

Laulaja ihmemaassa

Mielikuvat ja synestesia laulamisesa

Taru Haili

Opinnäytetyö
Syyskuu 2016
Kulttuuriala
Musiikkipedagogi (AMK)

Tekijä(t) Haili, Taru	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK	Päivämäärä Syyskuu 2016
	Sivumäärä 37	Julkaisun kieli Suomi
		Verkojulkaisulupa myönnetty: x
Työn nimi Laulaja ihmemaassa Mielikuvat ja Synestesia laulamissa		
Tutkinto-ohjelma Musiikin tutkinto-ohjelma		
Työn ohjaaja(t) Päivi Virolainen-Kalpio		
Toimeksiantaja(t)		
<p>Tiivistelmä Tutkimustyön tavoitteena oli saada selville mitä mielikuvat ovat ja miten mielikuvat toimivat laulun harjoittelun aikana, sekä miten niitä käytetään laulun opetuksessa. Samalla tutkittiin onko klassisten ja ei-klassisten laulajien mielikuvilla eroja. Selvitettiin, miten synestesia toimii ja miten se vaikuttaa taiteen tekemiseen. Lähteiden mukaan synestesia on vahvasti kytköksissä mielikuvien syntymiseen. Tietoperustana olevaan kirjallisuuteen perehtyminen auttoi tekijää ymmärtämään mielikuvia ja synestesiaa ja omaa ominaisuuttaan, jota kutsutaan colored-hearing synesthesia eli chromesthesia (värikuulo- synestesiaksi). Lähdekirjallisuudesta ilmeni myös, että jokaisella on jonkin tasoista synestesiaa.</p> <p>Laulaja, kuten ihminen yleensä, on psykofyysinen kokonaisuus, jossa mieli ja keho tekevät yhteistyötä. Haasteelliseksi lauluinstrumentin hallinnan ja sen opetuksen tekee se, että laulaja ei näe omaa ääni-instrumenttiaan. Mielikuvat auttavat hahmottamaan ja aistimaan omaa kehoa lauluprosessin aikana sekä muistamaan, oppimaan taitoja, muokkaamaan erilaisia tietorakenteita oppimisprosessissa. Ihmiset aistivat ja näkevät asioita eri tavoin. Värikuulo- synestesian omaavalla ihmisellä on normaalia enemmän aistimuksia musiikkia kuunnellessa. Musiikki herättää värikuulo- synestesian omaavan ihmisen mielessä erilaisia värejä ja kuvioita. Synestesiassa aivojen eri osa-alueet yhdistyvät. Tämän vuoksi tunne-aistimukset sekoittuvat keskenään. Synestesia on tullut nyt vasta enemmän ihmisten tietoisuuteen. Ilmiötä ei ole vielä pystytty täysin tutkimaan lääketieteen keinoin. Laulajien ja opettajien haastattelut syvensivät käsitystä siitä, että mielikuvat ovat hyödyllinen ja tärkeä työväline laulamissa ja laulunopetuksessa. Haastatteluissa ilmeni, että laulajien mielikuvien käytöllä on eroja. Klassisen ja ei-klassisen laulutyylien eroavaisuudet vaikuttivat laulajien mielikuvaharjoitusten eroihin. Erilaisten efektien käyttö rytmimusiikissa oli yksi suurimmista eroista mielikuvaharjoitusten käytössä. Laulopedagogien haastatteluista ilmeni, että kehon liikkuvuus aktivoi parhaiten mieltä. Haastatteluissa korostettiin, että laulopedagogin on otettava mielikuvaharjoitusten aikana huomioon laulajan persoona ja yksilöllisyys.</p>		
Avainsanat Mielikuvat, synestesia, populaarilaulu, klassinen laulu		
Muut tiedot Opinnäytetyö säilytetään Jyväskylän Ammattikorkeakoulun musiikkikampuksen kirjastossa		

Author(s) Haili, Taru	Type of publication Bachelor's thesis	Date Autumn 2016 Language of publication: Finnish
	Number of pages 37	Permission for web publication: x
Title of publication Singers In a Wonderland Mental images and synaesthesia in singing		
Degree programme Degree Programme in Music		
Supervisor(s) Päivi Virolainen-Kalpio		
Assigned by		
<p>Abstract The aim of this study was to examine what mental images are and how they work during vocal teaching. In addition, the purpose was to determine whether classical and non-classical singers had differences in mental images. The study focused on how synaesthesia works and how it affects artistic activities. Based on literature, synaesthesia is strongly linked to the creation of mental images. The source literature helped the author to understand mental images and synaesthesia as well as her own feature called coloured-hearing synaesthesia, also known as chromesthesia. The source literature also showed that everyone has some levels of synaesthesia.</p> <p>A singer, as people in general, is a psycho-physical entity in which the mind and body cooperate. The difficulty in controlling and teaching the vocal instrument is that the singers do not see their own voice instrument. Mental images help to perceive and sense the body during the singing process and also to remember, learn skills and shape different structures of information during the learning process. People sense and see things in different ways. People who have coloured-hearing synaesthesia experience more sensations while listening to music. Music raises different colours and shapes in the minds of those who have the coloured-hearing synaesthesia. Different areas in the brain are combined in synaesthesia. The result is a mixture of different sensations. Nowadays, awareness of synaesthesia has grown. In medical terms, this phenomenon has not yet been fully investigated. Interviews with different singers and teachers made the author more convinced that mental images are a useful and important tool in singing and vocal teaching. The interviews showed that there were differences between singers. The style differences between classical and non-classical singing also affected the mental images used during vocal training. Different vocal effects in rhythm music were one of the main differences in using mental images. According to the interviews with the vocal teachers, the movement of the body was the best activator of the mind. The interviews highlighted the idea that a vocal teacher should take the singers individuality into consideration during mental image exercises.</p>		
Keywords/tags (subjects) Imagery, synaesthesia, pop singing, classical singing		
Miscellaneous The thesis is kept in the Music Campus Library of JAMK University of Applied Sciences		

Sisältö

1 Johdanto.....	2
2 Opinnäytetyön tavoitteet ja tietoperusta	3
3 Mielikuvat.....	4
3.1 Mielikuvien fysiologinen perusta.....	5
3.2 Mielikuvat musiikissa ja maalaamisessa.....	6
3.2.1 Synestesia, musiikki muotoina ja väreinä	7
3.2.2 Mielikuvat laulamissa.....	10
3.2.3 Mielikuvat laulunopetuksessa	11
4 Laulutyylien ominaispiirteet.....	12
5 Tutkimusmenetelmä	15
6 Laulajien haastattelut.....	16
6.1 Klassisten laulajien haastattelut	16
6.2 Ei-klassisten laulajien haastattelut	19
6.3 Laulajien haastattelujen tulokset.....	21
7 Laulopedagogien haastattelut.....	22
7.1 Klassisen laulopedagogin haastattelu.....	23
7.2 Rytmimusiikin laulopedagogin haastattelu	25
7.3 Laulopedagogien haastattelujen tulokset	27
8 Pohdinta	28
Lähteet.....	32
Liitteet	34

1 Johdanto

Olen aina nähnyt laulaessani mielikuvia ja kokenut tekstin ja musiikin mielikuvien kautta. Menin 8-vuotiaana ensimmäisiin kuoroharjoituksiin ja löysin itsestäni sisäisen palon esiintyä. Aistikanavista näköaisti on ollut minulle aina tärkeä ja visuaalisuus vahva ominaisuus ja oppimistapa. Näin myös kuvataide on kehittynyt minulle tärkeäksi ilmaisukeinoksi. Olen harrastanut kuvataidetta pitkään ja olen halunnut kehittää itseäni maalaamalla mahdollisimman paljon. Huomasin aina maalatessani, että minulla pitää olla musiikkia taustalla, jotta inspiraationi pysyy yllä. Sama pätee myös toisinpäin. Aina lauluesiintymisen, lauluopetuksen tai lauluharjoitusten aikana huomasin rakentavani oman maailman, joka on täynnä erilaisia mielikuvia. Musisoidessani alan nähdä paljon erilaisia muotoja, hahmoja ja värejä. Uskon tämän ominaisuuden vaikuttavan niin vahvasti, että se tekee laulamista yhä kokonaisvaltaisemman kokemuksen.

Tutkimukseni alussa varmistui, että minulla on väri-kuulo -synestesia, joka tarkoittaa sitä, että näen musiikin väreinä. Eri äänitaajuudet ja jopa ihmisen puheääni voi herättää mielessäni paljon erilaisia värejä ja muotoja. Ominaisuus auttaa minua myös muistamaan paremmin asioita. Opin laulujen melodiat ja lyriikat yhdistämällä ne tiettyihin väreihin ja kuviin. Selvitän työssäni mitä synestesia on ja kuinka paljon se vaikuttaa laulamiseen.

Olen koulutukseltani klassinen laulaja, mutta laulanut paljon myös ei-klassisia kappaleita. Ei-klassisen tyylin eli rytmimusiikin opiskeluun vaaditaan yhtä paljon työtä kuin klassisen laulutyylin opiskeluunkin.

Käsitykseni mukaan mielikuvien käyttäminen laulaessa ja laulunopetuksessa auttaa löytämään ääntöbalanssia sekä klassisessa että ei-klassisessa laulussa. Ihminen on psykofyysinen kokonaisuus, jossa mieli ja keho tekevät jatkuvaa yhteistyötä. Musiikki herättää ihmisen syvimät tunteet. Mielikuvat auttavat hahmottamaan ja aistimaan omaa kehoa lauluprosessin aikana. Ne auttavat myös muistamaan, oppimaan taitoja, muokkaamaan erilaisia tietorakenteita oppimisprosesseissa. Laulu herättää yksilöllisen persoonamme ja alamme ilmaista itseämme musiikillisesti monipuolisesti.

2 Opinnäytetyön tavoitteet ja tietoperusta

Työssäni tutkin mielikuvien käyttöä klassisessa ja ei-klassisessa laulussa ja laulunopetuksessa. Tutkin samalla synesthesiaa. Olen omien kokemusten pohjalta huomannut niillä olevan kytköksiä toisiinsa. Haluan myös selvittää haastattelujen avulla kuinka eri laulutyylien pedagogit käyttävät mielikuvaharjoituksia laulutuntien aikana. Mielikuvien käytössä voi ilmetä erilaisuuksia klassisten ja ei-klassisten laulajien välillä. Opinnäytetyön avulla saan todennäköisesti tietoa myös näistä eroista. Ääniharjoituksissa ei, käsitykseni mukaan, ole dramaattisia eroja, mutta lopulliselta päämäärältään ne eroavat toisistaan tyyli ja tekniikka erojen vuoksi.

Opinnäytetyöni on laadullinen tutkimus, jossa pyrin saamaan tietoa kirjallisuuden ja haastattelujen avulla. Haastatteleamalla laulupedagogeja ja laulajia pyrin ymmärtämään heidän kokemuksiaan ja sen avulla myös omia kokemuksiani. Synestesian ja mielikuvien tutkiminen tulee auttamaan minua ymmärtämään itseäni sekä tulevana laulupedagogina että taiteilijana. Haen tietoa kirjallisuudesta, joiden avulla syvennän tietoa mielikuvien toiminnasta. Haen tietoa, miten mielikuvat toimivat fysiologisesti ja kognitiivisesti. Tärkeimmät kirjallisuuden lähteet mielikuviin liittyen ovat Brattico & Lappi "Johdatus kognitiotieteeseen" (2008) ja Kimmo Lehtosen "Ihminen ja musiikki- Musiikki ja mielikuvat" (2011). Etsin myös internetin kautta elokuvadokumentteja synesthesiasta ja mielikuvista. Pyrin eri tietolähteiden avulla löytämään vastauksia tutkimuskysymyksiini, jotka ovat:

1. Mitä ovat mielikuvat?
2. Miten laulajien mielikuviutus toimii ja miten se auttaa laulun opettelussa?
3. Miten mielikuvia käytetään laulun opetuksessa?
4. Mitä on synestesia ja miten se vaikuttaa taiteen tekemiseen?
5. Löytyykö klassisten ja ei-klassisten laulajien mielikuvien käytössä eroja?

3 Mielikuvat

”Kuvittele mielessäsi kultainen lehmä. Voit käänellä lehmää ympäriinsä ja tarkastella sen sarvia ja jalkoja ”sielusi silmin”. Muuta nyt lehmä violetiksi. Mitä mielessäsi/aivoissasi tapahtui, kun kääntelit lehmää tai lehmän väri muuttui? miten ylipäättään aivosi voivat muodostaa kuvan kultaisesta lehmästä jos et ole sellaista koskaan havainnut? vai muodostavatko aivot todella kuvan? mitä oikeastaan tarkoittaa että aivot muodostavat kuvia?” (Brattico & Lappi 2008, 1.)

Modernin suomalaisen nettisanakirjan Suomisanakirja 2015 mukaan mielikuva on sisäinen psyykkinen kuva jostakin. Seuraavaksi selvitän mielikuva-käsitettä vähän syvällisemmin. Kuvataiteilija, tohtori Riikka Mäkikoskelan mukaan mielikuvat koostuvat aistimuksista ja havainnoista joita mieleemme kokevat jatkuvasti. Osa näistä havainnoista tallentuu muistiimme ja pystymme toistamaan niitä muistinvaraisesti. Mielikuvat ovat muistinvarassa toteutettuja havaintoja tai representaatiota. Representaatio on lainasana englannin ja ranskan kielestä. Representaatio tarkoittaa jonkun jo esitetyn asian uudelleen esittämistä tai minkä tahansa kuvan uudelleen käyttöä. Mielikuvat ovat yhden tai useiden aistien synteisiä, jotka ovat näköön, hajuun ja kuuloon liittyviä mielikuvia. (Mäkikoskela, 2008.)

Leila Saari määritteli opinnäytetyössään Immosen (2007) määritelmän mukaan jossa mielikuva on mentaalinen kuva jostakin, joka ei ole fyysisesti läsnä. Saman lähteen mukaan toinen näkemys alleviivaa, etteivät mielikuvat ole aikaisempien havaintojen toisintoja, eivätkä päässä olevia kuvia, vaan eräänlaisia strategioita tiedon hankkimiseksi ympäristöstä.

Saari (2007, 37) lainaa Immosta pro gradu –tutkielmassaan: mielikuva voi koskea yhtä aistia, useita eri aisteja tai niiden synteisiä. Laulamisessa mielikuvat koskevat aisteja yhtäaikaisesti. Saaren mukaan Horowitz määrittelee (1970) mielikuviksi kaikki sellaiset ajatukset, jotka ovat laadultaan aistimuksia. (Saari 2015, 9.)

Skotlantilaisen filosofin David Humen mukaan mielikuvat ovat ”aistimusten haalistuneita kopioita”. Mielikuvan kokeminen tuntuu samalta kuin havaitseminen. Psykologi Edward Titchener väitti sitten taas mielikuvien koostuvan jonkinlaisista mentaalisisista

”perusosista”, joiden luonne ja rakenne voitaisiin selvittää introspektiivisellä metodilla. Metodilla pyrittiin tekemään tarkkoja havaintoja omista havainnoista esim. antamalla koehenkilölle kynä jota hän sai tarkastella ja tunnustella mutta sitä ei saanut nimetä. Oli tärkeää, että esineen sijaan koehenkilö pyrki kuvailemaan, miten hän kokee esineen. Tämän kaltaiset kokeet eivät ole ajan mittaan osoittautuneet luotettaviksi. Koehenkilöiden mielikuvien käytöillä voi olla paljon eroja tai mielikuvien tiedostamisen taso voi myös vaihdella radikaalisti. (Brattico & Lappi, 2008.)

Mielikuvilla on muistiin auttava vaikutus. Niitä käytetään esimerkiksi puheiden pitämisessä sijoittamalla puheen eri osat eri puolille mielikuvaa. Liikesuorituksen kuvittelu aktivoi samoja osia aivoista, jotka ovat tositalanteessa vastuussa suorituksen koordinoinnista. Urheilijoiden mielikuvaharjoituksista on konkreettista hyötyä, koska motoriset mielikuvat aktivoivat liikeaivokuoren aktivoitumista. Ympäristön havaitseminen ja liikkuminen aktivoivat näköaivokuoren. Säveltäjät ja taiteilijat käyttävät mielikuvia työkaluinaan, kun he esim. kirjoittavat nuotteja partituurille soittamatta niitä lainkaan. He siis ”näkevät” ja ”kuulevat” ilman minkäänlaista konkreettista havaintoa. (Brattico & Lappi, 2008.)

3.1 Mielikuvien fysiologinen perusta

Mielikuvat syntyvät aistien ja havaitsemisen kautta. Aivoihin siirtyvät aistiärsykkeet eli stimulut, jotka siirtyvät hermostomme kautta aivoihin. Se ohjailee kehon toimintaa laulaessa. Ihmisen alemmassa ydinjatkeessa sijaitsee retikulaarinen aktivaatiojärjestelmä, jonka tehtävänä on herätellä aivojen eri osia ja myös kehon ala-osaa. Väliaivoissa ja osassa aivojen kuorikerrosta sijaitsee limbinen järjestelmä, jossa syntyy tunteet ja asioiden tulkitseminen. Sen tehtävänä on turvallisuuden kokemuksen tuottaminen. Sen toimintoihin kuuluu myös mielikuvien, sisäelinten ja ihon aistimusten kulkeminen muistin materiaaliksi. Ihmisellä pitäisi olla myönteinen tila omien tunnekokemusten hallitsemiseen, jotta muistitapahtumat toimisivat kokonaisuutena. (Saari 2015, 8.)

Mielikuvat kulkevat hypotalamuksen ja aivolisäkkeen kautta kehoon. Ne muuntavat mielikuvatasoisen kokemuksen viestimolekyyleiksi, jotka välittävät viestin perusaineenvaihdunnan, hermosolujen ja verenkierron kautta. Mielikuvien käyttö aktivoi solutasolla peilisolujärjestelmän. Ne ovat hermosoluja, jotka reagoivat ihmisen omaan toimintaan sekä toisen ihmisen toimintaan. Hermosolujen toiminta perustuu toisen ihmisen liikkeiden havaitsemiseen ja niiden ”imitoimiseen”. Peilisolut muodostavat yhteyden näkemisen, kuulon ja liikkeen tekemisen välille. (Korhonen & Hakanpää 2009, 24.)

Olen monesti huomannut laulutunnilla, että opettaja pyytää minua kuvittelemaan euforisen tuoksuista kukkapeltoa tai kuvittelemaan jylhän maiseman. Tällöin olen tiedostamattomasti alkanut matkia opettajani toimintaa aistihavaintojeni perusteella. Peilisolujen aktivoimiseen ei välttämättä tarvita mitään konkreettista signaalia, vaan pelkkä mielikuva saa peilisolut toimimaan.

Ympäristömme ja jokapäiväinen sosiaalinen vuorovaikutus vaikuttavat aivotoimintamme kehittymiseen ja muovautumiseen. Meidän pitää mukautua monimutkaisiin ja jatkuvasti muuttuviin tilanteisiin.

3.2 Mielikuvat musiikissa ja maalaamisessa

Musiikki koskettaa kaikkia minuutemme puolia. Muodostamme kuvan itsestä ja ympäristöstä omassa ”mielen maailmassa”. Se kertoo paljon, kuinka aistimme ja teemme erilaisia havaintoja ympärillämme joka päivä. Amodaaliset eli eriytymättömät aistimukset, jossa yhden aistin stimuloituminen herättää aistimuksen myös toisessa aistimuksessa heräävät musiikin kautta. Ne koetaan vaihtuvina mielikuvina, tunnelmina ja tunteina. Synestesia-ilmiöt kuuluvat amodaaliseen aistimiseen. Luova prosessi nostaa ihmisen piilotajunnassa olevat ilmaisut tietoisuuden tasolle, jotka ovat naamioituneet taiteellisiksi symboleiksi. Sävelteoksia, runoutta, kirjallisuutta ja maalauksia voidaan pitää taiteilijan piilotajunnan symbolisina ilmentyminä. Ne nousevat tietoisuuteen mielikuvien, fantasian ja assosiaatioiden muodossa. Unet ovat hyvin lähellä musiikkiin liittyvään psyykkiseen työskentelytapaan, sillä molempien prosessien aikana ihminen käsittelee tiedostamattomia mielensisältöjään, joita

psykye käsittelee uni- ja mielikuvina. Musiikki on siis jollain tasolla avain piilotajunnan ymmärtämiseen. (Lehtonen 2011, 82, 83.)

Uusien taitojen oppiminen tapahtuu myös mielikuvien käytön yhteydessä. Ihminen kehittyy, kun hän visualisoi itsensä tekemässä hankittavaa taitoa. Ääniharjoitusten tai esiintymistilanteiden visualisoiminen johtaa siihen, että kehittyy paremmaksi laulajaksi. Mielikuvilla voi tehdä ”mentaaliharjoittelua”, jolloin visualisoiminen tuodaan käytäntöön. (Saari 2015, 8.)

Tietty musiikkiteos voi tuoda kuulijalle pintaan muistoja ja mielikuvia. Ne herättävät meissä esiin tunteita, jotka esiintyvät musiikin inspiroimien mielikuvien yhteydessä. Muusikot viestivät kuulijoille sanoin ilmaisemattomista kokemuksistaan, jotka aktivoivat kuulijassa mielikuvia ja muistoja. (Lehtonen lainaus ks. Langer 1951; 1953; 1967, 2011, 73).

”Toiveet, mielihalut ja intohimot ovat luovuuden liikkeellepaneva voima” (Lehtonen 2011, 82, lainaus Rechart 1973.)

Olemme voineet kuulla jo varhaislapsuudessa jonkin musiikkiteoksen tai maalauksen, joka on unohtunut matkan varrella. Se on jäänyt kuitenkin alitajuntaan, joka muistuu takaisin musiikkia kuunnellessa. Se herättää myös paljon muistoja ja tunteita. Haluamme kuunnella musiikkia ja saada erilaisia taidekokemuksia, koska haluamme maistaa, haistaa, kuulla ja tuntea mielikuvien kautta joitakin hetkiä uudestaan. Laulut ovat myös helpottaneet käsittelemistä vaikeiden elämän kokemusten kanssa ja antaneet voimavaroja muutokseen. Valitsemme musiikkia, jonka koemme tärkeäksi ja mikä koskettaa. Se kertoo tavastamme hahmottaa maailmaa, ympäristöä ja ihmissuhteita.

3.2.1 Synestesia, musiikki muotoina ja väreinä

”Aistit tulkitsevat toisiaan tarvitsematta mitään tulkkia, ja aistimukset ovat luonnostaan ymmärrettävissä ilman minkäänlaisen idean väliintuloa” (Hako 2012).

Synestesia on tunnettu lääketieteessä ilmiönä jo ainakin kolmesataa vuotta. Sen etymologinen pohja on kreikan sanoissa *syn* (yhdessä, myötä) ja *aisthesis* (aistimus, tunteminen, kokeminen). Sillä tarkoitetaan kykyä aistia yhden aistin kautta tuleva ärsyke

jonkun toisen aistin välityksellä. Sekoittuvia aisteja voi olla kahta tai useampia. Synestettiset havainnot ovat luonteeltaan mentaalisia eli mielensisäisiä kuvia. (Nissilä 2001.)

Joku musiikkiteos voi herättää vahvoja mielikuvia eri väreistä, hahmoista ja muodoista. Colored- hearing synesthesiassa ihminen yhdistää eri värejä sävelkorkeuksiin. Se on yleisin synestesian muoto. Ilmiötä voidaan käyttää hyvin paljon hyödyksi musiikkia tehdessä. Säveltäjä Jean Sibeliuksella väitettiin olevan taipumuksia tällaiseen. Myös Sergei Rachmaninovilla ja Franz Lisztillä tiedetään ilmenneen synesthesiaa. Taideokset voivat herättää hyvin kokonaisvaltaisen aistillisen elämyksen ihmiselle, joka näkee kuulemansa väreinä (väri-kuulo -synestesia). Kirjainsynestesia on toinen yleinen muoto, jossa numero tai kirjain mielletään tietyn väriseksi. Jotkut voivat jopa maistaa eri makuja kuunnellessaan musiikkia. Nämä tapaukset ovat paljon harvinaisempia. (Schali 2003.)

Myös itse koen musiikin hyvin vahvasti sidonnaiseksi maalaamiseen. Huomasin jossain vaiheessa jopa hyödyttömäksi yrittää maalata tai piirtää ilman musiikkia. Tunnen saavani syvän kytköksen ympärilläni olevaan äänimaailmaan, joka synnyttää mielesäni vahvoja värejä ja muotoja. Pekka Hakosen kirjassa ”Aistit, uni ja rakkaus” lainataan Merleau-Pontya, jossa hän puhuu ilmiön tai asian ainutkertaisen olemuksen tavoittamisesta, joka puhuttelee kaikkia aisteja yhdessä. Tätä voisi kutsua aistien polyfoniaksi, jossa aistit ovat ymmärrettävissä luonnostaan ilman minkäänlaisen idean väliintuloa. (Hako 2012.)

When senses collide- Synesthesia dokumenttielokuvalla (2015) testataan synestetikko John Fullwoodin aivotoimintaa. Hän on ollut syntymästä asti sokea, mutta näkee esim. viikon päivät ja sanat eri väreinä. He testaavat aivojen kuvantamisteknologian avulla, kuinka John reagoi eri sanoihin katsomalla mitkä osat aivoista aktivoituvat kokeen aikana. Hänellä ei ole konkreettista käsitystä miltä maailma näyttää, mutta silti hänen visuaalinen aivokuorensa aktivoituu kokeen aikana. Kun John kuulee kuukauden ja viikonpäivien nimiä hänen kuuloaivokuorensa (kuuloaisti) ja visuaalinen aivokuorensa (näköaisti) aktivoituvat samaan aikaan. Dokumenttielokuvassa kerrotaan, että neurotieteilijöiden mukaan visuaalisen aivokuoren (näköaisti) pitäisi aktivoitua pelkästään näön kautta ja kuuloaivokuoren (kuuloaisti) pitäisi aktivoitua vain kuulon kautta. Sama pätee myös somatosensoriseen (tuntoaisti) aivokuoreen,

jossa aktivoituu tunne kosketuksesta. Johnin tapauksessa aivoissa aktivoituu alue, joka käsittelee värejä. Samaan aikaan aktivoituu toinen alue, joka käsittelee visuaalisuutta. Dokumentin mukaan ainut selitys minkä takia hän pystyy prosessoimaan visuaalisuutta ja värejä on synestesia. Tämä koe osoittaa, että alueet aivoissa jotka käsittelevät asioita erikseen ovatkin kytköksissä toisiinsa. (When senses collide -Synesthesia 2015). Lääketieteellisiä syitä synestesiaan ei vielä tarkkaan tunneta. Synestesiaan liittyviin aivotoimintoihin liittyy niin paljon kysymyksiä ja ristiriitoja, että tapahtumaa on vaikea selittää puhtaasti neurologisin keinoin. (Nissilä 2001).

Synestesian tiedetään tapahtuvan aivojen limbisessä osassa, jossa tapahtuu tunnetilojen ja muistitoimintojen säätely. Kokemuksen aikana aivokuori on tavallista vähemmän aktivoitunut, joka tekee ilmiöstä hyvin tunnevoimaisen. Osa tutkijoista väittävät kaikkien ihmisten omaavan tämän aivotoiminnallisen ominaisuuden, mutta joillakin se nousee tietoisuuden tasolle. Lapsilla synestesia on yleisempää. Olemme silloin alttiimpia kaikille ärsykkeille ympärillämme. Aistit ja kokemukset tuntuvat tapahtuvan luonnostaan ilman minkäänlaista väliintuloa. Kasvaessaan ihminen oppii elämään tietynlaisien ajatusmallien mukaan ja tällä tavoin kaventaa omaa aistimaailmaansa. Länsimaisessa kulttuurissa opimme hylkäämään muut aistihavainnot, koska olemme niin keskittyneitä käsitteelliseen, loogiseen ajatteluun. Tiedostamme vain varsinaisen aistimuksen. Rentoutumisen ja vapaan assosiaation tila ovat avaintekijöitä synestesian omaksumisessa. Rentoutuminen vahvistaa ja voimistaa tätä ilmiötä. Tila voidaan saavuttaa hypnoosilla tai kokeessa, jossa ihminen eristetään pimeään huoneeseen. Stressaantuessa ilmiö voi vaimentua tai jäädä kokonaan pois. Opittua synestesiataittoa käytetään myös nykyään paljon muistin kehittämisessä. Tämä perustuu aistien välisiin assosiaatioihin, jossa esimerkiksi yhteen sanaan liitetään muita komponentteja kuten väri, muoto tai sijainti. (Schali 2003.)

Yhdysvaltalainen taiteilija Melissa McCracken kertoo (Painting a song 2016) kuinka hän näkee musiikin väreinä ja muotoina. Melissa oli lapsuudesta asti varma, että kaikki ihmiset näkevät maailman samalla tavalla kuin hän. Numeroilla ja kirjaimilla oli omat värinsä ja osa hänen lapsuuden muistoista koostuvat pelkästään väreistä. Hän kuvittelee ensin mielessään laivastonsinisen pohjan johon hän lisää värejä ja muotoja, jotka syntyvät tiettyä laulua kuunnellessa. Hän näyttää pari esimerkkiä omista teoksistaan. Ensimmäisenä hän näyttää ”Lenny” nimisen taulun (liite 1) jossa

hän kertoo sähkökitaran pehmeistä äänistä ja yksittäisten soittimien vaikutuksesta hänen mielikuviansa.

Maalasin ”Firebird” nimisen taulun (liite 2) kuunnellessani Igor Stravinskyn teoksen ”Zhar-ptitsa” (Tulilintu). Kuuntelin teosta tietämättä sen nimeä, mutta maalasin tulenpunaisin sävyin hohtavan linnun. Stravinskyn väkevä ja mahtipontinen musiikki vaikutti hyvin vahvasti värivalintoihini. Tein maalauksen ”sormimaalaus” (”Finger-painting”) tekniikalla. Sormimaalaus tekniikka auttaa minua saamaan mieleeni syntyvät kuvat suoraan canvas pohjalle, ilman minkäänlaista väliintuloa. Aistit tuntuivat tapahtuvan luonnostaan.

Ranskalainen huilisti ja kapellimestari Patrick Gallois järjestää ”Live painting” konsertteja, jossa hänen suomalainen vaimonsa Tiina Osara maalaa aina taulun live konsertin aikana (Action painting ”Synestésie” 2015). Osara tunnetaan kuvataiteilijana ja action painter- taiteilijana. Maalaaminen tapahtuu yleensä orkesterin takana, jossa hän maalaa mitä hän kuulee musiikissa. Tiina Osara on siis väri kuulo -synesteetikko. Hän näkee musiikin eri väreinä. Heidän yhteisessä teoksessaan ”Synestésie” (2015) Patrick Gallois soittaa huilua samassa huoneessa jossa Tiina maalaa isolle canvas pohjalle. Musiikin tunnelmanvaihtuminen tulee esille maalauksen värikontrasteissa ja siveltimen liikkeiden vaihtuvuudessa. (Liite 3)

3.2.2 Mielikuvat laulamisessa

”Mielikuvitus on tärkeä edellytys laulamisessa - ei vaihtoehtoinen lisä” (Hemsley, 1998)

Laulamisessa käytetään paljon mielikuvia, jotka auttavat laulajaa kaventamaan ruumiin ja mielen välistä kuilua. Ihmiskeho on psyko-fyysis-sosiaalinen kokonaisuus, mikä asettaa haasteita laulunopetuksessa. Mieli ja tunteet ovat vahvasti sidoksissa laulamiseen. Nämä liittyvät laulamisen psyykkiseen puoleen, jota sekä laulajan että laulopedagogin on vaikeampi hahmottaa. (Hakanpää & Korhonen 2009, 24).

Ammattilaulajan olisi hyvä kehittää oman mielikuvituksensa ja laulutekniikkansa yhteyttä. Myös laulun sanoilla ja musiikilla on kiinteä yhteys keskenään. Laulajat monesti unohtavat syventyä tekstiin ja ilmentää lauluissa omia tunnekokemuksiaan.

Yleensä keskitytään lauluteknisiin, mekaanisiin ääniharjoituksiin ja jätetään laulujen syvin olemus ja pohdinta toissijaiseksi. Yleensä klassisessa musiikissa erilaiset tekstit ja runot ovat olleet ensimmäinen säveltäjän mielikuvien sytyke hänen ryhtyessään säveltämään jotain teosta. Laulajan on siis miltei mahdotonta tulkita laulamansa tekstin sisältöä ilman yksityiskohtaista paneutumista tekstin ymmärtämiseen. Säveltäjä on jättänyt vain musiikillisia vihjeitä sekä joitakin esitysmerkintöjä tulkinnan tueksi, joten laulajan tehtävänä on analysoida ja tulkita teksti ja sytyttää tunne-elämänsä ja instrumenttinsa mielikuvien avulla. Laulajan on hyvä kysyä itseltään laulua harjoitellessa: kuka laulaa? kenelle minä laulan? minkälainen tunnelma ja mieliala laulussa on? (Hemsley 1998, 111).

3.2.3 Mielikuvat laulunopetuksessa

Lauluopettajan yksi tärkeimmistä tehtävistä on luoda opetustilanteessa kannustava ja myönteinen ilmapiiri, jotta oppiminen mahdollistuisi. Opettajan tulisi aina ottaa huomioon oppilaan yksilöllisyys. Kaikkiin oppilaisiin eivät vaikuta samat mielikuvat. Me kaikki hahmotamme maailmaa eri tavalla. Ympäristö, muut ihmiset ja elämän kokemukset ovat osa itseämme ja muodostamme niistä niin sanottuja muistikatkelmia ja symboleja, joista muodostamme erilaisia mielikuvia. Lauluopettajan tehtävänä on tarjota erilaisia mielikuvia, jotta oppilas pystyisi rakentamaan itselle toimivan mielikuvitusmaailman. (Korhonen & Hakanpää, 2009, 25.)

Lauluopettajan on hyvä tiedostaa, että lauluoppilaat kokevat ja näkevät asiat eri tavalla. Greg Fraley kertoo esitelmässään, kuinka ihmiset käyttävät ja ei käyttävät mielikuvitustaan arkielämässä. Fraleyn mukaan kaikki käyttävät mielikuvitusta, mutta jotkut ovat eri tietoisuuden tasolla mielikuviansa kanssa. Fraley sanoo, että ihmisiä joilla on matala tietoisuus omasta mielikuvituksen käytöstä pitäisi auttaa aktivoimaan sitä. (Creativity and Imagination 2013).

Opettajan olisi hyvä muistaa, että oppilas on psyko-fyysinen kokonaisuus. Mielikuvat auttavat oppilasta aistimaan omaa instrumenttiaan ja ymmärtämään musiikkia niiden avulla henkilökohtaisella tasolla. Laulamissa on tärkeää saada perustekniikka kuntoon. Mielikuvat ovat oiva työkalu sen harjoittamiseen. Pyrin itse korostamaan

laulutunneilla hengityksen ja rentouden tärkeyttä. Rentoutta ei voi pakottaa. Oppilaan pitää sallia se itselle ajan kuluessa. Aistituntemukset yleensä herkistyvät ja rentous on helpompi löytää laulaessa, jos tarkkailee jokapäiväisiä toimintoja. Tunnit tulisi aina aloittaa eri lämmitysharjoituksilla, jotka auttaisivat kehon lihaksia pikkuhiljaa aktivoitumaan. Ne olisi hyvä lämmittää ennen laulamista.

Lijasännitykset estävät hapen kulkua kehossa ja vapaa äänentuotto sekä syvä hengitys tuntuvat mahdottomalta. Opettajan olisi hyvä tarkistaa oppilaan lauluasento päästä varpasiin. Lauluasento vaikuttaa hyvin kokonaisvaltaisesti esimerkiksi pallean ja hengityksen toimintaan. Leuka ei saa esimerkiksi olla työnnettynä eteenpäin ja polvet eivät saa olla takalukossa. (Saari 2015, 15).

Hartiaseudun lihakset jumiutuvat helposti laulaessa. Niiden jännitteisyys voi säteillä hengityslihaksiin ja kurkun seudulle. Kehon tasapainoista asentoa voidaan hakea myös erilaisten mielikuvien avulla. Voi esimerkiksi kuvitella, että pään takaosasta lähtee naru, josta joku vetää sinua kuin sätkynukke. Tämän pitäisi auttaa löytämään pitkä ja ”ballerinan omainen” ryhti. Kannattaa varmistaa, ettei rintalasta ole kuitenkaan liian korkealla laulaessa. (Saari 2015, 15.)

Lantio ei saa työntyä liikaa eteenpäin eikä liikaa taaksepäin. Oppilas voi vaikka kuvitella istuvansa jalkojensa päällä, jotta lantio pysyisi suorassa. Jalkojen pitäisi tuntua tukevilta ja vankoilta. Toimivia mielikuvia on esimerkiksi, että jaloista varpasiin asti lähtevät juuret jotka pitävät laulajan kehoa tukevasti maassa. Voi myös kuvitella, että jalat ovat kuin Rooman temppelin pylväät. (Saari 2015, 15.)

4 Laulutyylien ominaispiirteet

Sekä klassinen että ei-klassinen laulumusiikki ovat sisällöltään erittäin rikkaita ja monipuolisia. Tyylien eroavaisuudet saattavat vaikuttaa vahvasti laulajan mielikuviin. Laulaja on psykofyysinen toimintakokonaisuus, jonka ääni-instrumentti on hyvin viivahderikas ja haasteellinen saada toiminnallisesti tasapainoon. Vaatii siis erittäin paljon aikaa ja työtä, että instrumentti saadaan toimimaan balansoidusti, ilmaisurikkaasti ja vapaasti.

Olen törmännyt monesti siihen, että klassisen puolen laulajat ja myös pedagogit ajattelevat rytmimusiikin laulamista hyvinkin helppona. Tässä ei ymmärretä kaikkia osalualueita jotka liittyvät rytmimusiikin harjoittamiseen esim. erilaisten efektien opettelu, kehon käyttö ja rytmitys. Monet pitävät mahdottomana ajatusta, että klassista ja populaarimusiikkia voisi laulaa samalla ”äänenuodostuksella”. Mielestäni olisi tärkeää oppia ymmärtämään eri tyyllilajeja ja niiden eroja mistä seuraisi yhtäläinen kunnioitus tyyliä kohtaan. Jos haluaa olla monipuolinen niin pitää harjoitella kaikkia tyyllilajeja. Laulajan tulisi tiedostaa molempien tyylien peruselementit. Itse pyrin kuuntelemaan paljon erilaista musiikkia, jotta opin kuulemaan eri tyylien ominaisuuksia ja sävyjä. Monipuolinen laulaja ja laulopedagogi omaa hyvän tyyllitajun ja osaa erottaa laulutyyliä toisistaan, sekä laulaa tyylin mukaisesti. Rytmimusiikkia esittäessä laulajalla on enemmän äänenkäyttöllisiä ja yksilöllisiä vapauksia.

Säveltäjät ovat yleensä merkinneet klassisiin lauluihin esitysmarkinnat, jotka toimivat ns. vitaaliaffekteina. (vitaali: elinvoimainen, elämälle ominainen. Affekti: voimakas tunne, mielen, -tunne, kiihtymys. Suomisanakirja 2015).

Ne tunnetaan musiikissa esitysmarkintoina esim. *accelerando* (vähitellen kiihdyttäen), *ritardando* (vähitellen hidastaen), *agitato* (nopeasti, hieman kiihkeästi) jne. Ne kertovat laulajalle, miten teokset säveltäjän mukaan kuuluisi esittää ja millaisia tunteita musiikin pitäisi herättää (Lehtonen 2011, 73). Populaarimusiikissa ei törmää niin useasti näihin esitysmarkintoihin. Tämän kaltaiset musiikilliset erot voivat vaikuttaa alitajuisesti laulajan ilmaisulliseen vapauteen ja mielikuvien muodostamiseen.

Klassisessa laulussa sitoudutaan noudattamaan säveltäjän oletettua ajatusta, tosin oman persoonan kautta tulkiten. Sekä klassisten että ei-klassisten tyylien mukainen äänenmuodostus vaatii paljon aikaa ja opiskelua. Lihastoiminnan omaksuminen elimistössä vaatii harjaantumista ja aikaa, lauloitpa sitten rytmimusiikkia tai klassista. Laulaminen ja sen opettaminen on aina perustunut oikean, terveen laulutyylin etsinnälle ja huonon laulutavan karsimiselle. Perustavoitteena on siis löytää ääntöbalanssi, jossa kehon lihasten toiminta (hengitys) säätelee ilmanpainetta suhteessa äänihuulten lihastoimintaan. (Eerola 2008.)

Klassisessa laulussa ja pop-laulussa on molemmissa lähtökohtana ilmaisu. Tahdonvoimasta syntyvä energia koetaan vahvasti lantionpohjanlihaksista varpaisiin asti. Hengityslihasten ja kehon lihasten aktiviteetti on erittäin tärkeää. Rintarekisterin käytön ajatusmalli on melko samanlainen molemmissa tyyleissä. Ei-klassisessa laulussa rintarekisterin käyttö on kuitenkin suuremmassa osassa kuin klassisessa laulussa. Rintarekisteriä saatetaan käyttää populaarimusiikissa hyvinkin korkealle asti. Klassisessa siirrytään ohennerekisterin käyttöön, kun lauletaan korkeammalta. (Eerola 2008.) Rekisterinvaihdoskohta on korkeammalla ei-klassisessa laulussa kuin klassisessa. Break-alue pyritään hiomaan mahdollisimman huomaamattomaksi klassisessa laulussa, jotta laulusta tulisi yksirekisterinen. Ei-klassisessa laulussa puhutaan massalla laulamisesta, kun break-alue ylitetään laulamalla rintarekisteristä. (Riikonen 2013, 41.)

Populaarilaulu pitää sisällään niin monia erilaisia genrejä, että siinä ei voida yleistää yhtä ääni-ihannetta. Rytmimusiikki on siis hyvin laaja-alainen ja sisältää paljon erilaisten efektien ja rytmillisten kuvioiden käyttöä. Perussointi vaihtelee tyylien välillä hyvinkin paljon. Äänialoja ei jaotella samalla tavalla kuin klassisessa laulussa (dramaattinen sopraano tai lyyrinen baritoni). Yleisiä piirteitä ovat rytmin korostaminen, tekstin selkeä artikuloiminen ja tyylin mukainen aksentoiminen. Legaton käyttäminen laulussa on myös pienempi kuin klassisessa. Rintaresonanssin käyttö on suuressa osassa. Rock tai heavymetal-tyylinen laulu voi olla hyvin kokonaisvaltaista kehon käytön kannalta, mutta siinä keskitytään tuottamaan raakamainen ja huutava ääni. Heavylaulajat käyttävät kuitenkin kehon tukea ja resonanssia samaan tapaan kuin klassiset laulajat.

Klassisessa laulussa tyyli muutokset tehdään sanoihin liittyvän ilmaisun dynamiikan avulla. Pääresonaattorina toimii nielu, jonka muotoa muuttamalla vaikutetaan resonanssiin eli myötä värähtelyyn laulajan kehon sisällä. Klassisessa laulussa rintarekisterin värähtelyt tuntuvat voimakkaasti, mutta ei ole yhtä hallitsevassa asemassa kuin populaarilaulun puolella. Populaarimusiikissa ei kiinnitetä yhtä paljon huomiota pääsointiin kuin klassisessa laulussa. Klassinen tyyli tunnustetaan yleensä sen ”pyöreystä” ja hyvästä resonanssista, jolloin ääni hiljaisenaikin kuuluu säestävän soittimen tai orkesterin yli. Laulajan oma keho olisi tarkoitus toimia äänen vahvistimena (ei tarvita ulkoista vahvistinta, kuten rytmimusiikissa). Ääntä tulisi harjoittaa niin, että sen

pystyisi kantamaan vaikka kokonaisen orkesterin yli. On hyvin tärkeää, että laulut esitetään niin kuinka ne ovat nuottiin kirjoitettu. Klassinen laulaminen on siis hyvin nuotteihin sidonnaista. Improvisaatiota ei käytetä paljon laulujen harjoittaessa tai etenkin esiintyessä. Klassisessa laulussa kehon painopiste on enimmäkseen selkäpuolella. Vibrato on hyvin olennainen osa klassista äänenmuodostusta. Vokaalit ovat pitkiä ja konsonantit selkeitä eivätkä pehmenneitä. (Eerola 2007-08.)

Klassisen musiikin konserteissa käytetään paljon erilaisia etiketti sääntöjä pukeutumisesta lähtien. Konservatoriosta lähtien opetettiin miten pukeutua lied- konserttiin ja kuinka toimia lavalla esiintymistilanteessa. Nämä luovat laulajasta ammattimaisen ja selkeän kuvan yleisölle konserttitilanteessa.

5 Tutkimusmenetelmä

”Me olemme maailmassa objekteja objektien joukossa, elämismaailmallisessa mielessä; olemme siellä ja täällä, yksinkertaisessa kokemuksen varmuudessa, ennen kaikkea tieteellistä perustamista. Me olemme toisaalta subjekteja tätä maailmaa varten, nimittäin maailmaa kokevia, pohtivia, arvostelevia ja maailmaan tarkoitushakuisesti suuntautuneita Minä-subjekteja; meille ympäröivällä maailmalla on yksinomaan se olemismieli, jonka kokemuksemme, ajatuksemme, arvostuksemme jne. ovat kulloinkin antaneet.” (Varto 2005, 33. Lainaus Edmund Husserlin tekstistä).

Juha Varto sanoo tutkimuksessaan, että kaikki laadullinen tutkimus tapahtuu elämismaailmassa. Ihmisen oma tapa ymmärtää kysymykset joita hän muiden kohdalla tutkii, vaikuttaa ratkaisevalla tavalla koko ajan hänen tutkimisessaan. (Varto 2005, 33-34.)

Tutkimukseni on laadullinen tapaustutkimus, jossa selvitän mielikuvia ja niiden käyttöä klassisessa ja ei-klassisessa laulussa. Haastattelujen avulla pyrin myös selvittämään, onko klassisten ja ei-klassisten laulajien ja laulupedagogien mielikuvien käytössä eroavaisuuksia. Haastattelujen, kirjallisuuden ja dokumenttielokuvien avulla syvennyn synestesiaan. Laulajien ja laulupedagogien lisäksi tutkin samalla itseäni ja synestesia ominaisuuttani. Tietolähteet auttavat minua ymmärtämään ominaisuuttani

ja millä tavoin voin hyödyntää sitä tulevana laulupedagogina. Tutkimukseni haastattelutyypiksi on standardoitu avoin haastattelu, jossa aihepiirit ovat ennalta määräytyt. Kysyin kaikilta laulajilta samat kysymykset. Laulupedagogien haastatteluissa kysyin enemmän pedagogiikkaan liittyviä kysymyksiä esim. äänifysiologiasta. (Syrjälä & Numminen, 1988).

6 Laulajien haastattelut

Haastattelin neljää eri laulajaa. Kaksi heistä ovat klassisen musiikin laulajia ja kaksi muuta ovat rytmimusiikin laulajia. Osalla on kertynyt jo paljon kokemusta lauluopettajana olemisesta. Haastateltavilla on kertynyt myös paljon esiintymiskokemusta musiikin parissa. Halusin että haastateltavien joukossa on myös eri sukupuolen edustajia. Haastattelin heitä Jyväskylän Ammattikorkeakoulun tiloissa ja äänitin haastattelut kännykälläni. Tavoitteena oli saada selville, kuinka laulajat käyttävät mielikuvitusharjoituksia hahmottaakseen oman instrumenttinsa. Halusin myös kuulla, että onko heillä samankaltaisia kokemuksia synestesiaan liittyen. Näkevätkö he esim. musiikin väreinä tai muotoina.

6.1 Klassisten laulajien haastattelut

Haastateltavat kertoivat heidän mielikuva kokemuksiaan sekä laulutunneilla että itsenäisten harjoitusten parissa. Haastattelut kohdistuivat kahteen naispuoliseen klassiseen laulajaan, jotka opiskelevat laulupedagogiaa. Heillä on esiintymiskokemuksia sekä klassisen että ei-klassisen laulun saralla. Pohjalla on myös kokemusta kuorolaulusta ja kansanmusiikista.

Haastatteluissa nousi päällimmäisenä esille, kuinka tärkeää on saada laulamissa toimimaan perustekniikka ja tulkinta. Molemmat laulajat kokivat mielikuvaharjoitukset hyödylliseksi sekä laulunopetuksessa että itsenäisen harjoituksen parissa. He kokivat mielikuvien auttavan tutustumaan syvällisemmin omaan instrumenttiinsa.

Haastattelujen aikana tuli esiin mielikuvaharjoituksia joita he ovat kokeneet hyödylliseksi itsenäisen harjoittelun parissa. Laulaja A kertoo joidenkin sanojen auttavan häntä löytämään oikean tekniikan laulussa. Esim. kun hän ajattelee sanaa ”solakka” hän huomaa sen vaikuttavan kropan aktivoitumiseen laulamisen aikana. Se vaikuttaa myös vokaalien muodostamiseen. Hän myös ajattelee useasti olevansa rupisammakko, jossa hengitys keskittyisi keskivartaloon. Konkreettiset mielikuvat antavat eniten tuntumaa oman kropan hallintaan lauluharjoitusten aikana.

”jos näkee kuvia niin ne on jostain henkilöistä joihin liittyy jotain tiettyjä tunteita niinkun vaikka rakkaus tai jotain semmosia tilanteita mitä mulla on ollu, että itellä laulaessa ne on enemmän semmosia muistikuvia” (laulaja A)

Hän muistelee esim. miltä tuntui lapsena työntää isoa rantapalloa veden alle ja kuinka iso vastus sieltä tuli. Tämä vahva lapsuusmuisto auttaa häntä löytämään tuen laulamiseen. Henkilökohtaiset kokemukset sytyttävät hänessä vahvimman impulssin laulamiseen. Mielikuvat eivät ole siis keksittyjä tai irtonaisia hänen omasta elämästä. Ne perustuvat vahvasti omiin elämäkokemuksiin. Hän siis ns. uudelleen elää omia muistojaan musiikin kautta. Luonto ja metsässä käveleminen ovat tärkeimmät asiat mielen vireillä pysymiseen ja eri aistien heräämiseen. Mielikuvien käytössä voi laulaja A:n mukaan ilmetä ongelmia, jos oppilas ei täysin ymmärrä mitä opettaja on mielikuvallaan tarkoittanut.

Hänellä on kokemusta molemmista tyylilajeista. Haastattelussa laulaja A sanoo kokevansa klassisen ja rytmimusiikin mielikuvat erilaisena. Laulujen harjoittelu on erilaista rytmimusiikkia tehdessä. Pop&jazz laulutunneilla käyminen helpottaisi häntä syventymään lauluihin enemmän ja saamaan paremmin kiinni tekstin sisältöön. Klassinen laulu vaatii laulaja A:n mielestä kokonaisvaltaisempaa harjoittelua ja pidempää kypsytelyä aikaa, jonka vuoksi lauluun pääsee paremmin sisälle. Laulun ja tekstin sisällön perehdyttäminen itselle on hyvin tärkeää tehdä ensin ja sitten tuoda oma tulkinta lauluun.

Laulaja A on harrastanut itseksensä kuvataidetta musiikin ohella. Harrastus kuitenkin jäi pois, kun hän alkoi opiskella musiikkia. Haastattelun aikana selvisi, että hän käyttää laulaessa mielikuvia, jotka ovat liittyneet hänen kuvataide harrastukseen. Suurin

osa hänen mielikuvistaan koostuvat muistikuvista lapsuudesta, jotka ovat hyvin yksityiskohtaisia.

Laulaja B on laulanut paljon kuoroissa ja opiskellut klassista laulua. Hän opiskelee klassisen laulun pedagogiksi. Perheen muusikkous on vaikuttanut vahvasti hänen kiinnostukseensa musiikkiin.

Laulaja B kertoo, että yleisimpiä mielikuvaharjoituksia ovat olleet korkean kitalaen havaitseminen eri mielikuvaharjoituksilla, hyvän tuoksun hengittely sisään, mielikuva venymisestä ja joustosta kehossa. Tilan hakeminen mielikuvien avulla on ollut myös hyvin olennainen osa klassista laulua harjoittaessa.

Laulujen tarinoihin tutustuminen ja tekstin sisällyttäminen ovat hyvin tärkeitä asioita, jotta mielikuvat heräävät eloon. Laulaja B:n mielestä mielikuvien käyttö on hyvin oleellinen osa kehon aktivointiin. Hänen mielestä olisi tärkeää ensin harjoitella perusasiat kuntoon laulua harjoitellessa. Sen jälkeen haetaan, että mitä kaikkia tunteita laulu ihmisessä herättää. Mahdollisimman aito tulkinta on laulaja B:n mielestä tärkein asia lauluja esittäessä. Aidot tunnereaktiot ovat syntyneet laulajan herättämistä mielikuvista, joita laulun melodia ja sanat synnyttävät.

Hän kokee, että klassisiin lauluihin on vaikea löytää välillä tunnekontakti. Osa laulujen tarinoista tuntuu niin dramaattiselta ja synkältä, että niihin on vaikea samaistua. Ilo on vielä vaikeampi tunne saada lauluihin. Tämä johtuu laulaja B:n mielestä siitä, että surusta saa helpommin mielikuvia aikaiseksi koska niihin on syvemmin kytköksissä. Hän pyrkii laulaessa olemaan aina tarinan sisällä niin, että se välittyisi yleisölle. Klassista musiikkia esitetään yleensä eri kielillä, joten on hyvin olennaista kääntää laulun sanat ja tietää mistä laulaa. Laulaja B:n mielestä omakohtaisuus on hyvin tärkeää lauluja laulaessa.

Musiikki herättää hänessä paljon erilaisia mielikuvia ja värejä. Etenkin orkesteriteoksia kuunneltaessa herää mielikuvia ja hän kehittää ympärilleen oman maailman.

6.2 Ei-klassisten laulajien haastattelut

Molemmilla laulajilla on kertynyt paljon esiintymiskokemusta rytmimusiikin saralla. He ovat molemmat aloittaneet ammattikoulun muusikkolinjasta ja jatkanut opiskelua laulopedagogilinjalla ammattikorkeakoulussa. Haastateltavilla on myös kuvataide ja teatteritaustaa harrastuspohjalla.

Laulaja C on lapsesta asti ollut musiikin ympäröimänä. Hän aloitti musiikin harrastuksen rumpujen soitolla. Pop&jazz laulusta tuli kuitenkin hänen pääaine. Eri tyylliset musiikkiprojektit ovat kasvattaneet häntä laulajana. Hän säveltää ja sanoittaa omia lauluja. Omat elämän kokemukset, etenkin surulliset ja kivuliaat muistot inspiroivat laulaja C:tä tekemään omia lauluja. Maalaaminen on hänelle myös yksi tapa ilmaista itseään.

Laulutunneilla on käytetty jousipyssy tyylistä mielikuvaharjoitusta, jolla haetaan sitkeyttä ja ”portaattomuutta” lauluääneen. Ryhdin korjaamiseen ja kehon rentouttamiseen on käytetty mielikuvaa siimasta, joka kannattelee päätä. Hartiat pitää olla rentona ja pää vain niin sanotusti roikkuisi siiman varassa. Hän on kokenut tämän harjoituksen hyvin hyödylliseksi rytmimusiikkia harjoittaessa. Pehmeän kitalaen ja tilan hakemista on tehty haukotusten avulla. Tunne hämmästyisestä on avannut laulaja C:n mukaan kehoa ja aktivoi hengityselimistöä. Soinnin löytämiseen on käytetty mielikuvaa pöllöstä, joka huhuilee. Haastattelun aikana tuli ilmi, kuinka ”twang” tekniikkaa harjoitellaan rytmimusiikissa.

Twang laulutyyliä haetaan kirkkaampaa sointia ääneen. Twang muodostuu, kun kurkunpään eteistä supistetaan. Lauluääni muuttuu kirkkaammaksi ja siinä on vähemmän ilmaa mukana. Perus-Twangin osaaminen helpottaa laulamista rytmimusiikissa. (Complete vocal institute).

Laulaja C kertoo käyneensä laulukurssin, jossa opetettiin kuvittelemaan noidan tai ankan ääntä, jotta äänestä tulisi hyvin etinen. Mielikuvaharjoitusten käyttäminen on

laulaja C:n mielestä hyödyllistä, koska laulaessa omaa instrumenttia ei näe konkreettisesti. Mielikuvien avulla löydetään oikeita ”asetuksia” kehosta. Esiintymistilanteessa hän hakee erilaisia tunnetiloja mitä laulut hänessä herättävät. Lyriikoiden sisäistäminen ja tarinan kulun ymmärtäminen ovat laulaja C:n mielestä hyvin tärkeitä asioita laulua harjoittaessa. Näin myös lyriikat jäävät paremmin muistiin.

Haastattelun mukaan laulaja C tuntee olevansa vapaampi, kun hän laulaa rytmimusiikkia kuin esimerkiksi klassista. Äänen tyyli ja tulkinta eivät ole niin rajattuja rytmimusiikissa.

Haastateltavalla ei ole voimakkaita mielikuva kokemuksia musiikin parissa. Värien tai kuvien näkeminen ei tapahdu haastattelun mukaan hänelle luonnostaan. Hän näkee laulut enemmänkin tarinoina. Omia sävellyksiä tehdessään, hän on enemmän kytköksissä omiin tunteisiinsa, mitkä sitten taas herättävät hänessä paljonkin mielikuvia.

”enemmän ehkä miettii niitä sen biisissä olevan tarinan tapahtumia...niitä alkaa miettimään ehkä kuvina sillä lailla, että sä vähän niinku lukisit kirjaa että siinäki sit aattelee ja luo päässään sen miltä joku huone näyttää tai semmosia ajatuksia tulee, että kuvittaa sitä tarinaa päänsä sisällä” (Laulaja C)

Laulaja D on toiminut laulajana sekä klassisella että rytmimusiikkipuolella. Hän on ollut mukana eri teatteriprojekteissa ja käynyt kuvataidekoulua kymmenen vuotta. Hän kokee klassisen ja rytmimusiikin mielikuvien käytöissä eroja. Hän muistaa mielikuvan lohikäärmeen hännästä, joka tukee hänen alaselkää lauluharjoitusten aikana. Klassisen laulun harjoituksessa haettiin hengitystukea alaselän alueelle. Tähän harjoitukseen hän ei ole kuitenkaan törmännyt rytmimusiikin puolella. Laulaja D oivalsi parhaiten asioita, kun hän kuvitteli hänen kehonsa soivaksi putkeksi. Hän ymmärsi laulun kokonaisvaltaisuuden ja loi keholle rennomman tunteen. Mielikuva pitkästä linnun nokasta auttaa häntä myös kanavoimaan ääntä niin, ettei äänestä tule ohut ja huokoinen. Ääni pysyy ns. ”linjassa”, eikä leviä joka suuntaan.

Laulaja D ei koe näkevänsä paljon mielikuvia, mutta kuunnellessaan musiikkia hän näkee värejä. Kuvataide on laulaja D:n mielestä vaikuttanut vahvasti värien näkemiseen musiikissa. Kuvia ilmenee etenkin, jos hän kokee vahvan tunnetilan laulaessa.

”tosi usein tommissa mollibiiseissä mitkä on jotenki..no esimerkiks just jotkut tämmöset missä on riipivä teksti ja tommonen surumielinen harmonia niin niissä on tosi useesti tummansinistä ja vettä...mä liitän varmaan sen semmoseen epätoivon fiilikseen että oon merellä myrskyssä” (Laulaja D)

Laulaja D:n haastattelun aikana vesi tuli moneen otteeseen puheen aiheeksi. Hän yhdistää erilaiset mielikuvat vedestä musiikkiin, koska hän kokee tämän turvallisuuden symbolina. Myöhemmin haastattelussa ilmeni, että mielikuvat vedestä ovat jääneet lapsuuden muistosta hänen alitajuntaan.

6.3 Laulajien haastattelujen tulokset

Kaikki kokivat mielikuvaharjoitukset hyvin hyödyllisiksi laulun opettelussa. Mielikuvat olivat laulajien mielestä paras apu saada laulun perustekniikka kuntoon. Laulajat kertoivat myös mielikuvien vaikutuksesta kehon ja mielen aktivoimiselle. Haastatteluissa puhuttiin siitä, miten laulajan instrumentista tulee ”näkyvä” mielikuvaharjoitusten avulla. Niiden kautta saa paremman kontaktin omaan ääni-instrumenttiin.

Haastatteluista kävi ilmi, että mielikuvien herääminen on hitaampi ja pidempi prosessi klassisessa laulussa kuin rytmimusiikissa. Tämä voi johtua siitä, että klassisten laulujen lyriikat ovat useammin kirjoitettu vieraalla kielellä ja ne pitää suomentaa niin, että tietää mistä laulaa. Sen jälkeen aletaan rakentaa laulun tarinaa ja sen kulua omassa mielessä. Rytmimusiikissa, etenkin popmusiikissa teksti on useimmiten englanninkielellä tai omalla äidinkielellä. Tämän takia laulun tarinaan uppoutuu nopeammin ja laulaja alkaa kehittää mielikuvien kautta omaa tulkintaa kyseiseen lauluun.

Yksi isoimmista eroista klassisen ja ei-klassisen laulun mielikuvaharjoitusten välillä on efektien käyttö ja laulujen tyylilliset erot. Ei-klassiset laulajat kertoivat haastatteluissaan erilaisista mielikuvaharjoituksista, joissa he saavat aikaan tietynlaisen efektin äänellään. Esim. Laulaja C kertoi kuvittelevansa ”noitamaista” ja ”ankkamaista”

ääntä, jotta hän saisi ”Twang” efektin äänellään. Klassisessa laulussa ei käytetä samanlaisia efektejä kuin rytmimusiikissa. Klassiset laulajat puhuivat paljon pyöreystä ja tilan käytöstä, joita saadaan esim. haukotuksen tunteesta. Hyvien tuoksujen kuvittelemisen tuli myös klassisilla laulajilla useasti esille mielikuvien käytössä. Syvä ja kokonaisvaltainen hengitys aukaisee laulajan ”putkiston”.

Klassinen laulaja A:lla on kokemusta molemmista tyyllilajeista. Hän puhui, kuinka erilaista on valmistella itseään klassista konserttia kuin rytmimusiikin keikkaa varten. Molemmat laulajat haluavat varmistaa aina, että he ovat sisäistäneet kaikki klassisen laulun teokset niin, että he pystyisivät esiintymistilanteessa elämään mielikuvien kautta laulun sisällä. Olen itse huomannut klassisten laulujen esityserkintöjen vaikuttavan harjoitusvaiheessa mielikuvieni käyttöön ja sitä kautta tulkintaan.

”Ensisijaiseen tietoisuuteen tulevat suorat kokemukset havainnoista ja tunteista.

Tämä on siis tahattoman kokemisen tapahtuma, johon sisältyvät myös edellisten kokemusten pohjalta suoraan syntyvät ajatukset ja muistot. Se sisältää myöskin spontaanisti heräävät muistot, ajatukset, mielikuvat, unelmat ja haaveet. Ensisijainen tietoisuus on vaistotoimintaa kehittyneempi muoto. Ilman ensisijaista tietoisuutta aistiärsyksiä ja emotionaalisia tunteita pystytään käsittelemään hyvin alkeellisesti.

Tämä on tyyppillistä eläimille sekä lapsille, jotka eivät osaa vielä puhua.” (Nissilä 2001, lainaus Farthing 1992, 12–13).

Monet puhuivat lapsuudestaan ja muistoista joita he ovat käyttäneet paljon mielikuvissaan laulujen aikana. Koen, että vahvimmat muistomme ovat peräisin lapsuudesta, koska olemme olleet aistiherkempiä. Kokemus on voinut olla niinkin voimakas, että se on jäänyt kehomme muistiin. Heijastamme näitä muistoja, joita sitten käytämme laulun opettelussa ja esiintymistilanteissa.

7 Laulopedagogien haastattelut

Haastattelin kahta laulopedagogia. Haastateltava laulopedagogi A edustaa klassisen musiikin puolta ja laulopedagogi B edustaa rytmimusiikkia. Suoritin haastattelut Turussa. Äänitin haastattelut kännykälläni ja kannettavalla tietokoneellani. Halusin tut-

kia miten laulupedagogit käyttävät mielikuvia opetuksessa. Halusin myös kuulla heidän ajatuksiaan mielikuvista ja synestesiasta. Ovatko he esim. törmänneet oppilaaseen, jolla on synestesia tai miten he ajattelevat mielikuvien toimivan laulun tukena.

Klassinen laulupedagogi A on toiminut yhdeksäntoista vuotta klassisen laulun opettajana. Hän on suorittanut laulupedagogin opinnot Helsingissä Sibelius-Akatemiassa ja on toiminut yli kymmenen vuotta klassisen laulunopettajana Turun konservatoriolla. Opettajuuden ohella hän toimii myös kanttorina.

Laulupedagogi B:llä on hyvin monipuolinen tausta rytmimusiikin ohella. Hän on toiminut kuoronjohtajana yli kymmenen vuotta ja ollut mukana erilaisissa teatteriprojekteissa. Hän on toiminut kitaransoiton opettajana Turun alueella. Hän on myös opiskellut klassista laulua Turun konservatoriolla. Hänen kiinnostuksensa painottuu kuoromusiikkiin ja acappella lauluun, jossa hän perehtyi enemmän rytmimusiikkiin. Rytmimusiikkiin perehtyminen lähti nousuun yhtyeen myötä, jossa laulajat esittivät erilaisia rock ja pop lauluja.

Tulevana laulupedagogina halusin saada haastattelujen avulla selville, mitä laulupedagogit ajattelevat mielikuvien käytöstä ja millä tavalla he käyttävät niitä opetuksen aikana. Haastattelujen lopussa pedagogit syventyvät myös omaan sisäiseen maailmaan ja miten he itse käyttävät mielikuviaan hyödyksi laulussa.

7.1 Klassisen laulupedagogin haastattelu

”mun mielestä ne mielikuvat, ne täytyy olla sillä lailla niinkun, se täytyy aina tunnustella niinkun henkisellä tasolla sitä oppilasta, että ymmärtääks se sen mielikuvan tai herättääks se siin mitään, mutt jos sil ei oo mitään konkretiaa ja se ei tapahdu oppilaan mielikuvituksessa ja päässä ni se on ihan yhtä tyhjän kanssa. Ensiks sä niinkun tunnustelet ett jos mul on vaik joku mielikuva ni mun täytyy ensiks kertoa se mielikuva ihan ett ymmärtääks se mitä siin tarkotetaan” (Klassinen laulupedagogi)

Klassinen laulupedagogi kertoo haastattelussaan, kuinka tärkeää on tutustua omaan oppilaaseen ja löytää asioita jotka koskettavat häntä. Monet lauluopettajat käyttävät

hyviä mielikuvia, mutta hän haluaa olla varma, että oppilas saa harjoitukseen kontaktin henkisellä tasolla eikä pelkästään teknisellä tasolla. Hän varmistaa aina laulutunneilla ymmärtääkö oppilas mitä hän tarkoittaa. Varmistamalla välttyään väärinymmärryksiltä, joita tapahtuu hyvin helposti mielikuvaharjoituksia käyttämällä. Hän ei käytä mitään tiettyjä mielikuvaharjoituksia, vaan soveltaa niitä tilanteen mukaan mikä sopii lauluoppilaalle.

”Mielikuvissa on just tärkeintä että se ymmärtää mitä kropassa tapahtuu...ehkä helpommin ku että jos ois vaan että hengitä sisään, koska ne vähän niinku refleksin omasesti avaa joissaki ihmisissä liikesarjoja tai rajoja tommonen mielikuva..mutt sen ihmisen pitää tunnistaa se ehdottomasti mitä siinä tapahtuu” (klassinen laulopedagogi)

Haastattelussa hän pohtii miten mielikuvat aktivoivat kehossa refleksin omaisen, luonnollisen liikeradan, jota laulamissa tarvitaan. Ilman mielikuvia olisi vaikeaa löytää kehon luonnollista liikehdintää. Laulajan tulisi itse ymmärtää mitä mielikuvaharjoitus käynnistää kehossa ja miksi. Harjoituksen tulisi jäädä lihasmuistiin ja tämä onnistuu parhaiten mielikuvaharjoituksia käyttämällä. Liikeradan ja tietyn tuntemuksen yhdistäminen on tärkeää laulajalle. Näin hän saa kehon ja mielen aktivoitua. Kaikilla ei ole haastateltavan mukaan samanlaista herkkyyttä omiin aisteihin kuin toisilla. Tämän kaltaisessa tapauksessa on tärkeä varmistaa, että oppilas ymmärtää mitä kropassa tapahtuu. Harjoituksia täytyy pohtia ja miettiä niiden tarkoitusta. Kun niitä harjoittelee rutiininomaisesti niin ne jäävät lihasmuistiin. Jos mielikuvaharjoitusten tarkoitusta ei tiedä, niin ne ovat yhtä tyhjän kanssa. Joillakin ihmisillä on luontainen lahja aistia herkemmin omaa kehoaan. Lauluopettajan ja oppilaan pitää olla samalla aaltopituudella, jotta välttyttäisiin väärinymmärryksiltä.

Klassinen laulopedagogi käyttää itse esiintymistilanteissa mielikuvia, jotka hän on ”imenyt” ympäristöstä. Kommunikoiminen ihmisten kanssa vaikuttavat haastateltavan mielestä myös vahvasti mielikuviimme. Tärkeimmät asiat, jotka vaikuttavat mielikuviimme ovat kuitenkin asiat mitkä tulevat omasta elämästä. Kaikki, mikä kumpuaa omasta sydämestä, on aina vilpittöntä.

Haastateltavan mielestä klassisen ja ei-klassisen mielikuvaharjoituksissa ei ole draamaattisia eroja. Molemmissa tyyeissä haetaan tiettyä sointia, tilaa ja liikerataa. Hän

on törmännyt oppilaisiin, jotka ovat mieltäneet tietyt sävellajit eri sävyinä. Haastateltava ei ole kuitenkaan käyttänyt tätä ominaisuutta opetustilanteessa hyödyksi. Hänen mielestä synesthesia voi olla hyödyllinen tulkinnallisessa mielessä ja muistamisen kannalta ja harmonian muistamisessa. Hän vertaa mielikuvien käyttöä esiintymistilanteessa unenkaltaiseksi tilaksi, jossa on eri maisemia ja tiloja.

7.2 Rytmimusiikin laulupedagogin haastattelu

”Alusta lähtien se harjoittelu pitäis lähteä sisällöstä eli tunnesisällöstä, mielikuvista niistä arvoista ja ilosta, rakkaudesta siihen kauneuteen ja luovuuteen ja että se sun ilmasu kannattelee, ni se on valtavan elähdyttävä kokemus ja sitä kautta muillekin ja kun sä saat uskoa ja luottamusta siihen että se on sun kanssa musisoijille tai yleisölle nostattava kokemus ni sillan syntyy vuorovaikutusta, sitä kauneuden ja luovuuden kokemusta” (Rytmimusiikki laulupedagogi)

Rytmimusiikin edustaja puhuu haastattelussa siitä, kuinka tärkeää on löytää ilmaisu ensin sisäkautta, jotta laulujen tulkinnasta tulisi persoonallista ja karismaattista. Hän kertoo myös, kuinka tärkeää on luoda turvallinen olotila oppilaalle ja kuorolaulajille yhteismusisoinnin aikana. Vertailu ja kilpailu toimivat haastateltavan mielestä ulkopuolisena rasitteena laulajalle ja vie luovuudesta paljon pois. Rytmimusiikissa on haastateltavan mielestä enemmän omaehtoisuutta kuin klassisessa musiikissa. Säveltäminen ja improvisointi ovat ehyempi osa rytmimusiikissa. Klassisten laulujen esityserkinnät nuoteissa vaikuttavat haastateltavan mielestä luovuuden ja mielikuvien syntymiseen. Klassiset laulut jäävät harjoitusvaiheessa liian tekniseksi ja unohdetaan laulun sisäistäminen ja oman ”maailman” luominen laulun ympärille.

Rytmimusiikin laulupedagogi kertoo haastattelussa, kuinka tärkeää on harjoitella perustekniikka laulussa. Hän suosii nykyään opetuksessaan ekspressiivistä taideilmaisuohjausta, jossa on mahdollista käyttää paljon laajemmin mielikuvia. Opetuksen aikana ilmaistaan itseään kehollisesti, kuvallisesti ja teatraalisesti. Kehollinen ilmaisu aktivoi haastateltavan mukaan parhaiten mielikuvia.

”Liike on kaikista lähimpänä musiikkia. Musiikki hahmottuu liikkeenä ja ne mielikuvat liittyy liikkeeseen, koska musiikki on alituksessa liikkeessä ”
(Rytmimusiikin laulupedagogi)

Haastateltava sanoo aina laittavansa laulajat kuoroharjoituksissa liikkeelle, jotta mieli ja kroppa aktivoituisi. Mielikuvaharjoitusten olisi hyvä tapahtua samaan aikaan. Harjoituksia voidaan tehdä pareittain tai ryhmissä. Ihmisillä pitää olla ”peili”, joka vakiinnuttaa ja vahvistaa vuorovaikutusta paitsi tilan, mutta myös laulajien kanssa. Ryhmäpedagogiikka on haastateltavan mielestä tällöin vahvempaa kuin yksilö opetuksessa. Ryhmäopetusta helposti kritisoidaan siitä, ettei pääse korjaamaan virheitä ja ohjaamaan yksilöllisesti. Mielikuvaharjoitusten hallitseminen on vaikeampaa ryhmäopetuksessa. Onnistumisen tunteet oppilaan kanssa tulee silloin kun kommunikoiminen on välitöntä ja kehollista.

”Sitku ei oookkaan niin valmiita mielikuvia mitä mä yritän opettaa muille ja valvoa että johtaako se nyt mun mielestä oikeisiin lopputuloksiin ni sillan se asetelma kääntyy ett se lähteeki siitä mitä jokasen omissa mielikuissa, mitä oma keho tietoisuus ja kehon muisti tuottaa siihen, sillan se on automaattisesti uskottavaa ja se on heti vuorovaikutuksessa toisten laulajien kanssa se mielikuva minkä joku tuottaa siihen, se on automaattisesti aitoa ja siin on virtausta” (Rytmimusiikin laulupedagogi)

Haastateltavan vaimo ja äiti ovat molemmat kuvataiteilijoita ja hän myös itse harrastaa kuvataidetta. Hän näkee välillä maalatessaan eri värejä, etenkin kun hän kuuntelee surullista musiikkia. Hänellä ei ole kokemuksia oppilaasta jolla olisi synestesia. Hänen mielestään moniaistillisuus on hyvinkin tärkeää musiikin ja taiteen opetuksessa. Hän ei halua opetuksessaan ns. nimetä asioita vaan hän haluaa ihmisten oppivan tekemällä asioita liikkumalla kehollaan. Hän korostaa leikkimielisyyden tärkeyttä musiikin parissa. Lapsenomainen ajatus siitä, että kokisi kaiken ensi kertaa avaa mielen aivan uudella tavalla. Olemme silloin enemmän kosketuksissa aistehimme ja olemme herkempiä impulsseille ympärillämme.

7.3 Laulupedagogien haastattelujen tulokset

Tutkimukseni alussa otsikossa "Mielikuvat" Brattico ja Lappi puhuivat, kuinka liikesuorituksen kuvittelemisen aktivoi samoja osia aivoista, jotka ovat tositilanteessa vastuussa suorituksen koordinoinnista. Molemmat laulupedagogit korostivat haastattelussaan kehon liikkeen tärkeyttä. Rytmimusiikin laulupedagogi kertoi, kuinka tärkeää on saada laulajat kuoroharjoituksissa liikkeelle, jotta mieli ja kroppa aktivoituisi. Klassinen laulupedagogi puhui siitä, miten mielikuvat aktivoivat kehossa luonnollisen liikeradan. Haastateltavat olivat molemmat sitä mieltä, että liike aktivoi parhaiten laulajan mielikuvia.

Molemmat puhuivat myös perustekniikan opettelusta, mutta huomasin että asiaa ei painotettu yhtä paljon rytmimusiikin haastattelun aikana. Klassinen laulupedagogi kertoi haastattelussaan, kuinka tärkeää on kertoa oppilaalle mitä osaa kehossa halutaan aktivoita mielikuvaharjoitusten aikana. Molemmat olivat sitä mieltä, että mielikuvaharjoitukset voivat helposti vahingoittaa laulajan instrumenttia, jos mielikuvaharjoitus tulee väärinymmärretyksi.

Rytmimusiikin laulupedagogi kertoi, miten klassisen musiikin esityserkinnät voivat vaikuttaa laulajan ilmaisuun.

"Ne kertovat laulajalle, miten teokset säveltäjän mukaan kuuluisi esittää ja millaisia tunteuksia musiikin pitäisi herättää. Populaarimusiikissa ei törmää niin useasti näihin esityserkintöihin. Tämän kaltaiset musiikilliset erot voivat vaikuttaa alitajuisesti laulajan ilmaisulliseen vapauteen ja mielikuvien muodostamiseen". (Lehtonen 2011, 73.)

Rytmimusiikki laulupedagogin mukaan klassisessa laulussa keskitytään välillä liikaa tekniseen osaamiseen ja jätetään tulkinnallinen puoli toissijaiseksi. Mielestäni improvisointiharjoitukset olisivat yksi auttava tekijä klassisen laulun ilmaisun vapauttamisessa. Laulajat eivät olisi niin "sidottuja" nuotteihin ja laulajat saisivat kokea enemmän "flow" tyylistä tilaa, jossa mieli antautuu musiikin vietäväksi ja välissä ei ole mitään ns. jarruja, joista laulupedagogi puhuu haastattelun aikana.

Molemmat olivat kiinnostuneita synestesiasta. Heillä ei kuitenkaan ole henkilökohtaista kokemusta asiasta. Klassinen laulupedagogi piti tällaista oppilasta melko haastavana, koska olisi vaikeampi löytää yhteinen sävel mielikuvaharjoitusten löytämiseen.

8 Pohdinta

Työni tavoitteena oli tutkia mielikuvia ja miten niitä käytetään klassisessa ja ei-klassisessa laulussa ja laulunopetuksessa. Tutkin myös työssäni synestesiää. Kerroin synestesiasta ja mielikuvista kognitiivisesta sekä fysiologisesta näkökulmasta. Pyrin selvittämään kuinka synestesia toimii, koska itse synestesian omaavana ihmisenä koen mielikuvien olevan hyvin sidonnaisena tähän ominaisuuteen. Tutkimukseni toi uutta tietoa mielikuvien käytöstä ja eroista klassisessa ja ei-klassisessa laulussa sekä laulunopetuksessa. Tutkimus syvensi ajatustani siitä, että mielikuvat ovat hyvin hyödyllinen ja tärkeä työkalu laulussa ja laulunopetuksessa. Syventymällä tietolähteisiin opin, miten synestesia toimii ja miten se on kytköksissä mielikuviin. Tutkimuksen alussa ajattelin tutkia pelkästään klassisten ja ei-klassisten laulajien mielikuvien eroavaisuuksia. Päätin kuitenkin keskittyä pääasiassa mielikuviin ja synestesiaan, koska tunsin hyötyväni enemmän laulajana ja tulevana laulupedagogina tutkimalla näitä aiheita. Opin näytetyön edetessä huomasi, että tutkimuksessani alkoi nousta monta teemaa. Selvempi aiheen rajaus olisi voinut tuottaa tarkempaa tietoa.

Ihmisen ääni-instrumentti on yksilöllinen ja sen toiminta koostuu mielen ja kehon yhteistoiminnasta. Haastatteluissa laulupedagogit korostivat, kuinka tärkeää opettajan on otettava huomioon lauluoppilaan yksilöllisyys. Klassinen laulupedagogi puhui siitä, että oppilaalle olisi hyvä löytää mielikuva joka koskettaa häntä. Jotkut laulun opettajat käyttävät toistuvasti samoja mielikuvaharjoituksia eri oppilaille. Tällaisessa tapauksessa unohdetaan, että ihminen on psyko-fyysis-sosiaalinen kokonaisuus, jonka mieli koostuu hänen omista muistoistaan ja kokemuksistaan. Tutkimus osoitti, että mielikuvat ovat laulajalle tärkein työväline aktivoida oma ääni-instrumentti. Mielikuvat auttavat laulajia aistimaan omaa kehoaan, muistamaan paremmin laulun teks-

tejä, kuvittamaan omaa sisäistä maailmaa lauluihin ja tuoda oma yksilöllinen persoona esiin. Haastatteluissa korostui myös, kuinka tärkeää laulupedagogin on kertoa oppilaalleen, minkälaista reaktiota kehossa halutaan syntyvän. Näin voidaan alkaa kehittää osuvaa mielikuvaa.

Haastatteluista ja kirjallisuuslähteistä ilmeni päällimmäisenä, että laulajat olivat suurimmin osin luoneet itselleen toimivan mielikuvan. Osa laulajista oli soveltanut opettajien antamia mielikuviaharjoituksia itselleen sopivaksi. Tutkimuksessa selvisi, että tärkeimmät mielikuvat, joita laulajat käyttävät laulamisen aikana kumpuavat heidän lapsuuden muistoistaan. Olen itse myös kokenut, että musiikki on tuonut mieleeni paljon muistoja lapsuudesta. Koen, että lapsuudessa olemme hyvin ”aistiherkkiä” ja olemme kokeneet kaiken niin voimakkaasti, että se on jäänyt kehomme muistiin. Kokemus on niin henkilökohtainen, että vain meidän oma keho ja mieli pystyvät sen toistamaan. Tämän kaltaiset muistot aktivoivat parhaiten laulajan kehoa ja aistimme ovat enemmän hereillä.

”luonnonäänet niinkun vapauttaa äänten kuuntelemiseen kaikista parhaiten...siihen ei liity ollenkaan sitä omaa tuottamista...”(klassinen laulupedagogi)

Sekä laulajat että laulupedagogit puhuivat myös paljon luonnossa liikkumisesta. Haastattelujen lopuissa päädyttiin aina samaan teemaan, jossa luonto ja metsä olivat suuressa osassa. Tutkimus osoitti, että luonnossa liikkuminen on tärkeä asia laulajille heidän aistien herättämisen ja vireillä pysymisen kannalta.

Laulajien haastattelut osoittivat, että klassisten ja ei-klassisten laulajien mielikuvien käytöllä on eroja. Haastateltavat kertoivat heidän omia mielikuvaharjoituksia, joita he ovat itse keksineet tai soveltaneet itselleen sopiviksi laulutunneilta.

Laulupedagogit puhuivat mielikuvien käytöstä laulun opetuksen aikana ja kuinka paljon lauluoppilas niistä hyötyy. Molemmat laulupedagogit painottivat, kuinka tärkeää on ottaa huomioon oppilaan yksilöllisyys. Haluan itse tulevana laulupedagogina pyrkiä siihen, että yritän löytää asioita oppilaasta, jotka koskettavat häntä ja soveltaa niitä mielikuvaharjoituksissa. Laulupedagogit korostivat myös kehon liikkeen tärkeyttä laulun opetuksen aikana. Rytmimusiikin laulupedagogi puhui, kuinka kehon liike aktivoi parhaiten mielikuvia. Laulajan olisi hyvä harrastaa musiikin ohella jotain jossa keskitytään kehon liikkuvuuteen ja joustavuuteen. Tämä ei pelkästään auttaisi

mielikuvien aktivoimisessa, vaan auttaisi myös lauluryhdin hallinnassa ja kehon lihasten joustavuudessa.

Kirjallisuuslähteiden ja dokumenttielokuvien avulla sain tietoa synestesiasta ja miten se toimii sekä kognitiivisesti että fysiologisesti. Aiheesta ei löytynyt paljon tietoa, koska synestesia ja sen toimivuus on nyt vasta tullut enemmän ihmisten tietoisuuteen. Lääketiede ei ole pystynyt vielä täysin selittämään synestesian fysiologista toimintaa. Tietolähteet ja haastattelut kuitenkin osoittivat, että kaikilla ihmisillä on synestesiaa. Se on vaan eri tietoisuuden tasolla. Osa ihmisistä kasvattaa synestesian tietoisuuden tasoa alitajuisesti jo lapsesta asti. Tajusin tutkimuksen edetessä olevani tämän kaltainen tapaus. Osa synestesia ominaisuudestani on lapsesta asti harjoiteltua. Minulle todettiin lapsena lähimuistihäiriö, joten muistiani alettiin kehittää eri muistipelien ja leikkien kautta. Yhdistelin sanoihin muita komponentteja, niin kuin esim. väri, muoto tai sijainti. Näin ollen muistin paremmin asioita. Tutkimus syvensi käsitystäni synestesian eri muodoista ja miten voin hyödyntää ominaisuutta laulussa ja laulun opetuksessa. Tulen kehittämään värikuulo- synestesia ominaisuuttani maalaamalla ja tekemällä musiikkia. Se inspiroi minua tekemään taidetta hyvin monipuolisesti. Synestesia osuudessa kerroin, kuinka Pekka Hakonen lainaa Merleau-Pontyn sanoja kirjassaan ”Aisti, uni ja rakkaus”. Merleau-Ponty kertoo synestesian olevan aistien polyfonia, joka puhuttelee kaikkia aisteja yhdessä. Hän puhui myös ilmiön tai asian ainutkertaisen olemuksen tavoittamisesta. Kaikki aistit olisivat yhtä, ilman minikäänlaisen idean väliintuloa. Lukiessani Pekka Hakosen kirjaa, tajusin omaavani ominaisuuden, jonka avulla pystyn aina aistimaan musiikkia ja taidetta hyvin kokonaisvaltaisesti. Tutkiessani synestesiaa aloin enemmän hyväksyä ominaisuuden itsessäni ja huomasin sen kasvavan uudelle tietoisuuden tasolle.

Mielestäni laulutunneilla ja lauluharjoitusten aikana pitäisi keskittyä enemmän oppilaan keholliseen toimintaan ja eri aistimusten herättämiseen. Tutkimus auttoi minua ymmärtämään omaa ja toisten ääni-instrumenttia. Uskon, että aiheeni oli myös hyödyllinen tulevaisuuden työtehtävien kannalta. Ymmärrän paremmin synestesia ominaisuuttani ja pyrin jatkossa soveltamaan sitä sekä muusikkona että laulunopettajana. Mielikuviiin ja synestesiaan syventyminen auttoi minua ymmärtämään sekä omaa että myös toisten laulajien ääni-instrumenttia ja sen kehittämistä mielikuvien

avulla, mielikuvien toimintaa ja käyttömalleja ja synestesiaa ominaisuutena. Tutkimuksestani hyötyy sekä laulun että kuvataiteenopiskelijat. Tutkimus vahvisti ajatustani siitä, että meillä kaikilla on oma ”ihmemaa”, jonka avulla vahvistamme omia aisteja taiteen parissa.

Lähteet

- Arnheim, R. (1969) Visual Thinking. University of California press. Berkeley, Los Angeles, London.
- Bojner-Horwitz, E., Bojner, G. (2007). Mielihyvää musiikista. Vantaa: WSOY.
- Brattico, P. Lappi, O. (2008) Johdatus kognitiotieteeseen, Helsingin yliopisto.
- Complete vocal institute. Viitattu 26.11.2016. <https://completevocal.institute/konaisvaltaisen-aanenkayton-tekniikka/>
- Eerola, R. (2007-2008) Klassisen ja ei-klassisen laulutekniikan eroavuuksista. Viitattu 20.6.2016. <http://www.provoce.suntuubi.com/?cat=22>
- Fraley, G (2013). Creativity and Imagination, TEDxStormont. Viitattu 26.11.2016. <https://www.youtube.com/watch?v=scVwv1g1cJc>
- Gallois, P. Osara, T. (2015). Action painting "Synestésie". Viitattu 20.8.2016. <https://www.youtube.com/watch?v=83vaeTSiyFg>
- Hako, P. (2012) Aistit, Uni, Rakkaus. Kaksitoista katsetta Kaija Saariahoon. Otavan kirjapaino Oy, Keuruu.
- Hemsley, T. (1998). Singing & imagination. Oxford university press.
- Korhonen, L., Hakanpää, T. (2009). Soiva Opettajuus artikkeli. Helsinki: Edita.
- Lehtonen, K. (2011). Ihminen ja musiikki- Musiikki ja mielikuvat. Tampereen yliopistopaino Oy.
- MCcracken, M. (2016). Painting a song. Tedx Lafayette college. Viitattu 15.9.2016. <https://www.youtube.com/watch?v=EDzvPmAap8M>
- Mäkikoskela, R. (2008). Representaation käsitteestä. Aalto University.
- Nissilä, L. (2001). Tietoisuuden mielikuvat. Pro gradu- työ. Oulun yliopisto.
- Riikkonen, K. (2013). Rikkinäisistä farkuista oopperalavoille, Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto, musiikkikasvatus

Saari, L. (2015). Mielikuvien käyttö laulunopetuksen työvälineenä, Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto, musiikkikasvatus.

Schali, K. (2003). Viitattu 1.9.2016. <http://yle.fi/aihe/artikkeli/2003/04/22/synestesia>

Syrjälä & Numminen. (1988) Haastattelun eri muodot. Viitattu 23.11.2016.

[http://hui01.bh.spt.fi/vk/sotepo/tmrt.nsf/0/05A06E33B3779838C2257163004431DD/\\$file/Haastattelumuodot.pdf](http://hui01.bh.spt.fi/vk/sotepo/tmrt.nsf/0/05A06E33B3779838C2257163004431DD/$file/Haastattelumuodot.pdf)

When senses collide- Synesthesia (2015). elokuvadokumentti. Viitattu 26.11.2016.

<https://www.youtube.com/watch?v=KGYrBaK-JYI>

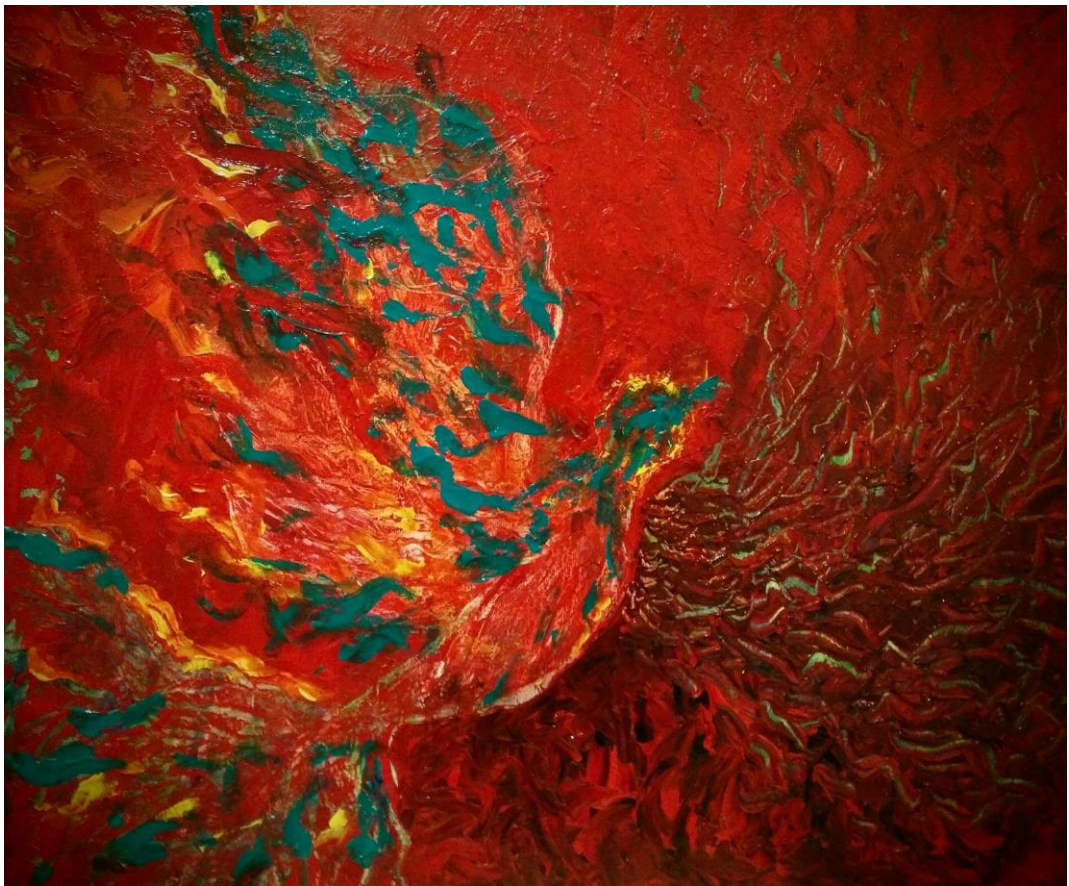
Varto, J. (2005) Laadullisen tutkimuksen metodologia.

Liitteet

Liite 1 Melissa McCracken öljyvärimaalaus ”Lenny” (2014)



Liite 2 Taru haili sormivärimaalaus akryyleillä ”The Firebird” (2016)



Liite 3 Tiina Osara live painting, "Synesthésie" (2015) Alnay-Sous-Bois konservatorio



Liite 4

Laulajien haastattelukysymykset

Taiteellinen tausta

- 1 Miten ja minkä ikäisenä aloitit laulamisen?
- 2 Millaista musiikkia lauloit aluksi?
- 3 Oletko aina ollut kiinnostunut klassisesta/kevyestä musiikista?
- 4 Oliko sinulla musiikillisia esikuvia? jos oli niin ketä?
- 5 Oliko sinulla kiinnostusta teatteriharrastukseen missään vaiheessa?
- 6 Harrastatko kuvataidetta?
- 7 Mikä oli asennoitumisesi musiikkiin lapsena?
- 8 Onko joku muu perheessäsi/suvussasi musikaalinen?

Koulutus ja itsensä opettaminen

- 1 Miten lähdit kouluttamaan itseäsi musiikin saralla?
- 2 Koitko koulutuksen olevan hyödyllinen?
- 3 Oletko oppinut käyttämään ääntäsi kokeilun ja eri projektien kautta vai jollain muulla tavalla?
- 4 Miten pysyt ajan tasalla musiikkimaailmassa? millaisia kanavia käytät hyödyksi?

Toimiminen klassisena/kevyenä laulajana

- 1 Teetkö paljon keikkoja klassisena/kevyenä laulajana?
- 2 Minkälaisena laulajana näet itsesi?
- 3 Millä tavoin pidät yllä omaa lauluteknistä osaamistasi?
- 4 Mihin kaikkiin tyyleihin olet perehtynyt laulajana?
- 5 Mikä inspiroi sinua laulajana?

Mielikuvien käyttö laulamissa ja sen harjoittamisessa

- 1 Minkälaisia mielikuvaharjoituksia olet käyttänyt lauluharjoituksissa?
- 2 Minkälaisia mielikuvaharjoituksia lauluopettajasi ovat käyttäneet?
- 3 Koetko mielikuvaharjoitukset hyödyllisiksi? jos koet niin miksi?
- 4 Minkälaisia mielikuvaharjoituksia olet käyttänyt esiintyessäsi?
- 5 Koetko mielikuvaharjoitukset erilaisiksi klassisessa ja pop&jazz laulussa? (kysymys laulajille joilla on kokemusta molemmista tyyleistä)
- 6 Millaisia ongelmia koet mielikuvien käytössä?
- 7 Näetkö musiikin väreinä, eri muotoina tai kuvina? jos näet, niin miten sen koet?

Liite 5 Laulopedagogien haastattelukysymykset

Musiikillinen tausta

- 1 Miten ja minkä ikäisenä aloitit laulamisen?
- 2 Millaista musiikkia lauloit aluksi?
- 3 Oletko aina ollut kiinnostunut klassisesta/kevyestä musiikista?
- 4 Oliko sinulla musiikillisia esikuvia? jos oli niin ketä?
- 5 Oliko sinulla kiinnostusta teatteriharrastukseen missään vaiheessa?
- 6 Harrastatko kuvataidetta?
- 7 Mikä oli asennoitumisesi musiikkiin lapsena?
- 8 Onko joku muu perheessäsi/suvussasi musikaalinen?

Koulutus ja itsensä opettaminen

- 1 Miten lähdit kouluttamaan itseäsi musiikin saralla?
- 2 Koitko koulutuksen olevan hyödyllinen?
- 3 Millaisia teknisiä haasteita koit pedagogikoulutuksen aikana?
- 4 Oletko käynyt sekä klassisen että pop & jazz koulutuksen?
- 5 Oletko oppinut käyttämään ääntäsi käytännön ja kokeilun kautta vai perehtymällä eri tietolähteisiin ihmisen äänifysiologiasta?
- 7 Miten pysyt ajan tasalla musiikkimaailmassa? millaisia kanavia käytät hyödyksi?

Toimiminen klassisena/kevyenä laulajana

- 1 Teetkö paljon keikkoja klassisena/kevyenä laulajana?
- 2 Minkälaisena laulajana näet itsesi?
- 3 Millä tavoin pidät yllä omaa lauluteknistä osaamistasi?
- 4 Mihin kaikkiin tyyleihin olet perehtynyt laulajana?
- 5 Mikä inspiroi sinua laulajana?

Äänifysiologia

- 1 Mitä äänenmuodostuksessa tapahtuu kun laulaa klassista/kevyttä?
- 2 Miten klassinen ja pop & jazz musiikki eroavat tyylillisesti toisistaan?
- 3 Mitä kehossa tapahtuu kun opetuksessa käyttää mielikuvaharjoituksia?
- 4 Millaisia ongelmia mielikuvaharjoitukset voivat luoda?
- 5 Mitä hyötyä mielikuvaharjoituksista on äänellisen tuoton kannalta?

Mielikuvien käyttö opetuksessa

- 1 Minkälaisia mielikuvaharjoituksia olet käyttänyt opetuksessa?
- 2 Minkälaisia mielikuvaharjoituksia olet käyttänyt omassa laulamisesi?
- 3 Koetko mielikuvien käytön hyödylliseksi laulun opetuksessa? jos koet niin miksi?
- 4 Eroavatko klassisen ja ei-klassisen mielikuvaharjoitukset toisistaan? jos eroavat niin miten?
- 5 Kuinka opettaa lauluoppilasta jolla mielikuvaharjoitukset eivät toimi?
- 6 Oletko törmännyt opetuksessasi oppilaaseen jolla on synestesia?
- 7 Näetkö musiikin väreinä, eri muotoina tai kuvina?