

SAVONIA

ammattikorkeakoulu

OPINNÄYTETYÖ - AMMATTIKORKEAKOULUTUTKINTO
KULTTUURIALA

LAULAJAN SÄRÖEFEKTIT

TEKIJÄ Annika Eronen

Koulutusala Kulttuuriala			
Tutkinto-ohjelma Musiikkipedagogin tutkinto-ohjelma			
Työn tekijä Annika Eronen			
Työn nimi Laulajan säröefektit			
Päiväys	15.5.2025	Sivumäärä/Liitteet	46/3
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani Savonia-ammattikorkeakoulu			
Tiivistelmä Tämä opinnäytetyö on tutkimuksellinen kehittämistyö, jossa käsitellään laulajan säröefektejä. Opinnäytetyön tarkoituksena oli syventää tekijän omaa ammatillista osaamista laulajana ja laulopedagogina sekä löytää ja luoda toimivia tapoja opettaa särölaulua eri tasoille laulajille. Tavoitteena oli kehittää kurssi, jossa säröefektejä opetetaan ryhmäkontekstissa. Opinnäytetyössä koottiin kattava tietopohja laulamisen perustekniikasta ja säröefekteistä. Tietopohjan perusteella kehitettiin särölaulukurssi, joka toteutettiin opinnäytetyön tekijän Vocal Witchcraft -yrityksen kautta. Menetelmiin kuuluivat havainnointi ja kurssin osallistujille suoritettu puolistrukturoitu kysely. Havainnointia tekijä hyödynsi harjoitellessaan säröefektejä itse sekä kurssilla opettajana toimiessaan. Kehitetty särölaulukurssi tuki tekijän näkemystä siitä, että säröjä voivat oppia kaiken tasoiset laulajat. Opinnäytetyöprosessin aikana löydettiin sekä kehitettiin tapoja harjoitella ja opettaa säröefektejä ääntä rasittamatta. Särölaulukurssi tuli osaksi opinnäytetyön tekijän yrityksen tarjoamia palveluita. Tekijän laulamisen perustekniikkaan ja säröefekteihin liittyvä osaaminen ja ymmärrys kasvoi. Jatkotutkimuksia säröefekteihin liittyen kaivataan muun muassa äänihuulten alapuolisesta paineesta, useampien säröefektien yhdistämisestä sekä Fry Scream -säröefektistä.			
Avainsanat säröefektit, särölaulukurssi, laulaminen, äänenkäyttö			

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO	5
2	TUTKIMUKSELLINEN KEHITTÄMISTYÖ.....	6
2.1	Työn tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset	6
2.2	Tutkimusmenetelmät ja -aineisto	7
2.3	Särölaulukurssi	7
2.4	Eettisyys ja luotettavuus.....	8
3	LAULAMISEN PERUSTEKNIikka.....	9
3.1	Äänentuoton tukeminen	10
3.1.1	Hengitystuki	10
3.1.2	Ankkurointi.....	13
3.2	Ääntöväylä	14
3.2.1	Äänihuulet.....	15
3.2.2	Taskuhuulet	16
3.2.3	Kurkku ja kurojalihakset.....	16
3.2.4	Kurkunpää	18
3.2.5	Muut tekijät.....	18
3.3	Primal sound	19
4	SÄRÖEFEKTIT	21
4.1	Hälyääni.....	22
4.2	Säröefektien perusperiaatteet	23
4.2.1	Ääntöväyläasetukset, subglottaalinen ja supraglottaalinen paine.....	23
4.2.2	Twang	24
4.2.3	Riittävä tuki.....	26
4.2.4	Liiallisen kuromisen välttäminen	26
4.2.5	Äänenvoimakkuus ja äänenkorkeus	26
4.3	Laulajan säröefektit.....	27
4.3.1	Distortion (CVT) ja False Cord (The Zen of Screaming)	27
4.3.2	Rattle (CVT)	27
4.3.3	Growl.....	28
4.3.4	Grunt (CVT) ja Death (The Zen of Screaming).....	28
4.3.5	Creak, Creaking ja Fry Scream.....	29

5	SÄRÖLAULUKURSSI	31
5.1	Perustekniikan harjoitukset.....	32
5.1.1	Äänenhuolto.....	32
5.1.2	Hengitystuki-harjoitukset.....	33
5.1.3	Ankkurointi-harjoitukset	34
5.1.4	Äänihuulimassa-harjoitukset.....	34
5.1.5	SOVT-harjoitukset	35
5.1.6	Ääntöväylä-harjoitukset.....	35
5.2	Säröefekti-harjoitukset	36
5.2.1	Grunt (CVT) ja Death (The Zen of Screaming).....	37
5.2.2	Distortion (CVT) ja False Cord (The Zen of Screaming)	37
5.2.3	Rattle.....	37
5.2.4	Growl.....	38
5.2.5	Creak, Creaking ja Fry Scream.....	38
6	SÄRÖLAULUKURSSIN TOTEUTUS JA KYSELYN TULOKSET	40
7	POHDINTA.....	44
	LÄHTEET	45

KUVALUETTELO

Kuva 1.	Tuen tunteminen sisuspunoksessa (Sadolin 2024, 18)	12
Kuva 2.	Ääntöväylän tasot – äänenväri (Sadolin 2024, 186)	14
Kuva 3.	Ääntöväylän muokkaaminen (Sadolin 2024, 27)	17
Kuva 4.	Ääntöväylän tasot - efektit (Sadolin 2024, 186).....	22
Kuva 5.	Kurkunpään eteinen (Sadolin 2024, 29).....	25
Kuva 6.	Hyödyllisimmät perustekniikan osa-alueet.....	41
Kuva 7.	Kurssilaisten toteuttamat säröefektit	42

1 JOHDANTO

Suomi on tunnetusti metallimusiikin luvattu maa. Maassamme on miljoonaa asukasta kohden yli 900 metallibändiä (Landgeist 2023). Metallimusiikki on rockmusiikin alagenre, jossa usein hyödynnetään aggressiivisuutta ja voimakkaita tunnetiloja ilmentäviä säröefektejä. Tässä opinnäytetyössä laulajan säröefekteillä tarkoitetaan laulajan ääntöelimistöllä tuotettavia tehosteita. Tieteen termipankki (2025) määrittelee ääntöelimistön tarkoittavan niitä anatomisia rakenteita, jotka osallistuvat puheen tuottamiseen. Työssäni käytän säröefekti-sanaa, koska olen kuullut sitä käytettävän eniten ja se on itselleni luontaisin tapa kuvata säröjä ilmiönä.

Aihe kumpuaa omasta intohimostani monipuoliseen äänenkäyttöön ja erityisesti metalli- ja kansanmusiikkiin. Omassa äänenkäytössäni toteutan itseäni erilaisin äänenlaaduvin, joihin kuuluu niin klassista laulua kuin örinääkin. Äänenlaadulla tarkoitan äänen sointia, johon voidaan vaikuttaa ääntöelimistön erilaisilla asetuksilla. Säröefektit ovat näkökulmasta riippuen äänenlaatuja tai äänenlaatuun lisättäviä tehosteita.

Laulajan säröefekteistä on heikosti saatavilla tietoa suomen kielellä. Särölaulun pedagogiikalle on kysyntää maassamme. Tämä on yksi syistä, miksi halusin syventyä aiheeseen enemmän. Työssäni olen pyrkinyt linkittämään käyttämäni suomenkieliset termit englanninkielisiin termeihin. Suomenkielisten termien jälkeen suluista löytyvät käännökset englanniksi tai tapauskohtaisesti latinaksi. Pajoittain käytän englanninkielisiä nimityksiä, mikäli niille ei ole vakiintunutta käännoästä.

Laulua opettaessani olen huomannut, että särölaulu lähes mystisenä aiheena kiehtoo monia. Säröefektien opetukselle olisi paljon kysyntää, mutta esimerkiksi Itä-Suomessa tarjonta opetuksessa on kohtuullisen pientä. Omien kokemuksieni mukaan Suomessa rytmipuolen laulunopettajan koulutukseen ei yleensä sisälly säröefektien läpikäymistä. Tämä on harmillista, sillä rock- ja kansanmusiikin lisäksi kuulen laulajien käyttävän säröefektejä myös muissa genreissä, kuten soulissa ja jazzissa.

Etänä tai Kööpenhaminassa suoritettavaan kolmevuotiseen Complete Vocal Techniquen Singer/Singing Teacher Diploma -kurssiin kuuluu säröefektien opettelua teorian ja käytännön tasolla. Suomessa tällä hetkellä valtuutettuja CVT (Complete Vocal Technique) -opettajia on 43 ja yksikään heistä ei toimi Itä-Suomen alueella (Complete Vocal Institute 2024). Moni lähtee hakemaan oppia nimenomaan CVT-opettajilta, koska jo koulutuksensa puolesta heiltä löytyy säröefekteihin liittyvää osaamista, vaikkakin vaihtelevissa määrin. Omalla perehtymiselläni tuon Itä-Suomeen lisää kaivattua erityisosaamista.

Tässä tutkimuksellisessa kehittämistyössä suunnittelin ja toteutin särölaulukurssin Vocal Witchcraft -yritykseni kautta. Työn tarkoituksena oli syventää omaa osaamistani laulajana ja laulunopettajana sekä löytää ja luoda mahdollisimman toimivia tapoja opettaa särölaulua. Koin käytännön harjoitusten olevan tärkeitä lihaskuistien luomiseksi ja vahvistamiseksi. Niiden ohella äänianatomia- ja fysiologia auttavat meitä konkreettisesti hahmottamaan mitä meissä tulisi tapahtua, jotta säröefektit toteutuisivat ilman äänen rasittumista.

2 TUTKIMUKSELLINEN KEHITTÄMISTYÖ

Opinnäytetyöni on tutkimuksellinen kehittämistyö, johon kuuluu keräämäni tiedon pohjalta rakennettu teoreettinen osuus sekä särölaulukurssi. Teoreettinen osuus jakautuu laulamisen perustekniikkaan ja säröefekteihin kuten särölaulukurssikin. Nostan esille asioita, joiden koen olevan säröefektien muodostamisen kannalta erityisen oleellisia. Lisäksi avaen laulamiseen sekä säröefekteihin liittyvää termistöä.

Tieteellisen tutkimuksen ja ammattikirjallisuuden ohella säröefekteihin liittyvää pedagogista opetusmateriaalia löytyy muun muassa Complete Vocal Technique -kirjasta (Sadolin 2011) sekä -sovelluksesta (Sadolin 2024) ja Zen Of Screaming -DVD:iltä (Cross 2005 & 2007). Lähteeni painottavat säröefektien tuottamista terveellä tavalla, koska säröefektien ei kuulu olla äänelle vahingollisia. Kuulokuvan väkivaltaisesta luonteesta huolimatta kaikki säröefektit ovat tuotettavissa kestäväällä tavalla. Mikäli säröefektien muodostamisessa ei käytetä oikeaoppista tekniikkaa, voi seurauksena olla ääni-ongelmia.

Oikeaoppisen tekniikan löytämiseksi tarjoan laulamiseen liittyvää informaatiota edellä mainittujen lisäksi muun muassa kirjoista Suuntana vapaus – Alexander-tekniikan perusajatuksia (Saraste 2006), Singing and Teaching Singing – A Holistic Approach to Classical Voice (Chapman 2017) ja The Estill Voice Model: Theory & Translation (Steinhauer, McDonald Klimek ja Estill 2017). Monipuolinen lähdemateriaali tekee opinnäytetyöstä syväluotaavan ja erilaiset näkökulmat huomioonottavan.

Koen, että laulamisen tulee olla mahdollisimman luonnollista. Lähteissä annetaan anatomisia- ja fysiologisia selityksiä äänenkäytölle, joka on jo sisäänrakennettuna meihin. Osaamme tilanteen niin vaatiessa käyttää ääntämme eri tavoin ilman, että sitä täytyy erikseen ajatella. Sama pätee myös säröefekteihin. Tämän pohjalta rakensin särölaulukurssini.

2.1 Työn tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset

Työni tarkoituksena oli syventää omaa ammatillista osaamistani laulajana ja laulopedagogina sekä löytää ja luoda toimivia tapoja opettaa särölaulua eri tasoille laulajille. Löytämieni lähteiden avulla muotoilin laulamisen perustekniikasta ja säröefekteistä koostuvan tasapainoisen tietopohjan. Työssäni käsittelem säröefekteihin liittyen muun muassa tuen käyttöä, ilmanpainetta, ääni- ja taskuhuulien toimintaa sekä ääntöväylän asetuksia erilaisia säröjä muodostettaessa.

Opinnäytetyöni tavoitteena oli kehittää kurssi, jossa opetan särölaulua ryhmäkontekstissa. Särölaulukurssin kautta tutkin kysymyksiä, kuten ”Tarvitseeko säröjä tuottaakseen olla kokenut laulaja?” ja ”Kuinka opetella ja opettaa särölaulua ääntä rasittamatta?”. Ryhmäkontekstissa pääsimme kurssilaisien kanssa tarkastelemaan säröefektejä erilaisista näkökulmista. Teimme harjoituksia itse sekä seurassimme toisten harjoittelua. Tämä mahdollisti laajemman hahmotuksen erilaisista säröefekteistä ja niiden mahdollisista sudenkuopista.

Vaikka särölaulukurssi toteutettiin ryhmäkontekstissa, en työssäni käsittele ryhmäopetukseen liittyviä yksityiskohtia. Myös säröefektien äänenvärin muokkaamisen rajasin työni ulkopuolelle, vaikka laulamisen perustekniikan yhteydessä äänenvärejä sivuankin. Keskityin säröefektien ja niiden opetuskeinojen tutkimiseen.

2.2 Tutkimusmenetelmät ja -aineisto

Opinnäytetyöni oli laadullinen toimintatutkimus, jossa menetelmiin kuului muun muassa havainnointi ja puolistrukturoitu kysely. Jyrkämä (n.d.) kuvailee toimintatutkimusta näin: ”Toimintatutkimukselle toiminta on niin tutkimuskohde, tutkimusväline kuin päämääräkin. Maailmaa ja sen muuttamisen mahdollisuuksia lähestytään toiminnallisilla interventioilla”. Havainnointi on todellisen elämän ja maailman tutkimista, jonka avulla saadaan välitöntä tietoa yksilöiden, ryhmien tai organisaatioiden toiminnasta ja käyttäytymisestä (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 1997, 215).

Työskentelyssäni keskeisimpiä elementtejä olivat toiminnan havainnointi, arviointi ja kehittäminen. Hyödynsin osallistuvaa havainnointia harjoitellessani säröefektejä itse sekä kurssilla opettajana toimiessani. Hirsjärven ym. (1997, 214) mukaan osallistuva havainnointi on vapaasti tilanteessa muotoutuvaa ja havainnoija osallistuu ryhmän toimintaan.

Aiemmat kokemukseni säröefekteistä laulunopettajana ja laulajana innoittivat minua syventämään osaamistani entisestään opinnäytetyön muodossa. Laulunopetuksen ja oman harjoitteluni avulla olen löytänyt yhtymäkohtia ja eroavaisuuksia eri oppijoiden välillä. Opinnäytetyötä tehdessäni reflektoin ja laajensin aiempaa jo olemassa olevaa tietoa. Näin muodostin käsityksen toimivista särölaulun harjoittelu- ja opettamistavoista.

Tutkimusaineistoni koostui muistiinpanoista, joita tein havaintojeni pohjalta, sekä Webropol-kyselyn vastauksista. Suoritin suunnittelemani Webropol-kyselyn (ks. Liite 1) särölaulukurssin osallistujille. Kysely sisälsi sekä avoimia - että monivalintakysymyksiä. Avoimissa kysymyksissä esitetyle kysymykselle jätetään tyhjä tila, ja monivalintakysymyksissä merkitään rasti yhteen tai useampaan valmiiseen vastausvaihtoehtoon (Hirsjärvi ym. 1997, 198–199). Kurssilla tekemieni havaintojen ja kyselyn avulla analysoin särölaulukurssin toimivuutta ja kehityskohteita. Tiedostin, että kurssilla tekemäni havainnot ja kyselyn vastaukset voivat erota toisistaan.

2.3 Särölaulukurssi

Särölaulukurssilla opettelimme pienellä ryhmällä särölaulutekniikoita ja ääntöväyläasetuksia, joihin säröefektit perustuvat. Kurssi toteutettiin seitsemän henkilön ryhmällä. Näin jokainen osallistuja sai ryhmässä myös yksilökohtaista opetusta, jonka avulla kehittää omaa äänenkäyttöään säröefektien parissa. Tavoitteena oli, että kurssin osallistujat saavat katsauksen laulamisen perustekniikkaan ja erilaisiin säröefekteihin.

Kurssi oli kaksipäiväinen ja sijoittui viikonloppuun. Opetusta oli lauantaina ja sunnuntaina kahteen osaan jaettuna yhteensä kuusi tuntia. Kurssi olisi voinut olla yksipäiväinen, mutta mielestäni keskittymisen ja äänen kannalta oli antoisampaa jakaa opetus kahdelle eri päivälle. Näin kurssin osallistujat ehtivät opetuksien välissä kokeilemaan oppimiaan asioita ja keksimään kysymyksiä, jotka askaruttivat heitä.

Kurssilla tekemieni havaintojen lisäksi osallistujat täyttivät jo aiemmin mainitun puolistrukturoidun kyselyn, jossa he kuvailivat omaa oppimiskokemustaan särölaulukurssilla. Havaintojeni ja saamani palautteen perusteella pyrin jatkokehittämään särölaulukurssia, joka on helposti lähestyttävä ja hyödyllinen kaikille aiheesta kiinnostuneille.

2.4 Eettisyys ja luotettavuus

Eettistä herkkyyttä osoittaa pohdinta hyvästä tieteellisestä käytännöstä ja sen noudattamisesta (Vilka 2021, 122). Opinnäytetyötä varten kysyin kurssilaisilta suostumusta osallistua tutkimukseen. Toimitin heille tiedotteen sekä tietosuojaselosteen. Ennen kurssin alkamista jokainen heistä allekirjoitti suostumuslomakkeen. Analysoin havaintojani ja Webropol-kyselyn tuloksia opinnäytetyössäni ilman, että niitä voidaan yhdistää tiettyyn henkilöön. Mitään henkilötietoja ei tulla julkaisemaan, vaan ne säilyvät hallussani opinnäytetyön valmistumiseen saakka, jonka jälkeen ne tuhoaan.

Tietosuojaan lisäksi kiinnitin huomiota lähteiden valitsemiseen ja merkitsemiseen sekä tekijänoikeuksien kunnioittamiseen. Kysyin Complete Vocal Institutelta luvan käyttää muutamaa CVT-sovelluksen (Sadolin 2024) kuvaa. Tiedostin tarvitsevani lähdekriittistä lukutaitoa löytääkseni luotettavat ja paikkansapitävät lähteet tutkimukseni tueksi. Vilka (2021, 120) avaa lähdekritiikin tarkoittavan käytettyjen lähteiden ja aineistojen laadun arviointia ennen kuin sitä käytetään opinnäytetyössä. Esimerkiksi vanhempia lähteitä käyttäessäni, minun oli arvioitava, onko tieto edelleen paikkansapitävää.

Äänenkäyttöön liittyen on olemassa useita erilaisia opetussuuntauksia. Koska olemassa olevan tiedon määrä on valtava ja ristiriidoilta ei voi välttyä, minun oli uskallettava olla eri mieltä ja peilattava kohtaamaani tietoa aiempiin käsityksiini. Tarkistin asioita useammista eri lähteistä ja vertasin informaatiota omiin kokemuksiini oppijana sekä opettajana. Kyseenalaistin omaa tekemistäni ja tietämystäni aiheesta voidakseni syventää omaa ymmärrystäni säröefekteistä ja laulamisesta.

Opetuksellani oli oltava luotettava tietopohja, mutta yhtä lailla oleellista oli se, kuinka kohtasin kurssin osallistujat ja miten kommunikoin heille. Lauluinstrumentti on hyvin henkilökohtainen ja kiinteä osa minuuttamme. Oli tärkeää olla huolellinen sanavalintojen ja palautteen annon suhteen, jotta turvallinen ja salliva ilmapiiri pysyi yllä. Tunnetaitojen hyödyntäminen herkkien ääni-instrumenttien parissa työskennellessä on välttämätöntä. Lisäksi käyttämäni terminologian tuli olla selkeää ja määriteltä, jotta jokainen osallistuja pystyi ymmärtämään käsiteltävän sisällön.

Opinnäytetyöni vahvisti laulopedagogista osaamistani ja sen avulla pääsin erikoistumaan minua aidosti kiinnostavaan aiheeseen. Se rakensi luotettavampaa ja eettisyyteen perustuvaa tietopohjaa omalle osaamiselleni.

3 LAULAMISEN PERUSTEKNIikka

”Laulunopettajan on hyvä tietää, että ääni ei rasitu käytöstä, ääni rasittuu vain väärinkäytöstä” (Saraste 2006, 182). Laulamiseen liittyen on olemassa monia eri koulukuntia ja sen takia käsitteiden määrä on suuri sekä paikoittain hyvin epäselkeä. Opinnäytetyöni aiheen ymmärtämiseksi oli tärkeää osata poimia särölaulun kannalta oleellimmat käsitteet, huomata käsitteiden risteävyys sekä osata selittää ne monen tasoille oppijoille ymmärrettävällä tavalla. Principles of Voice Production (Titze 2000) on äänenkäytön perusteisiin tieteellisesti ja informatiivisesti paneutuva alkulähde, mutta paikoittain opinnäytetyössäni koin selkeämpänä käyttää esimerkiksi Sadolinin muotoilemia määritelmiä, koska ne ovat helpommin ymmärrettävissä. Säröefektien terveen tuoton takaamiseksi on tärkeää ymmärtää äänianatomiaa ja äänifysiologiaa. Vokologi Hakanpää (2019) määrittelee äänianatomian ja äänifysiologian seuraavalla tavalla:

Äänianomiolla tarkoitetaan äänentuottoon osallistuvien luitten, lihasten, sidekudosten, rustojen ja jänteiden muotoa ja rakennetta sekä näitten suhdetta toisiinsa. Äänifysiologialla taas tarkoitetaan näitten rakenteiden toimintaa ja liikeratoja sekä pyrkimystä hahmottaa kehon toimintaa kokonaisuutena.

Hänen mukaansa äänentuoton voi jakaa kolmeen perusosaan, jotka ovat äänen energia (ilma ja hengitys), äänilähde (kurkunpää ja äänihuulet) ja äänen muokkaus (ääntöväylän onkaloiden muokkaus, resonanssi ja artikulaatio). (Hakanpää 2019.) The Estill Voice Model (Steinhauer ym. 2017, 35) käyttää samankaltaisia termejä, jotka ovat energia/voima (engl. power), äänilähde (engl. source) ja suodatin (engl. filter).

Laaksosen (2018) käyttämä terminologia eroaa hieman aiemmin mainituista, mutta periaate pysyy samana. Hänen jaottelussaan äänentuottoon osallistuvia kehonosia on kolme. Niihin kuuluvat keuhkot (voimanlähde), äänihuulet (äänilähde) ja ääntöväylä (suodatin). Hänen mukaansa ”Keuhkoista tuleva ilmavirta saa äänihuulet värähtelemään synnyttäen äänen ja ääntöväylä voimistaa ja suodattaa sen”. Hän kuitenkin korostaa, ettei prosessi etene suoraviivaisesti, vaan kaikki vaikuttaa kaikkeen. (Laaksonen 2018.) Esimerkiksi ääntöväylän asetuksilla on vaikutus äänihuulten toimintaan ja ääntökynnykseen (Titze & Verdolini Abbott 2012, 286–310, Laaksosen 2018 mukaan).

Kokonaisuuden vapautumista edistää se, että jokin osa siitä vapautuu. Laulajaa voi auttaa esimerkiksi leuan vapauttaminen. Leuan vapauttaminen vaatii niskan vapautumisen, jolla puolestaan on hengitystä vapauttava vaikutus. (Saraste 2006, 157.) Jännityksillä on taipumus levitä läheisiin lihaksiin, joten usein yhtä lihasta aktivoitessa aktivoituu myös ryhmä lihaksia, joiden ei haluttaisi aktivoituvan (Steinhauer ym. 2017, 40).

Omien kokemuksieni pohjalta koen kannattavana kokeilla erilaisia lähestymistapoja äänentuoton vapauttamiseksi. Ei ole yhtä jokaisen oppilaan kohdalla toimivaa reittiä, vaan haastetta äänenkäytössä voidaan lähestyä usein eri menetelmin. Mikäli jokin menetelmä ei vie äänenkäyttöä halutun lopputuloksen suuntaan, kannattaa tällöin etsiä jokin muu, omalla kohdalla toimiva tapa. Ratkaisuja voidaan löytää äänentuoton eri tasoilta.

Tiivistettynä äänentuottoa voidaan tarkastella kolmella eri tasolla. Nämä tasot ovat vuorovaikutuksessa keskenään ja vaikuttavat toisiinsa. (Hakanpää 2019; Steinhauer ym. 2017, 35; Laaksonen 2018;

Saraste 2006, 157.) Koen itse tärkeäksi tietynlaista äänenlaatua hakiessa hahmotuksen siitä, millä tasolla tai tasoilla muutoksen on tapahduttava, jotta haluttu äänenlaatu on mahdollista saavuttaa. Palaan tähän käsitellessäni ääntä vahingoittamattomien säröefektien tuottamista. Aiempien lähteiden käsitteistä yhdisteltynä äänentuoton tasot ovat:

1. Keuhkot ja hengitys = Äänen energia, voima, voimanlähde
2. Kurkunpää ja äänihuulet = Äänilähde
3. Ääntöväylä = Suodatin, äänen muokkaus, resonanssi, artikulaatio (Hakanpää 2019; Steinhauer ym. 2017, 35; Laaksonen 2018).

3.1 Äänentuoton tukeminen

Usein laulutunneilla puhutaan rentoudesta, mutta laulaminen vaatii kuitenkin riittävän aktiivisuuden. Tuottaakseen halutun äänenkorkeuden ja äänenvärin efekteineen, on hengitysilhaksien, ääntöväylän sekä kehon työskenneltävä äänenlaadulle optimaalisesti. Ääntä tuottaessa tulee olla aktiivinen, mutta välttää turhaa työskentelyä.

”Luonnollinen toiminta on helppoa ja vaivatonta” (Saraste 2006, 19). Joko suoraan tai välillisesti, meidät opetetaan rehkimään ja yrittämään paljon kovemmin kuin olisi edes tarpeen. Se ei ole lopputuloksen kannalta edullista. Meidän on lakattava tekemästä niitä asioita, jotka häiritsevät mahdollisuuksia toimia luonnollisella tavalla. Kun pyrimme luopumaan luonnollista toimintaa estävistä tottumuksistamme, kehomme tukee prosessia. (Saraste 2006, 8, 16, 19.)

Koen, että näistä luonnollista toimintaa estävistä tottumuksista luopuakseen laulajan olisi tärkeää tiedostaa niiden olemassaolo. Tästä syystä kehotietoisuus on laulajalle ensisijaisen tärkeää. Omien kokemusteni mukaan äänenkäyttöä voi haitata joko liian vähäinen tai liiallinen työskentely. On tärkeää hahmottaa, kummasta on kyse. Tarvittavaan työmäärään ja -tapaan vaikuttaa toivotun äänenlaadun lisäksi keuhkoissamme oleva ilmanmäärä.

Se mikä lapsille on niin vaivatonta ja luontaista, voi olla aikuisilla hautautunut opittujen tottumusten ja rajoittavien uskomusten alle. Monta kertaa olen kuunnellut hämmästyneenä pienten lasten äänenkäyttöä. Lähtökohtaisesti koen aikuisten äänenkäytön olevan kohtalaisen kapea-alaista lapsiin verrattuna. Pienet lapset käyttävät luontaisesti ääntään hyvin monipuolisesti sitä arvottamatta ja rajoittamatta. He eivät pidättele äänenkäyttöään, eivätkä yritä kuulostaa kauniilta. Tällöin mahdollisuudet äänenkäytössä ovat monipuoliset.

Pienet lapset kykenevät huutamaan jopa monta tuntia ilman äänen rasittumista. On selvää, että lapsen hengityksen ja lihaksiston on tällöin tuettava ääntä hyvin. (Saraste 2006, 153.) Nämä lapsillakin luontaisesti ilmenevät äänentuottoa tukevat elementit olen jakanut hengitystukeen ja ankkurointiin.

3.1.1 Hengitystuki

Laulajan tuki on monelle käsitteenä mysteerinä. Usein laulutunneilla kuulee pyydettävän lisäämään tukea, mutta mitä se käytännössä tarkoittaa? Mitä laulajan tällöin tulisi tehdä? Aura (2023, 53) määrittelee hengitystuen eli uloshengityskontrollin tarkoittavan ilmanpaineen ja ilmavirran hallintaa äännön aikana. Tällainen ääntöhengitys eroaa lepo hengityksestä, joka jaetaan yleensä kolmeen eri vaiheeseen, jotka ovat sisäänhengitys, uloshengitys sekä tauko. Ääntöhengityksessä vaiheita on neljä. Ne

ovat sisäänhengitys, jarrutus sisäänhengitysilhaksilla, uloshengitys (ääntövaihe) sekä tauko. Ääntöhengityksen merkittävin ero lepo hengitykseen verrattessa onkin sisäänhengitysilhaksien aktivointi äännön (eli uloshengityksen) aikana. (Laukkanen 2020.)

Lepo hengityksessä ilman virtaus ulos keuhkoista on esteetöntä, kun taas ääntöhengityksessä, kuten puheessa ja laulussa, ääntöväylä ja hengitysilhakset aktivoituvat säädellen ulostulevan ilman määrää ja painetta (Saraste 2006, 131). Vastoin lepo hengitystä, ääntöhengityksessä rentoutuminen tapahtuu sisäänhengityksellä, jolloin keuhkomme ikään kuin vetävät ilman sisäänsä henkeä haukkomatta. Sisäänhengitystä ei tarvitse tehdä, vaan se on päästettävä tapahtumaan, jotta se toimii parhaiten (Saraste 2006, 130).

Omiin kokemuksiini pohjaten sanoisin, että mikäli sisäänhengitysilhaksia ei aktivoida riittävästi, äänenlaatu on vuotoisa, eikä keuhkoissa riitä ilmaa pitkäksi aikaa. Tällöinkin ilman vähentyessä joutuu pinnistelemaan uloshengitysilhaksilla, jotta jäljellä oleva ilma saadaan hyödynnettyä laulettavan fraasin loppuun viemiseksi.

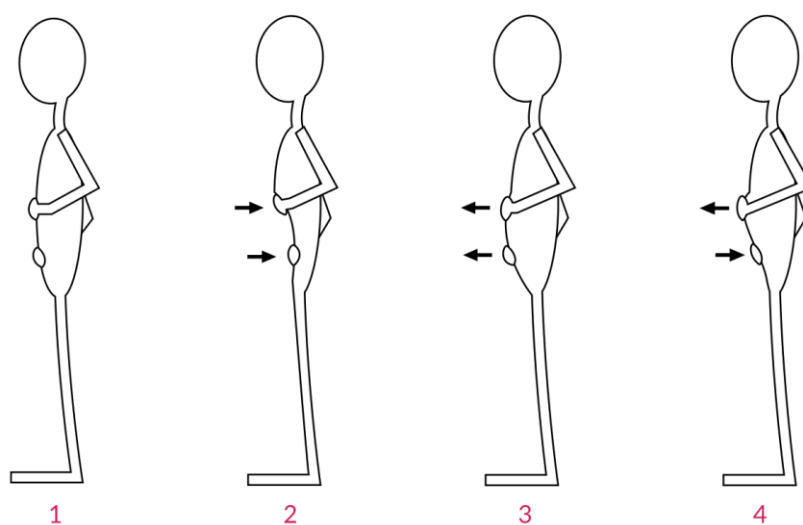
Sarasteen (2006, 144) mukaan yhdenkään uloshengityksen lopussa ilma ei kuitenkaan täysin loppu, vaan lihasten mahdollisuus työskennellä loppuu. Hänen mukaansa vuotoisuus ei johdu liiallisesta uloshengityksestä, vaan siitä, että laulaja pidättelee ääntään. Kun laulaja ei päästä ääntään kokonaan ulos, jää ilman määrä suhteessa äänen määrään liian suureksi. (Saraste 2006, 144.)

Saraste (2006, 154) kirjoittaa myös, että perinteisesti äänen on ajateltu tulevan suuremmaksi ja kantavammaksi, kun sitä opetellaan tukemaan paremmin. Näin ollen pienen ja heikon äänen ongelma olisi puutteellinen tuki. Hänen mukaansa tilanne on täysin päinvastainen. Omaksumme tottumuksemme aiheuttavat paljon ylimääräistä jännitystä koko vartalon alueella pääläeltä jalkapohjiin. Nämä lihasjännitykset estävät hengitystä toimimasta vapaasti, jolloin äänentuotto häiriintyy. Tällöin seurauksena on pientä ja hentoa ääntä. (Saraste 2006, 154.)

Sadolin (2024, 17) tiivistää tuen olevan ilmapirran ja ilmanpaineen kontrollointia, joka toteutetaan kontrolloimalla pallean vapautumista. Tällä tavoin viivytetään ja pidennetään uloshengitystä. Saraste (2006, 128–129) kertoo pallean olevan ihmisen toiseksi suurin lihas, joka muodostaa rintakehän sisäpuolelle yhtenäisen seinämän, kuin kupolimaisen katon. Pallean yläosa laskee sisäänhengityksellä alas ja nousee uloshengityksellä ylös. Pallea on tahdosta riippumaton lihas, joka toimii niin hyvin kuin kokonaisuus sallii sen toimivan. Sen liike ei ole suoraan hallittavissa, mutta siihen voidaan vaikuttaa välillisesti esimerkiksi tietoisesti hengitystä pidättämällä. (Saraste 2006, 128–129.)

Pallean vapautumista voidaan kontrolloida pitämällä alemmat kylkiluut laajennettuina. Tämän lisäksi laulaja voi vetää vatsaansa sisään navan ympäriltä, jännittää yläselän lihaksia ja pyrkiä vetämään alaselkäänsä notkalle. Tämä kaikki tapahtuu jatkuvassa liikkeessä ikään kuin vastusta vastaan työskennellen. (Sadolin 2024, 17.) Omana huomiona tähän liittyen painotan, että nämä liikkeet ovat yleensä varsin hienovaraisia, eikä liiallinen työskentely ole tarpeen. Sadolin (2024, 18) alleviivaa, että tukea käyttäessä sisuspunoksen pullistuman (engl. bulge at the solar plexus) on työnnyttävä ulospäin navan alapuolisen vatsan vetäytyessä sisäänpäin.

Hengitystuki on yksi laulamisen kulmakivistä. Laulaessa tarvitaan ilmapirta, jotta äänihuulet alkavat värähtelemään, sekä äänihuulten alapuolinen ilmanpaine volyymin ja kontrollin aikaansaamiseksi. Näiden luomiseksi on viivytettävä ja pidennettävä tavanomaista uloshengitystä, jotta ulosvirtaava ilma riittää pidempään. Ilman ulosvirtausta tulee kontrolloida halutun äänenlaadun mukaisesti. Ideaalisen ilmanvirtauksen ja -paineen luomiseksi on aktivoitava sekä sisäänhengitys- että uloshengitysilihaksia. Äänihuulten on toimittava tarvittavana vastuksena, eli tietynlaisena venttiilinä, ilmanpaineelle ja -virtaukselle. (Sadolin 2024, 15.)



- 1: Place your hands.
- 2: When you exhale, the areas underneath your hands flatten.
- 3: When you inhale, the areas underneath your hands expand.
- 4: During support, the upper bulge at the solar plexus must COME OUT, while the lower bulge at the abdomen around the navel must GO IN.

Kuva 1. Tuen tunteminen sisuspunoksessa (Sadolin 2024, 18)

Resting Expiratory Level

Koska suurimman osan ajasta keuhkojemme ilmanpaine on epätasapainossa ilmankehän ilmanpaineen kanssa, ilmanpaineet pyrkivät tasautumaan, jolloin ilma virtaa keuhkoistamme sisään ja ulos pitäen meidät hengissä. Paikoittain tasapaino ilmanpaineiden välillä saavutetaan. Tällöin kyseessä on Resting Expiratory Level eli REL. Laulaminen on siinä mielessä epäluonnollista, että vietämme kohtalaisen vähän aikaa REL:in läheisyydessä. (Steinhauer ym. 2017, 205–206.) Mielestäni seuraavassa kappaleessa esiintyvä lepotilavuus-nimitys on hyvä suomenkielinen vastine REL:ille.

Laaksosen (2018) mukaan sisäänhengityksen jälkeen keuhkot pyrkivät päästämään ilman ulos, jolloin keskivartalon lihakset vastustavat. Keuhkojen saavutettua lepotilavuuden tilanne muuttuu. Lepotilavuuden hän neuvoo etsimään hengittämällä sisään ja sen jälkeen päästämällä ilmat ulos

rennosti huokaisten. Hän mainitsee, että tämänkin jälkeen on mahdollista puhaltaa ilmaa ulos keuhkoista uloshengityslihaksa, kuten vatsalihaksia, aktivoiden. (Laaksonen 2018.)

Tiivistääkseni aiemman, hengitystukea käytetään siis eri tavoin riippuen siitä kummalla puolella REL:iä ollaan ja millaista äänenlaatua halutaan tuottaa (Steinhauer ym. 2017, 205–206; Laaksonen 2018). Ymmärrän tämän niin, että ilmanpaine haluaa tasaantua samaksi kehon ulkopuolisen ilmanpaineen kanssa, kun keuhkoissa on paljon ilmaa. Toisin sanoen se haluaa virrata ulos. Olen huomannut, että tavoitellusta äänenlaadusta riippuen ilmaa saattaa joutua pidättelemään voimakkaasti sisäänhengityslihasten avulla. Tilanne on päinvastainen, kun ilman määrä keuhkoissamme alittaa REL:in. Luontaisesti keuhkomme haluaisivat ilman virtaavan sisään, jolloin ilmanpaine pääsisi tasaantumaan kehon ulkopuolisen paineen kanssa. Tällöin joudumme aktivoimaan erityisesti uloshengityslihaksa.

3.1.2 Ankkurointi

Ankkurointi-termiä olen kuullut käytettävän lähinnä Estill Voice Training -äänenkäytön malliin perehtyneiden opettajien tunneilla. Ankkurointi on oman kokemukseni mukaan terminä harvinaisempi kuin tuki. Tästä syystä lähdin selvittämään mitä ankkurointi on ja miten sen käyttö eroaa esimerkiksi hengitystuesta.

The Estill Voice Modelissa (Steinhauer ym. 2017, 209) hengitys ja tuki ovat kaksi erillistä konseptia. Kirjassa nostetaan esille ankkurointi-termi yhtenä figuureista, jotka ovat erilaisten äänenlaatuojen reseptiikan osia (Steinhauer ym. 2017). Hengityksen ohella voimme tukea ääntämme ankkuroimalla. Ankkurointia voidaan tehdä joko pään ja niskan tai torson avulla. (Steinhauer ym. 2017, 191, 207). Kutsun edellä mainittuja tästä eteenpäin niska-ankkuriksi ja torsoankkuriksi.

Yrittäessäni ymmärtää niska- ja torsoankkurin suhdetta äänenkäytön tukemiseen, tulin asiaa tutkituani siihen lopputulokseen, että torsoankkuri liittyy vahvasti yllä esittelemääni hengitystukeen, mutta niska-ankkurilla on omanlaisensa funktio. Esittelen tässä kappaleessa molempien toiminnan periaatteet.

Niska-ankkuri

Niska-ankkurin ideana on vakauttaa pään, kaulan ja ääntöväylän yläosan suuremmat rakenteet, jolloin pienemmät hienosäätöjät toteuttavat lihakset kurkunpäässä ja ääntöväylässä ovat tuettuina omaa toimintaansa toteuttaessaan. Tätä voidaan verrata kynällä kirjoittamiseen, jolloin hienomotoisuuksia tarvittaessa käsi tuetaan pöytää vasten. Niska-ankkurinkaan yhteydessä liiallinen lihastyö ei ole hyödyllistä ja tarkoituksena ei ole jännittää jokaista kaulan lihasta. Niska-ankkuria käyttäessämme aktivoimme päänkiertäjälihasta ja takaraivon lihasjoukkoa niskassamme. On osattava tarkkailla, milloin lihasjännitys on hyödyllistä ja milloin se kääntyy haitalliseksi. (Steinhauer ym. 2017, 192.) Painotan saman pätevän torsoankkuriin.

Torsoankkuri

Koska torson sisäpuolella sijaitsevat alemmat hengityselimet, torsoankkurilla on vaikutus hengitykseen. Torsoankkurissa rinnan ja selän lihakset vakauttavat selkärangan ja rintakehän, jotta hengityksen kontrollointi puheessa ja laulussa mahdollistuu. (Steinhauer ym. 2017, 203, 207.)

Oleellisimmat lihakset torsoankkurissa ovat isot rintalihakset (lat. pectoralis major), leveät selkälihakset (lat. latissimus dorsi) ja nelikulmainen lannelihas (lat. quadratus lumborum). Myös selän ojentajat (lat. erector spinae) ovat osallisena torsoankkurissa. (Steinhauer ym. 2017, 201.)

3.2 Ääntöväylä

Ääntöväylä on äänihuulista suuaukolle ja sieraimiin kulkeva ontelosto. Sen avulla muokataan äänen sointia sekä artikuloidaan. Ääntöväylään kuuluvat suu- ja nenäontelo, nielu sekä kurkunpään eteison- telosto. Artikulaatioelimiin kuuluvat kieli, huulet ja kitapurje. Äänen muokkaus on yksi kolmesta ää- nentuoton perusosasta. (Aura 2020.) Aura (2021) sanoittaa ilmanpaineen ja äänihuulten adduktiosta, eli lähentymisestä, syntyvän äänihuulivärähtelyn muodostavan yhdessä lähdeäänien, joka muokkautuu lisää ääntöväylässä.

CVT (Sadolin 2024, 186) jakaa ääntöväylän kuuteen eri tasoon. Alla tasot selkeästi eriteltyinä:

Taso 1. Äänihuulet

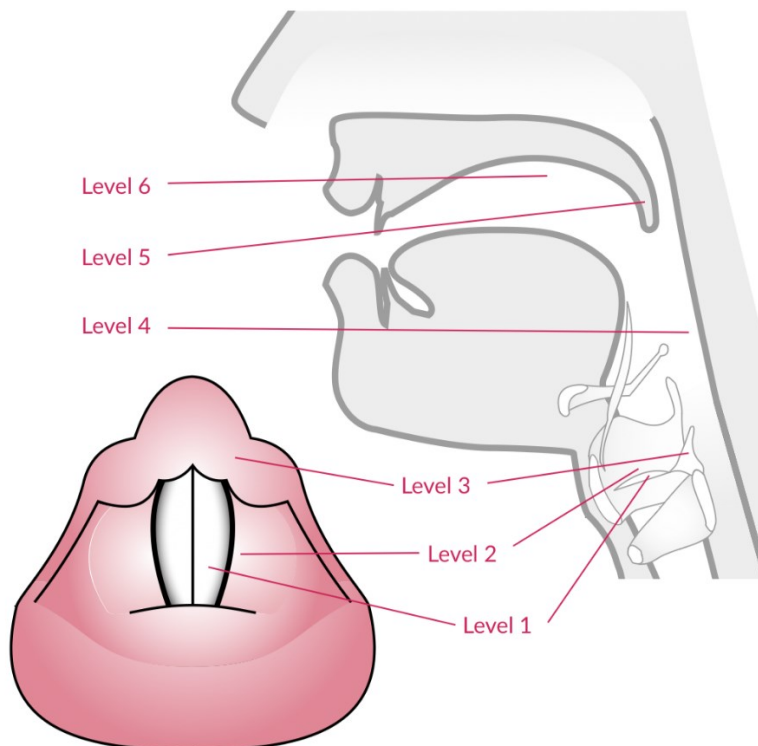
Taso 2. Taskuhuulet

Taso 3. Kannurustot/cuneiform, kurkunkansi ja kurkunkansipoimu

Taso 4. Alanielu ja piriform fossa

Taso 5. Pehmeä kitalaki, kitakieleke, nielun takaseinä ja kielen takaosa

Taso 6. Ääntöväylän loppuosa (Sadolin 2024, 186.)



Kuva 2. Ääntöväylän tasot – äänenväri (Sadolin 2024, 186)

3.2.1 Äänihuulet

Ääntöväylän alussa sijaitsevat CVT:n luokittelun mukaan äänihuulet (engl. vocal folds) (Sadolin 2024, 220). Hakanpää (2019) ja Laaksonen (2018) nimeävät äänihuulet äänilähteeksi. Näiden luokittelujen perusteella hahmottaisin äänihuulten olevan sekä äänilähde että osa ääntöväylää.

Videotroboskopian menetelmin on voitu tutkia äänen tuoton toimintaa (Chapman 2017, 72). Kyseessä on kurkunpään tähyystutkimus, jolla äänihuulia ja muita kurkunpään rakenteita voidaan tarkastella yksityiskohtaisesti laitteen strobovalon avulla, joka mahdollistaa äänihuuliaaltojen tarkastelun sekä äänihuulten välisen ääniraon sulkeutumisen arvioinnin. (Tyks 2025.)

Äänirekisterit

Videotroboskopian avulla saatu tieto äänihuulimassasta, äänihuulten pituudesta ja jännitteestä sekä aaltomuodosta on auttanut määrittelemään neljä erilaista äänirekisteriä äänihuulten värähtelymekanismien perusteella. Näitä rekistereitä kutsutaan nimellä M0 (vocal fry), M1 (modal voice), M2 (head voice/falsetto) ja M3 (whistle). (Chapman 2017, 72.)

The Estill Voice Model (Steinhauer ym. 2017, 73) esittelee neljä erilaista asetusta äänihuulten runkopintamallille (engl. body-cover), josta aiemmin puhuttiin äänihuulimassana. Käytän itse työssäni äänihuulimassa-termiä, sillä koen sen helpommin ymmärrettäväksi.

The Estill Voice Modelin (Steinhauer ym. 2017, 73) luokittelemat äänihuulimassat ovat paksu (engl. thick), ohut (engl. thin), jäykkä (engl. stiff) ja veltto (engl. slack). Näiden määrä täsmää Chapmanin luokitteluun, mutta jää hieman epäselväksi, mihin jäykkä äänihuulimassa Chapmanin aiemmassa luokittelussa sijoittuu. Jäykän äänihuulimassan äänenlaatu on ilmava.

Alla omien päätelmieni mukainen koonti rekistereistä:

M0* = narinarekisteri (engl. vocal fry), veltto äänihuulimassa (engl. slack vocal folds)

M1* = rintarekisteri (engl. modal voice), paksu äänihuulimassa (engl. thick vocal folds)

M2* = päärekisteri (engl. head voice/falsetto), ohut äänihuulimassa (engl. thin vocal folds)

M3* = vihellysrekisteri (engl. whistle)

*Rekisteriin voidaan yhdistää vuotoisuutta

Huom! En käytä termiä miksti (engl. mixed voice), koska lähteestä riippuen sillä viitataan hyvin erilaisiin asioihin, eikä se ole yllä mainituista rekistereistä erillinen rekisteri. Miksti viittaa yleensä joko M1- tai M2-rekisteriin, mutta ei itsessään kerro kummasta on kyse. Tämä riippuu täysin termin käytäjästä. Kyseessä voi olla esimerkiksi twangilla (ks. Luku 4.2.2 Twang) vahvistettu M2-rekisteri, mutta myös kevyemmän kuuloinen M1-rekisteri.

Alukkeet

Kokemukseni mukaan alukkeiden avulla voimme saada äänihuulemme hakeutumaan haluttuun rekisteriin. The Estill Voice Model (Steinhauer ym. 2017, 45–46, 51) määrittelee kolme erilaista aluketta (engl. onset). Aluke määrittyy sen mukaan, missä asennossa äänihuulet ovat ääntöhengitystä aloittaessa. Alukkeita kontrolloidaan yhteensovittamalla ilmanvirtaus (engl. breath flow) ja äänihuulten liike. Näitä alukkeita ovat kova aluke (engl. glottal), vuotoinen aluke (engl. aspirate) ja pehmeä aluke (engl. smooth). (Steinhauer ym 2017, 45–46, 51.)

Oman kokemuksen mukaan kovaa aluketta käyttäessä päädytään usein paksuun äänihuulimassaan, vuotoisaa aluketta käyttäessä jäykkään äänihuulimassaan ja pehmeää aluketta käyttäessä ohueen tai paksuun äänihuulimassaan. Kysymyslauseessa ”How are you?”, how-sanassa on vuotoisa aluke, are-sanassa kova aluke ja you-sanassa pehmeä aluke. Tämä lausekokonaisuus normaalissa puheessa toteutuu todennäköisemmin kokonaisuudessaan paksulla äänihuulimassalla.

3.2.2 Taskuhuulet

Äänihuulten yläpuolella sijaitsevat taskuhuulet (engl. false folds). Taskuhuulet eivät värähtelee yhtä sulavasti ja nopeasti kuin äänihuulet, sillä niiden rakenne on erilainen. Niiden värähdellessä toisiaan vasten ääneen syntyy hälyä (ks. Luku 4.1 Hälyääni). Nielaistessa äänihuulten ja kurkunkannen lisäksi taskuhuulet sulkeutuvat tiukasti, muodostaen esteen henkitorveen. (Sadolin 2024, 27, 222.) Taskuhuulia olen kuullut kutsuttavan myös valeäänihuuliksi, mutta työssäni käytän aiemmin mainittua termiä.

Taskuhuulien tehtävänä on suojata äänihuulia. Ne aktivoituvat painavia asioita nostaessa, nielaistessa, yskiessä ja murahdellessa. (Chapman 2017, 70.) Vaikka esimerkiksi murahdellessa tai ilman ääntä nauraessa äänihuulet ja taskuhuulet mukailevat toistensa toimintaa, niitä voidaan kontrolloida myös erikseen (Steinhauer ym. 2017, 61).

Taskuhuulet voivat olla kuroutuneena eli lähentyneinä, keskiasennossa tai ulospäin vetäytyneinä. Kuroutunut asento on löydettävissä murinan avulla ja sitä voisi kuvailla äänenlaadultaan säröytyneeksi, pidätellyksi, raakaksi ja karkeaksi. Keskiasentoa voi lähteä hakemaan hiljaisen hengityksen kautta. Tällöin äänenlaatu on luonnollinen, rento, puheenomainen ja kouluttamaton. Ulospäin vetäytyneinä taskuhuulet ovat nauraessa. Vetäytyneet taskuhuulet äänenkäytössä luovat selkeän, tehokkaan, vapaan ja resonoivan kuulokuvan. (Steinhauer ym. 2017, 61, 62, 64.)

Usein vetäytyneet taskuhuulet sekoitetaan rentoon kurkunpään, vaikka todellisuudessa taskuhuulten avoimeen asentoon vaaditaan paljon energiaa ja työtä. Tässä tilanteessa kova työ saa äänenkäytön kuulostamaan helpolta. Mikäli taskuhuulia kurotaan puhuessa tai laulaessa, korkeasta äänihuulten alapuolisesta ilmanpaineesta tulee riski. Kuromisen tuottama vastus yhdistettynä ilman puskemiseen voi aiheuttaa ääneen jännityksiä, jotka johtavat sen väsymiseen. Lisääntynyt vastus ja puskeminen voivat vaurioittaa äänihuulia ajan myötä. (Steinhauer ym. 2017, 67.) Palaan tähän tekstissäni myöhemmin, sillä tämä riski on eliminoitavissa oikeanlaisella tekniikalla muun muassa äänihuulten yläpuolista painetta hyödyntämällä.

3.2.3 Kurkku ja kurojalihakset

Nielu (engl. pharynx) koostuu kolmesta osasta, jotka ovat nenänielu (engl. nasopharynx), suunielu (engl. oropharynx) ja alanielu (engl. hypopharynx). Nenänielu on alue pehmeän kitalaen ja nenäonteloiden takaosan välillä. Suunielu on alue pehmeän kitalaen ja kieliluun välillä. Alanielu on alue kieliluun ja äänihuulten välillä. Anatomian termeillä kurkulla (engl. throat) yleensä viitataan sekä suunieluun että alanieluun. (Sadolin 2024, 27.)

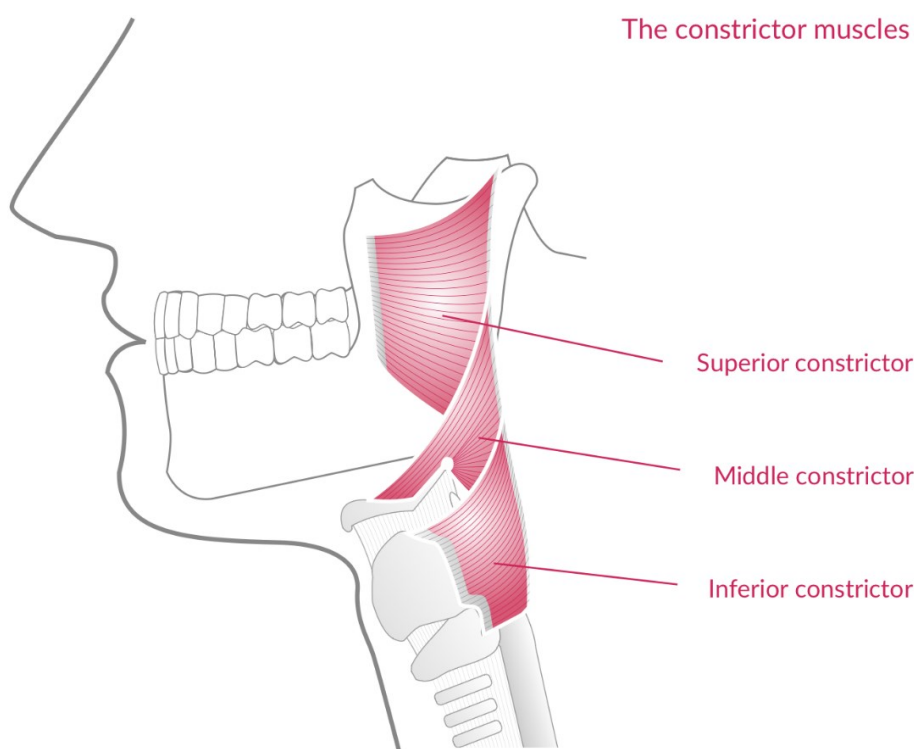
Kurojalihaksien (engl. constrictor muscles) tehtävänä on estää ihmistä tukehtumasta ja suojella äänihuulia rasitukselta. Kun olemme pureskelleet ruuan, kielemme työntää sen suunieluun. Jottei

ruoka päätyisi nenäämme, pehmeä kitalaki nousee ja ylempi kurojalihakas (engl. superior constrictor) supistuu sulkien nenänielun. Yhdessä keskimmäisen (engl. middle constrictor) ja alemman kurojalihakasen (engl. inferior constrictor) kanssa se auttaa ruokaa kulkemaan ruokatorveen. (Sadolin 2024, 27.)

Nielaistessa äänihuulet ja taskuhuulet sulkeutuvat tiukasti ja koko kurkunpää nousee ylöspäin. Kurkunkansi kallistuu taaksepäin muodostaen kannen kurkunpään päälle. Tämä estää ruokaa joutumasta henkitorveen. (Sadolin 2024, 27.) Pettersson (2022) tiivistää kuromisen (engl. constriction) olevan nielimiseen liittyvä toiminto, jossa nielun, kurkunpään ja suunpohjan lihakset aktivoituvat ruuan kuljettamiseksi ruokatorveen.

Kurojalihakset aktivoituvat myös nostaessamme jotain painavaa tai kauhistuessamme. Laulaessa hallitsematon kurominen kääntyy haitalliseksi, sillä äänihuulet tarvitsevat tilaa venyäkseen. Kurominen tai kurojalihakset itsessään eivät ole laulajalle vaarallisia, mutta niiden hallitsematon aktivoituminen on. Kurojalihakset tekevät osansa ääntöväylämme muodon muokkaamiseksi. (Sadolin 2024, 27.)

Laulaessa puhutaan usein avoimesta nielusta. Todellisuudessa avoimen nielun harjoituksilla löydetään usein tarpeellinen twang (ks. Luku 4.2.2 Twang) (Sadolin 2024, 27). Monet laulajat pelkäävät nielun kaventumista ja kuromista, koska heille on kerrottu, että nielun tuntuman tulee olla avoin, vapaa ja esteetön. Mielikuvana tämä on mukava, mutta ei kuvaa todellisuutta. Nielun runsas kaventaminen oikein tehtynä tekee laulamista terveempää. (Sadolin 2018.)



Kuva 3. Ääntöväylän muokkaaminen (Sadolin 2024, 27)

3.2.4 Kurkunpää

Kurkunpään (engl. larynx) asento on oleellinen sävelkorkeuden kannalta. Valitun sävelkorkeuden tuottamiseksi, kurkunpään on oltava sävelkorkeudelle sopivalla alueella. Korkeita ääniä tuottaessa kurkunpää on korkeammalla ja matalia ääniä tuottaessa matalammalla. Äänenväriä voi tietysti säätää nostamalla tai laskemalla kurkunpäätä suhteessa tuotettuun sävelkorkeuteen. Haluttua sävelkorkeutta ei enää kyetä tuottamaan, mikäli kurkunpää laskee tai nousee liikaa. Sopivissa määrittämissä nostettu kurkunpää vaalentaa äänenväriä, kun taas kurkunpään laskeminen tekee äänestä tummemman. (Sadolin 2024, 193.)

Yhteys kurkun ja hengityksen välillä on voimakas. Moni äänessä kuuluva ongelma katoaa pelkästään hengityksen vapauttamisella. Hengitystä pidättäessä usein myös kurkunpää jännittyy ylös tai alas. Sisäänhengityksen pidättely aiheuttaa kurkunpää jännittymisen ylös. Uloshengitystä pidättäessä kurkunpää jännittyy alas. Usein laulajat pyrkivät tekemään äänelle tilaa, mutta tulevat painaneeksi kurkunpäätänsä alas. Ääni voi laulajasta itsestään tuntua suuremmalta ja komeammalta, mutta todellisuudessa laulamisen on paljon työläämpää kuin olisi tarpeellista. (Saraste 2006, 157–158.) Suosittelemme kurkunpään liittyvien haasteiden yhteydessä tarkastelemaan myös hengitystä.

3.2.5 Muut tekijät

Leuka

The Estill Voice Model (Steinhauer ym. 2017, 171, 173) määrittää leualle neljä eri asentoa. Nämä asennot ovat edessä (engl. forward), keskellä (engl. mid), takana (engl. back) ja pudotettuna (engl. drop). Leuan eteen työntyminen terävöittää ääntä. Keski-asennossa äänenlaatua voisi kuvailla normaaliksi. Takana ollessaan leuan asento tuo ääneen tummuutta ja pyöreyttä. Myös leuan pudottaminen tummentaa äänenväriä, mutta lisäksi se tekee äänestä voimakkaamman ja rikkaamman kuuloksen. Laulaessa tai puhuessa leuka on harvoin muuttumattomasti missään näistä asennoista. (Steinhauer ym. 2017, 171, 173.)

Leuan asento vaikuttaa äänenlaatuun, mutta lisäksi viestii näkyvästi tunnetiloja (Steinhauer ym. 2017, 177). Olen huomannut itselläni ja lauluoppilaillani usein jännityksiä leuassa. Joko leukaa jännitetään tai suun ei anneta aueta vapaasti. Saraste (2006, 159) huomauttaa, että leuka ei välttämättä ole ollenkaan vapaa, vaikka laulaja avaisi suutaan. Suu voi aueta etuosasta niin, että takahampaiden kohdalla olevat lihakset ovat edelleen jännittyneet. Leuan vapauttamiseksi on sallittava takahampaiden loittoneminen toisistaan. (Saraste 2006, 159.)

Kieli

Kielen asento vaikuttaa ääneen sen suuren koon ja kiinnityskohtien kautta. Kieliluu kiinnittyy leukaan, pehmeään kitalakeen, kurkun seinämiin sekä kurkunpäähän. (Steinhauer ym. 2017, 142.) Sarasteen (2006, 160–161) mukaan kielen ylimääräiset jännitykset ovat yleisiä ja usein syy niihinkin löytyy hengityksestä. Hän huomauttaa kurkunpään ja leuan tavoin kielen pyrkivän auttamaan äänentuottoa, jos laulamiseen liittyy ylimääräistä yrittystä ja jännitteitä. Lisäksi hän mainitsee puhekielimme takaisuuden tuovan haasteita laulamiseemme halutessamme laulaa etisesti. (Saraste 2006, 160–161.)

Kieli sijaitsee ääntöväylän tasolla 5 ja sitä leventämällä tai supistamalla voidaan muokata äänenväriä. Kieltä supistamalla äänenväri tummenee, kun taas kieltä leventämällä saadaan aikaiseksi vaaleampi äänenväri. Kielen leventäminen auttaa säilyttämään korkean kurkunpään ja twangin (ks. Luku 4.2.2 Twang). (Sadolin 2024, 308–309.)

The Estill Voice Model (Steinhauer ym. 2017, 141) määrittää kielelle neljä eri asentoa. Nämä asennot ovat korkea (engl. high), keski (engl. mid), matala (engl. low) ja kompressoitu (engl. compressed). Kielen korkeaan asentoon yhdistetään kirkkaus ja selkeys. Keski-asentoon liitettyjä termejä ovat luonnollinen, puheenomainen ja kouluttamaton. Kielen matala asento luo tumman, peitetyn ja syvän sävyn, joka kuulostaa siltä kuin olisi kuuma peruna suussa. Kompressoitun kielen äänenlaatua voisi kuvailla pakotetuksi, kireäksi ja epäluonnolliseksi. (Steinhauer ym. 2017, 141.)

Sekä The Estill Voice Model (Steinhauer 2017, 141) että CVT (Sadolin 2024, 308) käyttävät termiä compressed eli kompressoitu tai supistettu. Nämä eivät kuitenkaan ole ainakaan suoria synonyymejä toisilleen. The Estill Voice Modelin (Steinhauer 2017, 141) kompressoitussa kielessä kielen selkä nousee ja liikkuu eteenpäin, mutta kielen kärki kiertyy ylös ja vetäytyy taaksepäin. CVT:n (Sadolin 2011, 166) mukaan kielen ollessa supistetussa asennossa kielen kärki lepää matalana suun pohjalla, kieli taipuu kaareksi keskeltä ja kielen kanta painuu vasten kielen keskiosaa.

Pehmeä kitalaki ja nenäportti

Myös kitalaki ja nenäportti sijaitsevat ääntöväylän tasolla 5 ja niiden asennot vaikuttavat äänenväriin (Sadolin 2024, 203, 207). The Estill Voice Model (Steinhauer ym. 2017, 158) esittelee kitapurjeelle eli pehmeälle kitalaalle (engl. velum) kolme eri asentoa. Nämä asennot ovat matala, keski ja korkea. Pehmeän kitalaen ollessa matalalla ääni on sameampi ja nasaali. Keski-asentoon assosioituja termejä ovat esimerkiksi mykistetty, peitetty ja jokseenkin nasaali. Pehmeän kitalaen asentoon liittyy äänen selkeä, ei-nasaali ja avoin sävy. (Steinhauer ym. 2017, 158.)

CVT (Sadolin 2024, 203, 207) esittelee pehmeän kitalaen ja nenäportin toisistaan erillisinä tekijöinä. Pehmeää kitalakea nostamalla tummennamme äänenväriä ja sen rentouttamalla saamme aikaiseksi vaaleamman äänenväriin (Sadolin 2024, 204–205). Nenäportin avulla voidaan vaikuttaa äänenväriin joko avaamalla tai sulkemalla nenäportti kitakielekkeen (engl. uvula) avulla (Sadolin 2024, 207). Tämä hämmensi itseäni, koska en koe kitakielekkeen itselläni olevan yhteydessä nasaaliuteen. Kokonaisvaltaisen äänenkäytön tekniikan (Sadolin 2011, 171) suomennetussa versiossa puhuttiin kitakielekkeen sijaan kitapurjeesta.

3.3 Primal sound

Primal sound on Chapmanin (2017, 17) käyttämä termi, joka viittaa tapaan, jolla emotionaaliset triggerit voivat antaa käskyjä aivoihin alkukantaisten ja kokonaisvaltaisten äänilaatujen tuottamiseksi. Ihmisvauvojen lisäksi alkukantaisia ääniä voi kuulla toisilta kädellisiltä sekä nisäkkäiltä. Näitä äänilaatuja hän mainitsee aikuisilla ihmisillä olevan esimerkiksi itkemisen (engl. crying), ulvomisen (engl. howling), valittamisen (engl. wailing), nauramisen (engl. laughing), voihkimisen (engl. groaning), kutsumisen (engl. calling), spontaanit ilontäyteiset huudahdukset (engl. spontaneous joyful exclamations), murahdukset (engl. grunts), vokalisoidut huokaisut ja haukottelut (engl. the vocalized sigh and yawn) sekä yksimielisyyden äänet (engl. the sound of agreement).

Chalfin (2015b) esittelee neljä Chapmanin Primal sound -idean pohjalta löydettyä jokapäiväistä äänenlaatua, jotka ovat sigh (suom. huokaus), whimper (suom. uikutus), whinge (suom. kitinä), yelling/calling out (suom. huutaa/kailottaa). Suomennokset olen laittanut sen perusteella, mikä omasta mielestäni kuvaa kyseistä äänenlaatua parhaiten.

Nämä äänet ovat vaistomaisia ja liittyvät selviytymiseemme. Kykymme tuottaa näitä ääniä säilyy, koska se on sisäänrakennettuna meihin. Alkukantaisia ääniä hyödyntämällä saamme aikaiseksi muutoksia ryhdissä, hengityksessä ja kurkunpäässä refleksinomaisesti. Näin voidaan ratkoa äänenkäytön ongelmia välittömästi. (Chalfin 2015a.)

Titze (2000, xx) alleviivaa alkukantaisimman äänenkäytön syyn olevan selviytymistä varten. Tunneilmaisut ovat erittäin äänellisiä. Kuusi perustunnetta – pelko, viha, ilo, suru, yllättyneisyys ja kuvotus – ovat kaikki ilmaistavissa äänen avulla. Hän huomauttaa, että vaikka joissakin kulttuureissa äärimmäisten tunteiden ulosantia tukahdutetaan, on tunteiden ääntely terveellistä ja hyödyllistä. (Titze 2000, xx.)

The Zen of Screaming liikkuu ajatusmaailmaltaan samoilla linjoilla. Metodien äitihahmo Cross sanoittaa äänen operoivan aivojen osasta, joka kommunikoi. Teknisesti ääni vastaa tunteeseen. Hänen ihanteensa on tasapainottaa keuhkojen ilmanpaine ja äänihuulten sulkuaste ilman sen ajattelemista. (Cross 2005.)

Myös pallea on lihaksena hyvin empaattinen ja tunneherkkä. Se saa meidät reagoimaan muun muassa toisten ihmisten tunnetiloihin, kuten itkuun ja nauruun. Lisäksi se selittää ilmiönä haukotuksen tarttumista henkilöstä toiseen. (Saraste 2006, 107.)

4 SÄRÖEFEKTIT

Laulajien kuulee käyttävän säröefektejä heavy metalissa, rockissa, gospelissa, jazzissa, alternative-musiikissa, popissa ja musiikkiteatterissa kuin myös maailmanmusiikissa, folkissa ja heimomusiikissa (Aaen, Sadolin, White, Nouraei, & McGlashan 2024b, 1526.e11–1526.e12). Olen kuullut säröefektejä käytettävän näiden genrejen ulkopuolella. Karkeasti sanoisin, että klassisessa musiikissa säröefektien käyttöä laulajilla ei esiinny.

Olemassa olevan tietopohjan lisäksi haluan tuoda esille omiin kokemuksiini perustuvaa tietoa. Säröefekteihin liittyen on vielä paljon tutkittavaa, joten kaikkiin kysymyksiini ei löytynyt vastausta tämänhetkisistä lähteistä. Omat pohdintani ovat siis vain olettamuksia, mutta niiden avulla joku muukin voi mahdollisesti oivaltaa säröefektien muodostamisesta jotakin uutta.

Ennen säröefekteihin perehtymistä, omalla kohdallani niiden käyttö tai sen yrittäminen tuntui epämiellyttävältä ja saattoi aiheuttaa voimakasta yskintää. Säröefektien ei kuitenkaan kuulu olla äänelle vahingollisia. Oikein toteutettuina säröefektit eivät kuulokuvastaan huolimatta ole äänelle epäterveellisempiä kuin muutkaan äänenlaadut (Aaen ym. 2024b, 1526.e18). Cross (2005) huomauttaa, että mikäli säröefekti tuntuu yhtä aggressiiviselta kuin kuulostaa, tulee satuttamaan itsensä.

Säröefektit ja äänihuulten yläpuolisen kaventuman kanssa laulaminen ovat edistyneitä laulutekniikoita, jotka vaativat tekniikkaa ja kontrollia äänilähteen, ääntöväylän ja äänihuulten yläpuolisten värähtelyiden hallitsemiseksi. Ääni on haavoittuvaisemmassa tilassa, koska siltä vaaditaan enemmän. (Aaen ym. 2024b, 1526.e11).

Tutkimuksessaan Aaen, McGlashan, Christoph & Sadolin (2024a, 795.e30) ovat osoittaneet, että Distortion-, Growl- Grunt- ja Rattle-säröefektejä tuottaessa terveellinen äänenkäyttö perustuu ensisijaisesti äännön laadun hallintaan. Äänihuulten yläpuolinen äänilähde lisätään vasta toissijaisesti ilman, että äänihuulten värähtelytapaa muutetaan. Creaking-efektissä äänihuulten kontaktin kestoon ja värähtelyn perustaajuuteen vaikuttamalla saadaan aikaiseksi monimutkainen, mutta toistuva värähtelykuvio. Creakingin perustaajuus on korkeampi kuin tyypillisessä narinarekisterissä. (Aaen ym. 2024a, 795.e29-795.e30).

CVT:n (Sadolin 2024) ja omien kokemusteni mukaan säröefektin kuulokuvaan vaikuttaa soiva äänenlaatu, jonka päälle säröefekti rakennetaan. Huomasin, että monet säröistä ovat tuotettavissa ilman soivaa ääntä. Tällöin kuulemme vain säröefektin hälyäänen (ks. Luku 4.1 Hälyääni) ilmavirran virratessa oikein muotoillussa ääntöväylässämme. Kiteyttäisin pelkän hälyäänen kuulostavan kaikilla kohtalaisen samalta, mutta lopullinen äänenlaatu määrittyy esimerkiksi äänenväriin ja äänirekisterin mukaan, mikäli säröefektissä on mukana soivaa ääntä.

Säröt tuotetaan ääntöväylän eri tasoilla. Alla jo aiemmin esittelemäni CVT:n (Sadolin 2024, 220) jaottelu, johon sijoitettuna ovat tällä kertaa säröefektit. Alla tasot säröefekteineen eriteltyinä:

Taso 1. Äänihuulet (Creak, Creaking)

Taso 2. Taskuhuulet (Distortion)

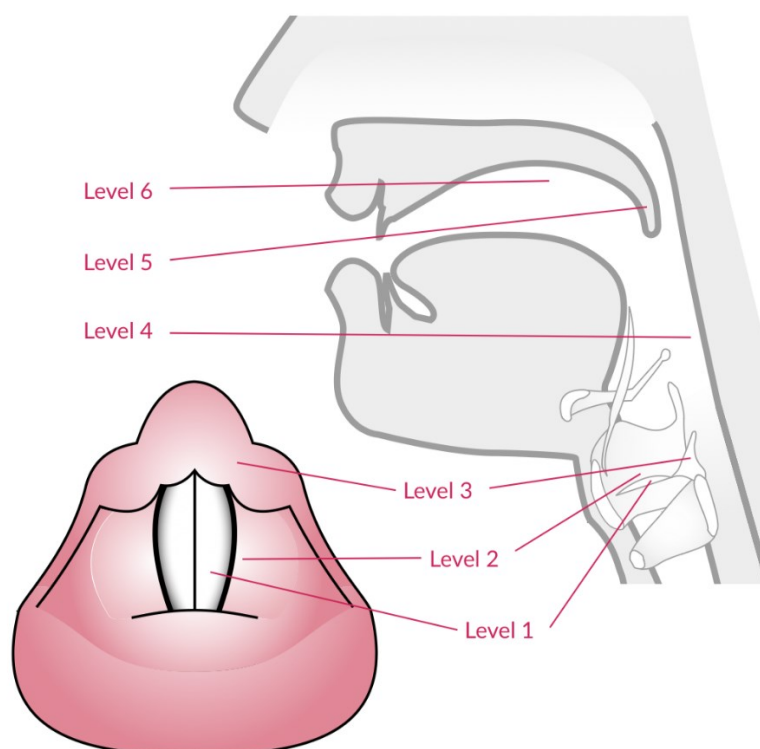
Taso 3. Kannurustot/cuneiform, kurkunkansi ja kurkunkansipoimu (Arytenoid Rattle, Saliva Rattle ja Growl)

Taso 4. Alanielu ja piriform fossa

Taso 5. Pehmeä kitalaki, kitakieleke, nielun takaseinä ja kielen takaosa (Uvula Rattle ja Back Tongue Rattle)

Taso 6. Ääntöväylän loppuosa

Grunt tuotetaan useamman tason yhdistelmällä. (Sadolin, 2024, 220.) Distortion, Growl ja Rattle muodostetaan pääasiassa äänihuulten yläpuolisten äänilähteiden avulla ilman, että ääniraon ääntö häirintyy tai estyy. Creaking muodostuu äänihuulitasolla tietynlaisen vuorottelevan värähtelykuvion avulla. (Aaen ym. 2024b, 1526.e12.)



Kuva 4. Ääntöväylän tasot - efektit (Sadolin 2024, 186)

4.1 Hälyääni

Mistä voimme tunnistaa säröefektin verrattuna säröttömään eli puhtaaseen lauluun (engl. clean vocals)? Särölaulussa tuotettavassa äänessä on kuultavissa hälyääntä (engl. noise), narinaa (engl. creaking), ratinaa (engl. rattle), urinaa (engl. growl) tai örinää (engl. grunt) joko ilman havaittavaa sävelkorkeutta tai sävelkorkeuden kanssa (Sadolin 2011, 177–196). Asioita yksinkertaistaakseni sisällytän narinan, ratinan, urinan ja örinän hälyääni-termin alle. Hälyäänestä puuttuu selvästi havaittava säveltaso (Sibelius-Akatemia n.d.).

Journal of Voicen (Aaen ym. 2024a, 795.e21) mukaan särön tuottaminen ääneen näkyy muutoksina äänen spektrissä. Joissakin efekteissä myös äänihuulten värähtely ja avauks-asteet muuntuvat

verrattuna säröttömään ääneen. (Aaen ym. 2024, 795.e21.) Tiivistäisin hälyäänen laadun riippuvan käytettävästä säröefektistä.

Oleellista säröefekteissä on siis äänessä ilmenevä hälyääni. Näitä hälyääniä on mahdollista tuottaa yhtäaikaaisesti useampia (Sadolin 2024, 221). The Zen of Screaming -DVD:llä määritellään Heat-termin tarkoittavan pientä raspia äänenlaadussa ja Fire-termillä viitataan säröön, jossa ei ole ollenkaan kuultavaa sävelkorkeutta. Heatin määrä äänessä voi vaihdella. (Cross 2005.)

4.2 Säröefektien peruseriaatteet

Yleensä säröefektin lisääminen ääneen kuluttaa energiaa enemmän. Usein volyyymi tippuu, mutta kompensoituu efektin antaessa vaikutelman lisääntyneestä energiasta ja ilmaisuvoimasta. Säröefektien tuottamiseksi on olemassa yleisiä ohjeistuksia, mutta on muistettava, että säröefektin saavuttaminen voi vaatia eri laulajilta eriäviltä tuntuvia asioita. Säröefektien kanssa työskennellessä on otettava huomioon laulajan anatomia, fysiologia, muoto, energiataso sekä temperamentti. (Sadolin 2024, 220.)

Säröefektejä tuottaakseen on mielestäni ensinnäkin tärkeää hahmottaa, missä kyseinen säröefekti tuotetaan. Ei ole tarpeellista tai suotavaa vahingoittaa äänihuuliaan. Kuten aiemmassa kappaleessa todettiin, ainoastaan Creak ja Creaking -efektit tuotetaan äänihuulitasolla (Sadolin 2024, 220).

Myös oman kokemukseni perusteella tiivistäisin, että säröefektit rakennetaan terveen äänenkäytön päälle ja niitä käytettäessä vaaditaan erityistä tarkkuutta ja hienosäätöä hengityksen, äänihuulten ja ääntöväylän suhteen, jotta ne toteutuvat turvallisesti. Toisinaan on kuitenkin kannattavaa hyödyntää emotionaalisia reaktioita, sillä suurella todennäköisyydellä kehomme osaa itse hakea säröefektiin tarvitsemamme asetukset. Osa säröefekteistä perustuu alkukantaisiin reaktioihimme.

Olen huomannut, että mikäli peruslaulutekniikassamme on ongelmia, ne todennäköisesti haittaavat myös säröefektien muodostamista. Toisaalta raa'an kuuloisten äänenlaatujen tuottaminen voi olla haastavaa koulutetullekin laulajalle, joka on tottunut laulamaan hyvällä tekniikalla. Säröt vaativat heittäytymistä ja uskallusta.

Korostan puhtaan laulun lainalaisuuksien pätevän särölaulussa. Lisäksi yhtälöön tulevat mukaan äänihuulten yläpuolisten rakenteiden avulla tuotettavat hälyäänet. Olen kokenut erityisen tärkeäksi esimerkiksi nielun ja keskivartalon eriyttämisen toisistaan. Tällöin nielu ei kuristu umpeen, vaikka keskivartalolla tehdään enemmän työtä.

4.2.1 Ääntöväyläasetukset, subglottaalinen ja supraglottaalinen paine

Syy siihen, miksi haluan opinnäytetyössäni nostaa esille subglottaalisen eli äänihuulten alapuolisen paineen sekä supraglottaalisen eli äänihuulten yläpuolisen paineen, liittyy omiin kokemuksiini. Olen aina säröefektejä onnistuneesti käyttäessäni kokenut tekeväni hengityksen kannalta jotakin eri tavalla kuin ilman säröefektejä laulaessani. Tuntemukset vaihtelevat käytettävän säröefektin mukaan.

Subglottaalinen paine

Koska äännön aikana äänihuulet ovat lähentyneenä, ilmanvirtauksen vastus on vahvempi. Suurempi keuhkojen paine on välttämätön ilman poistamiseksi kohtuullisessa ajassa. Äänenkorkeuden

noustaessa, äänihuulet muuttuvat jäykemmiksi ja vaativat enemmän keuhkopainetta säilyttääkseen samanlaisen värähtelyn laajuuden. Tarvittava keuhkopaine voidaan luoda muun muassa tiettyjen selkä- ja rintalihasten avulla. Keuhkojen paine on ensisijainen muuttuja, jolla kontrolloidaan äänen intensiteettiä. (Titze 2000, 70, 73.)

Koska suurin osa säröistä tuotetaan ääntöväylätason yläpuolella, voisi kyseenalaistaa kasvaako vastus entisestään esimerkiksi taskuhuulien tukkiessa ääntöväylää? Säröefekteihin liittyen ei vielä löydy kattavia tutkimuksia subglottaaliseen paineeseen liittyen.

Supraglottaalinen paine

Supraglottaalinen paine vaikuttaa olevan suuressa roolissa, sillä CVT (Sadolin 2024, 223–245) painottaa säröefekteissä twangin (ks. Luku 4.2.2 Twang) lisäämistä ääneen. Twangia sisältävässä äänessä supraglottaalinen paine on usein korkeampi kuin ilman twangia (Sundberg & Thalén 2010, 659).

Mikäli suumme on auki ja käytämme keuhkojen painetta aloittaaksemme ilmanvirtauksen saadaksemme äänihuulemme värähtelemään, on äänihuulten alapuolinen paine suuri, mutta yläpuolinen paine heikko. Tämän takia äänihuulet eivät ole parhaassa mahdollisessa asennossa ja muodossa. Vastapaine auttaa äänihuulia säilyttämään vakaamman ja tehokkaamman värähtelyasennon. Harjoittelun myötä parempi ryhti pysyisi myös suun auetessa. (Titze 2024.) Tämän supraglottaalisen paineen lisäämiseen liittyen käsittelen opinnäytetyössäni twangia ja SOVT-harjoituksia (ks. luku 4.2.2 Twang & luku 5.1.5 SOVT-harjoitukset).

Ääntöväyläasetukset

Oikeanlainen supraglottaalinen kaventuminen kurkunpäässä ja alanielussa, sekä kurkunpään nostaminen äänihuulten yläpuolisten rakenteiden lähentymisen ja värähtelemisen sallimiseksi, ei ole haitallista äänelle. Päinvastoin tämä supraglottaalinen kaventuminen on välttämätöntä ääntä vahingoittamattoman raa'an kuulaisen hälyn lisäämiseksi terveeseen äänentuottoon. Tällä kaventumalla aikaan saadaan äänihuulten yläpuolinen värähtely, jonka korva tunnistaa särölauluna. (Aaen ym. 2024b, 1526.e18.)

4.2.2 Twang

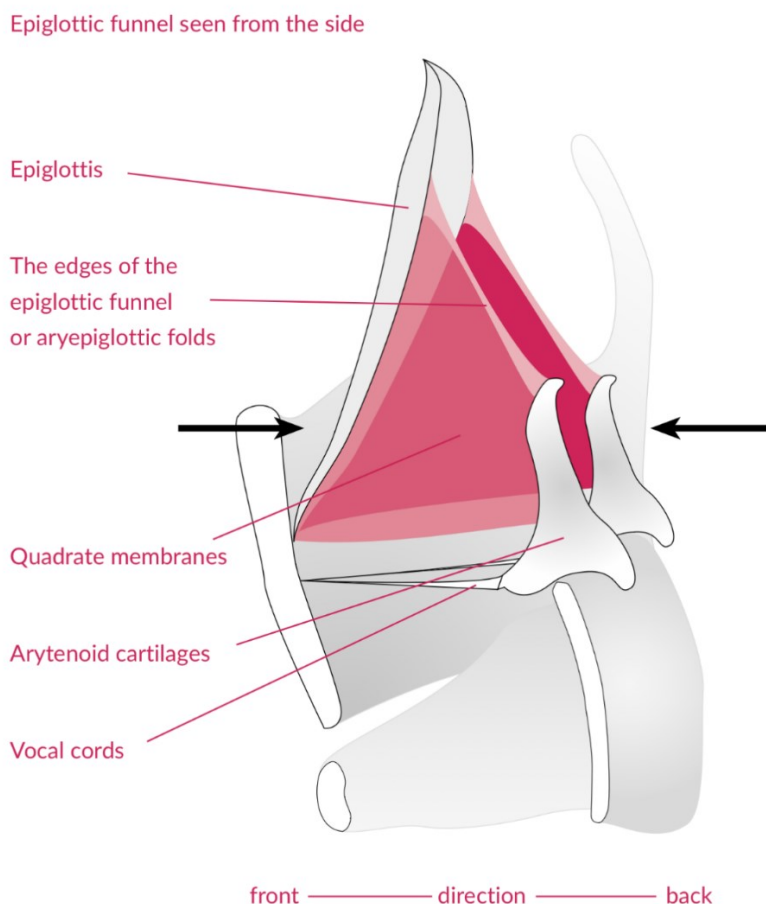
Twang-terminä ei välttämättä omaa täysin samaa tarkoitusta kaikkien asiantuntijoiden keskuudessa (Sundberg & Thalén 2010, 658). The Estill Voice Modelissa (Steinhauer ym. 2017, 217) Twang on äänenlaatu, johon on oma reseptinsä. Sen sijaan CVT:n (Sadolin 2011, 51) twang ja The Estill Voice Modelin (Steinhauer ym. 2017, 116) aryepiglottinen eli kannurusto-kurkunkansi sulkijalihas (engl. aryepiglottic sphincter) vaikuttavat olevan kaksi eri termiä samalle ilmiölle. Tässä kappaleessa kuvaan twangia ilmiönä enimmäkseen Sadolinin (2011, 51–52; 2018; 2024, 29) määritelmän mukaisesti.

Äänihuulten yläpuolella sijaitsevat kaksi nelikulmaista kalvoa (engl. quadrate membranes), jotka yhdessä kurkunkannen (engl. epiglottis) ja kannurustojen (engl. arytenoid cartilages) kanssa muodostavat suppilon muotoisen tilan, jonka reunoina ovat kurkunpään eteispoimut (engl. aryepiglottic folds). Tätä suppilon muotoista tilaa kutsutaan kurkunpään eteiseksi (engl. epiglottic funnel).

Kurkunpään eteisen muotoa muuttamalla vaikutetaan ääneen ja sen väriin. (Sadolin 2011, 51.) Yleisesti ottaen äänenväri on sitä vaaleampi, mitä kapeampi kurkunpään eteinen on (Sadolin 2024, 29).

Kun ääneen lisätään twangia, kurkunpään eteistä kavennetaan. Tällöin äänenlaatu on kirkkaampi, yleensä ei-vuotoisa ja volyyymia voidaan lisätä. Koska ihmiset ovat erilaisia, kurkunpään kaventaminen voidaan toteuttaa monilla eri tavoilla. Kurkunpään eteisen alinta osaa kavennetaan tuomalla kurkunkannen alinta osaa lähemmäksi kannurustoja. Ylhäältä ja sivuilta kurkunpään eteinen kaventuu liikuttamalla kurkunkannen kärkeä lähemmäs kannurustoja tai kurkunpään eteispoimujen taittuessa sisäänpäin. Twangin määrää voidaan säädellä. (Sadolin 2024, 29.) Ääritwangissa äänenlaatu on terävä, läpitukenä ja ärisevä (Sadolin 2011, 52).

Vaikka ”avoin kurkku” voi olla hyödyllinen ohjeistus laulajille turhan jännityksen välttämiseksi, se ei välttämättä vastaa kurkunpäässä vallitsevaa todellisuutta, kun tuotetaan korkean äänenpainetason omaavia äänenlaatuja tai efektejä (Aaen ym. 2024b, 1526.e19). Sadolin (2018) kuvailee twangin saavan äänen kulkemaan nopeammin ja heijastumaan paremmin. Hänen mukaansa twang on hallittua kuromista, joka ikään kuin luo äänihuulille huoneen, jossa ne ovat suojassa. Hän painottaa, että kaikki voima ei voi tulla äänihuulista. Ääntöväylää kaventamalla saadaan lisää voimaa. Hänen kokemuksensa mukaan twang tulee ääneen luontaisesti, jos muut asiat äänentuotossa ovat kohdillaan. (Sadolin 2018.)



Kuva 5. Kurkunpään eteinen (Sadolin 2024, 29)

4.2.3 Riittävä tuki

Säröefektit vaativat riittävää aktiivisuutta kehossamme, sillä ne ovat intensiivisiä äänenlaatuja. On loogista, että tällöin energiaa tarvitaan enemmän. Titze (2000, 272) huomauttaa havaitun fyysisen vahvuuden ja äänen intensiteetin välillä olevan ilmeinen korrelaatio.

Tästä syystä on opittava käyttämään hengitystukea ja ankkurointia kunkin säröefektin vaatimalla tavalla. Tukitasoon vaikuttavat oman kokemuksen mukaan esimerkiksi säröefektin luonne ja äänenkorkeus, jolla säröefekti toteutetaan.

Mikäli säröefektejä ei tueta kunnolla, ääntöväylä todennäköisesti yrittää kompensoida puuttuvan työn. Tämän seurauksena voi olla yskää, nielun kutinaa ja kyyneleitä. Tuki estää ääntä jumittumasta kurkkuun. The Zen of Screaming -DVD:llä käytetään säröefektien muodostamista tukevasta lihastyöstä termiä dump (suom. ulostaminen). (Cross 2005.)

CVT (Sadolin 2024, 18) kuvaa virheellistä tukea WC-tueksi. Tällöin sisuspunoksen (engl. solar plexus) lisäksi alavatsa työntyy ulospäin. Nämä eriävät näkemykset eivät välttämättä ole ristiriidassa keskenään. Koen, että on enemmänkin kyse siitä, millaisen reaktion esimerkiksi dumpin ajattelemisen laulajassa aiheuttaa. Mikäli alavatsa työntyy sisuspunoksen mukana ulospäin, tällöin jotakin on pielessä. Oikein toteutettuna The Zen of Screamingin (Cross 2005) dump on mielestäni toimiva tapa löytää säröihin tarvittava tuki.

4.2.4 Liiallisen kuromisen välttäminen

Omassa harjoittelussani ja oppilaitani opettaessa olen huomannut yleisen virheen tapahtuvan ääntöväylässä ja sen muotoilussa. On totta, että yleisesti ottaen haluamme ääntöväylämme kaventuvan, mutta liiallinen kurominen on edelleen haitallista. Emme halua ääntöväylämme päätyvän ”nielaisumoodiin”, koska tällöin ääntöväylä ja nielu puristuvat kasaan (Aura 2019).

Liiallinen kurominen ei salli äänihuulien työskentelylle tarpeeksi tilaa (Sadolin 2024, 27). Oman ymmärrykseni mukaan tällöin myös ääntöväylään syntyvä vastus on liian suuri. Päättyneeni mukaan tällainen ääntöväylän vastus vaatisi valtavaa ilmanpainetta, joka taas vaatisi äänihuulten voimakasta adduktiota eli lähentymistä vastapainokseen. Liiallista kuromista voidaan välttää hakemalla äänettömän naurun, kurlauksen tai nyhkytyksen tuntemusta (Sadolin 2024, 27).

4.2.5 Äänenvoimakkuus ja äänenkorkeus

Omassa harjoittelussani olen huomannut, että säröefektien alle on erityisesti alussa turvallisempaa ajatella hiljaisempi ääni. Tällöin emme niin todennäköisesti ota käyttöön liiallista ilmanpainetta, jolloin äänihuulemme säästyvät turhalta rasitukselta. The Zen of Screaming 2 (Cross 2006) painottaa voiman tulevan akustisista yläsävelsarjoista ja emotionaalisesta tarkoituksesta, ei volyyymista tai kontrollin puutteesta. Hän alleviivaa, ettei säröefektiä tehdessä kannata ajatella tuottavansa kovaa ääntä, koska pelkästään nuo sanat mielikuvituksessamme herättävät jännitystä väärään paikkaan. (Cross 2006.)

Yleensä säröefektien lisääminen ääneen pudottaa äänenvoimakkuutta, mutta tämä kompensoituu äänenlaadun energisyydessä ja voimakkaassa ilmaisussa (Sadolin 2024, 220). Yleisesti ottaen

ajattelen säröefektien äänenlaatuun yhdistettävän voimakkaita tunteita, jotka lisäävät intensiteettiä, vaikka ääni itsessään voimakkaaseen säröttämään ääneen verrattuna voi kuulostaa hiljaisemmalta.

Äänenkorkeus kannattaa valita harjoiteltavan särön mukaan. Tällä hetkellä ei ole olemassa tietoa, että kullakin säröefektillä olisi oma äänenkorkeutensa, jonka puitteissa sitä olisi mahdollista toteuttaa. Olen kuitenkin oman harjoitteluni yhteydessä huomannut eri säröefekteille olevan niiden toteuttamisen kannalta helpoimmat äänenkorkeudet. Kun säröefekti löytyy itselle luontevimmalta äänenkorkeudelta, sen äänialaa on mahdollista lähteä laajentamaan. Palaan näihin äänialoihin tarvittaessa kunkin säröefektin harjoituksia käsitellessäni.

4.3 Laulajan säröefektit

Olen jaottelussani soveltanut Leppäsen (2014, 18–31) opinnäytetyötä. Säröefektit olen ryhmitellyt hänen havaintojaan hyödyntäen niiden syntymekanismien ja sukulaisuuden perusteella. Hänen mukaansa esimerkiksi Sadolinin (2024, 244) Grunt ja Crossin (2006) Death ovat synonyymeja toisilleen. (Leppänen 2014, 18–31.)

Käyttämäni säröefektien nimitykset ovat peräisin CVT:ltä (Sadolin 2024), The Zen of Screaming 2 - DVD:ltä (Cross 2006) sekä Sing and Scream -sivustolta (Weidenauer n.d.). Erilaisille säröefekteille ei löydy yleiseen käyttöön vakiintuneita termejä, mutta tällä hetkellä kaikista kattavin järjestelmä säröefektien suhteen löytyy mielestäni CVT:ltä (Sadolin 2024). Esittelemistäni säröefekteistä voi kuulla puhuttavan myös muilla nimillä. Useampien säröefektien yhtäaikainen käyttö on mahdollista (Sadolin 2024, 221).

4.3.1 Distortion (CVT) ja False Cord (The Zen of Screaming)

Distortion on hälyä, joka ilmaisee tunteita aggressiosta omistautumiseen. Se tuotetaan taskuhuulien avulla eli ääntöväylän tasolla 2. Distortion syntyy, kun taskuhuulet värähtelevät toisiaan vasten. Mitä enemmän äänessä on Distortion-efektiä, sitä enemmän äänessä on hälyä verrattuna selkeään säveltasoon. Full Distortion on melkein pelkkää hälyääntä ilman havaittavaa äänenkorkeutta. (Sadolin 2024, 222.)

The Zen of Screamingin 2 (Cross 2006) False Cord (suom. taskuhuulet) jo nimenä viittaa vähintäänkin samankaltaiseen tekniikkaan. False Cordin yhteydessä painotetaan dumpin merkitystä, jotta äänihuulet eivät vahingoitu. The Zen of Screaming 2 (Cross 2006) ei kuitenkaan paneudu False Cordiin tekniikkana niin syvällisesti kuin CVT (Sadolin 2024, 222) paneutuu Distortion-efektiin.

Vaikka taskuhuulet ja äänihuulet toisinaan mukailevat toistensa toimintaa, niitä voidaan kontrolloida myös erikseen. Ilmaisun vaatiessa kärkästä, raakaa ulosantia, esiintyjät usein lisäävät taskuhuulien kuromista. Mitä enemmän esiintyjät kurovat taskuhuulillaan, sitä enemmän täytyy keskittyä hengityskontrolliin säilyttääkseen ihanteellisin työteho äänenkäytössä. (Steinhauer ym. 2017, 61.)

4.3.2 Rattle (CVT)

Rattle voidaan muodostaa useammalla eri tavalla. Sen muodostus voidaan toteuttaa joko kannurustojen, kitakielekkeen sekä pehmeän kitalaen, kielen takaosan tai kannurustojen syljen/limakalvojen värähtelyllä. Kannurustojen ja syljen/limakalvojen avulla toteutettavat Rattle-efektit muodostuvat

tasolla 3. Rattle muodostetaan siis korkeammalla kuin esimerkiksi Distortion. Kitakielekkeen ja kielen takaosan avulla muodostettavat Rattle-efektit sijoittuvat ääntöväylän tasolle 5. (Sadolin 2024, 234.)

Kuvailisin Rattlea raakkuvaksi, korppimaiseksi säröefektiksi. Se kuulostaa omaan korvaani jokseenkin räkäiseltä tai ”märältä”. Pelkkä Rattle ilman muita säröefektejä kuulostaa vähemmän ilkeältä kuin Distortion tai Creaking (Sadolin 2024, 234). Verrattuna Distortion-efektiin äänenlaatu on niin sanotusti rullaavampi (Sadolin 2024, 235).

4.3.3 Growl

Myös Growl toteutetaan ääntöväylän tasolla 3. Growlissa kurkunkansi kallistuu taaksepäin ja melkein peittää äänihuulet. Tämä luo kumean ja tumman peitetyn sävyn. Kannurustojen värähtely kurkunkantta vasten tuottaa rullaavan äänen. Yhdessä näistä muodostuu Growl-efekti. Growlilla voidaan kuvata tunnetiloja omistautumisesta aggressioon. (Sadolin 2024, 239.)

Tätä efektiä kuulee käytettävän usein perinteisessä jazz-musiikissa, R&B:ssä ja gospelissa (Sadolin 2024, 239). Koen Growlin lähtökohtaisesti pehmeämmäksi säröksi kuin muut tässä opinnäytetyössä esitellyt säröt. Itselleni tämä efekti tuo mieleen kissankehräyksen.

4.3.4 Grunt (CVT) ja Death (The Zen of Screaming)

Grunt (Sadolin 2024, 244) muodostetaan ääntöväylän tasoilla 1–5. Sen tuottamiseksi koko kurkunkappi on saatava värähtelemään avoimessa asennossa. Kannurustot, kurkunkansipoimut, kurkunkansi ja ääntöväylän alarakenne värähtelevät tuottaen matalia taajuuksia kohtalaisen voimakkaalla äänen tasolla. Gruntissa on tumma, voimakas demonimainen sävy ja se toteutetaan usein äänialan ala-alueella. Siinä on kuultavissa paljon hälyääntä, toisinaan täysin ilman sävelkorkeutta äänihuulten ollessa avoimessa asennossa. (Sadolin 2024, 244.)

Death on Crossin (2006) käyttämä termi sävelkorkeudettomalle äänenlaadulle ja siinä tarvitaan muihin The Zen of Screaming -DVD:llä esiteltyihin säröefekteihin verrattuna eniten dumpia. Tämän määritelmän mukaan Death ei ole täysin sama asia kuin Grunt, vaan se vaikuttaa olevan Gruntin versio, jossa äänihuulet ovat avoimessa asennossa, eikä äänessä ole kuultavaa sävelkorkeutta.

Oman kokemukseni mukaan Gruntin ja Deathin hengitystuen käyttö eroaa huomattavasti muista efekteistä. Muut efektit ovat enemmän pidätellyn tuntuisia, kun taas Grunt ja Death perustuvat voimakkaaseen ilmanvirtaukseen. Gruntilla ja Deathilla ei ole mahdollista toteuttaa yhtä pitkiä fraaseja kuin muiden säröefektien kanssa, sillä säröefektin toteuttaminen vaatii nopeaa ilmanvirtausta, jolloin keuhkoissa ei yksinkertaisesti riitä ilmaa pitkäksi aikaa.

Havaintojeni perusteella Gruntin ja Deathin luonteeseen voidaan vaikuttaa esimerkiksi käytetyn hengitystuen määrällä sekä ääntöväyläasetuksilla. Koen Gruntissa ja Deathissa uloshengitysilihaksia aktivoitavan voimakkaammin verrattuna muihin efekteihin. Jos käytämme hengitystukeamme vähäisemmin, aikaansaatu äänenlaatu ei ole niin aggressiivisen kuuloinen kuin voimakkaan hengitystuen kanssa. Alussa Grunt on helpompi löytää, kun ääneen lisätään enemmän ilmaa ja vähemmän soivaa ääntä (Sadolin 2024, 245).

4.3.5 Creak, Creaking ja Fry Scream

Oman hahmottamiseni mukaan Creak, Creaking ja Fry Scream ovat sukua keskenään. Creak on ymmärtääkseni sama asia kuin M0-rekisteri. Tällöin se ei ole varsinainen säröefekti. Creakista saadaan muokattua Creaking-säröefekti ja eteenpäin jalostamalla lopulta Fry Scream. Näissä säröefekteissä hyödynnetään äänihuulitasoa eli ääntöväylän tasoa 1. Creakiin ja Creakingiin liittyy monimutkainen mutta säännöllinen äänihuulten värähtelykuvio (Sadolin 2024, 228). Samaista värähtelykuviota hyödynnetään Fry Screamissa, ilmeisesti riippumatta siitä, mitä Fry Screamia määritellään tarkoittavan.

Creak

Efektinä Creakiä käytetään usein fraasien alussa tai lopussa. Creakilla viestitään kuulijalle läheisyyttä ja laulajan olevan murtumaisillaan tunnetasolla. (Sadolin 2024, 229.) Creakilla on hyvä testata erilaisia ääntöväyläasetuksia (Henny 2015).

CVT (Sadolin 2024) ei puhu Creakin yhteydessä narinarekisteristä, mutta itse yhdistän Creakin kuulokuvan narinarekisteriin tai fry-termiin, jota kuulee myös käytettävän. Ymmärtäisin, että CVT ei suoranaisesti viittaakaan varsinaiseen narinarekisteriin, vaan nimenomaan narinaan fraaseihin sinne tänne lisättävänä efektinä.

Creaking

Creakingissa ääni narisee laulamisen aikana. Sitä voisi kuvailla Distortionin hellemmäksi versioksi. Creaking tuotetaan aina kohtalaisen hiljaisella äänenvoimakkuudella. (Sadolin 2024, 231.) Sen voi löytää väärinkäyttämällä erilaisten äänenlaatuojen tuottamiseksi tarvittavia asetuksia erittäin hallitusti, jolloin äänihuulten värähtelyssä syntyy narinaa kuuluvia muutoksia (Sadolin 2011, 187). Itse kuvaailisin Creakingia yhdistelmäksi soivaa sävelkorkeutta sekä narinaa.

Fry Scream

Fry Scream on kattotermi, jota käytetään tietynlaisten säröefektien kategorisoimiseksi metallimusiikissa. Fry Screamit voivat kuulostaa monipuolisilta. Niiden sävelkorkeus ja hälyn määrä voivat vaihdella, mutta niiden tuottamiseksi käytetään samoja perustavanlaatuisia tekniikoita. (Weidenauer n.d.) Opinnäytetyössäni esittelen Crossin (2023) ja Sing and Screamin (Weidenauer n.d.) versiot Fry Scream -termistä. Myös CVT:llä (Sadolin 2024, 252) on oma määritelmänsä, mutta tätä määritelmää en käy läpi opinnäytetyössäni, sillä termiin liitetään tietynlainen äänenkorkeus.

Sing and Screamin (Weidenauer n.d.) Fry Screamissa yhdistetään Creaking, Distortion ja ääntöväylän kompressio. Palaan tähän myöhemmin luvun Fry Scream -harjoituksia käsitellessäni. Tämän määritelmän mukaan näkisin Fry Screamia olevan kahden aiemmin esitellyn särön yhtäaikaista käyttöä ja vaativan erityisen tarkkaa osaamista.

Oman ymmärrykseni mukaan Crossin (2023) määritelmä vastaa pitkälti CVT:n Creakingin määritelmää, mutta ei kuitenkaan täysin. Cross (2023) kertoo Fry Screamissa hyödynnettävän yläsävelsarjoja volyymin lisäämisen sijaan ja efektin vaativan hienosäätöä. Hän mainitsee M2-mekanismia äänihuulissa ja tähän mekanismiin lisättävään narinaa. Hän painottaa, että Fry Screamia ei liity kuroamista, kipua eikä korkeaa äänenvoimakkuutta. The Zen of Screaming 2 -DVD:llä (Cross 2006) hän puhuu Fry-säröefektistä. En ole varma, ovatko nämä kaksi täysin sama asia, mutta mikäli ovat

DVD:llä Cross neuvoo kiinnittämään huomiota käytettävään dumpin määrään, joka ei saa olla liiallinen. Hän myös mainitsee kyseisen efektin vaativan eniten hienosäätöä. (Cross 2006.)

5 SÄRÖLAULUKURSSI

Säröefektien teoreettisen taustoituksen lisäksi pyrkimyksenä oli löytää keinoja auttaa osallistujia tuottamaan säröt luontaisesti, liikaa ajattelematta. Säröefektien muodostaminen ääntöväylää tietoisesti muokkaamalla voi olla haastavaa henkilöille, joilla ei ole aiempaa kokemusta ääntöväyläasetusten tietoisesta kontrollista. Toisaalta säröefekteihin vaadittavat asetukset ovat sellaisia, joita kokee neetkaan laulajat eivät ole välttämättä tottuneet toteuttamaan. Vuorovaikutuksen tuli olla selkeää, jotta kurssilla opiskeltavat asiat olivat monen tasoisten oppijoiden hahmotettavissa.

Säröefektien kanssa työskentely vaatii laulopedagogilta ymmärrystä työkaluista ja ohjeista, joiden avulla laulaja saadaan saavuttamaan oikeanlainen kurkunpään kaventuminen ja värähtely ilman, että sillä on vaikutusta äänihuulten äänentuottoon. Laulopedagogilta vaaditaan tarkkaa korvaa, jotta hän osaa tulkita ja tunnistaa kuulemansa äänen äänihuulitasolla tapahtuvan toiminnan, äänenväriin vaikuttavat ääntöväylän asetukset ja äänihuulten yläpuolella värähtelevät rakenteet. (Aaen ym. 2024b, 1526.e20.)

Kurssin harjoitteet olivat kokoelma erinäisistä lähteistä keräämiäni metodeja kuin myös oman harjoitteluni ja opettamiseni ohessa toimivaksi toteamani harjoituksia. Opinnäytetyössäni en käsittele aivan jokaista kurssilla tehtyä harjoitusta, vaan valikoin oleellimmat kustakin aihealueesta. Säröjä opettaessani hyödynsin äänifysiologian ja -anatomian lisäksi mielikuvia sekä kehontuntemuksia. Koin, että kunkin aiheen harjoitteissa täytyi olla useita vaihtoehtoja, jotta mahdollisimman monelle kurssin osallistujalle löytyisi toimiva harjoite. Erityisesti mielikuvat ja tuntemukset voivat ilmetä laulajilla hyvin erilaisina reaktioina ääntöelimistössä ja kehossa.

Ennen säröharjoitteisiin siirtymistä, kävimme läpi laulamisen perustekniikkaa. Perustekniikan harjoitteet liittyivät esimerkiksi tuen käyttöön eli siihen, kuinka hallitsemme ilmanpainetta ja ilman määrää hengityselimistämme avulla ääntä tuottaessamme. Opettelimme myös tunnistamaan turhia jännityksiä kehossamme vapaan äänentuoton mahdollistamiseksi. Säröharjoitteissa opimme muun muassa aktivoimaan taskuhuuliamme sekä mitoittamaan tuen käytön optimaaliseksi säröefektejä tuottaessa.

Kurssin tarkoituksena oli lisätä jokaisen osallistujan kehotietoisuutta. Tällöin osallistujat tulivat tietoisemmiksi omista tottumuksistaan ja pystyivät halutessaan aloittamaan niiden purkamisprosessin. Osallistujat tutustuivat terveellisen äänenkäytön perusteisiin, joita he pystyvät jatkossa hyödyntämään harjoittelussaan lisääntyneen kehotietoisuuden kanssa. Kurssilla esiteltiin valikoima erilaisia säröjä, mutta oletusarvona ei ollut, että osallistuja pystyisi heti kurssilla toteuttamaan kaikki esitellyt säröefektit. Osallistuja sai selkeän kokonaiskuvan erilaisista säröefekteistä ja pystyi kurssin puitteissa toteuttamaan vähintään yhden niistä. Kurssin osallistujat saivat tiivistetyn materiaalin kurssilla käsitellyistä aiheista ja harjoitteista.

Koin, että erityisesti ääntä sisältäviä harjoituksia oli kannattavaa tehdä ryhmässä samanaikaisesti, jotta yksilön uskallus heittäytyä kasvoi mahdollisimman suureksi. Osa harjoituksista vaati rohkeaa heittäytymistä. Mikäli jokin harjoitus tuntui osallistujasta epämiellyttävältä, hänen ei ollut pakko osallistua siihen, vaan hän pystyi seuraamaan muiden tekemistä. Kurssin ilmapiiri oli kokeileva ja rohkaiseva.

Halukkaat tekivät harjoituksia yksi kerrallaan, jolloin he saivat yksilökohtaista palautetta ja tarvittaessa neuvoja, jotka auttavat heitä kehittämään tekniikkaansa. Osallistujat oppivat myös toistensa tekemistä seuraamalla. Halusin vertaistuen merkityksen korostuvan kurssilla.

Keskityin luomaan turvallisen ja sallivan ilmapiirin, jossa osallistujat uskaltaisivat leikkiä äänellään. Käytännössä tämä tarkoitti esimerkiksi hyvää valmistautumista, ajoissa paikalle saapumista sekä kurssilaisten nimien opettelua. Omalla läsnä olevalla, empaattisella ja heittäytyvällä asenteellani toimin esimerkkinä kurssilaisille. Ryhmän tuki ja vertaisoppiminen ovat ryhmäopetuksessa tärkeitä tekijöitä.

Oman äänen käyttäminen on monille jännittävää, jopa pelottavaa. Toisilla suhde omaan ääneen voi olla kovin vaikea. Kurssilla emme arvottaneet sitä, miltä ääni kuulostaa, vaan keskityimme siihen, miltä sen tuottaminen tuntuu. Tätä kautta pyrimme toteuttamaan haluamamme säröefektit. Kurssin yksi tärkeä oivallus oli se, kuinka paljon itse pidättelemme omaa äänenkäyttöämme. Kun emme yritä koko ajan kuulostaa kauniilta, mahdollisuudet äänenkäytössämme monipuolistuvat.

5.1 Perustekniikan harjoitukset

Jokaisen harjoituksen kohdalla selitin, mitä harjoituksessa tapahtuu anatomisesti, mitä sillä tavoitellaan ja miksi. Ääntöelimistömme on meiltä enimmäkseen piilossa. Näemme vain ääntöväylämme loppuosan. Meillä ei normaalisti ole näkymää esimerkiksi äänihuuliimme tai taskuhuuliimme. Hengitystuki-harjoituksissa voimme tuntea keuhkojemme liikkeitä ja lihasten aktivoitumisen kehossamme.

Sadolin (2018) sanoittaa, ettei ole hyödyllistä neuvoa laulajaa tekemään jotakin esimerkiksi äänihuuliin liittyvillä lihaksillaan. Laulajan on vaikeaa hahmottaa outoa lihasta, jonka hän ei edes tiedä olevan olemassa. Kuinka laulaja kontrolloi kyseistä lihasta ja mistä hän tietää kontrolloivansa juuri haluttua lihasta jonkin muun lihaksen sijaan? Sen sijaan täytyy olla äärimmäisen konkreettinen ohjeiden suhteen. (Sadolin 2018.)

Olen samaa mieltä Sadolinin kanssa. Harjoitusten tuli olla eri tasoisten laulajien ymmärrettävissä. Sama päti myös myöhemmin esiteltäviin säröefekti-harjoituksiin. Pidän CVT:n (Sadolin 2024) tavasta tarjota äänenlaadulle selkeä määritelmä ääniesimerkkeineen, fysiologinen selitys sekä mielikuvia ja tuntemuksia äänenlaadun löytämiseksi. Itseäni on auttanut ymmärtää fysiologinen tausta, jota harjoituksella tavoitellaan, vaikka en pelkän fysiologisen selityksen avulla haluttua äänenlaatua osaisi tuottaa.

5.1.1 Äänenhuolto

On tärkeää pitää huolta äänemme hyvinvoinnista työskennellessämme erityistä tarkkuutta vaativien säröefektien parissa. Varsinkin alussa on todennäköistä, että harjoitellessa ilmanpaine ei ole kohdillaan ja ääntöelimistössä sekä kehossa ilmenee äänentuotolle haitallisia jännityksiä. On hyödyllistä opetella purkamaan näitä jännityksiä ja löytämään tarvittava tasapaino lihastyön, hengityksen ja ääntöväylän välille. Myös osa myöhemmissä osioissa mainituista harjoituksista toimii äänenhuollossa ja purkaa lihasjännityksiä.

Lax Vox

Lax Vox -letku on joustava silikoninen putki, jota käytetään vesivastusterapiassa. Pituudeltaan Lax

Vox -letku on 35 cm ja sisähalkaisijaltaan 9–12 mm. Tyypillisesti Lax Voxin kanssa käytetään vedellä täytettyä pulloa, johon letku upotetaan suositellusti noin 2–7 cm veden alle. Veteen upotettuun letkuun äännetään. Vesivastusterapialla on havaittu olevan monia hyödyllisiä vaikutuksia, kuten äänenlaadun paranemista ja äänen epävakauden vähenemistä. Lax Vox -letku tarjoaa äänen ilmanvirtaukselle vastuksen ja sen käyttö hieroo äänihuulia. (Tyrmä, Radolf, Horáček & Laukkanen 2017, 430, 437.) Kurssilaiset saivat vastaavanlaiset elintarvikemuoviletkut Lax Voxin idean testaamista varten ja kotiin vietäviksi.

Muut tekijät

Lisäksi kurssilla käsiteltiin riittävän nesteytyksen merkitystä. Riittävällä nesteytyksellä pidämme huolta kehomme ja äänihuulimme nestetasapainosta. Äänihuulten kuivuminen voi olla syynä äänen käheytymiseen (Sadolin 2024, 272). Äänihuulista on suora yhteys keuhkoihin, joten juoma tai ruoka ei ole kosketuksissa äänihuulten kanssa. Huomautan kuitenkin, että ihmiset voivat reagoida ruokiin ja juomiin eri tavalla. Tämä voi ilmetä lisääntyneenä liman- tai syljen tuotantona.

Turhaa yskimistä kannattaa välttää, sillä se voi ärsyttää limakalvoja, mikäli yskiminen on liian voimakasta. Liman poistamisen sijaan sen voidaan antaa levittyä limakalvojen kuiville kohdille. Ääntä voidaan käyttää epämääräisestä äänenlaadusta huolimatta. (Sadolin 2024, 275.)

5.1.2 Hengitystuki-harjoitukset

Näissä kaikissa harjoituksissa oleellista oli Crossin (2005) ajatuksen mukaisesti saada tasapainotettua keuhkojen ilmanpaine suhteessa äänihuulten sulkuun sitä ajattelematta. Harjoituksien tuli olla samaistuttavia ja toteutettavissa riippumatta siitä, mikä lähtötaso kurssilaisella oli äänenkäyttäjänä.

Sihinä s-kirjaimella

S-kirjaimella sihistessämme säätelemme ilmanvirtaa ja -painetta. Äänihuulet eivät värähtele harjoituksessa, vaan ovat avoimessa asennossa, kuten hengittäessämme. Lisäksi teimme harjoituksen, jossa sihisimme s-kirjaimella ja sihinän lopussa rentoutimme vatsan.

By the way

By the way -harjoitteessa kuvitellaan idean juolahtavan mieleen. Tällöin hengitetään rennosti huomaamatta tarpeellinen määrä ilmaa. Hengityksen ei kuulu mennä rintakehään. Liiallinen hengitys on haitallista. (Cross 2005.)

Rotunda/Strapless bra

Tässä harjoituksessa pyritään laajentamaan kylkiä. Ideana on kuvitella rintakehän sisälle rotunda. Strapless bra (suom. olkaimettomat rintaliivit) viittaa mielikuvaan, jossa päällämme on joko olkaimettomat rintaliivit tai esimerkiksi hieman liian löysä olkaimeton mekko, jonka tippumista päällämme pyrimme estämään. (Cross 2005.)

Itselläni Rotunda/Strapless bra -harjoitus korjasi ryhdin. Koin aktiivatiota leveissä selkälihakissa. Yhdistän tämän itse voimakkaasti Estillin mainitsemaan torsoankkuriin. Samankaltaisia huomioita tein myös seuraavan harjoituksen yhteydessä.

Dump

Dump-harjoituksessa haetaan samaa tuntumaa kuin ulostaessa tai vaihtoehtoisesti synnyttäessä.

Tuntumaa voidaan hakea kuvittelemalla olevansa jumissa tynnyrissä, joka yritetään rikkoa kylkiä laajentamalla. Tämän voi tehdä myös hengittämättä. Näin estämme äänihuulia rasittumasta särorefektejä tuottaessamme. (Cross 2005; Cross 2006.)

Tässä huomautuksena, että tarkoituksena ei ole tuottaa CVT:n kuvailemaa virheellistä WC-tukea, jossa sisuspunoksen lisäksi alavatsa työntyy ulospäin. Tällaisen virheellisen tuen käyttäminen voi aiheuttaa hallitsematonta kuromista nielussa. (Sadolin 2024, 18.) Painotan, että on mahdollista aktiivoida tukilihaksia voimakkaasti ilman nielun liiallista jännittämistä.

Puskemisen esto

Mikäli laulajalla on taipumusta yrittää tuottaa voimakasta ääntä suuren ilmanvirtauksen avulla, hänen äänensä on vaarassa väsyä tai rasittua. Tätä kutsutaan puskemiseksi. Puskemisen estämiseksi voidaan kuvitella laulavansa sisäänpäin tai juovansa samanaikaisesti laulamisen kanssa. (Sadolin 2024, 18.) Korostan, että kyseessä ovat mielikuvat, eikä se mitä todellisuudessa tapahtuu tai se mitä pitäisi tehdä. Omien kokemusteni mukaan ennen laulamista voidaan kokeilla puhaltaa ilmaa ulos, jolloin puskeminen on vaikeampaa käytettävissä olevan ilmamäärän ollessa huomattavasti vähäisempi.

5.1.3 Ankkurointi-harjoitukset

Ankkurointi-harjoitukset menevät osittain ristiin hengitystuki-harjoitusten kanssa. Esitellyt harjoitukset pohjaavat The Estill Voice Model -kirjaan (Steinhauer ym. 2017).

Niska-ankkuri

Niska-ankkuria voi lähteä hakemaan pidättelemällä aivastusta (Steinhauer ym. 2017, 187). Koen tämän harjoituksen helposti lähestyttävänä, sillä tämä on arkipäiväinen tilanne, jossa meistä jokainen on joskus ollut.

Torsoankkuri

The Estill Voice Model tarjoaa monia keinoja torsoankkurin löytämiseksi. Torsoankkuri aktivoituu suupermiehen ryhdissä, hienossa ravintolassa lasta hiljaa nuhdellessa tai ylös alas pomppiessa. (Steinhauer ym. 2017, 199, 211.) Samaiseen ilmiöön viittaa myös luvussa 5.2.1 Grunt (CVT) ja Death (The Zen of Screaming).

5.1.4 Äänihuulimassa-harjoitukset

Äänihuulimassa-harjoituksissa tutustuimme äänihuultemme toimintaan. Olen tässä yhteydessä yhdistellyt The Estill Voice Modelin (Steinhauer ym. 2017, 73) käyttämiä termejä Chapmanin (2017, 72) esittelemiini termeihin. Näissä harjoituksissa ei opetella vuotoisaa eli ilmavaa äänenkäyttöä.

M0 (Veltto äänihuulimassa)

Kyseessä on narinarekisteri. Tässä rekisterissä/äänihuulimassassa äänihuulten värähtelyä voisi kutsua kaaottiseksi (Steinhauer 2017, 79). Moni löytää kokemukseni mukaan tämän äänenlaadun tutkimisen avulla. Mikäli narinaa ei tahdo saada tuotettua, kannattaa keskittyä tuottamaan todella hidas ilmanvirtausta. Toinen apukeino on äänen liu'uttaminen ylhäältä alas, kunnes päädytään nariinaan. Samaa voi kokeilla m-kirjaimella.

M1 (Paksu äänihuulimassa)

Koen selkeimmäksi esitellä M1-rekisterin eli paksun äänihuulimassan puheäänenä. Monelle M1-rekisteri on ymmärrettävissä, kun normaalia puheääntä verrataan esimerkiksi M2-rekisteriin. Tämä on yleisesti ottaen se tutuin tapa käyttää omaa ääntä ainakin puhuessa. Laulaessa tilanne voi vaihdella yksilön mukaan. Paksun äänihuulimassan voi löytää esimerkiksi puhumalla epäuskoisesti. Tähän sopivia huudahduksia ovat esimerkiksi ”Oijoijoi” tai ”Eijeijeije”.

M2 (Ohut äänihuulimassa)

M2-rekisteri eli päärekisteri tai ohut äänihuulimassa löytyy oman kokemuksen mukaan helpoiten, kun täytyy puhua hiljaa, mutta ei saa kuiskata. Usein pelkästään hiljaa puhumaan ohjeistamalla saatetaan alkaa kuiskaamaan. Tässä harjoituksessa hakemamme äänenlaatu on hyvin tiivis eikä vuotoisa. Tällöin hiljaa puhuminen kuiskaamatta toimii yleensä parhaiten.

5.1.5 SOVT-harjoitukset

SOVT-harjoituksissa ääntöväylää tukitaan äänihuulten tehokkaampaa värähtelyä avustavan vastapaineen luomiseksi. Tämä vastapaine auttaa balansoimaan äänihuulten ylä- ja alapuolista painetta vähentäen äänihuulten törmäysvoimaa äännön aikana. SOVT-harjoitukset auttavat parantamaan äänihuulisulkua ja resonanssia. Paine äänihuulten värähtelyn käynnistämiseksi ja ylläpitämiseksi pienee, jolloin ääntä voidaan tuottaa vähäisemmällä vaivalla. Harjoitukset voivat myös auttaa rentouttamaan äänihuulia ympäröiviä ylimääräisiä lihasjännityksiä. Näihin harjoituksiin kuuluvat muun muassa huuli- ja kielitäryt, hyräily sekä pillillä toteutettavat harjoitukset. (Nerenberg 2024.)

Titze (2024) nostaa esille lapsien ääntelyn kahden ensimmäisen elinvuotensa aikana. Vokalisaatio on alkukantaista ja sisältää m- ja n-kirjaimia, huulitäryjä sekä kurlausta. Nämä kaikki hyödyntävät SOVT-menetelmää, jossa aikaansaadaan maksimaalinen voimansiirto ääniraon ja kuulijan välillä. Hän toteaa SOVT-menetelmän olevan tietyllä tapaa meihin sisäänrakennettuna. Hän ylistää SOVT-harjoitusten tuottavan ihanteellisen äänihuulten asennon sitä erikseen ajattelematta. (Titze, 2024.) Juuri tämän tyyppisiä harjoituksia suosin, koska usein liiallinen ajattelu häiritsee vapaata äänentuottoa.

Z- ja v-harjoitukset

Z- ja v-harjoitusten idea on pitkälti sama kuin sihinä s-kirjaimella. Näissä harjoituksissa äänihuulet värähtelevät, jolloin harjoituksessa on mukana myös säveltaso. Harjoituksissa yhdistetään ilmanvirran ja -paineen säätely äänihuulten toimintaan.

Pilliharjoitus

Pilliharjoituksessa äännetään pilliin. Tämä on kokemuksen mukaan hyvä tapa kontrolloida liiallista ilmanpainetta. Pilliin ei tule puhalttaa, vaan nimenomaan ääntää. Harjoituksessa on tärkeää tarkkailla, että ääni tulee suusta eikä nenän kautta.

5.1.6 Ääntöväylä-harjoitukset

Ääntöväylä-harjoituksissa opetellaan muokkaamaan äänenväriä ja purkamaan ylimääräisiä jännityksiä ääntöväylässä. Yleensä yhden jännityksen purkaminen vaikuttaa myös toisaalle.

Above the Pencil

Above the Pencil -harjoituksessa kynä asetetaan poikittain suuhun ja äänen kuvitellaan kulkevan kynän yläpuolelta. Tällä estetään turhaa kurkunpään nousua ja äänen vapaan soinnin häviämistä. Tällöin vire pysyy parempana. (Cross 2005.) Itse en ehkä täysin allekirjoita, että tämä harjoitus aiheuttaisi kaikissa laulajissa saman reaktion, mutta vaikutus on lähtökohtaisesti sekä itsessäni että lauluoppilaissani ollut positiivinen. Kurssilla harjoitus toteutettiin aiemmassa harjoituksessa käytetyn pillin avulla.

Leuka ja kieli

Leukaan liittyvässä harjoituksessa haetaan leuan rentoa avautumista. Harjoituksessa leuan aukeamista avustetaan käsillä ja tarkkaillaan äänenlaadun muutoksia. Kieli-harjoituksessa tehdään M-kirjaimella liukuja, jolloin kielen ei pitäisi reagoida äänenkorkeuteen. Mikäli kieli reagoi, kielessä on turhia jännityksiä. Näitä jännityksiä voidaan purkaa pyörittelemällä kieltä ympäri hampaita (Steinhauer ym. 2017, 41).

Twang

Harjoituksessa treenataan twangia. Harjoituksen kannalta ei ole väliä, onko twang oraalista vai sekoittuuko siihen nasaalisuutta. Korostan, että tässä harjoituksessa twang ei kuitenkaan ole yhtä kuin nasaalisuus. Twangia voidaan etsiä esimerkiksi matkimalla vauvan itkua, ilkeää noita-akkaa, peikkoaa, ankkaa tai leikkiautolla leikkimistä (Sadolin 2024, 29).

Kurojalihakset ja taskuhuulien kontrolli

”Avointa nielua” voi hakea esimerkiksi nauramalla äänettömästi tai nyyhkyttämällä (Sadolin 2024, 27). Näiden tuntemusten olen kokenut poistavan nielun turhaa kuromista. Nämä harjoitukset menevät osittain ristiin The Estill Voice Modelin (Steinhauer ym. 2017, 59, 62) taskuhuuliin liittyvien ohjeistusten kanssa, sillä kirjan mukaan taskuhuulet ovat vetäytyneessä asennossa, kun nauramme tai yllätymme iloisesti.

Näiden harjoitusten työstäminen on mielestäni ensisijaisen tärkeää, sillä niin säröefektejä muodostaessa kuin muutenkin ääntä käyttäessä on hyödyllistä osata poistaa turhaa kuromista ja pystyä kontrolloimaan taskuhuulien toimintaa. Taskuhuulien toimintaan vaikuttamalla voimme muun muassa aiheuttaa ääneen särön, mutta on tärkeää osata halutessaan laulaa myös ilman säröä.

5.2 Säröefekti-harjoitukset

Säröefekti-harjoituksissa pyrin parhaani mukaan hyödyntämään alkukantaista ja refleksinomaista äänenkäyttöä. Minulle oli tärkeää tarjota mahdollisimman turvallisia ja helposti lähestyttäviiä tapoja säröefektien harjoitteluun. Tästä syystä suosin avoimella nenäportilla suu kiinni ja ilman ääntä toteutettavia harjoituksia. Avoimen nenäportin harjoituksissa hyödynsimme SOVT-menetelmää, jolloin hyödyimme SOVT-harjoitusten tarjoamasta äänihuulten yläpuolisesta paineesta.

Harjoituksia kannattaa tehdä erityisesti alussa kerrallaan vain pieniä aikoja. Sarasteen (2006, 158) mukaan harjoittelun määrällä ei ole merkitystä, vaan laadulla. Hän painottaa, että tottumuksia ei tarvitse harjoitella, vaan jokainen hetki, jona laulaja onnistuu toimimaan tottumustensa vastaisesti, on arvokas.

5.2.1 Grunt (CVT) ja Death (The Zen of Screaming)

Gruntia ja Deathia harjoitellessa voimakas lihasaktivaatio ja hengitystuki ovat mielestäni loogisia. Omin sanoin selitettynä kyseisessä säröefektissä ilma on saatava virtaamaan voimakkaasti ja nopeasti, jotta kurkunpään rakenteet saadaan värähtelemään kaaoksen omaisesti. Tässä säröefektissä pidättelyn tunne on oman näkemykseni mukaan haitallinen ja estää vapaan virtauksen. Suosittelen aloittamaan harjoittelun oman äänialan matalasta päästä. Ilmanmäärää vähentämällä saadaan kasvatettua volyyymia (Sadolin 2024, 245).

Cross (2006) neuvoo tekemään X-hyppyjä ja samanaikaisesti laskemaan numeroita. Hyppiminen aktivoi luontaisesti torsoankkuriamme (Steinhauer ym. 2011, 211). Olen omassa harjoittelussani ja useiden lauluoppilaiden kohdalla todennut tämän yhdeksi toimivimmista strategioista opettaa Grunt- ja Death -säröefektejä, sillä efektin äänenlaatu on harjoituksen myötä kuulostanut paljon vapaammalta ja voimakkaammalta.

Gruntia voi lähteä hakemaan tekemällä turhautuneen äännähdyksen (Sadolin 2024, 245). Olen huomannut, että äännähdyksen voi tehdä joko suu auki tai nenän kautta. Toisinaan lauluoppilaiden on helpompaa löytää tämä efekti nasaalisesti. CVT (Sadolin 2024, 245) neuvoo etsimään Gruntia äänen kautta haukkumalla ison koiran tavoin. Mielikuvina voivat toimia kurkunpään heiluminen tuulessa tai keuhkoissa oleva roska, josta yritetään päästä eroon. (Sadolin 2024, 245.)

5.2.2 Distortion (CVT) ja False Cord (The Zen of Screaming)

Distortionin ja False Cordin yhteydessä on tärkeää hahmottaa taskuhuulien toiminta, dump ja twang. Lähtökohtaisesti suosittelen aloittamaan harjoittelun oman äänialan yläalueelta, mutta tämä on yksilökohtaista. Itse koen tämän efektin yhteydessä hyötyväni tietynlaisesta pidättelyn tunteesta.

Kurssilla kertosimme twang-harjoituksia, jonka jälkeen kävimme läpi Sadolinin (2024, 224) ja Crossin (2005 & 2006) oppien pohjalta yhdistelemäni reitin Distortion ja False Cord -säröefektien löytämiseksi. Aloitimme kevyellä iloisella huokaisulla, johon lisäsimme dumpia. Tämän jälkeen liitimme mukaan soivan äänen. Mikäli onnistuimme pitämään samat ääntöväyläasetukset kuin kevyessä iloisessa huokauksessa ääneemme ilmestyi Distortion-efekti (Sadolin 2024, 224).

Taskuhuulia voidaan aktivoida myös matkimalla kuristettavaa ihmistä tai sähisevää kissaa (Sadolin 2024, 224). Distortionin ja False Cordin suhteen kehoitan olemaan erityisen tarkka siinä, ettei nielua lähdetä kuromaani liikaa. Mikäli siis särö tuntuu pahalta, hiljaisen naurun ajattelemisen säröä tehdesään voi auttaa.

5.2.3 Rattle

Rattle ja Distortion sekoittuivat itselläni herkästi keskenään, mutta eron oppii huomaamaan omia ääntöväyläasetuksia ja äänenlaatua kuuntelemalla. Näissä harjoituksissa pyritään löytämään kannurustojen avulla muodostettava Rattle.

Rattle muodostetaan ylempänä ääntöväylässä kuin Distortion tai Creaking. Rattlenkin yhteydessä kannattaa kuvitella ääntöväylän kaventuva reippaasti. Mikäli aiemman harjoituksen Distortion-efekti löytyi, voi Rattlen löytääkseen tehdä Distortionin, josta vähennetään efektiin käytettyä energiaa.

Voidaan myös kuvitella laulavansa Distortionilla, joka sijoittuu ylemmäs nieluun. Äänen ja mielikuvien kautta Rattle voi löytää kuvittelemalla ajavansa moottoripyörää ja lisäävänsä kaasua tai matkimalla raakkuvaa varista. (Sadolin 2024, 234–235.)

5.2.4 Growl

Itselläni tämä säröefekti löytyi aikoinaan luontaisesti, mutta en olisi osannut selittää kuinka toteutin sen. Tätä säröä suosittelen lähdeettävän harjoittamaan ilman äänihuulten värähtelyä. Tällöin kuulemme pelkästään Growl-efektin, joka muodostuu, kun ilma virtaa efektille ihanteellisesti muotoillun ääntöväylämme läpi muodostaen hälyäänen.

Kun äänihuulet eivät aluksi osallistu efektin harjoitteluun, poistamme riskin niiden rasittumisesta. Hiljalleen voimme lähteä lisäämään soivaa ääntä säröefektiin. Näin voimme myös vertailla ääntöväylämme tuntumaa esimerkiksi äänettömän hengityksen sekä Growl-hengityksen välillä. Sadolin (Sadolin 2024, 239) suosittelee hyödyntämään twangia Growl-säröefektin muodostuksessa.

Särön löytämiseksi on olemassa erilaisia mielikuvia ja tuntemuksia. Nielaisemista tai oksentamista ajatteleamalla voimme saada kurkunpäämme ja kitakielekkeemme oikeaan asentoon. Myös kurkun selvittely suu kiinni voi saada Growl-efektin ilmestymään ääneen. Imitointi hyödyttää erityisesti audiitiivisiä oppijoita. Imitoinnin kohteita Growl-efektissä ovat muun muassa Kermit Muppet Show'sta tai Louis Armstrong. (Sadolin 2024, 240.)

5.2.5 Creak, Creaking ja Fry Scream

Tässä osiossa en erillisesti käsittele enää Creakia, sillä siihen tarvittavat harjoitukset löytyvät jo aiemmasta osiosta (ks. Luku 5.1.4 Äänihuulimassa-harjoitukset). Sen sijaan käyn läpi harjoitukset Creakingiin liittyen sekä kahden eri määritelmän mukaiset tavat muodostaa Fry Scream.

Creaking

Itse löydän Creakingin helpoiten ajatteleamalla laulavani asetusten ohi ”hällä väliä”-asenteella. Omana tuntemukseni on soiva ääni, johon lisätään narinaa. Tätä säröefektiä suosittelen aluksi etsimään joko äänialan ala- tai keskialueelta. Aivan yläalueella ääneen lisättävä narina voi aluksi olla hankalampi löytää ja ylläpitää.

Creakingin löytämiseksi voidaan laulaa nuotti ja vähentää volyyymia, kunnes ääneen ilmestyy narinaa. Tämä jälkeen pyritään säilyttämään narina ja soiva ääni yhtäaikaaisesti. Äänen kautta Creakingia voidaan etsiä kuvittelemalla olevansa laiska tai hiljainen varis. Mielikuvana voidaan ajatella nuotille nukahtamista. (Sadolin 2024, 231.)

Fry Scream (Cross 2023)

Oman ymmärrykseni mukaan Crossin (2023) Fry Scream on pitkälti sama asia kuin CVT:n Creaking (Sadolin 2024, 231). Eron kokisin olevan vain äänihuulitasolla. Tässä esittelen Crossin (2023) sekä hänen vanhemman The Zen of Screamingin 2 -DVD:n (Cross 2006) tietojen pohjalta kehittelemäni reitin Fry Screamin löytämiseksi.

Aluksi haetaan M2-rekisteri eli ohut äänihuulimassa. Lähdetään hakemaan hiljaista puhetta, mutta ei kuitenkaan kuiskata. Kun tämä on löydetty, ääneen lisätään narinaa. (Cross 2023.) The Zen of

Screaming 2 -DVD:llä (Cross 2006) puhutaan todennäköisesti samasta tai vähintäänkin samankaltaisesta ilmiöstä Fry-termillä. DVD:llä todetaan, että voimaa tai tunnetta ei saa käyttää liikaa, sillä muuten efektin tuottaminen ei onnistu. Muita DVD:ltä poimimiani ohjeita Fry Screamin yhteydessä hyödynnettäväksi olivat yhtäaikainen hyminä ja vinkuminen kynää hampaissa hyödyntäen. Äänen kautta Fry Screamia suositeltiin hakemaan esimerkiksi narisevan oven matkimisen kautta. (Cross 2006.)

Fry Scream (Sing and Scream)

Huomautan tämän Fry Screamin version vaativan eniten tarkkuutta, sillä kyseessä on kahden aiemmin esitellyn säröefektin yhtäaikainen käyttö. Tämän säröyhdistelmän erottaminen pelkästä Distortion-säröefektistä on oman kokemukseni mukaan toisinaan haastavaa.

Sing and Scream (Weidenauer n.d.) jaottelee Fry Screamin muodostuksen kolmeen eri osaan, jotka voidaan toteuttaa vaihtelevassa järjestyksessä. Fry Screamin muodostamiseksi tarvitaan taskuhuulten luomaa hälyääntä, joka on suurin osa Fry Screamia. Toisena tekijänä tarvitaan kompressiota eli ääntöväylän kavennusta, jotta saadaan aikaiseksi yläsävelsarjoja ja ”kostea” säröefektin laatu. Kolmantena tekijänä Fry Screamin muodostuksessa tarvitaan joko äänihuulten epäsäännöllistä värähtelyä (Creakingia) tai osittaista avonaisuutta eli vuotoisuutta. Vuotoisuuden kautta Fry Screamia muodostaessa, riski tehdä jotakin väärin on suurempi. (Weidenauer n.d.)

Weidenauer (n.d.) neuvoo etsimään taskuhuulilla luotavan hälyäänen twangin ja oikeanlaisen ilmanpaineen avulla. Hän selventää, että myös tällöin kurkunpäässä on kaventumaa, mutta neuvoo lisäämään tätä kaventumaa entisestään joko vanhempaa henkilöä matkimalla tai pidätellysti puhumalla. Äänihuulten epäsäännöllisen värähtelyn hän ohjeistaa etsimään nostamalla äänenkorkeutta liian hiljaisella volyyymilla tai vähäisellä energialla. Kun nämä kolme tekijää yhdistetään, saadaan aikaiseksi Fry Scream. (Weidenauer n.d.)

6 SÄRÖLAULUKURSSIN TOTEUTUS JA KYSELYN TULOKSET

Särölaulukurssia suunnitellessani pohdin, olisiko kurssi yksi- vai kaksipäiväinen. Päädyin järjestämään kaksipäiväisen kurssin. Kurssiin sisältyi todella tuhti tietopaketti niin laulamisen perustekniikkaa kuin säröefektejä. Tällaisen kokonaisuuden läpikäyminen yhden päivän aikana olisi voinut olla kohtuuttoman raskasta erityisesti, koska kurssille osallistuttiin myös ilman aiempaa laulutaustaa.

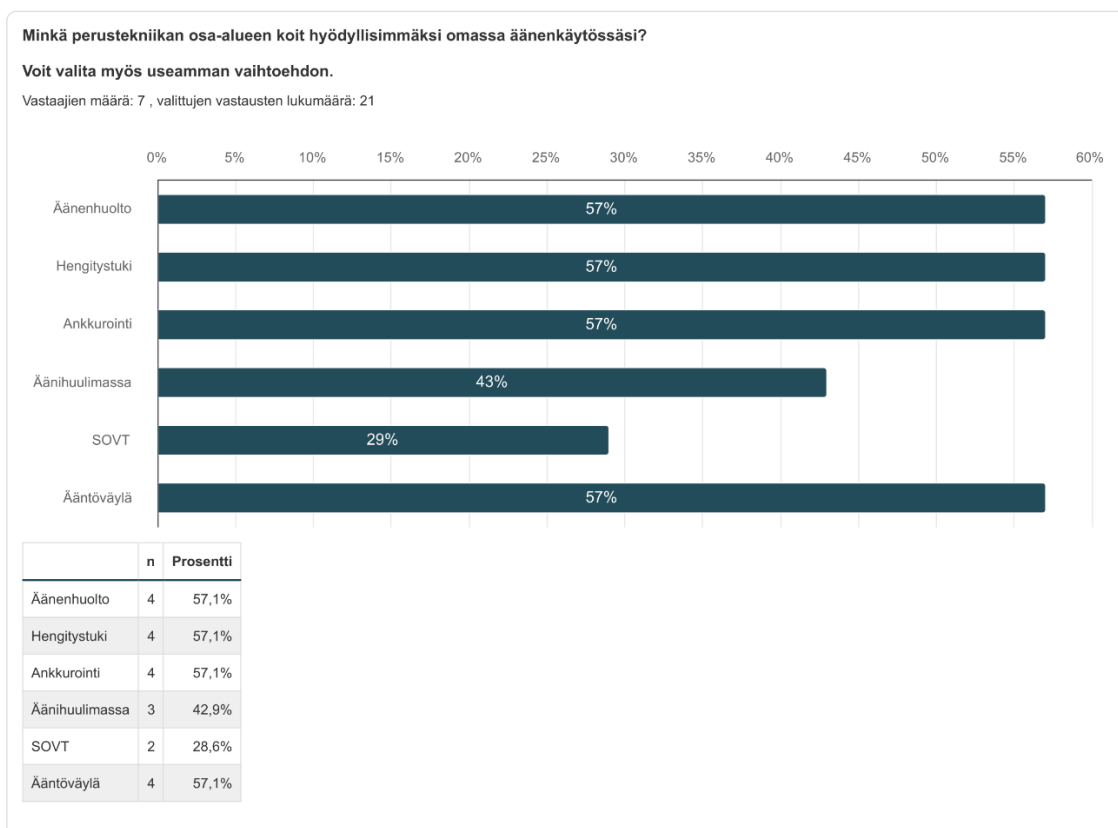
Kurssin ajankäyttö oli ehkä yksi suurimmista kohtaamistani haasteista. Kurssisuunnitelmaa rakentaessani olin huolissani harjoitusten määrästä, sillä niitä oli yhteensä noin 50. Oli ajallisesti haastavaa arvioida ehtisimmekö toteuttaa kaikki harjoitukset. Jo ensimmäisenä päivänä huomasin huolen olleen turha. Ensimmäisenä päivänä kolmen tunnin aikana ehdimme käymään läpi laulamisen perustekniikkaan liittyvät osiot sekä Grunt-säröefektin.

Pyysin kurssilaisia valitsemaan omalla mukavuusalueellaan olevan kappaleen, jota voisimme laulaa yhdessä tai yksin. Moni varmasti odotti pääsevänsä laulamaan valitsemaansa kappaletta ja itseäni tietenkin harmittaa, ettei odotus toteutunut. Tämän hoitaisin jatkossa eri tavalla, koska jo kappaleita kuunnellessani totesin, että niitä ei kannattaisi ainakaan yhdessä ruveta harjoittelemaan. Jos melodiat eivät olisi kaikille ennestään tuttuja, niiden opettelu veisi oman aikansa. Loppujen lopuksi rajallisen aikataulun puutteissa päädyin siihen, että kuuntelimme ja analysoimme kurssilaisten valitsemia kappaleita.

Koen kyseisen kurssin painotuksen olleen laulamisen perustekniikan ja säröefektien harjoituksissa. Aikaa omien kappaleiden työstöön ei olisi jäänyt, ellei kurssisisältöä olisi karsittu. Oman kokemukseni mukaan on tärkeää saada säröefektin muodostus jollakin tasolla lihasmuistiin, jonka jälkeen voidaan siirtyä harjoittelemaan sanoja, fraaseja, kappaleen osia ja lopulta kokonaisia kappaleita.

Tässä on tietenkin yksilökohtaisia eroja ja ainakin osalla kurssilaisista särön liittäminen kappaleeseen olisi voinut onnistua jo kurssin aikana. Ryhmäopetuksessa on kuitenkin oltava tasapuolinen. Jokainen järjestetty kurssi pyrkii palvelemaan osallistujiaan. Samaan kurssisuunnitelmaan pohjaava kurssi on aina osallistujiansa näköinen. Osallistujat pystyivät vaikuttamaan kurssiin esimerkiksi kysymällä kysymyksiä, keskustelemalla ja äänenkäyttöään demonstroimalla.

Laulamisen perustekniikkaan liittyen hyödyllisimpinä osa-alueina koettiin äänenhuolto, hengitystuki, ankkurointi ja ääntöväylä (ks. Kuva 6). Itselleni yllätyksenä tuli, että ainakaan tällä kurssilla suurin osa kurssilaisista ei pitänyt SOVT-harjoituksia hyödyllisimpinä. Koen SOVT-harjoitusten olevan särölaulun harjoittelun kannalta erityisen oleellisia, koska niiden avulla saadaan lisättyä supraglottaalista painetta, joka tukee äänihuulten ihanteellista toimintaa. Tällöin myös säröjä harjoitellessa äänihuulten alapuolinen paine on paremmassa tasapainossa äänihuulten yläpuolisen paineen kanssa. Tulevaisuudessa voisin yhdistää SOVT-harjoitukset kiinteämmin säröefektien harjoitteluun, jolloin harjoitusten hyöty tulisi konkreettisemmin esille.

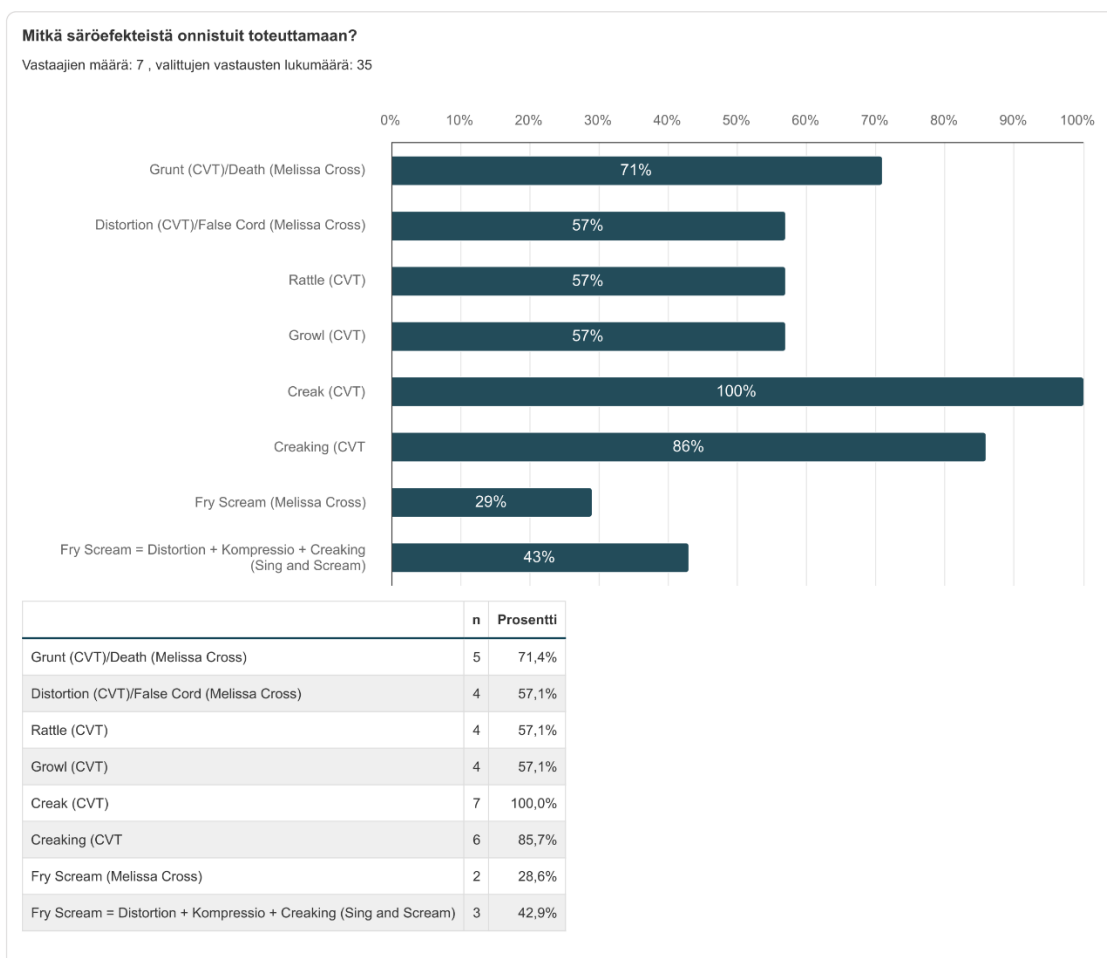


Kuva 6. Hyödyllisimmät perustekniikan osa-alueet

Lähtökohtaisesti helpoimmin omaksuttavia säröjä ajattelin olevan Gruntin/Deathin, Growlin sekä Creakin. Kurssilaisten täyttämässä kyselylomakkeesta kävi ilmi, että heidän mielestään näitä olivat Grunt/Death, Distortion/False Cord, Creak ja Creaking. Esimerkiksi Growl koettiin vaikeammaksi omaksua, mutta toisaalta kurssilaisista suurin osa onnistui toteuttamaan sen.

Kaiken kaikkiaan kurssilaiset onnistuivat toteuttamaan kunnioitettavan määrän erilaisia säröjä (ks. Kuva 7). En kokenut laulamiseen liittyvän aiemman osaamisen toimineen oleellisimpana tekijänä. Säröjä muodostaessa tärkeintä olivat uskaltaminen ja heittäytymiskyky.

Havainnointini mukaan kaikki kurssilaiset onnistuivat toteuttamaan Grunt/Death -säröefektin, mutta tämän kappaleen jälkeisestä kaaviosta voi huomata, että näin ei ollut. On tietenkin mahdollista, että kurssilaiset ovat osittain sekoittaneet säröefektien nimet toisiinsa. Säröefektien toteutumista olisi voinut havainnoida tarkemmin pyytämällä jokaista yksitellen tuottamaan käsitellyn säröefektin. Näin tein joidenkin säröefektien kohdalla, mutta jatkossa voisin ottaa tämän käytännöksi kaikkia säröefektejä opeteltaessa. Yksin tehtävät harjoitukset ovat kuitenkin vapaaehtoisia. Sama päti kaikkiin kursilla tehtäviin harjoituksiin.



Kuva 7. Kurssilaisten toteuttamat säröefektit

Kurssilaiset antoivat palautetta ääniesimerkeistä. Kiitosta kurssi sai siitä, että osasin opettajana toteuttaa säröefektit. Tämä koettiin tärkeäksi oikeanlaisen visuaalisen ja audiitiivisen esimerkin saamisen kannalta. Ääniesimerkkejä kaivattiin ennen säröefektien teoreettista pohjustusta. Kaikessa innostuksessani olin unohtanut näin oleellisen asian. Jatkossa kuuntelutan ääniesimerkit nauhoitteelta tai demonstroin ne itse ennen jokaisen säröefektin läpikäymistä.

Kurssilaisten palaute ja kehitysideoit inspiroivat jatkamaan tämän kurssin sekä jatkokurssien kehittämistä. Toiveina oli muun muassa enemmän käytännön harjoituksia ja harjoitusten yhdistämistä omaan lauluun. Yksityistuntiin verrattuna järjestämäni kurssi oli tietenkin pintapuolinen katsaus laulamisen perustekniikkaan ja erilaisiin säröefekteihin. Ratkaisuna mietin jatkokursseja, johon voisivat osallistua kurssin käyneet tai säröefekteihin jo aiemmin muuten tutustuneet.

Tällöin voitaisiin yhdistää säröefektejä osallistujien valitsemiin kappaleisiin ja lähestyä säröefektien opiskelua konkreettisten kappaleiden kautta. Tämän kurssirungon säilyttäisin hieman varioiden tällaisenaan, jolloin kurssille voivat osallistua kaiken tasoiset laulajat. Käytännön harjoitusten määrä on lisättävissä. Pyrin kehittämään ja varioimaan kurssia saadun palautteen perusteella.

Osa kurssilaisista mainitsi esimerkiksi teoriaa olleen liikaa, mutta toisaalta kiitosta tuli suomenkielisestä informaatiosta säröefektien suhteen. Tässä huomaamme osallistujien yksilökohtaiset erot. Kurssin toteutuksen on tietenkin oltava tasapainossa yksilöllisten mieltymysten suhteen.

Jatkossa kiinnittäisin tarkempaa huomiota kurssikuvaukseen ja nimeen, jotta osallistujilla on mahdollisimman realistiset odotukset. Särölaulukurssin voi nimen kautta tulkita niin, että kurssille sisältyisi paljon laulamista, mikä ei suunnittelemani kurssityypin kohdalla pidä paikkaansa aiemmin mainitseni syiden takia. Laulamisen perustekniikkaan ja säröefekteihin liittyviä harjoituksia tehdään paljon, mutta varsinaista laulamista kurssiin ei sisältynyt.

Teimme kurssin aikana noin 50 erilaista harjoitusta ja tämän lisäksi jokaisella kurssilaisella oli mahdollisuus saada omasta suorituksestaan henkilökohtaista palautetta. Pyysin kurssilaisia tekemään harjoituksia myös yksitellen, jolloin pääsin pureutumaan yksilökohtaisiin haasteisiin ja muut kurssilaiset pääsivät oppimaan, millaisia haasteita säröjen tuottamisessa voi ilmetä. Kurssin tunnelma oli inspiroiva ja rohkaiseva. Kurssilaiset uskaltoutuivat heittäytymään ja kokeilemaan mitä erikoisempia harjoituksia. Ilmapiiri oli vapautunut ja nauravainen.

7 POHDINTA

Vaikka opinnäytetyöni on laaja, koen osanneeni käsitellä kokonaisuutta ymmärrettävällä ja selkeällä tavalla. Kirjoitin opinnäytetyön ensisijaisesti itseäni varten, oman osaamiseni sekä ymmärrykseni kasvattamiseksi. Koin tärkeäksi jakaa tietopohjan ja särölaulukurssin kahteen osaan. Kun pyritään opettamaan säröefektejä, perustekniikan hallinta on oleellista. Tästä syystä oli perusteltua, että opinnäytetyössäni käsiteltiin sekä säröefektejä että laulamisen perustekniikkaa.

Alun perin olin harkinnut lisääväni ääniesimerkit kunkin käsiteltävän säröefektin yhteyteen. Tämän jätin kuitenkin tekemättä, koska opinnäytetyöni oli jo lähtökohtaisesti niin laaja-alainen, ja aika oli rajallista. Opinnäytetyöprosessissa aiheen rajaaminen oli itselleni kaikista haastavinta aiheen ollessa niin kiehtova. Tietopohjaa kootessani löysin monia mielenkiintoisia lähteitä ja näkökulmia laulamisen perustekniikkaan ja säröefekteihin liittyen. Haluan opinnäytetyöprosessini jälkeen perehtyä niihin entistä tarkemmin.

Opinnäytetyössäni en käsitellyt kaikkia olemassa olevia säröefektejä. Tulevaisuudessa haluan syventyä opinnäytetyön ulkopuolisiin säröefekteihin kuten kurkkulauluun ja esimerkiksi särölaulukursilla esille nousseeseen Guttural-termiin. Säröefekteihin liittyen odotan jatkotutkimuksia erityisesti subglottaalisesta paineesta. Koen sen yhdeksi avaintekijöistä säröjä muodostettaessa.

Säröefekteistä Fry Scream oli vaikeasti hahmotettavin. Huomasin särölaulukurssin jälkeen, että Fry Scream ja sen eri muodot kaipasivat itselläni vielä lisää selkeytystä. Termiä kuulee käytettävän paljon, mutta merkitys vaihtelee lähteen mukaan. Kaipaisin Fry Scream -säröefektiin keskittyvää tutkimustietoa. Myös useampien säröefektien yhdistäminen on aiheena kysymyksiä herättävä samoin kuin äänihuulten toiminta Grunt-efektissä.

Opinnäytetyöprosessin aikana koen oivaltaneeni paljon uusia asioita säröefekteihin liittyen. Opinnäytetyön avulla opin tunnistamaan paremmin erilaisia säröjä ääntöväylässäni. Creaking-säröefektistä löysin tietynlaisen turvasataman oman äänenkäyttöni suhteen. Se oli efektinä erityisen kehittävä vaatiessaan tarkkaa ilmanpaineen ja -virran säätelyä sekä tarvittavaa rentoutta ääntöväylässä.

Järjestämäni särölaulukurssi vahvisti omaa ennakkoaavistustani siitä, että säröjä tuottaakseen ei tarvitse olla kokenut laulaja. Säröjä käyttäessä olemme lähempänä vapaata äänenkäyttöä, joka oli meille ominaista, kun olimme lapsia. Kurssia suunnitellessani löysin ja kehitin helposti lähestyttäviä keinoja opettaa säröefektejä. Olin itse tyytyväinen särölaulukurssin pääpiirteeseen runkoon ja siihen, että se sisälsi monipuolisesti tietoa erilaisista lähteistä koottuna. Olin koostanut kurssimateriaalin omasta mielestäni säröefektien kannalta hyödyllisistä tiedoista ja harjoitteista. Kokonaisuuden koin olevan itseni ja yritykseni näköinen yhdistelmä arvokkaaksi kokemaani tietoa, jota olin haalinut vuosien varrella työkalupakkiini laulunopettajana ja laulajana.

Tulevaisuudessa aion kehittää kurssia eteenpäin ja toteuttaa sitä eri puolilla Suomea. Tulen kehittämään lisää erilaisia kursseja sekä syventämään laulamiseen ja säröefekteihin liittyvää osaamistani entisestään. Haluaisin omalta osaltani edistää säröefektien tutkimusta, joko kouluttautumalla lisää tai toimimalla tutkimushenkilönä. Haaveilen myös laulamiseen liittyvän kirjan kirjoittamisesta. Matka opinnäytetyön parissa oli kehittävä ja inspiroiva.

LÄHTEET

- Aaen, M., McGlashan, J., Christoph, N. & Sadolin, C. 2024a. Extreme vocal effects distortion, growl, grunt, rattle, and creaking as measured by electroglottography and acoustics in 32 healthy professional singers. *Journal of Voice* 38 (3), 795.e21-795.e35. <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2021.11.010>. Viitattu 21.9.2024.
- Aaen, M., Sadolin, C., White, A., Nouraei, R. & McGlashan, J. 2024b. Extreme vocals – A retrospective longitudinal study of vocal health in 20 professional singers performing and teaching rough vocal effects. *Journal of voice* 38 (6), 1526.e11-1526.e22. <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2022.05.002> Viitattu 22.3.2025.
- Aura, M. 2023. Imposto, pääresonanssi, laulajan ilme. *Laulupedagogisten käsitteiden fysiologiset ja akustiset selitykset*. Väitöskirja. Kasvatustieteiden ja kulttuurin tiedekunta. Tampereen yliopisto. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-03-2957-0>. Viitattu 13.9.2024.
- Aura, M. 2019. Pienennätkö ääntäsi? Vaihda kiristys rentouteen. Äänitohtori Maarit Aura -blogi. 21.11.2019. <https://www.laulunopettaja.com/piennatko-aantasi/>. Viitattu 2.5.2025.
- Aura, M. 2020. Sävyjä ääneen – Mikä on ääntöväyläasetus? Äänitohtori Maarit Aura -blogi. 2.10.2020. <https://www.laulunopettaja.com/savyja-aaneen-mika-on-aantovaylaasetus/>. Viitattu 2.12.2024.
- Aura M. 2021. Miksi ilma ei riitä, vaikka tukea on harjoiteltu? Äänitohtori Maarit Aura -blogi. 26.5.2021. <https://www.laulunopettaja.com/category/syvahengitys/>. Viitattu 18.3.2025.
- Chalfin D. 2015a. Babies Screaming and Singers Singing – Primal Sound. Video. YouTube-videopalvelu, julkaistu 24.2.2015. <https://www.youtube.com/watch?v=WTTNe3UFIDw&t=7s>. Viitattu 22.3.2025.
- Chalfin D. 2015b. Primal Sound for Singers Introduced. Video. YouTube-videopalvelu, julkaistu 24.2.2015. <https://www.youtube.com/watch?v=QkatmC5IRFg>. Viitattu 22.3.2025.
- Chapman, J. L. 2017. *Singing and Teaching Singing – A Holistic Approach to Classical Voice*. Brisbane: Plural Publishing INC.
- Complete Vocal Institute 2024. List of Authorised CVT Teachers. Verkkajulkaisu. <https://completevocalinstitute.com/list-of-authorized-teacher/>. Viitattu 22.5.2024.
- Cross, M. 2023. Master Fry Screaming Without Strain with Melissa Cross | #DrDan. Video. YouTube-videopalvelu, julkaistu 8.8.2023. <https://www.youtube.com/watch?v=BuBOADsjyaQ&t=3s>. Viitattu 24.3.2025.
- Cross, M. 2005. *The Zen of Screaming*. DVD. Ohjaus Korycki, D. Loudmouth, Inc.
- Cross, M. 2006. *The Zen of Screaming 2*. DVD. Ohjaus Korycki, D. Loudmouth, Inc.
- Hakanpää, T. 2019. Äänianatomia ja äänifysiologia. *VokoBlogi*. 23.4.2029. <https://www.vokologit.fi/puhetekniikka/aanianatomia-ja-aanifysiologia/>. Viitattu 3.6.2024.
- Henny, J. 2015. Episode 5 – Why You Need to Understand Resonance. *The Intelligent Vocalist with John Henny*. Podcast. Spotify-sovellus, julkaistu 17.11.2015. <https://open.spotify.com/episode/0gil-GrKAZjVVs7xmefKBMv?si=10905f4f1522493f>. Viitattu 24.4.2025.
- Hirsjärvi S., Remes P. & Sajavaara P. 1997. *Tutki ja kirjoita*. Porvoo: Bookwell Oy.
- Jyrkämä, J. n.d. *Toimintatutkimus*. Verkkajulkaisu. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelma-opetus/kvali/tutkimusasetelma/toimintatutkimus/>. Viitattu 23.10.2024.
- Laaksonen, V. 2018. Mitä laulunopettajan pitäisi tietää anatomiasta ja fysiologiasta? *Ville Laaksonen-blogi*. 2.11.2018. <https://www.laulunopetus.fi/villelaaksonen/blogi/files/8d995fc268b71f550733a5662bee2e0f-7.php>. Viitattu 31.12.2024.

- Laaksonen, V. 2018. Hengityksestä, tuesta ja ääntökynnyksestä. Ville Laaksonen -blogi. 15.9.2018. <https://www.laulunopetus.fi/villelaaksonen/blogi/files/archive-september-2018.php>. Viitattu 2.1.2025.
- Landgeist 2023. Metal bands in Europe. Verkkojulkaisu. <https://landgeist.com/2023/11/18/metal-bands-in-europe/>. Viitattu 2.6.2024.
- Laukkanen, M. Mikä ero on ääntöhengityksellä ja lepo hengityksellä? Opi ero, niin hengität paremmin laulaessasi tai puhuessasi. Nordic Breathing by Well02 -artikkeli 10.9.2020. <https://www.nordicbreathing.com/mika-ero-on-aantohengityksella-ja-lepo hengityksella-opi-ero-niin-hengitat-paremm-in-laulaessasi-tai-puhuessasi>. Viitattu 4.12.2024.
- Leppänen, A. 2014. Heavylaulun särötekniikat ja niiden opettaminen. Opinnäytetyö. Musiikin koulutusohjelma. Karelia-ammattikorkeakoulu. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2014111315626>. Viitattu 3.6.2024.
- Nerenberg, J. 2024. The Power Of Straw Phonation: Exploring SOVT exercises. Toronto Speech Therapy -blogi. 17.7.2024. <https://www.torontospeechtherapy.com/blog/2024/the-power-of-straw-phonation-exploring-sovt-exercises>. Viitattu 18.3.2025.
- Pettersson, L. 2022. Miten laulaa rennommin? 7+1 vastausta yleisimpiin kysymyksiin. Ääniluotsi-blogi. 27.4.2022. <https://aaniluotsi.fi/miten-laulaa-rennommin/>. Viitattu 2.5.2025.
- Sadolin, C. 2011. Kokonaisvaltaisen äänenkäytön tekniikka. Suom. Jaakko Mäntyjärvi. Copenhagen: Shout Publishing.
- Sadolin, C. 2024. Complete Vocal Technique. E-kirja. Copenhagen: CVI Publications. Viitattu 23.10.2024.
- Sadolin, C. 2018. Episode 53 - Cathrine Sadolin on CVT | Constriction | Vocal Modes. The Naked Vocalist. Podcast. Spotify-sovellus, julkaistu 7.5.2018. <https://open.spotify.com/episode/5I7oY72V8fBCINOKOwOu7g?si=NKUPxMWbSv-sh6awoLFxqQ>. Viitattu 11.2.2025.
- Saraste, P. 2006. Suuntana vapaus – Alexander-tekniikan perusajatuksia. Jyväskylä: Kuopion Alexander-tekniikka.
- Sibelius-Akatemia n.d. Akustiikan perusteet – Osaääneistö. Verkkojulkaisu. <https://web.uniarts.fi/akustiikka/index4b7f.html?id=14&la=fi>. Viitattu 28.4.2025.
- Sundberg, J. & Thalén M. 2010. What is "Twang?". Journal of voice 24 (6), 654-660. <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2009.03.003>. Viitattu 24.3.2025.
- Tieteen termipankki 2025. Nimitys: ääntöelimistö. Verkkojulkaisu. <https://www.tieteentermipankki.fi/wiki/Nimitys:ääntöelimistö>. Viitattu 2.5.2025.
- Titze, I. 2000. Principles of Voice Production. Iowa City: National Center for Voice and Speech.
- Titze, I. 2024. Episode 356 – Writing the Book on SOVTs with Karin Titze Cox and Ingo Titze. The Intelligent Vocalist with John Henny. Podcast. Spotify-sovellus, julkaistu 23.1.2024. <https://open.spotify.com/episode/6x3jd6wqFG5WfQu8mkv30w?si=60a23c4ccc1a460f>. Viitattu 19.3.2025.
- Tyks 2025. Äänihäiriöt ja muut kurkunpään sairaudet. Verkkojulkaisu. <https://www.tyks.fi/hoidot-ja-tutkimukset/aanihairiot-ja-muut-kurkunpaan-sairaudet>. Viitattu 3.1.2025.
- Tyrmi, J., Radolf, V., Horáček, J. & Laukkanen A-M. 2017. Resonance Tube or Lax Vox? Journal of Voice 31 (4), 430–437. <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2016.10.024>. Viitattu 24.3.2025.
- Vilkka, H. 2021. Näin onnistut opinnäytetyössä – Ratkaisut tutkimuksen umpikujiin. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.
- Weidenauer M. S. n.d. How to Fry Scream. Sing and Scream -tutoriaali. <https://singand-scream.com/how-to-fry-scream/>. Viitattu 24.3.2025.

LIITE 1. SÄRÖLAULUKURSSIN KYSELY

Särölaulukurssin kysely

Kerro laulutaustastasi omin sanoin.

Huom! Kaikenlainen laulaminen lasketaan, tapahtuipa se missä tahansa.

Oliko laulamisen perustekniikkaan liittyvä informaatio ymmärrettävää?

- Kyllä
 Ei
 Osittain

Olivatko laulamisen perustekniikkaan liittyvät harjoitukset selkeitä?

- Kyllä
 Eivät
 Osittain

Minkä perustekniikan osa-alueen koit hyödyllisimmäksi omassa äänenkäytössäsi?

Voit valita myös useamman vaihtoehdon.

- Äänenhuolto
 Hengitystuki
 Ankkurointi
 Äänihuulimassa
 SOVT
 Ääntöväylä

Oliko säröefekteihin liittyvä informaatio ymmärrettävää?

- Kyllä
 Ei
 Osittain

Olivatko säröefekteihin liittyvät harjoitukset selkeitä?

- Kyllä
 Eivät
 Osittain

Mikä säröefekti oli helpoiten omaksuttavissa? Voit valita myös useamman vaihtoehdon.

Kysy näistä esimerkit, mikäli nimet sekoittuvat toisiinsa.

- Grunt (CVT)/Death (Melissa Cross)
 Distortion (CVT)/False Cord (Melissa Cross)
 Rattle (CVT)
 Growl (CVT)
 Creak (CVT)
 Creaking (CVT)
 Fry Scream (Melissa Cross)
 Fry Scream = Distortion + Kompressio + Creaking (Sing and Scream)

Mitkä asiat auttoivat sinua muodostamaan säröefektejä? Kerro omin sanoin.

Huom! Näitä asioita voivat olla mm. äänianatomian ja -fysiologian informaatio, harjoitukset, imitaatiot, mielikuvat sekä tunteet.

Mitkä säröefekteistä onnistuit toteuttamaan?

- Grunt (CVT)/Death (Melissa Cross)
- Distortion (CVT)/False Cord (Melissa Cross)
- Rattle (CVT)
- Growl (CVT)
- Creak (CVT)
- Creaking (CVT)
- Fry Scream (Melissa Cross)
- Fry Scream = Distortion + Kompressio + Creaking (Sing and Scream)

Opitko erottamaan erilaisia säröjä toisistaan? Kerro omin sanoin.

Sana on vapaa. Voit esimerkiksi kertoa kurssin jälkeisiä ajatuksia sekä tunteita ja antaa palautetta kurssista.
