

Opinnäytetyö (AMK)

Esittävä taide / Musiikki

2023

Iiris Haapanen

Millaista on hyvälaatuinen ja  
tehokas soittoharjoittelu ja miten  
sitä voi opettaa?

Opinnäytetyö (AMK) | Tiivistelmä

Turun ammattikorkeakoulu

Esittävä taide / Musiikki

2023 | 25 sivua, 3 liitesivua

Iiris Haapanen

## **Millaista on hyvälaatuinen ja tehokas soittoharjoittelu ja miten sitä voi opettaa?**

Tämä opinnäytetyö on kaksiosainen koostuen sekä taiteellisesta että kirjallisesta osiosta. Työn taiteellinen osio on opinnäytetyökonsertti, joka pidettiin Turun Taideakatemian Crichton-salissa 29.4.2023.

Opinnäytetyön kirjallisessa osuudessa käsitellään instrumentin opiskeluun liittyvää soittoharjoittelua ja sen opettamista. Työssä pohditaan, minkälaista on hyvälaatuinen ja tehokas harjoittelu, ja kuinka sitä voidaan opettaa. Itsenäinen soittoharjoittelu on melkein pä tärkein tekijä instrumentin soittamisen opettelemisessa. Hyvä harjoitteluteknikka on yksi tärkeimmistä asioista, johon soitonopettaja voi oppilastaan ohjata.

Työn tavoitteena on kirjoittajan kehittyminen sekä pedagogina että oman soittoharjoittelun parissa. Työhön on käytetty alan aihetta käsitteleviä lähteitä, ja oleellinen osa työtä ovat myös kirjoittajan omat kokemukset sekä johtopäätökset.

Opinnäytetyön tekemisen tuloksena kirjoittaja on saanut hyödyllisiä uusia ideoita ja vaikutteita omaan soittoharjoitteluunsa sekä opettamiseen. Myös aiheesta kiinnostunut lukija voi saada uusia näkökulmia soittoharjoitteluun ja sen opettamiseen.

Asiasanat:

soittoharjoittelu, oppiminen, opettaminen

Bachelor's Thesis | Abstract

Turku University of Applied Sciences

Performing Arts / Music

2023 | 25 pages, 3 appendices

liris Haapanen

## **What is effective and good quality practicing of an instrument and how to teach it?**

This thesis consists of two parts, the artistic and the written part. The artistic part is a thesis concert, which was held in the Turku Arts Academy Crichton-hall on 29th of April 2023.

The written part of the thesis delves into practising an instrument and teaching practising, discussing what kind of practise is of quality and effective, and how can one teach it.

The aim of the thesis is to develop the author as a pedagogue as well as in the high quality practising of her own instrument. The quality of practising an instrument independently is the most important factor when it comes to learning an instrument, and a good practising technique is one of the most important things a teacher can give to a student.

Different sources that cover the subject has been used in the thesis, and a part is also the writers own experiences and conclusions.

As a result of the thesis process, the author has gotten useful ideas and influences in her own practising and teaching. A reader interested in the subject can also get new points of view about practising an instrument and teaching others to practise.

Keywords:

practicing, learning, teaching

# Sisältö

<b>1 Johdanto</b>	<b>5</b>
<b>2 Laadukas soittoharjoittelu</b>	<b>7</b>
2.1 Suunnittelu ja tavoitteellisuus	7
2.2 Keskittyminen	9
2.3 Motivaatio	11
2.4 Oikeanlainen harjoittelutekniikka	14
<b>3 Hyvän soittoharjoittelun opettaminen</b>	<b>17</b>
3.1 Opettajan ja oppilaan välinen vuorovaikutus	18
3.2 Oppilaan motivoiminen	20
3.3 Nuorten oppilaiden soittoharjoittelu	21
<b>4 Lopuksi</b>	<b>24</b>
<b>Lähteet</b>	<b>25</b>

## Liitteet

Liite 1. Opinnäytetyökonsertin juliste

Liite 2. Opinnäytetyön käsiohjelma

Liite 3. Opinnäytetyökonsertin tallenteen linkki

# 1 Johdanto

Instrumentin harjoitteluun sisältyy paljon muutakin kuin pelkkää soittamista. Jos soittaja todella haluaa oppia kulloinkin työn alla olevan asian, hänen pitää soittamisen lisäksi osata muun muassa suunnitella ja jaksottaa työskentelyään, keskittyä ja todella kuunnella soittoaan. Lisäksi soittajan pitää ratkoa mahdollisia ongelmia ja käydä samalla jatkuvaa keskustelua itsensä kanssa siitä, miten voisi saavuttaa parhaimman mahdollisen version työn alla olevasta asiasta. Toisin sanoen, itsenäisessä harjoittelutilanteessa opettajan puuttuessa on opetettava itse itseään. Tämän taidon oppiminen ei ole itsestään selvää. Opettajalla on suuri merkitys siinä, miten oppilas ensinnäkin tietää, kuinka tulisi harjoitella, ja millä tavoin hän voi pyrkiä laadukkaaseen ja tehokkaaseen soittoharjoitteluun.

Musiikin opiskelujeni aikana jokainen soitonopettajani on kyllä puhunut edellä mainituista hyvälaatuisen soittoharjoittelun keinoista, mutta silti oikeanlaisen harjoittelun oppiminen on ollut pitkä ja hidas prosessi, mikä osin jatkuu edelleen. Tästä herää kysymys, onko tehokkaan harjoittelun keinoista kumminkaan puhuttu tarpeeksi, ja kuinka paljon pitemmällä olisin soitonopiskeluissani, jos todella olisin oppinut harjoittelemaan huolella jo soittoharrastuksen alkuvaiheessa. Mielenkiintoni valitsemaani opinnäytetyön aiheeseen heräsi näistä kysymyksistä, ja sen myötä heräsi tarve pedagogina oppia tarjoamaan oppilailteni mahdollisimman hyvät edellytykset tehokkaaseen itsenäiseen soittoharjoitteluun.

Tässä opinnäytetyössä tarkastelen sitä, mikä tekee soittoharjoittelusta hyödyllistä ja tehokasta, ja miten soitonopettajana voi opettaa oppilaitaan harjoittelemaan tehokkaasti.

Kirjallinen opinnäytetyö on näiden kysymysten pohjalta jaettu kahteen osaan, harjoittelemiseen sekä harjoittelemisen opettamiseen. Tehokkaassa soittoharjoittelussa nousivat tärkeiksi asiat kuten keskittyminen, motivaatio ja tavoitteellisuus. Rajaan tässä luvussa pois harjoittelijoista pienimmät oppilaat, jotka eivät vielä voi ottaa täysin omaa vastuuta harjoittelustaan ja tarvitsevat siihen kotona huoltajan apua, ja puhun hyvälaatuisesta soittoharjoittelusta

vanhempien harrastajien sekä ammattiopiskelijoiden näkökulmasta. Nuorimpien oppilaiden harjoittelua ja huoltajan roolia käsitellään soittoharjoittelun opettamista käsiteltävässä luvussa. Hyvälaatuisen soittoharjoittelun opettamisessa esille nousi muun muassa vuorovaikutuksen ja dialogin tärkeys ja oppilaan motivoiminen.

Viulistina käsittelen aihetta ensisijaisesti viulunsoiton kannalta, mutta lähes kaikki aiheet sopivat luettavaksi myös muiden instrumenttiryhmien näkökulmasta, ja lähteinä on myös muiden instrumenttien opettajien pedagogisia tekstejä. Tavoitteeni oli kehittyä harjoittelijana ja opettajana keräämällä tietoa monesta eri lähteestä. Toivon, että opinnäytetyöni antaa ideoita tai ajatuksia myös muille aiheesta kiinnostuneille lukijoille.

## 2 Laadukas soittoharjoittelu

Tässä luvussa käsittelen niitä aiheita, jotka ovat edellytyksenä tehokkaalle soittoharjoittelulle.

Suurin osa instrumentin oppimiseen vaadittavasta työstä tapahtuu itsenäisesti harjoitellen, ja musiikillisesti lahjakkainkaan oppilas ei kehity, ellei hän harjoittele itsenäisesti soittotuntien välissä. Soittoharjoittelu on jatkuvaa, sinnikästä työskentelyä, minkä tulokset yleensä näkyvät vasta pidemmän ajan kuluessa. Juuri näiden seikkojen vuoksi on erityisen tärkeää tietää, miten harjoitella tehokkaasti ja hyvin: soittoharjoittelua ja -motivaatiota on vaikeaa pitää yllä, jos kaiken työn jälkeen edistymistä ei siltikään tapahdu.

Päivi Arjas (1997, 123) kirjoittaa Kato Havaksen sanoneen esiintymispelon syvimpänä syynä olevan väärät harjoittelutottumukset. Hänen mielestään yleisin virhe on se, ettei soittoharjoittelua tule sidottua yhteen musiikin kanssa, vaan se on enemmänkin lihasten treenausta ja sormien voimistamista. Ivan Galamian (1990, 13) painottaa, miten tärkeää on aivojen ja lihasten yhteistyö, henkinen kontrolli. Hyvälaatuinen soittoharjoittelu vaatii monia muitakin asioita kuin itse soittamista: aivotyötä, kokonaisuuksien sekä yksityiskohtien hahmottamista, päämäärien tuntemista, itsensä tuntemista ja kuuntelemista.

### 2.1 Suunnittelu ja tavoitteellisuus

Tavoitteiden asettaminen on tärkeää mille tahansa työnteolle eikä soittoharjoittelu ole poikkeus. Selkeät päämäärät lisäävät motivaatiota ja työn tehokkuutta sekä auttavat jaksamaan vaikeiden vaiheiden yli. Tavoitteita voi asettaa sekä pitkän että lyhyen matkan päähän ja niiden väliin: kaukana tulevaisuudessa olevat päämäärät, kuten kurssitutkinnon suorittaminen tai työpaikan saaminen, ovat tärkeitä mietittäessä mitä itseltään ja elämältään oikeastaan haluaa. Tämän lisäksi lähempänä olevat tavoitteet, kuten esiintyminen tai vain hyvin mennyt soittotunti luovat merkityksellisiä onnistumisen tunteita matkan varrella ja ylläpitävät motivaatiota. Epämääräinen käsitys omista

tavoitteistaan sen sijaan ei lisää intoa pitkäjänteiseen työskentelyyn. (Arjas 1997, 101–103.) Tavoitteiden on syytä myös olla realistisia. Liian korkealle tai matalalle asetetut päämäärät harvoin motivoivat harjoittelemaan.

Tavoitteiden asettaminen merkitsee myös soittoharjoittelun suunnittelua, yksittäisiä harjoitteluhetkiä ja pidemmän aikavälin työskentelyä. Simon Fischer (2013, 330–331) neuvoo ennen päivän soittoharjoittelun aloittamista miettimään muun muassa, kuinka kauan suurin piirtein ja mitä aikoo harjoitella, kuinka paljon aikaa käyttää jokaiseen työn alla olevaan asiaan, ja mitä asioita niissä täytyy harjoittaa. Vaikka ei tekisikään pikkutarkkaa suunnitelmaa harjoittelustaan, jo lyhyempikin miettiminen ennen soittoharjoittelun aloittamista ehkäisee turhaa läpisoittelua ja selventää, mitä on vielä opittava, samalla myös parantaen keskittymistä. Samanlaisella suunnitelmallisuudella voi lähestyä uutta harjoiteltavaa ohjelmistoa: ennen uuden kappaleen aloittamista sen voi kuunnella läpi nuotin kanssa, ja muodostaa näin kokonaiskuvan siitä, mitä se pitää sisällään ja mitkä kohdat vaativat erityistä huomiota.

Ajankäytöstä päästään yhteen paljon puhutuista kysymyksistä soittoharjoittelussa ja sen suunnittelussa: kuinka paljon aikaa pitää käyttää harjoitteluun? Tähän kysymykseen on jokaisella omat eriävät mielipiteensä. Totta kai harjoittelun määrä riippuu myös siitä, onko kyseessä harrastelija vai ammattiopiskelija, vasta aloittanut vai pitemmälle päässyt soittaja. Mutta usein kuulee puhuttavan vain soittoharjoittelun määrästä, eikä niinkään usein sen laadusta, vaikka tosiasia on, että yksi huolellisesti harjoiteltu tunti vie eteenpäin enemmän kuin kolme huonosti harjoiteltua tuntia. Soittoharjoitteluun käytettyä aikaa tärkeämpää on myös harjoittelun jatkuvuus eivätkä yksittäiset käytetyt tunnit. Soitossa edistyminen vaatii sitoutumista sekä pitkäjänteisyyttä, eikä päivittäistä työskentelyä korvaa kymmenen tunnin harjoittelurupeamat pari kertaa viikossa. (Arjas 1997, 126.)

Kirjassaan *The Practice Revolution* Philip Johnston (2007, 16–18) puhuu harjoittelusta ja ajankäytöstä korostaen ei niinkään harjoitteluun käytettyä aikaa vaan sen laatua, ja sitä mitä tämä merkitsee harjoitteluun käytetyn ajan kannalta. Oppilaiden ei pitäisi harjoitella vain kuluttaakseen aikaa vaan

oppiakseen työn alla olevat asiat. Turha paino sille kuinka monta minuuttia tai tuntia soittaa, voi viedä huomion pois olennaisista asioista, kuten keskittymisestä. Tietenkin harjoittelua täytyy suunnitella myös kellon mukaan, mutta pääpaino pitää aina olla laadussa eikä määrässä. Yksittäisen harjoittelusession ajankäytössä on tärkeää kiinnittää huomiota taukoihin: kukaan ei jaksakaan pitää keskittymistä yllä yhtäjaksoisesti ilman taukoja. Pidemmälle edistyneillä muusikoilla yleisesti hyväksytty käytäntö tuntuu olevan noin vartin mittainen tauko neljänkymmenenviiden minuutin harjoittelun jälkeen, mutta taukoja saa pitää niin usein kuin on tarvetta jaksamisen ylläpitämiseksi. Kesken harjoittelun minuutinkin mittainen tauko, jolloin antaa itsensä rentoutua tai venyttelee hiukan, voi parantaa suorittamiskykyä. (Bruser 1997, 144–145.)

Sekä tavoitteiden asettaminen että työn suunnitteleminen kuulostavat itsestään selviltä asioilta, jotka kuitenkin voivat harmittavan usein unohtua kokonaan. Jokaisen opettajan onkin tärkeä teroittaa oppilailleen, miten soittoharjoittelua pitää suunnitella ja miten tärkeää on tietää mihin ollaan pyrkimässä, oli tavoite sitten läksyjien osaaminen seuraavalle soittotunnille tai tulossa oleva konsertti. Molemmat taidot pitää tietoisesti opetella, jotta se muodostuisi tavaksi.

## 2.2 Keskittyminen

Yksi oppimisen ja menestymisen tärkeimmistä edellytyksistä on hyvä keskittymiskyky, ja suuri osa oppimiseen ja harjoitteluun liittyvistä ongelmista johtuu kyseisen kyvyn puutteesta. Huono keskittyminen on instrumentin soittamisen kannalta erityisen vakava virhe, sillä ajattelematon autopilotilla soittaminen voi johtaa yllättävän nopeasti virheen, kuten väärän asennon tai jännitystilan, oppimiseen. Virheestä pois oppiminen taas yleensä kestää paljon kauemmin.

Keskittymisen opettelussa nousee esille yhtenä tärkeimmistä asioista rentoutuminen ja mielen rauhoittaminen (Kauppila 2003, 143). Mielen pyöriessä muissa asioissa kiireisen päivän keskellä on olennaista keskittymisen kannalta osata rentoutua ja sen myötä olla läsnä siinä hetkessä mikä on meneillään.

Läsnäolo harjoitellessa merkitsee jokaisen liikkeen ja äänen sekä ympäristönsä tietoista havaitsemista. Keskittymisen lisäksi rentoutuminen parantaa tietenkin myös soiton laatua ehkäisemällä jännitystiloja. Rentoutumista voi edistää ennen soittoharjoittelun aloittamista erilaisilla harjoitteilla, kuten esimerkiksi lyhyellä hengitysharjoituksella: meditaatioon pohjautuvassa parin minuutin mittaisessa harjoitteessa keskitytään uloshengitykseen yrittämättä kontrolloida sitä vaan antaen sen kulkea luonnollisesti, istuen ryhdikkäässä asennossa, jossa on helppo hengittää. Jo tällaisella lyhyellä hengitysharjoitteella voi olla suuri vaikutus rentoutumisen ja sen myötä keskittymisen kannalta. (Bruser 1997, 45–48.)

Ennen soittoharjoittelun aloittamista pysähtyminen ja rentoutuminen antavat hyvän lähtökohdan keskittymiselle, mutta ne eivät välttämättä ratkaise mahdollista keskittymisongelmaa kokonaan. Joskus huono keskittyminen on muodostunut soittajan tavaksi harjoitella, ja mieli palaa takaisin miettimään muita asioita heti kun hän alkaa soittaa. Keskittymisen laatu on myös alati vaihtelevaa päivästä, ajankohdasta ja tilanteesta riippuen. Väsymyksestä johtuva keskittymisen puute on suhteellisen helppo korjata esimekiksi pitämällä useammin taukoja, vaihtamalla harjoittelunsa rutiinia tai yksinkertaisesti siirtämällä harjoittelun aikaan, jolloin on levännyt. Pinttyneeksi tavaksi muodostunut harjoittelutyyli, jossa korva ja ajatus eivät ole mukana, vaatii enemmän työtä ja tahdonvoimaa siitä pois pääsemiseksi. (Galamian 1985, 75.) Johnston (2007, 72–75) antaa ”autopilotilla” harjoitteleville seuraavan harjoitteen: soittaja laittaa harjoitellessaan herätyksen soimaan joka viides minuutti, ja sen soidessa oppilas kysyy itseltään, mihin on juuri nyt pyrkimässä ja mitä on tehnyt viimeisen muutaman minuutin aikana. Jos soittaja pystyy vastaamaan edellä mainittuihin kysymyksiin, on keskittymisen taso ollut hyvä; jos ei, niin herätys muistuttaa keskittymisestä ja oppilas voi yrittää uudestaan. Ajan kuluessa voi herätystä aina siirtää pidemmän ajan päähän.

Kianto (1994, 119) tarjoaa keskittymisen yhdeksi parannuskeinoksi ulkoa opettelua heti soittoharjoittelun aluksi. Uutta kappaletta tai etydiä heti ulkoa opetellessa on musiikillisen fraasin rakenne ja kulku havaittava tarkasti, kuunneltava huolellisesti ja todella huomioitava kaikki mitä musiikissa tapahtuu.

Tällaista työtä on lähes mahdotonta tehdä keskittymättä, joten näin soittaja voi pienentää mahdollisuuksia ajattelemattomaan soittamiseen. Tietenkään jo ennestään lihasmuistissa olevan tutun kappaleen kanssa tämä tapa ei välttämättä paranna keskittymistä. Myös mentaaliharjoittelu, eli mielikuvaharjoittelu on toimiva keino. Mentaaliharjoittelu tarkoittaa asian työstämistä pelkän ajattelun ja kuvittelukyvyyn avulla, ilman itse soittamista (Arjas 1997, 79). Myös tämä harjoittelutapa tekee mahdottomaksi soittoharjoittelun keskittymättä siihen, ja se voi toimia ratkaisuna monelle soittajalle tilanteessa, jossa muiden asioiden päässä pyöriminen vie ajatukset pois harjoittelemisesta.

Ihminen kykenee paneutumaan yhteen asiaan vain hetken. Tietoisuuden ja ajatusten kohdistaminen haluttuun harjoiteltavaan asiaan on tila, mikä voi olla vaikea saavuttaa. Olennaista keskittymisen opettelussa on myös ajatusten suuntaaminen eikä niiden rajoittaminen: yritys rajoittaa turhien asioiden ajattelua vaatii mentaalista ponnistelua ja vähentää pääasiaan käytävissä olevan energian määrää. Tietoisuuden ollessa kokonaan kohdistettu johonkin sillä hetkellä keskeiseen toimintaan eivät muut epäolennaiset asiat pääse tunkeutumaan tietoiselle tasolle häiritsemään tekemistä. (Arjas 1997, 52–55.)

### 2.3 Motivaatio

Motivaatiosta ja sen eri muodoista puhuttaessa se useimmiten jaetaan kahteen eri tyyppiin: sisäiseen ja ulkoiseen motivaatioon. Sisäinen motivaatio tulee tekemisestä itsestään ja sen aiheuttamasta mielihyvästä, ulkoinen motivaatio syntyy tekemisen kautta saatavista palkinnoista, kuten esimerkiksi kehuista tai muiden hyväksynnästä. Musiikki on itsessään motivoivaa, ja lähtökohtaisesti halu soittamiseen syntyy sisäisen motivaation kautta, johon tietenkin voi sekoittua myös ulkoisia motivaation lähteitä. (Lehmann ym. 2007, 44–45.)

Kauppila (2003, 44–45) jakaa opiskelumotivaation viiteen tasoon: estyneeseen motivaatioon, hajaantuneeseen motivaatioon, selviytymismotivaatioon, saavutusmotivaatioon ja sisäiseen motivaatioon. Estyneessä motivaatiossa tietoiset ja alitajuiset esteet ja ongelmat vaikeuttavat tehokasta opiskelua,

hajaantuneessa motivaatiossa taas suurempi mielenkiinto muihin asioihin vie tehokkuuden pois opiskelusta, tai muusikon kohdalla soittoharjoittelusta. Listan kolme viimeiseksi mainittua ovat tavoiteltavia, ja sisäinen motivaatio on näistä parhain. Selviytymismotivaatiossa on nimensä mukaan kyse selviytymisestä: tavoitteena ei ole syvällinen ja perusteellinen oppiminen vaan suoriutuminen, esimerkiksi kokeesta läpipääseminen. Saavutusmotivaatio tarkoittaa erinomaisiin tuloksiin tähtäämistä. Oppija pyrkii menestymään kilpailullisesti, ja tavoitteena voi olla esimerkiksi palkintojen tai muiden arvostuksen saaminen. Aiemmin mainittu sisäinen motivaatio on oppimisen kannalta tärkein. Tällöin tavoitteena on itse oppiminen ja itsensä kehittäminen, ja oppija tuntee aitoa kiinnostusta opittavaa asiaa kohtaan. Ulkoiset kannustimet eivät ole enää etusijalla, ja oppija käyttää koko kapasiteettinsa suoritukseen.

Mitä sitten tehdä, kun motivaatiota ei ole soittoharjoitteluun? Opettajalla on myös oma tärkeä roolinsa oppilaan motivoimisessa, mistä puhutaan myöhemmin harjoittelun opettamista käsiteltäessä. Opettajan on oltava kannustava, uskottava oppilaan kykyihin sekä annettava hyviä ja selkeitä ohjeita. Oletetaan, että opettaja on tehnyt kaiken voitavansa oppilaan motivoimiseen, mutta motivaatiota soittoharjoitteluun ei löydy. On syytä katsoa, mistä motivaation puute johtuu.

Negatiiviset kokemukset ovat yksi tavallisimpia syitä motivaation katoamiseen (Kauppila 2003, 49). Esimerkiksi huonosti sujunut konsertti tai jatkuvat epäonnistuneet soittotunnit vievät helposti innon soittamiseen. Tämä voi olla kierre, mistä on vaikea päästä pois: huonot kokemukset vähentävät harjoittelumotivaatiota, mutta mitä vähemmän harjoittelee, sitä enemmän huonoja kokemuksia voi tulla. Negatiiviset kokemukset ovat paha isku itseluottamukselle ja itsetunnolle, jotka ovat vahvasti linkittyneet motivaatioon. Huonon itsetunnon kourissa ei monien soittajien tule harjoiteltua, ja vaikka tulisikin, voi harjoittelun laatu kärsiä jos soitonopiskelija itseluottamuksen puutteessa ei usko omaan kykyihinsä oppia.

Käsitystä omista kyvyistään suoriutua eri haasteista ja tehtävistä kutsutaan minäpystyvyydeksi. McCormick ja McPherson (2003) tutkimuksessaan musiikinopiskelijoiden minäpystyvyydestä huomasivat, että opiskelijoiden

odotukset itsestään ja suorituksistaan yleensä vastasivat sitä, miten he lopulta tulivat suoriutumaan (Lehmann ym. 2007, 54). Positiivisen opiskeluasenteen ja hyvien kokemusten saaminen, vaikka pientenkin, on siis tärkeää motivaation ylläpitämiselle ja soiton edistykselle. Oman soittajakuvan muokkaaminen vähän kerrallaan positiivisemmaksi niin, että pystyy visualisoimaan itsensä onnistumassa ja soittamassa hyvin, tekee myös todellisuudessa tästä helpompaa. Hakiessaan motivaatiota myönteisten kokemusten kautta voi palauttaa mieleensä, miksi on aikanaan lähtenyt harrastamaan musiikkia, ja muistella taaksepäin menneitä positiivisia kokemuksia. (Arjas 1997, 90–93.) Opettajan, huoltajien ja muun ympäristön tuki ja kannustus on myös tietenkin olennaisessa asemassa.

Tärkeä tekijä motivaatiolle on tavoitteiden ja päämäärien tietäminen, kuten aiemmin tavoitteellisuutta käsiteltäessä mainitsin. On tarpeellista myös, että tavoitteet eivät ole pelkästään huoltajien tai opettajan asettamia tavoitteita, vaan päämääränä on jotain, mitä soittaja itse haluaa. Mutta itselleen ei saa olla turhan ankara tai vaatimaton: liian vaikeasti saavutettavat tavoitteet eivät motivoi, kuten eivät myöskään liian helposti saavutettavat.

Jokaiselle muusikolle tulee eteen hetkiä, jolloin pitäisi harjoitella, mutta motivaatiota ei ole yksinkertaisesti sen vuoksi, että sillä hetkellä ei huvita soittaa. Musiikin harrastaminen, opiskeleminen tai työkseen tekeminen vaatii sinnikästä työskentelyä, mikä voi tarkoittaa sitä, että motivaatiota harjoitteluun ei aina löydy ilman kummempaa syytä. Ratkaisu hetkittäiseen motivaation puutteeseen on välillä yksinkertaisesti hyvä itseuri. Hetkellinen, tilapäisistä seikoista johtuva motivaation puute on yleensä helpompi päihittää, sillä vaikein vaihe on aina työn aloittaminen. Tällaisessa tapauksessa soittaja voi esimerkiksi luvata itselleen, että harjoittelee vain viisi minuuttia: viiden minuutin kuluttua on jo todennäköisesti päässyt sen verran vauhtiin, että päättääkin harjoitella pidempään. Itseään voi houkutella harjoittelemaan myös aloittamalla siitä, mikä tuntuu kaikista mielenkiintoisimmalta, vaikka se ei edes kuuluisi ollenkaan sen päivän harjoittelusuunnitelmaan.

## 2.4 Oikeanlainen harjoittelutekniikka

Musiikissa minkä tahansa kappaleen, teknisen suorituksen tai muun vastaavan oppimiseen kuuluu olennaisesti lukemattomien toistojen tekeminen. Lihakset tarvitsevat toistoa oppiakseen, mutta toistoharjoittelua ei pidä pitää pelkkänä lihastreeninä. Kirjassaan *The Art of Violin Playing* Carl Flesch (2000, 81–82, 157) puhuu soittoharjoitteluun kuuluvasta toistamisesta ja myös sen vaaroista. Monet ovat nimittäin käsittäneet tämän harjoittelutavan siten, että minkä tahansa taidon tai kappaleen oppimiseen tarvitaan yksinkertaisesti ja ennen kaikkea vain tietty määrä kertauksia. Todellisuudessa mekaaninen toistaminen yksinään harvoin johtaa hyviin tuloksiin, mutta yhdistettynä aktiiviseen kuuntelemiseen, analysointiin ja tavoitteellisuuteen se on erittäin tehokasta. Jokaisen toiston jälkeen on syytä miettiä, mitä parannettavaa vielä on ja mihin täytyy keskittyä seuraavaksi. Toistoharjoittelussa on myös syytä muistaa, että ihminen ei pysty nielemään liian isoa palaa kerralla: esimerkiksi viulistin on paljon hyödyllisempää harjoitella staccatoa kymmenen minuuttia päivässä kahdeksantoista päivää peräkkäin, kuin tunnin päivässä kolme päivää peräkkäin.

Toistoharjoittelun rinnalla kulkee hitaasti harjoittelemisen sekä soitettavan kohdan osiin jakaminen. Harjoiteltavan osion rajaaminen pienempiin osiin mahdollistaa sekä keskittymisen että toistoharjoittelun, ja se on tärkeintä varsinkin yksityiskohtien harjoittamisessa (Kianto 1994, 114). Osiin jakamisen ei tietenkään tarvitse tarkoittaa pelkästään kappaleen rajaamista tahtien tai nuottien mittaisiin pätkiin, vaan myös teknisten ja musiikillisten aspektien jakamista: esimerkiksi intonaatiota harjoitellessaan viulisti voi jättää rytmit, kaaritukset ja vibraton pois ja keskittyä näin pelkästään soiton puhtauteen.

Kaikki oppilaat yleensä saavat soitonopettajiltaan ohjeekseen harjoitella hitaasti. Hitaassa tempossa harjoittelun hyödyt ovat lukemattomat, ja suuri osa harjoittelusta tulisi tapahtua tällä tavalla. Hitaasti soitettaessa soittaja ehtii kuunnella jokaisen äänen tarkkaan, liikkeet tapahtuvat tietoisesti ja täsmällisesti ja kokonaisuus on helpommin omaksuttavissa ja hallittavissa. Mutta kuten kaiken

muunkin harjoittelun kanssa, hidas soitto yksistään ei riitä: myös hitaasti harjoiteltaessa on pidettävä ajatus mukana ja keskityttävä. (Arjas 1997, 129.)

Korvan harjoittaminen on kykyä kuunnella kriittisesti omaa soittoaan ja oman kosketuksensa jatkuvaa kontrollia, ja sen kehittäminen on nopean edistymisen ehtona (Immonen 2007, 65). Myös Galamian (1985, 81) puhuu kriittisen korvan tärkeydestä. Korva on musiikissa aina kaiken ylimpänä tuomarina, koska korva päättää, mikä on hyvää ja mikä ei, ja sen vuoksi tuotettua ääntä on jatkuvasti tarkkailtava. Galamian korostaa myös oman soiton objektiivisen kuuntelun tärkeyttä: joskus se, mitä haluaa kuulla, vääristää sitä, minkälaista ääntä instrumentista todella syntyy. On tärkeää harjoittaa korva kuulemaan soittonsa niin kuin yleisö sen kuulisi. Nykypäivänä tehokas apuväline tähän on video, jonka avulla on helppo kuunnella ja katsella omaa soittoaan kuin ulkopuolisen korvin.

Aiemmin mainittu mentaaliharjoittelu eli mielikuvaharjoittelu on tehokas harjoittelutapa fyysisen soittamisen rinnalla, ja sitä voi käyttää monipuolisesti eri taitojen harjoittelussa. Sen avulla voi harjoitella esimerkiksi erilaisia soittoteknisiä asioita, kuten vaikeiden yksityiskohtien hallintaa, sekä ulkoa muistamista, esiintymisjännityksen hillitsemistä ja keskittymistä. (Immonen 2007, 42–43.) Harjoittelutavan toimivuus perustuu havainnolle kuvittelun tehokkuudesta oppimisprosessin nopeuttajana (Arjas 1997, 79). Mentaaliharjoittelua kannattaisi jokaisen muusikon hyödyntää, sillä se antaa tilaa ajattelemiselle ja keskittymiselle, ja lisää mielen ja lihasten yhteistyötä. Mentaaliharjoittelun tärkeys korostuu varsinkin ulkoa opettelussa. Jos kappaleen osaa ulkoa pelkästään lihasmuistin kautta, voi esiintymistilanteessa käydä monelle muusikolle hyvin tuttu virhe: kesken soiton rupeaa miettimään, mitä seuraavaksi tulikaan, ja tietoisien miettimisen jälkeen sormet eivät löydäkään enää oikeita ääniä ja esiintyjä unohtaa, miten kappale jatkuu. Mentaaliharjoittelun avulla tätä voi välttää. Yksi harjoitustapa on esimerkiksi nuotin lukeminen ja sen myötä kappaleesta kokonaiskuvan luominen, toinen tapa on esimerkiksi soittoprosessin miettiminen yksityiskohtaisesti mielessään. Jos kappaletta ei osaa kunnolla ulkoa, liikeratojen tietoinen miettiminen päässään ei myöskään onnistu, ja tästä voi tietää, missä kohdissa on vielä opeteltavaa.

Vaikka soittoharjoittelu voi olla välillä luonteeltaan kuivaa, soittajan on syytä pitää mielessään varsinainen syy miksi hän tekee sitä, eli musiikin luominen. Missään nimessä ei pidä jäädä jumiin pelkkään tekniikkaharjoitteluun, hitaasti soittamiseen ja kappaleissa lyhyiden parin tahdin pätkien toistamiseen. Carl Flesch (2000, 83) antaa ohjeeksi yleisen tekniikan (asteikot, etydit) ja soveltavan tekniikan (kappaleiden tekniset kohdat) harjoittelun jälkeen käyttää osa harjoitteluajasta musiikin tekemiseen. Miten sitten harjoitteluajansa jakaakin, on tärkeää sitoa harjoittelu yhteen itse musiikin kanssa ja välttää pelkkää mekaanista tekniikkaharjoittelua. Tarkoituksena on kuitenkin soittaa musiikkia eikä nuotteja, ja pelkkä tekniikkaharjoittelu ei valmenna taiteen luomiseen. Tämä vaihe on myös luonnollisesti esiintymisen kannalta tärkein, ja hyvä tie esiintymisvarmuuden saavuttamiseen. (Arjas 1997, 123.)

Millä tavoin soittaja sitten harjoitteleekin – pienissä osissa, hitaasti, karsien muita asioita pois – hänen on aina muistettava henkinen kontrolli ja keskittyminen. Ilman ajatuksen mukana oloa ei mikään harjoitus ole niin hyödyllinen kuin voisi olla, ja pahimmassa tapauksessa saattaa viedä jopa taaksepäin.

### 3 Hyvän soittoharjoittelun opettaminen

Muusikko saa kaikki soittoharjoitteluun tarvittavat eväät ensisijaisesti omalta soitonopettajaltaan, ja koska suurin osa soiton opiskelusta tapahtuu kotona itsenäisesti, on hyvä harjoittelutekniikka tärkeimpiä asioita mitä soitonopettaja voi oppilailleen antaa. Neuvojen ja harjoitteluvinkkien lisäksi se, millainen opetustyyli opettajalla on, ja se, miten hän käyttäytyy oppilasta kohtaan soittotunnilla vaikuttavat oppilaan harjoittelutapoihin ja muokkaa hänen kuvaansa itsestään soittajana. Opettajan lapseen kohdistuva vastuu ja valta on hyvin samankaltaista kuin tämän huoltajienkin, ja psykologisten taitojen tärkeyttä ei voi korostaa liikaa (Arjas 1997, 139). Vanhempien oppilaiden kohdalla soitonopettajalla on myös vastuunsa luoda parhain mahdollinen ilmapiiri oppimiselle soittotunnilla, mikä sitten vaikuttaa oppilaan omaan harjoitteluun.

Erilaisista harjoittelutavoista on tietenkin puhuttava paljon, ja ohjeet kotiharjoitteluun on oltava selkeät. Philip Johnston (2007, 23–24) mainitsee, miten monilla opettajilla on tapana olla hyvinkin tarkkoja soittotunnin aikana ohjeissaan, mutta varsinaiset soittoharjoittelun ohjeet voivat olla yksinkertaisesti: ”harjoittele ensimmäinen sivu uudesta kappaleesta” tai ”opettele tämä ulkoa”. Oppilaalle pitäisi aina myös selittää *miten*, ei vain *mitä*, jolloin voitaisiin välttää tilanteita, missä oppilas tulee seuraavalle tunnille ja esimerkiksi kyseisen kappaleen ensimmäinen sivu menee kyllä läpi, mutta epävireisesti ja huonossa rytmissä menen välillä poikki kokonaan. Aikaisemmin mainitut harjoittelutekniikat, kuten pieniin paloihin jakaminen tai jonkin tietyn vaikean asian erikseen harjoittelu, selkiyttävät jo paljon oppilaalle uuden soittoläksyn harjoittelua. Kyseisessä tapauksessa soitonopettaja olisi voinut myös selventää, mitä tiettyjä asioita läksy sisältää ja mihin täytyy erikseen keskittyä. Näin oppilas olisi osannut ottaa huomioon myös intonaation ja rytmin, eikä olisi keskittynyt pelkästään sivun soittamiseen jotenkuten alusta loppuun.

Aloittelevien soitto-oppilaiden kanssa on muistettava, että kaikki soittamisessa on heille uutta, myös harjoittelu. Opettajan tehtävänä on varmistaa, että sekä oppilas että huoltajat (jos vasta-alkaja on lapsi) ymmärtävät, mitä oppilaan pitää tehdä ja

miten. Harjoittelun aikana tärkeä henkinen valppaus, kontrolli ja keskittyminen kuulostavat itsestään selviltä asioilta, mutta eivät ne välttämättä toteudu, ellei soitonopettaja niitä vaadi, niin kotona kuin myös soittotunnin aikana.

### 3.1 Opettajan ja oppilaan välinen vuorovaikutus

Nykyään vallitsevan oppimiskäsityksen mukaan yksi olennaisimmista asioista oppimisessa on sosiaalinen vuorovaikutus. Tätä käsitystä tukee viime vuosien aikana tehty aivotutkimus (Jordan-Kilkki ym. 2012, 9). Opettajan rooli ei enää ole perinteisessä mielessä opettaa, vaan hän toimii oppimisen ohjaajana sekä oppimisprosessin rinnalla kulkijana, vahvistaen oppilaan omaa aktiivisuutta ja toimijuutta. Hyvän vuorovaikutuksen kautta opitut taidot ovat juuri niitä, joita myös itsenäisessä soittoharjoittelussa tarvitaan, kuten oman toimintansa arvioimista ja reflektointia, itseilmaisun kehittymistä sekä itseohjautuvuutta.

Dialogilla viitataan ihmisten väliseen vuorovaikutukseen ja keskusteluun. Dialogi käsitteenä erotetaan yleensä tavallisesta keskustelusta: siinä missä keskustellessa kukin pyrkii vuorotellen tuomaan esille oman kantansa ja tähtää jonkinlaiseen lopputulokseen, dialogissa keskustelijat eivät pyri ajamaan läpi omaa näkökulmaansa vaan kuuntelevat toisiaan, antavat tilaa toistensa vastauksille ja pyrkivät yhteiseen ymmärrykseen. Dialogin tekevät mahdolliseksi muun muassa vastavuoroisuus, kunnioitus, tasavertaisuus ja avoimuus. (Jordan-Kilkki ym. 2012, 18.) Taitoja tai asennetta, jotka mahdollistavat dialogin, kutsutaan dialogisuudeksi.

Opettajan läsnäolo ja oppilaan kohtaaminen ovat perusedellytys dialogin toteutumiselle ja oppimiselle. Opettajan ollessa aidosti kiinnostunut oppilaastaan ja kiireettömästi läsnä on oppilaan helpompi saada oma äänensä kuuluviin ja tuoda omaa pohdintaansa esille. Musiikissa monet asiat ovat tulkinnanvaraisia ja taiteilijalla on vapaus tehdä taidetta haluamallaan tavalla, joten antamalla tilaa oppilaan ajatuksille soitonopettaja antaa oppilaalle mahdollisuuden kehittyä muusikkona haluamaansa suuntaan. Oppilaan tuntemuksiin opettajan läsnäolosta ja dialogin toteutumisesta vaikuttaa kuunteleminen, joka pitää

terminä tässä kohtaa erottaa kuulemisesta. Aito kuunteleminen tarkoittaa sitä, että opettaja on kiinnostunut oppilaan sanoista, pysähtyy ja keskittyy hänen puhuessaan, eikä kuule ainoastaan sitä mitä odottaa kuulevansa tai haluaa kuulla. (Jordan-Kilkki ym. 2012, 20–23.)

Dialogin puuttuminen voi näkyä soittotunnilla esimerkiksi sellaisena asetelmana, missä opettaja niin sanotusti ”kaataa” tietoa oppilaan päähän ja oppijan tehtävänä on yksinkertaisesti omaksua kaikki annettu tieto. Oppilaan ei tarvitse itse olla aktiivinen, vaan hän voi passiivisesti kuunnella ja sitten toteuttaa opettajan pyytämät asiat. Tällainen passiivinen asenne ensinnäkin mahdollistaa sen, ettei oppilaan tarvitse juuri keskittyä tunnilla tai sisäistää kunnolla opeteltavaa asiaa: riittää kunhan soittaa pyydetyllä tavalla sen jälkeen, kun opettaja lopettaa puhumisen. Jos opettaja aina antaa valmiit vastaukset ja kertoo, mikä oli hyvää ja missä oli parannettavaa, ei oppilas opi kunnolla arvioimaan omaa soittoaan ja oppimistaan, asettamaan tavoitteita tai ohjaamaan omaa toimimistaan. Jollei näitä taitoja soittotunnilla harjoiteta, on oppilaan paljon vaikeampaa toteuttaa niitä kotona. Tällöin myös soittoharjoittelun laatu kärsii.

Taito antaa kunnollista palautetta on jokaisen hyvän opettajan tunnusmerkki, ja tapa antaa palautetta oppilaalle on hyvinkin tärkeä. Usein palautteesta käytettyjä termejä palautteesta ovat myönteinen ja kannustava positiivinen palaute, kielteisiin asioihin keskittyvä negatiivinen palaute sekä korjaava ja kehittävällä tavalla kriittinen rakentava palaute (Laitala & Siivikko 2012, 8). Positiivinen palaute on suuri motivaatiotekijä oppilaalle. Se kasvattaa sekä itsetuntoa että itseluottamusta. Positiivista palautetta opettaja voi jakaa melko huolettomasti, mutta negatiivisen palautteen kanssa täytyy olla varovainen ja ottaa huomioon siitä mahdollisesti oppilaassa heräävät epämiellyttävät tunteet. Kielteistä palautetta antaessaan soitonopettaja voi korostaa oppilaan tekemän virheen väliaikaisuutta osoittaen, että asioihin voi vaikuttaa ja niitä voi parantaa. Välillä virheiden luetteloinnin sijaan opettaja voi suoraan siirtyä ohjeiden ja kehittämisehdotuksien antamiseen. Usein pelkän negatiivisen palautteen sijasta rakentava palaute on parempi vaihtoehto oppilaan tunteiden kannalta, sillä se keskittyy myös onnistumisiin. Monen opettajan käytössä on niin sanottu

hampurilaismalli: ensin annetaan positiivista palautetta, jonka jälkeen käsitellään kehittämistä vaativat asiat, minkä jälkeen palataan taas positiivisiin asioihin.

Kianto (1994, 103), mainitsee kirjassaan *Matka pianon soittamiseen*, kuinka tärkeää opettajan tapa antaa palautetta on siksi, että se sisäistyy tavaksi, jolla oppilas myöhemmin kohtelee itseään harjoitellessaan ja muodostuu osaksi oppilaan sisäistä minää, joka ohjaa harjoittelua. Opettajan palaute muokkaa oppilaan kuvaa itsestään soittajana ja ihmisenä, mikä merkitsee suurta vastuuta. Jokaisen opettajan tulisi kiinnittää huomiota siihen millaista palautetta antaa ja millä tavoin sen ilmaisee.

### 3.2 Oppilaan motivoiminen

Koska muusikoilla motivaatio on lähtökohtaisesti sisäistä, on opettajan työ lähinnä ylläpitää ja ruokkia sitä. Joissain harvoissa tapauksissa oppilas soittaa esimerkiksi vain huoltajien tahdosta, jolloin opettajan saattaa olla jopa mahdotonta motivoida oppilasta, jos innostusta soittamiseen yksinkertaisesti ei ole.

On sanomattakin selvää, että mukava, ystävällinen ja kannustava opettaja on suurempi motivaation lähde kuin niukkasanainen, kyllästynyt tai turhan tiukka opettaja. Ystävällinen ja kannustava opettaja ei tietenkään tarkoita vaatimatonta opettajaa. Opettajan tulee vaatia oppilailtaan heidän parasta suoritustaan, mutta olla pahastumatta virheistä, joita jokaiselle väistämättä sattuu ja arvostaa tehtyä työtä. Oppilaan kannalta pieleenkin mennyt soitto on usein ponnistelujen tulos, ja epäonnistuneen yrityksen jälkeen oppilas ei todennäköisesti näe muuta kuin tapahtuneet virheet. Vaativa mutta kannustava opettaja löytää ensin jotain positiivista sanottavaa, minkä jälkeen hän palaa korjaamaan virheitä. (Kianto 1994, 103.)

Pienille oppilaille motivaation ylläpitämiseen riittää monesti se, että soittotunnilla on hauskaa ja siellä saa soittaa, ja että kotiläksyt ovat mahdollisimman kivoja. Soitonopetusta kannattaa lähestyä leikin kautta ja välttää liikaa puhumista tai ohjeistamista. Ohjeet voi selittää lapsenomaisten mielikuvien kautta, jolloin ne

jäävät helpommin mieleen. Tasapaino ohjeistamisen ja lapsen mielenkiinnon säilyttämisen kanssa voi olla hankala saavuttaa, sillä instrumentin soittamiseen vaaditaan monen eri asian yhtäaikaista hallitsemista ja kontrollointia, mutta lapsi voi kokea opettajan yksityiskohtaisen asioiden selittämisen tylsänä tai liian vaikeana, jolloin keskittyminen herpaantuu. Kokeilemisen ja tekemisen kautta oppiminen on sen sijaan mielekkäämpää, ja opeteltavan asian voi jakaa pienempiin helpommin hallittaviin osiin näin taaten oppilaalle onnistumisen kokemuksia. Kotiläksyt voi esitellä helposti käsitettävänä mallina, mikä estää epäonnistumisen ja johtaa onnistumiseen: esimerkiksi ensin oppilas voi tarkistaa erikseen kaikki rytmit, seuraavaksi laulaa kappaleen läpi ja sitten soittaa. (Kianto 1994, 113.)

Merkittävä soitonopettajan vastuulla oleva ja oppilaan motivaatioon vaikuttava tekijä on harjoiteltavan ohjelmiston valitseminen. Aiemmin tavoitteiden asettamista käsitellessäni mainitsin liian helpot tai vaikeat tavoitteet, ja tämä liittyy harjoiteltavaan ohjelmistoon: liian helpot tehtävät eivät anna oppilaalle mitään uutta ja käyvät nopeasti tylsäksi, turhan vaikeat tehtävät ovat liian suuri työtaakka. Lähtökohtaisesti oppilas luottaa soitonopettajan valintoihin, joten mahdottomalta tuntuvan tehtävän kanssa oppilaan itseluottamus ja sitä myötä myös motivaatio voi heiketä hänen etsiessään syytä hitaalle edistykselle omista kyvyistään ja taidoistaan. Ohjelmiston valinnassa pitää ottaa huomioon myös oppilaan omat toiveet, tai antaa hänen päättää kokonaan itse. Oppilaat harjoittelevat eri tavalla, kun he soittavat ohjelmistoa, josta pitävät (Lehmann ym. 2007, 48–49): he käyttävät enemmän aikaa harjoittelemiseen ja ovat harjoitellessaan huolellisempia ja keskittyneempiä. Opettajan antaessa tiettyjä vapauksia oppilaalle musiikissa lisää motivaatiota ja sitä myötä myös parantaa harjoittelun laatua.

### 3.3 Nuorten oppilaiden soittoharjoittelu

Musiikkiharrastuksen alkuvaiheessa huoltajien kannustus ja apu tekevät lapselle soittamisesta ja harjoittelemisesta mielekkäämpää ja innostavampaa. Se on usein avain siihen, että lapsi harjoittelee säännöllisesti, pysyy motivoituneena ja

jatkaa harrastusta. Huoltajien osallistuminen soittoharrastukseen merkitsee muun muassa tarvittavien tarvikkeiden hankintaa ja kyyditsemistä harrastukseen, harjoittelun valvontaa, esiintymisten kuuntelemista ja yleistä kiinnostusta lapsen tekemisistä ja kehityksestä. Varsinkin soittoharrastuksessa, joka vaatii pitkäjänteistä työtä ja jossa työn tulokset eivät välttämättä näy heti, on tämä kannustus ja apu tärkeää. Huoltajien osallistuminen eri tavoin lisää lapsen omaa kiinnostusta sekä pystyvyyden tunnetta ja antaa positiivisia kokemuksia. (McPherson 2008, 7.) Kotiharjoittelusta voi tulla myös huoltajalle ja lapselle mieluisa tapa viettää yhteistä aikaa.

Parhainta olisi, jos huoltajat osallistuisivat soittonunneille harrastuksen alkuvaiheessa, tai vähintään soittonunnin loppuun, jolloin soitonopettaja voi kertoa ja ohjeistaa myös huoltajille oppilaan seuraavat kotiläksyt. Seuraamalla opetusta huoltaja saa parhaimman kuvan, miten olla avuksi lapsen soittoharjoittelussa. Esimerkiksi viulunsoitossa harrastuksen alkuvaiheet ovat lähinnä oikeiden asentojen opettelua, jolloin soittonunnilta huoltaja näkee itse, mitä nämä asennot ovat, mihin kiinnittää huomiota ja millä tavoin lapsen tulee harjoitella kotona. Tietenkään huoltaja ei voi ruveta tarkaksi soitonopettajaksi lapselle pelkästään tämän soittonunteja seuraamalla, mutta esimerkiksi viulunsoitossa oikeanlainen ryhti ja tietyt käsien asennot on soitosta vähän tietävänkin aikuisen helpompi tarkistaa.

Monenkaan lapsen harjoittelurutiinin muodostaminen ei onnistuisi ilman huoltajan apua, ja yksittäisten harjoittelukertojen ajankäyttöä kannattaa myös valvoa. Soitonopettajan on syytä muistuttaa huoltajia, että laatu korvaa määrän ja jokapäiväiset lyhyet harjoittelukerrat ovat parempia kuin pari kertaa viikossa tapahtuvat pidemmät kerrat. Aikuisen rooli on ohjata ja neuvoa parhaansa mukaan, mutta lapsen olisi hyvä saada myös harjoitella toimimaan itse: kuten soittonunnilakaan opettajan ei kannata aina antaa valmiita vastauksia, kotona huoltaja voi antaa lapsen miettiä mahdollisimman paljon itse ja auttaa löytämään ratkaisuja. Koska huoltaja ei todennäköisesti ole kyseisen instrumentin asiantuntija, osaa lapsi myös kertoa huoltajilleen asioita, joita he eivät ehkä tulleet

ajatelleeksi. Kuten soittotunnillakin, dialoginen ote harjoitteluun auttaa lasta miettimään itse ja opettelemaan hieman itsenäistä harjoittelua.

Soittoläksyt pitää neuvoa varsinkin pienille oppilaille selkeästi ja hyvin. Hyvä tapa on esimerkiksi käydä läksyksi tuleva kappale tai harjoitus samalla tavalla läpi kuin miten lapsi voi sitten viikon aikana tehdä kotona. Tiedyt ongelmakohdat tai uudet tekniset asiat pitää harjoittaa ensin hyvin opettajan kanssa, ja eri harjoitustavat on hyvä kirjoittaa ylös läksyvihkoon. Läksyjen valmistamista ja harjoitteluohjeiden selittämistä ei kannata jättää soittotunnin viimeisille minuuteille, jolloin lapsi jo pakkaa tavaroitaan ja valmistautuu lähtemään kotiin todennäköisesti miettien muita asioita. Soittotunti on vain pieni osa viikkoa ja suurin osa harjoittelutyöstä tapahtuu kotona, joten aihetta ei tosiaankaan voi käsitellä liikaa.

Harjoittelua kannattaa opettaa tasaisesti soittotunnin mittaan: kun eri harjoittelutavat ja -tekniikat soitetaan opettajan kanssa läpi, ne jäävät jo läpikäytyinä paremmin mieleen ja pitkän yksityiskohtaisen selittämisen sijaan soitonopettaja voi vain neuvoa oppilasta tekemään samalla tavoin kotona. Tunnin lopussa oppilaalla on jo läksyt tiedossa sekä ohjeistus siitä, millä tavoin niitä pitää harjoitella, ja kaiken selostamisen sijasta opettaja voi nyt esimerkiksi kysyä oppilaalta, mitä hänen täytyy tehdä kotona ja millä tavoin. Varsinkin pieniltä oppilailta kannattaa kysyä itse puhumisen sijasta, sillä muuten opettaja ei voi ennen seuraavaa tuntia tietää, onko lapsi todella sisäistänyt ohjeita. Esimerkiksi yksinkertainen kysymys ”mitä opit tänään?” antaa opettajalle jo hyvän kuvan siitä, mitä oppilaan mieleen on jäänyt soittotunnin aikana ja sen myötä mihin hän keskittyy kotona harjoitellessaan.

## 4 Lopuksi

Soittoharjoittelun ja sen opettamisen syvemmän opiskelun ja pohdinnan jälkeen päällimmäiseksi mieleeni jää, kuinka paljon opimme musiikin kautta muitakin hyödyllisiä taitoja: opimme keskittymistä, suunnitelmallisuutta ja itsekuria, opimme ratkaisemaan ongelmia ja ilmaisemaan itseämme sen lisäksi että opimme soittamaan musiikkia. Opimme lisäksi tärkeitä vuorovaikutustaitoja sekä toimimaan yhteistyössä muiden kanssa. Kaikkien näiden taitojen kehittyminen musiikkiharrastuksen parissa on osittain soitonopettajan vastuulla, osittain huoltajien ja oppilaan itsensä, ja juuri nämä taidot oikeanlaisten harjoittelutekniikoiden lisäksi tekevät soittoharjoittelusta tehokasta ja toimivaa. Ymmärsin myös, kuinka raskasta todellinen tehokas soittoharjoittelu onkaan. Keskittynyt, suunnattu ja ajatuksen kanssa harjoittelu väsyttää paljon nopeammin kuin pelkkä läpisoittaminen, ja saattaa joskus olla myös syynä siihen, miksi soittaja sortuu ajattelemattomaan läpisoittamiseen.

Työn kirjoittamisen parissa olen huomannut, miten se on muokannut omia harjoittelutottumuksiani sekä opettamistapojani: olen pyrkinyt pois soittoharjoittelun tuntimäärien miettimisestä ja keskittynyt sen sijaan harjoittelun laatuun, olen löytänyt lisää erilaisia harjoitustapoja sekä panostanut suunnitelmallisuuteen. Samalla olen huomannut, kuinka saan enemmän aikaa vähemmän ajalla. Soitto-oppilaideni kanssa olen käyttänyt enemmän aikaa soittotuntien ajasta harjoittelusta puhumiseen kuin ennen ja koettanut luoda entistä paremman ilmapiirin oppimiselle vuorovaikutuksen kautta kysymysten, kuuntelemisen ja oppilaan osallistamisen kautta. Koen onnistuneeni tavoitteessani kehittyä harjoittelijana sekä opettajana, ja toivon tämän opinnäytetyön antavan myös lukijalle uusia ideoita ja ajatuksia.

## Lähteet

- Arjas, P. 1997. Iloa esiintymiseen. Jyväskylä: Atena Kustannus Oy.
- Bruser, M. 1997. The Art of Practising. New York: Random House Inc.
- Fischer, S. 2013. The Violin Lesson. Lontoo: Peter Edition Limited.
- Flesch, C. 2000. The Art of Violin Playing. New York: Carl Fischer Music.
- Galamian, I. 1990. Galamianin viulumetodi. Suomentaja Seija Salmiala. Helsinki: VAPK-Kustannus
- Immonen, O. 2007. Muusikon mentaaliharjoittelu. Haastattelututkimus konsertoivan ja opettavan pianistin mentaaliharjoittelusta. Väitöskirja. Käyttäytymistieteellinen tiedekunta. Soveltavan kasvatustieteen laitos. Tutkimuksia 284. Helsingin yliopisto. Saatavissa <https://helda.helsinki.fi/handle/10138/20011>
- Johnston, P. 2007. The Practice Revolution. Pearce, Australia: PracticeSpot Press.
- Jordan-Kilkki, P.; Kauppinen, E. & Viitasalo-Korolainen, E. 2013. Musiikkipedagogin käsikirja. Helsinki: Opetushallitus.
- Kauppila, R. 2003. Opi ja opeta tehokkaasti. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kianto, M. 1994. Matka pianon soittamiseen. Helsinki: Otava.
- Laitala, E.; Siivikko, S. 2012. Palaute osana soitonopetusta. Opinnäytetyö (AMK). Musiikin koulutusohjelma. Saatavissa <https://api.core.ac.uk/oai/oai:www.theseus.fi:10024/44368>
- Lehmann A. C.; Sloboda J. A. & Woody R. H. 2007. Psychology for Musicians. New York: Oxford University Press Inc. Viitattu 27.4.2023 [https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/5783964/mod\\_resource/content/0/Livro-LehmannSlobodaWoody-PsychologyMusicians-2007.pdf](https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/5783964/mod_resource/content/0/Livro-LehmannSlobodaWoody-PsychologyMusicians-2007.pdf)
- McPherson, G. E. 2008. The role of parents in children's musical development. Psychology in Music. SAGE Publications. Viitattu 16.5.2023 [file:///C:/Users/K%C3%A4ytt%C3%A4j%C3%A4/Downloads/McPherson2009POM%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/K%C3%A4ytt%C3%A4j%C3%A4/Downloads/McPherson2009POM%20(1).pdf)

## Opinnäytetyökonsertin juliste



# *Iiriksen opinnäytetyökonsertti*

29.4.2023 klo 18:00

Crichton-sali

**TURKU AMK**   
TURKU UNIVERSITY OF  
APPLIED SCIENCES

## Opinnäytetyökonsertin käsiohjelma

Iiriksen  
Opinnäytetyökonsertti

29.4.2023 Orichton-sali



W.A. Mozart: Viulukonsertto nro 4 D-duuri

1. Allegro

Iiris Haapanen, viulu

Mikael Kempainen, piano

Joseph Bodin de Boismortier: Sonaatti nro 2 huilulle

ja viululle, Op. 51

Iiris Haapanen, viulu

Anna-Sofia Kallio, huilu

1. Vivace  
2. Allegro  
3. Aria  
4. Giga

Antonin Dvorak: Jousikvartetto nro 12 F-duuri, Op. 96

"Amerikkalainen"

1. Allegro ma non troppo  
2. Lento

Iiris Haapanen, viulu

Emilia Sohlberg, viulu

Timofey Nguen, alttoviulu  
Taru Tsarkov, sello

Camille Saint-Saens: Havanaise, Op. 83

Iiris Haapanen, viulu

Mikael Kempainen, piano

## **Linkki opinnäytetyökonsertin tallenteeseen**

<https://youtu.be/b2yVJqH98ms>