



# **LAPSET JA LAULAMINEN**

## **Tietopaketti lasten kanssa laulaville aikuisille**

**Marjut Kossi-Saarela**

**Pedagoginen opinnäytetyö  
Kesäkuu 2008**



**JYVÄSKYLÄN  
AMMATTIKORKEAKOULU**

*Ammatillinen opettajakorkeakoulu*

Tekijä(t) KOSSI-SAARELA, Marjut	Julkaisun laji Pedagoginen opinnäytetyö (5 op)	
	Sivumäärä 37	Julkaisun kieli Suomi
	Luottamuksellisuus Salainen <input type="checkbox"/> saakka	
Työn nimi  LAPSET JA LAULAMINEN Tietopaketti lasten kanssa laulaville aikuisille		
Koulutusohjelma Opettajan pedagogiset opinnot musiikin ja tanssin alalla		
Työn ohjaaja(t) HANNULA, Kaija		
Toimeksiantaja(t)		
Tiivistelmä  Opinnäytetyö on tarkoitettu eräänlaiseksi tietopakettiksi kaikille lasten kanssa laulaville aikuisille. Työssä käsitellään lasten laulamista, laulamiskorkeuksia ja äänenkäyttöä. Työssä sivutaan myös yleisesti oppimista, aikuisten ja lasten oppimisen eroja, sekä musiikin oppimista (lähinnä laulamaan oppimista).  Opinnäytetyön tarkoituksena on lisätä aikuisten tietoisuutta lasten äänielimistön erilaisuudesta, verrattuna aikuisten äänielimistöön, ja avartaa näkemystä liian matalalta laulatettavien laulujen vahingollisuudesta lasten äänielimistöä kohtaan. Työssä kerrotaan myös, kuinka vahingollinen äänenkäyttötapa voi lisätä riskiä saada äänivaurioita tai häiriöitä, tämän vuoksi työssä on myös kerrottu äänihuulten toiminnasta, äänenkäytöstä ja äänihäiriöistä ja siitä, miten vaurioituneen tai häiriöisen äänen voi usein korvakuulolta tai omien tuntemusten kautta tunnistaa.  Opinnäytetyössä on myös käsitelty ihmisten äänialoja, jonka perusteella voidaan todeta, että aikuiset yleensä halutessaan pystyisivät laulamaan lapsen äänielimistölle turvalliselta alueelta. Työssä kerrotaan myös, miten lapsille tulisi laulaa ja miten heitä tulisi opettaa laulamaan, sekä mitä lasten kanssa tulisi laulaa.  Viimeisessä luvussa käsitellään Laukaan, Äänekosken ja Jyväskylän alueella tehdyn 7 päiväkodin laulukäytänteitä. Tällä kyselyllä pyrittiin selvittämään opinnäytetyön aiheen tarpeellisuus käytännössä, ja se miten lapsille ja lasten kanssa lauletaan ja mitä heidän kanssaan lauletaan.		
Avainsanat (asiasanat) lasten oppiminen, aikuisten oppiminen, äänihuulet, äänihäiriöt, äänen käyttö, laulaminen		
Muut tiedot päiväkotien kyselylomake		

Author(s) KOSSI-SAARELA, Marjut	Type of Publication Diploma project (5 ECTS credits)	
	Pages 37	Language Finnish
<input type="checkbox"/>	Confidential Until _____	
Title CHILREN AND SINGING A guide book to adults, who sing with children		
Degree Programme Pedagogical studies for music and dance teachers		
Tutor(s) HANNULA, Kaija		
Assigned by		
Abstract <p>The thesis has been written for a guide book to all adults, who sing with children. The thesis is about singing with children and the pitch and the control of one's voice. Learning in general, especially topics like differences in adult and child learning and the learning of music are also dealt with. The learning of music is examined mainly from the aspects relevant to singing.</p> <p>The purpose of this thesis is to increase adults' knowledge of the differences between child and adult vocal organs and to widen the concept according which the notes sung too low are harmful to children's vocal organs. The thesis also points out, how a harmful manner of voice control can increase the risk of getting voice damages or voice disturbances. Due to this the thesis also tells about the function of vocal cords, voice control and voice disturbances and also about, how a damaged or disturbed voice can be identified by ear or by one's own knowledge.</p> <p>Voice register is also dealt with enabling the conclusion that, if willing, adults usually can sing in the register safe for children's vocal organs. The thesis also tells, how one should sing to children, how children should be taught to sing and what one should sing with them.</p> <p>The last chapter of the thesis deals with the questionnaire concerning the conventions of singing in seven nursery schools in the municipalities of Laukaa, Äänekoski and Jyväskylä. The purpose of the questionnaire was to find out the necessity of this thesis in practice and to study, what and in which manner one sings to/with nursery school children.</p>		
Keywords children's learning, adult's learning, vocal cords, vocal disturbances, voice control, singing		
Miscellaneous questionnaire for nursery schools		

# SISÄLTÖ

1 JOHDANTO.....	2
2 MITÄ OPPIMINEN ON JA MITEN LAULAMISEN TAITO KEHITTYY?.....	3
3 ÄÄNIHÄIRIÖT, ÄÄNENKÄYTTÖ JA ÄÄNIHUULTEN TOIMINTA.....	8
3.1 Äänihäiriöistä yleisesti.....	8
3.2 Äänen käytön malli.....	10
3.3 Äänihuulet.....	15
3.4 Lapsuudessa liian matalalta laulettujen laulujen vaikutus äänihäiriöihin.....	20
4 LAPSET, AIKUISET JA YHDESSÄ LAULAMINEN.....	21
4.1 Laulaminen.....	21
4.2 Laulaminen lasten ehdoilla.....	22
4.3 Miten ja mitä lapselle lauletaan ja miten heille opetetaan lauluja.....	23
5 PÄIVÄKOTIEN LAULUKÄYTÄNTEET.....	29
6 YHTEENVETO.....	32
LÄHTEET.....	34
LIITE.....	36

# 1 JOHDANTO

Mielenkiintoni lasten äänenkäytön oppimiseen ja liian matalalta sävelkorkeudelta laulamisen vaikutuksesta syntyviin äänihäiriöihin heräsi ensimmäisen kerran Riikka Strandmanin (2005) pitämällä luennolla. Hän sivusi aihetta, jossa puhuttiin, kuinka lapsille pitäisi laulaa korkealta, koska heidän äänielimistönsä ei ole vielä kehittynyt tarpeeksi, jotta he pystyisivät laulamaan kovin matalalta. Lisäksi lasten ääniala on paljon suppeampi kuin aikuisten, jonka takia lastenlaulut olisi syytä olla ambitukseltaan eli äänialaltaan pieniä. Iän karttuessa myös ambitus kasvaa molempiin suuntiin, koska äänielimistön kehittyessä mahdollisuudet korkeiden ja matalien sävelten laulamiseen lisääntyvät.

Edellä mainitun luennon jälkeen aloin tietoisesti nostamaan sävellajeja lastenlauluista, joita lauloin omalle lapselleni. Useita lastenlaulukirjoja selaillessani olen todennut, että jostain syystä useat laulut on kirjoitettu liian mataliin sävellajeihin (mutta myös hyviä kirjoja löytyy paljon). Myös lapseni päiväkodin kevätjuhlassa pistin merkille, kuinka matalalta hoitajat lauloivat lasten kanssa. Suurin osa lapsista ei laulanut mukana tai jos he lauloivat, he lauloivat joko “mörisemällä”, eri sävellajista tai täysin “nuotin vierestä”. Esilaulajan aloittaman laulun sävellajit olivat niin matalia, että osa aikuisistakaan ei pystynyt laulamaan tältä korkeudelta. Tämän kevätjuhlan jälkeen kiinnostukseni aiheeseen kasvoi entisestään ja lisäksi jäin pohtimaan sitä, onko lasten epäpuhtaasti laulamisen syynä oikeasti epätarkka sävelkorva, vai voisiko tähän ilmiöön vaikuttaa mahdollisesti liian matalat sävellajit laulettavissa lauluissa, jolloin lapset “seilaavat” sävellajista toiseen, koska heillä ei yksinkertaisesti ole rakenteellisia mahdollisuuksia laulaa niin matalalta, mitä aikuiset kokevat itselleen miellyttäväksi laulaa (vrt. Tanskanen 1992, 19 - 20).

Keskustelin lasten kanssa laulamisesta kyseisessä päiväkodissa sekä henkilökuntaan kuuluvan lastenhoitajan, sekä siellä työharjoittelussa olleen lastentarhanopettajaksi opiskelevan henkilön kanssa. Totesin, että heistä

kumpikin tiesivät, että lapsille tulisi laulaa korkealta, mutta kumpikaan heistä ei tiennyt syytä siihen, miksi näin tulisi tehdä. Tämän lisäksi tein kyselyn muutamaa, satunnaisesti valittuun päiväkotiin, kartoittaakseni onko ilmiö yleinen vai muutaman päiväkodin/hoitajan ongelma.

Pedagogisen opinnäytetyöni tarkoituksena on rakentaa eräänlainen “tietopaketti” lasten kanssa työskenteleville ammattilaisille, sekä lasten vanhemmille. Toiveenani olisi saada lasten kanssa työskentelevät ja olevat ymmärtämään, miten tärkeää olisi laulaa lapsille lasten oman äänialan mukaisesti, ja poistaa myös heidän ennakkoluulojaan ja pelkojaan korkealta laulamisen vaikeudesta. Lapsille tulisi laulaa lapsen ehdoilla - ei aikuisen.

Lisäksi sivuan opinnäytetyössäni oppimista yleisesti. Tällä haluan osoittaa äänimallien tärkeyttä ja korostaa lapsen ja aikuisen oppimisen eroja.

## **2 MITÄ OPPIMINEN ON JA MITEN LAULAMISEN TAITO KEHITTYY?**

Oppiminen on vuorovaikutteinen prosessi, jossa oppijan kokemukset muuntuvat niin, että hänen tiedoissaan, taidoissaan ja asenteissaan tapahtuu pysyviä muutoksia. Oppimisen prosessi ei näy ulospäin, vaikka prosessin tulos voidaan usein havaita. Yleensä oppiminen on ajattelun kehittymistä, jonka kautta oppiminen voidaan havaita myöhemmin oppijan toiminnassa tai asenteissa. (Mäkinen 2002.) Oppiminen onkin tosiasioiden vastaanottamista ja muistiin varastoimista (Engeström 1994, 18).

Kaikki ihmiset oppivat koko ajan, iästä riippumatta. Oppimisen mahdollisuudet kuitenkin muuntuvat koko ajan, sillä uuden asian oppiminen rakentuu aina vanhan tiedon pohjalle (Rauste-von Wright & von Wright 1994, 64). Oppijan täytyykin aina sulauttaa uusi tieto toimintaansa ja aikaisempaan tietorakenteeseensa. (Engeström 1994, 19). Näin ollen

voidaankin todeta, että ihmisen ikä ja sen tuoma elämäkokemus, sekä koulutus vaikuttavat uuden oppimiseen. Oppiminen on kokemuksen aiheuttamia, suhteellisen pysyviä muutoksia käyttäytymisessä. Muutos voi tapahtua tiedoissa, taidoissa tai tunnereaktioissa ja se voi ilmetä joko oppimishetkellä tai vasta paljon myöhemmin. (Ahonen 2004, 13.)

Oppimista tapahtuu jatkuvasti arkielämässä. Yleensä emme edes tiedosta oppineemme jotain uutta. Katsellessamme televisiota, kuunnellessamme radiota, lukiessamme kirjoja tai lehtiä tai jopa kierrellessämme kauppojen hyllyjen välissä, voimme huomaamattamme oppia paljon uusia asioita. Aivomme rekisteröivät usein paljon tietoa, joita emme edes sillä hetkellä tietoisesti pidä erityisen merkityksellisinä, kun näemme tai kuulemme jotain. Vasta myöhemmin saatamme huomata, että olimme oppineet jotain uutta. Usein johonkin kysymykseen vastatessamme, kysyttiinpä sitten vuosilukuja, paikannimiä tai neuvoessamme jotakin toista henkilöä, saatamme todeta; "mistähän minä tuonkin tiesin/muistin". Tämä todistaakin, että oppimista tapahtuu koko ajan. Meidän ei siis välttämättä tarvitse varta vasten opetella kaikkea - sitä tapahtuu myös itsestään.

Jos oppiminen yleensä rakentuu aina vanhan tiedon pohjalle, sama pätee myös musiikin oppimiseen. Kuulemamme musiikki luo meille kokemuksia siitä, miltä eri musiikin tyyli- ja laulujen musiikki tulisi kuulostaa. Musiikkia, erityisesti soittoa ja laulua, on opetettu ja opittu vuosisatojen ajan samalla tavalla. Oppiminen on perustunut oikeiden suoritusten mallintamiseen, sekä oppilaan ohjaamiseen, valmentamiseen ja motivointiin. (Anttila & Juvonen 2002, 141.) Musiikkia opitaan myös spontaanisti, altistumalla ympäristön musiikillisille vaikutteille. Varsinkin lapset eivät kehitä musiikillisia taitojaan tietoisesti, vaan sopeutuvat musiikillisiin ärsykkeisiin. "Lasta ympäröivä musiikki vakiintuneine muotoineen määrittää suunnan, johon hänen musiikillinen kehityksensä tulee johtamaan." (Ahonen 2004, 14 – 15.)

Koska työni keskittyy lasten laulamiseen ja tapoihin opettaa lasta laulamaan, tarkastelen seuraavaksi musiikin oppimista laulamisen näkökulmas-

ta. Lapsen laulamisen kehityksen voikin jakaa karkeasti kolmeen vaiheeseen, spontaanin laulun vaiheeseen, jäljittelyvaiheeseen ja tonaalisen omaksumisen vaiheeseen. (Ahonen 2004, 84).

### 1) Spontaanin laulun vaihe

Spontaani laulaminen on luonteeltaan lapsen oma-aloitteista, ilman vanhempien aloitetta tai ohjausta tuottamaa laulua. Se myötäilee yleensä säestyksenomaisesti esim. leikkejä ja voi liittyä myös liikkeeseen, kuten heijamisliikkeeseen. Spontaanin laulun vaihe alkaa yleensä 1 – 1,5 vuoden iästä lähtien. Laulu on aluksi sanattomia, ehkä yksittäisiä tavuja sisältäviä alkeellisia hyräilyjä. Myöhemmin lapsi alkaa käyttää lauluissaan oppimia sanoja, mutta laulut ovat edelleen intervalleiltaan (intervalli = kahden sävelen välinen välimatka) suppeita ja yleensä laskevia. Sävelten väliset tasosuhteet eivät myöskään kuulu mihinkään säveljärjestelmään. 2 – 3-vuotiaiden spontaanit laulut kasvavat jo pidemmiksi ja rakentuvat lyhyistä säkeistä, joita lapsi toistaa useita kertoja. Lapsi alkaa tajua, että melodian ja rytmisten hahmojen kertaaminen on musiikin keskeisimpiä rakentumistapoja. Laulussa ei kuitenkaan ole vielä selkeitä tavoitteita; ei selkeää päätöstä ja kadenssia (lopuketta), vaan laulu loppuu hyvin mielivaltaisesti. 2 – 3-vuotiaiden spontaanissa laulussa toistuu sama rytmihahmo ja melodiassa on jo tunnistettava kaarros. (Ahonen 2004, 85 – 86.)

### 2) Jäljittelyvaihe

Jäljiteltävät laulut sekoittuvat aluksi spontaaneihin lauluihin. Jäljittelyvaiheen alussa laulut voivat olla sekoitus kaikista mieleen tulevista lauluista ja ovatkin potpurin omaisia. Spontaanit laulut ja jäljiteltävät laulut elävät aluksi rinnakkain, kunnes standardilaulut syrjäyttävät vähitellen spontaanit laulut. Kolmivuotiaat laulavat mielellään yhdessä, mutta heidän on vielä vaikea sovittaa ääntään muiden lauluun. Tämän vuoksi laulujen tulisikin olla melodioiltaan hyvin yksinkertaisia. 4-vuotialla on jo hyvät mahdollisuudet yhteislauluun, mutta leikit ja liike vievät vielä mukanaan ja sanat unohtuvat ”touhutessa”. Tämän ikäisenä lapset oppivat nopeasti uusia lau-



luja. 5-vuotiaalla voi olla hallussaan jo hyvinkin laaja lauluohjelmisto. Uusia lauluja opittaessa ensimmäisenä opitaan sanat, sitten melodia ja intervallisuhteet. (Ahonen 2004, 86 – 87.)

### 3) Tonaalisen omaksumisen vaihe

Tonaalisen omaksumisen vaihe sijoittuu suurin piirtein esikoulu – alakouluikään. Tämän vaiheen aikana laulujen melodioita aletaan hahmottaa mm. aseikkohahmojen perusteella. Melodioita ei enää paineta mieleen ylimalkaisena melodiakaaroksena, vaan hahmottamista auttaa vakiona pysyvä melodinen taustarakenne ja diatoninen asteikkohahmo. Kun tutkimusten mukaan lähes puolet 3 – 5-vuotiaista laulavat vielä moduloivasti, iän myötä sävelpuhtaus paranee. (Ahonen 2004, 88 – 89.)

### **Pienten lasten oppiminen**

Lapsi on aktiivinen toimija. Hän jäsentää maailmankuvaansa vuorovaikutuksessa luonnon, kulttuurin ja muiden ihmisten kanssa. Varhaiskasvattajan toiminta ja hänen muokkaamansa tai valitsemansa ympäristö vaikuttavatkin joko suorasti tai epäsuorasti siihen, miten lapsen kehitys ja kasvu etenee. Jos lapsen kasvun haasteisiin ei vastata, lapsi ei pääse kehittymään mahdollisuuksiensa mukaisesti. Kuitenkin täytyy myös muistaa, että kasvulla on luonnolliset rajansa. Lapsi oppii eri toimissa, kuten leikkiessään, työtä tehdessään tai opiskellessaan. “Lapsen leikin tavoitteeksi muodostuu aikuisen toiminnan sisällön esittäminen“. Leikki ja työ eroavat toisistaan siten, että leikki on spontaania toimintaa, joilla ei ole selkeää päätavoitetta. Työ puolestaan on toimintaa, jossa lapsi toimii yleensä yhdessä aikuisen kanssa ja sille on ominaista huolellinen suoritustapa. (Brotherus & Helimäki & Hytönen 1994, 75 - 79.)

Lasta opettaessa, opetusprosessin perustekijöitä ovat opettaminen (varhaiskasvatuksellinen toiminta) ja oppiminen (lapsen toiminta). On kuitenkin muistettava, että lapsi oppii myös opettamisesta huolimatta (Brotherus & Helimäki & Hytönen 1994, 77.) Tästä syystä lasta ei tarvitse erikseen

käskeä opettelemaan jotakin asiaa. Oppiminen voikin olla mielekkäämpää, kun se tapahtuu leikin avulla. Tällöin lapsen ei tarvitse keskittyä oppimaan uutta, vaan hän saa uuden tiedon tai toimintamallin leikin ohessa.

### **Aikuisen oppiminen**

Koska oppiminen rakentuu aina aikaisemmin opitun perustalle, karttuva tieto antaa mahdollisuuden uusien toimintamallien käytölle ja voi siten myös syrjäyttää vanhat toimintamallit. Aikuisten kokemukselliset tiedot ovat yleensä laajoja ja yleensä myös syvälle juurtuneita. Tämä voi myös vaikeuttaa uuden tiedon omaksumista ja uuden oppiminen voi tuntua hyvinkin ahdistavalta. Tärkeintä onkin muutokseen suhtautuminen: pidetäänkö muutosta pelottavana vai haasteellisena. (Rauste-von Wright & von Wright & Soini 2003, 73 - 79.) Muutokseen suhtautuminen tuokin suuria haasteita opettajalle. Hänen täytyy usein perustella hyvin uusi asia, että aikuinen oppija hyväksyy sen ja ottaa uuden tiedon/taidon/tavan käyttöönsä. Uuden tiedon hyväksyminen tuo haasteita opettajalle, varsinkin jos uusi tieto on ristiriidassa aikaisemman tiedon kanssa.

Aikuisen motivaatio uuden oppimisessa suuntautuu herkemmin sellaiseen, mikä koetaan välittömästi hyödylliseksi. Lapset opiskelevat tulevaisuutta varten, kun taas aikuisena opiskellaan sen hetkiseen elämän kulkuun liittyvää asiaa. Aikuisen oppijan tulee ymmärtää oman toimintansa perustelut ja seuraukset ja pystyä näin suunnittelemaan toimintaansa. Myös itsearvostuksen tulee olla riittävä, että hän uskaltautuu kokeilemaan uusia asioita. (Rauste-von Wright & von Wright & Soini 2003, 79 - 81.)

Usein aikuisten toiminta automatisoituu oppimisen jälkeen. Automaattisia toimintoja on monenlaisia. Yksi ryhmä ovat refleksit ja vaistotoiminnat, toinen taas on hyvin opitut toimintoketjut, kuten tottumukset. Usein toistuvilla toiminnoilla onkin taipumus automatisoitua ja ne muuttuvat pian rutiineiksi. Kun toiminta on muuttunut rutiiniksi, toiminta ei enää suju pelkästään totumuksen omaisesti, vaan ne myös virittyvät automaattisesti. (Rauste-von Wright & von Wright & Soini 2003, 86.) Tämä pätee tietysti

myös lapsiin. Aikuisten rutiineja on kuitenkin vaikeampi lähteä muuttamaan, koska he ovat saattaneet toimia jonkun tietyn mallin mukaisesti hyvinkin pitkään.

Lapsi oppijana on mielestäni yleensä ottaen helpompi haaste opettajalle, kuin toinen aikuinen. Koska uusi tieto rakentuu aina vanhan tiedon pohjalta ja koulutustaustallakin on merkitystä oppimisen kannalta, lapsen opettaminen on usein yksinkertaisempaa kuin aikuisen. Tosiasia on, että lapsella ei ole yhtä laajaa tietopohjaa ja elämäkokemus kuin aikuisella, ja siksi lapsi ei tarvitse perusteluja uudelle tiedolle. Lapsi hyväksyy tulevan tiedon sellaisenaan, eikä useinkaan kyseenalaista opetettavaa asiaa. Pienelle lapselle äidin ja isän sana on ehdoton totuus, myöhemmin opettajan tieto voi syrjäyttää vanhempien tiedon. Mitä vanhemmaksi tulemme ja mitä enemmän opimme uusia asioita, sitä enemmän alamme itse pohtia niitä ja opimme kyseenalaistamaan meille tarjottavaa uutta tietoa. Tämän vuoksi olen kerännyt tietoa lasten kanssa laulamista ja tehnyt tästä aiheesta pedagogisen opinnäytetyöni, että aikuiset saisivat tarvitsemaansa uutta tietopohjaa aiheesta ja näin ottaisivat käyttöönsä uusia toimintamalleja.

### **3 ÄÄNIHÄIRIÖT, ÄÄNEN KÄYTTÖ JA ÄÄNIHUULTEN TOIMINTA**

#### **3.1 Äänihäiriöistä yleisesti**

Suomessa työskenteli vuonna 1995 arvioilta noin 200 000 henkilöä, joiden ammattiin liittyi äänenkäyttö. Kaikkiaan ääni oli tuolloin yhteensä noin 900 000 suomalaisen työväline. Useat ammattiryhmät altistuvat äänihäiriöille. Näitä ovat niin kutsutut äänityöläiset, kuten opettajat, lastenhoitajat, luennoitsijat, laulajat, radio- ja tv-toimittajat jne. Ääntänsä usein ja paljon käyttävät henkilöt kuuluvat riskiryhmään saada äänihäiriöitä. Lähes kaikki äänityöläiset ovat joskus elämänsä aikana kokeneet äänen käheytymistä puhuessaan tai laulaessaan, ja olleet tämän vuoksi sairauslomalla. Pysyvä

työkyvyttömyys äänihäiriöiden vuoksi on kuitenkin harvinaista (Vilkman ym. 1995, 3). Jokainen kuitenkin kärsii jossain elämänvaiheessa jonkinlaisesta äänihäiriöstä väliaikaisesta tai pysyvämmästä, usein jopa itse sitä tiedostamattaan (Koistinen 2003, 10).

- Kun ääni ei jostain syystä kestä, se on liian hiljainen, käheä tai se sävy on häiritsevä, kyse on mahdollisesti äänihäiriöstä. Äänihäiriön syntyyn vaikuttavat useat eri tekijät, jotka ovat vuorovaikutuksessa keskenään. Äänihäiriön syntyyn vaikuttavat (Vilkman 1995, 8 - 9) seuraavat yksilölliset tekijät:
- Äänenkäyttötaito
- Äänen kestävyys
- Äänihuulten vammat tai rakenteelliset viat
- Persoona
- Äänenkäyttötavat
- Äänenkäyttöharrastukset
- Kurkunpään muu käyttö (esim. jatkuva rykiminen)
- Elämän tavat (esim. tupakan poltto ja runsas alkoholin käyttö)
- Yleinen terveyden tila (hormonihäiriöt tai -hoidot, astma ja sen lääkitys sekä reflux-oire = ruokatorven takaisin virtaus: mahaportin sulkijalihas ei toimi kunnolla, jolloin mahanesteiden ärsyttävä vaikutus nousee ruokatorvea pitkin ylös, aina kurkun seudulle asti (Eerola 2002, 3)
- Hengitystietulehdukset (erit. kurkunpääntulehdus).

Äänihäiriöiden syntyyn vaikuttavia työperäisiä tekijöitä ovat:

- Puhumisen määrä, ympäristön melu (jo 40 dBA ylittävä melu aiheuttaa äänen voimistamisen tarvetta, tätä voidaan kutsua jo melutyöksi).
- Äänenkäyttötilan koko ja akustiikka (ulkoilma on vaativin puuttuvien ääniheijasteiden takia, sekä liian kaikuisa tila puolestaan lisää meluisuutta).
- Puhumisetäisyys (etäisyyden kasvaessa puhujan ääni vaimenee ja

taustamelusta tulee häiritsevämpää).

- Ilmanlaatu (kuivuus ja pöly, sekä kemialliset ja fysikaaliset ärsykkeet vaikuttavat heikentävästi limakalvon kuntoon).
- Työasennot (esim. kumartuneena tai kiertyneenä puhuminen vaikeuttaa rentoa äänentuottoa).
- Psykykinen kuormitus (työn vaativuus voi heijastua äänenkäyttöön, äänen korkeuden, voimakkuuden ja kireyden lisääntymisenä).
- Apuvälineet (puhetta vahvistavia laitteita ei ole aina käytettävissä, tai sitten ne voivat olla laadultaan heikkoja, väärin säädettyjä tai asennettuja). (Vilkman 1995, 10 - 11.)

### 3.2 Äänenkäytön malli

“Virheetön ääni-instrumentti on lähes jokaisen ihmisen syntymälahja. Lapsen ensimmäinen parkaisu, terve huuto maailmalle, on äänenkäytön alku. Tästä äänestä syntyy itku.” (Aalto & Parviainen 1998, 9.)

Aikuinen muovaa asenteillaan lapsen äänenkäyttöä jo jokelluksesta lähtien, alkaen sovittaa sitä omiin muotteihinsa. Hyvin pian pieni ihminen alkaa kadottaa iloiset ja villit ilmauksensa ja monipuolinen äänivarasto kiihtuu. Ainoita ääniä, jotka ovat jääneet ilmaisemaan tunteitamme, ovat itku, nauru ja laulu. Pienen lapsen itkun koemme olevan luonnollista, mutta ison lapsen tai aikuisen itku tuntuu kanssaihmisistä usein hämmästyttävältä tai kiusalliselta tunteenpurkaukselta. Myös lauleskelu tai hyräillen tai hymisten ilmaistu mielihyvä tunne on nykyisin yhä harvinaisempaa. Lapsuudessa syntyneet perusasenteet luovatkin usein pohjan aikuisen myöhemmille ääniongelmille. Äänen rasittuminen ei riipu välttämättä iästä, eikä jonkin tietyn ammatin harjoittamisesta (vaikkakin työkseen paljon ääntä käyttävät henkilöt altistuvatkin helpommin äänihäiriöille). Äänihäiriö voi siis olla lapsella, vanhuksella tai mitä tahansa työtä tekevällä aikuisella. (Aalto & Parviainen 1998, 10.)

## **Terveen äänen ja häiriintyneen äänen erot**

Millainen sitten on hyvä ääni? Hyvää ääntä on helppo kuunnella ja se tuottaa mielihyvää sekä puhujalle itselleen että kuulijalle. Ääni on kuuluva ja se kantaa myös hiljaisena. Tarvittaessa ääni vahvistuu tai vaimenee luonnollisesti ja pakottomasti. Hyvästä äänestä löytyy nousuja, laskuja ja ilmeikkyyttä. Se on lämmin, jossa on kuitenkin heleyttä, kiinteyttä, kirkkautta, syvyyttä ja lujuuutta. Hyvästä äänestä löytyy myös tarvittaessa karheutta, koleutta ja jopa kylmyyttäkin. (Aalto & Parviainen 1998, 11.) Hyvä ja toimiva ääni on myös yksilöllinen, joka kertoo paljon puhujasta. Äänestä voi päätellä iän, sukupuolen ja paljon muita kulttuuriin liittyviä asioita. (Sala & Sihvo & Laine 2003, 9.)

Miten häiriintyneen äänen voi sitten tunnistaa? Seuraavaksi listaan tunnusmerkkejä, jotka auttavat tunnistamaan ääniongelmista kärsivän puhuja.

- Käheä
- Voimaton
- Liian voimakas
- Kärisevä
- Rahiseva
- Kimakka
- Huilumainen
- Painunut
- Heikko
- Kolkko
- Nariseva
- Kähisevä
- Ohut

Kiristyneeseen puheeseen kuuluu myös hyvin korostuneiden kovien alukkeiden käyttö, sekä rykiminen. Häiriytyneen äänen omaava ihminen kärsii usein laulaessa tai puhuessa seuraavista aisoista: kurkku kuivaa tai kipeytyy, karhean nielun-, palan- tai paineentunne lisääntyy, yskänärstytys, väsymyksen tunne, äänen tai hengen loppumisen tunne tai lisääntynyt rykimisen tarve. Jos rasitus on toistuvaa tai ääni pettää usein, kyse on hyvin todennäköisesti äänihäiriöstä, jolloin kannattaa hakeutua hoitoon. (Aalto & Parviainen 1998, 68 - 69.)

Äänen käheytymiseen voi kuitenkin vaikuttaa moni asia, eikä aina kyse ole äänihäiriöstä. Tällaisia tekijöitä ovat esimerkiksi kemikaalien aiheuttamat ärsytykset, kuten tupakan savu. Naisilla ääni voi painua myös hormonaalisista syistä, kuten kuukautisten tai raskauden aikana. Tämä on luonnollista, eikä siitä tarvitse huolestua. Myös vaihdevuodet saattavat muuttaa ääntä ja lisäävät sen rasitusalttiutta. Äänen oheneminen ja heikkeneminen vanhoilla ihmisillä on myös normaalia, se johtuu elimistön vanhenemisesta. (Aalto & Parviainen, 69 - 70.)

### **Lasten äänen rasittumiseen vaikuttavia tekijöitä ja niiden ehkäisy**

K. D. Wilsonin 1979 tekemän tutkimuksen mukaan noin 6 - 9 % lapsista on jollakin tavalla äänihäiriöisiä (Koistinen 2003, 95). Merkki lapsen mahdollisesta äänihäiriöstä on krooninen käheys, joka on yleisin äänihäiriö. Tämä voi aiheutua äänen väärinkäytöstä, psykologisista tekijöistä, allergioista tai ylähengitysteiden tulehduksista tai huonoista äänimalleista. (Koistinen 2003, 97.) Kuten jo aiemmin mainitsinkin luvun 3.2 lopussa, äänen rasittuminen ei siis ole yksistään aikuisen ongelma, vaan myös lapsilla esiintyy äänihäiriöitä. Sen lisäksi, että lapsi voi saada huonon äänenkäytön mallin aikuiselta ja omaksua täten mallin myös omaan äänenkäyttönsä, äänihäiriöiden syntyyn vaikuttaa myös melu. Lapsen ääni on alttiina rasittumiselle, sillä lähes kaikki ympäristöt ovat meluisia. Ulkona melua tuottavat esim. liikenne, kun taas sisällä melun aiheuttajia ovat mm. Tv ja radio. Koska "melusaaste" ympäröi lapsia (sekä aikuisia), lapsen täytyy usein huutaa, tullakseen kuulluksi. Tämä aiheuttaa äänivammoja jo ennen koulu ikää. (Krokkfors 1985, 48.)

Kaikki, jotka ovat käyneet joskus päiväkodissa, tietävät metelin, joka on korvia huumaava. Päiväkotien melutaso onkin hyvin korkea. Usein meteliä lisää myös päiväkotitilojen liian runsas jälkikaiku. Tähän voi vaikuttaa sisustuksella, kuten lisäämällä tekstiilejä seinille ja mattoja lattioille. (Krokkfors 1985, 48 - 50.) Näin jälkikaikua saadaan pienemmäksi ja melutasoa hiukan laskettua. Tekstiilit eivät kuitenkaan voi täysin korvata oikean vaimennusmateriaalin käyttöä, koska tekstiilit imevät vain korkeita ää-

niä, matalia ääniä tulisi myös vaimentaa. (Sala ym. 2003, 38.) Myös ryhmän jakaminen pienempiin ryhmiin, vähentää melutasoa. Päiväkodissa voidaan myös sopia lasten kanssa sallitusta äänenkäytöstä ja pyritään noudattamaan sitä. Yksi hyvä tapa opettaa lapsille mahdollisuutta ilmaista asiansa isossa joukossa, ääntään korottamatta, on Mannerheimin lastensuojeluliiton julkaisussa Ystävyyden ja rauhan leikkejä esitelty kirahvileikki. Leikissä henkilö, joka haluaa saada huomiota, nostaa kätensä ylös kirahviasentoon. Kun muut paikallaolijat huomaavat ensimmäisen kirahvin, paikalle alkaa nousta lisää kirahveja. Tämä täytyy tapahtua ilman ääntä, sillä rakastaahan oikea kirahvi rauhaa, hiljaisuutta ja toisten kirahvien seuraa. Näin saadaan aikaiseksi hiljaisuus isossakin ryhmässä. (Krokkfors 1985, 48 - 50.)

Paras tapa välttyä lasten äänihäiriöiltä on tietenkin niiden ennaltaehkäisy. Siksi tulisikin noudattaa seuraavia sääntöjä:

- ☞ Vältetään tarpeetonta melua.
- ☞ Ohjelmien suunnittelussa annetaan jokaiselle lapselle mahdollisuus tuoda äänensä kuuluviin vuorollaan.
- ☞ Ulkona pakkasessa ei lauleta.
- ☞ Lauletaan pienryhmissä, käyttäen säestyssoittimena pieniäänistä soitinta, kuten kitaraa tai kannelta tai vastaavasti lauletaan ilman säestystä.
- ☞ Tehdään lasten kanssa rentoutusleikkejä.
- ☞ Lasta ei saa huudattaa laulettaessa (tämä rasittaa äänielimistöä).
- ☞ Tulisi välttää sanomasta; "laulakaa kovempaa", sen sijaan voisi käyttää sanoja "laulakaa iloisesti".
- ☞ Aina on parempi laulaa hiljaa (mp tai mf), kuin liian kovaa, näin lapset kuulevat oman laulun lisäksi myös toisten laulun.
- ☞ Säestystä käytetään vain rytmin ja sävellajin säilyttämisen tarkoitukseen, eikä nostamaan esityksen voimakkuutta.
- ☞ Istualtaan laulettaessa aikuisen tulee tarkkailla lasten (ja omaa) ryhtiä. Siksi seisominen on parempi vaihtoehto.
- ☞ Älä hengitä sisään puhuessasi. (Krokkfors 1985, 51 - 53.)



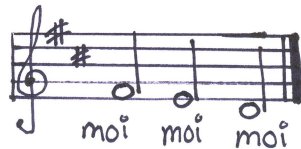
Lasta tulisi lisäksi ohjata hengittämään oikein. Tähän aikuinen voi vaikuttaa niin, että opettaa lapselle luonnolliset hengityspaikat laulettaessa, ei siis kesken sanan. (Ollaranta & Simojoki 1989, 146.)

Myös lasten äänen lämmittelyyn tulisi kiinnittää huomiota. Varsinkin liikunnan jälkeen tulisi rentoutua ennen laulamista, vaikkapa musiikkia kuunnellen. Tähän riittää jopa 1 - 4 minuutin makoilu tai vastaavasti huulitäry poistaa jännityksiä suun seudulta. Varsinkin aamuisin tulisi ääni aukaista myös lapsilta, ennen laulamaan ryhtymistä. On kuitenkin muistettava, että lapsille ei tehdä ääniharjoituksia, eikä hengitysharjoituksia, vaan lasten äänet aukaistaan äänileikeillä. Niitä voi olla esim.:

☺ moi, moi, mooi (ambitus terssi, sävelkulku asteittain alaspäin)

☺ Mansikan mutustelu: m-m-m-m-mansikka.(ambitus kvintti, sävelkulku asteittain alaspäin)

☺ Aa-aa-Heikki (eri säveltasoilta) (Krokkfors 1985, 57 - 58.)



Kasvattajalla, oli hän sitten äiti, isä, opettaja tai hoitaja, on vastuu lapsen äänestä. Hänen tulisi tarkkailla lasten äänen käyttöä ja pyrittävä tunnistamaan, siinä mahdollisesti ilmeneviä ongelmia. Jos lapsen ääni on jatkuvasti käheä, äänen kuuluvuudessa on ongelmia (sekä puhuessa että laulettaessa), lapsi honottaa, rykii jatkuvasti tai äänessä on erikoinen intonaatio, tu-

lisi hakeutua varmuuden vuoksi ammatti-ihmisen luokse. Puhumattomuus tai laulamattomuus, hengitysongelmat (ilma ei riitä), äänen vuotoisuus, narina, selvät rekisterin vaihdospaikat, kireys tai jännitys kehossa voivat myös olla merkkejä ääniongelmista tai -häiriöistä. Jos ongelmia ilmenee, on ehdottomasti muistettava testata myös lapsen kuulo, sillä aina ääniongelmien ei johdu vioittuneesta äänielimistöstä. (Koistinen 2003, 97.)

### **3.3 Äänihuulet**

Äänihuulet ovat pienet, limakalvon peittämät herkkäsäikeiset lihaspinnat. Ihmisen äänivalikoima edellyttää niiltä todella suurta muuntautumisherkkyttä. Ääntä tuottaessa uloshengitysilman kulkiessa toisiaan lähenneiden äänihuulten välistä, äänihuulten liikkeet muotoilevat ylöspäin pyrkivää ilmapirtta. Tämän seurauksena syntyy sarja värähtelyjä, jotka kuulemme yhtenäisenä äänenä. Kurkusta lähtevä värähtely on siis vain ilmahiukkasten tihentymistä ja harventumista, joka etenee aallon tavoin ilmassa. Vasta kuulijan aivot tajuavat sen ääneksi. (Aalto & Parviainen 1998, 60 - 61.) Äänihuulten värähtelyssä olennaista on limakalvon liike. Naisen keskiarvoinen värähdysluku on 200/s ja miehen 100/s. Värähdysten lukumäärä on perustavuus Hertzeinä. (Vilkman ym. 1995, 4.)

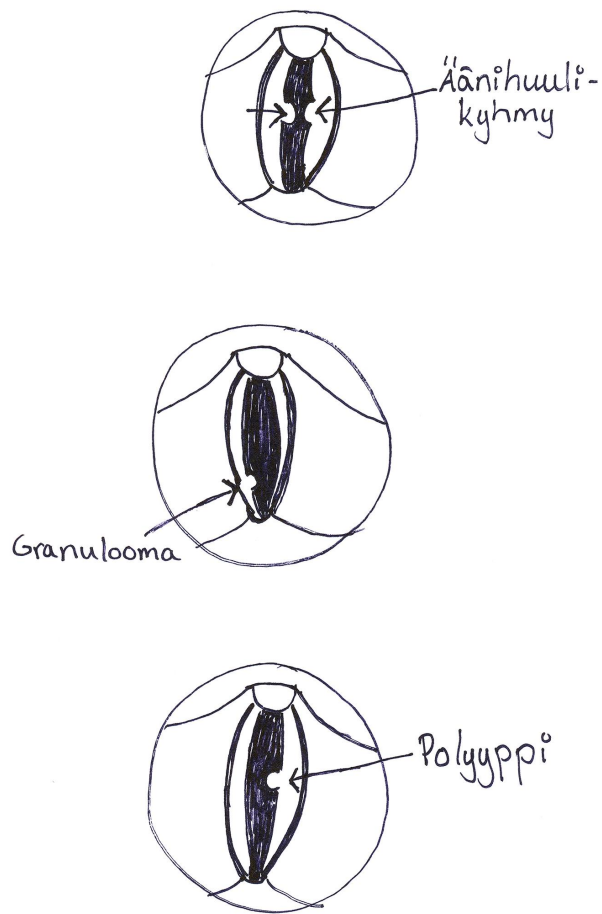
#### **Äänihuulikyhmyt ja möykyt**

“Äänihuulikyhmyt ovat sidekudoksisia symmetrisesti äänihuulten värähtelvän osan keskellä esiintyviä limakalvon paksuuntumia.” Kyhmyt syntyvät suojaamaan toistuvasti rikkoutuvaa äänihuulten säierakennetta, estäen samalla äänihuulten sulkua. Tämä aiheuttaa ääneen käheyttä. Fyysisten ja fyysikaalisten erojen vuoksi, kyhmyt ovat tavallisempia naisilla kuin miehillä. (Vilkman ym. 1995, 12.)

Yksittäistä limakalvon paksuuntumaa kutsutaan polyypiksi. Se muistuttaa syntyavaltaan äänihuulikyhmyä, mutta se esiintyy äänihuulten eri kohdissa. Granulooma puolestaan tulehdussolukertymä, joka syntyy äänihuul-

tentakapäähän melussa puhumisen tai karjumisen seurauksena. Muutoksen syntyä edesauttavat jatkuvan rykimisen lisäksi reflux-oire ja äänihuulten kaarevuus. Granulooman syntyyn liittyy myös kannurustojen yhtyeenhakkaaminen. Kurkunpään haavauma ja granulooma ovat yleisempiä miehillä kuin naisilla. (Vilkman ym. 1995, 12.)

## Äänihuulet



## Äänenkorkeuden määräytyminen

Äänihuulten pituus ja paksuus vaikuttavat siihen, millainen ääni ihmisellä on. Onko se korkea vai matala. Mielikuva viulun tai kitaran kielestä antaakin hyvän muistisäännön äänihuulten koon vaikutuksesta äänen korkeuteen: ohut ja kireä kieli tuottaa korkean äänen, kun taas paksua ja kimmoisaa kieltä soittaessa kuulemme matalan äänen. Samoin toimivat ihmisen

äänihuuletkin.(Aalto & Parviainen 1998, 62.) Laulettaessa korkeita ääniä, äänihuulet venyvät pituutta ja samalla ohentuvat, matalia ääniä laulettaessa äänihuulet ovat vastaavasti lyhyet ja paksut. Tämä ilmiö on täysin riippumaton äänityypistä. Se tapahtuu kaikkien ihmisten äänihuulissa. (Valtasaari 2008.)

Äänihuulet värähtelevät eri korkeuksilla eri tavoin. Voidaankin erottaa kaksi erilaista värähtelytapaa: rintarekisteri ja ohennerekisteri Puhuessaa käytämme yleensä rintarekisteriä, jolloin äänihuulet värähtelevät mahdollisimman syvästi vastakkain. Tätä kutsutaan Sovijärven nimityksen mukaan täysvärähteiseksi värähtelyksi. Äänen korkeuden noustessa äänihuulten toimintatapakin muuttuu perusteellisesti. Supistumisen sijasta äänihuulet alkavat venyä ja ohentua. Tästä tuleekin nimitys ohennerekisteri. (Aalto & Parviainen 1998, 64.)

Lasten puheääni on yli puoli oktaavia (eli n. neljä kokosävelaskelta) korkeampi kuin naisten puheääni. Ennen puberteettia tyttöjen ja poikien äänet muistuttavat toisiaan, eikä pelkän puheen perusteella useinkaan pysty päättämään, onko puhuja tyttö vai poika. Murrosiässä äänihuulet kuitenkin alkavat kasvamaan rajusti, pojilla enemmän kuin tytöillä, ja ääni maldaltuu. (Aalto & Parviainen 1998, 63.)

## Äänialat

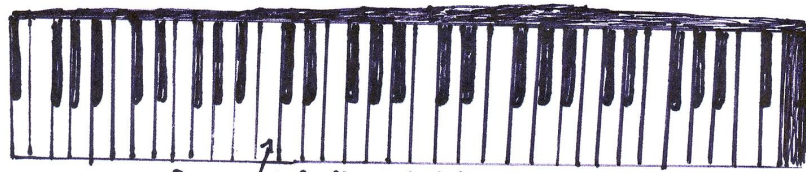
Koska äänenkorkeus määräytyy äänihuulten koon perusteella, on hyvin loogista, että lapsilla on korkeampi ääni kuin aikuisilla. Äänialat voidaankin määrittellä alimman ja ylimmän laulettuun äänen perusteella. Lisäksi äänityypin eli fakin määrittelemiseen vaikuttavat break-kohta<sup>1</sup> (joka on eri äänityypeillä hieman eri kohdassa, miehillä break-kohta tietenkin oktaavia alempana, kuin naisilla), sekä äänen lepäävyysalue<sup>2</sup>. Klassisessa musiikissa koulutetut äänet jaotellaan äänialojensa mukaan kuuteen pääluokkaan

<sup>1</sup> Äänihuulissa tapahtuva toiminnallinen muutos. Päävastuu äänen synnyssä on äänihuulilihaksilla ja sivuvastuu korkeutta säätelevillä lihaksilla. Äänihuulissa tapahtuu pysähdys. (Eerola 2002.)

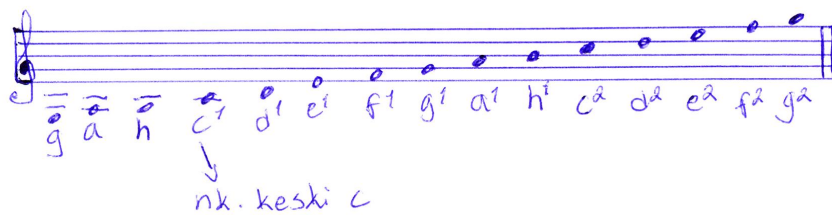
<sup>2</sup> Alue, jossa laulajan ääni soi parhaiten. Alue tuntuu laulettaessa helpoimmalta laulajasta itsestään. Eli ääni lepää tällä alueella.

(joista jokainen sisältää tarkemmin määriteltyjä alalajeja), korkeimmasta äänityypistä lähtien: Sopraano, mezzosopraano, alto, tenori, baritoni ja basso. Näistä kolme ensimmäistä on naisääniä ja kolme viimeistä on puolestaan miesääniä. Tavallisen, arkilaulajan äänialahan ei tietenkään voi ylittää yhtä korkealle, kuin koulutetun tenorin tai sopraanon, eikä toisaalta useinkaan niin matalalle, kuin alton tai basson. Vertailun vuoksi esittelen kuitenkin näiden edellä mainittujen äänityyppien äänialat.

- \* Sopraano h - h<sup>2</sup>
- \* Mezzosopr. g - g<sup>2</sup>
- \* Alto e - e<sup>2</sup>
- \* Tenori H- h<sup>1</sup>
- \* Baritoni G - g<sup>1</sup>
- \* Basso E - e<sup>1</sup> (Krokmors 1985, 124).



f g a h c<sup>1</sup> d<sup>1</sup> e<sup>1</sup> f<sup>1</sup> g<sup>1</sup> a<sup>1</sup> h<sup>1</sup> c<sup>2</sup> d<sup>2</sup> e<sup>2</sup> f<sup>2</sup> g<sup>2</sup>  
 nk. keski c



nk. keski c

On kuitenkin muistettava, että edellä mainitut äänialat ovat keskiarvoja ja esimerkiksi useat sopraanot laulavat paljon korkeammalle, kuin a<sup>2</sup>. Edellä esitetyt äänialat eivät missään nimessä tarkoita matalinta ja korkeinta ääntä, jonka tietyn äänityypin edustaja pystyy tuottamaan oikeaoppisesti. Ääniluokan määrittelemiseen vaikuttaa äänialan lisäksi myös äänenväri.

6 - 7 -vuotiaiden lasten ääniala laulattamiskorkeuksilla on Sibelius-

Akatemian rehtorina toimineen prof. E. Urhon mukaan h - g1 tai c1 - a1. Kuitenkin hänen mukaansa lapset voivat saada äänialansa yltämään täysjännitteisellä laulutavalla jopa d2:n tai f2:n asti, jonka jälkeen siirrytään falsettiin. Urhon mukaan lapsia voidaankin laulattaa kolmella eri tavalla:

1. Täysjännitteisesti, jonka laulukorkeuden esittelin edellä.
2. Täydellä rintaäänellä, jota käyttäen lapset pääsevät f1:n - g1:n asti.
3. Tasaisen keveähköllä äänellä, jonka seurauksena matalalta alueelta keskialalle siirryttäessä ei huomata minkäänlaisia kynnyksiä. Tällä tavalla laulettaessa myös keskialalta korkealle alalle siirtyminen on luonnollista. (Tanskanen 1992, 14.)

Lasten äänialoja on tutkittu jonkin verran ja jokaisen tutkimustulokset poikkeavat hieman toisistaan. Tanskanen (1992, 20 - 26) mukaan 5 - 6 - vuotiaiden kokonaisääniala on c1 - c3, kun taas Somerman tutkimuksen mukaan esikouluikäisten lasten ääniala on d1 - h1. Siukkosen vuosina 1924 - 31 tekemän tutkimuksen mukaan kouluikäisten lasten kokonaisääniala on e - h2. Siukkosen tekemän tutkimuksen mukaan kuitenkin vain harvat lapsista pystyivät laulamaan edellä mainitun äänialan korkeimmat tai matalimmat äänet. Vuonna 1962 myös Urho tutki 6 - 8 -vuotiaiden lasten äänialoja, opettaen heitä samalla keventämään laulutapaansa. Tämän tutkimuksen tuloksena Urho totesi, että 6 -vuotiaiden lasten ääniala olisi c1 - e2 ja 8 -vuotiaiden matalin sävel olisi c1:n sijasta a. (Tanskanen 1992, 22.)

Jos näistä tutkimuksista jättää pois Siukkosen tekemän tutkimuksen tulokset, koska siinä ei ole tarkennettu, minkä ikäisistä koululaisista on kyse, päädyn itse seuraavanlaiseen keskiarvoon: 5 - 6 -vuotiaiden lasten ääniala on n. d1 - f2, 6 - 8 -vuotiaiden ääniala on n. h tai c1 - d2. Edellisessä keskiarvossa puhun siis lasten laulattamisäänialasta, en siitä, kuinka matalalle tai korkealle lapset todellisuudessa pystyvät laulamaan. Tämän päätelmäni perusteella, lapsia ei tulisi milloinkaan laulattaa d1:tä alemmaksi. Pysyessämme laulettaessa d1:n yläpuolella, voimme laulaa turvallisesti, tekemättä vahinkoa lasten äänihuulille.

K. Borgin mukaan aikuisen ääniala ulottuu G1:stä aina f3:n asti (Tanskanen 1992, 16). Tämä äänialahaarukka käsittää varmasti sekä mies- että naisäänet. Jos siis palaamme takaisin aikaisemmin esittämiini koulutettujen laulajien äänialoihin, uskon että arkilaulajan ääniala sijoittuu naisilla lähelle alton äänialaa (f - d2), joskin d2:n ja f:n laulaminen voi joillekin tuottaa hieman vaikeuksia, ja miehillä ääniala taas vastaa hyvin paljon baritonin äänialaa (A - f1). Näitä arvioitani ja edellä esittelemieni henkilöiden tutkimustuloksia vertaamalla, sekä useiden lastenlaulujen matalimman ja korkeimman säveln intervallisuhdetta tarkastellessa, huomasin, että lastenlauluissa vain harvoin ambitus on oktaavia (8 kokosävelaskelta) suurempi. Usein se jää jopa kvarttiin (4 kokosävelaskelta) tai sekstiin (6 kokosävelaskelta). Yhteenvetona voinkin todeta, että valittaessa lapsille tarpeeksi helppoja lauluja, aikuisilla ei pitäisi olla ongelmia laulaa niitä lapsille sopivalta korkeudelta.

### **3.4 Lapsuudessa liian matalalta laulettujen laulujen vaikutus äänihäiriöihin**

Hofmannin mukaan kasvuikäisten lasten laulattamiskorkeuksien määrittelyn tulisi olla entistäkin tärkeämpää, koska kasvuikäisiä laulattavien opettajien vastuu on suuri. Lapset ovat ottaneet esikuvikseen ja malleikseen aikuisten pop-laulajien käyttämiä säveltasoja (Tanskanen 1992, 37 - 43.) Tämä äänenkäytön malli on ehdottomasti liian matala lasten laulettavaksi. Liian matalalta laulaminen ja puhuminen voivat aiheuttaa äänen käheytymistä niin lapsilla, kuin aikuisillakin. Vaikka käheyden syitä on selvitetty kautta aikojen ja tutkiminen on hyvin monimutkaista, sekä syitä tiedetään olevan paljon, on todettu, että käheytyymisen yhtenä syynä on liian matalalta puhuminen ja laulaminen varhaislapsuudessa. Lapsilla on tapana kuunnella ja matkia äänimalleja. Erityisesti lahjakas lapsi kuuntelee malleja tarkkaavaisesti, yrittäen matkia niitä. Kun äänimallit ovat jatkuvasti omalle äänialalleen liian matalia, mitä lahjakkaampi lapsi on kyseessä, sitä haitallisempaa se on hänen äänielimistölleen. Matkiessaan niitä lapsen ääni rasittuu, joka puolestaan vaurioittaa äänielimiä. Tämän vuoksi aikuisten

tulisikin lisätä ympäristöön korkeita ääniä, tähän käy esim. korkeaääniset lelut ym. (Tanskanen 1992, 46.)

## 4 LAPSET, AIKUISET JA YHDESSÄ LAULAMINEN

### 4.1 Laulaminen

“Laulaminen on luonnollisin musiikin harrastamisen muoto. Ilman apuvälineitä voidaan laulaen ilmentää musiikillisia perusaineksia: rytmiä, melodiaa, rakenteita jne.” (Kroksfors, 8.) Laulamalla voidaan ilmaista tunteita. Laulujen sisältämät roolit auttavat, varsinkin jos kyseessä on arka lapsi, ilmaisemaan itseään. Ryhmässä laulaminen taas luo yhteenkuuluvaisuuden tunnetta. Laulaminen vaikuttaa myös puheen kehitykseen: sanavarasto laajenee, muisti kehittyy, sekä looginen ajattelu ja mielikuvitus kehittyvät myös lauletaessa. (Kroksfors 1985, 8.)

Laulamisen tulisikin olla jokaisen ihmisen käytössä oleva ilmaisukanava ja voimavara. Äänen käytön luontaista halua ei saisi lannistaa laulutaitoa koskevilla arvioinneilla. Varhaiskasvatuksen alalla ja koulumaailmassa työskentelevillä on erittäin suuri vastuu äänenkäytön ja laulamisen taidon kehittamisestä. Heillä on vastuu, paitsi omasta äänenkäytöstään ja antamastaan mallista, myös kasvatuksensa kohteena olevan ikäluokan valmiuksista. Lasta tulisi rohkaista ja innostaa löytämään oma äänensä. Häntä tulisi kannustaa kokeilemaan eri tapoja, kuinka ääntä pystyy käyttämään. Laulaminen ei koskaan saisi perustua pakotteisiin tai velvollisuuteen, vaan tarpeeseen ilmaista itseään laulun avulla. Laulaminen onkin yhtä luonnollinen tapa käyttää ääntä kuin puhuminen. “Matka puheesta lauluun on lyhyt”. Lähes kaikki aikuiset käyttävät puheessaan laulamisen keinoja aivan huomaamattaan. Esimerkiksi äidin huudellessa Annaa syömään, hänen äänensä ei ole monotonisesti yhdessä sävelessä, vaan hän käyttää puhe-



saan/huudossaan eri sävelkorkeuksia. (Hongisto-Åberg 1994, 106 - 107.)  
 Laulamisen ja puhumisen ero: Laulettaessa tempo on yleensä hitaampi, kuin puhuttaessa ja useat ihmiset laulavat hieman korkeammalta säveltasolta, kuin puhuessaan (Krokkfors 1985, 9).

#### **4.2 Laulaminen lasten ehdoilla**

Pienten lasten kanssa työskentelevän aikuisen äänenkäytön tulisi olla luonnollista ja kaunista. Voimakasta laulamista tulisi välttää. Kun laulu on tuttu lapsille, aikuisen tulisi hiljentää omaa ääntään ja siirtää vastuuta laulamisesta enemmän lapsille. Jos taas ohjaaja tiedostaa laulavansa “nuotin vierestä”, hänen olisi hyvä käyttää laulunopetuksessaan joko apuopettajaa tai äänitteitä. (Hongisto-Åberg 1994, 110.) Toisaalta, todella väärin laulava aikuinen voi laulun sijasta lausua vaikkapa rytmikkäitä loruja. Äänimallin ei myöskään tulisi olla koulutettu laulaja, koska heidän äänensä on paljon voimakkaampi kuin “tavallisten” laulajien ääni (Krokkfors 1985, 33 - 43). Koulutettu laulaja äänimallina voi johtaa siihen, että lapset saattavat omaksua liian voimakkaan äänenkäytön. Tämän vuoksi koulutetun laulajan tulisi muistaa suhteuttaa äänensä tilanteeseen, laulaessaan lasten kanssa (Krokkfors 1985, 43).

Koska lapsen kanssa laulavan aikuisen tulisi laulaa oikein, epävarman laulajan pitäisi valita riittävän helppoja lauluja laulettavaksi. Tällöin hän saattaa onnistua laulussaan paremmin. Alkuäänen annossa olisi hyvä käyttää jotakin soitinta, sillä usein pelkän “mutu-tuntuman“ avulla valittu lähtöääni on liian matala. Uutta laulua lapsille opetettaessa, opettajan tulisi itse osata kyseinen laulu. Jos hän ei osaa sitä, olisi hyvä turvautua äänitteeseen ja opetella laulu siitä yhdessä lasten kanssa. On kuitenkin muistettava, että vaikka äänesi ei olisi maailman kaunein, mutta tiedät osaavasi laulaa suurin piirtein oikein, laula mieluummin itse, kuin käytät äänitettä. Äänitteen käyttö on kuitenkin mekaanista, joka on tuotettu studiossa ja siitä on poistettu kaikki virheet, siitä puuttuu inhimillisyys ja yhteyden kokeminen, eikä se ole elävää musiikkia. (Krokkfors 1985, 44 - 47.)

### 4.3 Miten ja mitä lapselle lauletaan ja miten heille opetetaan lauluja

*Esivanhempamme ovat jättäneet meille rikkaan loru- lauluperinnön, jonka olemassaolon olemme tienneet, mutta emme ole tiedostaneet. Vanhemmat muistelevat kyllä mielellään mummon ja vaarin viisauksia: loruja, lauluja ja “lörpötyksiä”, mutta eihän niillä voi olla merkitystä meidän aikamme lapsille, televisioon, videoihin ja tietokoneisiin tottuneille. (Ollaranta & Simojoki 1989, 91.)*

Musiikki vaikuttaa myönteisesti lapsen tunne-elämän tasapuoliseen kehitykseen. Se antaa onnistumisen ja osaamisen elämyksiä, sekä osallistumisen riemua ja yhdessä kokemisen turvallisuutta ja hauskuutta. (Ollaranta & Simojoki 1989, 124.) Vaikka olenkin korostanut aikaisemmissa luvuissa oikein (sävelpuhtaasti) laulamisen merkitystä, on syytä kuitenkin muistaa, että kotona vanhemmat, isovanhemmat tai sisarukset saavat ja heidän tulisikin laulaa pienille lapsille. Laulaminenhan luo lapsille turvallisuuden tunnetta arkiaskareiden keskellä. Hoitopaikoissa ja kerhoissa työskentelevien hoitajien ym. on puolestaan osattava laulaa, jos he laulavat lasten kanssa. (Ollaranta & Simojoki 1986, 5.)

Millaisia lauluja sitten tulisi valita lapsille? Laulujen valitsemisessa tulisi ottaa lapsen ikä huomioon. Mitä pienempi lapsi on, sitä helpompia lauluja hänelle tulisi opettaa. Kun laulu on tarpeeksi helppo, lapsella on paremmat mahdollisuudet oppia laulamaan oikein jo ennen kouluikää. (Krokkfors 1985, 13.) Tämän vuoksi helpot esivanhemmiltamme perityt laulut ovat erittäin hyviä lauluja pienille lapsille. Ne ovat tarpeeksi yksinkertaisia melodioiltaan ja myös sanoituksiltaan. Opetettaessa lasta laulamaan, on hyvä muistaa ottaa huomioon lasten edellytykset osallistua laulamiseen. Kaikki laulut kun ei ole tarkoitettu lasten itsensä laulettaviksi, ei edes kaikki lastenlaulut. Laulut voidaan jakaa kolmeen ryhmään:

- I. Laulut, joita lauletaan lapsille
- II. Laulut, joita lauletaan lasten kanssa
- III. Lasten omat laulut (Krokkfors 1985, 64.)

Lasten omilla lauluilla tarkoitetaan lasten itsensä keksimiä lauluja tai lasten keksimiä muunnoksia valmiista lauluista. Lasten omilla ehdoilla syntyneet pikkulaulut ovat erittäin tärkeitä ja lasta tulisikin kannustaa keksimään niitä, sillä nämä laulut toimivat sävelkorvan puhdistajina ja melodiataajun kehittäjinä (Ollaranta & Simojoki 1989, 92).

Yleisimmistä lauluista Hämä-hämähäkki, johon usein yhdistetään vielä sormileikki, on liian vaikea pienille lapsille. Tämä laulu leikin kanssa vaatii lapselta jo pitkälle kehittyntä hienomotoriikkaa. Toiseksi, laulu on liian pitkä, vaikka siitä laulettaisiin pelkästään ensimmäinen säkeistö. Kolmanneksi, laulussa on monimutkaiset sanat ja liian laaja ambitus (oktaavi). Hämä-hämähäkkiä tulisikin laulaa vasta peruskoulussa. Päiväkodeissa Hämä-hämähäkin tilalla voisi laulaa vaikkapa Körö körö kirkkoon-laulua. (Kroksfors 1985, 65 - 66.) Kroksforsin (1985, 66) kirjassa ”Lapsi ja musiikki LAULAMINEN” on lueteltu lauluja, jotka soveltuvat alle kouluikäisten laulettavaksi. Näitä ovat mm.

- 🔔 Aleksille taikinaa
- 🔔 Pieni tytön tylleröinen
- 🔔 Piiri pieni pyörii
- 🔔 Rati riti ralla
- 🔔 Satu meni saunaan
- 🔔 Puiset rattaat
- 🔔 Yksi pieni elefantti
- 🔔 Pienet sammakot
- 🔔 Karhu nukkuu
- 🔔 Maijan karitsa
- 🔔 Jänis istui maassa

Mistä lapsille hyviä lauluja löytyy? Hyviä lähteitä laulujen valintaan ovat

👉 Kansanlaulut, sekä kotimaiset että ulkomaiset (lauletaan lasten omalla äidinkielellä).

- ↪ Hyvien lastenlaulusäveltäjien laulut.
- ↪ Päiväkodin lasten tai henkilökunnan tekemät omat laulut.
- ↪ Tunnettujen säveltäjämestareiden laulut.

Laulujen valintaan vaikuttavat myös laulujen tunnesisältö. Mitä elämyksiä lapsi voi saada lauluja laulaessaan tai kuunnellessaan niitä? Valintaan vaikuttavat myös aihepiiri, pituus ja ambitus. Lapsille sävellettyjen laulujen tulisi liikkua niin suppealla alueella, tätä lapset voivat laulaa niitä vaivattomasti. Alle kouluikäisten lauluissa laulujen ambitus tulisi olla korkeintaan kvintti tai seksti (viisi tai kuusi kokosävelaskelta). Laulujen pituus ei saisi ylittää neljää nuottiviivastoa, eikä säkeistöjen tulisi olla liian pitkiä. Myös seuraaviin asioihin tulisi kiinnittää huomiota valittaessa laulua lapsille: Ymmärtääkö lapsi laulun sanat?, onko rytmi luonteva? ja liikkuuko melodia luontevasti? Tekstin valintaan onkin yksi yksinkertainen ohje: Mitä pienempi lapsi, sitä vähemmän sanoja. Pienten lasten lauluissa olisi hyvä olla toistuvia sanoja, tämä helpottaa yhteislaulua. Sanojen venytyksiä tulisi taas välttää, jolloin lapsi ei välttämättä enää tiedä, mikä sana oikeasti on kyseessä. Esim. “Kas kuusen latvassa oksien alla, on pesä pienoinen oravalla...” lauletaan yleensä; “Kas kuusen latvassaa oksien alla, on peesää pienoinen oo-ooravallaa...”. (Krokkfors 1985, 68 - 71.) Lapsi ei todennäköisesti ymmärrä, mikä sana peesää tai ooraava on. Silloin laulun sanoilta katoaa myös merkitys.

Päiväkodeissa ohjelmistossa tulisi olla n. 15 - 40 laulua vuodessa, kerhoissa ja musakareissa (jotka ovat kerran viikossa) vähemmän. Näistä lauluista 10 - 15 laulua tulisi olla jatkuvasti ohjelmistossa ja loput ovat ns. tilapäislauluja (vuodenaikalaulut, jouluj- ja pääsiäislaulut jne.). (Krokkfors 1985, 72.)

Miten opetan lauluja lapsille? Opetettaessa uutta laulua lapsille, on muistettava muutama perusasia:

- ☺ Ole itse innostunut laulettavasta laulusta
- ☺ Osaa itse hyvin opetettava laulu, ennen kuin alat opettaa sitä lapsille

- ☺ Valitse sopiva sävellaji
- ☺ Valitse sopiva tempo
- ☺ Muista hyvä, esimerkillinen äänen käyttö
- ☺ Mieti, millainen laulun luonne on, onko se haikea vai iloinen?

Itse opetusvaiheessa opetusmenetelmiä on useita. Lauluja voidaan opettaa kaiku menetelmällä (käyttämällä esilaulajaa), lausumalla runoa, taputtamalla rytmiä, piilosyöttönä (esim. taustamusiikkina) tai osittain (opettamalla esim. vain kertosaieistö). (Krokkfors 1985, 87 - 88.) Kaikulaulumenetelmää käyttäessä, tämä on erinomainen testi todeta, onko laulu valittu oikein. Jos lapset pystyvät toistamaan kuulemansa, laulu on valittu oikein! (Ollaranta & Simojoki 1989, 144.) Myös liike ja havaintovälineet ovat hyvä keino opettaa lauluja lapsille. Lauluja voidaan laulaa piirissä pyörimällä tai letkassa kulkien, kädestä kiinni pitäen. Tämä opettaa lapsille sosiaalisutta ja uskallusta pitää kädestä kiinni toisia ihmisiä, sekä lisäksi se on hauska tapa laulaa lauluja. Näin laulu jää helposti mieleen ja se opitaan leikin ohella. Havaintovälineinä voidaan taas käyttää jotakin lapsille mieluista lelua tai esinettä, joka kiertää kädestä toiseen laulun aikana. Tämäkin on hauska tapa oppia laulu ja laulu muistuu helposti mieleen, kun lelu nähdään seuraavan kerran. (Ollaranta & Simojoki 1989, 145.) On muistettava, että laulun esittelyssä on jo hyvä valita oikea sävellaji, jota myös lapset pystyvät laulamaan (Krokkfors 1985, 90). Vaikka aikuinen mielellään laulaisikin paljon matalammalta, kuin mistä lasten on helppointa laulaa, tulisi aikuisen kiinnittää huomiota laulettavaan sävellajiin (Ollaranta & Simojoki 1989, 146). Koska laulua lauletaan lapsille ja on tarkoitus, että lapset oppivat laulamaan kyseisen laulun, aikuisen mallin ei tulisi olla sen enempää äärimmäisen korkea taidonnäyte, kuin matalalta mörinäkään. **C-duuri tai sitä matalampi sävellaji on ehdottomasti liian matala** (vrt. Krokkfors 1985, 90 ja Sundinin tutkimus vuodelta 1977, Vainio 1992, 118 - 119). Sundinin tutkimuksen mukaan lasten laulu ei saisi ylittää a1 säveltä. Mielestäni lapsia laulatettaessa äänielimistöille turvallinen sävellaji on **D-duuri tai d-molli**. Silloin suppealla alalla liikkuvat laulut on myös aikuisten helppo laulaa, koska ne eivät mene aikuisten mielestä epämuikavalle äänialueelle. Kun opetat lapsille laulua, laula itse ensin. Kun lapset ovat

mukana laulamassa, anna selvä aloitusmerkki ja lähtösävel. Laulun melodiaa toistetaan useita kertoja. Kun laulu alkaa tuntua tutulta, voidaan mukaan ottaa säestys (kitara, piano, kantele tms.), muistaen kuitenkin, että säestyksen on oltava tarpeeksi hiljainen. Myös lapset voivat itse soittaa mukana. Pidä huoli siitä, että uuden laulun opetusta seuraa järjestelmällinen sijoittaminen tulevien viikkojen ohjelmissa. (Krokkfors 1985, 90 - 92.) Näin laulu opitaan oikeasti ja se pysyy myös muistissa.

Rakennettaessa laulutuokiota, niiden tulisi olla keskenään samanlaisia, mutta ei kuitenkaan kaavamaisia. Tunnin rakenteissa tulisi siis olla toistoa:

- \* Vanhan kertaus
- \* Tämän hetkisen teeman käsittely
- \* Tulevan pohjustusta

Koska lapset kuuntelevat mielellään samoja satuja kerta toisensa perään, sama pätee myös lauluihin. Ei siis ole syytä vaihtaa ohjelmistoon jatkuvasti uusia lauluja, peläten, että lapset kyllästyvät, jos samoja lauluja lauletaan kerrasta toiseen. On paljon parempi vaihtoehto opettaa lapsille pieni määrä helppoja lauluja, joita he itsekin pystyvät oppimaan ja laulamaan mukana ja yksin, kuin suuri määrä vaikeita lauluja, joita lapset eivät pysty itse ymmärtämään ja laulamaan. (Ollaranta & Simojoki 1986, 7 - 9.)

## **5 PÄIVÄKOTIEN LAULUKÄYTÄNTEET**

### **Taustaa päiväkoteihin tehdystä kyselystä ja vastausten tulkitsemista**

Opinnäytetyöni aiheen tarpeellisuuden selvittämiseksi ja oman mielenkiintoni vuoksi tein edellä käsittelemiä aiheiden pohjalta kyselyn valitsemieni päiväkoteihin (ks. liite). Laatimassani kyselyssä pyrin selvittämään mieleeni kohonneita kysymyksiä 15 kysymyksellä. Näiden tarkoituksena oli selvittää, miten lapset laulavat, miten lapsille lauletaan ja mitä heil-

le/heidän kanssaan käytännössä lauletaan, sekä millä perusteella laulettavat laulut valitaan. Halusin myös selvittää, mihin asioihin hoitajat ja lastentarhanopettajat kiinnittävät huomiota lasten kanssa laulaessaan. Toimittin kyselylomakkeet yhteensä seitsemään joko ennalta tietämäni tai internetistä etsimääni päiväkotiin Laukaan, Jyväskylän ja Äänekosken alueelle. Kyselyn olisi voinut yhtä hyvin tehdä myös alakouluissa, mutta koska työssäni olen keskittynyt lähinnä päiväkotikäisten lasten laulamiseen, tein kyselyn ainoastaan päiväkoteihin. Vastaanotto oli erittäin positiivinen yllätys ja kyselyyn vastattiin yhteensä 18 päiväkotiryhmästä. Toki kaikki ryhmät eivät olleet muistaneet täyttää kyselyä määräaikaan mennessä, joten nämä ryhmät jäivät huomioimatta. Jututtaessani päiväkotihenkilökuntaa yleinen mielipide tuntui olevan, että aihe on heidän mielestään kiinnostava ja erittäin tarpeellinen.

### **Lauluhetkien määrä, laulujen suunnittelu ja ikäjakauma**

Kysyessäni, kuinka monta kertaa viikossa päiväkodeissa vietetään jokinlainen lauluhetki, suurimmassa osassa päiväkodeista vastaukseksi tuli ”päivittäin”. Lisäksi useassa päiväkodissa oman ryhmän lauluhetken lisäksi vietettiin kerran viikossa koko päiväkodin yhteistä musiikkituokiota. Vain kahdessa kyselyyn vastanneessa päiväkotiryhmässä lauluhetkiä vietettiin ainoastaan kerran viikossa.

Laulettavia lauluja, yleisesti ottaen, alettiin suunnitella jo hyvissä ajoin, mutta jossakin ryhmässä laulettavia lauluja suunniteltiin viikoittain. Laulujen valintaan vaikutti selvästi lasten ikä, jokin teema, vuodenaajat tai juhlat, sekä lasten omat toiveet. Useissa päiväkodeissa kerrottiin, että lauluissa kiinnitetään huomiota myös siihen, että laulut ovat riittävän helppoja lasten laulettaviksi. Myös yhdessä ryhmässä eroteltiin selkeästi lasten kanssa laulettavat laulut ja kuuntelulaulut toisistaan, sekä eräässä päiväkodissa oli kiinnitetty huomiota musiikillisiin tavoitteisiin ja siihen, miten laulut tukevat näitä tavoitteita.

Ryhmien ikähaitari saattoi olla hyvinkin laaja todennäköisesti päiväkodin

koosta riippuen. Viidessä vastauksen palauttaneista ryhmistä lasten ikä oli 3 – 5 vuotta, muutamassa ryhmässä ikäjakauma oli 10 kk – 2 vuotta, 1 – 3 vuotta, 4 – 7 vuotta tai 3 – 6 vuotta. Yhdessä kyselyyn vastanneessa ryhmässä lasten iät olivat 1 vuodesta aina 6 vuoteen asti. Joissakin ryhmissä lasten ikä oli ihanteellisesti 2 -3, 4 – 5 tai 5 – 6 vuotta.

### **Vuoden aikana laulettavien laulujen määrä**

Käytössä olevien laulujen määrä vaihteli paljon. Kysyessäni montako laulua vuodessa lauletaan ja kuinka moni niistä on lapsille uusia lauluja, vastauksia tuli 10:stä laulusta jopa 120:n. Osa ryhmistä vastasi, että heillä on käytössään jonkinlainen ”laulupussi tai laatikko”, jossa on useita kymmeniä lauluja ja niistä arpomalla lauletaan lauluhetken laulut. Keskiarvoksi käytössä olevien laulujen määräksi, vähiten käytössä olevien (10 kpl) ja eniten käytössä olevien (120 kpl) jätettyä pois laskuista, tuli 40 laulua/vuosi. Tämä onkin sopiva määrä lauluja, jos lauluhetki pidetään joka päivä (ks. s. 25 ). Kysymykseen, kuinka moni näistä lauluista on lapsille uusia, vaihtelu olikin aika suuri. Vuoden aikana saattoi lapsille tulla laulettavaksi jopa 30 uutta laulua, joka on todella suuri määrä, jos ohjeen mukaisesti lauluja yleensäkin saisi olla ohjelmistossa korkeintaan 40. Voidaan siis vain miettiä, millaiset mahdollisuudet lapsilla on syväoppia lauluja, jos ikä on esim. 1 -3 vuotta. Tarkemmin, yksittäisiä lukuja katsellessa, yleisesti voisi sanoa, että päiväkotien käytössä olevien laulujen määrää tulisi selkeästi laskea. Vaikka samoja lauluja joudutaankin sitten laulamaan yhä uudestaan ja uudestaan, lapset eivät näihin lauluihin hetkessä kyllästy. Kuten aiemmin jo kirjoitin, haluavathan lapset kuulla saman sadunkin aina uudestaan, kyllästymättä siihen. Tämä tulisi myös muistaa laulujen kohdalla. Vain useiden toistojen seurauksena lapsi voi oppia laulun niin, ettei se seuraavassa hetkessä jo unohdu kokonaan.

### **Käytössä olevat säestyssoittimet**

Kyselyyn osallistuneissa päiväkodeissa lauluja säestettiin useilla eri soittimilla. Käytössä olivat piano, kitara ja harmonikka. Myös lapset pääsevät



itse osallistumaan laulunsa säestykseen rytmisoittimilla, kellopeleillä ja (mikä ilahduttavinta) kehoisoittimilla. Kehosoittimiksi kutsutaan omasta kehosta käsillä saatavia ääniä, joita saadaan esim. reisiin, vatsaan, poskiin, rintaan ym. Kehosoittimet lisäävätkin lasten luovuutta tuottaa uusia ääniä omasta kehosta ja käyttää niitä laulun säestyksenä. Kehosoittimia tai rytmisoittimia, kuten marakasseja käyttämällä säestyksen voimakkuus ei yleensä pääse nousemaan niin korkeaksi, että lauluun täytyisi lisätä voimakkuutta. Kitara on myös erittäin hyvä säestyssoitin, koska se on hyvin pehmeä-ääninen soitin, eikä näin ollen myöskään pakota lapsia laulamaan luonnottoman lujasti. Piano on taas aika vaativa säestyssoitin. Pianosta ja sen soittajasta riippuen, säestys saattaa helposti olla liian kova äänistä ja peittää säestettävien lasten lauluäänien, jolloin lapset saattavat itse lisätä laulunsa voimakkuutta tai vaihtoehtoisesti säestäjä saattaa pyytää lapsia laulamaan kovempaa. Pianon käyttöä säestyksessä tulisikin välttää, ainakin jos laulajia on vähän.

### **Laulaminen**

Kysyessäni, miten laulujen lähtösävel valitaan, vastaukset olivat hyvin kirjavia. Joissakin ryhmissä lähtösävel otettiin oikeaoppisesti jostakin soittimesta tms., mutta monessa ryhmässä lähtösävel otettiin korvakuulolta, eli aiemmin mainitsemani ”mututuntumalla” (ks. s. 22 ). Hyvin moni kertoi valitsevansa lähtösävelen omalle äänialueelleen sopivalta korkeudelta. Jotkut taas kirjoittivat valitsevansa lähtösävelen nuottien mukaan (vastauksista ei kuitenkaan käynyt ilmi, ottavatko he siis lähtöäänien jostakin soittimesta), eräs vastaajista oli ilokseni ilmoittanut aloittavansa laulut yleensä d:stä.

Selvästi enemmistö tunnusti laulavansa omastakin mielestään lapsien kanssa lapsille liian matalasta sävellajista. Muutama arveli laulavansa lasten tasolta tai sopivalta korkeudelta (vastauksesta ei taaskaan käy ilmi, tarkoittaako vastaaja sopivalla korkeudella itseään vai lapsia), ja kolme vastaajista lauloi mielestään liian korkealta. Voidaan siis päätellä, että lasten hoitajista löytyy myös sellaisia, jotka uskaltavat laulaa itselleen hiukan epä-

miellyttävältä alueelta, jotta lapsien olisi helpompi laulaa, vaikka suurin osa laulaakin ehdottomasti liian matalalta. Lasten lauluasunnoista kysyttäessä suurin osa laulatti lapsia istuma-asennossa, mutta vain kuusi kertoi kiinnittävänsä huomiota lauluasentoon.

Melua, paria poikkeusta lukuun ottamatta, kerrottiin luonnollisesti olevan päiväkodeissa. Melutasoon pyrittiin kuitenkin puuttumaan, kehottamalla lapsia puhumaan/leikkimään hiljaisemmalla äänellä ja jakamalla lapsia pienempiin ryhmiin. Positiivista kuitenkin oli, että lähes kaikki vastanneet kertoivat, että lauluhetken aikana melua ei ole, vaan lapset rauhoittuvat laulamaan tai kuuntelemaan. Luluhetken tultiin yleensä ulkoa tai vapaasta leikistä, mutta hetkeen ”laskeuduttiin” jonkin lorun tai hiljaisen hetken kautta. Laulut, joita päiväkodeissa on käytössä, löytyy paljon (ainakin minulle itselleni) uutta tuotantoa, mutta myös klassikot Hämä-hämä-häkki, Oravan pesä ja Ihahhaa ovat myös mukana. Eräässä päiväkodissa laululistalta löytyi jopa henkilökunnan itsensä tekemiä lastenlauluja. Lauluista osa oli selkeästi helppoja, joita lapset pystyvät laulamaan mukana, mutta listalta löytyi myös vaikeita lauluja, jotka käytännössä toimivat luultavasti enemmänkin kuuntelulauluina, kuin lasten itsensä laulamana.

Arvioidessaan lasten laulamista, useat kertoivat lasten laulavan mielestään ”aika hyvin” tai seikkailevan sävellajista toiseen. Varsinkin ilman säestystä lauletaessa lapset eivät useimmiten pysyneet aloitetussa sävellajissa. Voisiko siis tästä vetää johtopäätöksen, että lähtösävelen korkeudella on merkitystä siihen, laulavatko lapset puhtaasti vai seikkailevatko omissa sävellajeissaan? Suurin osa hoitajistahan kertoi aloittavansa laulut ”mututuntumalla”, ja jos lapset pysyvät alkuperäisessä sävellajissa paremmin säestyksen kanssa, voisi siis olettaa, että säestettäessä useimmiten lauletaan korkeammalta, kuin ”mututuntumalla” lauletaessa. Uskallan näin ollen väittää, että lasten laulupuhtaus paranisi paljon, jos laulukorkeuteen alettaisiin kiinnittää vielä enemmän huomiota.

## 6 YHTEENVETO

Aikuisilla on suuri vastuu lapsille antamastaan äänimallista. He voivat parhaimmillaan antaa omalla äänimallillaan ja äänenkäytöllään terveen äänenkäytön ainekset lapsille, mutta toisaalta myös siirtää omia ääniongelmiaan heille. Siksi olisikin tärkeää, että aikuiset tarkkailisivat omaa äänenkäyttöään puhuessaan, laulaessaan ja yleensäkin aina ääntä päästäessään. Aikuisen pitäisi kiinnittää huomiota omaan puheeseensa, ettei se olisi liian tasapaksua, jossa ei ole minkäänlaisia äänen värien vivahteluja ja sävyjä. Parhaimmillaanhan äänellä pystyy tuomaan esille tunnetiloja, leikittelemään ja korostamaan sanotun asian tärkeyttä tai painottamaan jonkin tietyn sanan arvoa. Luulen, että jokainen meistä toivoisi, että äänemme miellyttäisi sekä itseämme että kanssaihmissiämme ja sitä olisi miellyttävää kuunnella. Sama pätee myös laulamiseen. Ei kukaan varmasti halua lauluäänensä kuulostavan variksen raakunnalta. Äänen laatuun voi itse osittain vaikuttaa. Tietenkään emme pysty itse vaikuttamaan siihen, millaisen ääninelimistön olemme saaneet syntymälahjana, mutta äänenlaatumme voimme kiinnittää huomiota ja tarvittaessa hakeutua ja kääntyä jopa ammatti-ihmisen puoleen.

Lapsille antamamme ääniesimerkin tärkeyttä ei voi korostaa. Oppiihan lapsi matkimalla ja jäljittelemällä paljon asioita. Mallia katsomalla ja kuuntelemalla he oppivat puhumaan, kävelemään ja suoriutumaan arkielämän askareista, niin myös käyttämään ääntänsä. Toivommehan antavamme hyvän esimerkin yleiselle käyttäytymiselle, arvoille ja tuleville ihmissuhteille, miksi emme siis haluaisi antaa myös hyvää esimerkkiä äänellämme? Muutamilla perustiedoilla pääsemme jo pitkälle ja voimme näin edesauttaa lastamme, olipa hän sitten oma tai vieras, saamaan käyttöönsä terveen ja miellyttävän äänen.

Ei siis ole liioittelua painottaa laulamiskorkeuden tärkeydestä. Väkiavalta lasten kasvatuksessa on kiellettyä, miksi siis vaatisimme lasta käyttämään ääntänsä väkivalloin. Emme yleensä vaadi lapsilta tehtäväksi sellaisia asi-

oita, johon hänen motoriikkansa, älynsä tai puheensa ei vielä anna valmiuksia. Tämä pitäisi jokaisen aikuisen muistaa myös laulaessa: Lapsella ei ole samanlainen äänielimestö, kuin aikuisilla, se kehittyy iän myötä ja siksi lapselta ei tulisi vaatia laulamista samoilta sävelkorkeuksilta, kuin mistä aikuinen mielellään laulaisi. Lapsella ei yksinkertaisesti ole fyysisiä valmiuksia laulaa matalalta. Aikuisen tulisikin suhteuttaa äänensä lasten äänen tasolle ja tuntiessaan menevänsä säveltasolla itselleen liian korkealle, opetella ohentamaan ääntään korkealla lauletaessa. Tällä tavalla laulaminen helpottuu, eikä ääntä tarvitse pinnistellä. Pienillä keinoilla laulamisesta hieman korkeammalla voidaan tehdä itselle helpompaa, joka taas palvelee lapsen äänenkäyttöä paremmin, ja liikkuu lapsen äänielimestöä ajatellen turvallisella alueella. Lasten kanssa työskentelevien henkilöiden tulisi saada lisää koulutusta oppiakseen kevyempää äänenkäyttöä, sillä tällä hetkellä sitä ei opeteta heille heidän ammatillisissa opinnoissaan.

## LÄHTEET

Aalto, A-L. & Parviainen, K. 1998. Auta ääntäsi. 8. p. Keuruu: Otava.

Brotherus, A., Helimäki, E. & Hytönen, J. 1994. Opetus varhaiskasvatuksessa. Juva: WSOY.

Hirsjärvi, S. & Huttunen, J. 1997. Johdatus kasvatustieteeseen. 4. - 5. p. Juva: WSOY.

Eerola, R. 2002. Maisteri. Äänifysiologian luentosarja. Luentomateriaali. Perheniemen evankelinen opisto. XVI Yksinlaulu- ja äänenmuodostuskurssi 29.7 - 3.8.2002.

Koistinen, M. 2003. Tunne kehosi - vapauta äänesi Äänitimpurin käsikirja. SULASOL, Helsinki. Vammalan Kirjapaino Oy.

Krokkfors, M. & MLL. 1985. Lapsi ja musiikki LAULAMINEN. Porvoo: WSOY.

Mäkinen, P. 2002. Verkko - tutor. Mitä on oppiminen? Päivitetty 31.12.2002. Viitattu 28.9.2007.

<http://www.uta.fi/tyt/verkkotutor/oppimin.htm>

Ollaranta, R. & Simojoki, M. 1989. LAULAN LASTEN LAILLA Musiikin varhaiskasvatuksen opas. Keuruu: Otava.

Ollaranta, R. & Simojoki, M. 1986. Musiikkimaan matkaopas. Alle kouluikäisten lasten musiikkikasvatuksen käsikirja musiikkileikkikouluille ja päiväkodeille. Otava.

Rauste-von Wright, M., von Wright, J. & Soini, T. 2003. Oppiminen ja

koulutus. 9. p. uud. p. Juva: WSOY.

Sala, E., Sihvo, M. & Laine, A. 2003. Ääniergonomia Toimiva ääni työvälineenä. Työterveyslaitos, Työturvallisuuskeskus. Helsinki: Yliopistopaino.

Strandman, R. 2005. Äänenkäyttö musiikkipedagogin työssä -kurssi. Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Tanskanen, K. 1992. Lauluelimistön terveys 7 - 9-vuotiailla ja heidän laulamiensa matalien säveltasojen yhteys terveyden katoamiseen. Opinnäytetyö. Helsinki: Sibelius-Akatemia.

Vainio, M. 1992. Kodaly-tutkimuksen näköaloja. Jyväskylän yliopiston musiikkitieteenlaitos. Jyväskylän yliopiston monistuskeskus Offset.

Valtasaari, H. 2008. Lehtori. Laulajien ohjelmistoseminaarin luento. Jyväskylän ammattikorkeakoulu 20.3.2008.

Vilkman, E., Sala, E. & Kanerva, S. 1995. Vaali terveyttäsi Suojele ääntäsi. 1.p. Multiprint.

## LIITE

## PÄIVÄKOTIEN KYSELYLOMAKE

1. Montako kertaa viikossa päiväkodissanne pidetään jonkinlainen lauluhetki?
2. Miten päiväkodissanne suunnitellaan vuodenaikana laulettavat laulut? Kuinka aikaisin suunnittelu aloitetaan ja kuinka pitkän ajan päähän?
3. Minkä ikäisiä lapsia ryhmässänne on?
4. Millä perusteella laulettavat laulut valitaan? (Mitkä tekijät vaikuttavat valintaan?)
5. Montako laulua (suurin piirtein) laulatte vuoden aikana ja moniko lauluista on lapsille uusia?
6. Vaikuttaako lapsen ikä laulujen valintaan?
7. Listaa 5 – 10 käytössänne olevaa laulua. Laitathan myös laulu tekijöiden nimet, jos kyseessä ei ole sukupolvelta toiselle periytynyt laulu (esim. Rati riti ralla tms.) (Mitä useamman laulun ilmoitatte, sitä paremman kuvan saan käytössä olevista lauluista.)
  - 1.
  - 2.
  - 3.
  - 4.
  - 5.
  - 6.
  - 7.
  - 8.
  - 9.
  - 10.

8. Käytättekö laulaessanne jotakin säestyssoitinta? Mitä?
9. Miten valitsette laulujen lähtösävelen? Otatteko lähtösävelen jostakin soittimesta?
10. Laulatteko itse, lasten kanssa laulaessanne, mielestänne liian korkealta vai matalalta?
11. Kuulostaako lasten laulaminen lauluhetkenne aikana mielestänne helpolta? Pysyvät lapset (suurin osa) laulettuina sävellajissa vai ”seikkailevatko” laulun aikana sävellajista toiseen?
12. Onko päiväkodissanne mielestänne kova melu? Miten tähän pyritään vaikuttamaan?

Jos vastasit edelliseen kysymykseen kyllä, vastaa myös seuraavan kysymykseen. Muussa tapauksessa voitte hypätä seuraavan kysymyksen yli.

13. Onko lauluhetkenne aikana myös kova meteli (ympäristön aiheuttamaa meteliä tms.) ja käyttävätkö lapset laulaessaan voimakkaasti ääntään (laulavat välillä jopa huutaen/yrittävätkö saada äänensä kuuluviin toisten laulun yli?)
14. Laulatteko yleensä istualtaan vai seisten? Kiinnitättekö laulun aikana huomiota lasten ryhtiin/lauluasentoon?
15. Mitä teette lasten kanssa juuri ennen kuin aloitatte lauluhetkenne? (Millaisesta tilanteesta lapset tulevat lauluhetkeen?)