyön yhteiskunnallinen merkitys. Perustietoja, poimintoja ja haarukkapaloja nuorisotyöstä ja sen asemasta suomalaisessa yhteiskunnassa. Helsinki: Nykypaino Oy.
- Dewalt, Billie & Dewalt, Kathleen 2002. Participant Observation. Walnut Creek: ALTAMIRA Press.
- Haapanen, Sinikka 2009. Taide luo nuorisotyössä eettistä kasvutilaa. Sähköinen kolumni. Viitattu 23.11.2015. <<http://www.kommentti.fi/kolumnit/taide-luo-nuorisoty%C3%B6ss%C3%A4-eettist%C3%A4-kasvutilaa>>
- Herranen, Jatta & Lundblom, Pia 2011. Sosiaalinen vahvistaminen kokemuksina ja käytänteinä. Humanistinen ammattikorkeakoulu. Sarja C. Opetusmateriaaleja 26, 2011.
- Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena 2001. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.
- Ihmisoikeuksien yleismaailmallinen julistus 1948. 27 §. Viitattu 23.11.2015.
- Ikäihmisten elämänhallinnan ja hyvinvoinnin tukeminen –hanke 2013. Ikäehyt. Taide ja kulttuuri lappilaisen ikäihmisen hyvinvoinnin vahvistajana. Viitattu 24.11.2015. <<http://some.lappia.fi/blogs/ikaehyt/files/2012/10/Taidekasvatus-tukee.pdf>>
- Jyväskylän Yliopisto 2015. Verkkosivut. Viitattu 23.11.2015. <<https://www.jyu.fi/hum/laitokset/taiku/opiskelu/taidekasvatus>>
- Jämsén, Arja & Pyykkönen, Anne (toim.) 2014. oSallisuuden jäljillä. Saarijärvi: Saarijärvi offset.
- Karppinen, Seija & Ruokonen, Inkeri & Uusikylä, Kari (toim.) 2008. Nuoret ja taide – ilolla ja innolla, uhmalla ja uholla – Kirjoituksia murrosikäisten taito- ja taidekasvatuksesta. Helsinki: Oy FINN LECTURA Ab.
- Korkeakoski, Esko (toim.) 1998. Lasten ja nuorten taidekasvatuksen tuloksellisuus. Virikkeitä ja perusteita peruskoulun ja lukion taidekasvatuksen arviointiin. 1 osa. Helsinki: Yliopistopaino.
- Laitinen, Hanne 1998. Havainnointitutkimuksen perinteiset koulukunnat. Kuopion yliopiston julkaisuja E. Yhteiskuntatieteet. Kuopio: Itä-Suomen yliopisto.
- Leemann, Lars & Hämäläinen, Riitta-Maija 2015. Matalan kynnyksen palvelut. Sosiaalisen osallisuuden edistämisen koordinaatiohanke (Sokra) Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 23.11.2015. <[www.thl.fi/sokra](http://www.thl.fi/sokra)>
- Lehtonen, Terhi 2013. Nuoret, ajat & tilat. Nuorisotyön talentamiskeskus Nuoperi, Turun Yliopisto. Turku: Painosalama Oy.

- Opetusministeriö Taide- ja taiteilijapoliittinen toimikunta TAO 2002. Taide on mahdollisuuksia. Ehdotus valtioneuvoston taide- ja taiteilijapoliittiseksi ohjelmaksi. Salpausselkä: Salpausselän kirjapaino 2002.
- Nuorisolaki 27.1.2006/72 2006. 1 §. Viitattu 23.11.2015.
- Nuorisolaki 27.1.2006/72 2006. 2 §. Viitattu 23.11.2015.
- Pohjois-Karjalan Sosiaaliturva ry Jelli Järjestötietopalvelu 2015. Verkkosivut. Viitattu 23.11.2015. <[www.jelli.fi](http://www.jelli.fi)>
- Preventiimi 2013. Preventiimitapaaminen 22.5.2013 ”Luovuuden lähteillä”. Esityslista. Viitattu 23.11.2015.  
<<http://www.preventiimi.fi/sites/preventiimi.juhaniemidesign.com/files/resurssipankki/22.5.2013%20Luova%20toiminta%20ja%20sosiaalinen%20vahvistaminen%20-%20Preventiimi.pdf>>
- Puusniekka, Anna & Saaranen-Kauppinen, Anita 2006. KvaliMOTV – Menetelmäopetuksen tietovaranto. Viitattu 23.10.2015.  
<<http://fsd.uta.fi/menetelmaopetus/>>
- Soanjärvi, Katariina 2011. Mitä on ammatillinen nuorisotyö? Nuorisotyön villiä kenttää kesyttämässä. Jyväskylä: Jyväskylä University Printing House.
- Soininen, Sanni (toim.) 2011. Luovuutta! Taide- ja kulttuurikasvatuksen menetelmäopas monikulttuuriseen nuorisotoimintaan. Jyväskylä: Kopijyvä.
- Spradley, James 1980. Participant Observation. The developmental research sequence: Anthropology. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Suomen Nuorisokeskusyhdistys ry 2011. Kohti parempaa elämänhallintaa. Viitattu 15.7.2015. <<http://www.snk.fi/fi/toiminta/sosiaalinen+vahvistaminen/>>
- Tampereen Ylioppilasteatteri r.y. 2014. Toimintasuunnitelma kaudelle 1.6.2014-31.5.2015. Viitattu 23.10.2015.
- Terveystieteiden tutkimuskeskus 2015. Verkkosivut. Viitattu 23.11.2015.  
<<https://www.thl.fi>>
- Toikko, Timo & Rantanen, Teemu 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. 2. painos. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy – Juvenes Print.
- Varto, Juha 2001. Kauneuden taito: Estetiikkaa taidekasvattajille. Tampere: Tampere University Press.

## LIITTEET

### LIITE 1: Nauhoitukset

Tässä on muutamia nauhoitteita lauluryhmä Önsömbloon harjoituksista projektin ajalta.

#### **Lauluryhmä Önsömbloo: Tämän kylän likat**



Tämän kylän likat.m4a

Säv. & san.: Pihasoittajat 1973 (Hattukauppiaan aamu -albumi)

#### **Lauluryhmä Önsömbloo: Putoan kaivossa**



Putoan kaivossa.m4a

Säv. & san: Risto 2009 (Sähköhäiriöön-albumi)

#### **Lauluryhmä Önsömbloo: Summertime**



Summertime.amr

Säv: George Gershwin & san.: DuBose Heyward 1935 (Porgy ja Bess –ooppera)

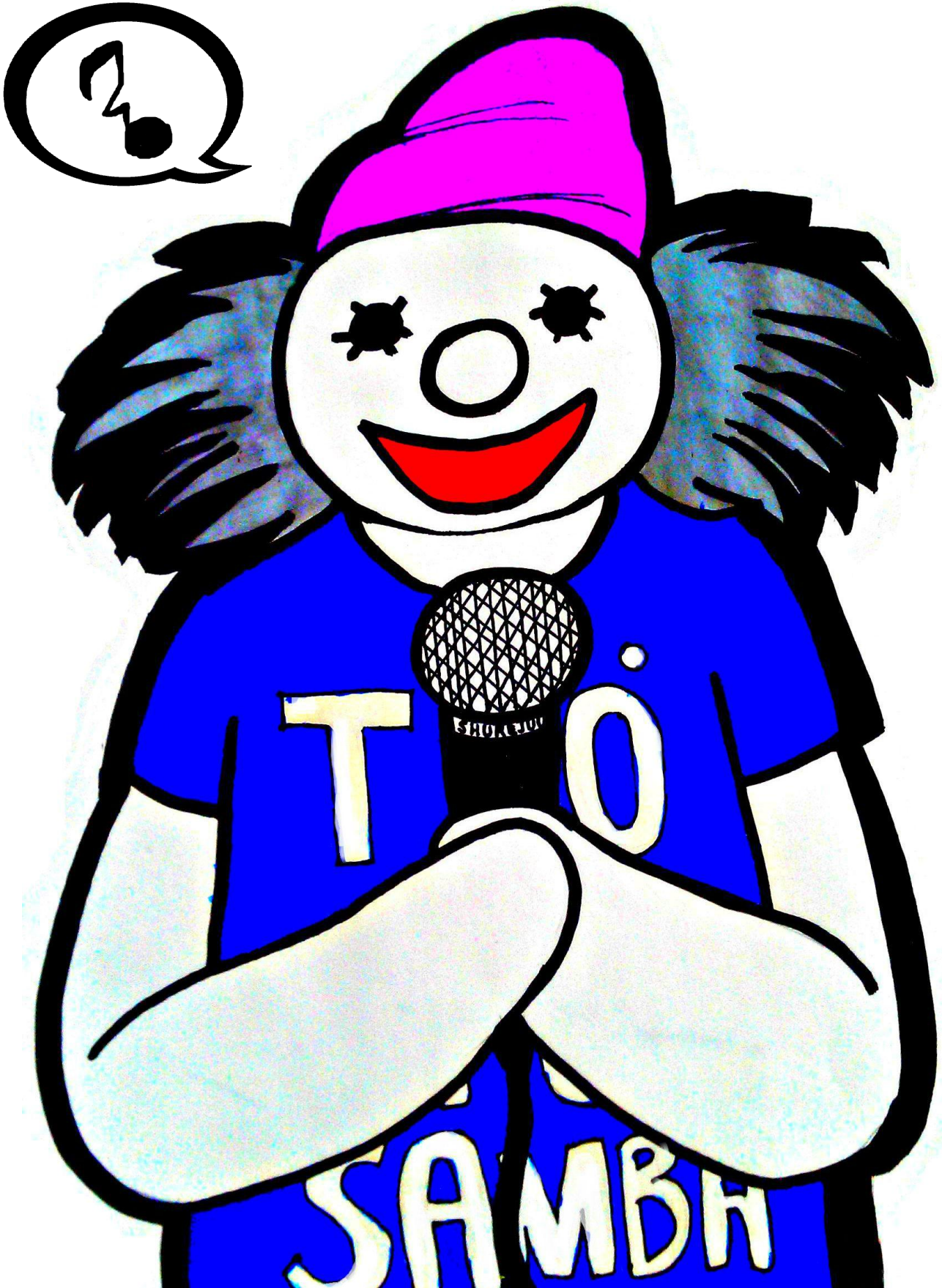
LIITE 2: Lauluryhmä Önsömbloö –keikkakuvia





LIITE 3: Ripan pieni lauluviikko

# RIPAN PIENI LAULUVIIKKO



Hei toveri! Tervetuloa tutustumaan lyhyesti laulamisen perusasioihin yhdessä Ripan kanssa!

Tässä vihkossa käsittelemme laulamiseen kuuluvia perusjuttuja, kuten ”tuki”; mikä se on ja miten sitä käytetään? Kuinka laulaessa kuuluisi huomioida hengittäminen? Mikä on hyvä lauluasento? Lopuksi peruskauran jauhettuamme tutustumme muutamiiin äänenavaustekniikoihin ja -leikkeihin.

Ripan pieni lauluvihko on osa Lauluryhmä Önsömlöö - Tampereen Ylioppilasteatterin musiikkitoiminnan laajentaminen matalan kynnyksen lauluryhmän avulla –opinnäytetyötäni.

Eikun laulamisen iloa!

Terkuin Tanja & Ripa

Teksti ja kuvat: Tanja Matilainen

Tampereen Ylioppilasteatteri ry

2015



## Asento

Hyvän laulutekniikan pohjana toimii rentoutunut ja tasapainoinen vartalo. Usein laulajan pahimmat viholliset ovat erilaisia jännityksiä ja kiristyksiä jossakin paikassa vartalooa. Myös hengitystä ohjaavat lihakset tarvitsevat vartalon tasapainoa päästä varpasiin. Välillä teatteriesityksissä tai muilla keikoilla on vaikeaa pystyä esiintymään juuri ideaalisessa lauluasennossa, mutta esitettävien kappaleiden harjoittelu kannattaa kumminkin aloittaa erityistä huomiota kroppaan ja hengittämiseen kiinnittäen. Rentoutuneessa ja tasapainoisessa vartalossa laulu viihtyy!

### 7. Luonteva leuka ja hyväntuuliset huulet

Älä työnnä leukaa eteen äläkä jännitä huulia. Tämä usein kuroo kurkkua äänihuulten ympärillä.

### 6. Naseva niska

Pidä niska suorana ja pitkänä ja olet kuin kaunis laulujoutsen! Niskan ja muun vartalon suorana pitämiseen voi auttaa mielikuva, että päätäsi vetää suoraan ylöspäin naru, jonka pää alkaa jo jalkojesi välin keskeltä.

### 5. Kepeä kurkku

Eihän kurkkua kurista? Pyri pitämään kurkku aina laulamisen aikana rentona. Hallitsematon kurkun kurominen voi johtaa käheyteen ja tehdä hallaa äänihuulille. Voit venyttää kurkkuasi laskemalla takaravosi hartioitasi vasten ja avaamalla ja sulkemalla suutasi.

### 4. Onnelliset olkapäät

Huomioithan myös olkapäät! Olkapäiden kireys vaikuttaa heti rintakehäsi ja kurkkuusi. Nosta olat muutaman kerran korviin ja päästä taas tippumaan alas varmistaaksesi, ettei niissä ole kireyttä. Muista pitää olkapäät rentona ja alhaalla.

### 3. Leppoisa lantio

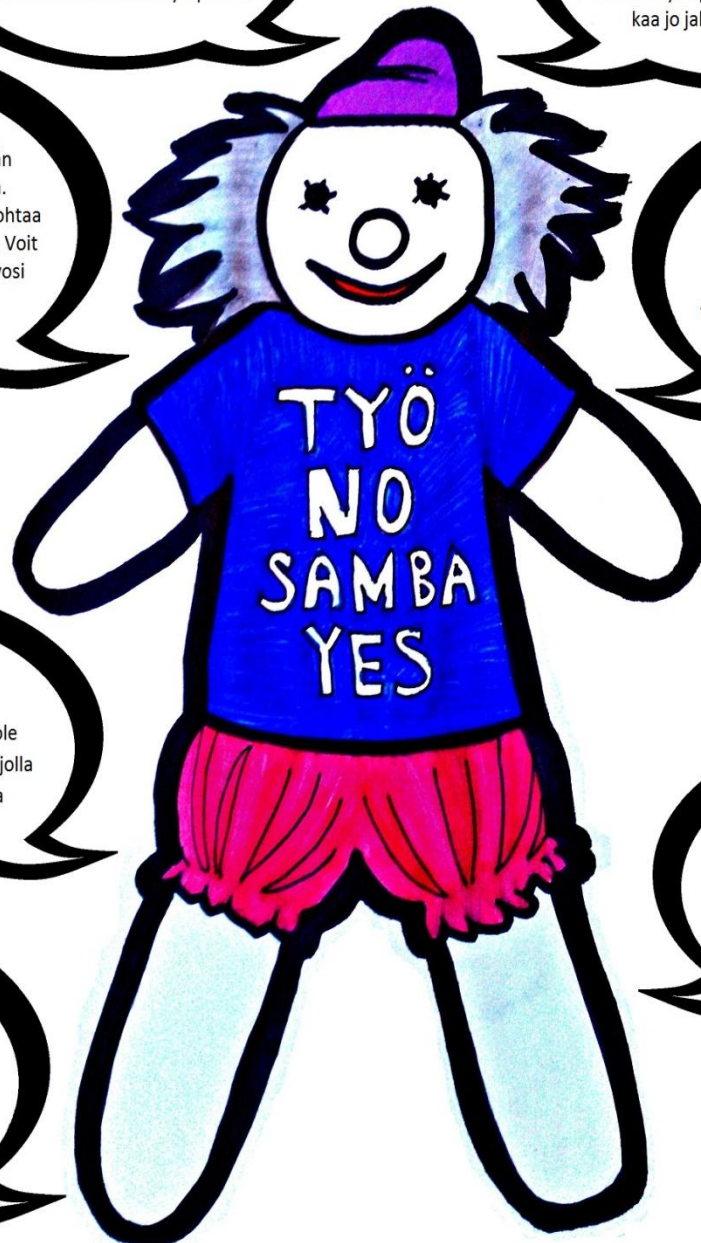
Pyörittele lantiotasi varmistaaksesi, ettei siellä ole kireyttä. Etsi lantiolle asento, jolla koko vartalosi on suorassa linjassa.

### 2. Pirteät polvet

Varo! Älä pidä polviasi lukkiutuneina. Nivelesi kuluvat ja polviesi jännitys saattaa vaikuttaa negatiivisesti instrumenttiisi.

### 1. Jalo jalkaväli

Ota mukava, lantion levyinen asento jaloillesi. Löytääksesi hyvän jakauman vartalosi painolle voit keinua eteen ja taaksepäin varpailta kantapäälle, pikkuhiljaa liikettä vähentäen ja lopulta lopettaen.



## Hengittäminen

Laulaessa, kuten yleensä muutenkin elettäessä, on tärkeää muistaa hengittää. Oikea hengitystekniikka luo terveen pohjan laulamiseksi. Tällöin et kuro kurkkua ja laulaminen on kevyttä ja helppoa. Kun pystyt hallitsemaan hengitystäsi, pystyt muun muassa laulamaan voimakkaammin ja pidempiä fraaseja.

Hengityksen perusajatus on tämä: sisäänhengityksen aikana pallea supistuu ja laskeutuu samalla kun alemmat kylkiluut leviävät ulospäin; ylävatsa työntyy ulospäin, ja alavatsa pullistuu hieman. Voit etsiä oikeaa hengitystyylä laittamalla käden rinnalle, kylkiin, vatsalle tai selkään ja ”kohdistamalla hengityksesi” tunnustelemaasi kohtaan. Onnistuessasi kohdassa tuntuu hengityksen aiheuttamaa pullistumisliikettä.

Usein hengitysharjoitteissa auttaa mielikuva, että ”imet pillin läpi”. Tämä hallittu hidas sisäänhengitys helpottaa keuhkojen täyttymistä tasaisesti.

## Tuki

Tuella tarkoitetaan laulajan uloshengityksen aktiivista ja tietoista hallintaa, eli vastustetaan pallean luontaista pyrkimystä pakottaa sisäänhengitetty ilma ulos. Tukilihaksia ovat vatsa-, selkä-, ja lannelihakset.

Tuki on kaiken laulamisen perustekijöitä, ja siitä on monia hyötyjä. Tuen avulla pystyt tuottamaan pidempiä säveliä, voit tuottaa ääntä tasaisemmin, äänialasi laajenee, lauluäänesi ei rasitu eikä käheydy, voit tuottaa voimakkaampaa ääntä sekä pystyt hallitsemaan sävelpuhtautta.

Tukea voit treenata hengittämällä hitaasti ulos hiljaisella S-äänteellä. Äänen on oltava tasainen ja niin pitkä kuin mahdollista, joten joudut pidättelemään uloshengitystä.

Voit myös harjoitella tukea kynttilän, paperinenäliinan tai silkkipaperin palan kanssa. Kaikissa periaate on sama: esine asetetaan suun eteen ja ulos päästetään hidas, tasainen uloshengitys. Ilmavirran on oltava hallittu; kynttilä ei saa lepattaa eikä paperin pala liikkua.



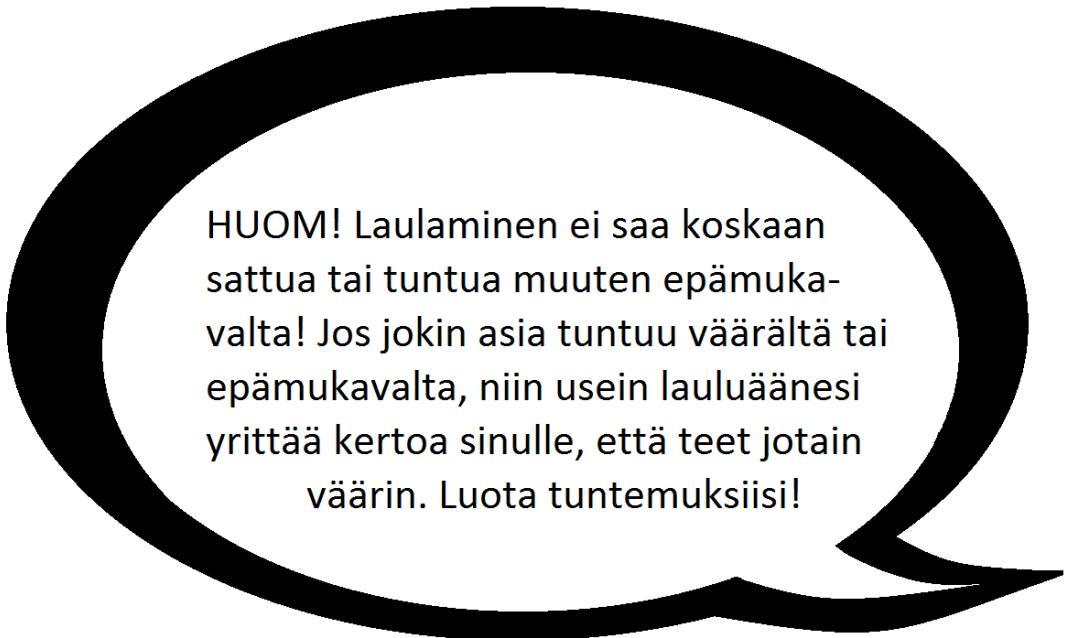
## Muunlaista muistettavaa

Ennen laulamista on usein hyvä lämmitellä ja venytellä myöskin fyysisesti. Tällä tavoin pyritään estämään kropassa ilmenevät kireydet, jotka haittaavat laulamista ja saadaan vartalo ja mieli vireiksi. Myös ruumiinosien tai vaikka koko kropan ravistelu on hyvä tapa päästä eroon kireyksistä.

Eryteisesti korkealta laulaessasi muista pitää kurkku ”auki” ja kitalaki korkealla. Tällä tavoin estetään kurkun kuromista. ”Avointa kurkkua” voi lähteä tunnustelemaan muun muassa seuraavilla mielikuvilla: haukotus tai hämmästys.

Artikuloitiasi voit edistää lausumalla laulun sanat (tai repliikkisi) viinipullon korkki tai sormi hampaidesi välissä. Artikuloi mahdollisimman vahvasti. Toista sanomasi ilman estettä.

Joskus laulettavan kappaleen rytmin löytämiseksi on hyvä lausua kappaleen sanat ilman laulua ja keskittyä erityisesti vahvaan rytmiin, painotuksiin ja artikulaatioon.



**HUOM!** Laulaminen ei saa koskaan sattua tai tuntua muuten epämukavalta! Jos jokin asia tuntuu väärältä tai epämukavalta, niin usein lauluäänesi yrittää kertoa sinulle, että teet jotain väärin. Luota tuntemuksiisi!

## Äänenavaukset ja lämmittelyleikit

Tässä on koottuna muutamia äänenavauksia ja lämmittelyharjoituksia, joilla voit lämmitellä ja treenailla äänenkäyttöäsi ja kroppaasi. Muista pitää vartalosi rentona mutta tuettuna, muista tila suussa äläkä kuro kurkkua! Aloita lämmittely kevyesti ja pehmeästi, kuuntele vartaloasi ja vältä tekemästä sellaisia asioita, jotka tuntuvat epämukavilta. Usein äänenavausharjoitteet ovat lyhyitä melodioita, jotka toistetaan puolisävelaskelta joko ylemmästä tai alemmasta sävellajista, ja tätä kaavaa toistetaan niin monta kertaa kuin halutaan.

Tässä esitettyjä äänenavausmenetelmiä ja lämmittelyjä ei tarvitse noudattaa orjallisesti, vaan voit halutessasi muokata niitä mielesi mukaan. Erilaisia äänenavaustapoja ja -lauluja on lukematon määrä, ja voit keksiä niitä myös itse!

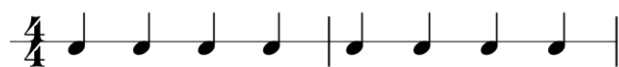
## Alkulämmittelyitä

### *Silakkarullat*

Rullataan kieltä suussa ympyrää aivan kuin pestäisiin sillä hampaita, myötäpäivään ja vastapäivään. Kieli lämpimäksi!

### *R-P-T-K*

Tunnustellaan tukilihaksia, pyritään herättelemään tukea ja vahvistamaan artikulaatiota. Lausutaan rytmissä.



R P T K R P T K



S S S S



SH SH SH SH

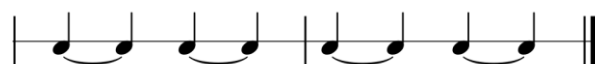
Š (kielenkärki edessä)



HUIT (HU-äännetään matkimalla

Š Š Š Š

nurkissa ulvovaa tuulta)



HU - IT HU - IT HU - IT HU - IT

## **Aurinkotervehdys**

Mutristetaan suu ja koko naama aivan pieneksi, ja päästetään pientä hyminää. Seuraavaksi leväytetään suu ja koko naama mahdollisimman isoksi ja päästetään iso "haa" -ääni. Harjoitteeseen voidaan lisätä myös vartalo (pieni-iso).

## **Artikulaatioharjoitukset/Lirularulorut**

Kiinnitetään erityistä huomiota vahvaan artikulointiin, toistetaan useasti ja eri tempoilla (yleensä kiihtyen) ja mahdollisesti eri äänensävyillä. Voidaan tehostaa pistämällä viinipullon korkki tai sormi hampaiden väliin ja sitten toistamalla harjoitus ilman sitä.

*Ristiäisväki katsoi, kun pastori Rastas katoi vastapestyä pystyvatsaista lasta.*

*Ruislaari, ohralaari, kauralaari.*

*Floridalainen broileri muuttuu lihaksistoksi.*

*Raparperilirua reilu litra.*

*Kokoon, kokoon, koko kokko. Koko kokkoko? Koko kokko.*

*Yksikseskös yskiskelet, itsekseskös itkeskelet.*

*Appilan pappilan apupapin papupata pankolla kiehuu ja kuohuu, appilan pappilan paksuposki piski pisti poskeensa paksun papupadan.*

*Jos ois mitä jois, ni jois pois, ettei ois mitä jois.*

*Röyhkeä rotta repi rikkaan ritarin rakkaan rouvan rintaröyhelön.*

*Kun pää määrää määränpään, on pään määräämänä määränpäänä pään määräämä määränpää.*

*Ralli lada radalla.*

*Kun rakas rakastaan rakastaa ei rakkaan rakas tiedä kuinka rakkaan rakas on rakkaalle rakas.*

*She sells sea shells on the sea shore.*

*Three witches watch three Swiss watches. Which witch watches which Swiss watch?*

### ***Kaverin läpsyttely & alkuääni***

Tarvitaan pari. Kaveri käy joko makuulleen (tällöin kannattaa ottaa suun alle paperi kuolaamisen takia) tai ihan seisoo ja alkaa päästää alkuääntä. Toinen kaveri lämmittelee toverinsa vartaloa läpsyttelämällä, hieromalla tai silittelemällä. Vuoroja vaihdetaan. Sopii ryhmiin, joissa toisen kosketusta ei vieroksuta.

Harjoitteen voi jakaa myös kahtia pelkkään läpsyttelyyn ilman ääntä ja pelkkään alkuäänen tekoon. Alkuäänen teon aikana voidaan hytkytellä, pyöritellä tai venytellä vartaloa.

### **Äänen ja vartalon lämmittelyleikkejä**

#### ***Eläinten kuoro***

Osallistujat seisovat piirissä ja keksivät jonkin eläimen ääntelytavan. Tämän jälkeen jokainen vuorollaan äänтелеe eläimellisesti esimerkiksi haukkuen kuin koira tai ärjyen kuin leijona. Jokaisen ääninäytteen jälkeen muut matkivat ääntä ja voivat halutessaan liikkua eläimen liikkumistavan mukaan. Kierros loppuu siihen, kun kaikki ovat saaneet äännellä oman eläinäänensä.

#### ***Rämisevä kone***

Osallistujat seisovat ryhmässä tai jaettuna pienempiin ryhmiin ja toimivat yhtä aikaa. Jokainen osallistuja improvisoi oman liikkeen ja äänen osana yhtä konetta. Ohjaaja (tai joku osallistujista) sanoo jonkin koneen nimen ja osallistujat muodostavat nopeasti liikkuvan patsaan, jossa jokainen tekee omaa liikettään ja ääntään. Koneita voivat tolla mm. pyykinpesukone, sähkövatkain, imuri tai jäätelökone. Jos halutaan, jokaisen ryhmän koneen toimintaa voidaan seurata erikseen.

#### ***Ääniparien etsiminen***

Valitaan parit. Parit sopivat yhdessä jonkin yhteisen äänen. Osallistujat hajaantuvat eri puolille ja pyörähtävät silmät kiinni viisi kertaa. Tämän jälkeen jokainen alkaa tuottaa omaa sovittua ääntään ja etsii silmät kiinni pariaan äänen perusteella. Kun oma pari on löytynyt, saa avata silmät ja mennä tilan reunoille seuraamaan muiden suoritusta. Juttelua ei saa aloittaa, ennen kuin kaikki parit ovat löytäneet toisensa.



Jos joku pari ei meinaa löytää toisiaan, reunoilla olijat voivat ohjata heitä oikeaan suuntaan kääntämällä heitä ääntä kohti.

### ***Hirviöhippa***

Leikitään hippaa. Hippa keksii jonkin hassun liikkeen ja äänen, ja tekee niitä koko ajoahtinsa ajan. Muut osallistujat karkuun juostessaan alkavat äännellä ja liikkua samalla tavoin. Kun hippa saa jonkun kiinni, tulee kiinniotetusta uusi hippa, jolloin hän keksii oman äänensä ja liikkeensä, jota muut alkavat matkia. Jatketaan niin kauan, kuin halutaan.

### ***Autopesula***

Osallistujat muodostavat parijonon. Kaikki keksivät itselleen jonkin autopesulaan liittyvän äänen ja kosketustavan/liikkeen. Letkan viimeisen parin osapuolet keksivät, minkälaiset autot he ovat, esimerkiksi vanha rämisevä lada tai uusi hieno urheiluauto, ja alkavat matkia sellaisen ääntä ja liikettä. Autot kävelevät vuorollaan silmät kiinni parijonon keskeltä eteen, samalla kun muut osallistujat hivelevät ja sivelevät ja taputtelevat heidän autonsa puhtaaksi. Pesulatoimintaa jatketaan niin pitkään, että jokainen pareista on päässyt olemaan auto.

### ***Vesiputous***

Osallistujat ovat ryhmässä tai jaettuina pienempiin ryhmiin. Valitaan yksi henkilö vuorollaan vesiputouksen keskelle. Muut osallistujat alkavat silittelemään ja hivelemään vesiputouksen keskelläolijaa ylhäältä alaspäin, kuten vesi valuu päästä varpasiin, ja tekemään vesiputouksen ääntä samalla suhisten ja koristen.

### **Äänenavausharjoitteita**

#### ***Avaruusäänet***

Liu'utellaan ääntä äänialan toisesta laidasta toiseen hymisten. Käytetään koko ääniala! Harjoitteeseen voi yhdistää esimerkiksi venyttelyä tai kasvojen, kaulan ja niskan hieromista.

## **Ralli**

Matkitaan hymisten ralliautosta kuuluvaa ääntä. Sama periaate kuin avaruusäänissä.

## **Rrr**

Rallatellaan r-äännettä ensin ylös ja sitten alas. Voidaan yhdistää selän venytykseen, jolloin selkäranka taipuu nikama nikamalta alas, kunnes kädet koskettavat maata. R-äänne alkaa nousemaan matalasta ja käsien koskettaessa lattiaa on ylhäällä, palaa takaisin alas ruumiin noustessa. Polvia ei saa pitää lukossa eikä jännittää niskaa!

## **Hammaa-hemmee-himmee-hommoo-hummuu-hymmy-hämmää-hömmöö**

Samankaltainen kuin Rrr-harjoite, mutta äänen säveltaso pysyy samana. Lausuttava sana venytetään koko alaskäynnin ajaksi. Käydään läpi kaikki vokaalit. Kuolavaroitus!

## **Mmm**

Lauletaan m-äänteellä. Laita huulet rennosti ja kevyesti yhteen ja pidä suun takaosa avarana, eli muista "tila" suussa (haukotuksen tunne). Tunnustele äänen resonointia vartalossasi (rinnassa, poskipäissä, pään sisällä). Älä pakota tai purista ääntä. Lauletaan joko terssin tai kvintin matkan verran tai kolmisointua ylös tai alas. Harjoitus toistetaan eri sävellajeissa (puoli sävelaskelta ylös tai alas).

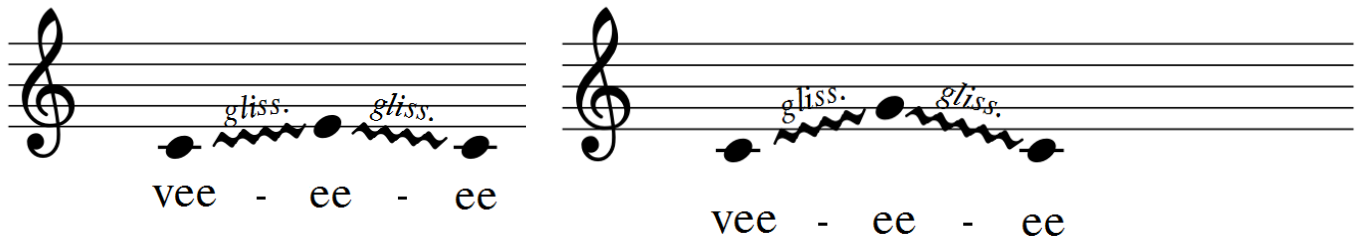


## **Mamamama/mamamamamamamama**

Sama kuin äskeinen, mutta lauletaan ma-tavuilla. Vokaalia voidaan vaihtaa (ma, me, mi, mo, mu, my, mä, mö).

### **Glissando-harjoitus/Äänen venytys**

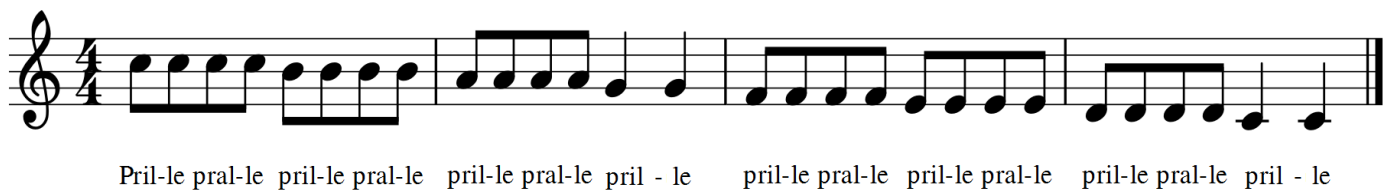
Lauletaan terssiä tai kvinttiä alhaalta ylös ja takaisin. Ääni ei mene säveleen suoraan, vaan käy matkalla joustavasti kaikissa välisävelissä. Mielikuvina ääntä "venytetään" tai ääni on kuin "kuminauha". Voidaan toteuttaa esimerkiksi vee- tai vii- äänteillä. Pidä alaleuka rentona äläkä kiristä kurkkua.



vee - ee - ee      vee - ee - ee

### **Prillepralle**

Harjoitellaan tekstin artikulaatiota prillepralle-fraasilla. Tunne rento alaleuka ja kieli.



Pril-le pral-le pril-le pral-le pril - le pril-le pral-le pril-le pral-le pril-le pral-le pril - le

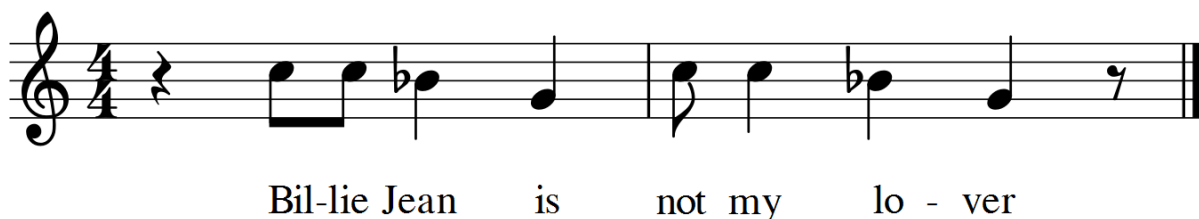
### **Juu-jaa-juu-jaa / Va-i-vo, ve-i-vo, va-i-vo, ve-i-vo**



ju - u - u ja - a - a ju - u - u ja - a - a ju - u - u ja - a - a ju - u - u jaa

### **Billie Jean**

Ote Michael Jacksonin kappaleesta. Lauletaan "Billie Jean is not my lover" eri sävellajeissa.



Bil-lie Jean is not my lo - ver

## Signore

Lauletaan "signore" (lausutaan sinjoore) eri sävellajeissa.

Si - gno - - - - - re

## Onko sinulla vielä olutta

Lauletaan "onko sinulla vielä olutta" eri sävellajeissa

On - ko si - nul - la vie - lä o - o - lut - ta

## Miiaoomaariaa

Lauletaan "miiaoomaariaa" eri sävellajeissa

Mii - aa oomaarii-aa mii-aa oomaarii - aa mii - aa oomaarii-aa mii-aa oomaarii - aa

## Jaakko-kulta

Perinteinen Jaakko-kulta. Voidaan laulaa kaannonissa.

Jaak-ko-kul-ta Jaak-ko-kul-ta he - rää jo he - rää jo kello-ja-si soi - ta kello-ja-si soi - ta

7

pium paum poum piium paum poum



## Kanootin kapean

Perinteinen Kanootin kapean. Voidaan laulaa kaannonissa.



1. Ka-noo - tin ka-pe-an ve-sil - le työn - sin seu-raan nyt ma-ja-vaa va-el - ta-vaa  
2. Ka-noo - tin ka-pe-an kaisloi - hin sou - dan hau - en ja säy - nä vän saa-liik - si saan  
3. Kul-taa ja ho-pe-aa me-las - sa päi - lyy muis-tois - sa me-lo-jaan säi-lyy se ain

## Nanuma waiee nanuma

Voidaan laulaa kaannonissa.



Na nu ma wa i ee na nu ma na nu ma wa i ee na nu ma na

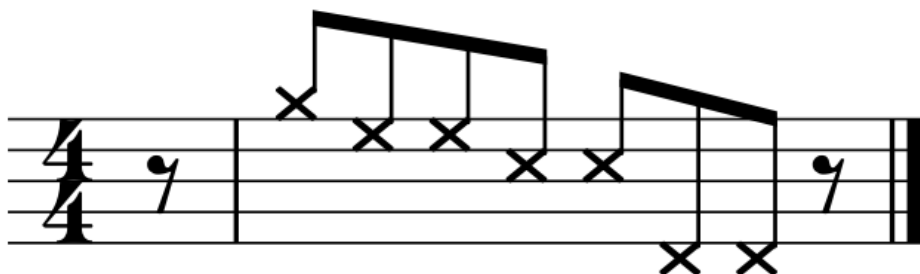
5



nu ma wa i ee na nu ma na nu ma wa i ee na nu ma

Lauluun voidaan lisätä bodypercussiorytmi: aluksi lyödään kädet yhteen, sitten lyödään kaksi kertaa käsillä rintaa, sitten lyödään kaksi kertaa käsillä polviin ja lopuksi tömistellään jaloilla kaksi kertaa.

Kädet  
Rinta  
Polvet  
  
Jalat



iLoisia  
Lauluhetkiä!