



Sari Meriläinen

## **”PIKKULINTU RIEMUISSAAN LAULELEEPI ONNEAAN”**

Kokemuksia seniorimuskaritoiminnasta

# **”PIKKULINTU RIEMUISSAAN LAULELEEPI ONNEAAN”**

Kokemuksia seniorimuskaritoiminnasta

Sari Meriläinen  
Opinnäytetyö  
Kevät 2013  
Musikin koulutusohjelma  
Oulun seudun ammattikorkeakoulu

## TIIVISTELMÄ

Oulun seudun ammattikorkeakoulu

---

Tekijä: Sari Meriläinen

Opinnäytetyön nimi: ”Pikkulintu riemuissaan laulelempi onneaan”

Kokemuksia seniorimuskaritoiminnasta

Työn ohjaaja: Jaana Sariola

Työn valmistumislukukausi ja -vuosi: Kevät 2013      Sivumäärä: 45 + 20 liitesivua

---

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on hakea vastauksia siihen, kuinka senioreiden virkistystoimintaa voisi kehittää seniorimuskaritoiminnan muodossa. Tavoitteena on myös tuoda esille kokemuksiani Musiikki elämään -hankkeeseen liittyvästä toteuttamastani seniorimuskariprojektista.

Työni tietoperustassa käsittelen läheisesti seniorimuskariprojektiin liittyviä aiheita esimerkiksi vanhuutta ikävaiheena, jonka tuon esille elämänkaariteorioiden ja psykologisen kehityksen näkökulmasta. Lisäksi olen hakenut tietoa lähinnä nettilähteiden kautta vanhusten kulttuurista, muskaritoiminnasta, kouluttautumisesita alalle sekä musiikki elämään -hankkeesta.

Työni sisältää senioreille tekemäni kyselyn, jossa pyysin palautetta yhteisistä muskarihetkestämme, ja myös joitakin tietoja vastaajien omasta musiikin harrastuksesta. Käytän hyväkseni myös tätä palautetta ja omia kokemuksiani etsiesäni seniorimuskaritoiminnan kehittämisenäkökulmia.

Työni myötä olen vakuuttunut, että vuorovaikutuksellinen kulttuurityö seniorien parissa on erittäin tärkeää. Juuri yhdessäolo ja musiikin kautta saatu ilo ja virkistys tuovat senioreille elämään tyytyväisyyttä sekä hyvinvointia.

Seniorimuskarityössä toimivan tulisi perehtyä monipuolisesti vuorovaikutustaitoihin ja geropsykologiaan ja olisi ehkä myös hyvä tutustua musiikkiterapian käytäntöihin sekä muisteluun työmuotona.

Työssäni pohdin lopuksi kirkkomuusikkokoulutuksen ja seurakunnan sijaa ikäihmisten musiikkityössä. Seniorimuskaritoiminta luo yhdenlaisen mallin seurakunnan seniorityölle.

---

Asiasanat: Seniorimuskari, vanhusten kulttuuri, musiikki elämään -hanke, vuorovaikutuksellinen ja osallistava toiminta

## ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences  
Degree Programme in Music, Option of Church Music

---

Author: Sari Meriläinen

Title of thesis: Experiences of Senior Musical Play Group

Supervisor: Jaana Sariola

Term and year when the thesis was submitted: Spring 2013

Number of pages: 45 pages + 6 appendices

---

The meaning of this work was to find out the ways how to develop senior musical play group activities. The aim of this thesis was also to introduce my experiences as the teacher of a senior musical play group related to Music to Life project during autumn 2012.

In this thesis literature related, for example, to a person's geriatric age and psychological development were studied. In the internet it was found information of senior culture, musical play group activities, how to study on a vocational field, and the Music to Life project.

The thesis also consists of a questionnaire given to the seniors in my musical play group. Their opinion of our moments and some details of their own ways to play, sing or listen to music were asked. The information gathered and my own experiences are the basis for looking the ways how to develop this kind of musical activities with seniors.

This work convinced me that cultural work which collects people together is very important. The seniors receive wellbeing and they are more satisfied with their own life when they are together and have a musical hobby. Music gives joy and refreshing.

A teacher of this kind of work should have knowledge of interaction and psychological geriatric age. It could also be useful to know something about music therapy and how to work with reminiscing.

At the end of this work it is discussed the position of musical senior activities in congregations. In my opinion, senior musical play group activities is one way to do senior work in the church.

---

Keywords:

*senior musical play group, senior culture, Music to Life project, interactional activities*

## **SISÄLLYS**

1 JOHDANTO	6
2 SENIORIMUSKARIPROJEKTIN TAUSTAA	8
2.1 Vanhuus ikävaiheena	9
2.2 Vanhusten kulttuuri	13
2.3 Muskaritoiminta	14
2.4 Kouluttautuminen muskariopettajaksi	15
2.5 Musiikki elämään -hanke	16
3 SENIORIMUSKARIPROJEKTIN TOTEUTUS	19
3.1 Projektin kuvaus	19
3.2 Toimintaympäristö	21
3.3 Työtehtävät ja roolit projektissa	22
3.4 Mitä opin projektissa?	22
3.5 Projektin analysointi	25
3.5.1 Ensimmäinen muskarikerta	25
3.5.2 Toinen muskarikerta	27
3.5.3 Kolmas muskarikerta	28
3.5.4 Neljäs muskarikerta	30
3.5.5 Viides muskarikerta	31
4 SENIOREIDEN KOKEMUKSIA MUSKARITOIMINNASTA	33
4.1 Yleistä	33
4.2 Senioreiden muskarissa oppimia asioita	34
4.3 Palaute muskarien sisällöstä	34
4.4 Muskarien hyviä puolia ja kehitettäviä kohtia	35
4.5 Senioreiden oma musiikin harrastus	35
4.6 Loppupalaute	36
5 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	37
LÄHTEET	42
LIITTEET	

# 1 JOHDANTO

Meillä kaikilla on isovanhemmat. Itse muistan heistä jokaisen oikein hyvin. He ovat olleet minulle omalla tavallaan tärkeitä, ja heidän muistonsa elää vieläkin mielessäni, vaikka he kaikki ovat jo nukkuneet pois aikoja sitten. Toinen isoäideistäni, mummo Johanna, isäni äiti, tuo mieleeni muiston linnuista. Häneltä opin, mitä pääskynen kertoo laulaessaan: ”Pesin pyykkiä, pesin pyykkiä, panin aidalle kuivumaan, sieltä ne vietiin ja varastettiin.” Johanna-mummon kuulin myös usein laulavan laulua Pikkulintu riemuissaan. Ehkä mummolle linnut olivat tärkeitä. Hän kävi myös yli 70-vuotiaana ensimmäisen kerran pilkillä – täytyyhän pilkillä käydä nyt kerran elämässään. Aina voi oppia uutta. Ikä ei ole siihen esteenä.

Viihdyn ihmisten parissa ja olen aina kokenut antoisaksi varsinkin senioriikäisten kanssa työskentelyn. He ovat kiitollinen ikäryhmä, ja heidän elämänkokemuksestaan voi ammentaa uutta itsekin. Syksyllä 2011 kuulin opettajaltani Ari Rautakoskelta, että musiikin opiskelijoita haetaan Musiikki elämään -hankkeen toteuttamiseen vanhusten tai lasten pariin. Sain tietooni, että projektin voi halutessaan liittää osaksi opinnäytetyötä. Musiikki elämään -hanke on tarkoitettu niille, jotka ovat kiinnostuneita taiteen kautta hyvinvointia lisäävästä, osallistavasta ja vuorovaikutuksellisesta taidetoiminnasta kyseisten ryhmien parissa (Metropolia 2011–2012, hakupäivä 16.10.2012). Minä kiinnostuin heti asiasta ja päätin suunnitella senioreille muskaritoimintaa.

Tässä opinnäytetyössäni haen vastauksia siihen, kuinka seniorimuskaritoimintaa voisi kehittää. Toteutin Musiikki elämään -hankkeeseen liittyvän seniorimuskarin syksyllä 2012 Oulun Caritas-Kodilla senioriomaishoitajaryhmälle sekä Oulun Keskustan palvelukeskuksessa toiselle senioriryhmälle. Seniorimuskarin sisälsi lapsille suunnattujen muskarien eli musiikkileikkikoulujen tapaan muun muassa laulua, soittoa, leikkiä sekä musiikin teoriaa ja historiaa, mutta tässä ikäihmisille suunnatussa projektissani oleellinen osa oli myös muistelu. Muskariprojektin lopussa pyysin palautetta yhteisistä muskarikerroistamme. Työssäni käyn läpi kokemuksiani seniorimuskariprojektista ja kyselyssä saamiani tulok-

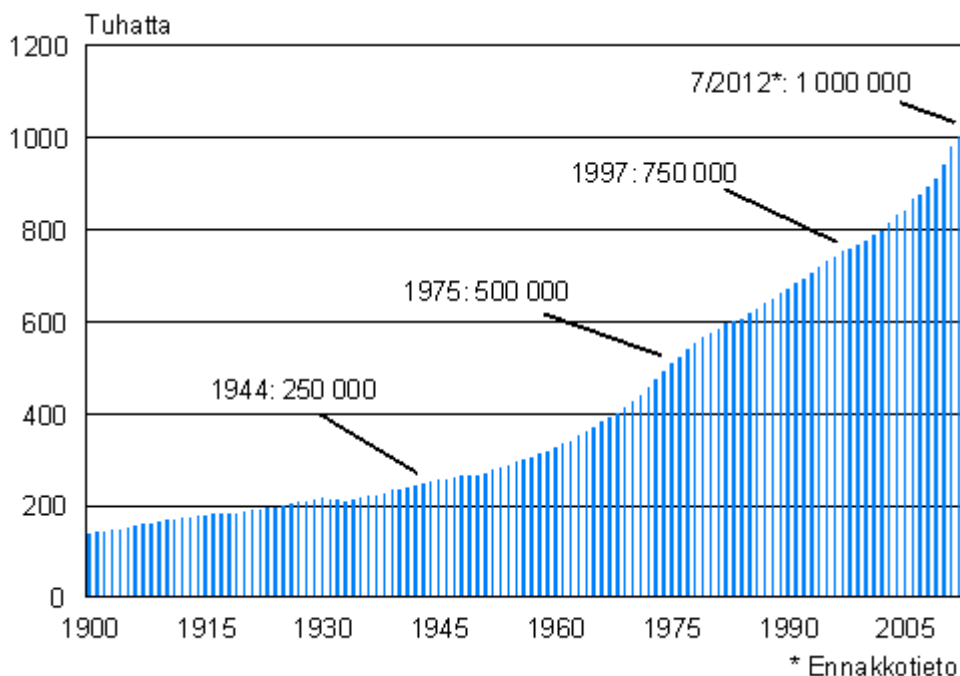
sia, ja niiden pohjalta tuon esille seniorimuskaritoiminnan kehittämisenäkökulmia. Hain vastauksia kysymyksiin: kuinka seniorimuskarit palvelisi paremmin osallistujia ja heidän musiikin harrastustaan, osallistujat saisivat virkistyä yhdessäolosta sekä kokisivat iloa ja hyvää mieltä. Vanhusten musiikkitoiminnassa näiden seikkojen tulisi olla mielestäni lähtökohtina. Työssäni selvitän lisäksi muskari-toimintaa ja kouluttautumista alalle sekä vanhusten kulttuuripalvelua. Taustaksi esittelen myös vanhuutta ikävaiheena.

Ihmisen elämään kuuluu monta vaihetta syntymästä kuolemaan. Joskus elämä saattaa päättyä aikaisemmin, mutta jos saa elää korkeaan ikään, usein vanhuus koittaa vasta pitkän seniori-iän jälkeen. Nykysuomen sanakirjassa sanalle seniori on monta merkitystä. Senioriksi kutsutaan vanhuksia. Juuri tässä merkityksessä minä seniori-nimitystä opinnäytetyössäni käytän. Synonymisanakirjan mukaan seniori on synonyymi sanalle eläkeläinen. Englannin kielelle käännettäessä seniori ilmaistaan sanalla old person tai senior. (SuomiSanakirja.fi 2012, hakupäivä 1.11.2012.)

Senioreille pitäisi antaa mahdollisuus vireään elämänvaiheeseen, jossa on mukana jo elettyä elämää sekä nykyhetki monenlaisine harrastusmahdollisuuksineen. Tähän elämänvaiheeseen tulisi sisältyä kaikkien perustarpeiden lisäksi iloista aktiivisuutta sekä myös oikeus oppia vielä uutta. Musiikin avulla voi näitä asioita kokea, koska musiikki tekee hyvää.

## 2 SENIORIMUSKARIPROJEKTIN TAUSTAA

Jokainen ihminen käy elämässään läpi kaikki ikävaiheet. Olemme kokonaisuus, ja lapsuus- ja nuoruusmuistot ovat osa meitä iäkkäinäkin (Lyytinen, P., Kor-kiakangas & Lyytinen, H. 2006, 444). Vuosien varrelta musiikkikokemukset säilyvät mielessämme. Maassamme on suuri ikäluokka yleensä hyväkuntoisia se-niori-ikäisiä, ja siksi heidän virkistystoimintansa on tärkeää. Suomessa väestön 65 vuotta täyttäneiden määrä ylitti miljoonan heinäkuussa 2012 kuvan 1 mu-kaan.



*KUVA 1.* Tilastokeskuksen tieto 65 vuotta täyttäneiden määrästä Suomessa 1900–2012.

Musiikin avulla voimme tuottaa senioreille virkistyspalveluja. Musiikin on todettu aktivoivan aivoja erittäin monipuolisesti ja laaja-alaisesti sekä tukevan vanhus-ten toimintakykyä. Musiikki voi ylläpitää myös muistisairaana kognitiivista, emo-tionaalista ja sosiaalista toimintakykyä. (Särkämö, Laitinen, Numminen, Terva-niemi, Kurki & Rantanen 2011, 9.) Seniorimuskaritoimintaa on tarjolla monilla paikkakunnilla ympäri Suomea. Maassamme on ollut esillä monia hankkeita, joiden kautta on haluttu edistää ikäihmisten hyvinvointia erilaisen musiikkitoi-



minnan avulla. Musiikki elämään -hanke on yksi esimerkki tällaisesta hankkeesta, jonka tarkoitus on taiteen kautta lisätä hyvinvointia, osallistumista sekä vuorovaikutusta esimerkiksi seniori-ikäisten parissa (Metropolia 2011–2012, hakupäivä 16.10.2012).

## 2.1 Vanhuus ikävaiheena

Erilaisissa psykologian elämänkaariteorioissa ihmisen elämä on jaettu erilaisiin vaiheisiin. Elämänkaaripsykologian mukaan ihmisen kehitystä elämän eri vaiheissa kuvataan individuaation näkökulmasta. Individuaatio tarkoittaa ihmisen jatkuvaa, koko elämän kestävästä minuuden kehitystä (Dunderfelt 2011, 13). Ihmisen identiteetin kehityskulku jaetaan tässä teoriassa neljään vaiheeseen.

Ensimmäisenä on kehityksen perusvaihe noin 0–16/22-vuotiaana. Tämän vaiheen aikana ihminen opettelee muun muassa matkimalla ja samaistumalla erilaisia toimintatapoja ja piirteitä, jotka hän ottaa osaksi omaa persoonallisuuttaan. Vähitellen oma minä opitaan. Toinen vaihe, jäsentymisen vaihe, on noin 20–35/45-vuotiaana. Silloin yksilön jossain vaiheessa täytyy kohdata edellä mainittu opittu minänsä, ja sitten löytää oma itsensä vastuullisena ihmisenä maailmassa muun muassa miettimällä elämän suuria kysymyksiä. Seuraava, kolmas vaihe on yksilöllisten päämäärien vaihe noin 40–60/65-vuotiaana. Tämä vaihe tarkoittaa usein sitä, että persoona alkaa olla koossa. On löydetty sovinto itsensä, maailman ja elämisen kanssa. Viimeisenä vaiheena individuaation näkökulma esittelee kypsyiden ikävaiheen noin 60/65-vuotiaana ja siitä eteenpäin. Tässä vaiheessa elämä on parhaimmillaan rikasta elämää ja tarkastellaan myös menneitä. Edellä esitetty vaihejako on kuitenkin teoreettinen, ja tästä prosessista on lukuisia muunnoksia. Oikeassa elämässä on harvoin näin selvä logiikka. Kokonaiskuva on kuitenkin hyvä tuoda esille. (Dunderfelt 2011, 52–55.)

Nykypäivän 60-vuotiaat ja siitä eteenpäin ovat enimmäkseen hyväkuntoisia. Elinikä on pidentynyt esimerkiksi hyvän terveydenhuollon avulla, ja siksi iäkkäät eläkeläiset ovat kasvava väestöryhmä maassamme. Vanhenemista ja ikääntymisprosesseja tutkiva tiede on nimeltään gerontologia. Tieteen yhtenä perusläh-

tökohtana on muun muassa se, että ”ihminen kehittyy, muodostuu ja muuttuu läpi koko elämässä”. Tiede on tutkinut pitkän iän arvoitusta ja elämään tyytyväisyyttä. (Dunderfelt 2011, 192–195.) Tutkimuksista on selvinnyt näihin kysymyksiin seuraavia päätekijöitä:

- mielekäs sosiaalinen rooli omassa yhteisössä
  - optimistinen elämänasenne ja myönteinen minäkuva
  - suhteellisen hyvä fyysinen terveys ja geneettinen perimä
  - tupakoimattomuus
- (Dunderfelt 2011, 196)

Myös Jan-Erik Ruthin mukaan terveyteen ja elämäntyytyväisyyteen liittyvänä tekijänä on osoittautunut olevan yhteydessä yksinäisyyden ongelma (Lyytinen, P., Korhakangas, & Lyytinen, H. 2006, 443).

Jan-Erik Ruthin mukaan persoonallisuus voidaan määritellä juuri ihmisen tavaksi reagoida elämäntapahtumiin. Persoonallisuuteen kuuluu sisäinen luonne (temperamentti) ja ulkoinen käyttäytyminen. Persoonallisuus voidaan käsittää monella tapaa, ja myös eri psykologit painottavat persoonallisuudessa eri puolia. Jan-Erik Ruth mainitsee Marja Saarenheimon elämäntutkimuksessaan löytäneen kuusi eri vanhuuden persoonallisuustyyppiä: mukautujat, uhrin, omnensa sepät, omien rajojensa vaalijat, joustavat ja suojautuvat. Tutkimuksissa on selvinnyt, että ikäihmisillä vähentyy halu suoriutua sekä tarve näkyä ja hallita. On myös päädytty siihen, että: ”noin 30 vuoden iässä persoonallisuus on saavuttanut pysyvän vaiheen, joka säilyy melko muuttumattomana, ellei ihminen koe erittäin syviä kriisejä”. (Lyytinen, P., Korhakangas, M & Lyytinen, H. 2006, 440–442, 446.)

Kaikissa ikävaiheissa yksilö haluaa kokea itsensä rakastavaksi ja hyväksi, myös kompetentiksi eli kelpolliseksi ja osaavaksi. Ruth toteaa, että iäkkäänä kuitenkin on pienempi ristiriita siinä, mitä halutaan ja voidaan saada elämässä. Ikäihmisille on tärkeämpää säilyttää hyvä mieli ja elämään tyytyväisyys, kuin vaatia itseltään suuria asioita. Tähän kuuluu olennaisena osana muutoksien hyväksyminen. Kehityskriisien kautta muotoutuva positiivinen asenne elettyyn elämään,

viisaus tulee esille. Viisas yksilö pystyy hyväksymään elämänsä kokonaisuutenaan monine hyvine ja huonoine puolineen. (Lyytinen 2006, 442–444.)

Dunderfelt pohtii sitä, mitä periaatteita inhimillinen kehitys seuraa. (2011, 57–60.) Hän toteaa muun muassa, että: ”Ihminen on kulttuuriolento, joka kehittyy täyteen kasvuunsa vuorovaikutuksessa kulttuurin ja sosiaalisten virikkeiden kanssa”. Muita periaatteita ovat esimerkiksi se, että biologinen ja psykologinen kehitys seuraavat omaa sisäistä aikatauluaan, ja että ulkoiset tapahtumat rakentavat elämämme perustoimintoja ja psyykeä. ”Yksilöllisyys herää ulkomailman kohtaamisen kautta.” Marja Saarenheimo ja Timo Suutama toteavat elämäntapahtumien olevan niitä yksilön elämänsä kohtia, jotka vaikuttavat hänen kehitykseensä. Ne muokkaavat ja suuntaavat yksilön elämää. On todettu, että monet iäkkäänä koetut tapahtumat eivät ole niin stressaavia tai dramaattisia kuin on oletettu olevan, vaan ne tiedostetaan ikävaiheeseen kuuluvana. Näin ne ovat myös vähemmän terveyteen kielteisesti vaikuttavia. (Lyytinen, P., Korhonen, M & Lyytinen, H. 2006, 457).

Jokaisella kehitysvaiheella on oma tärkeä tehtävänsä. Kun ihmiselle tulee ikää, hän joutuu kohtaamaan oman fyysisen ja psyykkisen rajallisuutensa sekä elämän loppumisen ajatuksen myös omalla kohdallaan (Dunderfelt 2011, 158). Dunderfelt toteaa, että: ”Noin viidenkymmenen vuoden iässä ihmisestä tulee yhteisön seniorijäsen” (sama, 180). Ihminen alkaa oppia tällöin uusia arvoja. Alkaa hiljentyminen ja keskittyminen olennaisiin asioihin. Elämä voi pysähtyä esimerkiksi läheisen kuoleman kautta. Eri ihmisillä tapahtuu vanhenemista eri tavalla fyysisesti ja fysiologisesti. Dunderfelt tähdentää, että: ”kypsyiden ikävaihetta elävä tai sitä lähestyvä ihminen on mitä tärkein koko yhteiskunnalle”. Tämän ikäiselle on kertynyt jo viisautta elämän matkan varrella. (Sama, 180–182.)

Ihmisen luovuus voi usein säilyä koko pitkän elämän loppumetreille asti. Tästä on esimerkkinä taiteen piirissä muun muassa Michelangelo, joka yli 80-vuotiaana maalasi Pietarin kirkon maalauksia. Poliitikasta esimerkkeinä voi mainita esimerkiksi C.G. Mannerheimin ja Johannes Virolaisen. Seniorit harrastavat ja opiskelevat ikääntyvien yliopistoissa. He ovat huomanneet oman ikäkautensa mahdollisuudet vanheta, sen rinnalla että ikäkauteen kuuluu myös

omasta kunnosta luopumista. (Dunderfel 2011, 197.) Oppimisen pitää iäkkäillä olla kuitenkin rauhallista ja kiireetöntä, niin että sitä hidastavat pelon ja ahdistuksen tunteet väistyvät, toteaa muun muassa Jari-Erik Nurmi (Nurmi, Ahonen, Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen & Ruoppila 2006, 220).

### **Muistelemisen merkitys**

On tärkeää, että vanhus kokee menneen elämänsä mielekkääksi. Sen kautta hän voi ottaa vastaan myös nykyisyyden luopumisen aikakautena. Muistelemisen avulla ihminen alkaa hyväksyä elämänsä ala- ja ylämät. Muisteleminen on hänelle myös parantavaa toimintaa. Näin myös hänen muistitoimintojaan voidaan tukea. Muistelu lisää myös vuorovaikutusta sukupolvien välille. (Dunderfelt 2011, 201.) Dunderfelt toteaa: ”Vaikka siis fyysinen kunto voi olla heikko ja sosiaalinen toiminta estynyttä, ---, että yksilön kokemus voi olla suotuisa tai jopa erinomainen”. Omalla henkilökohtaisella kokemuksella elämän merkityksellisyydestä on iso tilansa. (Sama, 204–205.)

Marja Saarenheimon mukaan myös Robert N. Butler on 1960-luvulla oivaltanut muistelemisen tärkeyden luonnollisena toimintana, joka onnistuneessa elämäntarkastelussa on eheyttävä prosessi. Saarenheimo on lisäksi itse tehnyt tutkimusta muistelemisesta ja päätenyt siihen, että hänen mielestään: ”*terapeuttisuuden sijaan tai rinnalla voisi--- olla mielekästä tarkastella muistelun sosiaalisia ja yhteisöllisiä merkityksiä*”. Hänen mukaansa läkkäät ovat omissa puheissaan käsittäneet muistelun keinona vakuuttautua oman eletyn elämän arvosta. Hän on myös huomannut muistelemisen psykologisten seuraamuksien olevan hyvin erilaisia riippuen siitä, onko muisteltu henkilökohtaisia aiheita vai jonkun aikakauden tapoja tai perinteitä. Siksi hänen mielestään: ”*on usein syytä miettiä, mitä tavoitteita muistelun halutaan palvelevan*”. Saarenheimo esittää suurimpina yhdessä muistelemisen hyödyiksi muistojen muunneltavuuden ja uusien näkökulmien ja tulkintojen mahdollistumisen ryhmässä. Silloin ryhmäläiset *käytävät hyödykseen toinen toistensa muistoja ja käsityksiä*. (Saarenheimo 1997, 33, 34, 38, 54, 208–210.)

Ympäristö saattaa kohdistaa iäkkäisiin tiettyjä odotuksia. Kuitenkin Dunderfeltin mukaan vanhenevan ihmisen aliarvioiminen, hänen persoonansa ja oikeuksiensa kieltäminen tai vähättely on vanhuksiin kohdistuvaa ikäsyrintää eli ageismia.

Ihminen tarvitsee läpi elämänsä jonkun tai joitakuita, jotka pystyvät kysymyksillään, kiinnostuksellaan ja rakkaudellaan koskettamaan hänen sisimpäänsä, kysymyksiään ja tarpeitaan, niitäkin, joista hän ei ehkä ole itse tietoinen. Tämä vuorovaikutuksellinen ”peilisuhde” luo niin lapsena kuin aikuisena ja vanhanakin yksilöllisyyttä: se vahvistaa ja rakentaa ihmisytemme korkeinta ja syvintä osaa. (Dunderfelt 2011, 206.)

### **Suhde uskontoon**

Monelle ikääntyneelle suhde uskontoon on hyvin tärkeä. Kokemus on heillä monesti suurempi ja merkityksellisempi kuin sanat. Ajatus elämän jatkumisesta kuoleman jälkeen on iästä johtuen ajankohtainen asia, ja nousee omista elämänkysymyksistä. Asia on syvällä ajatuksissa, ja ”kysymyksessä on todellinen elämys, joka ravitsee ja antaa voimaa jatkaa silloin, kun ulkoiset olot ja fyysisen ruumiin nautinnot ja halut eivät enää ole keskeisimpinä kiinnostuksen kohteina”. Jan-Erik Ruth toteaa, että *ikäihmisellä kuolemasta tulee odotettu tapahtuma, jota ei tarvitse pelätä*. Ruthin mukaan iäkäs kokee myös yhteyden kaikkien, sekä aikaisempien että tulevaisuuden sukupolvien kanssa. (Dunderfelt 2011, 207–209; Lyytinen, P, Korkiakangas, M & Lyytinen, H 2006, 444.)

### **2.2 Vanhusten kulttuuri**

Kulttuuri liittyy yleensä elämän hyviin kokemuksiin. Kulttuuri edistää terveyttä ja parantaa elämänlaatua. Maamme väestössä tapahtuu nopeaa ikääntymistä lähitulevaisuudessa, ja siksi ikääntyvän väestönosan hyvinvointia tulisi lisätä myös erilaisella kulttuurilla. (Kurppa, J. 2009, hakupäivä 31.10.2012.) Senioreille on tarjolla maassamme kulttuuritoimintoja monenlaisten tahojen toimesta. Kulttuuria on suunnattu erikuntoisille ikäihmisille, lähtien virkeistä senioreista aina laitoshoidossa oleviin vanhuksiin.

Hyväkuntoiset seniorit voivat käyttää kulttuuripalvelujen avointa tarjontaa esimerkiksi kirjastopalveluja, työväenopiston palveluja, liikuntapalveluja, museo- palveluja, eläkeläisjärjestöjä, musiikkipalveluja ynnä muita. Toimintakyvyltään heikentyneet kotona asuvat voivat käyttää palvelukeskuksissa olevia kirjasto- palveluja tai sinne tilattuja monimuotoisia kulttuuripalveluja. Myös seurakunnat tarjoavat erilaista viriketoimintaa palvelukeskuksiin sekä hoitolaitoksiin. (Tampereen kaupunki. Willberg 2011, 40. Hakupäivä 31.10.2012.) Oulussa vanhusten virkistystoimintaa tarjoaa muun muassa Oulun Settlementti ry ja kaupunginosien asukastuvat, joista saa kulttuuripalvelua arjen piristämiseksi (Oulun Settlementti ry 2012, hakupäivä 31.10.2012, Oulun kaupunki 2012, hakupäivä 31.10.2012).

Laitoshoidossa olevien vanhusten kulttuuriodotukset otetaan myös huomioon. Esimerkiksi Turun kaupungin sosiaali- ja terveystoimi ottaa osaksi hoidon kokonaisuutta kulttuurisuunnitelman vanhusten ympärivuorokautisissa hoitopaikoissa. Vanhuksen omat kulttuuritottumukset ja odotukset kirjoitetaan ylös hänen henkilökohtaiseen hoito- ja palvelusuunnitelmaansa. Kulttuuria toteutetaan jokaisen yksilöllisten tarpeiden ja toiveiden mukaan. Myös jokaisen kunto, psyykinen ja fyysinen terveys otetaan huomioon. Tällaisesta käytännöstä pyritään saamaan pysyvä toimintatapa, jota voi myös levittää muualle Suomeen ja Eurooppaan. (Turku 2011 -säätö 2012, hakupäivä 31.10.2012.) Laitoksissa hoito- henkilökunta ja askarteluohjaajat ovat usein myös kulttuurityötä tekeviä toimijoita. Helsingin kaupungissa on ollut pyrkimys lisätä vanhusten kulttuuritoimintaa. Siellä on perustettu sosiaalitoimen ja kulttuuritoimen yhteinen kulttuurisuunnittelijan virka, jonka tehtävänä on lisätä kulttuuritarjontaa vanhusten hoivayhteisöissä. (Helsingin kaupunki, sosiaalivirasto 2011, hakupäivä 31.10.2012.)

### **2.3 Muskaritoiminta**

Seniorimuskareita on järjestetty eri paikkakunnilla, muun muassa Orivedellä, Kesälähdellä ja Peräseinäjoella (Oriveden kaupunki 2012, hakupäivä 17.10.2010, Kesälähdän Vanhustentukiyhdistys ry 2010, hakupäivä 17.10.2010, Eläkeliitto Peräseinäjoen yhdistys 2012, hakupäivä 17.10.2010). Ikäihmisille suunnattua muskaria on pidetty myös Lahdessa, jossa on toiminut Mummo-

muskari. Kyseistä kantelemuskaria on ohjannut siellä musiikinopiskelija Tarja Hannuksela. Hänen mielestään ero lapsiryhmien ja aikuisten ryhmien välillä on suuri. ”Ikäihmiset ovat rauhallisia ja kohteliaita, myös kuuliaisia. Heille ei tarvitse pitää kuria.”, Hannuksela kertoo Etelä-Suomen Sanomien jutussa 19.11.2008. Mummomuskareihin on liittynyt laulua, soittoa, musiikkiliikuntaa, luentaa ja keskustelua. (Kanteleliitto ry 2012, hakupäivä 16.10.2012.)

Lapsille tarkoitettu muskaritoiminta, musiikkileikkikoulut, ovat varhaisiän musiikkikasvatusta, joka kulkee rinnan yleisten kasvatuserätyöryhmien kanssa ja antaa valmiuksia pyrkiä eteenpäin musiikin alalla. Muskareita järjestetään jo ihmisen elämänkaaren alkuvaiheita ajatellen. Odottaville äideille on tarjolla niin sanottuja mammamuskareita. Lahden konservatorio oli edelläkävijä silloin, kun suomalaista musiikkileikkikoulutoimintaa aloitettiin vuonna 1979. Musiikkileikkikoulutoiminta levisi sittemmin kaikkiin musiikkioppilaitoksiin ympäri maamme. (Suomen musiikkioppilaitosten liitto SML 2007, hakupäivä 16.10.2012, Lahden konservatorio 2012, hakupäivä 16.10.2012.) Muskaritoimintaa järjestetään myös seurakuntien piirissä.

Oulussa varhaisiän musiikkikasvatusta, muskareita tarjotaan Oulun konservatoriossa, jossa toiminta painottuu 0–6-vuotiaisiin ja Oulun Suzukikoulussa sekä muilla tahoilla. (Oulun konservatorio 2003, hakupäivä 17.10.2010, Oulun Suzukikoulu 2012, hakupäivä 17.10.2012, Mannerheimin lastensuojeluliiton Pohjois-Pohjanmaan piiri 2012, hakupäivä 17.10.2012, Oulun kansalaisopisto 2012, hakupäivä 17.10.2012, Oulun seurakunnat 2012, hakupäivä 17.10.2012.)

## **2.4 Kouluttautuminen muskariopettajaksi**

Varsinaista seniori-ikäisten muskariopettajien koulutusta ei Suomessa ole, vaikka joissakin oppilaitoksissa musiikkikasvatuksen opintoihin sisältyy myös tämän ikäpolven huomioon ottavia kursseja. Muskariopettajien koulutus on kuitenkin lähes yksinomaan varhaisiän musiikkikasvatuksen ammattilaiseksi kouluttautumista. Musiikkikasvatusta voi opiskella Suomessa monessa paikassa: sekä Sibelius-Akatemiassa että yliopistoissa ja ammattikorkeakouluissa. Näissä pai-

koissa voi opiskella lisäksi varhaisiän musiikkikasvatusta. Tähän koulutukseen on sisältynyt muun muassa Lahden ammattikorkeakoulussa ikäihmisten musiikkitoiminnan opintoja: ikäihmisten musiikkitoiminnan ohjaaminen (5 opintopistettä) ja opetusharjoittelu 2 (1 opintopiste), joka tapahtuu ikäihmisten musiikkiryhmässä (Lahden ammattikorkeakoulu 2012, hakupäivä 24.1.2013). Myös Jyväskylän ammattikorkeakoulun varhaisiän musiikkikasvatuksen opintoihin kuuluu soveltavaan osaamiseen opintojakso varhaisiän musiikkikasvatus 3, jonka yhtenä osaamistavoitteena on oppia suunnittelemaan ja toteuttamaan musiikinopetusta esimerkiksi ikäryhmälle (Jyväskylän ammattikorkeakoulu 2012, hakupäivä 5.12.2012).

Millaisia valmiuksia kirkkomuusikon opintoni antavat seniorimuskarityöhön? Kaikki opinnot kirkkomuusikon opinto-ohjelmassa ovat käyttökelpoisia seniorimuskaritoimintaa ajatellen. Musiikin käytännön soitto- ja laulutaidot, transpoinnitaito, musiikin historian opinnot, musiikin teorian opinnot ja kirkolliset opinnot ovat hyödynnettävissä seniorimuskarityössä. Kuoronjohto-opinnot, niin kuin muukin ihmisten edessä esiintyminen opiskeluaikana, tuovat kokemusta ryhmän vetäjän tehtäviin. Kirkkomuusikon opintoihin kuuluu myös pedagogisia opintoja: Kirkollisen musiikkikasvatuksen opinnot 1 ja Kirkollisen musiikkikasvatuksen opinnot 2. Niissä perehdytään eri-ikäisten seurakuntalaisten parissa tehtävän musiikkikasvatustyön opetusmenetelmiin ja ryhmätoiminnan didaktiikkaan ja psykologiaan. (Oulun ammattikorkeakoulu 2012, hakupäivä 22.10.2012.)

## **2.5 Musiikki elämään -hanke**

Musiikki elämään -hanke vuosina 2011–2013 on valtakunnallinen hanke, jonka tarkoituksena on edistää taiteen käyttöä sosiaalisen hyvinvoinnin välineenä. Tässä hankkeessa kehitetään ja testataan palvelumallia, jossa kunta tilaa kulttuuripalveluita kolmannelta sektorilta ja ammattikorkeakoulut toimivat kouluttajina kolmannelle sektorille näiden palvelujen tuottamiseen ja sisältöön. Kolmannen sektorin tulevat kulttuurialan toimijat ovat esimerkiksi nykyisiä musiikin alan opiskelijoita. Hankkeesta kerätään materiaalipankkia, joka tulee sisältämään käsikirjat osallistavan konserttitoiminnan ja yleisöyhteistyön tuottajille, tilaajille ja kouluttajille. Materiaalipankki on vapaasti kaikkien heidän käytettävissään. Alu-



eelliset osatoteutukset tapahtuvat Lahden, Kokkolan ja Oulun alueilla sekä pääkaupunkiseudulla. Toteutuksissa musiikin opiskelijat suunnittelevat ja toteuttavat ammattilaisten ohjauksessa osallistavia konsertteja ja työpajoja. Sisältö osatoteutuksissa rakentuu alueellisten painotuksien, vahvuuksien ja tarpeiden mukaan. (Metropolia 2011–2012, hakupäivä 16.10.2012.)

Päätoteuttajana hankkeessa on Metropolia Ammattikorkeakoulun pop/jazzin ja musiikin koulutusohjelmat. Osatoteuttajina ovat Konserttikeskus ry, Centria ammattikorkeakoulu, Lahden ammattikorkeakoulu, Oulun seudun ammattikorkeakoulu sekä Vantaan ja Kokkolan kaupungit. Rahoittaja hankkeelle on Euroopan sosiaalirahaston valtakunnallinen kehittämisohjelma ”Kulttuuri-, liikunta- ja nuorisoalojen kolmas sektori hyvinvointipalvelujen tarjoajana”. Projektin rahoittajaviranomainen on Lapin ELY-keskus. (Metropolia 2011–2012, hakupäivä 16.10.2012.)

Musiikki elämään -hankkeessa avainsanoja ovat yleisöyhteistyö, osallistava konserttitoiminta ja tavoittava konserttitoiminta. Yleisöyhteistyö tarkoittaa toimintaa, joka lisää taiteiden saavutettavuutta, syventää taidekokemusta ja laajentaa yleisöpohjaa. Tässä työssä käytetään muun muassa soveltavaa ja osallistavaa taidekasvatuksen menetelmää. Osallistavassa konserttitoiminnassa pyritään rikkomaan perinteistä esiintyjä-yleisö-asetelmaa esimerkiksi yleisön roolia laajentamalla passiivisesta vastaanottajasta aktiiviseksi toimijaksi ja vaikuttajaksi. Voidaan järjestää esimerkiksi konserttiin liittyvä työpaja, jossa itse osallistuen ja luoden tutustutaan ohjelmassa olevaan kappaleeseen. Voidaan myös esittää teosta musiikin rinnalla draaman keinoin, jotta saadaan kontakti yleisöön. Tavoittavan konserttitoiminnan tarkoitus on myös tavoittaa niitä yleisöjä, jotka eivät ehkä muuten pääse osallistumaan konserttitoimintaan esimerkiksi kouluissa, palvelutaloissa ja vankiloissa. (Metropolia 2011–2012, hakupäivä 16.10.2012.)

Oulun Musiikki elämään -osatoteutuksessa toteutusta koordinoi Oulun seudun ammattikorkeakoulun (Oamk) Kulttuurialan yksikkö. Toteutuksessa halutaan edistää vuorovaikutuksellisen ja osallistuvan konserttitoiminnan markkinoiden syntymistä, vahvistumista ja arkipäiväistymistä Oulun alueella. Hyvinvoinnin lisäämiseen tähtäävän taidetoiminnan osaamisen ja ammattitaidon kehittämisen

lisäksi halutaan parantaa myös työllistymistä. Oulun toteutuksessa toimitaan lisäksi yhteistyössä Oamkin Sosiaali- ja terveysalan yksikön koordinoiman Eheä elämän ehtoö -hankkeen kanssa. Oulussa nämä hankkeet järjestävät yhteisiä koulutuksia, tapahtumia, työpajoja ja koulutusta. Oulun Musiikki elämään -hankkeen tavoitteena on vahvistaa taiteella ja taidetyöskentelyllä erityisesti ikäihmisten ja lasten hyvinvointia arjessa ja vakiinnuttaa taidetyöskentely osaksi hoito- ja hoivatyötä myös hoitohenkilöstön omana osaamisena. Oulun alueen hankkeessa yhteistyökumppaneita ovat Oulun Palvelusäätiö, Diakonia-ammattikorkeakoulun Oulun yksikkö, Hailuodon kunnan vanhusten huolto ja lasten päivähoito sekä Oulun kaupungin päivähoito. Eheä elämän ehtoö -hankkeen kautta Musiikki elämään -toteutus toteutuu myös Caritas-Säätiössä, Villa Metsolassa ja Kempeleen kunnan vanhusten avopalveluyksikön järjestämässä palvelutoiminnassa. (Metropolia 2011–2012, hakupäivä 16.10.2012.)

### **3 SENIORIMUSKARIPROJEKTIN TOTEUTUS**

Toteutin Musiikki elämään -hankkeeseen liittyvän Seniorimuskari-projektin, joka oli mielenkiintoinen ja mieluinen tehtävä. Projektiin meni noin vuosi ajatuksen synnystä suunnitteluun ja lopulliseen toteutukseen. Seuraavaksi kuvaan projektini käytäntöä, toimintaympäristöä, työtehtäviäni ja omaa oppimisen mahdollistumista tässä projektissa.

#### **3.1 Projektin kuvaus**

Saatuani tietää Musiikki elämään -hankkeesta ja mahdollisuudesta liittää se osaksi opinnäytetyötä, päätin ryhtyä suunnittelemaan vanhuksille jonkinlaista musiikkipiiriä hankkeeseen liittyen. Musiikki elämään -hankkeen projektikoordinaattori Johanna Leponiemen ehdotuksesta toteuttamani projektin nimeksi valittiin seniorimuskari.

20.1.2012 osallistuin koulussamme järjestettyyn Musiikki elämään -seminaariin, josta sain lisää tietoa projektin suunnitteluun. Kävin pari kertaa kevään 2012 aikana ohjaajani Ari Rautakosken kanssa alustavaa suunnitelmaa muskarikerroista. Myös Johanna Leponiemi kannusti eteenpäin projektissa. Johanna järjesti käytännön asioita, muun muassa otti selvää mahdollisista toteuttamispaikoista ja oli yhteydessä yhteyshenkilöihin.

Kesäkuussa 2012 sain sovittua muskareiden ajankohdat viikoille 34–38. Niitä oli yhteensä viitenä peräkkäisenä viikkona, joka viikko kummassakin paikassa, yhteensä kymmenen muskarikertaa. Seniorimuskarit pidettiin iltapäivällä ja ne olivat kestoltaan 45–60 minuuttia.

Kesällä tein ajatustyötä ja luin aiheeseen liittyvää kirjallisuutta. Elokuussa alkoi varsinainen muskareitten suunnittelu. Johannan kanssa tutustuimme toteuttamispaikkoihin ja keskustelimme sekä sovimme käytännön asioista yhteyshenkilöiden kanssa. Lisäksi kävin Ari Rautakosken kanssa joka viikko muskarikertojen suunnitelmat läpi, ja häneltä sain monia hyviä vinkkejä.

Seniorimuskarista oli tarkoitus luoda sellainen tilaisuus, jossa senioreilla olisi mukava olla. Tilaisuus, joka sisältäisi vuorovaikutusta, osallistumista ehkä uuden oppimistakin. Vuoden 2012 elokuu-syyskuu oli täyttä työtä projektin tiimoilta. Mietin, mitkä asiat saattaisivat kiinnostaa seniори-ikäisiä ja myös minua. Ideoita alkoi tulla ja loppuvaiheessa suunnittelun tarkentaminen vei paljon aikaa. Täytyi etsiä musiikkia, taustatietoja, teoriaosuuksien sopivaa esittämistapaa ja erilaisia virikkeitä ja asioita. Halusin olla monipuolinen esityksissäni.

### **Muskarikertojen aiheet ja toteutus**

Ohjaajani ehdotuksesta jokainen muskarikerta pohjautui omaan teoria-aiheeseen yhden musiikin peruselementin ympärille. Päätin esittää näitä kutakin musiikin peruselementtiä jollakin omalla teemallaan. Aiheet olivat seuraavanlaiset: 1.MELODIA – kesälauluja (liite 2), 2.RYTMİ – isänmaa, kotiseutu (liite 3), 3.TEKSTI – kansanlaulut, kansansävelmät (liite 4), 4.HARMONIA – eläinlaulut (liite 5) ja 5.SOINTIVÄRI – hengellinen musiikki, soitinmusiikki, urut (liite 6).

Seniorimuskarit sisälsivät monia eri elementtejä. Teoriaosuuden lisäksi lauloimme muutamia lauluja, leikimme leikkejä, kuuntelimme paljon erilaista musiikkia, soitimme rytmisoittimilla, keskustelimme ja muistelimme vanhoja asioita. Pyrin toteuttamaan joka kerralle jonkinlaista pientä liikuntaa, soittimilla soittamista tai taputtamista, kehon venyttelyä tai jäsenten pyörittelyä ynnä muuta. Kerroin myös taustoja sävellyksistä, niiden synnyistä ja säveltäjistä, tarinoita musiikin historiasta eri aikakausilta. Käytin vanhoja suomalaisia loruja ja arvoituksia sekä erilaisia visailuja, joiden avulla yritin saada osallistujat mukaan keskusteluun.

Minulla oli mukana esimerkiksi kortteja, ongenkoho, kynttilä ja liina luomaan tunnelmaa ja antamaan aiheita omiin muistoihin ja ajatuksiin. Käytin kokoontumiskerroilla vaihtelevasti eri musiikin lajeja: vanhoja iskelmiä, klassista musiikkia, lastenmusiikkia, koululauluja ja hengellistä musiikkia. Lisäksi kuuntelimme levyiltä vanhojen suomalaisten laulajien valmiiksi etsittyjä äänityksiä sekä arvuuttelimme runoarvoituksista entisajan viihdetaitelijoita (Kallioranta, Kupari-

nen, Ollaranta, Tharmaratnam & Musiikki- ja kulttuurikeskus VERSO ry 2008–2009, Ollaranta & Musiikki- ja kulttuurikeskus VERSO ry 2009, 111–120).

Koska olen kirkkomusiikin opiskelija, halusin lopettaa jokaisen muskarikerran virteen. Valitsin virreksi virren 499, Jumalan kämmenellä, jonka säestin aina kitaralla. Lauloimme yhteislaulut pianon säestyksellä. Käytin jonkun verran vuoro-  
lauluperiaatetta, tai lauloimme ilman säestystä. Viimeisellä viikolla muskareissa oli mukana musiikinohjaajaopiskelija Inkeri Tuikka. Hän soitti yhteislauluissa viulua, joka antoi yhteismusisointiin mukavaa lisäväriä. Ensimmäisellä kerralla oli Keskustan palvelukeskuksella mukana myös Yle Oulu Radion toimittaja, joka teki lyhyen ohjelman paikallisradioon seniorimuskarista. Pitämiäni muskareita kävi seuraamassa myös Johanna ja Ari.

Yhteistyö toteuttamispaikkojen kanssa sujui hyvin. Tilat olivat hyvät, ja äänen-  
toistolaitteet musiikin kuuntelua varten järjestyivät aina. Kirjoitin laulettavista lau-  
luista joka kerralle isolla tekstillä omat sana-arkkinsa, ja näistä joku henkilökun-  
nan jäsen tulosti tarvittavan määrän kopioita. Minulla oli käytettävissä molem-  
missa paikoissa jonkin verran rytmisoittimia, joita sain käyttää tarpeen mukaan.

### **3.2 Toimintaympäristö**

Toteutin projektin kahdessa eri vanhusten palvelukeskuksessa. Toinen paikka oli Caritas-Säätiön Caritas-Kodilla Oulussa, jossa osallistujat olivat omaishoitajia. Siellä heitä oli ilmoittautunut muskariin yhdeksän henkilöä, joista kuudesta kahdeksaan henkilöä osallistui aktiivisesti muskareihin. Toinen paikka oli Oulun Palvelusäätiön Keskustan palvelukeskuksella Nummikadulla, jossa oli mukana isompi ryhmä. Siellä oli joka kerta paikalla noin 20–30 henkilöä.

Caritas-Kodilla muskarit pidettiin Caritas-salissa, jossa istuimme tuoleilla keskellä lattiaa ringissä. Siinä kuulimme ja näimme toisemme hyvin. Keskustan palvelukeskuksessa muskari toteutui ruokasalista liukuovella erotettavassa tilassa, joskin muutama kerta ovi jätettiin auki, että kaikki mahtuivat mukaan. Tämä iso ryhmä oli sijoittunut pöytien ääreen, mutta siirsimme kuitenkin tuoleja niin, että kaikkien kasvot olivat ohjaajaan eli minuun päin.

Molemmissa paikoissa oli henkilökunta apuna käytännön järjestelyissä ja he otivat minut aina vastaan iloisesti.

### **3.3 Työtehtävät ja roolit projektissa**

Muskariprojektin **suunnitteluvaiheen** työ oli ihan mukavaa. Hain tietoja, kirjoitin laulettavien laulujen sanat uudelleen isolla tekstillä – ajatellen vanhusten näköä. Harjoittelin säestettäviä ja laulettavia lauluja. Suunnitteluun liittyvät ohjeistukset olivat erittäin tarpeellisia, niistä löysi aina uusia ulottuvuuksia suunnitteluun.

**Toteutusvaiheessa** olin muskariope. Toivoin, että olin jollakin tapaa myös ystävää. Minusta on antoisaa keskustella erilaisten ihmisten kanssa. Jokaisella on oma elämänsä, ja jokaisessa vuorovaikutussuhteessa saa paljon puolin ja toisin. Eri-ikäisillä ihmisillä on erilaiset omat elämäkokemuksensa tuotavana toisille. Haluaisin olla myös yksi heistä, jotka rohkaisevat elämässä eteenpäin läpi vaikeuksien. Innostin heitä osallistumaan yhteisiin musiikkihetkiin. Kirkkomusiikin opiskelijana kiteyttäisin, että olin kanttorin ominaisuudessa. Opetin, säestin, lauloin, soitin ja palvelin, yritin saada ihmisiä yhdessä viihtymään musiikin parissa.

Opettajan roolin koen mielenkiintoisena. Olen ollut opettajana rippikoululaisille sijaiskanttorina, ja opettaminen on mielestäni haastavaa. Opettajan on itse tunnettava opettavat asiat oikein hyvin pystyäkseen opettamaan asiat selkeästi. Myös opettajan on oltava innostava pitääkseen oppilaiden mielenkiintoa yllä. Täytyy osata ottaa huomioon myös kaikki osallistujat, ja ”osata haistella tunnelmaa”. Täytyy suunnitella hyvin aiheensa, koska se helpottaa toteutusta.

### **3.4 Mitä opin projektissa?**

Tämän projektin suurin merkitys minulle on siinä, että sain siitä itselleni mielenkiintoisen aiheen opinnäytetyöhöni. Kun ajattelen tarkemmin, projektilla on ollut muutakin merkitystä itselleni. Olen saanut tutustua ihaniin ihmisiin, kokenut iloa yhteisistä musiikkihetkistä, käyttänyt musiikin lahjoja työssäni, opetellut etsi-

mään tietoa, harjaantunut opettamaan ja yleensäkin oppinut monenlaisia asioita. Minua ovat myös kannustaneet ja rohkaisseet monet projektiin liittyneet henkilöt. Olen huomannut, että tällainen työ on tärkeää ja sellaista, jota myös haluan tehdä seurakunnassa valmistuttuani kanttoriksi.

Projektissa opin monenlaisia asioita. Senioreitten muisteluiden ja ajatuksien kautta pääsin kurkistamaan heidän maailmaansa. Vanhuksilla on elämäkokemusta ja paljon hiljaista tietoa, josta me nuoremmat emme tiedä mitään. Vaikka ikää voi olla paljonkin, saattaa joku olla myös hyvin tietoinen nykypäivän asioista ja perehtynyt tarkasti niihin. Huomasin, että muskariryhmissä oli muutama musiikista hyvin perillä oleva vanhus. He tunsivat hyvin musiikin historiaa, teoriaa, esittäjiä, teoksia ynnä muuta. Heiltä saattoi tulla kiperiäkin kysymyksiä joihin en aina osannut vastata.

Opin heiltä myös uusia asioita musiikista ja elämästä yleensä. He kertoivat, että Vox Aurea on jväskyläläinen lapsikuoro ja että harmonikan soittaja Viljo Vesterrinen soitti korvakuulolta. Yksi senioreista sanoi myös: ”Kyllä atonaalistakin musiikkia oppii kuuntelemaan.” Erilaiset muistelut olivat mielenkiintoista kuunneltavaa. Sain kuulla, mitä elämä oli ennen vanhaan ollut. He kertoivat kuinka joku oli syntynyt saunassa, toinen kulkenut paimenessa, yksi oli laulanut lapsilleen tuutulauluna Karjalan kunnailta -laulua, ja eräs muisteli kaihoisasti omaa tärkeää nuoruutensa hevosta.

### **Omia havaintoja muskareissa opettamisesta**

Opettaessani tulin huomaamaan joitakin asioita. Tuntisuunnitelmassa täytyy olla paljon vaihtoehtoja, joita voi tarpeen tullen jättää pois tai vaihdella. Yhteiset hetket täytyy olla kuitenkin rauhallisia ja keskusteluun on varattava aikaa. Kuuntelunäytteiden pitää olla mielenkiintoisia ja hyvälaatuisia, jotta niitä jaksetaan kuunnella. Samasta syystä myös äänentoistolaitteet ja soittimet on oltava hyvätasoiset. Samoin laulettavien laulujen pitää olla mukavia, tuttuja ja sävelkorkeudeltaan sopivia. Vanhusten kanssa laulujen tempot voivat olla hieman rauhallisempia. Huomasin, että rakas musiikki kosketti senioreita, muun muassa kuunnellessamme Sibeliuksen Finlandian. Muskarityössä opettajan täytyy olla

hyvin monipuolinen. Hänen tulee olla perillä musiikin teoriasta ja historiasta sekä toiminnassaan pyrkiä hyvään vuorovaikutukseen, tuntee pedagogiikkaa, psykologiaa, osata soittaa ja laulaa. Opin myös, että ison ryhmän kanssa opettaja joutuu olemaan paljon äänessä. Pienessä ryhmässä uskalletaan enemmän kertoa omia muistoja ja ajatuksia. Tosin isompi muskariryhmänikin oli hyvin aktiivista porukkaa. Huomasin myös sen, että pieni liikunta koetaan mukavaksi tällaisessa ryhmässä. Musiikissa on rytmi, joka saa aikaan liikettä. Myös rytmisoitimia käytettiin tarmokkaasti ja mielellään. Minulla jäi myös se tuntuma, että seniorit haluaisivat enemmän laulaa. Saamastani palautteesta ilmeni, että käyttämäni murre oli positiivinen asia, mutta puhuminen ilman papereita oli minulle haaste.

Minulla on huono nimimuisti. Vaikka Caritas-Kodilla oli pieni ryhmä, en oppinut muistamaan heidän nimiään. Se vaikeutti mahdollisuuttani innostaa hiljaisempia mukaan keskusteluun. Nimellä puhuttelu olisi rohkaissut heitä enemmän.

### **Toimintaani ja oppimistani helpottavat asiat**

Oppimistani helpotti moni asia. Minulla oli suunnitteluvaiheessa hyviä tukihenkilöitä, ohjaaja, virikkeen antajia projektiini ja toteuttamisvaiheessa mukavia ihmisiä ympärilläni. En ollut yksin. Toteuttamisympäristönä kaupunki vaikutti sen, että käytössäni oli loistavat kirjastopalvelut. Sieltä löytyi sekä sopivaa kirjallisuutta että hienoja musiikkiäänitteitä. Hyvin suunnitteleminen ja valmiit toteuttamispaikat helpottivat toimiani. Se auttoi myös, kun vanhukset innostuivat asiasta ja he olivat hyvin aktiivisia ja osallistuivat keskusteluun. Myös oma kiinnostukseni ja motivaationi aiheeseen, senioreiden parissa toimimiseen auttoi asiaa. Olen toiminut vanhusten parissa ennenkin, oppinut tulemaan heidän kanssaan toimeen ja löytänyt yhteisiä keskustelunaiheita.

Haluaisin vielä joskus suunnitella ja toteuttaa uusia seniorimuskareita jossakin. Olisi mielenkiintoista myös pitää nämä suunnittelemani muskarit vielä joku kerta uudestaan. Huomasin, että näitäkin pitäessäni toinen kerta oli aina helpompi, kun se oli jo kerran koettu. Kehitystä tapahtuu kokemuksesta. Olen kiinnostunut kuulemaan enemmän muistoja seniori-ikäisten lapsuudesta ja nuoruudesta ja



oppimaan heidän maailmastaan. Koska laulaminen on olennainen osa tällaista muskarityötä, tulisi minun oppia enemmän äänenkäytöstä ja erityisesti seniori-ikäisten äänenkäytöstä. Mielenkiintoista olisi myös tutustua muistisairaiden parissa tehtävään musiikkityöhön. Minun ryhmissäni lähes kaikki osallistujat olivat virkeitä seniori-ikäisiä.

### **3.5 Projektin analysointi**

Projekti oli minulle antoisa kokemus. Suunnittelin jokaisen muskarikerran mielestäni huolellisesti. Niistä jokaisesta kerrasta tein tarkan rungon, johon olin kerännyt materiaalia; tekstiä ja musiikkia, jopa miettinyt sanottavani etukäteen. Miten sitten suunnitelmat toteutuivat käytännössä? Sainko kaikkia asiani esitettyä, jäikö jotakin pois? Mitkä asiat toteutuivat hyvin, missä asioissa huomasin kehitettävää? Mitä palautetta antaisin itselleni projektista?

#### **3.5.1 Ensimmäinen muskarikerta**

Ensimmäisellä muskarikerralla aiheena oli MELODIA – kesälauluja (liite 2). Koska tämä ensimmäinen kerta oli viikolla 34, elokuun 22. ja 23. päivä, kesälauluja-teema sopi hyvin ajankohtaan. Vielä oli kesä, vielä voitiin laulaa Peipon pesä ja kuunnella Jo Karjalan kunnalla.

Tällä ensimmäisellä kerralla esittelin aluksi tulevien muskarikertojemme periaatteita. Kerroin, mitä muskarit sisältävät ja miten toimimme niissä. Kerroin osallistujille muun muassa, että jokainen saa osallistua keskusteluun ja että musiikin herättämät tuntemukset ja muistot voimme jakaa yhdessä. Näitä periaatteita esiteltiin VirkistysVerson kirjojen Vinkkivasussa, Ohjeita käyttäjälle -osiossa (Kallioranta, Kuparinen, Ollaranta, Tharmmaratnam & Musiikki- ja kulttuurikeskus Verso ry 2008–2009, 6). Nämä periaatteet toteutuivatkin sitten koko projektin aikana, koska seniorit olivat hyvin aktiivisia. Periaatteisiin kuului myös, että jokainen voi toimia esimerkiksi leikeissä ja lauluissa oman vointinsa ja jaksamisensa mukaan. Minulle tuli muutaman kerran sellainen tunne, että suunnitel-

massa on liikaa asiaa. Sen vuoksi jätin jotakin pois. Muskarit olivat kestoiltaan noin tunnin, mutta vanhukset jaksoivat hyvin olla mukana ja mielenkiinto ja keskustelu pysyivät vireänä. Toki näistä ryhmäläisistäni lähes kaikki olivat virkeitä senioreita. Huomioin osallistujien jaksamista niin, että en laulattanut liian pitkiä lauluja ja toteutuksessa oli vaihtelevuutta.

Rantapallo-nimi-leikissä heittelimme palloa. Caritas-Kodin pienessä ryhmässä leikki sujui ihan hyvin. Meitähän oli ringissä vain kymmenen henkilöä. Tosin pallonheitossa täytyy ottaa huomioon heittäjien ikä ja liikuntarajoitteet. Kaikilta heitto ja pallon kiinniotto ei enää sujukaan niin hyvin. Mekin päädyimme sitten vierittämään palloa maata pitkin, niin oli parempi. Palloksi olin valinnut myös pehmeän rantapallon, ettei se satuttaisi. Keskustan palvelukeskuksen isossa ryhmässä leikki ei onnistunut hyvin, koska meitä oli paljon ja osallistujat istuivat pöytien ympärillä. Leikissä laulettavan Martta kulta, päivää vaan -laulun melodian seniorit tunnistivat helposti Jaakko kulta -sävelmäksi. (Liite 2/1.) Vinkin tämän laulun käyttöönotosta sain Miina Sillanpään Säätiön julkaisusta Muistaakseni laulan - musiikkituokioiden järjestäminen Ohjaajan oppaasta (Laitinen, Lillandt, Numminen & Kurki 2011, 14). Miina Sillanpään Säätiön Muistaakseni laulan -hankkeen tavoitteena on ollut kehittää muistisairaiden ympärillä olevien ihmisten käyttöön musiikkipohjaisia kuntoutusmenetelmiä (sama 2011, 3).

Tällä kerralla kuuntelimme peipon laulua lintukirjasta (Pedersen, Svensson, Eriksson, Peltomäki & Varesvuo 2011, 222–223) ja lauloimme Peipon pesän. Tuollainen lintukirja on hyvä materiaali moneen tilaisuuteen, monia ihmisiä kiinnostaa lintujen äänet. (Liite 2/2.)

Tämän jälkeen kuunneltiin Viljo Vesterisen ja Dallape-orkesterin soittamana Säkijärven polkka. Osallistujat rupesivat palvelukeskuksella taputtamaan rytmisiä käsillään ja eräs huonompikuntoinen, kenties dementoitunut vanhus tömisti jaloillaan. Kappale ja esittäjät saivat muistoja tulemaan esille. (Liite 2/2.)

Laulut Saunavihdat, Kesäpäivä Kangasalla ja Kalastaja Eemelin valssi osattiin hyvin. Esittelin Kesäpäivä Kangasalla säveltäjää Gabriel Linséniä. Esittelyä kirjoittaessani huomasin, että Reijo Pajamolla on hyvin mielenkiintoisia tarinoita

musiikin tekijöistä kirjassaan Musiikista ja muusikoista, josta luin muskarilaisille. (Pajamo 2010, 109–110.)

Virren myötä toivoin, että lopputunnelma jää positiiviseksi. Säestin tämän virren aina kitaralla. Palvelukeskuksella sain Jumalan kämmenellä -virrestä eräältä vanhukselta kommentin: ”Voitasko me laulaa loppulauluksi Herra kädelläsi, kun se on helpompi laulaa kuin tämä?”. Houkuttelin heitä opettelemaan yhteisen loppuvirren.

Tällä ensimmäisellä muskarikerralla suunnitelmassani oli mielestäni sopivasti asiaa. Ennätimme hyvin keskustelemaan ja kiireen tuntua ei ollut. Tosin ensimmäinen kerta on aina vähän jännittävämpi, ja Keskustan palvelukeskuksella mukana ollut Oulu Radion toimittaja toi myös oman lisänsä muskariimme. Mutta olen ihan tyytyväinen ensimmäiseen seniorimuskarikertaan kummassakin paikassa. Se toteutui suunnilleen suunnitelman mukaan.

### **3.5.2 Toinen muskarikerta**

Toisen kerran aiheena oli RYTM – isänmaa, kotiseutu (liite 3). Aloitimme kuuntelemalla Porilaisten marssin. Oli mielekästä aloittaa muskarit jollakin kuuntelunäytteellä. Tämä kerta tuntui kiinnostavan miehiä enemmän, sillä Keskustan palvelukeskuksella tuli mukaan useampia miehiä. Naputin Ukko Nooa -sävelmän rytmiä ja kysyin tunnistiko kukaan laulua. Caritas-Kodilla eräs tunnisti sen. Ehkä tuon laulun rytmi on huonosti tunnistettava, joku muu laulu olisi saattanut olla parempi. Sitten laulettiin laulun Ukko Nooa melodialla sanoja: ”Olka pyörii näin, toiseen suuntaan pyörii...” ja samalla pyörittelimme jäseniämme. (Laitinen, Lillandt, Numminen & Kurki 2011, 14.) Vanhusten kohdalla täytyy olla tällaisissa liikkeissä varovainen. Teroitin heille, että ei pidä tehdä sellaista, mikä ei tunnu hyvältä.

Kävin tahtilajit 2/4, 3/4 ja 4/4 erilaisten laulujen pohjalta. Taputimme rytmejä. Suunnitelman mukaisen perusrhythmin taputtaminen sujui hyvin, mutta toteutuksessa päätin jättää pois melodioitten omien rytmien taputtamisen. Tuntui, että

ehkä se olisi ollut liian haastavaa. Huomasin muiden kertojen tavoin, kuinka olennaista on sekä kuunneltavan musiikin että laulettavien laulujen tuttuus. Sellainen musiikki, joka on kuulunut lapsuuteen ja nuoruuteen, on tärkeää. Esimerkiksi kun kuuntelimme Harmony Sistersin laulamana Kodin kynttilät.

Isänmaalliset ja kotiseutulaulut ovat hyvin tuttuja senioreille. He ovat laulaneet niitä koulussa aikanaan paljon. Erityisesti Keskustan palvelukeskuksen vanhukset käyttivät rytmisoittimia näissä lauluissa innokkaasti, koska heillä oli ollut jonkinlainen rytmisoitinpiiri. Minulla oli ajatus, että voisimme tällä kerralla laulaa maakuntalauluja niistä maakunnista, joista osallistujat ovat kotoisin.

Ennen loppuvirttä kuuntelimme Jean Sibeliuksen Finlandian, joka oli menestys. Kaikki miehet ja naisetkin kehuivat, ja jokunen liikuttui. Joidenkin mielestä Finlandia olisi parempi kansallislauluksi kuin Maamme-laulu. (Liite 3/3)

Jostakin syystä tällä toisella kerralla ohjelmaa oli liikaa. Muskareita suunnitlessani suunnitelmiin tuli aina joka kerran enemmän pituutta ja asiaa. Niistä piti sitten vain opetella jättämään joitakin kohtia pois tai lyhentämään musiikinäytteitä ja laulettavia lauluja. Sitä täytyi tehdä kaikissa toteutuksissa. Positiivista oli, että asiaa oli, josta pystyi karsimaan. Opin tästä toteutuskerrasta, että sopivan väljä suunnitelma on hyvä. Vanhuksien kanssa keskusteluun tulee jäädä aikaa. Jokaisella on omia tarinoita kerrottavanaan, ja siihen pitää suoda mahdollisuus. Musiikki elämään -hankkeessa korostetaan tällaista vuorovaikutusta.

### **3.5.3 Kolmas muskarikerta**

TEKSTI – kansanlaulut (liite 4) oli kolmannen kerran aihepiirinä. Soitin alkuun Anni Tannin leikkilauluja -levyltä lasten laulamana laulun Muistatko muinoin. Havainnoin, että lastenlaulu herätti senioreissa hyvää mieltä. Moni seniori on laulanut tätä laulua omille lapsilleen.

Yritin löytää jokaiselle kokoontumisellemme mielenkiintoista kerrottavaa muskareiden aiheista ja niiden taustoista. Mielestäni onnistuin siinä. Kansanlauluista

kertoessani seniorit olivat kuulolla, ja tunsin heidän mielenkiintonsa aiheeseen. Täytyy todeta, että minulle oli mielenkiintoista itsellenikin hakea erilaista tietoa aiheista. Opin monia uusia asioita kaikista aiheista tietoa etsiessäni.

Suutarinemännän kehtolaulu laulettiin ja taputettiin (Laitinen, Lillandt, Numminen & Kurki 2011, 15). Varsinkin Keskustan palvelukeskuksella toteutus oli hyvin innostunutta. Monenlaisia taputuksia kannattaa varmasti käyttää, koska rytmii saa aikaan liikettä. Tästä kerrasta taputuksista innostuttiin ja päätin ottaa niitä mukaan myös seuraavalla kerralla. Kansanlaulu-visailu (liite 4/2), jossa joidenkin säkeitten perusteella sai arvata, miten laulu alkaa, otettiin vastaan innolla. Kaikki huutelivat arvauksiaan, ja lähes kaikki laulut tunnistettiin.

Kävimme läpi kuinka samalla sävelmällä voi olla eri sanoja. Otin esimerkiksi Löylyä lissää -laulun, joka oli tuttu kaikille. Kuuntelimme laulua myös muilla sanoilla. Sain huomata, että tähän melodiaan on useampia sanoituksia. Kuinkahan monta laulua löytyy tällä sävelmällä. Nämä esittämäni eivät varmasti ole ainoat. (Liite 4/2–3.)

Kansanlaulukirkosta lauloimme myös yhden laulun, josta muutamat eivät olleet kuulleet aikaisemmin. Kansanlaulukirkon melodiat ovat peräisin tutuista suomalaisista kansansävelmistä, joihin Anna-Mari Kaskinen on kirjoittanut hengelliset sanat jumalanpalveluksen muotoon sopiviksi. Sain idean eräältä opiskelutoveriltäni. Otin mukaan myös klassisiin sävellyksiin tehdyt laulusovitukset, kansantoisintovirret ja instrumentaalimusiikin variaatiot. Näiden eri sovitusten mukaan ottamiseen ehdotti ohjaajani Ari Rautakoski. Ensin ajattelin soittaa klassisista laulusävelmistä J.S. Bachin cm-fuugan ja melodiaan Kari Rydmanin sovittaman Kanttorin jenkan. Lukiessani jenkan sanoja huomasin, että ne tuntuivat mielestäni epäsopivilta siihen tilanteeseen. Joku olisi voinut pahoittaa niistä mielensä, joten päätin jättää teoksen pois. (Liite 4/3.)

### 3.5.4 Neljäs muskarikerta

HARMONIA – eläinlaulut (liite 5) oli se muskarikerta, joka minusta tuntui aluksi hankalalta suunnitella. Työhön tarttuessa suunnitelma kuitenkin muotoutui. Kuuntelimme ja tunnistimme aluksi useiden lintujen laulua lintukirjasta (Pedersen, Svensson, Eriksson, Peltomäki & Varesvuo 2011). Jaoimme toisillemme, mitä lintujen laulun loruja tunsimme ja kerroimme kokemuksiamme linnuista. Lintuaiheeseen liittyvä Einojuhani Rautavaaran Cantus Arcticus, Joutsenten muutto (liite 5/1) oli hieno teos kuunnella. Toteutusta hankaloitti Caritas-Kodin huonolaatuinen äänentoistolaite.

Myös tällä kerralla esittelin teoriaa. Olin suunnitellut alustavasti kuunneltavaksi Kipparikvartetin laulaman Pieni ankanpoikanen-laulun, ja kun muistin että siinä on alkusäkeistöt duurissa ja viimeinen säkeistö mollissa, vakuutuin asiasta. Eräs muisteli, miten surulliselta viimeinen säkeistö olikaan nuorena kuulostanut. (Liite 5/2.)

Käyttämäni eläinarvoitukset (liite 5/2–3) olivat mainioita. Niin seniorit, kuin kaiken ikäiset haluavat yleensä mielellään etsiä niihin vastauksia. Eläinlaulujen kohdalla laitoin eläimen kuvan kiertoan ja pyysin miettimään omia muistoja eläimestä (liite 5/3). Vanhukset eivät jostain syystä halunneet jakaa muistojaan.

Soitin erilaisia eläinaiheisia kuuntelunäytteitä eri aikakausilta. Osallistujat arvuuttelivat mielellään, mikä eläin saattaisi olla kyseessä. Sain huomata, että palvelukeskuksessa oli pari erittäin hyvin musiikista perillä olevaa senioria. Heitä saattoi tulla välillä kiperiäkin kysymyksiä, enkä aina osannut vastata heidän kysymyksiinsä. He osasivat musiikin teoriaa, historiaa ja tunnistivat teoksia ja säveltäjiä. Muun muassa Nikolai Rimski-Korsakovin Kimalaisen lennon he arvasivat heti. (Liite 5/2–3.)

Lauloimme eläinaiheisia vanhoja lastenlauluja. Laulamassa oli tällä kerralla mukana myös pyörätuolissa istuva huonompikuntoisempi vanha mies. Luulen, että

hän oli jonkin verran jo dementoitunut. Vaikka hänellä ei ollut laulujen sanoja, hän osasi kaikki laulut ulkoa. Hän lauloi mukana myös Tapio Rautavaaran laulaessa levyttä Hummani hei. Kun kerroin Suomenhevosen historiaa, tuli senioreilta esille monta omakohtaista muistoa. (Liite 5/3.)

Harmoniaan liittyi läheisesti kuoromusiikki, josta myös keskustelimme. Muutamat heistä olivat joskus laulaneet kurossa. Kuitenkaan HARMONIA – muskari-kerralla en laulattanut osallistujia äänissä.

Tällä kerralla sain myös useita positiivisia suullisia kommentteja muskarista. ”Meille tulee vieroitusoireita, kun muskari loppuu. Muskari on viikon paras hetki. Jos sinä et pysty jatkamaan, niin sano että joku muu jatkaisi tällaista toimintaa.” ”Sinä käyt meille hyvin, kun oot yhtä hajamielinen kuin mekin.” Nämä olivat muskarilaisilta saamaani palautetta.

### **3.5.5 Viides muskarikerta**

Viimeinen muskarikerta oli aiheeltaan SOINTIVÄRI – hengellinen musiikki, soitinmusiikki, urut (liite 6). Tämä aihe on itselleni kaikkein tutuin, koska olen kirkkomusiikin opiskelija. Soitin alkuun urkumusiikkia, J.S.Bachin F-duuri Preludin. Äänitteen taso oli huono, ja minun olisi pitänyt kuunnella se etukäteen.

Kuuntelimme näytteitä eri soittimista ja arvuuttelimme, mikä soitin on kysymyksessä (liite 6/1). Minulla jäi se tunne, että seniorit kuuntelivat mielellään musiikkia, joihin liittyi erilaisia tehtäviä ja kysymyksiä. Tällä kerralla mukana oli myös musiikinohjaajaopiskelija Inkeri Tuikka, jonka pääaine on viulunsoitto. Esitin hänen kanssaan yhden kappaleen, ja hän soitti viulua mukana myös pianolla säestämissäni ja laulamissamme yhteislauluissa (liite 6/2). Pikkulintu riemuissaan laulelempi onneaan -laulusta on tämän opinnäytetyön nimi, ja laulu sai iloa aikaan muskarilaisissakin. Eräs vanhus sanoi iloisesti laulun päätteeksi vierustoverilleen: ”Olipas se mukava laulu! Minäkin lauloin kovasti huonolla äänelläni.” Jokainen saa laulaa omalla äänellään, ja laulusta voi saada itselleen iloa.

Kävimme läpi virsikirjan historiaa ja virsivisailua (liite 6/3–4, Koivula 2005, 27, 33–35). Opettelimme yhden tulevan virsikirjan lisävihkon uuden virren. Seniorit pitivät virren melodiasta. Keskustelua tuli siitä, miksi niitä virsiä muutetaan. Se kysymys on varmasti usein tämän ikäisen ihmisen mielessä. Kuuntelimme Lahti Sinfonian virsilevyttä yhden virsisovituksen ja soitimme mukana rytmisoittimia (6/2). Vanhukset käyttivät niitä taas innoissaan. Diminuendot ja crescendot onnistuivat tällä kerralla hyvin.

Viimeisellä kerralla Keskustan palvelukeskuksella aloitimme muskarin heti seurakunnan järjestämän hartauden jälkeen. Suurin osa muskariin sillä kerralla osallistuvista oli ollut mukana myös edeltävässä hartaudessa. Hartaus kesti puoli tuntia, ja siksi pidin pienen venyttelytuokion muskarin aluksi, jotta seniorit olisivat jaksaneet paremmin istua muskarissa. Huomasin kuitenkin pientä väsymystä tunnin lopussa. Ehkä se puolitoista tuntia oli liian pitkä aika heille. Mutta hengellinen musiikki sopi muskarin aiheeksi loistavasti hartauden perään.



## 4 SENIOREIDEN KOKEMUKSIA MUSKARITOIMINNASTA

Halusin palautetta seniorimuskariin osallistuneilta ja joitakin tietoja osallistujien omasta musiikin harrastuksestaan. Palautteista toivoin saavani lisätietoa siitä, kuinka voisin kehittää seniorimuskaritoimintaa edelleen. Viimeisellä muskarikerrolla annoin osallistujille kyselylomakkeen ja sen mukana valmiin postitettavan kirjekuoren postimerkkeineen. Kerroin, että kyselyni on tärkeä itselleni, ja opin näytetyölleni ja että toivon saavani mahdollisimman monta rehellistä vastausta.

### 4.1 Yleistä

Viimeisellä kerralla Caritas-Kodin ryhmässä oli kuusi osallistujaa ja Keskustan palvelukeskuksen ryhmässä noin parisenkymmentä osallistujaa. Kaikki Caritas-Kodin kuusi osallistujaa ottivat kyselyn ja myös palauttivat sen minulle. Keskustan palvelukeskuksella kyselyn otti vastaan yhdeksän henkilöä, ja heistä seitsemän palautti kyselyn. Yksi näistä palautetuista kyselyistä oli tyhjä. Kyselyn otti yhteensä 15 henkilöä ja vastauksia sain yhteensä 12.

Vastaajista oli naisia kymmenen ja miehiä kaksi henkilöä. Nuorin vastaajista oli 62-vuotias ja vanhin 87-vuotias. Melkein puolet vastaajista oli jo hyvin korkeassa iässä, viisi heistä oli yli 80-vuotiaita. Vain kolme vastaajaa oli alle 70-vuotiaita. Muskareihin osallistuneiden iästä ja kunnosta johtuen ehkä joidenkin kohdalla koettiin vaikeaksi vastata kyselyyn, ja siksi kyselyä ei otettu vastaan tai se jäi palauttamatta. Kenties ei myöskään haluttu turvautua apuun. Molemmissa paikoissa henkilökunta tarjoutui antamaan sitä kyselyn vastaamiseen, mutta tätä apua ei haluttu. Kyselyssäni suurin osa kysymyksistä oli vaihtoehtoisia valintakysymyksiä, ja niihin oli aktiivisesti vastattu. Kaikissa vastauksissa ei ollut jaksettu kirjoittaa vapaasanaisiin kysymyksiin palautetta, mutta niitäkin tuli ilahduttavan paljon.

Saamistani vastauksista ilmeni, että kaikki vastaajat olivat viihtyneet muskareissa. Viihtymistä joku selitti sillä, että piti musiikista. Monesta oli ollut mukava laulaa yhdessä ja osallistua. Juuri yhdessäolosta ja tutuista kauniista lapsuuden lauluista oltiin iloisia. Joku sanoi: ”Usein yhteislaulu on liian kevyttä, jolloin en osaa sanoja.” Lapsuuden laulut ovat muistissa. Muutama vastaaja selitti viihtymistä myös sillä, että oli ollut mielenkiintoista kuunnella musiikin historiaa.

#### **4.2 Senioreiden muskarissa oppimia asioita**

Yhdeksän vastaajaa oli oppinut muskareissa uusia asioita: muun muassa uusia lauluja ja sanoja, uuden virren, lastenlaulun ja soittimien käyttöä. Eräs sanoi, että oli oppinut paljon asioita, joita ei ollut ennen tiennyt. Oli opittu myös, että musiikista löytyy monia ulottuvuuksia. Eräs vastasi: ”Tällä iällä jo helposti unohtaa.” Kaksi vastaajaa ei ollut mielestään oppinut uusia asioita.

#### **4.3 Palaute muskarien sisällöstä**

Seuraavaksi kysyin palautetta muskarien sisällöstä. Kahdeksan vastaajaa toivoi sisältöön enemmän laulamista. Olisi haluttu laulaa enemmän esimerkiksi juuri näitä lapsuudessa ja nuoruudessa opittuja, kansanlauluja, vanhoja koululauluja, hengellistä musiikkia ja myös isänmaallisia lauluja. Eräs toivoi, että laulut olisivat olleet pitempikkestoisia. Yksi vastaaja ilmoitti: ”Näin oli hyvä.”

Vain kaksi vastaajaa toivoi enemmän musiikin kuuntelua levyiltä. Kolme vastaajaa halusi enemmän leikkiä, kahdeksan vastaajaa taas enemmän soittimilla soittamista. Käytin muskareissa vaihtelevasti eri musiikin lajeja. Vastaajat olivat tyytyväisiä musiikin lajien vaihtelevuuteen, vain yhden vastaajan mielestä parempi olisi keskittyä yhteen musiikin lajiin. Itse mietin välillä onkohan asiaa liikaa yhdelle kerralle. Kysyessäni siitä senioreilta, heistä neljän mielestä pitäisi jäädä enemmän aikaa keskustelulle. Kahdeksan henkilöä oli tyytyväinen asioitten ja keskustelun suhteeseen. Kymmenen henkilön mielestä teoria-asiat esitettiin ymmärrettävästi.

#### **4.4 Muskarien hyviä puolia ja kehitettäviä kohtia**

Sitten pyysin kirjoittamaan vapaasanaisesti muskarien hyviä puolia, ruusuja. Monen vastaajan mielestä yhdessäolo ja tutustuminen uusiin ihmisiin oli hyvä puoli. Sanottiin: ”Yhdessäolo herkistää”, ”Sai laulaa yhdessä”. Kehuttiin myös sitä, että oli iloinen ja reipas tunnelma ja kaikilla iloinen mieli. Muskari oli piristännyt päivää ja saanut unohtamaan arjen huolet. Oli ollut kaikin puolin hyvä tapahtuma. Muskarin hyviin puoliin lukeutui se, että musiikki tuo hyvän mielen ja muistot ovat tulleet mieleen. Myös musiikin historian kertomukset koettiin positiivisena asiana ja se, että sisältö oli niin vaihtelevaa. Eräs vastaaja oli tykännyt käyttämästäni kysymyksistä, joissa kysyttiin esimerkiksi, missä laulussa on synkkä metsä. Hänen mielestään huonomminkin muistavat osasivat niihin kysymyksiin vastata. Yksi vastaaja kirjoitti: ”Kivaa ja erilaista touhua. Vetäjällä oli kuuluva ja selkeä ääni.”

”Kehitettäviä puolia muskareissa” -kohtaan ei monikaan ollut vastannut. Olikohan niin, että kysymystä ei ollut ymmärretty, sillä joku ei osannut sanoa, toinen ei keksinyt. Eräs kirjoitti kehitettäviin puoliin: ”Tällaisia tilaisuuksia useammin!” Yhdessä vastauksessa annettiin kuitenkin kehitettävää palautetta. Siinä sanottiin: ”Tulee huomaamaan, että maallikkokin tietää aika paljon musiikista.”

#### **4.5 Senioreiden oma musiikin harrastus**

Vastanneiden omasta musiikin harrastuksesta sain tietooni seuraavanlaisia asioita. 11 henkilöä heistä oli harrastanut musiikkia elämänsä aikana. Seitsemän henkilöä oli laulanut kuorossa joskus, neljä henkilöä soittanut jotakin soitinta joskus ja kaksi henkilöä opiskellut musiikkia kouluvuosien jälkeen. Kaikki 12 vastaajaa olivat käyneet musiikkikonserteissa. Harrastettiin monenlaista musiikkia. Seuraavassa listassa on esitetty kaikki kyllä-vastaukset kysymykseen, milaista musiikkia vastaajat kuuntelevat, soittavat tai laulavat:

Klassinen musiikki	5
Hengellinen musiikki	7
Iskelmät	7
Muu pop-, jazz- tai rock-musiikki	2 (jazz)
Kansanmusiikki	8
Soitinmusiikki	4
Orkesterimusiikki	4
Lastenlaulut	7
Kuoromusiikki	7
Yksinlaulut	4

#### 4.6 Loppupalaute

Kysyin lopussa: ”Lähtisitkö mukaan vielä muskaritoimintaan, jos sitä jatkettaisiin?” Vastaajista lähes kaikki antoivat kyllä-vastauksen. Ainoastaan yksi henkilö ei enää jatkaisi muskariharrastustaan. Viimeisenä kohtana kyselykaavakkeessani oli vapaa sana. Siinä oli kiitetty ja toivotettu minulle hyvää jatkoa, ja myös kannustettu musiikin alalla toimimaan. Oli myös toivottu: ”Toivottavasti saamme lisää muskaria!” Eräs Caritas-Kodin osallistuja kirjoitti: ”On mukava, kun me omaishoitajat olemme saaneet osallistua tällaisiin muskareihin. Se on tuonut hyvän mielen monien vaikeiden asioiden keskelle. Siunausta opiskeluillesi. Toivoo mummeli.”

## 5 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Tämän työni tarkoitus on ollut esitellä kokemuksiani Musiikki elämään -hankkeeseen liittyvästä toteuttamastani seniorimuskariprojektista. Tavoitteeni oli myös hakea seniorimuskaritoiminnan kehittämisenäkökuilimia. Työni myötä olen vakuuttunut, että kulttuurityö, myös musiikkityö, joka kokoaa senioreita yhteen, on erittäin tärkeää. Vakuuttumiseeni on johtanut sekä hakemani taustatiedot, että omat kokemukseni seniorimuskariprojektista ja myös senioreiden palaute yhteisistä muskarikerroistamme.

Opinnäytetyötäni aloittaessani esitin vanhusten musiikkitoiminnan lähtökohdiksi sen, että osallistujat saisivat virkistyä yhdessäolosta sekä kokisivat iloa ja hyvää mieltä. Tekemäni työn perusteella minulla vahvistui sama mielipide. Nämä kohdat ovat päällimmäiset ajatukset suunnitellessani tulevaisuudessa seniorimuskarieita. Musiikki elämään -hankkeessa korostetaan vuorovaikutusta ja osallistumista, ja myös niitä puolia ajattelin toteuttaessani seniorimuskarieita.

Aiemmin esille nostamani Dunderfeltin (2011, 206) mukaan ihminen tarvitsee läpi elämän toisia ihmisiä, joiden kanssa voi olla vuorovaikutuksessa, ”peilisuhhteessa” vahvistuakseen ja rakentuakseen yksilönä. Positiivisena koettu vuorovaikutussuhde ilmeni myös senioreiden palautteesta. Heidän mielestään oli ollut mukava kokoontua yhteen ja tavata toisia ihmisiä. Oli ollut mukava laulaa ja soittaa yhdessä, tutustua uusiin ihmisiin. Yhdessäolo oli herkistänyt. Kun ihmisellä on jonkinlainen sosiaalinen verkko, hän on tyytyväisempi ja terveempi. J. Kurpan (2009, hakupäivä 31.10.2012) mukaan kulttuuri liittyy yleensä elämän hyviin kokemuksiin. Myös Dunderfelt toteaa: ”Ihminen on kulttuuriolento, joka kehittyy täyteen kasvuunsa vuorovaikutuksessa kulttuurin ja sosiaalisten virikkeiden kanssa.” (2011, 57.) Vuorovaikutuksellinen kulttuurityö on tärkeää kaikenikäisille.

Musiikki tuottaa iloa ja virkistystä, ja sen avulla voidaan myös tukea vanhusten toimintakykyä. Musiikki aktivoi aivoja erittäin monipuolisesti ja laaja-alaisesti. Tämän ovat todenneet muun muassa Teppo Särkämö (2011, 9) ynnä muut

eräissä tutkimuksissaan. Senioreiden vastauksista ilmeni, että musiikki auttaa ihmistä elämässä eteenpäin myös monien vaikeiden asioiden keskellä. Heidän mielestään muskarien hyvä puoli oli se, että oli iloinen ja reipas tunnelma. Dunderfelt (2011, 196) toteaa, että yksi pitkän iän ja elämään tyytyväisyyden päätekijä on optimistinen elämänasenne. Jos sitä saa kasvatettua musiikin avulla, musiikkia kannattaa käyttää hyväksi hyvinvoinnin lisäämiseen. Myös edellä mainitsemani Jan-Erik Ruthin (Lyytinen 2006) mukaan ikääntyneillä on tärkeää säilyttää hyvä mieli ja tyytyväisyys elämään. Ja juuri yhdessäolo ja ilon kokeminen tuovat sitä tullessaan. Iloinen mieli saa aikaan elämään tyytyväisyyttä. Projektin kuluessa tämä käsitys vahvistui myös minulla.

Jokaisella seniorilla on oma henkilökohtainen elämäkokemuksensa, johon saattaa liittyä raskaita kokemuksia. Millä tavoin tällaisia ihmisiä voitaisiin rohkaista musiikin avulla? Kuinka vanhuuden eri persoonallisuustyyppeihin (Lyytinen, P., Korkiakangas, M & Lyytinen, H. 2006, 446–447) liittyvät persoonallisuudet tulisi huomioida seniorimuskaritoiminnassa? Näitä asioita jäin projektissa pohtimaan. Muskariopettajan tulisi perehtyä enemmän vuorovaikutuksen periaatteisiin saadakseen tietoonsa sopivia vuorovaikutustaitoja ja käyttäytymismalleja. Ikäihmisten joukossa voi olla lisäksi fyysisesti erikuntoisia osallistujia, ja myös heidät tulisi huomioida sopivalla tavalla. On tärkeää, että jokainen voi toimia oman vointinsa ja jaksamisensa mukaan. Sitä voisi pohtia, tulisiko vireille 65-vuotiaille järjestää aktiivisempaa otetta sisältävää toimintaa, esimerkiksi konserteissa käyntiä ja tutustumista paikalliseen musiikkikulttuuriin erilaisten opintokäyntien muodossa. Korkeampaan ikään ehtineille voisi tarjota taas helpommin saavutettavaa kulttuuria. Lisäksi on tärkeää huomioida kummankin sukupuolen näkökulma ja valita sekä miehille että naisille tärkeää musiikkia.

Pitäisikö muskarin vetäjän tutustua etukäteen ryhmäläisten taustoihin, muun muassa siihen, millainen musiikkipohja heillä on? Silloin tunnit voisi suunnitella sopivan vaativiksi huomioiden senioreiden harrastuneisuuden ja kunnon. Siten kukaan ei pahoittaisi mieltään liian vaikeasta materiaalista tai toisaalta myös liian helpoista, haasteettomista tunnin aiheista. Sillä kaikenikäisistä löytyy niitä, jotka ovat asiantuntijoita musiikissa. Jäin pohtimaan myös sitä, olisiko syytä miettiä ryhmälle joskus sopivampi nimi kuin muskari. Kenties joku saattaa jäädä

tulematta ryhmään kuullessaan kyseisen nimen, siitä on monella usein tietynlainen mielikuva. Mielestäni muskarityötä tulee kuitenkin tehdä pieni pilke silmäkulmassa ja huumoria on hyvä olla mukana.

Toteuttamani seniorimuskarit olivat sisällöltään monipuolisia. Eräs kohta sisällössä oli muisteleminen. Dunderfeltin (2011) mielestä muisteleminen on seniorille parantavaa toimintaa. Muistelemisen merkitys -kappaleessa esittelemäni Saarenheimo (1997) toteaa myös muistelun tärkeän vuorovaikutuksellisen, sosiaalisen ja yhteisöllisen merkityksen. *Muistelu on keino vakuuttautua oman elätyksen elämän arvosta*. Saarenheimo esittää kuitenkin mietittäväksi sen, mitä tavoitteita muistelemisella halutaan saada selville, käytetäänkö henkilökohtaisia vai yleisiä aikakausien aiheita. Muistelun psykologiset seuraamukset voivat vaihdella paljonkin aiheesta riippuen. Seniorimuskareissa muisteleminen tapahtui monissa muodoissa: musiikkina, loruina, arvoituksina ja omakohtaisina muistoina. Kokemukseni myös vahvistivat edellä esitettyjä käsityksiä, sillä seniorit muistelivat innokkaasti asioita ja saivat iloa siitä. Palautteesta ilmeni, että heille oli tärkeää laulaa ja kuunnella juuri vanhoja, tuttuja lapsuuden ja nuoruuden aikaisia lauluja ja musiikkia.

Muistojen musiikki saattaa tuoda esiin voimakkaitakin tunteita. Itselleni tuli ajatus, sisälsikö seniorimuskari musiikkiterapian elementtejä. Olisi hyvä tietää jotakin siitä, miten voi menetellä tilanteissa, joissa seniorin tunteet purkautuvat musiikin johdosta. Musiikkiterapiassa terapeutti on ammattilainen, mutta miten toisenlaisen musiikkikoulutuksen saanut henkilö voi ottaa nämä asiat huomioon? Ohjaajan olisi myös hyvä tiedostaa sellainen musiikki, joka hänen kuuluisi jättää valitsematta sen sopimattoman tunnesisältönsä vuoksi välttääkseen ammattitaidolleen liian haasteellisia tilanteita. Musiikki vaikuttaa eri ihmisiin hyvin eri tavoin.

Koin itse seniorimuskarien sisällön monipuolisuuden positiiviseksi asiaksi, ja myös seniorit olivat siihen yleensä tyytyväisiä. Minusta tuntuu, että mielenkiinto säilyi paremmin yllä, kun mukana oli monenlaista toimintaa ja aiheita. Kuitenkin jotkut seniorit olisivat halunneet sisältöön enemmän laulamista ja soittamista. Havainnoin kyllä soittamisen ja laulamisen innon muutamalla kerralla. Ehkä täs-

sä asiassa on kehittämisen paikka. Olisi ehkä hyvä oppia tuntemaan ja huomiomaan muskariryhmänsä ja tulla tuntemaan, mihin he haluaisivat keskittyä. Toinen ryhmä saattaa mieluummin laulaa ja soittaa sekä osallistua kun toinen taas kuunnella ja olla passiivisempi osallistuja. Toisaalta jokaisessa ryhmässä saattaa olla kumpaankin ryhmään kuuluvia henkilöitä.

Senioreilla on oikeus oppia vielä uutta eikä koskaan ole myöhäistä oppia uusia asioita. Iäkkäälle pitää suoda kuitenkin mahdollisuus oppia rauhallisesti ja kii-reettömästi. Näin oppimista hidastavat pelon ja ahdistuksen tunteet väistyvät. Muistitoiminnot voivat olla eri tasolla ryhmän jäsenillä. Senioreille täytyy olla haastetta, heitä ei pidä aliarvioida, mutta myös huonommin muistavat tulisi ottaa huomioon. Pitämissäni muskareissa seniorit olivat oppineet uusia asioita. Sain palautetta, että oli ollut mukava kuunnella musiikin historian kertomuksia. Mielestäni tällaisiin muskareihin voi hyvin sisällyttää teoriapohjaista tietoa, koska siihen löytyy mielenkiintoa.

Muskariopettajien koulutuksessa opiskelijat saavat opintoja ja kokemusta myös senioreiden muskariryhmien vetämisestä. Monissa pienemmissä kunnissa ei kuitenkaan ole muskariopettajan virkaa. Tästä johtuen mielestäni myös kirkkomusiikkiopinnoissa tulisi ottaa enemmän huomioon senioreiden musiikkityö. Itseäni askarrutti muskareita pitäessäni esimerkiksi senioreiden äänenkäyttö ja se, millä tavalla se eroaa nuoremman ihmisen äänenkäytöstä.

Kanttoriopiskelijana toivoisin, että kirkkomuusikot paneutuisivat seurakunnissaan enemmän senioreiden musiikkitoimintaan. Muskarityyppinen toiminta luo yhden mallin myös seurakunnan seniorityöhön. Monet tahot tuottavat senioreille kulttuuritarjontaa, ja siksi myös seurakuntien tulisi sitä jakaa heille monipuolisesti. Ja koska usein seurakunnat järjestävät lapsille muskaritoimintaa, tulisi myös senioreille sellaista kehittää. Seurakuntalaisten aktiivisin osallistujaryhmä koostuu monissa seurakunnissa juuri seniori-ikäisistä. Niissä piireissä löytyisi varmasti innokkuutta muskaritoimintaan.

Toteuttamissani muskareissa oli uskonto joka kerran läsnä ainakin loppuvirren muodossa. Monelle ikääntyneelle suhde uskontoon on hyvin tärkeä. Seurakun-



tien muskareissa hengellinen puoli voisi olla enemmänkin mukana, ja kanttori muskarin vetäjänä olisi tähän puoleen kenties rohkeampi kuin varsinaisen muskariopettajan koulutuksen saanut henkilö. Kristillinen usko on etenkin iäkkäämille henkilöille elämää kantava voima, kuten Dunderfelt toteaa, ja hengellinen anti vaikkapa loppuvirren muodossa tuo mukanaan turvallisuuden tunnetta. Sitä toivoisin välittyvän kaikista seurakunnan työmuodoista. Kenties joku opiskelija voisi toteuttaa tulevaisuudessa seniorimuskariprojektin jossakin seurakunnassa ja tutkia opinnäytetyössään juuri seurakunnan mahdollisuuksia ikääntyneiden muskaritoiminnassa.

Päällimmäinen kokemukseni seniorimuskariprojektista ja tästä opinnäytetyöstä on se, että ikäihmisten parissa on mukavaa ja antoisaa toimia. Koin myös itse iloa projektin aikana, vuorovaikutussuhde ja musiikki antavat voimia matkamme varrella. Sain vakuuttua siitä, kuinka tärkeä ikäryhmä seniorit ovat elämässämme.

Opinnäytetyöni myötä jäin miettimään, arvostetaanko nykypäivänä senioreita tarpeeksi? Saavatko he kokea olevansa tärkeitä tässä ajassa? Meidän tulisi pitää senioreistamme huolta, koska he ovat aikanaan hoitaneet meitä nuorempia. Toivottavasti huomaamme, kuinka tärkeä ikäihmisten joukko on elämässämme. Tällä tavoin voimme välittää asennetta nuoremmille sukupolville ja niin myös tulevaisuudessa, meidän vanhuudessamme, kypsyyden ikävaihetta elävä seniori on arvostettu yhteisönsä jäsen.

## LÄHTEET

Dunderfelt, T. 14. uudistettu painos, 2011. Elämänkaaripsykologia. Lapsen kasvusta yksilön henkiseen kehitykseen. Helsinki: WSOYpro Oy.

Eläkeliitto. Peräseinäjoen yhdistys ry. 2012. Hakupäivä 17.10.2012, <<http://etela-pohjanmaa.elakeliitto.fi/yhdistykset/peraseinajoki/toimintakalenteri/>>.

Helsingin kaupunki. Sosiaalivirasto. 2011. Hakupäivä 31.10.2012, < <http://www.Hel.fi>>.

Jyväskylän ammattikorkeakoulu. 2012. Opetussuunnitelmat. Hakupäivä 5.12.2012, <<http://www.jamk.fi/opiskelijoille/opinto-opas/koulutusohjelmat>>.

Jyväskylän ammattikorkeakoulu. 2012. Musiikkipedagogin opinnot tähtäävät vahvaan musiikilliseen osaamiseen – muusikkouteen - ja siitä kumpuavaan vahvaan opettajuuteen. Hakupäivä 22.10.2012, <<http://www.jamk.fi/koulutus/tutkinnot/nuoret/kulttuuriala/musiikki/musiikkipedagogin>>.

Kallioranta, S., Kuparinen, T., Ollaranta, R., Tharmaratnam, F. & Musiikki- ja kulttuurikeskus VERSO. 2008, 2009. Musiikki- ja tarinatuokioita ikäihmisille. Porvoo: WS Bookwell Oy.

Kanteleliitto ry. 2012. Mummomuskari. Hakupäivä 16.10.2012, <<http://kantele.net/mummomuskari1863>>.

Kesälahden Vanhustentukiyhdistys ry. 2010. Seniorimuskari joka toinen torstaina. Hakupäivä 17.10.2012, <<http://www.elinkaaritalo.fi/ajankohtaista/seniorimuskarialkaatorstaina>>.

Koivula, Kirsti. 2005. Pirtin puolelle. Ikäihmisten virikekirja. Tampere: Programmes Kirsti Koivula & Co.

Kurppa, J. 2009. Kulttuurilaturin Perehdytyskansio kulttuurityötä ikäihmisten parissa tekeville. Kulttuuri ja hyvinvointi. Hakupäivä 31.10.2012, <[http://www.maaseutupolitiikka.fi/files/1207/Kulttuurilaturin\\_perehdytyskansio.pdf](http://www.maaseutupolitiikka.fi/files/1207/Kulttuurilaturin_perehdytyskansio.pdf)>.

Lahden ammattikorkeakoulu. 2012. Opinto-opas 2012–2013. Lahden ammattikorkeakoulu. Musiikki- ja draamainstituutti. Musiikin koulutusohjelma. Varhaisiän musiikkikasvatus. Hakupäivä 24.1.2013, <<http://www.lamk.fi/koulutus/opinto-opas/Documents/ops1213-mdi-varhaisian-musiikk>>.

Lahden konservatorio. 2012. Musiikkikoulutuksen menestystarina. Hakupäivä 16.10.2012, <<http://www.concis.fi/yhteystiedot-ja-esittely/historiaa/>>.

Laitinen, S., Lillandt, J., Numminen, A. & Merja Kurki. 2011. Musiikkituokioiden järjestäminen. Ohjaajan opas. Miina Sillanpään Säätiön julkaisuja B:35. Helsinki.

Lyytinen, P., Korkiakangas, M. & Lyytinen, H. (toim.). 2006. Näkökulmia kehityopsykologiaan. Kehitys kontekstissaan. Helsinki: WSOY.

Mannerheimin lastensuojeluliiton Pohjois-Pohjanmaan piiri. 2012. Musiikkileikkikoulu Soittorasialla. Hakupäivä 17.10.2012, <<http://pohjois-pohjanmaa.mll.fi/toimintamuodot/musiikkileikkikoulu-soittorasialla/>>.

Metropolia. 2011-2012. Musiikki elämään -hanke. Hakupäivä 16.10.2012, <<http://www.musiikkielamaan.fi/>>.

Nurmi, J., Ahonen, T, Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. 2006. Ihmisen psykologinen kehitys. Helsinki: WSOY.

Ollaranta, J. & Musiikki- ja kulttuurikeskus VERSO ry. 2009. RunoVerso. Poimintoja polun varrelta. Hämeenlinna: Kariston kirjapaino Oy.

Oulun kansalaisopisto. 2012. Setlementin musiikkileikkikoulu. Hakupäivä 17.10.2012, <<http://www.oulunkansalaisopisto.fi/>>.

Oriveden kaupunki. 2012. Oriveden kulttuuripalvelut. Hakupäivä 17.10.2012, <<http://www.orivedenkulttuuri.fi/taiteen-alat/musiikki/>>.

Oulun ammattikorkeakoulu. 2012. Koulutusohjelmat 2012–2013. Opintosuunnitelma. Musiikin koulutusohjelma. Kirkkomusiikin suuntautumisvaihtoehto. Hakupäivä 22.10.2012, <[http://www.oamk.fi/koulutus\\_ja\\_hakeminen/opiskelu\\_oamkissa/opinto-opas/koulutusohjelmat](http://www.oamk.fi/koulutus_ja_hakeminen/opiskelu_oamkissa/opinto-opas/koulutusohjelmat)>.

Oulun kaupunki. 2012. Hakupäivä 31.10.2012, <<http://www.ouka.fi/lahidemokratia/asukastoiminta/index.htm>>.

Oulun konservatorio. 2003. Musiikkileikkikoulu. Hakupäivä 17.10.2012, <<http://www.oulunkonservatorio.fi/index.php?263>>.

Oulun setlementti ry. 2012. Hakupäivä 31.10.2012, <<http://www.oulunsetlementti.fi/index.asp?pid=112>>.

Oulun seurakunnat. 2012. Muskarit eli musiikkileikkikoulut (2011–2012). Hakupäivä 17.10.2012, <[http://www.oulunseurakunnat.fi/musiikki\\_lapsille/prime101.aspx](http://www.oulunseurakunnat.fi/musiikki_lapsille/prime101.aspx)>.

Oulun Suzukikoulu. 2012. Oulun Suzukikoulun Oktaavia -muskari. Hakupäivä 17.10.2012, <<http://www.oulunsuzukikoulu.fi/>>.

Pajamo, R. 2010. Musiikista ja muusikoista. Tietoisku ja musiikista kiinnostuneille. Vantaa: REPALE-kustannus.

Pedersen, J., Svensson, L., Eriksson, J., Peltomäki, J. & Varesvuo, M. 2011. Linnut äänessä. 150 pohjolan lintulajia äänineen. Helsinki: Tammi.

Saarenheimo, M. 1997. Jos etsit kadonnutta aikaa. Vanhuus ja oman elämän muisteleminen. Tampere: Vastapaino.

Suomen musiikkioppilaitosten liitto SML. 2007. Musiikinopetus Suomessa. Hakupäivä 16.10.2012,

<<http://www.musiikinopetus.fi/opiskelu/musiikkileikkikoulut>>.

SuomiSanakirja.fi. 2012. Hakupäivä 1.11.2012, <<http://suomisanakirja.fi/seniori>>.

Särkämö, T., Laitinen, S., Numminen, A., Tervaniemi, M., Kurki, M. & Rantanen, P. 2011. Muistaakseni laulan: musiikin käyttö muistisairaiden mielialan, elämänlaadun ja kognitiivisen toimintakyvyn tukemisessa. Miina Sillanpään Säätiön julkaisusarja A :10. Miina Sillanpään Säätiö. Helsinki.

Tampereen kaupunki. 2011. Willberg, E. Loppuraportti. Ikäihmisten kulttuurikaa-ri. Enemmän elämänlaatua, parempaa arkea. Kulttuuri- ja vapaa-aikapalvelut toimintakyvyn mukaan jaoteltuina, 40. Hakupäivä 31.10.2012, <<http://www.Tampere.fi/material/loppuraportti>>.

Turku 2011 -säätiö. 2012. Hakupäivä 31.10.2012, <<http://www.turku2011.fi/kuva-kulttuuria-vanhusten-arkeen>>.

**KYSELY****TERVEHDYS SENIORIMUSKARILAINEN !**

Mukava että olet ollut mukana pitämässäni seniorimuskareissa! Minusta on ollut mukava tutustua teihin, ja viettää musiikkihetkiä parissanne. Toivon, että myös teillekin on tullut jokin hyvä kokemus näistä kokoontumisistamme.

Olen kirkkomusiikin opiskelija, ja minulla on vielä paljon oppimista. Opintoihin kuuluu opinnäytetyö, jonka teen seniorimuskari-aiheesta. Siksi haluaisinkin kysyä teiltä joitakin kokemuksia yhteisistä muskarikerroista, sekä suhteestanne musiikkiin.

Kerään kokemuksia Caritas-kodista ja Keskustan palvelukeskuksesta. Vastauksiin ei tarvitse laittaa omaa nimeä. Käsittelen vastaukset nimettöminä.

Toivon saavani rehellisiä vastauksia, koska niiden avulla voin kehittää seniorimuskaritoimintaa edelleen. Tavoitteeni on, että seniorimuskari palvelisi paremmin osallistujia ja heidän musiikin harrastustaan, sekä osallistujat saisivat virkistyä yhdessäolosta. Yhdessä musisoiden voimme kokea iloa ja hyvää mieltä.

Vastauslomakkeen mukana on kirjekuori, jossa on valmiiksi postimerkki ja osoitteeni. Teidän ei tarvitse muuta kuin rastittaa sopivat vastaukset kyselykaavakeeseen, sulkea kaavake kirjekuoreen, ja pistää kirje lähimpään postilaatikkoon.

**KIITOS TEILLE KAIKILLE MUKAVISTA YHTEISISTÄ MUSIIKKIHETKISTÄ  
JA HYVÄÄ SYKSYN JATKOA TOIVOTELLEN!**

Muskariope  
Sari Meriläinen

## MUSKARIKYSYMYKSIÄ

1. Sukupuoli: nainen\_\_\_\_ mies\_\_\_\_
2. Ikä\_\_\_\_
3. Olitko mukana muskareissa: Caritas-kodilla\_\_\_\_  
Keskustan palvelukeskuksella\_\_\_\_
4. Viihdytkö muskareissa? kyllä\_\_\_\_ ei\_\_\_\_  
Miksi?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
5. Opitko uusia asioita? kyllä\_\_\_\_ ei\_\_\_\_  
Minkälaisia?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
6. Olisitko toivonut enemmän laulua? kyllä\_\_\_\_ ei\_\_\_\_  
Millaisia?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
7. Olisitko toivonut enemmän musiikin kuuntelua levyltä?  
kyllä\_\_\_\_ ei\_\_\_\_
8. Olisitko toivonut enemmän leikkiä? kyllä\_\_\_\_ ei\_\_\_\_
9. Olisitko toivonut enemmän soittimilla soittamista? kyllä\_\_\_\_ ei\_\_
10. Käytin muskareissa vaihtelevasti eri musiikin lajeja. Olisitko toivonut,  
että olisi keskitytty johonkin tiettyyn musiikin lajiin? kyllä\_\_\_\_ ei\_\_\_\_
11. Oliko muskareissa mielestäsi liikaa asiaa, olisiko mielestäsi pitänyt jäädä  
enemmän aikaa keskustelulle? kyllä\_\_\_\_ ei\_\_

12. Oliko musiikin teoria-asiat esitetty ymmärrettävästi? kyllä\_\_\_\_ ei\_\_\_\_

13. Mielestäsi hyviä puolia muskareissa. Ruusuja:

---

---

---

---

---

14. Mielestäsi kehitettäviä puolia muskareissa.

---

---

---

---

---

Oma musiikin harrastuksesi

15. Oletko harrastanut musiikkia elämäsi aikana? kyllä\_\_\_\_ ei\_\_\_\_

16. Oletko laulanut kuorossa joskus? kyllä\_\_\_\_ ei\_\_\_\_

17. Oletko soittanut jotakin soitinta joskus? kyllä\_\_\_\_ ei\_\_\_\_

18. Oletko opiskellut musiikkia kouluvuosien jälkeen? kyllä\_\_\_\_ ei\_\_\_\_

19. Lähtisitkö mukaan vielä muskaritoimintaan, jos sitä jatkettaisiin?  
kyllä\_\_\_\_ ei\_\_\_\_

20. Käytkö tai oletko joskus käynyt musiikkikonserteissa?  
kyllä\_\_\_\_ ei\_\_\_\_



21. Rastita ne musiikin lajit, joita kuuntelet radiosta tai levyltä, tai soitat tai laulat:

Klassinen musiikki \_\_\_\_\_

Hengellinen musiikki \_\_\_\_\_

Iskelmät \_\_\_\_\_

Muu pop-, jazz- tai rock-musiikki \_\_\_\_\_

Kansanmusiikki \_\_\_\_\_

Soitinmusiikki \_\_\_\_\_

Orkesterimusiikki \_\_\_\_\_

Lastenlaulut \_\_\_\_\_

Kuoromusiikki \_\_\_\_\_

Yksinlaulut \_\_\_\_\_

22. Vapaa sana:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Postita vastaukset viimeistään 30.9.2012 mennessä

KIITOS VASTAUKSESTANNE!

## MUSKARIEN SUUNNITELMAT

Seniorimuskarit 1  
Sari Meriläinen  
Kirkkomusiikki  
Oamk

### MELODIA – Kesälauluja

#### 1. Esittely:

- Tarkoitus on virkistyä musiikin parissa, muistella vanhaa, oppia ehkä jotakin uutta, laulaa, kuunnella musiikkia.
- Saa osallistua keskusteluun.
- Voi toimia esim. lauluissa ja leikeissä oman voinnin ja jaksamisen mukaan.
- Muskarien kesto n. 45–60 min, sen mukaan mitä jaksamme yhdessä.
- Musiikin herättämät tuntemukset ja muistot voimme jakaa yhdessä keskustellen.

#### 2. Rantapalloleikki-nimet:

Heitetään pallo jollekin, kun saa pallon täytyy sanoa oma etunimi kuuluvasti ja sitten toiset laulavat hänelle: ”Martta kulta, Martta kulta, päivää vaan, päivää vaan, kiva kun oot tullut, kiva kun oot tullut, laulamaan, laulamaan” (Jaakkokulta-sävel).

#### 3. Teoriaosuus

- Kysymys: ”Mitä laulua lauletaan äskeisellä sävelmällä?” Jos tulee useita mieleen, voi opettaa muille.
- Sävelmä= melodia
- Melodia onkin se, josta usein juuri tunnistamme laulun.
- Melodia= toisiaan seuraavien sävelkorkeuksien muodostelma
- Melodia eli sävelmä on sarja säveliä, jotka tajutaan kokonaisuudeksi.

- Sävelmässä ääni voi liikkua ylöspäin ↑ tai alaspäin ↓ tai pysyä samana. Lisäksi melodia koostuu rytmistä eli sävelten kestosta.
- Yleensä melodian tuottamiseen tarvitaan elävä olento, mutta myös esim. luonnonilmiöt esim. tuuli, voivat tuottaa melodian tapaisia. Mutta varsinaisia tunnistettavia ja toistettavia melodioita pystyy tuottamaan vain ihminen ja jotkut eläimet esim. linnut.

4. Näyte lintukirjasta: ”Mikä lintu tässä laulaa?” Peippo

Lauletaan laulu ” Peipon pesä”.

5. Elävät olennot tuottavat melodioita käyttäen omaa ääntään. Ihmiset ovat kehittäneet myös soittimia eli instrumentteja, joilla korvataan ihmisen oma ääni. Seuraavaksi kuunnellaan kappaletta, jossa on soittimia.

Näyte: Säkkijärven polkka

Taustaa: 17. kesäkuuta 1939 Viljo Vesterisen levytys Dallape-orkesterin kanssa on tunnetuin ja historiallinen äänitys Säkkijärven polkasta. Se oli ” Viipurin pelastaja”. Jatkosodassa venäläiset laittoivat Viipuriin radiomiinoja, jotka oli viritetty laukaistavaksi tietyllä taajuudella. Suomalaiset rupeivät soittamaan radiossa Säkkijärven polkkaa yhtä soittoa, jotta vihollisen miinataajuus saatiin sekoitettua käyttökelvottomaksi, ja näin estettiin miinojen räjähtely. Säkkijärven polkka soi katkeamattomasti noin 1500 kertaa. Kappaleesta tuli siis Viipurin pelastaja!

6. Muistelua.

Oletteko kuulleet äskeistä kappaletta ennen? Mitä muistoja se herättää? Mikä on teidän mielisävelmänne? Erityisesti mikä kesäsävelmä? Mikä sen melodiassa viehättää? Keskustelua

Seuraava kesäsävelmä on itselleni tärkeä, voi olla jollekin toisellekin teistä. Kerron kuuntelun jälkeen, miksi on itselleni tärkeä.

Näyte: Karjalan kunnaila

7. Lauletaan kesäsävelmiä:

- Saunavihdat (taulu), Mistä koivusta tulee paras vihta? raudus- eli riippakoivusta
- Kesäpäivä Kangasalla (säveltäjä Gabriel Linsénin esittely)
- Kalastaja Eemelin valssi (ongenkoho), Suomen kansalliskala: Ahven, Pohjanmaan maakuntakala: siika

8. Arvoitus RunoVersosta: Kuka laulaja tässä on kyseessä?

Olavi Virta

Näyte: Kultainen nuoruus, Olavi Virta

9. Loppuvirsi kitaran säestyksellä: Jumalan kämmenellä

Seniorimuskari 2

Sari Meriläinen

Kirkkomusiikki

Oamk

## RYTMI – Isänmaa, kotiseutu

1. Näyte: Porilaisten marssi
  - Kävele tai polje rytmin tahtiin.
  - Missä tilanteessa olet joskus ennen kuullut tämän kappaleen?
  - Tasavallan presidentin kunniamarssi
  - Radiossa ja televisiossa soitetaan, kun suomalainen urheilija voittaa olympiakultaa.
2. Taustaa:
  - Ihmisessä itsessään on rytmi- kävely, hengitys ja sydämen lyönti.
  - Rytmä on myös koko maailmankaikkeudessa: mm. vuodenajat, vuorokausi ja meren aallot.
  - Rytmän vaikutusta ihmiseen on tutkittu ja huomattu, että se vaikuttaa kehoon: verenkiertoon, hengitykseen ja sydämen sykkeeseen.
  - Ihminen tulee tietoiseksi itsestään rytmän välityksellä jo äidin kohdussa, jolloin rytmi on kaiun ja värähtelyn kautta ensimmäinen yhteys ulkomaailmaan.

Rytmän kokeminen melko samanlaista eri kuulijoilla:

- Nopeutuva ja kiihtyvä rytmi koetaan hallinnan menetyksenä tai paniikkina (esim. tv-elokuvat).
- Hidastuva rytmi saa aikaan rauhoittumista ja rentoutumista.

Rytmillä on todettu olevan:

- rauhoittava vaikutus, esim. vauvojen nukkuvan paremmin ja rauhoittuvan nopeammin sydämen ääntä kuullessaan.

- rohkeutta lisäävä vaikutus esim. sotatanssit erilaisissa kulttuureissa.
- rentouttava vaikutus, erityisesti liikkuvalla rytmillä, esim. hammaslääkärin odotushuoneessa.
- vapauttava vaikutus.
- Toisaalta voi häiritäkin esim. vesipisaran tippuminen tai kellon tikitys nukkumaan ruvetessa.

### 3. Teoriaosuus

Rytmi= ajan jakaminen osiin, korollisten ja korottomien tahtiosien vaihtelu. Rytmii on keskeinen sävellyksen tunnistamisen perusta. Joskus sävellykset voidaan tunnistaa pelkän rytmensä perusteella.

Tunnistatko sävelmän rytmii perusteella? Naputa ukko Nooa

Lauletaan Ukkoa Nooa sävelmällä ja heilutetaan kehoa rytmii tahtiin:

”Olka pyörii, olka pyörii, olka pyörii näin. Toiseen suuntaan pyörii, toiseen suuntaan pyörii. Olka pyörii, olka pyörii, olka pyörii näin.” (jalka, kyynärä, ranne, nilkka)

### 4. Teoria jatkuu:

Sävelmissä on perusrytmii (ilmaistaan tahtilajilla), sekä melodian oma rytmii.

Yleisimpiä tahtilajeja:

2/4 Näyte: Oi kallis Suomenmaa

- perusrytmii: yhdessä tahdissa kaksi iskua, taputa
- taputa myös melodian oma rytmii

3/4 Näyte: Kodin kynttilät, Harmony Sisters

- kolmitahti, valssirytmii, yhdessä tahdissa 3 iskua, taputa
- sytytä kynttilä
- arvoitus Runoversosta: Metrotytöt
- Metrotytöt: perustettu 1947–1948, kiteeläiset sisarukset Anna-Liisa ja Hertta Väkeväinen + serkku Annikki Väkeväinen, myöh. Tamara Hramova
- Harmony Sisters: perustettu 1930-l. puolivälissä, sisarukset Vera,

Maire ja Raija Valtonen

- How Many Sisters: perustettu v.1982: Anna-Mari Kähärä, Mervi Hiltunen ja Kirsi Rissanen (aluksi), kaikki Kuopion musiikkilukiossa olleita

4/4 Näyte: Sillanpään marssilaulu

- nelitahti, yhdessä tahdissa 4 iskua, tömistä jalkoja
- taustaa Sillanpään marssilaulusta
- Rytmissä voi olla myös taukoja niin kuin tässä kappaleessa.
- Lauletaan ja soitetaan: marakassit perusrytmiä, rytmikapuloilla melodian rytmiä. Joilla ei ole soittimia, taputa tauot.

Rytmejä varten on erilaisia nuotteja: koko, puoli, neljäsosa, kahdeksasosa, kuudestoistaosa, ym.

Näytä kuvia nuoteista (kokonuottiin mahtuu 2 puolinuottia ym.).

Rytmejä varten on rytmisoittimia (lyömäsoittimet). Mitä rytmisoittimia tunnet? Esimerkkejä. Voidaan soittaa seuraavissa maakuntalauluissa rytmisoittimia.

5. Lauletaan maakuntalauluja:

- kerro taustoja
- maakuntien liput
- Kysy maakuntien tunnuksat: lintu, kasvi, kivi (Kipinöitä kesään s. 203).
- Savolaisen laulu, Karjalaisten laulu, Kymmenen virran maa, Nälkämaan laulu

6. Säveltäjäesittely: Kuka on Suomen kuuluisin säveltäjä? Jean Sibelius

- musiikkinäyte (Finlandia-hymni)
- keitä muita suomalaisia säveltäjiä tiedät?

7. Loppuvirsi kitaran säestyksellä: Jumalan kämmenellä

Seniorimuskari 3

Sari Meriläinen

Kirkkomusiikki

Oamk

## TEKSTI – Kansanlaulut

1. Kuuntelunäyte: Anni Tannin leikkilauluja, Muistatko muinoin  
Millainen laulu oli kyseessä? Tiedätkö säveltäjää tai sanoittajaa? Niitä ei tiedetä, sillä kysymyksessä on kansanlaulu!

Mikä on kansanlaulu?

- Laulu, jonka säveltäjää tai sanoittajaa ei tunneta.
  - Kansansävelmä on muistin varassa säilynyt kansanomaisen sävelmä. Se on siirtynyt kuulomuistin perusteella sukupolvelta toiselle.
  - Ei ole ollut tekstejä, nuotteja eikä äänentoistovälineitä taltioimassa.
  - Säveltäjää ja sanoittajaa ei tunneta - tekijänoikeuksien haltijoita ei ole.
  - Kun sävelmillä ei ole sitovia esikuvia, sävelet ja sanat muuttuvat. → toisintoja, variantteja (samoja perusaiheita tunnettiin eri seuduilla, mutta eri aikojen laulajapolvet viljelivät tuntemiaan aiheita omalla tavallaan. Riippui mielialasta ja tunnelmasta, elämäntilanteestakin, miten ja milloinkin itseään ilmaistiin.)
  - Samalla sävelmällä voidaan laulaa hyvinkin erilaisista aiheista.
  - Lähes kaikkien kansojen työntekoon on liittynyt erilaisia lauluja ja rälätyksiä. Myös ihmisille, eläimille ja henkiolennoille huudeltiin huhuiluja ja huutoja esim. karjan- ja poronajossa.
  - Kansanlauluja on eri aiheista: esim. kehtolaulut, rakkauslaulut, työlaulut, sotalaulut, rekilaulut, riimilaulut, lastenlaulut, matkalaulut ym.
2. Lauletaan: Suutarinemännän kehtolaulu (eteläpohjalainen kansanlaulu)  
”Mistä te ootte te pienet poiijat, kun en tunne teitä, piupali, paupali...  
( alussa taputukset reisiin, piupali...→taputukset käsiin)



3. Suomessa on rikas ja monivivahteinen kansanomaisen kehtolauluperinne.

- Lasta kutsuttiin nurmilinnuksi, nurmennukaksi, pellonkukaksi, tuomenkukaksi, tupakkarullaksi.
- Lapsen rauhoittaminen ja viihdyttäminen kehtolaulujen päätarkoitus, mutta samalla ne soivat tuudittajallekin mahdollisuuden hetken lepoon työnteon lomassa. Laulaja sai lisäksi myös purkaa omia ajatuksiaan ja toiveitaan, myös huoliaan ja murheitaan.
- Mitä kehtolauluja tunnet? Ja millä lauluilla olet itse tuudittanut lapsesi uneen?
- Lauletaan: Tuu. tuu tupakkarulla

4. Usein kansanlauluissa on aiheena oma armas tai sydänsurut, tyypillistä on usein mollisävyinen ilo.

Tunnistatko seuraavat kansanlaulut? Voidaan laulaa joitakin näistä.

Miten alkaa laulu, josta otettu seuraavat säkeet:

- "Lähden täältä kauas pois" Kalliolle kukkulalle
- "Synkkä metsä, kirkas taivas" Taivas on sininen ja valkoinen
- "Kun laaksossa kävelin" Oi kaunis kesäilta
- "Mutta köyhänä ei ole tohtinut" Yksi ruusu on kasvanut
- "Ja olit paras ystäväin" Sä kasvoit neito kaunoinen
- "On tämän pojan kullalla" Tula tullalla (Kuunnellaan levyltä)

5. Työlauluja:

- Pieni matkalainen (keskustellaan koulun alkamisesta syksyllä ja omasta koulusta pienenä. Miten taittuivat koulumatkat?)
- Pilvien paimen (Pimpula, pampula...) Oletko ollut paimenessa?
- Paimenlaulu (Hoi, lehmikarja, hoi..., norjalainen kansansävelmä)
- Pellavatyössä (ruotsalainen kansanlaulu)
- Pajalaulu (Reippahasti lietsomaan...)

6. Samalla sävelmällä voi olla eri sanoja:

- Lauletaan: Löylyä lissää (tietoa saunasta: Sylillinen sytykkeitä s.38-39)

- Kuunnellaan: Autolla ajetaan varo-varovasti.
  - Sama sävel myös: Karjalan poikia (Kyllä sitä passaa..., suomalainen polkka)
  - Miten tärkeä asia sinulle on laulussa sanat, teksti? Erityisesti millaisessa musiikissa sanat ovat tärkeät?
7. Miltä tuntuu laulaa tuttuja suomalaisia kansansävelmiä hengellisillä sanoilla? Oletko kuullut ja mitä mieltä olet kansanlaulukirkosta? Esimerkkinä lauletaan kansanlaulukirkon laulu "Uskon Isään taivaalliseen".
8. Mitä mieltä olet klassisiin sävellyksiin tehdyistä laulusovituksista, teksteistä? Kuunnellaan. Esim.
- J.S.Bach: Cm-fuuga - Kanttorin jenkka
  - Mozart: sinfonia n:o 40 gm - iskelmä: Tämä hetki voi olla se ainut
9. Virsikirjassa esiintyvät kansantoisinto-virret ovat myös muovautuneet kansan parissa.
- suullista perinnettä
  - Kun kouluttamattomat ja nuotteja taitamattomat henkilöt ovat muistelleet esim. kirkossa oppimiaan, joskus myös maalliseen ympäristöön liittyneitä sävelmiä.
  - Tyypillistä melodian laajojen intervallien täyttäminen astekuluilla (melismat eli niekut).
  - Esiintyy erityisesti Siionin virsissä.
  - Esimerkkivirsi: Herraä hyvää kiittäkää (virsi 332).
10. Instrumentaalimusiikissa variaatiot eli muunnemat, jotka ovat myös syntyneet yhdestä samasta alkuperäisestä teemasta.  
Esim. Merikanto: Älä itke äitini
11. Loppuvirsi: Jumalan kämmenellä

Seniorimuskari 4

Sari Meriläinen

Kirkkomusiikki

Oamk

## HARMONIA – Eläinlaulut

1. Kuunnellaan lintujen ääniä. Mikä lintu on kyseessä? Esim. joutsen, lokki, käki, pääsky, harakka, käpytikka ym.

Lintujen laulu kertoo jotakin joissakin loruissa. Mitä loruja olet kuullut? Esim.

- Pääskynen laulaa: ” Pesin pyykkiä, pesin pyykkiä, panin aidalle kuivumaan. Sieltä ne vietiin ja varastettiin.” (Pohjois-Karjala), ” Yksin niisin, kaksin niisin, kaiteisiin.”(Posio)
- Kurki huutelee: ” Rii ruokaa, rii ruokaa”.
- Peippo visertää: ” Tiri,tiri,tiri,tai,tai,tai, tittara tara tius”.

Musiikin sanoittajat ja säveltäjät ovat saaneet paljon aiheita luonnosta, eläimistä.

Kuuntelunäyte: Einojuhani Rautavaara, Cantus Arcticus, Joutsenten muutto.  
( Kerro lyhyesti säveltäjästä ja teoksesta)

2. Teoriaa:

Luonnossa voimme nähdä myös tämänkertaisen teoria-aiheemme.

Harmonia= Useiden yhtä aikaa soivien erikorkuisten äänien eli sointujen käyttämistä musiikissa

Sointu= Sointu syntyy, kun kolme, neljä tai useampia ääniä soi yhtä aikaa. Sointua voi verrata sateenkaareen, jossa useita eri värejä sointuu kauniisti yhteen. Voi poiketa myös kauniista soinnista!

Voi olla esim. duuri-sointuja (iloisia) ja molli-sointuja (surullisia). Harmonia on musiikin sydän. On todettu, että duuri-soinnut luovat rohkeuden ja voiman ilmapiiriä, ja mollisoinnut helpottavat surussa ja murheessa.

### 3. Kuuntelunäyte: Pieni ankanpoikanen (Kipparikvartetti)

Kuuletko duurin ja mollin eron? Alkusäkeistöt ovat duurissa, viimeinen säkeistö (Pieni lumpeenlehti vain...) on mollissa.

### 4. Lauletaan:

- duuri-laulu: Pieni kissanpoikanen ("Mikä on kaksi kilisilmää, kaksi nöpökorvaa, neljä töppöjalkaa ja törölörö takanapäin?" Kissa)
- molli-laulu: Mummo kanasensa (Leikki! Kutiaako vierustoveri?) Tämä ei ole hirveän surullinen, vaikka on molli. Esim. rytmiikalla voidaan muuttaa mollin surullisuutta.

### 5. Teoria jatkuu:

- 1900-luvun alkupuolelle asti länsimainen taidemusiikki yhdisti sointuja tietyssä järjestyksessä musiikkiin. Tätä harmonian perinnettä kutsutaan TONAALISUUDEKSI.
- 1900-luvun jälkeen, modernissa musiikissa, on käytetty myös uudenlaista harmoniatyyliä. Siinä on vaikea löytää harmoniasta säännönmukaisuuksia. Tyyli on sävellajitonta ja sitä nimitetään: ATONAALISUUDEKSI.

### 6. Kuuntelunäytteet tonaalisuudesta:

- Barokki: sointuajattelu ei pääasiassa, vaan polyfonia  
Georg Friedrich Händel: Urkukonsertto F-dur, HWV 295 (käki, satakieli),  
tai Johann Wather: Imitatione del Cuccu (käki)
- Romantiikka: harmonia vapautui, muunnosoinnut  
Saint Saëns Camille: Eläinten karnevaali ja  
Rimski-Korsakov Nikolai: Kimalaisen lento, Mikä eläin kysymyksessä?

## 7. Kuuntelunäyte atonaalisuudesta:

Anton Webern: Five Orchestral Pieces, op.10, nro 2

Mitä mieltä olet, kuunteletko tällaista musiikkia?

## 8. Mistä eläimistä sinä pidät? Onko sinulla ollut lemmikkieläimiä? Mikä eläin on

tässä kysymyksessä: ” Kuka vieraalta ensin kuulumiset kysyy, kun vieras

taloon tulee?” Koira (Suomen kansalliskoira on Suomen pystykorva)

Lauletaan: Emme me pienet koiranpennut muuta kuin leikkiä lyömme

( taputukset!)

## 9. Muita eläimiä:

- Mikä se tulee vastaan, kun menee sutta pakoon? Karhu

Lauletaan: Sairas karhunpoika (Oliko duuri vai molli?)

- ”Mies juoksi salon sivua, punaturkki tupsutteli, pää keikkui, sarvet helisi?”

Orava, Lauletaan: Oravan pesä

- ”Yksi panee kops, kops, toinen panee kops, kops, kolmas panee kops, kops, neljäs panee kops, kops, viides panee viuh, vauh?” Hevonen

Keskustelua Suomenhevosesta (Suomen kansallishevonen)

Kuka on laulanut hevosesta? Arvoitus runoversosta: Tapio Rautavaara

Kuunnellaan: Juokse sinä humma (Tapio Rautavaara)

- Eläinaiheisten laulujen kohdalla laita kuva eläimestä (kissa, kana, koira, karhu, orava, hevonen) kiertoon. Mitä muistoja tulee mieleen? Voi sitten kertoa toisille, jos haluaa.

## 10. Harmoniaan liittyy myös kuoromusiikki. Kuorossa lauletaan moniäänisesti.

Oletko sinä laulanut joskus kuorossa? Mitä ääntä olet laulanut? Missä

kuorossa? Mitkä kuorokappaleet ovat jääneet mieleen ja mikä on ollut

erityisen mukavinta laulaa?

Kuuntelunäyte: jotakin eläinaiheista kuoromusiikkia? Esim. Pekka

Kostiainen: Lohi ui

## 12. Loppuvirsi kitaran säestyksellä: Jumalan kämmenellä

Seniorimuskari 5  
Sari Meriläinen  
kirkkomusiikki  
Oamk

## SOINTIVÄRI – Hengellinen musiikki, urku-, soitinmusiikki

1. Kuuntelunäyte: urkumusiikkia esim. J.S.Bach  
Kuunnellaan silmät kiinni; mieti missä olet, miltä tuntuu ja miltä musiikki kuulostaa?
2. Urut on soittimien ”kuningatar”. urkujen esittelyä
  - synty, historiaa
  - toimintaperiaate
  - osien esittely
  - säveltäjiä
  - sama periaate myös harmonikalla ja harmoonilla
3. Teoriaa: sointiväri:  
= äänenväri, äänensävy, sointi  
= Se ominaisuus, jonka perusteella kaksi samankorkuista, voimakkuudeltaan ja kestoltaan samankaltaista ääntä kuulostaa erilaiselta.
  - kuvaillaan mm. kirkas, kuulas, tumma, pehmeä, jne.
  - Eri ihmisillä on äänessä eri sointiväri.
  - Myös eri soittimilla on eri sointivärejä. Soittimien ryhmittely (jousi-  
kosketin- , lyömä- , puhallinsoittimet)
4. Kuunnellaan näytteitä eri soittimista.
  - Tunnistatko soittimen? Mikä soitin?
  - Pidätkö tästä soittimesta, äänestä ja sointiväristä? Kuvaile sointiväriä.
  - Mikä on mielisoittimesi?

5. Hengellistä musiikkia:
- laulumusiikkia, kuoromusiikkia, gospelmusiikkia, soitinmusiikki, urut, virret, suuret teokset: passio, oratorio
  - Mikä oli sinun häämarssisi?
  - Soitetaan Inkeri (viulu)+minä (piano) jokin lyhyt kappale.
  - Näytteitä lauletaan:     Mä olen niin pienoinen  
                                  Pikkulintu riemuissaan  
                                  Kotomaamme
  - Näytteitä kuunnellaan: Mauno Kuusisto, Kanteleeni  
                                  Valtimon tyttökuoro: Suojelusenkeli  
                                  Händel: Messias-oratorio, Halleluja
6. Tärkein hengellinen laulukirja on virsikirja.
- historiaa
  - suomalaiset virsikirjat
  - virsivisailua
  - Miksi virsikirjoja uudistetaan muutamien vuosikymmenten välein?  
Tärkeimpiä syitä on kieliasun nykyaikaistamisen tarve. Virsikirjakomitea pyrki viimeisimmässä uudistuksessa poistamaan äänneasultaan tai taivutukseltaan vanhahtavat muodot (päivyt, templi, loistaos, halajaa, peljätä, vuottaa), loppuheittoiset lyhentymät (kätes, sinuss´, tää, sun, hälle) ja pidentymät (olkohon, kotihin, syttyvi). Komitea pyrki luontevaan suoraan sanajärjestykseen tavoitteenaan kieli, jota nykyajan ihminen ymmärtää.
  - Virsikirjan uusi lisävihko on tulossa: opetellaan uusi virsi: Silmäni aukaise
7. Kuuntelunäyte: Lahti-sinfonia: virsi 6, Käy kansa, Herraasi vastaan  
Rytmisoihtimet mukaan: soitetaan pianossa ja fortessa.
8. Kyselykaavakkeiden antaminen
9. Loppuvirsi kitaran säestyksellä: Jumalan kämmenellä

## SUOMALAISET VIRSIKIRJAT:

1. Jaakko Finnon (Suomalaisen) virsikirja v. 1583: 101 virttä
2. Hemminki Maskulaisen virsikirja v. 1605: 242 virttä
3. ” Vanha virsikirja” v. 1701: 413 virttä
4. Virsikirja v. 1886: 536 virttä
5. Virsikirja v. 1938+ lisävihko v. 1963: 633+46 virttä
6. Virsikirja v. 1986: 632 virttä

## VIRSIVISAILUA: (Pirtin puolelle s. 34-35)

1. Mikä on virsikirjan ensimmäinen virsi? Hoosianna
2. Montako virttä on nykyisessä virsikirjassa? 632
3. Mitä hengellistä laulua on kutsuttu ” Titanicin hymniksi”? Sua kohti Herrani
4. Nykyisessä virsikirjassa tämä on uusituin sanoin. Miten alkaa virsi 396? Käyn kohti sinua, oi Herrani
5. Mitä paljon käytettyä hautajaisvirttä lauletaan myös Minne käy tuulen ilmassa tie-sävelmällä? Oi Herra, jos mä matkamies maan virsi 631b
6. Miten alkaa Suvivirsi ja minkä maalainen se on? Jo joutui armas aika, ruotsalainen kansansävelmä virsi 571
7. Kenen säveltämä on virsi Soi kunniaksi Luojan? Jean Sibeliuksen virsi 462



8. Miten alkaa virsi, jonka nimi on Suomalainen rukous? Siunaa ja varjele meitä, Korkein kädellä virsi 58

#### MITEN ALKAA VIRSI:

- ...Miespolvet vaipuvat unholaan? Maa on niin kaunis 30
- ...Jota elinaikanani olen saanut tuntea? Kiitos sulle Jumalani 341
- ...Ja yhteen käteni liitän? Mä silmät luon ylös taivaaseen 490
- ...Sen rinnalla vain multaa? On meillä aarre verraton 183
- ...Mä suuren ilon ilmoitan? Enkeli taivaan lausui näin 21
- ...Kaikessa näytä käsiala Luojan? Totuuden Henki 484

Minkä virren opit lapsena ensimmäisenä? Kuka sen opetti?

Mikä on lempivirtesi? Missä tilanteessa se tuli tärkeäksi?

#### URUT- SOITINTEN KUNINGATAR

- Urkujen keksijä on Ktesibios Aleksandriassa 200-l. eaa.: vesiurut.
- Antiikin Kreikassa suosittu hoviseremonioissa ja amfiteattereissa Rooman valtakunnassa.
- V. 1287 Milanon kirkolliskokous hyväksyi urut jumalanpalvelussoittimeksi.
- yhdistetty puhallin- ja kosketinsoitin
- Pillit soivat paineilman avulla. Sähköllä toimiva puhallin puhalttaa ilmaa varastopalkeeseen, josta ilma kulkee ilmakehän pitkin ilmalaatikoihin ja ilmalaatikon reiän päällä olevaan pilliin kosketinta painettaessa.
- puupillejä, metallipillejä, huuli-, kielipillejä
- äänikerta= eri tavoin soiva kukin pillirivistö
- dispositio= äänikertavalikoima
- fasadi= julkisivu
- soittopöytä
- rekisteröinti
- jalkio, pedaali
- perusrekisteröinti
- pleno
- trio-soitto