

Vesa Hynninen

MITEN OPETAN LAADULLISTA HARJOITTELUA?

Laadullinen harjoittelu pianonsoiton alkeisoppilaiden opetuksessa

**Opinnäytetyö
CENTRIA-AMMATTIKORKEAKOULU
Musiikkipedagogi (AMK)
Joulukuu 2023**



Centria-ammattikorkeakoulu	Aika Joulukuu 2023	Tekijä/tekijät Vesa Hynninen
Koulutus Musiikkipedagogi		<input checked="" type="checkbox"/> AMK <input type="checkbox"/> YAMK
Työn nimi MITEN OPETAN LAADULLISTA HARJOITTELUA? Laadullisen harjoittelu pianonsoiton alkeisoppilaiden opetuksessa		
Työn ohjaaja Lasse Penttinen		Sivumäärä 32
Työelämäohjaaja -		
<p>Tässä opinnäytetyössä tutkittiin laadullisen harjoittelun opettamista pianon alkeisoppilaille. Tavoitteena oli löytää uusia parempia harjoittelutekniikoita, joita opettaa alkeisoppilaille. Kaikki tutkimuksen oppilaat olivat 7–11-vuotiaita lapsia, jotka kävivät kansalaisopiston pianotunneilla. Näiden harjoittelutekniikoiden avulla tavoitteena oli oppilaan oma kehittyminen tehokkaammin ja pianonsoittamisen mielekkyyden lisääminen.</p> <p>Tutkimus toteutettiin autoetnografisena toimintatutkimuksena, jossa erilaisia laadullisen harjoittelun työkaluja opetettiin pianotuntien yhteydessä. Tutkimuskysymykset olivat: Miten opetan laadullista harjoittelua pianonsoiton alkeisoppilaille? Minkälaisia menetelmiä siihen kannattaisi käyttää? Oppilaita kehoitettiin kokeilemaan tekniikoita omassa harjoittelussaan kotona. Opettaja arvioi seuraavalla tunnilla tekniikan toimivuutta sen perusteella, osasiko oppilas paremmin kappaleen ja oliko kyseinen tekniikka sopiva oppilaan kohtaamaan ongelmaan.</p> <p>Tutkimus osoitti sen, että alkeisoppilaille on vaikea opettaa laadullisen harjoittelun tekniikoita, koska kohderyhmän oppilaat eivät harjoitelleet säännöllisesti. Opettajan olisi myös pitänyt tarpeeksi selkeästi opettaa uusi harjoittelutekniikka ja antaa selkeät ohjeet, miten harjoitella sitä kotona. Tutkimuksen tuloksien kirjaus oli myös puutteellista, minkä takia jäi hieman epäselväksi, toimiko kotona harjoiteltu uusi tekniikka. Oman haasteensa toi myös kansalaisopiston pianotuntien pituus, koska jokaisella tutkimukseen osallistuneella oppilaalla oli 15 minuutin pianotunti. Siinä ajassa oli vaikea opettaa uusia asioita oppilaille.</p> <p>Jatkotutkimusaihe voisi olla tutkia helppoja ja yksinkertaisia harjoittelutekniikoita, joita lapsioppilaat pystyisivät omaksumaan. Nämä tekniikat voisivat kuulua laadullisen harjoittelun tekniikoihin, mutta niitä voisi yksinkertaistaa.</p>		
Asiasanat ADHD, Deliberate practice, Laadullinen harjoittelu		

ABSTRACT

Centria University of Applied Sciences	Date December 2023	Author Vesa Hynninen
Degree programme Bachelor of Culture and Arts, Music Pedagogue		
Name of thesis HOW TO TEACH HIGH QUALITY PRACTICE TECHNIQUES? Teaching beginner piano students to practice efficiently		
Centria supervisor Lasse Penttinen		Pages 32
Instructor representing commissioning institution or company -		
<p>This thesis studied teaching high quality practice techniques to beginner piano students. The goal was to find better new practice techniques to teach to beginner piano students. All participants in the study were children aged between 7 to 11 and they all attended piano lessons in community college. With these new high quality practice techniques the goal was to improve students playing and increase their enjoyment of playing the piano.</p> <p>The study was executed as an autoethnographic activity analysis, in which high quality practice techniques were taught during the piano lessons. The questions which the research sought answers were: How to teach high quality practice to the beginner piano students? Which methods are effective for it? The students were instructed to try the new techniques at their home practice. The teacher evaluated in the next piano lesson, if the practice technique had worked by the playing of the piano piece that was homework. It also gave information about the practice technique and its suitability to the students' problem.</p> <p>The study indicated that it is hard to teach high quality practice techniques to the beginner piano students, because the students in the target group didn't practice regularly. The new high quality practice techniques were not taught properly during the piano lessons and the teacher should have given more explicit instructions how to use the technique at home practice. The results of the techniques in use were insufficiently written down, which caused ambiguity if the new practice technique worked with the students. Another challenge was the duration of the piano lessons in the community college. Every student that participated in the study had 15 minutes long piano lessons. It is hard to teach new practice techniques to the students in such a short time.</p> <p>Further research of this subject could study easier and more simple high quality practice techniques that could be easier for children to learn. The practice techniques could be easier versions of the existing high quality practice techniques.</p>		
Key words ADHD, Deliberate practice, High quality practice technique		

KÄSITTEIDEN MÄÄRITTELY

ADHD -tarkkaavaisuushäiriö

ADHD on oireyhtymä, jossa ihmisen tarkkaavaisuus ja vireystilansäätelyn hermoverkkojen kehitys on häiriintynyt. Tämä ilmenee vaikeutena keskittyä, yliaktiivisuutena, impulsiivisuutena ja vaikeutena suoriutua annetuista tehtävistä määräajassa.

Deliberate practice

Laadullisen harjoittelun menetelmä, jonka teki tunnetuksi Anders Ericsson tutkijaryhmänsä kanssa vuonna 1993. Siinä harjoittelu perustuu tarkasti määriteltyyn tavoitteeseen, sitä tavoitteleviin menetelmiin ja palautteeseen, jolla pyritään hiomaan menetelmiä paremmiksi.

Laadullinen harjoittelu

Harjoittelua, jonka tavoitteena on harjoitella niin, että oppiminen ja kehittyminen on mahdollisimman tehokasta.

TIIVISTELMÄ
ABSTRACT
KÄSITTEIDEN MÄÄRITTELY
SISÄLLYS

1 JOHDANTO	1
2 NÄKÖKULMIA LASTEN OPPIMISEEN	3
2.1 Kehityspsykologian näkökulmia oppimiseen	4
2.2 Oppiminen alakouluikässä	4
2.2.1 Teknologian asettamat haasteet lasten oppimiselle	5
2.2.2 Teknologian mahdollisuudet lasten oppimisessa	5
2.3 Motivaatio	6
3 LAADULLINEN HARJOITTELU – MITÄ SE ON?	7
3.1 Deliberate practice -harjoittelumenetelmä	7
3.2 Uudelleen opettelu -harjoittelumenetelmä.....	8
3.3 Muita laadullisen harjoittelun tapoja.....	8
3.4 Miten opettaa laadullista harjoittelua?	9
3.5 Miten opettaa laadullista harjoittelua alakouluikäisille?	9
4 TUTKIMUSASETELMA	11
4.1 Autoetnografisen ja toimintatutkimuksen periaatteita	11
4.2 Tutkimusmenetelmäni käytännössä	11
4.2.1 Tavoitteiden asettaminen -menetelmä.....	12
4.2.2 Rasti ruutuun -harjoittelupäiväkirja	12
4.2.3 Tulkinnalliset tavoitteet – esitä kappale jollekulle	12
4.2.4 Harjoiteltavan asian jakaminen sopiviin palasiin -menetelmä.....	12
4.2.5 Olenko oppinut? -opitun asian tarkistaminen seuraavana päivänä -menetelmä	13
4.3 Tutkimuskohde.....	13
4.4 Kansalaisopiston piano-oppilaat tutkimuskohteena.....	13
4.5 Oma opettajuuteni tutkimuskohteena.....	Error! Bookmark not defined.
5 TUTKIMUSTULOKSET	15
5.1 Tulokset yleisesti.....	15
5.1.1 Tavoitteiden asettaminen.....	15
5.1.2 Rasti ruutuun -harjoittelupäiväkirja	15
5.1.3 Tulkinnalliset tavoitteet – esitä kappale jollekulle.....	16
5.1.4 Harjoiteltavan asian jakaminen sopiviin palasiin.....	16
5.1.5 Olenko oppinut? – opitun asian tarkistaminen seuraavana päivänä.....	16
5.2 Muut tuloksiin vaikuttaneet tekijät.....	16
5.2.1 Säännöllinen harjoittelu	16
5.2.2 Poissaolot.....	17
5.2.3 Omat muistiinpanoni tutkimuksen tekijänä.....	17
5.2.4 Oma toimimiseni opettajana	17
5.2.5 Pianotuntien pituus	17
6 POHDINTA	19
6.1 Tutkimuksen pätevyys ja luotettavuus.....	19
6.2 Tutkimuksen hyödyllisyys	20

6.3 Oma toiminta laadullisen harjoittelun opettajana.....	21
6.3.1 Kansalaisopiston pianotunnit ja niiden yleisluonne	21
6.3.2 Alakouluikäiset ja laadullinen harjoittelu	22
6.3.3 Teknologian vaikutus oppimiseen	22
6.3.4 Motivaation vaikutus oppimiseen.....	24
6.4 Jatkotutkimusaiheet.....	24
7 LÄHTEET	25

1 JOHDANTO

Tässä opinnäytetyössä tutkin laadullisen harjoittelun opettamista pianon alkeisoppilaille. Tavoitteenani on kehittyä laadullisen harjoittelun opettamisessa ja miettiä tapoja parantaa laadullisen oppimisen opettamista. Tutkimuskohteena minulla oli kuusi alakouluikäistä 7–11-vuotiasta oppilasta, joita opetin kansalaisopiston pianotunneilla. Opinnäytetyössäni pyrin vastaamaan seuraaviin kysymyksiin: Mitä on laadullinen harjoittelu? Miten opetan laadullista harjoittelua alakouluikäisille? Minkälaiset työkalut auttavat laadullisen harjoittelun opettamisessa?

Teoriaosuudessa paneudun ensin lasten oppimiseen ja siihen, miten se eroaa aikuisten oppimisesta. Tärkeää on siinä huomioida, miten lapset oppivat uutta ja miten opeteltavalla asialla täytyy olla suhde jo aiemmin opittuun. Eli lapsi rakentaa oppimistaan konkreettisesti (Ahonen, Lyytinen, Lyytinen, Nurmi, Pulkkinen & Ruoppila 2007, 87). Tarkastelen vielä tarkemmin tutkimuksen kohderyhmän ikäryhmää eli 7–11-vuotiaita ja heidän oppimistaan. Lähdeteksinani käytän erilaisia kehityspsykologian teoksia, joissa kuvataan lasten kehitystä ja kasvua oppimisen kannalta.

Avaan myös laadullisen harjoittelun käsitettä ja sen pääpiirteitä. Pyrin muodostamaan selkeitä muutamia laadullisia harjoitteita, joiden tavoitteena oli ohjata oppilaita harjoittelemaan laadukkaammin. Tässä otan huomioon kohderyhmäni eli lapset, ja sen miten voisin opettaa laadullista harjoittelua heille mahdollisimman hyvin. Lähdetekseni ovat suurimmilta osin tutkimuksia laadullisesta harjoittelusta. Niistä ehkä merkittävin kuvaa Deliberate Practice -käsitettä ja sen myötä laadullista harjoittelua.

Itse tutkimuksen toteutin autoetnografisena tutkimuksena, jonka tarkoitus oli tutkia omaa toimimistani laadullisen harjoittelun opettajana. Pyrin luomaan muutamia laadullisen harjoittelun työkaluja teoria-aineiston pohjalta. Tutkimuksessa kokeilin työkalujen käyttämistä opetuksessani. Ennen jokaista opetuskertaa tein suunnitelman, miten aion käyttää laadullisen harjoittelun työkaluja oppilaitteni kanssa. Jälkikäteen pyrin refleктоimaan, miten ne toimivat ja keksimään kehitysehdotuksia niihin. Tarkoitukseni oli kokeilla uudelleen hiottuja menetelmiä ja pyrkiä selvittämään, löydäkö niiden avulla toimivia työkaluja.

Pyrin analysoimaan saatuja tuloksia ja refleктоimaan omaa toimintaani suhteessa niihin. Tarkoitukseni oli selvittää, mitkä laadullisen harjoittelun menetelmät toimivat parhaiten opettaessa lapsial-

keisoppilaita. Tuloksien pohjalta pyrin luomaan johtopäätöksiä myös siitä, mitä kannattaisi tutkia tulevaisuudessa. Pyrin ottamamaan huomioon tuloksia analysoidessa, miten opiskelu kansalaisopistossa eroaa opiskelusta esimerkiksi musiikkiopistossa.

2 NÄKÖKULMIA LASTEN OPPIMISEEN

Oppiminen on erilaista eri elämänvaiheissa. Lapsen kasvamisen myötä myös aivot kehittyvät ja pystyvät käsittelemään eri tavalla tietoa. Tällä tavalla myös oppiminen muuttuu, kun verrataan lasten ja aikuisten oppimista. Myös lapsen ja aikuisen elämäntilanteet ovat erilaiset, ja sen myötä myös opittavat asiat. Lapsena pyritään oppimaan mahdollisimman paljon ja oppiminen on pitkälti muilta saadun tiedon varassa. Kasvaessaan aikuiseksi oppiminen yksilöllistyy ja sen luonne muuttuu. Aikuisen oppiminen on valikoivampaa ja on usein omasta motivaatiosta lähtevää. (Illeris 2007, 213.)

Lapsen yksi tärkeimmistä oppimisen muodoista on leikkiminen. Sen kautta lapsi tutustuu luovasti ympäröivään maailmaan ja itseensä. Leikkiä on vaikea määritellä tyhjentävästi. Se heijastelee lapsen sen hetkistä kehitysvaihetta, joten se muuttaa muotoa lapsen kasvaessa. (Sinkkonen 2008, 223–224.) Leikkiminen heijastaa yhtä vahvaa oppimisen muotoa eli tekemistä. Lapset oppivat tehokkaasti tekemällä. Eli niin, että he saavat konkreettisesti kokeilla asiaa ja samalla opetella sitä. (Huotilainen 2019, 156.) Pianon soittaminen on tässä tapauksessa hyvin ihanteellista toimintaa oppimisen kannalta, koska se on hyvin konkreettista. Lapsi pystyy kokeilemaan, millä tavalla koskettimia tulee painaa, jotta tietynlainen ääni tulee ulos pianosta. Syy-seuraussuhde on välitön ja antaa siksi hyvän ympäristön kokeilla ja oppia, kun jos verrattaisiin tilanteeseen, jossa seuraus tulisi merkittävällä viiveellä.

Lapselle on myös tärkeää perustella, miksi jotain tehdään. Kun lapsi ymmärtää mitä tekemisellä tavoitellaan, se saa helpommin aikaan sen, että lapsikin haluaa oppia tekemään samaa asiaa. Tässä astuu kuvaan aivojen peilisolujärjestelmä. (Huotilainen 2019, 156–157.) Jos lapselle ensin näyttää, miten soitetaan pianolla jokin tietty asia, se saa lapsen opettelemaan asiaa peilisolujen avulla. Eli lapsi kokeilee opettajan matkimista ja sitä tapaa, millä opettaja saa aikaan pianolla kyseisen äänen. Tämän perusteella on tärkeää, että opettaja näyttäisi oppilaille aina esimerkkiä, miten jokin asia soitetaan.

Tässä opinnäytetyössä pyrin kiinnittämään huomiota siihen, että laadullisen harjoittelun opettaminen tukisi nimenomaan lasten oppimista.

2.1 Kehityspsykologian näkökulmia oppimiseen

Sveitsiläinen kehityspsykologi Jean Piaget on jakanut lapsen kehityksen neljään eri vaiheeseen. Ensimmäisessä vaiheessa (0–2-vuotiaana) lapsi havainnoi ympäristöään aktiivisesti ja hankkii siitä tietoa kokeilemalla esineitä ja liikkumalla aktiivisesti ympäristössään. (Ahonen, Lyytinen, Lyytinen, Nurmi, Pulkkinen & Ruoppila 2007, 19.) Toisessa vaiheessa (n. 2–7-vuotiaana) lapsi oppii jäljittelemään ja kuvittelemaan asioita, jotka eivät ole juuri siinä hetkessä läsnä. Tällöin myös mielikuvitus ja leikki kehittyvät. Jäljittelemällä lapsi oppii muun muassa puhumaan. (Ahonen ym. 2007, 20.) Kolmannessa vaiheessa (n. 7–12-vuotiaana) lapsen päättelykyky kehittyy, ja hän alkaa hahmottamaan paremmin fyysisen maailman tapahtumia ja niiden ennustettavuutta. Päättelykyvyn myötä lapsi pystyy paremmin ongelmanratkontaan eri tilanteissa. (Ahonen ym. 2007, 81.) Neljännessä vaiheessa (n. 12–19) alkaa nuoruus, jossa murrosikä muuttaa kehitystä. Samalla ajattelu edelleen laajenee ja muun muassa oma tulevaisuus alkaa kiinnostamaan uudella tavalla. (Ahonen ym. 2007, 129.)

Mielestäni tutkimukseni kannalta olennaista itselleni on huomioida se, missä kehityspsykologian vaiheessa oppilaani on menossa. Tällä tavalla pystyn paremmin suunnittelemaan ja kohdistamaan tehokkaampia harjoituksia oppilaalle. Näin ajatellen en tule myöskään vaatineeksi oppilaalta jotain sellaista, mihin hänen aivojensa kehitys ei ole vielä ehtinyt.

2.2 Oppiminen alakouluiässä

Kohderyhmäni oppilaat, joita tutkin, ovat kaikki alakouluikäisiä eli 7–11-vuotiaita. Heillä motoriset taidot ovat kehittyneet jo enemmän kuin heitä nuoremmilla, mikä mahdollistaa entistä paremmin uusien vaativampien motoristen taitojen opettelun. (Ahonen ym. 2007, 76.) Tätä on esimerkiksi pianon soittaminen. Ajattelu kehittyy myös siihen suuntaan, että ongelmanratkaisussa pystytään harkitsemaan useampia eri vaihtoehtoja (Ahonen ym. 2007, 81). Mielestäni tämä on nimenomaan merkittävä tekijä, kun puhutaan laadullisesta harjoittelusta tai ylipäänsä harjoittelusta. Usein erilaisten ratkaisuvaihtoehtojen vertailu ja kokeilu kehittävät ymmärrystä siitä, mitä kannattaa kokeilla samankaltaisissa tilanteissa myös jatkossa. Koen, että harjoittelu on paljolti ongelmanratkaisua ja sen taidon hiomista paremmaksi.

Myös muita merkittäviä kehityksen osa-alueita tapahtuu lapsen kasvaessa. Muistin paraneminen ja nimenomaan jonkin erityisosa-alueen muistaminen paranevat selkeästi (Ahonen ym. 2007, 84–85). Tämä mahdollistaa sen, että pianon soitossa erilaiset soittamiseen liittyvät asiat pysyvät paremmin muistissa.

On todettu, että instrumentin soittaminen on usein kytköksissä parempiin arvosanoihin koulussa (Gelbert, Gómez & Sanchez-Azanza 2023, 64–65). Oma havaintoni on ollut se, että oppilaani, jotka kehittivät pianon soittamisessa, oppivat ratkaisemaan ongelmia tehokkaasti. Uskon sen johtuvan siitä, että heidän täytyy koko ajan seurata omaa osaamistaan ja miettiä, miten he oppisivat sen asian, jota he tavoittelevat.

2.2.1 Teknologian asettamat haasteet lasten oppimiselle

Teknologia ja sen käyttäminen on osa tätä päivää. Kouluissa ja kotona oppilaat käyttävät säännöllisesti tietokoneita ja puhelimia eri tarkoituksiin. Osa asioista helpottaa kommunikaatiota tai oppimista, mutta on myös huomioitava sen kääntöpuoli. Teknologia-yhtiöt pyrkivät siihen, että heidän laitteitaan ja sovelluksiaan käytettäisiin mahdollisimman paljon. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että yritykset pohtivat eri tieteenalojen asiantuntijoiden kanssa, kuten esimerkiksi käyttäytymistieteen ja aivokemian, miten he saisivat ihmisen mahdollisimman hyvin koukuttettua käyttämään omaa palveluaan. Lapsilla tämä on erityisen haitallista, koska heidän keskushermostonsa ja aivonsa ovat vielä kehittymässä. Jos aikuisen on vaikea nykyään enää keskittyä tekemään yhtä asiaa rauhassa ilman, että puhelinta on pakko katsoa tasaisin väliajoin, on se varmasti vielä vaikeampaa lapsille. (Huotilainen 2019, 159–160.)

2.2.2 Teknologian mahdollisuudet lasten oppimisessa

Nykypäivän teknologia mahdollistaa oppimisen etänä ja itsekseen yhä helpommin. Melkein jokaisella on pääsy YouTube-videopalveluun tai sovellukseen älypuhelimella, joka opettaa jollakin tavalla pianon soittamista. Sieltä kuka tahansa voi itsekseen opetella soittamaan pianoa. Mielestäni tämä on hieno askel sille, että pianonsoittaminen ja sen opettelu voi tulla helpommin lähestyttäväksi. Lasta ei heti tarvitse viedä pianotunnille, vaan hän voi kokeilla ensin itse opettelua. Sitten jos kiinnostus jatkuu, vanhempi voi viedä lapsensa pianotunneilla saamaan vielä lisää opetusta.

Teknologian mentyä vielä eteenpäin käyttöömmme on tullut tekoäly. Se mahdollistaa pianonsoittamisessa uudenlaisen tavan opetella pianonsoittoa. Tekoäly pystyy analysoimaan soittamista ja antamaan

sen perusteella palautetta. Tekoäly myös pystyy oppimaan virheistä ja luomaan koko ajan tehokkaampia keinoja, joilla opettaa yksilöllisesti oppilaille asioita. (Lei & Liu 2022, 3.)

2.3 Motivaatio

Motivaatio ohjaa toimintaamme ja pitää sitä yllä. Se saa meidät tekemään asioita. Usein puhutaan ulkoisesta motivaatiosta ja sisäisestä motivaatiosta. Ulkoinen motivaatio on motivaatiota, jonka motivaattorina toimii jokin ulkopuolinen tekijä esimerkiksi, kuten hyvästä koearvosanasta saatu palkinto tai roskien viemisestä saatu viikkoraha. Ulkoinen motivaatio ei ole syvällistä, koska motivaatio on riippuvainen ulkoisesta palkinnosta, eikä se heijasta tekijän todellista kiinnostusta asiaan. Sisäinen motivaatio lähtee itsestä ja omasta sisäisestä kiinnostuksesta asiaa kohtaan. Se voi olla esimerkiksi halu oppia uusi kieli, koska se kiinnostaa. Sisäinen motivaatio ei ole sidoksissa ulkoiseen palkintoon, joten siksi se on usein syvällisempää. (Anttila 2022.)

3 LAADULLINEN HARJOITTELU – MITÄ SE ON?

Laadullista harjoittelua voisi kuvata myös tavoitteelliseksi harjoitteluksi. Siinä pyritään saavuttamaan tarkasti määritelty tavoite erilaisten harjoittelustrategioiden avulla. Strategioiden toimivuutta pyritään tarkkailemaan aktiivisesti, jotta voidaan tehdä tarvittavia muutoksia palautteen perusteella. Strategioita pyritään vaihtamaan ja hiomaan, kunnes saavutetaan haluttu tavoite. (Ericsson, Krampe & Tesch-Romer 1993, 367.) Laadullinen harjoittelu vaatii kognitiivista työskentelyä ja onkin todistettu tutkimuksissa, että ne, jotka prosessoivat aivoissa aktiivisesti harjoitteluaan, menestyvät siinä paremmin. Heidän harjoittelunsa on tehokkaampaa, he nauttivat enemmän harjoittelusta ja käyttävät siihen enemmän aikaa. (McPherson & Renwick 2001, 170.)

3.1 Deliberate practice -harjoittelumenetelmä

Laadullisen harjoittelun yksi tunnetuimmista menetelmistä on ruotsalaisen tutkijan Anders Erikssonin tutkimus Deliberate practice -käsitteestä. Hän julkaisi kollegoittensa kanssa siitä ensimmäisen tieteellisen artikkelin vuonna 1993. Deliberate practice käsite voitaisiin suomentaa tarkoituksenmukaiseksi harjoitteluksi. (Ericsson, Krampe & Tesch-Romer 1993, 363.) Tässä menetelmässä korostuvat seuraavat asiat:

1. Harjoittelulla pitää olla selkeästi määritelty tavoite, jonka osallistuja on täysin ymmärtänyt.
2. Osallistujan pitää pystyä suorittamaan harjoite itse.
3. Harjoituksesta täytyy saada välitöntä palautetta jokaisen harjoitteen jälkeen, jonka avulla pystytään muokkaamaan harjoitetta toimivammaksi.
4. Samaa harjoitetta tulee toistaa peräkkäin useita kertoja.
5. Harjoite tulee suorittaa ohjaajan yksilöllisen ohjauksen mukaisesti.

(Ericsson 2020, 1115.)

Tavoitteellisen harjoittelun takana on mielestäni tehokas ongelmanratkaisutaito. Siinä pyritään miettimään jokaisen toiston jälkeen, miksi asia onnistui tai ei onnistunut. Sen jälkeen mietitään, miten sitä voisi muuttaa tai tehdä samalla tavalla, jotta saavutettaisiin haluttu tavoite.

Oleennaista tavoitteellisessa harjoittelussa on se, että opettajalla olisi tiedossa tehokkain ja paras tapa opettaa kyseistä asiaa. Se erottaa tavoitteellisen harjoittelun vain normaalisti harjoittelussa, jossa etsitään tapoja saavuttaa tavoite kokeilemalla, ilman tietoa siitä, mikä on tehokkain tapa saavuttaa haluttu tavoite. (Ericsson 2020, 1115.)

3.2 Uudelleen opettelu -harjoittelumenetelmä

Toinen laadullisen harjoittelun merkittävä menetelmä, johon olen tutkimuksissani törmännyt, on Pianostreet-keskustelufoorumilta internetistä poimittu tapa harjoitella. Siinä nimimerkki Bernhard väittää harjoittelusta seuraavaa: Oppiminen pyritään varmistamaan niin, että kun asia on opittu halutulla tavalla, sitä kokeillaan toistaa uudelleen seuraavana päivänä. Jos se ei heti ensimmäisellä kerralla mene halutulla tavalla, se tarkoittaa sitä, että asia pitää niin sanotusti opetella uudelleen. Eli asia pitää taas harjoitella saman päivän aikana siihen pisteeseen, että se menee juuri halutulla tavalla. Sitten taas sitä kokeillaan seuraavana päivänä. Kunnes tulee se päivä, että opittu asia menee juuri halutulla tavalla heti ensimmäisellä kerralla. Vasta sitten voidaan sanoa, että asia on oikeasti opittu, eikä sitä tarvitse enää uudelleen harjoitella. (Pianostreet 2004, viestinketjun viesti 49.) Tämä tapa harjoitella kertoo osaamisen tasosta. Olen huomannut, että vaikka osaisin itse soittaa juuri oppimani asian samana päivänä, en välttämättä ole sisäistänyt sitä niin, että osaan soittaa sitä uudelleen enää huomenna. Tämän takia se pitää harjoitella uudelleen, kunnes se on sisäistetty kunnolla.

3.3 Muita laadullisen harjoittelun tapoja

Nämä kaksi laadullisen harjoittelun tapaa ovat minulle tuttuja, koska olen kokeillut niitä käytännössä niin omassa harjoittelussani kuin myös oppilaitteni kanssa. Olen huomannut, että molemmat tavat harjoitella ovat hyvin tehokkaita oikein käytettynä. Mitä pidemmälle olen jatkanut tutkimuksiani erilaisista tavoista harjoitella ja oppia, olen huomannut, että nämä kaksi tapaa käsittävät kuitenkin vain kaksi näkökulmaa laadulliseen harjoitteluun. Loppujen lopuksi laadullista harjoittelua on omasta mielestäni kaikki harjoittelu, jossa pyritään harjoittelemaan sillä tavalla, että harjoittelumetodeja ja niiden tuottamia tuloksia arvioidaan jatkuvasti. Samalla pyritään jatkuvasti hiomaan metodeja siihen suuntaan, että ne tuottaisivat entistä tehokkaammin haluttuja tuloksia.

Tulevaisuudessa uskon, että harjoittelu ja eri menetelmät tulevat menemään eteenpäin, koska saamme uutta tietoa ihmisten aivojen toiminnasta ja käyttäytymisestä. Varsinkin oppiminen ja sen tutkiminen voivat mielestäni avata vielä paremman ymmärryksen siitä, millaisia olisivat vielä laadukkaammat tavat harjoitella.

3.4 Miten opettaa laadullista harjoittelua?

Laadullisen harjoittelun opettaminen ei mielestäni eroa paljoa yleisesti pianonsoiton opettamisesta. Merkittävin ero omasta mielestäni on se, että oppilaalle pyritään opettamaan tapa harjoitella. Tämä ei oman kokemukseni mukaan ole välttämättä itsestäänselvyys pianotunneilla. Usein kerrotaan, mitä pitäisi harjoitella, mutta ei kerrota, miten sitä pitäisi harjoitella. Tämä sama lause on tullut vastaan muun muassa, kun puhutaan terveemmästä tavasta käyttää kehoa, kun soitetaan pianoa (Miles, Mark & Gary 2003, 6).

Oman kokemukseni mukaan harjoittelun opettamisen haastavin asia on saada oppilas itse kokeilemaan uutta tapaa harjoitella. Vain sillä tavalla oppilas itse huomaa muutoksen tuloksissa ja sisäistää paremmin, miksi uusi tapa harjoitella on parempi kuin vanha tapa. Samalla oppilaalle herää oma sisäinen motivaatio jatkaa harjoittelua uudella tavalla, koska se tuo haluttuja tuloksia tehokkaammin. Asia palaa siis takaisin aiemmin käytyyn asiaan ulkoisesta ja sisäisestä motivaatiosta (Anttila 2022).

Tapa harjoitella on tärkeä, myös sen takia, että menetelmät saavat aikaan tuloksia. Jos harjoittelee huonolla tavalla, ei voi olettaa saavansa hyviä tuloksia. Tämä sama asia käy ilmi, kun pyritään luomaan parempia rutiineja. (Clear 2020, 29–32.)

3.5 Miten opettaa laadullista harjoittelua alakouluikäisille?

Kun mietitään, miten opettaa laadullista harjoittelua alakouluikäisille, on mielestäni hyvä pohtia niitä tapoja, joilla lapset oppivat ylipäänsä parhaiten. Leikki on hyvin tärkeä oppimisväline lapselle. Se antaa turvallisen ympäristön kokeilla ja projisoida omia kokemuksia (Sinkkonen 2008, 223–224.) Leikin kautta pianonsoitosta voitaisiin mielestäni luoda tavoitteellinen leikki. Eli leikille annettaisiin sellaiset säännöt, jotka vahvistavat niitä laadullisen harjoittelun menetelmiä, joita halutaan opettaa. Tästä esimerkkinä voisi olla mielestäni antaa tunnistustehtävä, jossa opettaja soittaa kappaletta muutamalla eri

tavalla, joista yksi on se tapa, joka halutaan oppia. Oppilaan tehtäväksi jää tunnistaa aina se haluttu tapa soittaa muiden tapojen joukosta. Sitten vaihdetaan osia, jolloin oppilas joutuu itse harjoittelemaan soittamista sillä halutulla tavalla ja sen lisäksi myös muilla eri tavoilla. Tämä tietenkin tarkoittaa sitä, että oppilas on jo sisäistänyt opeteltavan asian, mutta leikin avulla pyritään vahvistamaan opitun asian sisäistämistä.

Toinen tärkeä tekijä lasten oppimisessa oli konkreettinen tekeminen. Tällä tarkoitetaan sitä, että lapsi pääsee itse harjoittelemaan konkreettisesti opittavaa asiaa, eikä se jää vain abstraktille tasolle. (Huotilainen 2019, 156.) Tämä tulee esille melkein kaikessa pianonsoiton opetuksessa. Opettaja näyttää lapselle esimerkin, miten soittaa jokin tietty asia pianolla, ja sitten lapsi kokeilee toistaa perässä saman asian. Tämän jälkeen opettaja voi ohjata lasta eri vaihtoehtojen pariin, mutta antaa lapsen itse kokeilla ja verrata vaihtoehtoja tavoiteltuun vaihtoehtoon. Tällä tavalla lapsi pääsee konkreettisesti kokeilemaan erilaisia tapoja ja vertailemaan niitä keskenään. Lasten opettamisessa on tärkeää saada lapset itse oivaltamaan asian toimivuus käytännössä verrattuna siihen, että he pystyisivät ymmärtämään sen teorian tasolla.

4 TUTKIMUSASETELMA

Tutkimusasetelma kertoo, miten tutkimus tehdään käytännössä. Mihin kysymyksiin etsin vastauksia ja millä keinoilla yritän saada vastauksia. (Jyväskylän ammattikorkeakoulu 2023.) Opinnäytetyöni pyrkii vastaamaan seuraaviin kysymyksiin: Miten opetan laadullista harjoittelua pianon alkeisoppilaille? Minkälaisia menetelmiä siihen kannattaisi käyttää?

4.1 Autoetnografisen ja toimintatutkimuksen periaatteita

Tutkimusmenetelmänä käytän autoetnografista toimintatutkimusta. Autoetnografia on tutkimustapa, jossa tutkijan omat kokemukset muodostavat tutkimuksen aineiston (Uotinen 2023). Toisin sanoen tutkin omia kokemuksiani ja havaintojani, sekä pyrin niiden perusteella muodostamaan tutkimustuloksia.

Toimintatutkimus on tutkimusmenetelmä, jossa pyritään ratkaisemaan tutkimusongelma jonkin konkreettisen toiminnan kautta (Jyrkämä 2023). Tässä tutkimuksessa toiminta on oma toimimiseni pianonsoiton opettajana.

4.2 Tutkimusmenetelmäni käytännössä

Tässä tutkimuksessa olen valinnut viisi laadullisen harjoittelun periaatetta. Yritän soveltaa periaatteita omassa opetuksessani konkreettisina harjoittelumenetelminä. Näiden menetelmien on tarkoitus opettaa tutkimuskohteilleni laadullisen harjoittelun periaatteita. Koska kohderyhmäni koostuu lapsioppilaista, pyrin piilottamaan menetelmän lapsia innostavan tekemisen taakse.

Pyrin kirjoittamaan ennen tuntia tavoitteeni opettaa vähintään yhtä menetelmää ylös ja sitten miettiä, miten opettaisin samaa menetelmää eri oppilailleni. Tunnin jälkeen pyrin kirjoittamaan lyhyet muistiinpanot siitä, miten opettamiseni toimi. Seuraavalla tunnilla arvioin, miten menetelmän käyttö onnistui oppilaalla ja pitäisikö jotain muuttaa siinä tavassa, jolla sitä pyrin opettamaan.

4.2.1 Tavoitteiden asettaminen -menetelmä

Tavoitteiden asettaminen -menetelmässä pyrin oppilaan kanssa asettamaan hänelle tavoitteen, jota kohti hän yrittäisi pyrkiä. Kuinka soittaa kappale vaikkapa vihaisesti tai iloisesti? Pyrin opettamaan tunnilla, miten kappale soitetaan vihaisesti ja iloisesti. Sitten oppilas kokeilee itse kotona soittaa kappaletta samalla tavalla. Menetelmän idea on siinä, että kun oppilas saa konkreettisen tavoitteen, se selkeyttää sitä, mitä hänen tulisi harjoitella kotona ja johtaa parempaan ymmärrykseen omasta soittamisesta sekä siitä, miten kehittää sitä parempaan suuntaan (Suzuki & Mitchell 2022, 612).

4.2.2 Rasti ruutuun -harjoittelupäiväkirja

Tässä menetelmässä määritän yhdessä oppilaan kanssa päivät, jolloin heidän tulisi harjoitella annettua läksyä. Joka kerta kun läksy on harjoiteltu, saa laittaa rastin ruutuun. Menetelmän ideana on säännöllistää ja sitoa oppilas harjoittelemaan säännöllisesti. Harjoittelu myös konkretisoituu, eikä se enää ole epämääräinen käsite, vaan se on selkeä toimenpide, joka toteutetaan tiettyinä päivinä.

4.2.3 Tulkinalliset tavoitteet – esitä kappale jollekulle -menetelmä

Tulkinallisissa tavoitteissa oppilaan täytyy esittää kappale, jota hän on opetellut, jollekulle ihmiselle. Menetelmän ideana on se, että oppilas usein motivoituu harjoittelemaan kappaletta paremmin, kun hän joutuu esittämään sen jollekulle ihmiselle. Se antaa myös konkreettisen tavoitteen osata soittaa kappale, kun joku on tulossa kuuntelemaan sen.

4.2.4 Harjoiteltavan asian jakaminen sopiviin palasiin -menetelmä

Opetan oppilaan jakamaan harjoiteltavan asian pienempiin palasiin, sitten harjoittelemaan palasia erikseen ja lopulta yhdistelemään niitä. Tämän menetelmän idea on löytää sopivan haastava asia, mitä harjoitella. On tutkittu, että harjoittelu on kaikkein tehokkainta, kun se on juuri oman osaamisalueen ulkopuolella (Clear 2020, 283–285). Samalla pyrin opettamaan oppilasta itsenäisesti jakamaan harjoiteltavaa asiaa palasiin, jotta hän osaisi tehdä sen itsenäisesti jatkossa.

4.2.5 Olenko oppinut? -opitun asian tarkistaminen seuraavana päivänä -menetelmä

Tässä menetelmässä oppilas tarkistaa seuraavana päivänä, osaako hän vielä soittaa sen asian, minkä hän oli osannut soittaa edellisenä päivänä. Jos hän ei enää osaa soittaa sitä, hänen tulee opetella uudelleen soittamaan kyseinen asia. Tätä jatketaan, kunnes tulee se päivä, jolloin hän osaa heti suoraan ensimmäisellä kerralla soittaa asian oikein.

Tämän menetelmän ideana on opettaa oppilas uudelleen harjoittelemaan asioita, kunnes ne on sisäistetty. Vasta silloin hän osaa ne asiat todella ja pystyy soveltamaan niitä. (Pianostreet 2004, viestinketjun viesti 49.)

4.3 Tutkimuskohde

Tutkimuskohteena minulla on oma toimintani pianonsoiton opettajana, sekä kuusi piano-oppilastani kansalaisopistosta. Kaikki oppilaat ovat iältään 7–11-vuotiaita. Kaikki tutkimuskohteeni ovat alkeisoppilaita, eli he eivät ole soittaneet muutamaa vuotta kauempaa. Ehkä paremmin määriteltynä voidaan todeta, että kaikki tutkimuksen oppilaat soittavat pianon alkeiskirjojen kappaleita.

4.4 Kansalaisopiston piano-oppilaat tutkimuskohteena

Kansalaisopistossa pianonsoittoa voi harrastaa kuka tahansa iästä tai taitotasosta riippumatta. Pianotunneilla ei ole ylhäältä annettuja tavoitteita, vaan opettaja ja oppilas voivat määrittää ne yhdessä. Kun kyseessä on lapsioppilas, yleensä opettaja määrittää oppilaalle tavoitteet kyselemällä ja omaa aiempaa kokemustaan lasten opettamisesta käyttäen.

Kansalaisopiston pianotunnit ovat joko 15 minuutin tai 30 minuutin mittaisia. Tämä itsessään asettaa jo haasteen pianonsoiton opettamiselle. Viidellä tutkimukseen osallistuneesta oppilaasta on 15 minuutin pianotunti ja vain yhdellä on 30 minuutin pianotunti. Suurin haaste tutkimuksessa oli se, miten ehdin opettaa 15 minuutin pianotunnin aikana tarpeeksi selkeästi sen, mitä oppilaan tulee harjoitella kotona.

4.5 Opettajana toimimiseni tutkimuskohteena

Olen pianonsoiton opettajana suhteellisen alussa. Tätä tutkimusta aloittaessa olen opettanut pianonsoittoa vasta vuoden samassa kansalaisopistossa. Sitä ennen en ole opettanut pianonsoittoa muualla. Uskon siis, että opin paljon näistä menetelmistä, joita olen yllä listannut. Oma tavoitteeni on oppia opettamaan hyviä harjoittelutapoja tehokkaammin.

Vahvuuteni on ehdottomasti kykyä huomata ja analysoida omaa sekä toisten soittamista. Olen mielestäni pitkällä siinä, että huomaan nopeasti syy-seuraussuhteita asioiden takana, jotka liittyvät pianonsoittamiseen.

Haasteena näen kokemattomuuteni ja tarkkaavaisuushäiriö ADHD:n. Minulla on todettu ADHD, ja se vaikuttaa kaikkeen tekemiseeni elämässä. Suurin haasteeni on todennäköisesti tuottaa systemaattista tietoa, joka rakentuu aiemman tiedon varaan. Usein minulla on tapana hyppiä asiasta seuraavaan todella nopeasti, enkä välttämättä jää ollenkaan analysoimaan, miksi jokin asia ei toiminut ja miten sitä voisi muuttaa toimivammaksi.

5 TUTKIMUSTULOKSET

Tein suunnitelman jokaiselle opetuskerralle. Kirjasin ennakkoon tavoitteeni ylös, eli mitä aion opettaa oppilaille. Reflektoin myös hieman jokaisen opetuskerran jälkeen, miten muuttaisin opettamistani tai mitä asioita kohtasin siihen liittyen. Seuraavalla tunnilla pyrin tarkistamaan, oliko oppilas osannut harjoitella opettamallani tavalla. Kirjasin tutkimustulokseni ylös Word-tiedostoon päiväkohtaisina merkintöinä. Kirjaamiseni oli hetkessä tapahtuvaa tajunnan virtaa.

5.1 Tulokset yleisesti

Tuloksista yleisesti voisi sanoa, että laadullisen harjoittelun opettaminen oli haastavampaa kansalaisopiston pianotunnilla, kuin olisin kuvitellut. Osa menetelmistä tuntui toimivan osan oppilaiden kohdalla, ja osalle oppilaista niistä ei ollut selvää havaittavaa hyötyä. Tuloksien saaminen oli myös epäselvää, koska monet muut tekijät vaikuttivat siihen, miten opettamani menetelmät toimivat. Alla olen listannut käyttämäni menetelmien tuloksia yleisesti.

5.1.1 Tavoitteiden asettaminen

Tavoitteiden asettaminen itsessään toimi hyvin. Onnistuin melkein kaikkien oppilaiden kanssa asettamaan jonkin tavoitteen eli asian, mitä he harjoittelisivat kotona. Haaste oli siinä, ehdinkö selittämään asian oppilaalle niin, että hän ymmärsi täysin, miten harjoitella sitä kotona.

5.1.2 Rasti ruutuun -harjoittelupäiväkirja

Rasti ruutuun -harjoittelupäiväkirja toimi vaihtelevalla menestyksellä. Ne, jotka käyttivät sitä säännöllisesti, harjoittelivat myös tasaisesti. Se näkyi myös kehittymisenä. Ne oppilaat, jotka eivät muistaneet käyttää rasti ruutuun -harjoittelupäiväkirjaa tai unohtivat sen kotiin, eivät yleensä harjoitelleet säännöllisesti. Se näkyi myös heidän kohdallaan kehittymisen hitautena.

5.1.3 Tulkinalliset tavoitteet – esitä kappale jollekulle

Myös tässä kohdassa suurinta hyötyä kokivat ne oppilaat, jotka oikeasti esittivät kappaleen jollekulle ihmiselle. He myös usein harjoittelivat kappaleensa paremmin. Ne, jotka eivät tehneet niin, eivät myöskään harjoitelleet kappalettaan yhtä hyvin.

5.1.4 Harjoiteltavan asian jakaminen sopiviin palasiin

Tästä osiosta en saanut selviä tuloksia ollenkaan, koska harjoiteltavat asiat olivat usein niin erilaisia, että niiden jakaminen osiin ei onnistunut 15 minuutin pianotunnin aikana, eli aika loppui kesken. En myöskään ehtinyt selvittää yksilöllisesti siinä ajassa, miten kyseisen oppilaan kanssa opetettava asia tulisi jakaa osiin.

5.1.5 Olenko oppinut? – opitun asian tarkistaminen seuraavana päivänä

Tämän seuraaminen ei onnistunut ollenkaan, koska en pitänyt tarkkaa kirjaa siitä, oliko oppilas pitänyt tässä menetelmässä, kun hän harjoitteli kotona pianotuntiläksyjä. Minulle jäi vain lopputulos, josta päätellä jotain asiasta, eli osasiko oppilas soittaa edelliseltä pianotunnilta saamansa läksyn seuraavalla kerralla pianotunnilla. Tästä ei oikeastaan voi päätellä paljoakaan menetelmän toimivuudesta.

5.2 Muut tuloksiin vaikuttaneet tekijät

Tässä osiossa tarkastelen muita tekijöitä, jotka tulivat ilmi tutkimusta tehdessä. Oli monia asioita, joita en ollut osannut ajatella etukäteen, jotka vaikuttivat tuloksiin. Näitä olivat esimerkiksi oma toimimiseni opettajana pianotunneilla, pianotuntien pituus ja oppilaiden oma harjoittelu kotona. Ne aiheuttivat sen, että suurin osa oppilaista sai puutteellisen ohjeistuksen, miten harjoitella kotona. Se johti siihen, että loppujen lopuksi hyvin harva tutkimuksen oppilaista harjoitteli kotona pianoläksyjä juuri sillä tavalla, kuin olin suunnitellut.

5.2.1 Säännöllinen harjoittelu

Suuri yksittäinen tulos oli se, että hyvin harva oppilaistani harjoitteli antamaani läksyä säännöllisesti. Todella moni harjoitteli vain muutaman kerran tai eri tavalla, kuin oli pyrkinyt ohjeistamaan. Hyvin

moni unohti harjoitella antamaani läksyä. Tämä vaikutti siihen, että oppilaani eivät muistaneet ohjeitani harjoittelutavasta. Siten he harjoittelivat eri tavalla läksyä, kuin olin tarkoittanut. He eivät myöskään oppineet opettamaani tapaa harjoitella tai heille jäi se hyvin epäselväksi. Eli käytännössä kaikki tieto siitä, toimiko opettamani tapa, jäi saamatta.

5.2.2 Poissaolot

Yllättävän moni oppilaistani oli kipeänä tutkimuksen aikana tai estynyt tulemaan pianotunnille. Tämän takia osan kohdalla tutkimus jäi vain muutamaan kertaan. Tämä näkyi siinä, että pianonsoitossa tuli katkoksia eli oppiminen keskeytyi. Useinkaan oppilaat eivät olleet soittaneet kotona antamaani läksyä tai olivat jo unohtaneet sen, kun he tulivat poissaolon jälkeen pianotunnille. Se, mitä olin yrittänyt opettaa laadullisesta harjoittelusta, oli usein jo unohtunut täysin, ja opettaminen siitä piti alkaa aina alusta. Tällä tavalla oppiminen keskeytyi ja tuloksia siitä, oliko opettamani menetelmä toiminut, oli hyvin vaikea saada.

5.2.3 Omat muistiinpanoni tutkimuksen tekijänä

En kirjannut systemaattisesti ylös tuloksia jokaisen oppilaan kohdalla, vaan tein lähinnä ajatuksen virtaa kuvaavia merkintöjä. En myöskään jatkanut prosessin kirjaamista, vaan vaihdoin usein uuteen tavoitteeseen, jos vanha ei onnistunut. Eli alkanut prosessi katkesi kuin seinään ja uusi alkoi taas alusta. Tämän takia muistiinpanojeni lukeminen ja tulkitseminen oli hankalaa.

5.2.4 Oma toimimiseni opettajana

En toiminut loogisesti, kun opetin laadullista harjoittelua oppilailleni. Jos menetelmäni ei toiminut, vaihdoin heti toiseen menetelmään, enkä jatkanut alkanutta prosessia. En siis paneutunut syihin, miksi jokin ei toiminut, ja jatkanut sen hiomista paremmaksi. Tällä tavalla prosessi katkesi jokaisella kerralla heti alun jälkeen, kun tuli vastaan ensimmäinen ongelmakohta.

5.2.5 Pianotuntien pituus

Minulla loppui aika kesken jokaisella kerralla, kun yritin opettaa jotain menetelmää oppilaalleni. 15 minuuttia ei vain riittänyt siihen. Tuloksena oli se, että en ehtinyt selittää menetelmää tarpeeksi selkeästi oppilaalle, joten usein oppilaalle jäi epäselväksi, miten harjoitella kyseistä asiaa kotona. Kun tämä

toistui tarpeeksi monta kertaa, huomaa tuloksista sen, että monen oppilaan opeteltava asia jäi epäselväksi, mikä vaikeutti sen oppimista.

6 POHDINTA

Tässä osiossa pohdin saamiani tuloksia ja syitä, miksi ne olivat sen kaltaisia. Samalla pyrin myös miettimään, miten korjaisin menetelmiäni, jotta jatkossa olisi mahdollista saada tarkempia tuloksia tutkivasta asiasta.

6.1 Tutkimuksen pätevyys ja luotettavuus

Mielestäni tutkimus ei ollut täysin pätevä, eikä täysin luotettava. Tähän lopputulokseen olen tullut siitä syystä, että en määritellyt itselleni tarpeeksi selkeästi tutkimusmenetelmiäni. Tämä kävi ilmi siinä, että vaikka minulla oli tiedossa tutkimusmenetelmäni, sovelsin niitä omien ajatusteni mukaan sattumanvaraisesti, eli jos koin, että jostain toisesta menetelmästä oli hyötyä siinä hetkessä, vaihdoin siihen. Tämä tietenkin vastasi usein oppilaan tarpeeseen oppia jokin asia pianotunnilla. Se vain ei vain osunut useinkaan yhteen sen kanssa, mitä minun oli tutkimuksen mukaan tarkoitus opettaa. Sen takia tuloksista tuli mielestäni epäselvät, koska ne eivät vastanneet suoraan tutkimusmenetelmiin, joita olin suunnitellut käyttäväni.

Tutkimuksen pätevä osa oli mielestäni se, että sain tietoa itsestäni opettajana ja omista toimintatavoistani. Ne eivät vain tässä tapauksessa näy tässä opinnäytetyössä, koska en kirjannut niitä systemaattisesti ylös. Tätä kirjoittaessa olen valitettavasti jo unohtanut oivallukseni, jotka tutkimusta tehdessä sain.

Ottaisin tämän tutkimuksen hyvänä esimerkkinä siitä, kuinka tutkimusmenetelmiä kannattaisi käyttää systemaattisesti, eikä hetken mielijohteesta. Samalla se kuvaa mielestäni myös hyvin sitä ongelmaa, jonka ADHD-tarkkaavaisuushäiriö aiheuttaa ihmiselle. Impulsiivisuus vie helposti voiton, jolloin aiottu systemaattisuus rikkoutuu ja tuloksista tulee monimutkaisia.

6.2 Tutkimuksen hyödyllisyys

Koen, että tutkimuksesta oli hyötyä itselleni. Ymmärsin, miten kansalaisopistossa opettaminen on erilaista kuin musiikkiopistossa opettaminen. Tämä kävi ilmi tutkimusta tehdessä. Hyvin nopeasti kansalaisopistossa opettamisen realiteetit astuivat kuvaan. 15 minuutin pianotunti on todella lyhyt. Käyn läpi vielä kansalaisopistossa opettamisen erityispiirteitä myöhemmässä kappaleessa.

Koin myös hyötyä siitä, että jouduin tutkimuksessa kokeilemaan laadullisen harjoittelun rajattuja työkaluja samojen oppilaiden kanssa. Siinä työkalujen toimivuus ja niiden opettaminen kävivät tutuksi. Samalla jouduin pohtimaan, miten työkaluja voisi muokata niin, että ne sopisivat paremmin käytettäväksi lapsioppilaiden kanssa.

Opin myös paljon itsestäni opettajana. Yksi tärkeimmistä huomioistani oli se, että en välttämättä etene johdonmukaisesti opetuksessani. Tämä ilmenee siinä, että jos jokin asia ei toimi opetuksessa ja omassa harjoittelussa, koen luovuttavani nopeasti koko asian. En pyri etsimään uutta lähestymistapaa, vaan keilen jotain toista harjoitusta. Silloin prosessi ei pääse koskaan kehittymään, vaan kaikki alkaa aina alusta. Tämä on mielestäni tärkeä asia, johon toivon keskittyväni enemmän jatkossa. Jos löydän asiaan toimivia ratkaisuja, uskon, että se kehittäisi omaa opettajuuttani ja muusikkouttani pidemmälle.

Ehkä suurin ongelma tutkimuksessani oli se, että omasta mielestäni en koe tutkimuksesta olevan paljoakaan hyötyä muille kuin itselleni. Syy tähän on se, että paljon tietoa ja pohdintaa jää päähäni, koska en systemaattisesti kirjaa sitä ylös mihinkään. Saatan kokeilla eri harjoittelutyökaluja oppilaiden kanssa, mutta en kirjaa niiden tuloksia tarpeeksi selkeästi ylös. Saatan myös huomaamattani jatkojalostaa jotain työkalua eteenpäin ja käyttää sitä eri tavalla opetuksessani, mutta prosessin eri vaiheet eivät tule selkeällä tavalla esille. Tätä voisi kuvata hyvinkin toiminta, jossa ensin kirjoitan suunnitelman harjoitteista käytettäväksi pianotunnilla. Sitten saatan kirjata ylös vain sen, toimiko harjoitus vai ei kyseisen oppilaan kanssa. Sen jälkeen asia jää siihen. Vaikka oma pohdintani jatkuu pääni sisällä ja saatan jatkojalostaa ideoita pidemmälle, en enää näkyvästi kirjaa mihinkään prosessin jatkumista. Silloin saamani myöhemmät oivallukset eivät ole nähtävissä muille.

6.3 Oma toiminta laadullisen harjoittelun opettajana

Mielestäni osasin ottaa huomioon monia asioita opettajana, kun opetin laadullista harjoittelua. Varsinkin koin, että olin hereillä koko ajan, toimiiko opettamani metodi erilaisten oppilaiden kanssa. Pystyin heti tekemään korjauksia ja kokeiluja tunnin aikana, jos koin, että oppilas ei opi opettamaani asiaa. Yritin myös koko ajan etsiä isoja linjauksia eli toimintatapoja, jotka koin toimivan jokaisen oppilaani kohdalla. Samalla opettamiseeni sekoittui myös analyysia omasta oppimisestani ja siinä syntyneistä oivalluksista. Eli käytännössä havainnoin omaa oppimistani, luin tietoa oppimisesta eri tietolähteistä ja havainnoin oppilaitteni oppimista. Jäsentelin näitä asioita päässäni ja pyrin luomaan niiden välille yhteyksiä. Lopputuloksena syntyi menetelmiä harjoitella, joita kokeilin oppilaitteni kanssa.

Oma heikkouteni laadullisen harjoittelun opettajana on omasta mielestäni systemaattisuus. Koen, että luovutan liian helposti omalla kohdallani ja myös oppilaitteni kohdalla, jos jokin asia ei toimi. En ole luonut valmiita toimintatapoja sen varalle, jos en pääsekään eteenpäin prosessissa itseni tai oppilaan kanssa. Tässä astuvat mielestäni kuvaan monet erilaiset harjoittelutekniikat ja mallit, eli miten edetä, jos kohtaan vaikeuksia. Tämän pohtiminen on mielestäni olennaista, koska vaikeuksien kohtaaminen ja niihin ratkaisujen miettiminen on avain pitkäjänteiseen harjoitteluun. Pianonsoitossa, kuten monessa muussa harrastuksessa, tarvitaan nimenomaan pitkäjänteistä ja laadukasta harjoittelua. Sen avulla saavutetaan niitä haluttuja tuloksia, joita laadullisessa harjoittelussa tavoitellaan.

Huotilainen (2019) kertoo lapsen oppivan tehokkaasti matkimalla muita peilisolujen avulla. Siihen liittyy konkreettisuus, joka on tärkeää lapsen oppimisen kannalta. Usein opettamisessa itselläni jää näyttämättä esimerkki, miten kappale pitäisi soittaa tai mihin pyrkiä. Kun oppilaalla ei ole selvää verrokkia, mihin tähdätä, on täysin ymmärrettävää, että hän ei pysty soittamaan kappaletta haluamallani tavalla. Tätä asiaa tukee yllä mainitut asiat, kuinka lapsi oppii parhaiten konkreettisesti tekemällä ja peilisolujen avulla kokeilemalla.

6.3.1 Kansalaisopiston pianotunnit ja niiden yleisluonne

Kansalaisopistossa pianotuntien pituus on minimissään 15 minuuttia ja suurimmalla osalla oppilaistani on juuri tuo 15 minuutin aika. Ajan vähyyden takia olen kokenut vaikeaksi ohjeistaa oppilaitani tarkemmin kotiläksyn harjoittelussa. Pianotunneilla en ole ehtinyt käydä tarkasti eri osien harjoittelua läpi oppilaan kanssa. Mielestäni on tärkeää, että opettaja opettaa oppilaalle mitä harjoitella ja miten harjoit-

tella kotona. Jos siihen menee kuitenkin koko pianotunnin aika, ei se välttämättä innosta oppilasta soittamaan pianoa. Ratkaisu voisi olla antaa oppilaalle pienempiä tavoitteita, vaikka kappaleen oppiminen jäisi kesken. Jos oppilas oppii vaikkapa vain oikean käden ensin hyvin ja sitten vasemman, on todennäköisesti paljon helpompi soittaa kappaletta kädet yhdessä myöhemmin.

Toinen erityispiirre kansalaisopistossa pianotunneilla on se, että tavoitteet eivät ole ennalta määräytyt. Tämä tarkoittaa sitä, että oppilaat eivät suorita tutkintoja ja heidän ei siis tarvitse saavuttaa tiettyjä tavoitteita. Tässä opettajalla on suuri rooli. Opettaja voi päättää halutessaan opettaa samankaltaisia asioita oppilaille, joita musiikkiopistossa opetettaisiin pianotunneilla. Silloin opettajan vastuulle jää pohdita, mitä asioita opettaa oppilaalle ja miten. Oman kokemukseni mukaan harva pianonsoiton opettaja kansalaisopistossa noudattaa jotain tarkempaa suunnitelmaa. Enemmänkin tunneilla käydään läpi asioita, mitä soittokirjassa tulee seuraavaksi vastaan tai mitä oppilas on toivonut oppivansa.

6.3.2 Alakouluikäiset ja laadullinen harjoittelu

Koen, että alakouluikäiset hyötyisivät laadullisen harjoittelun oppimisesta. En koe, että esteenä sille olisi ikä, koska hyvin moni laadullisen harjoittelun asia pystytään piilottamaan konkreettisen tekemisen alle. Uskon, että suurempi syy löytyy motivaatiosta ylipäänsä soittaa pianoa ja harjoitella läksyjä. Yllättävän usein tämä oli se syy, miksi asioita ei opittu. Se herättää sen kysymyksen, ovatko kansalaisopistot oikeita paikkoja opettaa laadullista harjoittelua, johtuen siitä, että ne keskittyvät pianonsoiton harrastamiseen omaksi iloksi? Uskon kuitenkin, että laadullisesta harjoittelusta hyötyvät kaikki, koska sen päämäärä on opettaa tapoja, joilla kehittyminen olisi tehokkaampaa. Uskon, että kaikki oppilaat motivoituvat tasostaan riippumatta siitä, jos he huomaavat oppivansa nopeammin ja paremmin uusia asioita pianonsoitossa.

6.3.3 Teknologian vaikutus oppimiseen

Huotilainen (2019) toteaa teknologian kehittymisen ja tulon osaksi lasten arkea haitallisena oppimisen kannalta. Oma huomioni asiaan on se, että lasten keskittymiskyky ja pystyvyys tylsyyden sietämiseen on heikennyt viime vuosina. Pianotunnilla ei välttämättä jakseta enää keskittyä opettelemaan asioita, jotka eivät heti onnistu tai vaativat ajattelua. Uskon, että nykyinen vallitseva kulttuuri teknologian osalta on suurimmilta osin vaikuttamassa tähän. On vaikea opettaa lapsille terveellistä puhelimen käyttämistä, jos vanhemmat kamppailevat saman asian kanssa. Valitettavasti nykyilmioon verraten pianon-

soittaminen vaatii nimenomaan pitkäjänteisyyttä, keskittymistä ja halua pohtia eri ratkaisuja ongelmiin. Harvemmin soiton opettelu antaa heti tyydytystä tarpeeseen, vaan se on usein pitkän aikavälin tulos pitkäjänteisellä harjoittelulla. Se, että teknologia koukuttaa käyttäjänsä, ei tue minkään ikäisen pianistin oppimista pitkällä aikavälillä. Siksi toivon, että asian vakavuuteen herättäisiin mahdollisimman pian ja opeteltaisiin terveempää teknologian käyttämistä sekä opetettaisiin sitä myös lapsille.

Lei ja Liu (2022) löytävät teknologialle myös uusia mahdollisuuksia oppimisen edistämiseksi. He pohjaavat asian tekoälyn kehitykselle ja sen avulla oppimisen tehostamiselle. Mielestäni edellä mainittu mahdollisuus vie vielä pidemmälle itseoppimista pianonsoittamisessa. Tekoälyn avulla lapsen ei enää tarvitse itse opetella, mikä on seuraava askel omalla opinpolulla. Tekoäly analysoi saamansa palautteen avulla yksilöllistä kehitystä ja antaa juuri sopivia askeleita opeteltavaksi, jotta oppiminen olisi mahdollisimman tehokasta jokaisen kohdalla. Tämä voisi näkyä konkreettisesti niin, että tekoäly jakaa opeteltavan kappaleen sopiviin osioihin, jotka ovat lapselle juuri sopivia oppia. Esimerkiksi ensin opetellaan kappaleen oikeaa kättä ja sopivassa vaiheessa yhdistetään vasen käsi mukaan, kun oikea käsi alkaa olla opittuna. Näin lapsi välttyy siltä, että oppiminen tuntuisi liian haastavalta tai liian helpolta. Tämän avulla mielenkiinto opeteltavaan asiaan säilyy pidempään.

Haasteena tekoälylle näen jokaisen lapsen ja myös aikuisen oman kasvun oppijana. Jos tekoäly ohjaa yhä enemmän määrin toimintaamme, olemme ulkoisesti ohjattuja, emmekä osaa enää suhtautua erilaisiin tilanteisiin ilman tekoälyä. Tulemme riippuvaisiksi tekoälystä, emmekä osaa enää ajatella itse, koska tekoäly hoitaa ajattelemisen puolestamme. Itselleni moni tärkeä pohdinta koskien omaa oppimistani on lähtenyt siitä, että asia, mitä olen yrittänyt opetella, on ollut liian haastava minulle. Se on pakottanut minut pohtimaan ongelmaa eri puolilta, kokeilemaan erilaisia lähestymistapoja ja opetella tuntemaan itseni oppijana. En usko, että olisin kirjoittanut tätä opinnäytetyötä ilman yllä mainittuja haasteita, joihin olen joutunut itse etsimään ratkaisuja.

Jään mielenkiinnolla seuraamaan, miten tekoäly muuttaa oppimistamme ja miten sitä tullaan käyttämään hyväksi pianonsoiton opetuksessa.

6.3.4 Motivaation vaikutus oppimiseen

Anttila (2022) puhuu sisäisestä ja ulkoisesta motivaatiosta. Siinä ulkoinen motivaatio on motivaatio, jota motivoi jokin ulkopuolelta tuleva palkinto. Esimerkiksi rahan saaminen kotitöiden hoitamisesta. Tällöin motivaatiota ohjaa ulkopuolinen tekijä, eikä se perustu henkilön omaan tahtoon suorittaa asia. Sisäinen motivaatio on motivaatiota, joka tulee sisältä itsestämme. Se syntyy omasta sisäisestä halustamme tehdä jotain. Tällaista voi olla esimerkiksi halu opetella soittamaan pianoa, koska kokee saavansa siitä iloa elämäänsä. Sisäinen motivaatio on näistä kahdesta vahvempi motivaattori, koska se ei ole riippuvainen ulkoisista tekijöistä ja kestää paremmin vastoinkäymisiä. Näen usein sisäisen ja ulkoisen motivaation vaihtelua oppilaillani. Osa oppilaistani on tullut pianotunneille, koska heidän vanhempansa ovat halunneet, että he käyvät pianotunneilla. Osa on tullut omasta halustaan. Tämä motivaation vaihtelu näkyy myös mielestäni opeteltavissa asioissa. Osa kappaleista ei lähtökohtaisesti innosta oppilaita, ja osasta oppilaat innostuvat. Mielestäni tärkeintä on yrittää löytää jokaiseen opeteltavaan asiaan jokin sisäisen motivaation yhtymäkohta, vaikka kyseinen kappale ei muuten innostaisi oppilasta. Silloin oppilas löytää paremmin sisäisen motivaation ja jaksaa opetella soittamaan kappaleen, joka ei aluksi motivoinut häntä. Tällainen tilanne voisi olla esimerkiksi se, että opettaja selittää oppilaalle sen pianonsoittoon liittyvän asian, jota kappaleessa yritetään opetella. Sitten hän reflektoi opeteltavaa asiaa oppilaan kiinnostuksen kohteisiin pianonsoitossa, jolloin oppilas ymmärtää, miten hän voisi hyödyntää opeteltavaa asiaa niissä asioissa, jotka hän kiinnostavat pianonsoitossa. Tällä tavalla voi luoda motivoivan yhteyden oppilaalle ja sisäinen motivaatio löytyy helpommin.

6.4 Jatkotutkimusaiheet

Jatkotutkimusaiheena ehdotan tutkimusta harvemmistä ja tarkemmin määritellyistä laadullisen harjoittelun menetelmistä, joita tutkimuksessa voitaisiin tarkemmin monitoroida ja saada selkeämpää tietoa niiden toimivuudesta.

Omaa opettajuuttani koskien ehdottaisin tutkimusta, jossa tutkittaisiin ADHD-tarkkaavaisuushäiriötä ja pianonsoiton opetusta. Voitaisiin tutkia esimerkiksi sitä, miten ADHD-tarkkaavaisuushäiriö vaikuttaa opettajuuteen ja minkälaisia menetelmiä voisi löytyä, jotka helpottaisivat niitä pianonsoiton opettajia, jotka kärsivät ADHD-tarkkaavaisuushäiriöstä.

7 LÄHTEET

Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Nurmi, J-E., Pulkkinen, L. & Ruoppila I. 2007. *Ihmisen psykologinen kehitys*. Jyväskylä: WSOY.

Teoksessa E. Anttila (toim.) *Ihmis- ja oppimiskäsitykset taideopetuksessa*. Erilaisia käsityksiä motivaatiosta. Teatterikorkeakoulun julkaisusarja 58, 2022. Saatavissa: <https://disco.teak.fi/anttila/erilaisia-kasityksia-motivaatiosta/> Viitattu: 17.11.2023.

Clear, J. 2020. *Pura rutiinit atomeiksi: Näin saat aikaan muutoksen, joka pysyy*.

Ericsson, K., Krampe, R. & Tesch-Romer, C. 1993. *The Role of Deliberate Practice in the Acquisition of Expert Performance*. Psychological Review Vol. 100(3), 363-406. Saatavissa: [https://graphics8.nytimes.com/images/blogs/freakonomics/pdf/DeliberatePractice\(PsychologicalReview\).pdf](https://graphics8.nytimes.com/images/blogs/freakonomics/pdf/DeliberatePractice(PsychologicalReview).pdf). Viitattu 21.1.2023.

Ericsson, K. 2020. *Given that the detailed original criteria for deliberate practice have not changed, could the understanding of this complex concept have improved over time? A response to Macnamara and Hambrick*. Psychological Research 2021, 85:1114–1120. Saatavissa: <https://link.springer.com/article/10.1007/s00426-020-01368-3> Viitattu 7.11.2023.

Gelabert Gual, L., Berbel Gómez, N. & Sanchez-Azanza, V. A. 2023. *Music as a Tool in Learning: Improvements in Basic Competences in Children Studying an Integrated Music Programme*. Revista electrónica complutense de investigación en educación musical 20(49-98). Saatavissa: doi:10.5209/reciem.83091. Viitattu 17.11.2023.

Huotilainen, M. 2019. *Näin aivot oppivat*. Jyväskylä: PS-kustannus.

Illeris, K. 2007. *How We Learn*. New York: Routledge 711 Third Avenue.

Jyrkämä, J. 2023. Toimintatutkimus. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Saatavissa: <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/tutkimusasetelma/toimintatutkimus/>. Viitattu: 18.11.2023.

Lei, S. & Liu, H. 2022. *Deep Learning Dual Neural Networks in the Construction of Learning Models for Online Courses in Piano Education*. Computational intelligence and neuroscience, 2022(1-8). Saatavissa: <https://www.hindawi.com/journals/cin/2022/4408288/> Viitattu: 17.11.2023.

Levitin, D. J. & Paukku, T. 2010. *Musiikki ja aivot: Ihmisen erään pakkomielteen tiedettä*. Helsinki: Terra Cognita.

McPherson, G. & Renwick, J. 2001. *A Longitudinal Study of Self-regulation in Children's Musical Practice*, Music Education Research, 3:2, (169-186). Saatavissa: <https://www.researchgate.net/de-ref/http%3A%2F%2Fdx.doi.org%2F10.1080%2F14613800120089232>. Viitattu: 17.3.2023.

Miles, T., Mark, T. & Gary, R. 2003. *What Every Pianist Needs to Know About the Body*. Chicago: GIA Publications Inc.

Opetushallitus, Jordan-Kilkki, P., Kauppinen, E. & Viitasalo-Korolainen, E. 2013. *Musiikkipedagogin käsikirja: Vuorovaikutus ja kohtaaminen musiikinopetuksessa*. Helsinki: Opetushallitus.

Opinnäytetyön raportointi. 2023. 4.2.3 *Tutkimusasetelma*. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Saatavissa: <https://oppimateriaalit.jamk.fi/raportointiohje/4-opinnaytetyon-rakenne/4-2-opinnaytetyon-runko-osa/4-2-4-tutkimusasetelma/>. Viitattu: 18.11.2023.

Pianostreet -keskustelufoorumi. 2004. *How big are your hands??* -viestiketju. Saatavissa: <https://www.pianostreet.com/smf/index.php/topic,3039.msg26525.html#msg26525>. Viitattu 21.1.2023.

Sinkkonen, J. 2008. *Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun*. Juva: WSOY.

Suzuki, A. & Mitchell, H. F. 2022. *What makes practice perfect? How tertiary piano students self-regulate play and non-play strategies for performance success*. *Psychology of Music* 50:2 (611-630). Saatavissa: <https://doi.org/10.1177/03057356211010927>. Viitattu 17.4.2023.

Uotinen, J. 2023. *Autoetnografia*. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Saatavissa: <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/teoreettis-metodologiset-viitekehykset/autoetnografia/>. Viitattu 18.11.2023.