



Tavoitteena etinen sointi

Pop/jazz-laulajan ihanteellista resonanssia etsimässä

Saana Murtojärvi

Opinnäytetyö, AMK

Toukokuu 2024

Kulttuuriala

Musiikkipedagogi (AMK), Musiikkipedagogin tutkinto-ohjelma

Murtojärvi, Saana

Tavoitteena etinen sointi. Pop/jazz-laulajan ihanteellista resonanssia etsimässä.

Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Toukokuu 2024, 41 sivua.

Kulttuuriala. Musiikkipedagogin tutkinto-ohjelma. Opinnäytetyö AMK.

Julkaisun kieli: suomi

Verkkojulkaisulupa myönnetty: kyllä

Tiivistelmä

Opinnäytetyö käsittelee pop/jazz-laululle tyypillistä etistä sointia. Yhtenä pop/jazz-laulun teknisistä tavoitteista, etinen sointi jää herkästi ainoastaan mielikuvan tasolle. Tavoitteena oli selvittää, mitkä ovat etisen soinnin edellytykset käytännössä, minkälaisilla harjoituksilla etisen soinnin voisi helpoiten saavuttaa ja kuinka opettaa oppilasta, jolle etisyys on verrattain uusi käsite.

Opinnäytetyö on laadullinen tutkimus, joka sisältää toimintatutkimuksen piirteitä. Opinnäytetyötä varten koottiin kolmen harrastajalaulajan testiryhmä, jota havainnoitiin ja haastateltiin lomakekyselyllä. Testiryhmä kokoontui kolmesti 45 minuutin harjoitustuokioihin, joissa kokeiltiin erilaisia harjoituksia etisen soinnin saavuttamiseksi. Harjoitustuokiot videoitiin havainnoinnin tukemiseksi. Videot ja lomakekysely litteroitiin ja analysoitiin teemoittelemalla.

Etinen sointi saavutettiin harjoittelemalla riittävän yksinkertaisia harjoituksia pienellä sävelalueella. Toimivimmiksi harjoituksiksi koettiin n-i- ja n-y-kirjainten yhdistelmät, twang, sekä i-e-ä-a-yhdistelmät. Mielikuvat koettiin suurelta osin hyödyllisiksi. Merkittävin edellytys etisyyden saavuttamiseksi oli ääntöväylän oikeanlaiset asetukset. Rauhallinen kitalaki, rento leuka ja kielen asema suun etuosassa vaikuttivat sointiin suotuisasti. Kielen vaikutus sointiin oli selkeä, mutta harjoittelu vaatii aikaa. Harjoitusten toimivuudessa oli yksilökohtaisia eroja.

Avainsanat (asiasanat)

Laulaminen, laulutekniikka, äänenmuodostus, äänenkäyttö, ääniharjoitukset, resonanssi, sointi, pop/jazz-laulu

Muut tiedot (salassa pidettävät liitteet)

-

Murtojärvi, Saana

Aiming for forward tone. In search for the ideal resonance for contemporary singers.

Jyväskylä: JAMK University of Applied Sciences, May 2024, 41 pages.

Degree Programme in Music Pedagogue. Bachelor's thesis.

Permission for web publication: Yes

Language of publication: Finnish

Abstract

The thesis examines the characteristic forward tone of contemporary singing. As one of the technical achievements in contemporary singing studies, forward tone easily remains merely as an image. The aim of the thesis was to find out what forward tone requires in practice, what kind of exercises enable to achieve it easiest and how to teach a student who doesn't know much about it in advance.

The thesis is qualitative research which includes features of action research. A test group of three amateur singers was compiled for the thesis. The group was observed and interviewed using a questionnaire. The test group met three times for 45-minute training sessions where they tried different exercises to achieve forward tone. The training sessions were videotaped to support observation. The videos and the questionnaire were transcribed analysed by thematizing.

Forward tone was achieved by practicing sufficiently simple exercises in a small tonal range. The combination of n-i and n-y letters, twang and i-e-ä-a letters were the most effective exercises. Imaginary training was largely found to be useful. The most important condition for achieving forward tone was the correct shape of the vocal tract. A calm palate, relaxed chin, and the position of the tongue in front of the mouth had a favourable effect on the tone. The effect of the tongue on the tone was clear, but the exercises related to it required time. There were individual differences in the functionality of the exercises.

Keywords/tags (subjects)

Singing, vocal technique, vocal training, vocalism, voice exercises, resonance, tone, contemporary singing

Miscellaneous (Confidential information)

-

Sisältö

1	Johdanto	3
2	Äänen anatomiaa ja fysiologiaa	4
2.1	Äänen synty	4
2.2	Ääntöelimistö	5
2.2.1	Hengityselimistö	6
2.2.2	Kurkunpää	6
2.2.3	Äänihuulet	7
2.2.4	Ääntöväylä ja artikulaatioelimistö	8
3	Resonanssi eli kajeilmiö	10
3.1	Pää- ja rintaresonanssi	12
3.2	Yksirekisterisyys ja mixed voice	12
4	Pop/jazz-laulun ja -laulunopetuksen historiaa	13
4.1	Pop/jazz-laulun ja klassisen laulun erot ja yhtäläisyydet	15
5	Tutkimusasetelma	17
5.1	Lähdeaineisto ja tiedonhaku	17
5.2	Tutkimuskysymykset ja tutkimuksen tavoitteet	18
5.3	Laadullinen tutkimus ja toimintatutkimus	18
5.4	Aineiston analyysi	20
5.5	Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus	21
6	Tulokset	22
6.1	Testiryhmä	22
6.2	Ensimmäinen harjoituskerta	22
6.3	Toinen harjoituskerta	24
6.4	Kolmas harjoituskerta	27
6.5	Kyselyn tulokset	32
7	Pohdinta	33
7.1	Tavoitteiden saavuttaminen ja merkittävimmät tulokset	33
7.2	Kehittämisehdotuksia.....	36
	Lähteet	38
	Liitteet	41
	Liite 1. Testiryhmän kyselylomake	41

Kuviot

Kuvio 1. Kaavio äänentuoton keskeisimmistä osatekijöistä	5
--	---

1 Johdanto

Pop/jazz-laulunopetus on edelleen nuori opetusala. Hannele Valtasaari (2017) kirjoittaa väitöskirjassaan, että kaikkien eri musiikkityylien laulunopetus tapahtui klassisen äänenmuodostuksen näkökulmasta vielä muutama vuosikymmen sitten. Hän arvelee sen johtuvan siitä, että klassista laulua on tutkittu eniten. (Valtasaari 2017, 90.) Oulunkylän Pop & Jazz-opiston perustaja Klaus Järvinen kirjoitti saatesanoissaan Maija Hapuojan (2015) ”Koko kroppa laulaa”-laulutekniikan oppaassa, että vielä 1990-luvun lopulla ainoa paikka Suomessa, jossa populaarimusiikin opettaminen oli keskiössä, oli Pop & Jazz Konservatorio. Pop/jazz-laulutunnit kuitenkin kasvattavat suosiotaan vuosi vuodelta ja nykyään opetusta tarjotaan jo ainakin Suomen suurimmissa kaupungeissa. (Hapuoja 2015,9.) Pitkään vallinnut epäily kevyen musiikin laulamistyylin vahingollisuudesta on kuitenkin hiljalleen poistumassa, ja on myönnetty, että populaarimusiikkia on mahdollista laulaa terveellä äänenmuodostuksella. Tällaiseen terveeseen äänenmuodostamiseen pop/jazz-laulutunneilla pyritään.

Pop/jazz-laulun opiskelun ja opettamisen ollessa edelleen melko nuori ala, kirjallisuutta ja tutkimuksia aiheesta löytyy verrattain niukasti. Suuri osa äänenkäytön oppaista ja oppikirjoista ovat enemmän tai vähemmän klassisen laulupedagogiikan näkökulmasta kirjoitettuja tai vaihtoehtoisesti kaupallisia metodeja tarjoavia oppaita. Klaus Järvisen mukaan vielä 1990-luvullakaan ei ollut kevyen musiikin oppaita ja opetus piti tuolloin kehittää kokonaan itse kokeilevin menetelmin (Hapuoja 2015, 9). Australialaiset laulupedagogit ja tutkijat Bartlett & Naismith (2020) kertovat artikkelissaan, että on olemassa paljon metodeja ilman tutkimusdataa, jotka perustuvat enemmän soundiin kuin tekniikkaan. Tänä päivänä ei ole olemassa yhtenäistä ja selkeää pedagogiikkaa, joka vastaisi pop/jazz-laulun tarpeisiin. (Bartlett & Naismith 2020.) Niinpä lauluteknisen aiheen tutkiminen pop/jazz-laulupedagogiikan näkökulmasta lienee tervetullut lisä alaa opiskeleville sekä opettaville.

Tämä tutkimustyö rajautuu yhteen pop/jazz-laulun opiskelun teknisistä tavoitteista: etiseen sointiin. Pop/jazz-laulutunneilla puhutaan usein niin kutsutusta soinnin etisyydestä. Muodostettu ääni pyritään suuntaamaan kasvojen ja suun etuosaan soimaan, eli resonoimaan. Tämä jää kuitenkin helposti pelkäksi mielikuvaksi. Vaikka usein pelkkä mielikuva saattaa riittää toivotun tavoitteen saavuttamiseksi, laulupedagogin on tarpeellisesta ymmärtää etisen soinnin käsite perusteellisemmin.

Tutkimustyön tavoitteena on lisätä tietoa ja ymmärrystä etisen soinnin merkityksestä pop/jazz-laulussa, sekä tarjota ideoita sen harjoittamiseksi käytännössä. Tutkimuksessa esitellään alan oppikirjojen, oppaiden, tutkimusten ja artikkelien pohjalta laulamisen fysiologiaa, anatomiaa ja historiaa sekä pop/jazz-laulun teknisiä vaatimuksia verrattuna klassiseen lauluun. Etisyyttä tarkastellaan käytännön tasolla: tutkimuksessa selvitetään, mitä ääntöelimistössä tapahtuu äänen soidessa, ja mitkä ovat etisen soinnin edellytykset.

Tutkimustyössä etsitään toimivia keinoja harjoittaa etistä sointia harrastajalauluoppilaiden kanssa. Tutkimuksen toiminallista osiota varten teetin tietoperustan ja omien kokemusteni pohjalta erilaisia harjoitteita, joita testattiin kolmen harrastajalaulajan testiryhmällä kolmessa eri tuokiossa. Tutkimuksen tuloksena on selvitys etisen soinnin edellytyksistä, sekä käytännön keinoja etisen soinnin saavuttamiseksi oppilaiden kanssa, joille etisyys on vielä verrattain uusi käsite. Tutkimuksesta hyötyvät niin laulunopiskelijat kuin -opettajatkin.

2 Äänen anatomiaa ja fysiologiaa

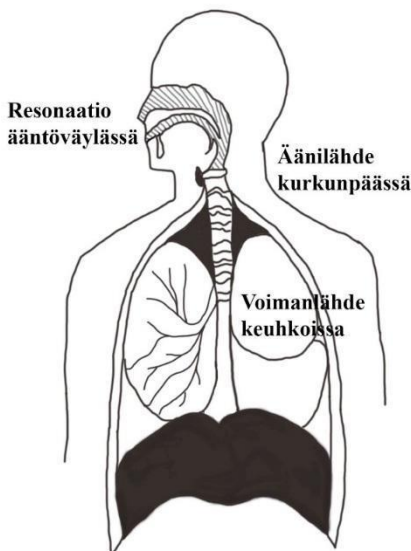
Ymmärtääkseen laulutekniikkaa ja sointia sen osa-alueena, on ymmärrettävä mistä osista ääntöelimistö koostuu ja kuinka se toimii. Resonanssin kannalta tärkein ääntöelimistön osa on ääntöväylä, jossa resonoituminen tapahtuu (Aalto & Parviainen 1985, 99). Ääntöväylän olemassaolo ja muokkaaminen ovat avainroolissa sointiin vaikuttavissa tekijöissä.

2.1 Äänen synty

Äänen synnyssä kurkunpään lihakset luovat värähtelylle suotuisat olosuhteet lähentämällä äänihuulia. Äänihuulten lähentyessä toisiaan ilmapinnan ulosmenoaukko pienenee ja ulos vapautuvan ilmapinnan vauhti lisääntyy. Alipainetta syntyy ääniraon alueelle ja sen alapuolelle. Äänihuulia toisiaan kohti lähentävät lihakset, *adduktorit*, työntävät äänihuulia vastakkain, jolloin äänirako sulkeutuu hetkeksi ja ilmapirta katkeaa (Bernouillin efekti). Ääniraon alapuolinen paine pakottaa äänihuulet erkanemaan toisistaan alapinnoista lähtien. Viimeisenä erkaantuvat äänihuulten yläpinnat. Ilma alkaa virrata ääniraosta, jolloin ääniraon kohdalle syntyy jälleen alipainetta. Ilmapinnan kiihtyessä paine heikentyy. Tämä aiheuttaa imuefektin, jonka seurauksena äänihuulet alkavat sulkeutua uudestaan alaosistaan, äänirako sulkeutuu, paine kasvaa ja äänihuulet erkaantuvat jälleen. Kuulemamme äänen ydin on joukko värähdyksiä, jotka tämä tapahtumasarja aiheuttaa. Ainoa lihastyötä

vaativa vaihe tapahtumaketjussa on äänihuulten lähentyminen toisiaan kohden. (Aalto & Parviainen 1985, 124; Koistinen 2003, 51; Laukkanen & Leino 1999, 36.)

Äänen synty tapahtuman osatekijöitä on kolme (ks. kuvio 1). Niitä ovat hengityselimistöissä tapahtuva paineen tuotto, joka saa ilmamassan liikkeelle, äänihuulissa syntyvä värähtely ilman virratessa niiden lävitse ja ääntöväylässä tapahtuva resonoituminen, joka muuntaa värähtelyä. (Aalto & Parviainen 1985, 99.)



Kuvio 1. Kaavio äänentuoton keskeisimmistä osatekijöistä. (Aura, M., Laukkanen, A.-M., & Ojala, J. 2018.)

2.2 Ääntöelimistö

Ääntöelimistö muodostuu kolmesta äänentuottoon osallistuvasta anatomisesta rakenteesta: hengityselimistöstä, kurkunpäästä ja ääntöväylästä (Koistinen 2003, 12; Aalto & Parvinen 1985, 99).

Koistisen (2003, 12) mielestä tämä laajalti käytetty kolmijako ei ole aivan riittävä, ja hän

ehdottaakin ääntöelimistöön kuuluvan myös tuki- ja liikuntaelimistön sekä hermoston. Lisäksi hormonit, ruoansulatuselimistön ja verenkiertoelimistön toiminta vaikuttavat äänen toimintaan. (Koistinen 2003, 12.) Tässä tutkimuksessa keskitytään kuitenkin perinteiseen ääntöelimistön kolmijakoon, joista ääntöväylä on resonanssin kannalta olennaisin.

2.2.1 Hengityselimistö

Ääntöelimistössä alimpana sijaitsevaan hengityselimistöön lukeutuu hengitystä säätelevät lihakset, henkitorvi, keuhkoputket, keuhkot ja rintakehä. (Aalto & Parviainen 1985, 99; Koistinen 2003, 12; Laukkanen & Leino 1999, 22). Laukkanen ja Leino (1999, 22–23) lisäävät kokonaisuuteen nenä- ja suuontelot sekä nielun ja kurkunpään. Selkeyden vuoksi tässä tutkimuksessa hengityselimistöllä tarkoitetaan kuitenkin vain niiden alla sijaitsevia osia, sillä nielu ja edellä mainitut ontelot ovat samalla myös tärkeä osa ääntöväylän kokonaisuutta. Myös kurkunpää itsessään on yksi ääntöelimistön kolmesta osasta. Tästä voi kuitenkin päätellä, että itseasiassa koko ääntöelimistö osallistuu hengittämiseen. Hengityselimistön tehtävä äänen syntymisessä on paineen tuotto, joka saa ilmassan liikkeelle äänihuulia kohti. (Aalto & Parviainen 1985, 99). Vapaasti toimiva hengityselimistö vaatii laulajalta kehon hallintaa ja hyvää lauluasentoa (Koistinen 2003, 15).

2.2.2 Kurkunpää

Kurkunpää on henkitorven yläpäässä sijaitseva monimutkainen rustorakennelma, jossa äänihuulet sijaitsevat. Rakennelmaa sitovat sidekudokset ja lihakset. Parittomat rengasrusto, kilpirusto ja kurkunkansi, sekä parilliset kannusrustot, sarvirustot ja vaajarustot ovat kurkunpään tärkeimpiä osia. Myös kieliluu ja sen lähellä sijaitsevat jyvärustot voidaan laskea kuuluvan tähän rakennelmaan. (Aalto & Parviainen 1985, 111; Dimon 2018, 68; Koistinen 2003, 47; Laukkanen & Leino 1999, 31–33.) Koistinen (2003,47) tähdentää, että kieliluu on kielen liikkeiden ja äänentuottamisen kannalta hyvinkin olennainen osa kurkunpään rakennetta. Dimonin (2018) mukaan yksinkertaistettuna kurkunpää on henkitorven yläosassa kahdesta toisistaan loittonevasta tai toisiaan lähenevästä lihaksesta tai lihasjoukosta koostuva venttiili. Myös Koistinen (2003, 47) vertaa kurkunpäästä venttiiliin, jota kannattelee lihaksista koostuva mekanismi kaularangan etuosassa, henkitorven ja kielenkannan välillä.

Kurkunpään lihaksisto jaetaan tavallisesti kurkunpään sisä- ja ulkopuolisiin lihaksiin (Aalto & Parviainen 1985, 114; Koistinen 2003, 47). Sekä Aalto & Parviainen (1985, 117) että Koistinen (2003, 49) esittävät, että kurkunpään lihaksiston toiminta on osittain vastavaikutteista. Koistisen (2003, 49) mukaan äänirakoa avaavat ja sulkevat lihakset sekä kurkunpäästä nostavat ja laskevat lihakset toimivat näin.

Kurkunpäällä on kolme ensisijaista tehtävää: hengitykseen osallistuminen avautumalla sisäänhengityksen aikana ja sulkeutumalla uloshengityksen aikana, estää vieraiden esineiden joutumisen henkitorveen ja äänihuulivärähtelyn tuottaminen. (Aalto & Parviainen 1985, 111; Dimon 2018, 65; Koistinen 2003, 47). Koistinen (Koistinen 2003, 49) kirjoittaa, että kurkunpään liikehdinnällä on valtava merkitys äänentuotossa. Kurkunpään laskeutuminen sisäänhengityksen aikana antaa äänihuulille tarvittavan tilan värähdellä mahdollisimman taloudellisesti vastakkain. Jotta äänihuulivärähtely pääsee tapahtumaan ihanteellisesti, kurkunpään on saatava olla rentona. (Koistinen 2003, 49.) Dimon (2018, 66) kuvailee kurkunpäästä värähtelymekanismina, joka saa ääntä tuottavat äänihuulet yhteen ja värähtelemään ilman kulkeuduttua niiden välistä ja toisaalta loitonemaan toisistaan hengityksen aikana.

2.2.3 Äänihuulet

Kurkunpäässä, henkitorven yläpäässä sijaitsevat äänihuulet. Ne ovat poimut, jotka muodostuvat lihaskudoksesta ja kimmoisasta, melko paksusta ja löysästä limakalvosta. Parillisten kannusrustojen ja äänihuulten väliin jäävää aukkoa kutsutaan ääniraoksi (*glottis*). (Aalto & Parviainen 1985, 115; Laukkanen & Leino 1999, 33; Koistinen 2003, 49.) Sekä Aalto & Parviainen (1985), että Koistinen (2003) erottelevat ääniraon edelleen kahteen osaan huuliraoksi ja rustoraoksi sijainnin perusteella. Huulirako on äänihuulten välinen osa ja rustorako kannusrustojen välinen osa. (Aalto & Parviainen 1985, 116; Koistinen 2003, 33.)

Äänihuulikudos voidaan jakaa kerroksiin. Syvimmällä kudoksessa on äänihuulilihas, eli ydin. Äänihuulilihaksen päällä on limakalvokerros, *lamina propria*, jonka voi jakaa syvä- keski- ja pintakerrokseen. Ylimpänä kudoksessa on *epiteeli*, eli päällysketko. Kunkin kerroksen ominaisuudet ovat erilaisia. Äänihuulilihas on paksu ja kankea, mutta suhteellisen kimmoisa. Sen liikkuu vain harvakseltaan värähtelyn aikana. Äänihuulivärähtely tapahtuu lähinnä keskellä olevassa limakalvokerroksessa. Sen kaksi alinta kerrostumaa muodostavat äänihuulten yläreunassa sijaitsevan elastisen

äänijänteen, joka tasapainottaa värähtelyä ja suojelee äänihuulia värähtelyn aikana. Limakalvokerroksen pintakerros on kimmoisaa kudosta, joka mukautuu selkeimmin värähtelyyn. Näin ollen se on myös altis rasituksen aiheuttamiin muutoksiin, kuten polyyppeihin tai turvotukseen. (Aalto & Parviainen 1985, 115; Laukkanen & Leino 1999, 34–35; Koistinen 2003, 50.)

Pääosin lihaskudoksesta muodostuvat taskuhuulet, eli valeäänihuulet, sijaitsevat äänihuulten yläpuolella. Ne kiinnittyvät äänihuulten lailla kilpi- ja kannusrustoihin ja suojaavat äänihuulia. Taskuhuulten ja äänihuulten ensisijainen tehtävä on suojata henkitorvea haitallisilta esineiltä, kuten ruoanmuruilta. Ne sulkevat yhdessä kurkunkannen kanssa ilmapölyä tarvittaessa. Näin tapahtuu myös fyysisen ponnistelun aikana. (Aalto & Parviainen 1985, 116; Laukkanen & Leino 1999, 33.) Äänihuulten ja taskuhuulten väliin jäävä taskuontelo, Morganin tasku, on äänihuulten kosteuden kannalta tärkeässä roolissa. Sillä on myös merkitystä äänentuotannossa. (Aalto & Parviainen 1985, 117; Koistinen 2003, 50.)

2.2.4 Ääntöväylä ja artikulaatioelimistö

Äänihuulista huuliin ja sieraimiin ulottuvaa ontelosta kutsutaan ääntöväyläksi. Siihen kuuluvat alhaalta ylöspäin kurkunpään eteisontelo, nielu, sekä suu- ja nenäontelo. (Laukkanen & Leino 2001, 61.) Ääntöväylä sisältää myös kielen, huulet ja pehmeän kitalaen, eli kitapurjeen, jotka muodostavat yhdessä artikulaatioelimistön (Laukkanen & Leino 2001, 62). Suuontelon ja nielun ensisijaiset tehtävät ovat ravinnon pilkkominen ja saattaminen oikeaan osoitteeseen; ruokatorveen ja vatsalaukkuun, sekä osallistuminen hengittämiseen. Ääntöväylä artikulaatioelimistöineen on ratkaisevassa asemassa myös äänen ja puheen tuottamisessa. (Dimon 2018, 134.) Resonoituminen tapahtuu pääosin ääntöväylässä, jota muokkaamalla voi vaikuttaa äänen sointiin (Aalto & Parviainen 1985, 99; Koistinen 2008, 55; Laukkanen & Leino 2011, 75; Dimon 2018, 204). Resonanssista ilmiönä kerrotaan enemmän luvussa 3.

Nielu on ensimmäinen paikka, jossa ääni alkaa varsinaisesti resonoitua (Koistinen 2008, 55). Nielu on noin 11,5 cm pitkä alue kallonpohjasta kurkunpään pohjaan. Sen voi jakaa kolmeen osioon; suunielu, nenänielu ja alanielu. Ylimpänä nenän takana sijaitseva nenänielu ulottuu pehmeään kitalakeen. Alue pehmeästä kitalaesta kovaan kitalakeen, eli kurkunkanteen on suunielu. Alin osio ulottuu kurkunkannesta kurkunpään alimpaan osioon, rengasrustoon. (Dimon 2018, 135.)

Pehmeä kitalaki sijaitsee resonanssin kannalta keskeisellä alueella äänihuulia vastapäätä. Se ohjaa äänihuulivärähtelyn kovaan kitalakeen, mikä auttaa täyspainoisen resonanssin löytymisessä. Pehmeää kitalakea liikuttamalla voi vaikuttaa resonanssiin. (Koistinen 2008, 55; Aalto & Parviainen 1985, 137.) Pehmeä kitalaki muodostuu lihaspareista, jotka nostavat ja laskevat sitä, avaavat ja sulkevat tietä nenänieluun, sekä laajentavat ja sulkevat suuontelon ja nielun välistä tilaa (Aalto & Parviainen 1985, 137). Koistisen mukaan i-vokaalia äännettäessä pehmeän kitalaen korkea asento on optimaalinen laulamiseksi ja sitä käyttämällä on mahdollista saada laadukas resonanssi nieluun, sekä tuntuma pääresonanssista (Koistinen 2003, 55).

Suuontelo on kitalaen ja kielen selän välinen tila, joka vaikuttaa artikulointiin ja äänenmuodostukseen (Aalto & Parviainen 1985, 144). Kieli, leuka ja huulet auttavat muokkaamaan suuontelon tilaa saattaen äänen ymmärrettävään muotoon, vokaaleiksi ja konsonanteiksi (Koistinen 2003, 55).

Kieli muodostuu useista erilaisista ja eri suuntiin risteilevistä lihaksista. Sen liikkuvuus ja muotoutumiskyky tekevät siitä tärkeimmän artikulaatioelimen. Kieli osallistuu kaikkien vokaalien ja useimpien konsonanttien muodostamiseen. (Aalto & Parviainen 1985, 91; Koistinen 2003, 79.) Tavoitteena olisi pitää kieli äänentuotolle suotuisasti suun etuosassa, jotta etinen artikulaatio onnistuu (Laukkanen & Leino 1999, 189). Myös vokaalien etiseen tai takaiseen ominaisväriin vaikuttaa pääasiassa kielen asento ja siitä aiheutuva suun ja nielun onteloiden yhdistelmä (Aalto & Parviainen 1985, 92). Koistinen (2003) kirjoittaa, että kielen liikkeiden tulee edesauttaa esteetöntä ilmapirran etenemistä suusta ulos. Tämä onnistuu sopivia virtaviivaisia reittejä ja kapeikkoja muodostamalla. (Koistinen 2003, 79.) Sandolinin (2009) mukaan supistettu kieli tummentaa äänen sointiväriä, kun taas leveä kieli vaalentaa sitä. Pop/jazz-laulussa suositaan vaaleampaa sointiväriä. (Sandolin 2009, 166.)

Leuan asento vaikuttaa oleellisesti äänenmuodostukseen. Laulaessa leuan tulee olla rento. Yhteistyössä kielen ja muiden artikulaatioelinten kanssa sen tulee päästä liikkumaan vapaasti toivottujen äänteiden mukaisesti. Tyypillisiä leuan virheasentoja ovat sen työntäminen eteenpäin tai pakotus liian alas. Leuan jännittyneellä asennolla voi olla äänenmuodostuksen kannalta mittavat negatiiviset vaikutukset koko ääntöelimistön toimintaan. Jännittynyt leuka voi vaikuttaa muun muassa resonanssiin tukkimalla tärkeitä resonanssitiloja kielen kannan painuessa liikaa nieluun. Se voi myös estää pehmeän kitalaen riittävän nousemisen, jolloin resonanssitila jää ahtaaksi. Jännittynyt leuka

saa myös kurkunpään nousemaan ja jännittymään, jolloin luonnollinen ja rento äänihuulivärähtely estyy. Kieli ja leuka vaikuttavat yhdessä asennoillaan sekä etisen, että takaisen resonanssitilan koon. Etinen tila saadaan avaamalla suuta enemmän. Tämä avara tila on tarpeellinen erityisesti korkeissa äänissä värähtelytaajuuden ollessa suurempi, mutta sitä tarvitaan myös matalissa sävelissä. (Koistinen 2003, 77–78.) Leukanivelen rentous on kuitenkin tärkeämpää kuin se, kuinka paljon suuta avataan (Koistinen 2003, 56).

Huulet viimeistelevät puheen ja muodostavat selkeät äänneet. Suun kehälihas, joka on yhteydessä sitä ympäröiviin ilmelihaksiin vaikuttaa eniten huulten liikkeisiin. Useat konsonantit syntyvät huulten lihasten avulla. Ne viimeistelevät myös vokaalit. (Aalto & Parviainen 1985, 92; Koistinen 2003, 79.) Huulten ollessa ääntöväylän uloin osa, on niillä vaikutusta myös resonanssiin. Huulet viimeistelevät keuhkoista purkautuvan ilman ääniaalloksi, jonka voi aistia soivana ja kauniina äänenä. Dynamiikkaa voi myös säädellä huulten ja suuaukon asennolla. (Koistinen 2003, 79.) Sandolin (2009, 168) mukaan hymy usein vaalentaa äänen väriä, sillä se kaventaa ääntöväylää. Koistinen (2003, 79) huomauttaa, että liian leveä keinotekoisesti tuotettu hymy saattaa aiheuttaa nielun jännittymistä ja kiristää kasvojen lihaksia, eikä tällainen tekniikka pitkään harjoiteltuna ole terveellistä äänentuottomekanismille. Hän pitää kuitenkin sisäistä hymyn tunnetta resonanssin kannalta toivottavana sen aktivoimissa kevyesti poskipäitä ja saadessa pehmeän kitaleen kohoamaan hieman. (Koistinen 2003, 56, 79.)

3 Resonanssi eli kajeilmiö

Kun puhutaan äänen soimisesta, puhutaan resonanssista. Sana *re-sonare* on latinaa. Se tarkoittaa soimista, takaisin kajahtamista. (Koistinen 2003, 52.) Laukkanen ja Leino (2011, 75) kertovat resonanssin tarkoittavan myötävärähtelyä, jossa mahdollisimman pieni energiamäärä aiheuttaa kappaleen värähtelemisen sen ominaisvärähtelytaajuudella (Laukkanen ja Leino 2011, 75). Äänentuotossa äänihuulissa syntynyt äänivärähtely siirtyy ääntöväylän ontelorakenteisiin ja joutuu myötävärähtelyyn onteloiden sisältämän ilmamassan kanssa (Aalto & Parviainen 1985, 65; Koistinen 2008, 53; Laukkanen & Leino 2011, 75). Laukkanen ja Leino (2011, 75) vertaavat ääntöväylää putkistoon, jonka sisällä olevalla ilmamassalla on ominaisvärähtelytaajuuksia, joihin vaikuttaa putken pituus. Korkeat taajuudet voimistuvat lyhyissä putkissa ja matalat pidemmissä. (Laukkanen & Leino 2011, 75.) Aalto ja Parviainen (1985, 65) tarkentavat, että kullakin ontelolla on ominaistaajuus, jossa vahvistuvat tiheydeltään vastaavat äänen osasävelet tai -sävelalueet. Matalat osasävelet

värähtelevät hitaammin suurissa onteloissa, erityisesti nielussa heijastuen rinnan yläosaan, kun taas korkeat osasävelet resonoivat erityisesti pään alueen onteloissa. (Aalto & Parviainen 1985, 65.) Koistisen (2003, 52) mukaan myös tila, jossa ääntä tuotetaan, toimii yhtenä ”resonanssiontelona”.

Onteloiden koko, rakenne, muoto, materiaali ja sijainti vaikuttavat resonanssiin (Brown 1996, 79; Koistinen 2008, 52). Koistisen (2003, 53) mukaan ihmiskehon eri resonanssialueisiin kuuluu keuhkoputket, henkitorvi, kurkunpää, nielu, suuontelo, nenäontelo ja pään alueen pienet ontelorakenteet. Rintaontelon merkitys on kuitenkin pieni, sillä se sijaitsee äänihuulten alapuolella ja mahdollinen äännön aikana tapahtuma värähtely siellä johtuu lähinnä värähtelevien äänihuulten fyysisestä läheisyydestä. Koistinen mainitsee kuitenkin, että mielikuvien tasolla on tärkeää ajatella, että koko keho soi. (Koistinen 2003, 53.) Brownin (1996, 79) mukaan tärkeimmät resonaattorit ovat nielu ja suun alue. Myös rintakehä, henkitorvi, poskiontelot ja koko keho toimivat jonkinlaisina resonaattoreina. Muokattavissa olevat pääresonaattoreiden osat ovat nielu, kieli, leuka, pehmeä kitalaki ja huulet. Näiden alueiden fyysiset eroavaisuudet vaikuttavat siihen, että eri äänet erottuvat toisistaan. (Brown 1996, 79.) Myös Koistinen (2003, 55) on sitä mieltä, että nielu ja suuontelo ovat tärkeitä resonanssialueita, mutta hän pitää tärkeimpänä kurkunpäää. Kurkunpää laskeutuu sisäänhengityksen aikana, jolloin se pitää huolen, että äänihuulet saavat riittävästi tilaa värähdelläkseen mahdollisimman taloudellisesti vastakkain. Mikäli kurkunpää ei pääse vapaasti liikkumaan, vaikuttaa se välittömästi äänihuulten värähtelyyn ja ääneen, sillä resonoituminen ei tällöin pääse tapahtumaan normaalisti. (Koistinen 2003, 55.) Brownkin (1996, 80) mainitsee kurkunpään alueen rentouden tärkeyden resonoitumisen saavuttamiseksi. Ylipäätään kaikenlainen tarpeeton jännitys kehossa voi estää resonoitumisen. (Brown, 1996, 80.)

Kiteytettynä resonanssi on akustinen ilmiö, jota laulamissa hyödynnetään äänen voimistamisessa ja sen avulla aikaansaadaan ja tasoitetaan erilaisia äänensävyjä (Koistinen 2003, 211). Resonanssin ja ääntöväylän asetusten yhdistelmällä voidaan saada ääni kuuluvammaksi pienemmällä lihastyöllä ja ääniraon alapuoleisella ilmanpaineella. Tämä on merkittävää terveen äänenkäytön kannalta. (Laukkanen & Leino 1999, 85.)

3.1 Pää- ja rintaresonanssi

Rintaresonanssista voidaan puhua silloin, kun ääni resonoituu ääntöväylän suurissa onteloissa, erityisesti nielussa. Resonointi heijastuu tällöin myös rinnan alueelle. Harvakseltaan värähtelevät matalat äänen taajuudet soivat luonnostaan isommissa onteloissa. Rintaresonanssi tuo syvyyttä ääneen. Pääresonanssista voidaan puhua, kun tiheästi värähtelevät korkeat äänen taajuudet resonoituvat pienemmissä pään alueen onteloissa ja suuontelossa. Pääresonanssi selkeyttää ja kirkastaa äänen. Pääresonanssin voi jakaa edelleen suu- ja nenäresonanssiin. Suuresonanssin avulla saadaan äänteisiin täyteläisyyttä ja heleyttä. Äänen kuuluvuus ja selkeys riippuu taas nenäresonanssista. Aallon ja Parviaisen (1985) mukaan äänen ollessa tasapainossa rinta- ja pääkajeen välillä, kaikuu se itsestään suuontelossa ja on edessä ja etinen. (Aalto & Parviainen 1985, 65–67.)

Suuri osa laulaessa aistittavasta värähtelystä johtuu kehon sisäisestä värähtelystä. Ilmavirran synnyttämä äänihuulivärähtely kulkee lihasten, luiden ja onteloiden kautta etupäässä pään, niskan ja rintakehän alueelle samalla voimistuen. Rintaresonanssi voidaan aistia rinnan alueen värähtelynä johtuen äänihuulten fyysisen läheisyyden aiheuttamasta myötävärähtelystä. Rintaontelon merkitys on kuitenkin vähäinen, sillä se sijaitsee äänihuulten alapuolella ja on koostumukseltaan liian pehmeä resonoituakseen. Pääresonanssin voi aistia värähtelynä muun muassa silmien takana, poskipäissä, kovan kitalaen alueella, huulissa ja nenässä. (Koistinen 2003, 52–53.) Eerolan (2007, 26) mukaan akustisesta näkökulmasta ajateltuna äänen resonanssiin vaikuttavat eniten äänihuulten ja huulten välissä olevat ontelot, erityisesti nielu, vaikka värähtelyt voidaankin aistia varsinkin korkeita ääniä laulaessa kasvojen yläosissa.

3.2 Yksirekisterisyys ja mixed voice

Rekisteri on samalla äänen kvaliteetilla tuotettu peräkkäisten erikorkuisten säveltasojen sarja. Sekä rekisterien määrästä, että nimityksistä on ristiriitaisia näkemyksiä. Tyypillisimpiä käsitteitä matalasta korkeaan lueteltuna ovat narinarekisteri, rintarekisteri, keskirekisteri, päärekisteri ja huilurekisteri, joista rinta- ja päärekisteri ovat yleisimmin käytössä. On hyvin yleistä, että resonanssi ja rekisteri sekoitetaan keskenään. Kun puhutaan rinta- ja päärekisteristä, ovat käsitteet harhaanjohtavia, sillä rinnassa ja päässä aistittavat värähtelyt ovat resonanssin aikaan saamia, eikä niillä ole mitään tekemistä rekisterien kanssa. (Koistinen 2003, 59–61.)

Kurkunpään tasolla rekisteri määräytyy äänihuulten pituuden ja paksuuden mukaan: matalissa sävelissä paksuimmillaan olevat äänihuulet ohenevat ja pitenevät korkeammalle siirtyessä. Rengasrusto-kilpirustolihas, eli laululihas säätelee ohenemista. Äänihuulilihas on toinen äänentuottoon osallistuva lihas. Rintarekisterissä koko syvyydeltään värähtelevät äänihuulilihakset ovat päävastuussa värähtelystä. Päärekisterissä värähtelyn päävastuu siirtyy äänenkorkeutta säätelevälle laululihakselle. Jos kurkunpään alueella on liikaa jännitystä, äänihuulten luonnolliset värähtelyjen muutokset estyvät ja värähtelyn muutos kuuluu äänessä tahattomana breikkinä, joka toki toimii oikein käytettynä tehokkeinona kevyessä musiikissa. Laulamissa on tavoitteena kuitenkin niin kutsuttu yksirekisterisyys, jolloin yllä mainitut lihakset toimivat yhteistyössä aiheuttamatta muutoksia äänen kvaliteettiin. (Koistinen 2003, 60–62.)

Kun pää- ja rintarekisterin alueen sävelet pystytään tuottamaan tasalaatuisella äänellä, on kyseessä yksirekisterisyys, josta puhutaan myös nimellä mixed voice. Yksirekisterisyys ja tasainen äänenlaatu voidaan niin ikään saavuttaa mixed voicea, eli mikstiä harjoittamalla. Mikstin käyttö mahdollistaa sen, että ääni kuulostaa samalta kaikilla korkeuksilla huolimatta rekisterien fysiologisista vaikutuksista. Mikstiä on tutkittu yli sata vuotta, mutta näkemykset sen toimintamekanismista ovat toisistaan hieman poikkeavia. (Korpisaari 2011, 95–100.) Mikstillä voidaan tarkoittaa pää- ja rintarekisterin välistä balanssia, jossa resonanssitiloja muokkaamalla ääni saadaan soimaan tasaisesti. Resonanssin avulla voidaan siis siirtyä rekisteristä toiseen. Mikstillä voidaan viitata myös aiemmin mainittuun äänentuottoon osallistuvien lihasten saumattomaan yhteistyöhön, jossa rekisterit vaihtuvat huomaamatta. Jotkut koulukunnat erittelevät mikstin edelleen pää- ja rintapainotteiseen mikstiin. Erityisesti näyttämömusiikin puolella, jossa belttaus on tyypillinen äänenkäyttötapa, mikstin käyttö on tarpeellista. (Hoch 2014, 113.) Myös Koistinen (2003) mainitsee miksatun belttaus-tekniikan, jota hän vertaa klassisen musiikin keskirekisteri-käsitteeseen, soundin säilyessä kuitenkin pop/jazz-laululle tyypillisenä. (Koistinen 2003, 66.) Voisi päätellä, että resonanssin avulla ja siihen keskittymällä on mahdollista saavuttaa sujuva rekisterinvaihdos ja tasapaino rekisterien välille.

4 Pop/jazz-laulun ja -laulunopetuksen historiaa

Pedagogi ja tutkija Jeanette LoVetri on lanseerannut termin Contemporary Commercial Music, lyhennettynä CCM, valtavirtaa edustavalle musiikille ja sen laulamiseksi. Aikaisemmin ei-klassinen laulu oli tyypillisin termi alalla, kun puhuttiin kevyen musiikin laulamiseksi. CCM pitää sisällään

periaatteessa kaiken ei-klassisen musiikin, kuten pop, rock, jazz, näyttämömusiikki, cabaret, soul, rhythm & blues, country, gospel, rap ja muut niihin liittyvät alalajit. (Bartlett & Naismith 2020.)

Suomessa vastaava termi on pop/jazz-laulu. Oulunkylän Pop & Jazz Opiston perustaja Klaus Järvinen on lanseerannut termin 1970-luvulla, jolloin myös pop/jazz-laulun formaali opetus Suomessa alkoi eriytyä klassisesta. (Valtasaari 2017, 90.)

Pop/jazz-laulun juurten voisi katsoa ulottuvan Yhdysvaltoihin bluesin syntymäsjöille, sillä bluesilla on suurin vaikutus populaarimusiikin syntyyn. Bluesin katsotaan jalostuneen afrikkalaisten orjien työlauluista. (Oliver 2001.) Blues tuli kansainvälisesti suosituksi 1900-luvulla. Sitä pidetään lähes kaikkien myöhemmin syntyneiden suosittujen amerikkalaisten musiikkigenrejen perustana. (Wald 2012.) Arvellaan, että mikrofonin keksimisellä on ollut suurin vaikutus populaarimusiikin laulutyylien syntyyn (Hoch 2014, 111). Katherine Sadolinin (2009) mukaan aikoinaan piti laulaa akustisesti suurille saleille, koska ei ollut sähköä. Sitä varten kehitettiin klassinen laulutekniikka, jossa lauluääni soi kokonaisvaltaisesti ja kantaa pitkänkin matkan päähän. Mikrofonin keksimisen jälkeen oli kuitenkin mahdollista saada myös ”kouluttamattomat” äänet kuuluviin ja näin kehittyi uusia lauluääni-ihanteita. Nämä uudet laulutavat olivat kuitenkin yhtä hankalia ja kulututtavia kuin klassinen laulutapa, mutta niille ei ollut erikseen koulutusta. Niinpä kevyen musiikin laulajien oli löydettävä oma-aloitteisesti terve laulutapa. (Sadolin 2009, 6.)

Matthew Hoch (2014) kertoo, että 1920-luvun lopulla klassisen laulun rinnalle syntyi näyttämömusiikissa suosittu laulutyyli, belttaus, engl. belting, belt. Belt-käsite voi viitata moneen asiaan, mutta yleisimmin sillä tarkoitetaan joko laulusoundia tai laulutekniikkaa. Belttamisen edelläkävijänä voidaan pitää amerikkalaista laulavaa näyttelijää Ethel Mermania. Hänellä ei ollut laulukoulutusta, mutta belttamalla hän sai äänensä kuuluviin orkesterin yli ilman mikrofontia. Belttamisesta tuli suosittua myös populaarimusiikissa, etenkin naislaulajien keskuudessa. Siitä, onko belttaus terve tapa muodostaa ääntä on kiistelty kautta aikojen. Myös tapa, jolla ääni muodostetaan beltatessa on ollut kiistanalainen. (Hoch 2014, 24.)

Nykytutkimuksen valossa belttaus ei vahingoita ääntä oikein tehtynä. Tutkimustyöhön perustavassa Estill Voice Training-metodissa (EVT) belttaus on yksi äänen kuudesta kvaliteetista. Beltatessa kurkunpää nousee ja rengasruston etuosa kallistuu alas. Suuri ääniraon alapuolinen paine vaatii laulajalta vahvan yhteyden niskan, pään ja koko ylävartalon alueelle. Näin saadaan

belttäamiseen tarvittava voima turvallisesti. Tätä toimintaa kutsutaan ankkuroinniksi. EVT:n luonut Jo Estill kuvailee belttäamista termillä ”happy yelling” (suom. onnellinen kirkuminen). (Valtasaari 2012, 33–34.) Joskus belttäus-termillä saatetaan tarkoittaa ei-klassista laulua, eli pop/jazz-laulua kokonaisuudessaan. Nykyään kuitenkin ajatellaan, että belttäus on ennemminkin efekti, jota pop/jazzlaulussa käytetään. (Eerola 2008). Belttäamisen ja klassisen laulun eroja tutkineet Jo Estill (1988) ja Lisa Popeil (1999) ovat alansa viitatuimpia tutkijoita (Valtasaari 2017, 90).

4.1 Pop/jazz-laulun ja klassisen laulun erot ja yhtäläisyydet

Pop/jazz-laulu poikkeaa sekä kuulokuvaltaan, että fysiologisesti klassisesta laulusta. Bartlett & Naismithin (2020) mukaan tutkimukset osoittavat, että pop/jazz-laululle tyypillinen puheenomainen, etinen ja kirkas äänenlaatu poikkeaa huomattavasti klassisen laulun äänentuotannosta kurkunpään lihaksiston toiminnan, akustisten asetusten ja erityisesti rekisterien osalta. Etenkin naislaulajien tulisi pysytellä puheen tasolla modaalirekisterissä korkeammalle verrattuna klassiseen lauluun. (Bartlett & Naismith 2020.) Hannele Valtasaari (2017) kirjoittaa väitöskirjassaan, että klassisen ja pop/jazz-laulun sointieroon vaikuttavat äänihuulimassan paksuusero, kurkunpään vertikaalisen aseman ero ja rekisterien välisen ylimenoalueen (break) korkeusero (Valtasaari 2017,91). Belttäamisen ja klassisen laulun eroja tutkineet Lisa Popeil (1999) ja Jo Estill (1988) esittävät molemmat, että pop/jazz-laulussa alaspäin kallistuva rengasruston etuosa tuo kannusrustot eteenpäin, mikä aiheuttaa äänihuulten paksuuntumisen ja lyhenemisen. Klassisessa äänihuulimassa on ohuempi. Pop/jazz-laulussa kurkunpää on korkeammalla, pehmeä kitalaki hieman alempana, kielen ja nielun takaosan tila on kapeampi. (Estill 1988; Popeil 1999.) Estill (1988) esittää lisäksi äänihuulivärähtelyn sulkuvaiheen olevan pop/jazz-laulussa pidempi äänihuulimassan ollessa paksumpi ja ääniraon alapuoleisen paineen ollessa suurempi. Justin Moniz (2023) kirjoittaa niin ikään artikkelissaan *Building versatile voices*, että klassisen ja pop/jazz-laulun erot alkavat äänihuulitasolla. Pehmeään kitalaen asento, nielun tila ja kurkunpään asento on huomioitava eri tyyliä laulaessa. (Moniz 2023.) Myös Oren Brown (1996, 84) mainitsee, että kurkunpään korkeampi asema on tyypillinen populaarimusiikin laulajille.

Catherine Sadolinin lanseeraama Complete Vocal Technique-metodi, lyhennettynä CVT, tuo esiin äänenväriin liittyviä eroja. Sen mukaan kevyessä ja klassisessa laulussa äänenvärit poikkeavat toisistaan. CVT kuvailee klassisen laulun väriä tummemmaksi ja kevyttä vaaleammaksi. Kurkunpäättä laskemalla ja pehmeää kitalakea nostamalla saadaan klassiselle laulajalle ominainen tumma väri.

Kevyessä musiikissa suositaan Sadolinin (2009) mukaan vaaleaa sävyä, jolloin kurkunpää on korkeammalla. Kielen asento vaikuttaa äänen väriin: supistettuna ääntöväylässä on enemmän tilaa, jolloin väri tummenee. Leveämpi kieli kutistaa ääntöväylän tilavuutta, jolloin ääni on väriltään kevyelle musiikille tyypillisemmin vaaleampi. (Sadolin 158–166.) Laukkasen & Leinon mukaan resonanssi vaikuttaa äänen väriin: takainen sointi on tummempi, etinen sointi heleämpi ja terävämpi (Laukkanen & Leino 1999, 205). Voisi päätellä, että Valtasaaren (2017) mainitsemissa sointieroilla ja Sadolinin (2009) esiin tuomilla värieroilla tarkoitetaan samaa asiaa (Valtasaari 2017, 91; Sadolin 2009, 158–166).

Heidi Laasanen (2016) on haastatellut opinnäytetyössään klassisen ja pop/jazz-laulun eroista kokeneita laulunopettajia, joilla on asiantuntevuutta molemmista laulutyyleistä. Haastateltavat Marjo Riitta Kervinen, Tuija Kiviranta ja Kaija Kivioja mainitsevat haastattelussa kukin, että klassiselle laululle tyypillinen pyöreä sointi-ihanne poikkeaa pop/jazz-laululle tyypillisestä soinnista. Pop/jazz-laulussa sointi on heidän mukaansa etisempää, koska klassisessa laulussa ääntöväylästä tehdään tilavampi. Kiviranta tähdentää pop/jazz-laulussa ääntöväylän olevan kapeampi pystysuunnassa tuoden sointia suoraan eteen. Kivioja mainitsee pehmeän kitalaen rauhallisuuden tuovan sointia enemmän eteen pop/jazz-laulussa. Kervisen mukaan klassisilla laulajilla on kohotetumpi ja aktiivisempi pehmeä kitalaki. Klassisen ja pop/jazz-laulun yhteneväisyyksinä voidaan pitää kunkin laulunopettajan mukaan hengitystä, tukea ja lauluasentoa. Kivioja kuitenkin mainitsee, että klassisessa laulussa ääntöväylä valmistetaan laajemmaksi sisäänhengityksessä. Lisäksi kukin haastateltava kertoo muun muassa leuan ja kielen virheasentojen korjaamisen olevan olennaista laulunopettajan työssä tyylilajista riippumatta. Kiviojan mukaan leuan ja suun rentous ovat samanlaisia molemmissa genreissä. Eroja alkaa esiintymään vasta artikulaation tasolla. (Laasanen 2016, 16–17.)

Hannele Valtasaari (2017) kertoo väitöskirjassaan pop/jazz-laulun sisältävän lukuisia eri tyyliä ja tapoja laulaa. Klassisessa laulussa pyritään säilyttämään sama perussointi kautta linjan. Tyylinmukaiset muutokset tehdään dynamiikan ja ilmaisuuden keinoin. Pop/jazz-laulun puheenomainen perussointi saattaa vaihdella tyylien ja ilmaisuuden vaatimusten vuoksi. Tietoisella äänihuulimassan ja ääntöväylän muokkaamisella on mahdollista käyttää eri tyyliihin tai ilmaisuun sopivia efektejä. Niiden käyttö vaatii kuitenkin peruslaulutekniikkaa, jonka tulee olla laulajan hallinnassa. (Valtasaari 2017, 94–96.)

5 Tutkimusasetelma

Kokosin tutkimusta varten kolmesta laulunharrastajasta koostuvan testiryhmän. Testasimme kolmena eri kokoontumiskertana erilaisilla harjoituksilla, kuinka etisen soinnin voisi saavuttaa. Harjoitukset teetin tietoperustaan ja kokemuksiini pohjaten. Tutkimuksen tietoperustassa tarkasteltiin alan oppikirjojen, oppaiden, tutkimusten ja artikkelien pohjalta laulamisen fysiologiaa, anatomiaa, etisen soinnin edellytyksiä ja syitä sen olemassaoloon.

5.1 Lähdeaineisto ja tiedonhaku

Lähdeaineistoon valikoitui äänenkäytön opetuksessakin käytettyjä klassikkoteoksia, joista mainittakoon Oren Brownin *Discover Your Voice* (1996), Koistisen *Tunne kehosi vapauta äänesi* (2003), Aallon ja Parviaisen *Auta ääntäsi* (1998) sekä Laukkasen ja Leinon *Ihmeellinen ihmisääni* (2001). Oppaat sisältävät kattavasti tietoa ääntöelimistöstä ja sen toiminnasta. Dimonin *Anatomy of the Voice* (2018) on laulajille ja äänenkäyttäjille suunnattu kuvitettu lääketieteellinen opas, jossa käsitellään perusteellisesti ja havainnollisesti ääntöelimistön anatomiaa ja toimintaa. Laulamista tarkastellaan näissä oppaissa kuitenkin jokseenkin enemmän klassisen laulun näkökulmasta, joten oli tarkasteltava millä tavoin klassinen ja pop/jazz-laulu eroavat toisistaan ja toisaalta, mitkä ovat niitä yhdistäviä tekijöitä. Esimerkiksi Sadolinin (2009) *Kokonaisvaltaisen äänenkäytön tekniikka* esittelee äänenkäyttöä myös pop/jazz-laulajalle edullisella tavalla ja kaupallisuudesta huolimatta sitä hyödynnetään nykypäivänä runsaasti pop/jazz-laulun formaalissakin opetuksessa. Mukana oli myös muutamia muita laulopedagogien kirjoittamia lauluoppaita, jossa laulamista käsiteltiin pop/jazz-laulun näkökulmasta.

Lähdeaineistoon valikoitui lisäksi uudehkoja kansainvälisiä ja kotimaisia artikkeleita ja tutkimuksia sekä alkuperäislähteitä alan viitatuimmilta tutkijoilta. Artikkelit ovat vertaisarvioituja ja saatavilla kokotekstinä. Niiden sisältö liittyy olennaisesti tutkimuksen aiheeseen ja ne esittelevät nimenomaan pop/jazz-laulun ominaisuuksia. Lähdeaineistoon valikoitui myös muutama opinnäytetyö, joista löytyi tutkimuksen kannalta relevanttia tietoa. Korpisaaren (2011) maisterin tutkielmassa esitellään poikkeuksellisen laajasti ja perusteellisesti pop/jazz-laulajan instrumentinhallintaa. Laasasen (2016) opinnäytetyössä (AMK) on haastateltu pitkän uran laulopedagogeina tehneitä alan ammattilaisia pop/jazz-laulun ja klassisen laulun eroista. Valtasaaren (2012) pro gradu -tutkielma

Ääntöbalanssi-metodi laulunopetuksessa taas vertailee pop/jazz-laulussa käytettyjä metodeja keskenään.

Tiedonhaussa hyödynnettiin seuraavia tietokantoja: Finna, Google Scholar, Grove Music Online, ProQuest, JSTOR ja Theseus. Tietoa haettiin muun muassa sanoilla ja sanayhdistelmillä singing, voice pedagogy, resonance AND ccm singing, ccm pedagogy AND singing, belttaus AND terve äänenkäyttö, pop/jazz-laulu AND resonanssi, ääni AND laulaminen ja äänenkäyttö AND laulaminen.

5.2 Tutkimuskysymykset ja tutkimuksen tavoitteet

Tutkimustyöni tavoitteena oli lisätä tietoa ja syventää ymmärrystä etisen soinnin merkityksestä ja edellytyksistä pop/jazz-laulussa, sekä tarjota ideoita sen harjoittamiseksi käytännössä. Pyrin vastaamaan tutkimustyössäni seuraaviin kysymyksiin:

- Mitkä ovat pop/jazz-laululle tyypillisen etisen soinnin edellytykset?
- Minkälaisilla harjoituksilla etisen soinnin voisi helpoiten saavuttaa?
- Kuinka opettaa oppilasta, jolle etisyys on verrattain uusi käsite, tai korkeintaan mielikuvan tasolla?

5.3 Laadullinen tutkimus ja toimintatutkimus

Tämä opinnäytetyö on laadullinen tutkimus, joka sisältää toimintatutkimuksen piirteitä. Tiedon kerääminen tapahtui haastattelemalla ja havainnoimalla. Nämä ovat laadulliselle tutkimukselle tyypillisiä tiedonkeruumenetelmiä. Koska tutkimuksessani tapahtui havainnointia käytännön tilanteissa, joissa olin itse mukana, ja koska pyrin löytämään toimivia ratkaisuja etisen laulusoinnin löytämiseksi, sisältää se myös toimintatutkimukselle tyypillisiä piirteitä.

Laadullisessa tutkimuksessa kiinnostuksen kohteena ovat ihmisten kokemukset, ajatukset, tunteet ja heidän tarkasteltavalle ilmiölle luomansa merkitykset. Tutkittava ilmiö pyritään käsittämään tutkimuskohteena olevien henkilöiden perspektiivistä. Tutkimusta tehdään aiempien tutkimusten valossa. Pyrkimyksenä on tuoda aiheeseen uusia näkökulmia tai tuoda esille jonkin tietyn vähemmän tutkitun kohderyhmän näkökulmia. Tutkimussuunnitelma on joustava ja muutokset ovat mahdollisia tutkimuksen edetessä. Tutkija asettaa tavoitteet, jotka ilmenevät

tutkimuskysymyksiä. Näihin voi palata kirjallisuuteen perehtymisen jälkeen uudestaan. Laadullisessa tutkimuksessa valitaan ensin selvitystä kaipaava aihe, jolle esitetään käytännön perustelu. Laadullisen tutkimuksen tavoitteena on tuottaa mahdollisimman yksityiskohtaista ja runsasta tietoa aiheestaan. Aineiston ja teorian välinen vuoropuhelu on yksi laadullisen tutkimuksen piirteistä. Tyypillisiä aineistonkeruumenetelmiä ovat haastattelut, dokumenttiaineistot tai havainnoinnin eri muodot. Metodien yhdisteleminen on myös tavallista. (Juuti & Puusa 2020.)

Pitkälti laadulliseen tutkimusperinteeseen lukeutuva toimintatutkimus yhdistää teoriaa ja käytäntöä. Se tähtää toimintatapojen käytännönläheiseen muutokseen ja kehittämiseen. Tutkija osallistuu tyypillisesti myös itse toimintaan yhdessä toimijoiden kanssa ja tarkastelee toimijoiden omaksumia kokemuksia ja näkökantoja. Lisäksi tutkija ohjaa toimijoita refleктоimaan käytäntöjään. Toimintatutkimukseen kuuluu käytännön tason muutostoimien lisäksi tiedon kerääminen ja analysointi tieteellisin tutkimusmenetelmin. (Juuti & Puusa 2020.)

Haastattelun tavoitteena on kerätä aineisto, jonka avulla pystytään tekemään uskottavia päätelmiä tutkimuksen aiheesta. Erilaiset haastattelulajit poikkeavat toisistaan sen mukaan, kuinka paljon kysymykset ohjailevat vastaajaa. Strukturoidussa ja puolistrukturoidussa haastattelussa kysymykset esitetään kullekin haastateltavalle samassa järjestyksessä. Strukturoidussa haastattelussa on valmiit vastausvaihtoehdot, kun taas puolistrukturoidussa haastattelussa kysymykset ovat avoimia. Jos tutkija osaa esitellä kysymyksensä niin, ettei haastateltavalla tarvitse olla tutkijan lailla kokonaisvaltaista ymmärrystä aiheesta, on haastattelu hyvä keino abstraktien ilmiöiden tutkimiseen. (Juuti & Puusa 2020).

Tämän tutkimuksen haastattelu oli strukturoidun ja puolistrukturoidun välimaastossa. Se sisälsi sekä valmiita vastausvaihtoehtoja, että avoimia kysymyksiä. Haastattelu toteutettiin lomakekyselyllä viimeisen harjoituskerran jälkeen. Laadin haastattelun tukemaan havainnointia lisätäkseen tulosten ja tutkimuksen luotettavuutta.

Havainnointia voidaan käyttää ensisijaisena aineistonkeruumenetelmänä tai sillä voidaan tukea jotain muuta menetelmää. Osallistuvassa havainnoinnissa tutkija vaikuttaa toiminnallaan tutkittavaan ilmiöön. (Juuti & Puusa 2020). Sosiaalisista vuorovaikutustilanteista tulee osa tiedonhankintaa tutkijan toimiessa aktiivisesti tutkimuksen tiedonantajien kanssa. Tutkijan aktiivinen

vaikuttaminen tilanteisiin on perustellumpaa tutkimuksen näkökulman ollessa toimintatutkimuksellinen. Havainnointi sopii aineistonkeruumenetelmäksi etenkin, jos tutkimuksen aiheesta löytyy vain niukasti tietoa. Haastattelu ja havainnointi voivat yhdessä tukea toisiaan. (Tuomi & Sarajärvi 2018.)

Harjoitustuokioiden havainnointi oli osallistuvaa. Toimin tutkijan roolin lisäksi opettajan roolissa ja ohjasin toimintaa. Tein tarkat tuntisuunnitelmat etukäteen. Harjoitustuokioiden aikana pyrin havainnoimaan mahdollisimman tarkasti mitä ryhmäläisten ääntöväylissä tapahtuu ja miltä harjoitukset kuulostavat. Esitin ryhmäläisille myös kysymyksiä tuokioiden aikana havaintojeni tueksi. Kysymysten ja havaintojeni avulla pyrin ohjaamaan ryhmäläisiä kohti toivottuja tavoitteita. Havainnoinnin tueksi jokainen harjoituskerta videoitiin. Videoinnin avulla pystyin havainnoimaan myös omaa toimintaani. Tämä teki reflektoinnista helpompaa ja lisäsi havainnoinnin luotettavuutta. Lisäksi pidin harjoituskerroista ja niissä tapahtuvista havainnoista päiväkirjaa. Jokaisen harjoitustuokion päätteeksi kirjoitin tiivistelmän havainnoista, tuokioiden kulusta ja tuloksista.

5.4 Aineiston analyysi

Litteroin videomateriaalin ja kyselyn vastaukset. Analysoin videomateriaalin, kyselyn ja havainnot teemoittelemalla. Tiivistin videomateriaalin luettavaan muotoon. En litteroinut materiaalia sanatarkkaan, vaan jätin pois tutkimuksen kannalta epäolennaiset asiat ja kirjoitin lauseet kieliopillisesti oikeaan muotoon. Tiivistin kyselyn vastaukset kieliopillisesti järkeviksi lauseiksi. Tämän jälkeen analysoin videomateriaalista, kyselystä sekä havaintopäiväkirjasta syntyneen tekstimassan.

Teemoittelussa aineistosta paikannetaan ja erotellaan tutkimusongelmalle merkittävät aiheet. Teemakokonaisuudet voivat kohota aineistosta tai ennalta määriteltyjen teemojen perusteella. Tavoitteena on löytää yhteisiä nimittäjiä aineistosta sitä yhdistelemällä. (Juuti & Puusa 2020.)

Pyrin paikantamaan ja esittelemään aineistosta kunkin harjoituskerran aiheet, harjoitukset perusteluineen, tulokset sekä kehitysideat. Sekä kyselyssä että havainnointia tukeneissa päiväkirjassa ja videomateriaalissa toistuivat seuraavat teoriaan pohjautuvat teemat: ääntöväylän muokkaamisen vaikutus sointiin, vokaalien ja konsonanttien yhdistelmät resonanssin apuna, twang, vastakohtien avulla harjoittelu ja mielikuvat. Alateemoiksi lukeutui kielen, leuan ja pehmeän kitalaen vaikutukset resonanssiin. Harjoitusten toimivuus, sävelalueen merkitys harjoittelussa ja selkeä

ohjaaminen olivat aineistoon pohjautuvia teemoja. Aineistoon pohjautuvat alateemat olivat harjoittelun onnistumiset, harjoittelun haasteet ja yksilökohtaisuus.

5.5 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Tietoperustan lähdeaineisto koostui pääasiassa tieteellisistä julkaisuista ja ammattikirjallisuudesta ja lähteisiin viitattiin asianmukaisella tavalla. Toiminnallisen osuuden harjoitukset kehiteltiin harkiten ja perustellen tietoperustan pohjalta. Aineistonkeruumenetelmänä käytin havainnointia ja haastattelua. Tieteellisessä tutkimuksessa havainnoinnin on oltava systemaattista, järjestelmällistä, luokiteltua ja eriteltyä, etukäteen rajattua ja harkitusti valikoitunutta. Ilman tätä riskinä on muun muassa havaintojen virhetulkinta, väärät johtopäätökset, muistivirheet ja arvailu. (Valli, 2018.) Kirjoitin jokaisen harjoituskerran havainnoista päiväkirjaa ja videoin harjoitustilanteet, mikä lisää tutkimuksen luotettavuutta. Perusteellisuus tulosten raportoinnissa lisää tutkimuksen läpinäkyvyyttä (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Harjoitustuokioiden sisällöt on raportoitu tarkasti ja avoimesti.

Toimintatutkimuksessa ei tarkastella toimintaa sellaisenaan, vaan tutkija pyrkii vaikuttamaan siihen. Tutkija ei näin ollen ole varsinaisesti puolueeton, koska hän tulkitsee tilanteita omasta näkökulmastaan. Tutkimuksessa tulisikin huomioida kaikkien mukana olleiden näkemykset. (Valli, 2018.) Koska havainnointini oli toimintatutkimukselle tyypilliseen tapaan osallistuvaa, teetin osallistujille kyselyn havainnoinnin tueksi. Näin pystyin huomioimaan ja tuomaan esille testiryhmäläisten näkemyksiä entistä tarkemmin. Kyselyn runko on liitteenä raportin lopussa. Osallistuvan tutkijan on osattava reflektoida erottaa ihmisenä ja tutkijan roolissa tehdyt havainnot toisistaan (Valli, 2018). Harjoitustuokioiden videoinnin avulla saavutettiin mahdollisuus syvällisempään reflektointiin.

Tutkimukseen osallistuvat henkilöt osallistuivat tutkimukseeni vapaaehtoisesti. Osallistujat pysyivät anonyymeinä ja tiedot käsiteltiin luottamuksellisesti. Osallistujat saivat etukäteen tiedotteen, jossa kerrottiin tutkimuksen tarkoituksesta ja harjoitustuokioiden sisällöstä. Tiedotteessa kävi ilmi myös tutkimuksen tekijä, taustaorganisaatio ja henkilötietojen käsittely tutkimuksessa. Osallistujilta pyydettiin lupa harjoitustuokioiden videointiin.

6 Tulokset

6.1 Testiryhmä

Koska tarkoitus oli keskittyä enimmäkseen ääntöväylässä tapahtuviin resonanssiin vaikuttaviin tekijöihin, halusin koota testiryhmän harrastajalaulajista, joilla oli jo aikaisempaa kokemusta laulutunneista ja joille hengitys, tuki ja lauluasento olivat ennestään tuttuja asioita. Kurkunpään on päästävä liikkumaan vapaasti, jotta resonoituminen onnistuisi (Koistinen 2003, 55). Tämä edellyttää oikeanlaista hengitystekniikkaa, jota taas edellyttää oikeanlainen lauluasento.

Testiryhmä muodostui kolmesta harrastajalaulajasta, joista kaksi on harrastanut laulua yli 5 vuotta, yksi alle 5 vuotta. Kukin ryhmästä kertoi teettämässäni kyselyssä harjoittelevansa laulamista 1–3 tuntia viikossa. Kahdella ryhmästä oli jonkinlainen käsitys resonanssista ja etisestä soinnista entuudestaan. Yksi oli kuullut aiheista, mutta tieto niistä oli vielä vähäistä.

6.2 Ensimmäinen harjoituskerta

Ensimmäisen harjoituskerran aiheena oli yleinen tutustuminen resonanssiin käsitteenä ja käytännössä, sekä i-vokaalin toimivuuden testaaminen erilaisin harjoittein. I-vokaalin avulla pyrittiin saamaan ääni soimaan edessä. Mikäli nielu pysyy avarana, i soi kirkkaasti ja etisesti luonnostaan (Koistinen 2003, 81). I-vokaalin käyttö yhdistettiin soiviin m- n ja ng- konsonantteihin. Soivissa konsonanteissa, eli nasaaleissa ilma virtaa ulos vain nenän kautta (Koistinen 75; Laukkanen & Leino 62). M, n ja ng aktivoivat resonanssia (Koistinen 2003, 80).

Aloitin ensimmäisen harjoituskerran kertomalla testiryhmäläisille hieman tulevan session sisällöstä. Varsinainen harjoittelu aloitettiin keskustelemalla siitä, mitä ”resonanssi” tarkoittaa sekä yleisesti, että laulaessa. Testiryhmäläiset saivat kertoa omat ajatuksensa resonanssista, jonka jälkeen lisäsin faktaa ryhmäläisten käsityksiin tutkimuksen tietoperustan pohjalta. Kerroin ääntöväylästä ja sen ontelorakenteista, jossa resonoituminen tapahtuu. Resonanssi ei ollut täysin vieras käsite entuudestaan ryhmäläisille.

Harjoittelu jatkui käytännön demonstraatioilla. Ryhmäläiset saivat aluksi kokeilla, kuinka ukulelen kaikukoppa värisee kielten soidessa. Tämän jälkeen aistittiin resonanssi värinä omassa kehossa.

Aluksi testailtiin matalia ja korkeita säveliä m-kirjaimen avulla eri kehon alueita omalla kädellä kokeillen, jotta mahdollinen värinäaistimus löytyisi. Matalat sävelet tuntuivat värinänä pääosin rinnan, kaulan ja niskan alueella, mutta myös leukaperissä ja suun alueella. Kun harjoitus tehtiin reippaammalla äänenvoimakkuudella, aistimus oli selkeämpi ja alkoi tuntua myös enemmän suun ja kasvojen alueella suun lähistöllä. Tästä voi päätellä, että saadakseen äänen soimaan, tarvitaan tukea ja sopivasti ilmanpainetta. M-kirjain koettiin hyväksi nimenomaan soinnin eteenpäin ohjaamisessa. Korkeammat sävelet alkoivat tuntumaan värinänä kasvoilla, nenän ja poskien alueella. Myös kaulan alueen värinä säilyi.

Seuraavaksi kokeiltiin, missä kohtaa kehoa a-, u- ja i-vokaalien luonnolliset resonanssipaidat voiaistia. Tarkoituksena oli myös löytää vokaali, joka soi etisimmin. A-vokaalissa värinän aistittiin parhaiten kaulan alueella. U-vokaali aistittiin lisäksi niskassa ja takaraivossa. I-vokaalissa värinä saatiin tuntumaan selkeästi kasvojen alueella. Yhdellä testiryhmästä aistimus oli selkeästi voimakkain nenän ja poskionteloiden alueella, kahdella laajemmin kasvoilla ulottuen leukaperiin saakka. Alunperin oli tarkoitus kokeilla kaikkia vokaaleja, mutta ajankäytön virheellisen arvioinnin vuoksi jätiin osan pois. Tärkeintä oli valjastaa i-vokaali käyttöön, sillä seuraavat harjoitukset tehtiin sitä hyödyntäen.

Tämän jälkeen kokeiltiin hakea resonanssia puheen kautta yhdessä ja yksitellen sanomalla ”mim-mi”. Sen avulla saatiin selkeä tuntuma resonanssista kasvojen alueella. Harjoitusta jatkettiin laulamalla yhdellä sävelellä puhetaso korkeudelta ”mim-mim-mim”. Seuraavaksi testattiin leuan vaikutusta sointiin ja ääneen. Sama harjoitus laulettiin aluksi ”väärin” pitämällä leuka kireänä ja takahampaat lähes yhdessä, jonka jälkeen tiputettiin leuka rennoksi ja toistettiin harjoitus. Tämä harjoitus koettiin ryhmässä tehokkaaksi. Vastakohtien kautta sai selkeämmän kuvan siitä mitä haettiin. Ryhmäläiset vertailivat rennon ja kireän leuan vaikutuksia todeten, että rento leuka lisää sointia, saa äänen kuuluvammaksi ja tekee laulamista helpompaa. Harjoitusta jalostettiin edelleen laulamalla tavut asteikkoa pitkin terssille ja takaisin. Fokus oli soinnin ohjaamisessa m-konsonantin avulla kasvojen alueelle, sekä leuan rentoudessa. Seuraavaksi harjoitukseen lisättiin samalla sävelkululla ”mii-ii-ii-ii-ii”. Ryhmäläiset kokivat, että pelkkä ”mii-ii-ii-ii-ii” ilman m-konsonanttia tavujen välissä tuntui helpommalta, sillä siinä ääni soi vapaammin. Jälkimmäisessä harjoituksessa suu onkin pidempään auki ja leuka helpompi pitää rentona, jolloin resonanssitila on suurempi.

Samaa harjoitusaihiota testailtiin myös vaihtamalla m-konsonantti n- ja ng-konsonantteihin. N tuntui osasta ryhmää helpommalta. Koska n-äänteessä ei tarvitse sulkea suuta, on leuka helpompi pitää rentona. Tämä saattaa vaikuttaa osaltaan n-i-yhdistelmän suosioon. Eräs ryhmäläinen piti mielikuvasta, jossa ikään kuin nojataan n-äänteeseen, jonka seurauksena myös i:n saa soimaan vielä helpommin edessä. Ng-äännettä haettiin aluksi sanoilla kangas ja kengät, jonka jälkeen kokeiltiin ng-i-yhdistelmiä. Ng-äänne saatiin soimaan kasvojen alueella, mutta osa koki sen hieman haastavaksi. Eräs ryhmäläisistä pohti, että tämä voisi johtua ng-äänteen sijainnista yleensä sanojen keskellä, jolloin sillä laulamisen aloittaminen saattaa tuntua vieraalta. Ng-äänne voisi siis olla käyttökelpoinen, mikäli siihen tottuisi. Yhdelle ryhmästä ng-i-yhdistelmät toimivat parhaiten. Hänelle m ja n tuntuivat paikoitellen haastavilta, koska ne tuntuivat erityisesti korkeissa äänissä tukkoisilta ja osittain estivät äänen vapaan soinnin. Koistisen mukaan (2003, 80) m-äänne laskee kurkunpäättä. Ei siis ihme, jos se tuntuu korkeissa äänissä hankalammalta. N-konsonantin muodostaa kielen liikkeet, jotka saattavat herkästi muuttua mukavuusalueen yläpuolella. ”Mim-mim-mim”-harjoituksessa taas suun sulkeminen ja avaaminen saattavat aiheuttaa kireyttä leuassa, jolloin laulaminen vaikeutuu. Leuan kiristyminen taas voi aiheuttaa muun muassa kielen kannan painautumisen nielua kohden, joka estää resonoitumisen (Koistinen 2003, 77). Suurta eroa m:n ja n:n välillä ei huomattu soinnin kannalta, mutta n-harjoitukset tuntuivat keskimäärin helpoimmilta.

Kaiken kaikkiaan, m-, n-, ng- ja i-harjoitukset vaikuttivat etisen resonanssin kannalta toimivilta harjoituksilta muutamien poikkeuksin. M oli erinomainen resonanssin herättäjä, mutta esimerkiksi ”mim-mim-mim”-harjoituksessa suu jäi herkästi melko kiinni, joten harjoituksessa on syytä kiinnittää huomiota leuan rentouteen. Korkeita ääniä laulaessa m ei välttämättä ole ideaalein vaihtoehto. Koistisen (2003, 80) mukaan m herättää suu- ja rintaresonanssia, kun taas n- ja ng-äänteet herättävät nenä- ja rintaresonanssia. Onkin siis loogista, että m toimii parhaiten rintarekisterin alueella. Ng ja n voisivat olla parempia korkeiden sävelten kohdalla, joskin ng-äänne harjoittelussa saattaa vaatia totuttelua. Harjoituksia kannattanee tehdä aluksi kapealla sävelalueella niin, että ne saadaan toteutettua mahdollisimman laadukkaasti. Sen jälkeen sävelaluetta voi lähteä pikkuhiljaa laajentamaan.

6.3 Toinen harjoituskerta

Toisen harjoituskerran aiheena oli kielen ja pehmeän kitalaen vaikutus resonanssiin, sekä y-vokaalin toimivuuden testaaminen etisyyden saavuttamisessa. Myös y-vokaali soi etisenä ja kirkkaana

luonnostaan (Koistinen 2003, 81). Lisäksi pohdittiin ja havainnoitiin, kuinka etinen ja takainen resonanssi eroavat toisistaan.

Harjoituskerta aloitettiin pohdiskelemalla, mitä viime kerrasta jäi mieleen. Resonanssin aistiminen kehossa ja kasvoilla, sekä ng-i-yhdistelmä mainittiin ryhmäläisten keskuudessa. Tämän jälkeen kerroin päivän aiheesta. Harjoittelu aloitettiin m-, n- ja ng-liuúilla lämmitellen terssiltä perusäänelle. Lämmittelyn jälkeen demonstroin a-vokaalilla, kuinka ääntöväylän asetukset voivat vaikuttaa siihen, miltä ääni kuulostaa. Sadolinin (2009) mukaan kieltä supistamalla saadaan aikaan ”klassiselta” kuulostavat vokaalit. Leveä kieli puolestaan vaalentaa äänen väriä. Korkea pehmeä kitalaki tummentaa äänen väriä, kun taas rentoutunut pehmeä kitalaki vaalentaa sitä. (Sadolin 2009, 166–169.) Resonanssitaajuudet nousevat ja saavat äänen kuulostamaan heleämmältä ja kirkkaammalta ohjaamalla kieltä edemmäs suuta (Laukkanen & Leino 1999, 85). Aluksi tuotin a:n korkealla kitalaella, supistetulla ja suun taakse viedyllä kielellä, tarkoituksena aikaansaada takainen sointi. Tämän jälkeen tein saman niin, että kitalaki oli rauhallinen, kieli leveämpi ja tuotuna suun etuosaan, pyrkimyksenä saada ääni soimaan edessä. Ryhmäläiset kuulivat selkeän eron. Jälkimmäinen tapa toi äänen edemmäs soimaan. Seuraavaksi ryhmäläiset pääsivät itse kokeilemaan samaa. Tässä yhteydessä kerroin hieman klassisen ja pop/jazz-laulun eroista ääntöväylän tasolla. Kerroin kuinka erityisesti klassisessa laulussa toivotaan pehmeän kitalaen korkeaa asentoa ja toisaalta kurkunpään matalaa sijaintia, jotta ääni resonoi mahdollisimman isosti ja kantaisi kauas. Kerroin myös, kuinka toisaalta pop/jazz-laulussa on mahdollista saada ääntöväylän verrattain kapeammilla asetuksilla hyvinkin voimakasta ääntä suoraan eteen. Mainitsin, että koska kevyttä musiikkia lauletaan yleensä äänentoiston läpi, kun taas klassista akustisesti, on laulutapa erilainen. Toisaalta usein myös musiikkityyli sanelee laulutyylin ehdot. Voisi olla hankalaa laulaa klassisella tavalla esimerkiksi nopearytmistä funk-kappaletta.

Seuraavaksi kokeilimme aktivoida pehmeää kitalakea hämmästyksellä, sekä suurentamalla sieraimia. Sadolinin (2009, 169) mukaan suurentamalla sieraimia olisi mahdollista saada tuntuma pehmeään kitalakeen. Harjoitus jatkui edelleen testailemalla a-vokaalia vuoroin korkealla, vuoroin matalalla kitalaen asetuksella. Harjoitusta tehtiin yhtä aikaa ja vuorotellen. Kyselin ryhmäläisiltä, kumpi tapa tuntuu itselle tutummalta tai luonnollisemmalta. Yksi ryhmäläisistä koki, että oma tapa on ollut mahdollisesti jotain näiden kahden väliltä. Kahden ryhmäläisen mielestä etinen lähestymistapa tuntui luonnollisemmalta, mutta heille oli uutta, että pehmeän kitalaen ei välttämättä

tarvitse olla niin korkealla kevyttä musiikkia laulaessa. A-vokaalia testailtiin vielä näillä tavoilla vuorotellen laulaen. Eräs ryhmäläisistä mainitsi, että takaisessa versiossa pitää tehdä enemmän asioita, kun etisessä ei tarvitse tehdä juuri mitään. Etinen ja takainen sointi erottui kuulokuvassa selkeästi toisistaan. Ryhmäläiset olivat yhtä mieltä siitä, että etinen tapa tuntui luonnollisemmalta. Tässä oli teemana vastakohtat.

Tämän jälkeen vaihdettiin vokaalia a:sta i:hin laulamalla a-i yhdellä sävelellä. Ohjasin ryhmäläisiä kiinnittämään huomiota siihen, mikä osa ääntöväylästä liikkuu harjoituksen aikana. Kaikki havaitsivat, että ääntöväylän liikkuva osa on kieli. Kiinnitimme huomiota siihen, kuinka kieli hieman nousee ja levenee i:ssä. Samalla se tuo sointia edemmäs. Yritimme myös testailla i-vokaalilla, miten kielen asennon muuttaminen vaikuttaa sointiin vuorotellen leventämällä ja kaventamalla kieltä. Tämä harjoitus koettiin vaikeaksi. Kielen kaventaminen tuntui ryhmäläisistä hankalalta. Kuitenkin tuloksiin päästiin, ja ero kuultiin. Leveämpi kieli aikaan sai etisemmän soinnin. Jälkikäteen ajateltuna, i-vokaali ei ollut tähän harjoitukseen paras mahdollinen. Olisin myös voinut ohjeistaa vielä selkeämmin sen, ettei luonnostaan leveällä kielen asennolla muodostetun i-vokaalin tarvitse olla selkeän kuuloinen kielen kaventuessa. Seuraavaksi testailtiin kuinka kielen asento vaikuttaa sointiin tuomalla kieli vuoroin eteen, vuoroin taakse. Tämä oli helpompaa ja eteen tuotu kieli havaittiin tuovan soinnin edemmäs.

Tuokio eteni aktivoimalla jälleen kitalaki ng-i-ng-harjoituksella, jonka jälkeen kokeiltiin i-vokaalia korkealla kitalaella ja rauhallisemmalla kitalaella. I:ssä korkean ja matalamman pehmeän kitalaen erot eivät tuntuneet yhtä selkeiltä, kuin a:ssa. Tämä saattaa johtua siitä, että i:ssä kieli on korkeammalla, jolloin ääntöväylä ei lähtökohtaisesti ole yhtä avara. Seuraavaksi pyrittiin hakemaan mahdollisimman etinen sointi rauhallisemmalla kitalaella ja eteenpäin tuodulla kielellä. Kieli tuotiin nojaamaan alahampaisiin.

Seuraavaksi oli vuorossa y-vokaali. Myös y-vokaali soi etisenä ja kirkkaana nielun ollessa tilava (Koistinen 2003, 81). Teimme aluksi y-liukuja perusääneltä sekunnin päähän ja takaisin. Vertasimme i:tä ja y:tä keskenään. I tuntui helpommalta toteuttaa kaikkien mielestä, mutta y toisaalta tehokkaammalta. Erään ryhmäläisen mielestä y:ssä oli hankalaa huulten asento. Se sai suun alueen tuntumaan jäykemmältä. Kuitenkin y koettiin hieman soivammaksi verrattuna i:hin.

Jatkoimme harjoittelua toistamalla samoja harjoituksia kuin edellisellä harjoituskerralla, mutta vaihtamalla vokaalin i:stä y-vokaaliin. Aluksi kokeilimme ”mym-mym-mym”-harjoitusta, jota laulettiin asteikkoa pitkin perusääneltä terssille ja takaisin. Varioimme harjoitusta vaihtamalla m-konsonantti n- ja ng-konsonantteihin. Tämän jälkeen teimme ”myy-yy-yy”-liukuja perusääneltä terssille ja takaisin. Myös tätä harjoitusta varioitiin vaihtamalla konsonantteja n- ja ng-äänteisiin. Yksi oppilaista koki n-y-yhdistelmät näistä parhaiksi. Harjoitus tuntui hänestä vaivattomalta ja tuntui rennoimmalta huulissa. Hän ei huomannut kuitenkaan suurta eroa m-y:n ja n-y:n välillä. Ng-y:n hän koki vähiten luontevaksi. ”Nyy-yy-yy”-harjoitus oli kunkin ryhmäläisen mielestä mukavin ja helpoin tuottaa.

Siirryimme eteenpäin harjoittelemalla i-y-yhdistelmiä. Kiinnitimme huomiota aluksi siihen, että tässä harjoituksessa ääntöväylän liikkuvin osa oli huulet. Kielen asento ei muuttunut merkittävästi. Aluksi lauloimme yhtä säveltä i-y-i-y-i-äänteillä. Tätä jatkettiin laulamalla samoja äännteitä asteikkoa pitkin terssille ja takaisin perusääneen nostamalla jokaisen harjoituksen jälkeen lähtösäveltä puolikkaalla sävelaskeleella. Kokeilimme samaa myös niin, että vaihdoimme vokaalien järjestystä niin, että y oli ensimmäisenä: ”y-i-y-i-y”. Näitä kokeiltiin vuorotellen tarkoituksena havaita, onko niissä jonkinlaista soinnillista eroa. Y:llä alkava harjoitus koettiin yksimielisesti tehokkaammaksi. Ryhmäläiset kokivat, että y:llä sai soinnin välittömästi eteen. Kuitenkaan suurta eroa ei harjoitusten välillä ollut ja myös i:llä alkavaa harjoitusta pidettiin toimivana.

Kaiken kaikkiaan, sekä i-, että y-vokaali koettiin hyviksi työkaluiksi etistä sointia harjoitettaessa, joskin y on hieman hankalampi tuottaa huulten liikkeiden vuoksi. Y kuitenkin koettiin toimiessaan jopa soivammaksi kuin i. Tärkeää olisi miettiä, mihin harjoitus tähtää. Jos tähtää etiseen sointiin y-vokaalilla, mutta huomio menee enimmäkseen huulten asennon etsimiseen, on sointiin hankalampi keskittyä. Oppilaan oman harjoittelun tueksi ja työkaluksi lähtisin tarjoamaan ainakin alkuun sellaista harjoitusta, mikä tuntuu oppilaasta luontevimmalta ja sujuvimmalta. Toisaalta rentojen ja aktiivisten huulten harjoittelukin on tärkeää. Esimerkiksi i-y-yhdistelmät voisivatkin olla potentiaalinen harjoitus huulten aktivointiin, ja vasta myöhemmin voisi keskittyä sointiin enemmän.

6.4 Kolmas harjoituskerta

Alun perin olin ajatellut, että yhtenä kolmannen harjoituskerran teemoista olisi huulten vaikutus sointiin, mutta tietoperustaa kootessani kiinnostuin kuitenkin enemmän muun muassa

kokonaisvaltaisen äänenkäytön tekniikan (Complete Vocal Technique), eli CVT:n eräästä perusperiaatteesta, twangista. Sadolinin (2009) mukaan ääneen saadaan niin kutsuttua twangia kaventamalla kurkunpään eteistä viemällä kannusrustoja lähemmäs kurkunkantta. Twang saa äänen kuulostamaan selkeämmältä, kirkkaammalta ja äänensävyyn vaaleammalta sitä enemmän, mitä kaapeammaksi kurkunpään eteistä muokataan. Twangin avulla ääneen saadaan myös voimakkuutta. Jotta twangin oppisi löytämään, kannattaa se aluksi muodostaa mahdollisimman voimakkaana, niin kutsuttuna ääri-twangina. Ääri-twang voidaan löytää helpoiten esimerkiksi matkimalla pikkuvauvaa tai noita-akkaa, jolloin ääni kuulostaa läpätunkevalta ja terävältä. (Sadolin 2009, 51.) Koska äänen sävyt mainittiin kuuluvan twangin vaikutuspiiriin, halusin testata voisiko twangia lisäämällä saada äänen soimaan etisemmin.

Harjoituskerrat muut teemat olivat i- ja y-vokaalien yhdistäminen ä-vokaalin kautta a-takavokaaliin pyrkimyksenä saada takavokaalikin soimaan etisemmin. Lisäksi muistelimme aiempien harjoituskertojen hyväksi havaittuja harjoituksia ja kokeilimme sekä niiden, että uusien tällä kerralla kokeiltujen harjoitusten yhdistämistä käytäntöön, eli kappaleen laulamiseen sanoilla. Kappaleet olivat ryhmäläisten sillä hetkellä laulutunneilla työstettäviä lauluja.

Kolmannella harjoituskerralla yksi oppilaista oli sairaana, joten ryhmäläisiä oli tässä sessiossa vain kaksi. Kävimme kolmannen ryhmäläisen kanssa läpi harjoituskerran sisältöä myöhemmin yksityislaulutunnilla. Harjoituskerta aloitettiin kertaamalla päivän aihe. Selvitin myös ryhmäläisille kiteytetysti mitä twangilla tarkoitetaan, ja mistä käsite on peräisin. Varsinainen harjoittelu aloitettiin hakemalla ääri-twangia. Demonstroin ryhmäläisille ääri-twangia ääntelemällä ä-vokaalilla. Lähdimme ryhmäläisten kanssa kokeilemaan löytyisikö twang ivallisella lällätyksellä ”nän-nän-nän-nän-näänää”. Lisäsimme mielikuvan noita-akasta lällätykseen. Haimme twangia välillä myös pelkällä ä-vokaalilla noita-akkaa matkien ja palasimme lällätysharjoitukseen. Testasimme samaa harjoitusta myös vaihtamalla ä-vokaalin i-vokaaliksi. Tämän jälkeen kokeilimme yhdistää ”nän-nän-näänää”-harjoituksen kunkin oppilaan harjoiteltavassa kappaleessa olevaan fraasiin.

Toisella ryhmäläisistä oli työn alla Scandinavian Music Groupin ”Näin minä vihellän matkallani”-kappale, josta harjoittelimme kertosäkeen fraasia ”näin minä vihellän matkallani”. Oppilas teki aluksi ”nän-nän-näänää”-harjoituksen samalta sävelkorkeudelta, jolta alkoi laulamaan fraasia ”näin minä vihellän matkallani”. Tarkoitus oli tuottaa ääni samalla tavalla voimakasta twangia käyttäen

fraasissa, kuin sitä alustavassa harjoituksessa. Harjoitusta pilkottiin vielä palasiksi niin, että ensin laulettiin ”nän-nän-nää” fraasin aloituskorkeudelta, sitten ”näin” ja lopuksi koko fraasi ”näin minä vihellän matkallani”. Tähdätessään ääri-twangiin oppilas löysi riittävän ja sopivalta tuntuvan määrän twangia äänenkäyttöön. Harjoitus poisti äänentuotosta lievää huokoisuutta ja toi fraasiin kiinteyttä ja voimaa, mikä vaikutti äänen kokonaisvaltaiseen sointiin suotuisasti. Aiemmin pääresonanssipainotteinen ääni soi nyt paremmassa rinta- ja pääresonanssin balanssissa ja ääni soi myös etisemmin. Lisäksi oppilaan kasvot ja huulet aktivoituivat harjoituksen aikana äänenkäytölle suotuisasti.

Toisen ryhmäläisen harjoiteltava kappale oli Adelen ”Someone Like You”, josta harjoittelimme kertosäkeen fraasin osaa ”never mind, I’ll find”. Aluksi oppilas teki ”nän-nän-nää”-harjoituksen pyrkimällä mahdollisimman voimakkaaseen twangiin. Harjoitus tehtiin samalta sävelkorkeudelta, josta kappaleen fraasi lähtisi. N sai oppilaan nenän tuntumaan tukkoiselta tällä sävelkorkeudella. Kokeilimme harjoitusta pari sävelaskelta matalammalta, sillä kyseisen fraasin sävelet sijoittuivat juuri oppilaan pää- ja rintarekisterin ylimenoalueelle. Nostimme harjoitusta hiljalleen asteikkoa pitkin sävelaskel kerrallaan takaisin kappaleen sävellajiin. Tämän jälkeen vaihdoimme ä-vokaalin e-vokaaliin harjoittelemalla sanaa ”nen-nen-nee”, koska harjoiteltavan fraasin ensimmäinen tavu oli ”ne”. Kokeilimme laulaa vuorotellen ”nen-nen-nee” ja ”never mind”. Lopulta oppilas lauloi vielä perään koko fraasin. Havaitimme, että ääri-twangin etsiminen saattaa aiheuttaa helposti leuan ylimääräistä kiristymistä. Tämä saattaisi johtua siitä, että ääri-twang on harvalle tuttu tai luontainen tapa tuottaa ääntä. Keskittyminen pelkästään siihen, miltä ääni kuulostaa tekee muiden äänentuottoon liittyvien tekijöiden kontrolloinnista vaikeampaa. Harjoitus todettiin kuitenkin käyttökelpoiseksi, ja oppilas mielsi sen peräti helpoksi oikeiden asetusten löytyttyä.

Havaintojeni perusteella ääri-twangia harjoittamalla parhaimmillaan voi löytyä ideaali määrä twangia ääneen, joka saa äänen soimaan laadukkaasti, etisesti ja kiinteästi. Twangia harjoiteltaessa pitää kuitenkin olla tarkkana, ettei voimakasta ääntä tuoteta haitallisella tavalla esimerkiksi puskemalla liiallisella kurkunpään alapuolisella paineella, joka tuntuu kiristyksenä kurkussa ja saattaa pahimmassa tapauksessa pitkään harjoiteltaessa jopa vahingoittaa äänihuulia. Kun ohjeet eivät ole konkreettisia, vaan keskitytään vain siihen, miltä äänen tulee kuulostaa, tulee opettajan havainnoida entistä tarkemmin oppilaan toimintaa mahdollisten virhetoimintojen välttämiseksi. Kun

etsitään tietynlaista soundia, on myös hyvä muistuttaa oppilasta, ettei äänenkäytön tule missään muodossa tuntua epämukavalta.

Seuraavaksi harjoittelimme soinnin säilyttämistä etisenä eri vokaaleiden vaihtuessa laulamalla yhdellä sävelellä ”mim-mim-mii-ee-ää”. Tarkoituksena oli m:n avulla herättää resonanssia ja tuoda sitä eteen luonnollisesti etisesti soivien vokaaleiden kanssa. Tämän jälkeen vaihdettiin viimeinen vokaali a-vokaaliksi: ”mim-mim-mii-ee-aa”. Koistisen (2003) mukaan nielun ollessa väljä, vokaalit i, e ja y soivat luontaisesti edessä. Kun ne yhdistää ä- ja a-vokaaleihin, ne avustavat takaisempia vokaaleja resonoimaan niin ikään etisemmin. (Koistinen 2003, 81.) Varioimme harjoitusta edelleen vaihtamalla m-konsonantti n- ja ng-konsonantteihin. Ng-i-ng-i-ng-ii-ee-aa-harjoituksessa vaarana oli se, että ng-äänne yritetään tehdä huomaamatta leuan avulla. Leuan kuitenkin tulisi tässäkin harjoituksessa ”roikkua” rennosti paikallaan. Harjoituksen seuraavassa variaatiossa vaihdoimme i-vokaalin y-vokaaliksi ”mym-mym-myy-ee-ää” ja jatkoimme edelleen ”mym-mym-myy-ee-aa”. Harjoitusta kokeiltiin yhdessä ja erikseen. Toisella oppilaalla a-vokaali jäi alkuun taakse, mutta uudelleen kokeilemalla hän sai senkin soimaan edempänä. Kysyin oppilaalta mikä hänestä vaikutti asiaan, ja hän kertoi sen olevan kieli. Oppilas kertoi kiinnostävänsä huomiota siihen, ettei kieli lähde a:n mukana taakse päin, vaan pysyy yhtä edessä kuin muissakin vokaaleissa. Sama toistettiin vaihtamalla m-konsonantti n- ja ng-konsonanteiksi. Kaikissa harjoituksen variaatioissa saatiin aikaan soivaa ääntä ja ne koettiin toimiviksi. M- ja n-alkuiset harjoitukset koettiin mielekkäimmiksi ja i-vokaali koettiin y-vokaalia helpommaksi yhdistää muihin vokaaleihin. Tämä johtunee siitä, että i-, e-, ä- ja a-vokaaleissa huulten asetuksissa ei ole keskenään juurikaan eroa, kun taas y-vokaalissa huulet pyöristetään. Y koettiin edelleen kuitenkin hyvin soivaksi.

Viimeisessä osiossa muisteltiin mitä on harjoiteltu viime kertojen aikana ja yhdistettiin ne harjoiteltavien kappaleiden fraasien laulamiseen. Aluksi sanoimme fraasit puhuen, jonka jälkeen ne laulettiin. Aloitimme Adelen kappaleen fraasista ”never mind, I’ll find”. Ohjasin ryhmäläistä sanomaan fraasin reippaasti suurin piirtein samalta sävelkorkeudelta kuin laulaessa. Tämän jälkeen hän kokeili laulaa fraasin. Sama toistettiin, mutta lisäsimme väliin fraasin laulamisen pelkästään aloitussävelellä. Oppilas koki harjoitustilanteessa puheen tuottamisen vaikeammaksi kuin laulamisen, joten harjoitus ei tuntunut hänelle luontevalta. Tämä onkin hyvä ottaa huomioon, etenkin, jos on tarkoitus tuottaa puhetta eri korkeuksilta ja äänen voimakkuudella kuin tavallisesti, jolloin ääntely saattaa tuntua omituiselta ja muuttua jännittäväksi. Tämän tyyppiset harjoitukset saattavat osalla

ihmisistä onnistua parhaiten tilanteessa, jossa on mahdollisimman vähän kuulijoita läsnä. Lisäksi tässäkin osiossa minun olisi pitänyt huomioida se, että Adelen kappaleen fraasi oli juuri oppilaan pää- ja rintarekisterin ylimenoalueella, joka vaikeutti harjoittelua. Harjoittelu kannattaisi toteuttaa alkuun sävelalueella, jossa se on helpompi toteuttaa ja siirtyä siitä pikkuhiljaa kohti ylimenoaluetta.

Kokeilimme toisen ryhmäläisen kanssa samaan tyyliin fraasia ”näin minä vihellän matkallani”. Puheisuus tehtiin jälleen reippaasti suunnilleen samalta sävelkorkeudelta kuin kappaleessa. Toinen oppilaista koki puhumisen auttavan soinnin löytymisessä. Hänen kohdallaan puheen avulla saatiin ääneen hieman lisää voimaa ja kiinteyttä. Tämä vaikutti sointiin suotuisasti.

Jatkoimme harjoittelua kokeilemalla laulaa fraasien melodiaa erilaisilla n-konsonantin ja vokaalien yhdistelmillä. Aloitimme Adelen kappaleen fraasista. Ohjasin oppilasta laulamaan aluksi fraasin melodian n-i-yhdistelmällä ”ni-ni-nii-nii-nii”. Kokeilimme myös rytmisesti yksinkertaisempia variaatioita melodiasta. Palasimme alkuperäiseen melodiaan. Tämän jälkeen vaihdettiin vokaaliksi e, josta siirryttiin laulamaan suoraan sanoilla. E:n ja i:n välillä ei huomattu juurikaan eroa äänentuoannon kannalta. Fraasi soi etisesti.

Kokeilimme samaa myös toisen ryhmäläisen kanssa ”näin minä vihellän matkallani”-fraasiin. Aluksi kokeiltiin n-i-yhdistelmällä melodiaa, jonka yksinkertaistin neljäksi olennaisimmaksi säveleksi fraasissa. Ohjasin oppilasta laulamaan fraasin eteen ”nii-nii-nii-nii”. Tämän jälkeen hän lauloi fraasin sanoilla. Vaihdoin i-vokaalin ä-vokaaliksi ja jatkoimme samaan tyyliin. Tämäkin koettiin toimivaksi harjoitukseksi saada ääni soimaan etisemmin myös sanoilla laulaessa. Ryhmäläiset saivat vielä valita itse vokaalin ja konsonantin, joilla testailtiin fraasin laulamista samaan tyyliin. Kumpikin päätyi valitsemaan n-y-yhdistelmän. Toinen ryhmäläisistä päätyi siihen tulokseen, että y oli vokaaleista toimivin tässäkin harjoituksessa, vaikka erot muihin vokaaleihin eivät olleet suuria. Toinen ryhmäläisistä koki i:n mieleisimmäksi vokaaliksi ja pohti, että se voi olla myös päivästä kiinni mikä vokaaleista toimii parhaiten.

Lopuksi harjoiteltiin kappaleen kertosäkeitä niin, etten ohjannut ryhmäläisiä miettimään mitään tiettyä harjoitusta, vaan voisivat keskittyä haluamaansa asiaan tavoitteenaan laadukas soiva ääni. Harjoitusten jälkeen pohdittiin, mitkä asiat auttoivat saavuttamaan tavoitteen. Aloitimme Adelen

kappaleesta. Oppilas sai ensiyrityksellä kertosäkeen kuulumaan vaivattomasti, hyvällä äänenlaadulla ja soinnilla. Häntä auttoi mielikuva siitä, että ääni soi edessä ja kiinteästi. Lisäksi hän ajatteli kieltä ja yritti muistaa palauttaa sen eteen aina kun mahdollista. Myös toinen oppilas sai Näin minä vihellän matkallani-kappaleen kertosäkeen nopeasti toimimaan laadukkaasti ja soivasti. Hänkin ajatteli laulaessaan kielen asentoa ja lisäksi hän keskittyi leuan rentouteen. Hän aprikoi myös, että korkeisiin ääniin tulee mennä kevyemmin. Tällä hän todennäköisesti tarkoitti sitä, ettei ääntä tarvitse puskea, vaan vähempikin ilmanpaine riittää. Resonanssia hyödyntämällä voi potentiaalisesti päästä pienemmällä ääniraon alapuolisella ilmanpaineella ja adduktiovoimalla samaan tai jopa voimakkaampaan akustiseen lopputulokseen (Laukkanen & Leino 1999, 85). Oppilaat kokivat, että ovat hyötäneet harjoittelusta ja viimeinen harjoittelukerta päättyi mukavissa tunnelmissa. Kiitin oppilaita osallistumisesta.

6.5 Kyselyn tulokset

Omaa havainnointiani tukemaan teetin ryhmäläisille kyselyn, johon he saivat vastata viimeisen harjoitustuokion jälkeen. Kyselyn alussa oli perustietoja ryhmäläisistä, joista kerroin luvussa 6.1. Loput kysymyksistä liittyivät itse harjoitteluun.

Parhaiten toimivat harjoitukset etisen soinnin saavuttamiseksi olivat kaikkien ryhmäläisten mielestä n-i-yhdistelmät, sekä twangin avulla harjoittelemisen. Lisäksi kaksi kolmesta kokivat resonanssin aistimisen kasvojen alueella, m-y- ja n-y-yhdistelmät, y-i-yhdistelmät sekä vastakohtien kautta hakemisen etisen ja takaisen kielen avulla parhaiten toimivien harjoitusten joukkoon. Yksi kolmesta laski toimivimpien harjoitusten joukkoon myös resonanssin löytämisen puheen kautta, m-i-yhdistelmät, ng-i-yhdistelmät ja vastakohtien kautta hakemisen korkean ja matalamman, rauhallisen kitalaen avulla.

Koko ryhmä koki, että leveän ja kapean kielen välisen eron testailu etisen soinnin saavuttamiseksi ei ollut toimiva harjoitus. Lisäksi yksi kolmesta oli sitä mieltä, että resonanssin aistiminen kasvojen alueella sekä resonanssin löytäminen puheen kautta eivät olleet aikaansaaneet toivottuja tuloksia.

Eniten etisen soinnin löytämiseen vaikuttavia tekijöitä olivat kaikkien kolmen ryhmäläisen mielestä leuka. Kaksi kolmesta olivat valinneet lisäksi kielen asennon ja mielikuvat. Yksi kolmesta oli

valinnut myös tuen ja vastausvaihtoehdon ”joku muu, mikä?”, johon hän oli eritellyt resonanssin tunnustelun sormenpäällä kehossa.

Kyselyssä kysyttiin, kuinka ryhmäläiset hyötyivät harjoittelusta. Yksi ryhmäläisistä koki, että on opinnut hakemaan ja etistä sointia enemmän itsenäisesti ja havainnoimaan miltä se tuntuu ja mitä siinä tapahtuu. Lisäksi hän löysi itselleen sopivia harjoituksia. Toisen ryhmäläisen mielestä harjoittelu auttoi häntä pääsemään puhtaammin korkeisiin ääniin. Hän arveli, että twang toimisi hänen kohdallaan vastaavasti. Hän mainitsi myös kielen asennon vaikutukset sointiin. Kolmannen ryhmäläisen näkemyksen mukaan hän sai syvempää tietoa aiheesta, josta tiesi jo vähän etukäteen. Hän arveli hyötyvän tästä harjoitusten tekemisessä tulevaisuudessa. Itselleen uutena asiana hän mainitsi klassisen ja pop/jazz-laulun erot ja kitalaen asennot.

Harjoittelun haasteiksi yksi ryhmäläisistä mainitsi rentouden saavuttamisen harjoituksissa, jotka eivät tuntuneet luontevilta sekä tietyt kirjainyhdistelmät, jotka tukkivat nenäonteloita vaikuttaen sointiin epäsuotuisasti. Toinen ryhmäläisistä koki ng-alkuiset harjoitukset haastaviksi, mutta kuitenkin hyödyllisiksi. Kolmannen ryhmäläisen haasteena oli joidenkin samankaltaisten harjoitusten erojen tunnusteleminen, kuten n-y-yhdistelmät ja m-y-yhdistelmät. Hän koki, että toinen saattoi tuntua paremmalta, mutta oli vaikea hahmottaa miksi.

Kaikki ryhmäläiset olivat sitä mieltä, että harjoittelun ohjeistus oli selkeää, eivätkä he maininneet muutostarpeita. Eräs ryhmäläisistä mainitsi kokonaisuuden olleen ”kiva ja loogisesti sessioihin jaoteltu paketti”. Yksi ryhmäläinen koki mielikuvien auttavan harjoittelussa selkeän ohjeistuksen rinnalla. Myös se, että harjoittelu tapahtui pienessä ryhmässä yhdessä muiden laulua harrastavien kanssa, mainittiin mukavaksi lisäksi. Kaikki ryhmäläiset olivat sitä mieltä, että harjoittelu tuki aiemmin opittua.

7 Pohdinta

7.1 Tavoitteiden saavuttaminen ja merkittävimmät tulokset

Mielestäni tutkimukseni onnistui tavoitteissaan. Halusin selvittää tutkimuksessani, mitä etisyys käytännön tasolla tarkoittaa ja mitä se edellyttää. Etisen soinnin edellytysten selvittäminen vaati

minulta laajaa perehtymistä ääntöelimistön toimintaan, sillä moni osa-alue vaikuttaa lopulta resonanssin onnistumiseen.

Tutkimuksen tietoperustassa kerrottiin, että lauluäänen resonointi vaatii äänivärähtelyn äänihuulissa ja ontelot, joissa myötävärähtely tapahtuu (Aalto & Parviainen 1985, 65; Koistinen 2008, 53; Laukkanen & Leino 2011, 75). Jotta tämä onnistuisi laadukkaasti, tarvitaan hyvä lauluasento, sekä oikeanlainen hengitys (Koistinen 2003, 15). Näiden avulla valmistellaan kurkunpäälle optimaaliset olosuhteet, jotta äänihuulet pääsevät värähtelemään mahdollisimman taloudellisesti vastakkain (Koistinen 2003, 49). Ilmavirran ulostulon on oltava esteetön. Tähän vaikuttavat ääntöväylän asetukset, kuten kielen toiminta kapeikkoja ja virtaviivaisia reittejä muodostaen. (Koistinen 2003, 79.) Vertailu klassiseen lauluun auttoi hahmottamaan nimenomaan pop/jazz-laululle tyypillisiä ominaisuuksia. Etisestä soinnista löytyi useita mainintoja. Tietoperustassa kerrottiin, että pop/jazz-laululle tyypillinen etinen sointi saavutetaan pitämällä ääntöväylän tila klassiseen lauluun verrattuna kapeana kielen ja pehmeän kitalaen avulla (Estill 1988; Popeil 1999; Sadolin 2009, 158–166; Laasanen 2016, 16–17). Pehmeää kitalakea ei tarvitse kohottaa korkealle klassiselle laululle tyypillisellä tavalla, vaan se tulee pitää rauhallisena (Laasanen 2016, 16–17). Kieli tulee tuoda suun etuosaan (Laukkanen & Leino 1999, 189). Sen tulee olla verrattain leveä (Sadolin 2009, 166). Sitä voi myös hieman kohottaa, kuten i-vokaalissa (Koistinen 2003, 55). Leuan tulee olla rento ja suun avoin (Koistinen 77–78). Pää- ja rintaresonanssin balanssin kerrottiin tuovan sointiin etisyyttä (Aalto & Parviainen 1985, 67). Harjoitustuokioiden tuottamat tulokset puolsivat kaikkia näitä seikkoja.

Halusin selvittää testiryhmän avulla minkälaisilla harjoituksilla etinen sointi olisi helpoiten saavutettavissa. Lauluasento, hengitys ja tuki olivat kaikille testiryhmäläisille tuttuja asioita. Näin voitiin keskittyä ääntöväylän asetukseen ja niitä muokkaamalla löytää tasapainoinen etisesti soiva ääni. Jotta ryhmäläisen ääni saatiin soimaan etisesti, pää- ja rintaresonanssin tuli olla balanssissa, kuten Aalto & Parviainen (1985, 67) esitti. Tähän tarvittiin riittävän voimakas ääntö, joka edellytti laulajalta hyvän hengityksen ja tuen. Useat teettämäni harjoitukset koettiin toimiviksi ja niiden avulla saatiin myös harjoiteltaviin kappaleisiin laadukasta, edessä soivaa ääntä. Harjoitustuokioiden perusteella etinen sointi oli yksinkertaisinta löytää leuan ja kielen asentoon huomiota kiinnittäen etuvokaaleja ja resonanssia herättäviä konsonantteja ja niiden yhdistelmiä harjoittamalla. Vokaaleista i ja y olivat harjoitusten keskiössä. M, n ja ng herättivät resonanssia, joskin henkilökohtaisia eroja löytyi näiden toimivuudessa. Ng saattaa vaatia pidempää totuttelua, mutta toimiessaan oli varsin

tehokas. Keskimäärin parhaat onnistumiset koettiin N-i ja n-y-yhdistelmillä, sekä i-e-ä-a-yhdistelmällä, jotka Koistinenkin (2003, 80–81) mainitsi. Toivottuihin tuloksiin päästiin erinomaisesti myös twangin avulla, josta Sadolin (2009, 159) kertoi CVT-oppaassaan. Bartlett & Naismith (2020) mainitsivat puheen tasolla pysyttelyn pop/jazz-laulussa. Puuhearjoitusten yhdistäminen laulamiseen tuotti tuloksia, joskaan se ei jokaiselle tuntunut luontevalta. Vastakohtilla havainnollistaminen ja kokeileminen olivat toimivia osassa harjoituksista. Etisen kielen vertaaminen takaiseen kieleen toimi näistä parhaiten. Leveän kielen vertaaminen ja kapeaan kieleen ei tuottanut toivottuja tuloksia. Kaikkiaan harjoitukset sisälsivät paljon i- ja y-vokaaleja, joissa kieli on leveässä asennossa ja joilla saatiin ääni soimaan etisemmin. Voi siis kuitenkin todeta, kuten Sadolin (2009, 167) mainitsi, että leveä kieli saa äänen soimaan etisemmin. Myös mielikuvaharjoittelu koettiin toimivaksi.

Yksi tutkimuskysymyksistäni oli, kuinka opettaa oppilasta, jolle etisyys on verrattain uusi käsite, tai korkeintaan mielikuvan tasolla. Kokemukseni mukaan selkeät esimerkit, selkeä ohjeistaminen, hyvä tuntisuunnittelu ja tarkkaan harkitut harjoitukset olivat ensisijaisen tärkeitä harjoitustuokioiden onnistumisessa. Harjoitusta teettäessä oli tärkeää pohtia etukäteen mihin harjoituksella tähdätään. Tässä tapauksessa tähtäimessä oli etinen sointi. Harjoitusten tuli olla alkuun riittävän yksinkertaisia, jotta niiden perusideasta saatiin kiinni. Vaikeustasoa lisättiin harjoittelun edetessä. Tuokioiden perusteella voi todeta tärkeäksi, että sekä opettajalla että oppilaalla on malttia kokeilla yhtä asiaa kerrallaan. Esimerkiksi kielen aseman vaikutus sointiin on selkeä, kuten Aalto & Parviainen (1985, 91) mainitsivat, mutta kielen hallinta oli haastavampaa sen ollessa niin liikkuvainen ja osittain vaikeasti nähtävissä. On todennäköistä, etteivät kielen asentoon liittyvät harjoitukset onnistu ensiyrittämällä. Niinpä harjoittelu saattaa vaatia aikaa ja kärsivällisyyttä.

Harjoitusten toimivuudessa oli oppilaskohtaisia eroja. Tuleekin huomioida, että samat harjoitukset eivät välttämättä sovi jokaiselle. Kullekin oppilaalle olisi hyvä löytää sopivan tasoinen harjoitus, joka on toteutettavissa mahdollisimman luontevasti. Harjoitukset tehtiin aluksi kapeammalla sävelalueella, jossa tavoite on mahdollista saavuttaa helpoiten ja vasta tämän jälkeen lähdettiin hiljalleen laajentamaan sävelaluetta. Tämä tuntui toimivalta ratkaisulta. Kyselyn tulosten perusteella voi päätellä, että mielikuvat auttoivat harjoittelussa. Mielikuvien pohjalla oli kuitenkin selkeitä konkreettisia ohjeita, jolloin mielikuvan ja konkretian raja saattoi hieman hämärtyä. Kenties näiden yhdistelmä olisikin paras tapa lähestyä tavoitetta. Mielikuvien ja konkreettisten ohjeiden tasapaino harjoittelussa on luonnollisesti huomioitava oppilaslähtöisesti.

Harjoitustuokioiden saattoivat minut johtopäätökseen, että etisen soinnin tavoittelussa tulee kiinnittää huomio onnistumisiin: kun oppilas saavuttaa harjoittellessaan tavoitteen, harjoitus kannattaa pyrkiä toistamaan samalla äänenlaadulla ja pohtia mitkä asiat vaikuttivat onnistumiseen. Näin oppilas saa työkaluja itsenäiseen harjoitteluun ja on todennäköisempää, että onnistumisia saavutetaan jatkossakin.

7.2 Kehittämisehdotuksia

Koska useassa äänenkäytön oppaassa ja -oppikirjassa tarkasteltiin äänenkäyttöä enemmän klassisen laulun näkökulmasta, oli oltava valppaana ja tarkasteltava klassisen ja pop/jazz-laulun eroja, löytääkseen juuri pop/jazz-laululle ominaisia piirteitä. Bartlett & Naismithin (2020) mainitsema puute yhdenmukaiselle pop/jazz-laulun tarpeisiin vastaavalle pedagogiikalle teki tutkimuksesta haastavaa ja toisaalta mielenkiintoistakin. Lähdemateriaalista löytyi yhteisiä nimittäjiä, vaikka käsitteet ja termit poikkesivat paikoitellen toisistaan. Sadolin (2009, 158) esimerkiksi kirjoittaa äänen väristä ja sen vaaleudesta, jonka voisi ajatella tarkoittavan juuri etistä heleää sointia, josta taas Laukkasen & Leinon (1999, 205) oppaassa kerrotaan. Rekisteri-käsitteestä, joka sekoitetaan helposti resonanssiin, oli jossain määrin erilaisia näkemyksiä ja nimityksiä. Esimerkiksi Sadolin (2009, 66) puhuu mieluummin säveltasosta kuin rekisteristä sekaannusten välttämiseksi. Myös belttaus oli esitelty erilaisin näkemyksin eri lähteissä. Estill Voice Training-metodi tarjosi siitä tutkimukseen perustuvan näkemyksen, joka kumoaa epäilyt belttauksen vahingollisuudesta (Valtasaari 2012, 34–35). Kaiken kaikkiaan, äänenmuodostuksen perusasioihin löytyy tietoa klassikoiksi muodostuneista perinteisistä lauluoppaista ja -oppikirjoista, mutta vaikuttaa siltä, että tällä hetkellä modernit kaupallisten metodien oppaat tarjoavat sitä nimenomaan pop/jazz-laulun tarkoituksiin jokseenkin yksityiskohtaisemmin. Pop/jazz-laulutekniikkaan keskittyneitä tämän päivän tieteelliseen tutkimukseen nojaavia oppaita tarvitaan kokemuksen perusteella kuitenkin lisää.

Pop/jazz-laulun ominaispiirteet ovat määrättyneet myös musiikkityylien ehdoilla. Tätä tutkimusta voisikin jalostaa tutkimalla yksityiskohtaisemmin populaarimusiikin lukuisten eri genrejen tyypillisiä sointi-ihanteita. Tutkimuksessani oli tarkoitus tarkastella pop/jazz-laulujalle parasta mahdollista perussointia yleisellä tasolla, mutta koska populaarimusiikki on käsitteenä laaja, sisältää se hyvin monipuolista äänenkäyttöä ja akustisia vaatimuksia sisältäen myös sointieroja.

Opinnäytetyöprosessin edetessä mielenkiintoni heräsi myös laulettavan kielen vaikutuksista sointiin. Valtasaari (2017) mainitsee puhutun kielen vaikutuksen laulamiseen. Esimerkiksi italian kieltä pidetään klassisen laulun opin mukaan luonnostaan helposti laulettavana sen puhtaiden vokaalien ja helpompien konsonanttiyhdistelmien takia. (Valtasaari 2017, 79.) Olisi kiinnostavaa lukea tutkimuksia siitä, kuinka laulettu kieli vaikuttaa sointiin kevyen musiikin puolella, ja voisiko sitä hyödyntämällä löytyä ulottuvuuksia myös etisen soinnin tavoitteluun.

Miksi sitten laulutunneilla halutaan, että ääni soi etisesti? Resonanssin avulla voidaan saavuttaa tasainen äänenlaatu ja yksi pop/jazz-laulun suurista tavoitteista: yksirekisterisyys. Kun halutaan saavuttaa pop/jazz-laululle ominainen laulusoundi terveellä äänenmuodostuksella, on etinen sointi osa sitä.

Lähteet

Aalto & Parviainen. 1985. *Auta ääntäsi*. Helsinki: Otava. Viitattu 5.11.2023.

Aura, M., Laukkanen, A.-M., & Ojala, J. 2018. Laulunopettajien yleisimmin käyttämät laulupedagogiset käsitteet. *Ainedidaktikka*, 2 (2), 38-70. Viitattu 5.11.2023.

<https://doi.org/10.23988/ad.73222>.

Bartlett, I. & Naismith, M.L. 2020. An Investigation of Contemporary Commercial Music (CCM) Voice Pedagogy: A Class of its Own? *Journal of Singing*, 76, 3, 273-282. Viitattu 3.1.2024.

Brown, O. 1996. *Discover Your Voice: How To Develop Healthy Voice Habits*. 2nd edition. San Diego: Singular Publishing Group Inc. Viitattu 17.10.2023.

Dimon, T. 2018. *Anatomy of the voice: an illustrated guide for singers, vocal coaches and speech therapists*. Berkley, California: North Atlantic Books. Viitattu 5.11.2023.

Estill, Jo. 1988. Belting and Classic Voice Quality: Some Physiological Differences. *Medical Problems of Performing Artists*, 3, 1, 37-43. Viitattu 2.1.2024.

Eerola, R. 2007. Lauluäänen toiminnallisista häiriöistä ja ääneen vaikuttavista tekijöistä. Julkaisussa *Laulajan opas*. Toim. T. Hautamäki. 5. p. Seinäjoki: Rytmi-instituutti. Viitattu 19.4.2024.

Eerola, R. 2008. Klassisen ja ei-klassisen laulutekniikan eroavaisuuksista. *Laulupedagogi 2007-2008*, 10-16. Viitattu 8.4.2024.

Hapuoja, M. 2015. *Koko kroppa laulaa: opi uusi huippuartistien tekniikka*. Helsinki: Gummerrus. Viitattu 17.10.2023.

Hoch, M. 2014. *A Dictionary for the Modern Singer*. Maryland: Roman & Littlefield Publishing Group, inc. Viitattu 27.2.2024. <https://ebookcentral-proquest-com.ezproxy.jamk.fi:2443/lib/jy-poly-ebooks/detail.action?docID=1684220>.

- Juuti, A & Puusa, A. 2020. Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Helsinki: Gaudeamus. Viitattu 12.3.2024. <https://janet.finna.fi/Record/jamk.993595734806251>.
- Koistinen, M. 2003. Tunne kehosi – vapauta äänesi. Äänitimpurin käsikirja. 3. painos. Helsinki: Su-
lasol. Viitattu 5.11.2023.
- Korpisaari, K. 2011. Korkeakoulusta valmistuneen pop/jazz-laulajan instrumentinhallinta. Maisterin
tutkielma. Sibelius-Akatemia, musiikkikasvatuksen osasto. Viitattu 12.3.2024.
https://taju.uniarts.fi/bitstream/handle/10024/6422/korpisaari_gradu.pdf?sequence=1.
- Laasanen, H. 2016. Pop/jazz-laulunopetuksen haasteet klassisen laulutaustan omaavan oppilaan
kanssa. Opinnäytetyö, AMK. Jyväskylän ammattikorkeakoulu, kulttuuriala, musiikin tutkinto-oh-
jelma. Viitattu 27.2.2024. [https://www.theseus.fi/bitstream/han-
dle/10024/113566/Opari%20Heidi%20Laasanen.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/113566/Opari%20Heidi%20Laasanen.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
- Laukkanen, A. & Leino, T. 1999. Ihmeellinen ihmisääni: äänenkäytön ja puhetekniikan perusteet,
arviointi, mittaaminen ja kehittäminen. Helsinki: Gaudeamus. Viitattu 5.11.2023.
- Moniz, J.J. 2023. Building Versatile Voices. Journal of Singing. 80, 1, 63-66. Viitattu 12.3.2024.
- Oliver, P. 2001. Blues. Grove Music Online. Viitattu 27.2.2024. [https://www-oxfordmusiconline-
com.ezproxy.jamk.fi:2443/grovemusic/display/10.1093/gmo/9781561592630.001.0001/omo-
9781561592630-e-0000003311](https://www-oxfordmusiconline-com.ezproxy.jamk.fi:2443/grovemusic/display/10.1093/gmo/9781561592630.001.0001/omo-9781561592630-e-0000003311).
- Popeil, L.S. 1999. Comparing Belt and Classical Techniques Using MRI and Video-Fluoroscopy. Jour-
nal of Singing, 56, 2, 27-29. Viitattu 3.1.2024.
- Sadolin, K. 2009. Kokonaisvaltaisen äänenkäytön tekniikka. Copenhagen: Shout Publishing. Viitattu
3.1.2024.
- Tuomi & Sarajärvi. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö
Tammi. Viitattu 26.3.2024. <https://janet.finna.fi/Record/jamk.993376414806251>.

Valli, R. 2018. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Jyväskylä: PS-kustannus. Viitattu 26.3.2024.

<https://www.ellibslibrary.com/book/978-952-451-516-0>.

Valtasaari, H. 2012. Ääntöbalanssi-metodi laulunopetuksessa. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto, musiikkitiede. Viitattu 1.5.2024. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/38298/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201208172166.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

Valtasaari, H. 2017. Kestääkö ääni? Laulunopetuksen vaikutus opettajaksi valmistuvien äänen laatuun ja ilmaisuun. Jyväskylä: University of Jyväskylä. Viitattu 5.1.2024.

Wald, E. 2012. Blues. Grove Music Online. Viitattu 27.2.2024. <https://www-oxfordmusiconline-com.ezproxy.jamk.fi:2443/grovemusic/display/10.1093/gmo/9781561592630.001.0001/omo-9781561592630-e-1002223858#omo-9781561592630-e-1002223858>.

Liitteet

Liite 1. Testiryhmän kyselylomake

Kysely etisen soinnin testiryhmälle

1. Kuinka kauan olet käynyt laulutunneilla?

- 1-5
- yli 5 vuotta

2. Kuinka paljon harjoittelet laulua viikossa? Valitse lähin vaihtoehto.

- 0-1h
- 1-3h
- 3-5h
- yli 5h

3. Oliko resonanssi käsitteenä tuttu entuudestaan?

- Tiesin aiheesta paljon entuudestaan
- Minulla oli jonkinlainen käsitys aiheesta
- Olin kuullut aiheesta, mutta minulla ei ollut paljon tietoa siitä
- Aihe oli vieras

4. Oliko etinen sointi käsitteenä tuttu entuudestaan?

- Tiesin aiheesta paljon entuudestaan
- Minulla oli jonkinlainen käsitys aiheesta
- Olin kuullut aiheesta, mutta minulla ei ollut paljon tietoa siitä
- Aihe oli vieras

5. Mitkä harjoituksista olivat sinulle toimivimpia etisen soinnin saavuttaaksesi? Voit halutessasi valita useampia vaihtoehtoja.

- Resonanssin aistiminen kasvojen alueella

- Resonanssin löytäminen puheen kautta
- M- ja i-yhdistelmät
- N- ja i-yhdistelmät
- Ng- ja i-yhdistelmät
- M- ja y-yhdistelmät
- N- ja y-yhdistelmät
- Ng- ja y-yhdistelmät
- Y- ja i-yhdistelmät
- Vastakohtien kautta hakeminen: takainen/etinen kieli
- Vastakohtien kautta hakeminen: kapea/leveä kieli
- Vastakohtien kautta hakeminen: korkea/rauhallinen kitalaki
- Twangia hakemalla (nännätys, noita-akka)
- En kokenut saavuttavani tavoitetta näillä harjoituksilla

6. Oliko harjoituksia, jotka eivät toimineet? Voit halutessasi valita useampia vaihtoehtoja.

- Resonanssin aistiminen kasvojen alueella
- Resonanssin löytäminen puheen kautta
- M- ja i-yhdistelmät
- N- ja i-yhdistelmät
- Ng- ja i-yhdistelmät
- M- ja y-yhdistelmät
- N- ja y-yhdistelmät
- Ng- ja y-yhdistelmät
- Y- ja i-yhdistelmät
- Vastakohtien kautta hakeminen: takainen/etinen kieli
- Vastakohtien kautta hakeminen: kapea/leveä kieli
- Vastakohtien kautta hakeminen: korkea/rauhallinen kitalaki
- Twangia hakemalla (nännätys, noita-akka)
- Kaikki toimi

7. Mitkä seuraavista asioista vaikuttivat kohdallasi eniten etisen soinnin löytämiseen? Voit valita yhden tai useamman vaihtoehdon.

- Hengitys
 - Tuki
 - Rento leuka
 - Kielen asento
 - Kitalaen asento
 - Mielikuvat
 - Joku muu, mikä?
-

8. Miten hyödyit harjoittelusta? Opitko uutta, tapahtuiko edistymistä?

9. Oliko harjoittelussa haasteita? Minkälaisia?

10. Oliko ohjeistus selkeää? Mitä muuttaisit?

11. Tukiko harjoittelu aiempaa oppimaasi?

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

12. Muita huomioita harjoitteluun liittyen
