

**MUSIIKKIA HARRASTAVIEN URHEILIJOIDEN MOTIVAATIO
SOITTOHARJOITTELUUN**

Miikka Laihonen

Proseminarityö

Musiikkikasvatus

5/29/09

Jyväskylän yliopisto

JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

Tiedekunta – Faculty Humanistinen tiedekunta	Laitos – Department Musiikin laitos
Tekijä – Author Laihonen Miikka	
Työn nimi – Title Musiikkia harrastavien urheilijoiden motivaatio soittoharjoitteluun	
Oppiaine – Subject Musiikkikasvatus	Työn laji – Level Proseminarityö
Aika – Month and year 05/2009	Sivumäärä – Number of pages 24
<p>Tiivistelmä – Abstract</p> <p>Tutkimuksen aihe on musiikkia harrastavien urheilijoiden motivaatio soittoharjoitteluun. Tarkoituksena oli selvittää, millaisella motivaatiolla ja systeemillä harjoitteluun tottuneet urheilijat harjoittelevat musiikin puolella. Esimerkiksi siirtävätkö nämä urheilijat tietotaitoaan harjoittelusta urheilusta myös musiikkiin.</p> <p>Tutkimus tehtiin avoimena haastatteluna ja tutkimusmateriaali analysoitiin sisällönanalysillä. Haastateltavien valintakriteereihin kuului se, että he ovat jossain vaiheessa elämänsä harjoitelleet ammattilaisen tavoin. Tämä kriteeri kohdistui urheilun saralle. Soittoharrastuksen vakavuudella ei ollut merkitystä. Tutkimukseen sopivat yhtäläillä musiikin ammattilaiset kuin vasta-alkajat.</p> <p>Taustakirjallisuutena työssä oli motivaatiotutkimusta monelta eri alalta. Motivaatio-osion ensimmäinen luku kertoo motivaatiosta yleensä ja alan kehityksestä. Toinen luku pureutuu motivaatiotutkimukseen urheilun puolella ja kolmas liittyy musiikkiin.</p> <p>Tärkeimmäksi tutkimustulokseksi muodostui pitkäjänteisyys. Jokainen haastateltavista painotti pitkäjänteisyyden merkitystä sekä urheilussa että musiikissa. Suuria tuloksia ei voi odottaa heti, vaan pitää olla malttia tehdä perustyötä. Tärkeäksi asiaksi haastateltavat nostivat hyvien tavoitteiden asettamisen. Urheilussa ja musiikissa pitää olla selkeä päämäärä, mitä haluaa joskus osata tai mihin haluaa pyrkiä. Näille suurille maaleille taas pitää asettaa hyvät välitavoitteet.</p> <p>Ammattimaisen urheiluharrastuksen hyötyinä musiikkiharrastusta ajatellen haastateltavat pitivät kovan työnteon oppimista ja motoriikan kehittymistä. Soittaminen ja laulaminen vaatii tietynlaista fyysistä osaamista, samoin kuin urheilussa vaaditaan.</p> <p>Vaikka haastateltavilla olisi tietotaito laadukkaaseen harjoitteluun, niin se ammattimainen harjoittelu ei ole heille pääasia musiikissa. Tärkeäksi asiaksi tutkittavien osalta nousi se, että soittaminen on mukavaa ja virkistävää. Harjoittelun pitäisi olla nautinnollista ja siinä sivussa kehittävä.</p>	
Asiasanat – Keywords Musiikkikasvatus, motivaatio, urheilu	
Säilytyspaikka – Depository	
Muita tietoja – Additional information	

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	4
2 MOTIVAATIO.....	6
2.1 YLEISESTI MOTIVAATIOSTA	6
2.2 MOTIVAATIO URHEILUSSA	7
2.3 MOTIVAATIO MUSIIKISSA.....	8
4 MENETELMÄT	11
5 TUTKIMUSTULOKSIA	13
6 POHDINTA	21
7 LÄHTEET	23

1 JOHDANTO

Innostuin työni aiheesta muutama vuosi sitten veljeni aloittaessa musiikkiharrastuksen. Hän päätti oppia soittamaan kitaraa 33 vuoden iässä. Ennen soittoharrastustaan hän oli aktiiviurheilija, joka on tottunut tekemään kaikkensa tavoitteidensa eteen. Toisin sanoen veljeni oli oppinut harjoittelemaan.

Mielenkiintoni kohde tutkimuksessani oli nimenomaan harjoittelumotivaatio ja se, miten tärkeäksi tutkittavat kokevat harjoittelun. Tiedostavatko urheilijat, mitä vaatii oppia soittamaan, koska he ovat tottuneet tekemään paljon harjoitustunteja omassa lajissaan. Olen törmännyt ihmisiin, jotka eivät tiedosta, miten paljon soittotaidon saaminen vaatii harjoitusta. Tarkoitin tällä uskomusta, jonka mukaan soittotaidon saa melkein heti, kun soittimen ostaa kaupasta. Saman tyyppisiin oletuksiin usein kuuluu se, että geenit ja lahjakkuus ovat määräävä tekijä soittamaan oppimisessa. Olen useasti törmännyt seuraavanlaiseen lauseeseen: ” En voi oppia soittamaan tai laulamaan, koska meidän suvussa ei ole minkäänlaista musikaalisuutta.”

Tutkimuksen kannalta ei ollut merkittävää urheilijoiden taso soittajana, vaan ennemmin voisi sanoa, että tärkeämmässä roolissa oli heidän tasonsa urheilijana. Tutkittavien ikä ei ollut tässä yhteydessä merkittävä, eikä se milloin he olivat soittoharrastuksen aloittaneet. Tutkimuksessa saattoi olla yhtäläillä lapsena – kuin aikuisenakin aloittaneita soittajia. Mukana oli mahdollista olla myös sellaisia, jotka olivat aloittaneet soittamisen nuorena, mutta syystä tai toisesta heidän harrastuksensa oli katkennut ja alkanut myöhemmin uudestaan. Täysin poissuljettua ei ollut, että haastateltavien joukossa olisi voinut olla sellaisia urheilijoita, jotka olivat kokonaan lopettaneet soittoharrastuksen.

Muita tutkimuksen mielenkiinnon kohteita olivat mm. miksi urheilija tai ex-urheilija soittaa? Mikä siis on motivaattori? Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää toimiiko musiikki urheilijan terapiana eli vastapainona urheilulle vai oliko kysymyksessä riippuvuus harjoittelua

kohtaan. Muita mieleen tulevina ennakko-oletuksia saattoi pitää mm. sitä toimiko musiikkiharrastus pelastusrenkaana urheilijalle, joka oli tiedostanut, että urheiluharrastus voi joskus kokonaan loppua tai vähentyä radikaalisti. Vai olivatko syyt sosiaalisia? Musiikkia kuitenkin voi harrastaa sekä yksin sekä yhdessä. Voivatko syyt jotain aivan muita?

Kokonaan soittoharrastuksen lopettaneissa tai pitkän taukoa pitäneissä mielenkiinnon kohteena olivat syyt soittamisen taukoamiseen. Oliko soittoharrastus katkennut pakosta vai omasta halusta? Tutkimuksen kannalta mielenkiintoista oli taukoa pitäneiden soittajien kohdalla kokivatko he mielipahaa siitä, etteivät soittaneet. Oliko musiikki todellinen haave heille ja selkeä ajatuksia herättävä aihe? Tällä tarkoitan sitä, että he aktiivisesti aikoisivat palata soittoharrastuksen pariin, kun siihen vain tulee mahdollisuus.

Tutkimukseni lähtökohta oli veljeni soittoharrastuksen aivan alussa toteamat lauseet: ”Tiedän, että minun pitää harjoitella ihan hirveästi ennen kuin opin soittamaan. Tiedän myös sen, että se vaatii aikaa. Siksi minulla on viisivuotis-suunnitelma.” Mielenkiinnon kohde on tässä tavoitteiden saavuttaminen pitkällä aikavälillä. Hän totesi tavoitteensa kuin urheilija. Kokemukseni mukaan urheilijat asettavat omat päätavoitteensa vuosien päähän, ja päätavoitteelle hyvät välitavoitteet.

2 MOTIVAATIO

2.1 Yleisesti motivaatiosta

Opiskelijana ja soittajana kuulen usein puhuttavan motivaatiosta ja huonosta motivaatiosta. Harvoin silti tulee ajatelleeksi sitä, mitä motivaatio sanatarkasti tarkoittaa. Koululaisen tietosanakirja selittää sanan motivaatio seuraavalla tavalla: ”Vaikuttinjärjestelmä, vaikuttimien kokonaisuus. Kaikki, mikä saa jonkun pyrkimään tiettyä päämäärää kohti.” (Ahola & Kumpu 1992, 1002) Vaikuttimella tässä yhteydessä tarkoitetaan kannustinta toimintoihin.

Motivaatio jaetaan useasti kahteen eri luokkaan: 1) sisäinen motivaatio, 2) ulkoinen motivaatio. Näitä kahta asiaa erottaa suorittajan oma tahto. Jos toimija työskentelee, harrastaa tai suorittaa asioita omasta halustaan ilman kannustimia tai pelkoa rangaistuksista, on kyseessä sisäinen motivaatio. Vastaavasti, jos motivaation luoja on esimerkiksi raha tai rankaiseminen, niin silloin voidaan puhua ulkoisesta motivaatiosta. Sisäinen motivaatio syntyy lähinnä toiminnan ilosta ja ulkoiseen motivaatioon liittyy useammin negatiivisempia sävyjä. (Liukkonen, Jaakkola & Kataja 2006, 28.)

Motivaatioteoriat ovat vuosien saatossa kehittyneet pelkästä ihmisen fyysisyydestä enemmän kokonaisvaltaisempaan suuntaan. Sigmund Freud oli ensimmäinen motivaation tutkija. Hän perusti teoriansa ihmisen vietteihin, kuten seksuaalisten tarpeiden tyydyttämiseen ja aggressioon. Freudin näkemyksen mukaan ympäristön ärsykkeet ohjaavat ihmistä tietynlaiseen toimintaan. Toisin sanoen elämän perustarpeet ohjaavat käytöstämme. (Liukkonen, Jaakkola & Kataja 2006, 13.)

Viettiteorioiden jälkeen motivaatiotutkimuksen saralla nousi vallalle behavioristiset teoriat. Merkittävä sana tässä yhteydessä on ehdollistuminen. Suunta jakautui vielä kahteen haaraan klassiseen – ja välineelliseen ehdollistumiseen. Kolmas behavioristinen teoria tunnetaan nimellä mallioppimisen teoria. Klassisen ehdollistumisen lähtökohtana oli Pavlovin koirakokeet. Skinner vastaavasti perusti teorioitaan palkitsemiseen ja rankaisuun. Hänen

lähtökohtana oli palkita hyvä käyttäytyminen ja vastaavasti rankaista huonosta toiminnasta. Tällöin ihminen tai eläin oppi palautteen avulla. Bandura kehitti taas haaraa, jossa ihminen oppii asiat muilta ihmisiltä. Esimerkiksi lapsi oppii tarvittavat tiedot ja taidot vanhempiaan seuraamalla. (Liukkonen, Jaakkola & Kataja 2006, 14-17.)

Tämän jälkeen motivaatioteoriatutkimus sai myös humanistisia vaikutteita. Maslow kehitti hierarkioita tarpeille. Freudin painottamat fyysiset tarpeet olivat alemmalla tasolla hierarkiassa ja ylemmällä tasolla olivat henkiset tarpeet. Hän nosti esimerkiksi itsensä toteuttamisen ylimmälle tasolle hierarkiassa. Tämän jälkeen motivaatiotutkimuksessa vallalla ovat olleet kognitiiviset ja sosiaalkognitiiviset teoriat. Alettiin puhua suoritusmotivaatiosta ja myös ahdistuksesta suoritusta kohtaan. Nykyisin motivaatiota ajatellaan entistä monimutkaisempana kokonaisuutena. Tällä hetkellä motivaatiotutkimuksessa nähdään persoonallisuuden, sosiaalisen ympäristön ja kognitioiden yhteispelinä. (Liukkonen, Jaakkola & Kataja 2006, 17-24.)

2.2 Motivaatio urheilussa

Urheilijat ovat tunnetusti hyvin motivoituneita tekemiseensä ja nostavat sen esille haastatteluissa. Samoin urheilijat monesti korostavat tulevia tavoitteitaan ja kovaa harjoittelua. Nämä kansalliset vientituotteet saattavat mainita tavoitteekseen esimerkiksi tulevat olympialaiset, jotka saattavat olla monen vuoden päässä nykyhetkestä. Tämä kertoo kuvaavasti urheilun tavoitteellisuudesta.

Urheiluharrastus alkaa usein jo lapsuudessa, jolloin lajia kohtaan on herännyt kiinnostus, vanhemmat ovat ohjanneet urheilun pariin tai muut syyt ovat osallisena harrastuksen aloittamiseen. Lapsilla ja nuorilla ei motiivit tekemiseen yleensä ole kovin selkeitä. Usein heille selkeimmät tavoitteet urheilussa ovat kilpailumenestys tai lajin sosiaalinen merkitys eli kaverit (Puro 1999, 15). Tärkeimmäksi motiiviksi nousee kuitenkin lajin harrastaminen itsessään (Puro 1999, 15). Sisäisellä ja ulkoisella motivaatiolla on merkitystä myös urheilussa ja liikunnassa. Hagger & Chatzisarantis (2007) erottavat urheilun/liikunnan ja harjoittelun. Liikunta ja urheilu on enemmän sisältää kumpuavaa toimintaa kuin harjoittelu (Hagger & Chatzisarantis 2007, 4). Toisin sanoen harjoittelu vaatii keskimääräisesti enemmän

ulkoisia motivaation lähteitä kuin liikunta tai urheilu. Mitä amatöörimäisempää urheilu on, niin sitä enemmän se yleensä kumpuaa ihmisen sisältä itsestään (Hagger & Chatzisarantis 2007, 4). Ulkoisia motivaation lähteitä ei tarvita juurikaan siinä tapauksessa. Urheilua harrastetaan tässä tapauksessa kiinnostuksesta lajia kohtaan, puhtaasta nautinnosta ja ilosta. Tosin pitkäaikainen harjoittelu vaatii yleensä vahvan sisäisen motivaation toiminnan ylläpitämiseksi. (Hagger & Chatzisarantis 2007, 4-5.)

Urheilusta tulevat ilot ja nautinnot kuitenkin usein vaativat ulkoisia motivaation lähteitä ja pitkän ajan kovaa työtä. Vaikka harjoittelu olisikin usein nautinnollista, niin yleensä mukaan tarvitaan ulkoisia motivaattoreita. Näistä mainitakseni ainakin harrastuksen mukana kulkevat ystävät ja sukulaiset. Lisäksi vaikutusta kokonaisuuteen on myös tulosodotuksilla ja amotivaatiolla, jolla tarkoitetaan kiinnostamattomuutta asiaa kohtaan. (Hagger & Chatzisarantis 2007, 6.)

Urheilun parissa pysyminen ja motivaation säilyttäminen vaatii positiivisia kokemuksia. Positiiviset kokemukset ohjaavat meitä eteenpäin ja auttavat löytämään pidempiaikaisen motivaation. Tämän lisäksi urheilijan tavoitteiden tulee olla realistisia saadakseen energiaa tulevaisuuden haasteisiin. Urheilijat myös ovat jatkuvan vertailun kohteena, joten sosiaalista painetta pitää myös kestää pysyäksesi lajin parissa. (Singer 1984, 2.) Positiivisten kokemusten lisäksi tärkeää on huomioida tappioiden merkitys. Voitontahtoisilla ihmisillä motivaatio saattaa karista tappion myötä. Samoin ihmiset, jotka harrastavat urheilua tai liikuntaa ilosta saattavat menettää motivaationsa urheiluun, jos heitä painostetaan liikaa voittamiseen tai kilpailemiseen. (Hagger & Chatzisarantis 2007, 5-6.) Näin ollen voisi todeta urheilun olevan hyvin herkkä laji ihmisille johtuen monista mahdollisista motivaation eri muodoista. Meillä kaikilla on omat syymme liikkua tai olla liikkumatta.

2.3 Motivaatio musiikissa

Kosonen (2001) toteaa motivaatioon liittyen osuvasti, että sitä ei tule ajatelleeksi silloin, kun sitä on. Tämä näyttäisi siltä, että motivaatio on erittäin luonnollinen osa meidän elämäämme ja myös soitossa, vaikkei asiaa tule ajatelleeksi. Toisaalta motivaation puute on sellainen tilanne, että silloin ihmiset voivat helposti vedota siihen. (Kosonen 2001, 7.)

Motivaation löytymiseen ja sen ylläpitämiseen vaaditaan taas pitkäjänteisyyttä ja positiivisia kokemuksia. Soittamaan kuitenkin ei opi pelkällä lahjakkuudella, vaan siihen vaaditaan roimasti tehtyjä työtunteja. Tämän vuoksi nousee esille tärkeänä tekijänä yksilön motivaatio. Eli soittajan pitäisi ponnistella määrätietoisesti, jotta saavuttaa asetetun tavoitteen (Kaartinen 2005, 180) Soittajalla pitäisi siis olla vahva tahto opiskeluun, niin kuin muillakin aloilla. Positiiviset musiikkikokemukset taas ovat korvaamattomia soittajalle. Tehdystä harjoitustyöstä saatu palaute saattaa aiheuttaa positiivisen kierteen: suorituksen parantuessa myös soittajan itseluottamus kohoaa ja tätä kautta lisääntyy myös mielenkiinto kyseistä asiaa kohtaan. (Kaartinen 2005, 177)

Kaartinen (2005) tutki väitöskirjassaan musiikin ammattiopiskelijoita eri instituutioista, kuten Sibelius akatemiasta ja eri ammattikorkeakouluista. Yli puolet vastaajista olivat sitä mieltä, että sinnikkyydellä on suuri vaikutus musiikin opiskelussa. Ainoastaan seitsemän prosenttia vastaajista kiisti sinnikkyuden merkityksen. Syy siihen on kyllä hyvin perusteltavissa: heidän mielestään kutsumusta alaa kohtaan ja sinnikkyyttä ei voi mainita samassa lauseessa. Toisin sanoen he ovat niin ihastuneita musiikkiin, että he eivät koe harjoittelua ollenkaan rasitteena. Kuitenkin pääosin vastaajat olivat sinnikkyuden takana. (Kaartinen 2005, 158-159.) Sinnikkyuden lisäksi opiskelijat pitivät yleisesti tärkeänä kriittisen ajattelun omaksumista. Tähän liittyi mm. syy- ja seuraussuhteiden pohdintaa oppimiseen liittyen, sekä tarkoituksenmukaisuuden ja järkevyyden perusteiden mietiskelyä. (Kaartinen 2005, 165)

Kaartinen tutki nimenomaan musiikinopiskelijoita, mutta kuitenkin pitää muistaa, että suurin osa soittajista on musiikin harrastajia. Tällöin heille ei liity harrastukseensa ammattisuunnitelmia, vaikka se saattaisi olla jopa mahdollista (Kosonen 2001, 12.) Silloin motivaation lähteenä pitää olla jokin muu kuin edessä siintävä ammatti tai koulutus ammatikseen. Iso motivaation rakentaja harrastajille on kuitenkin se, että soittaminen on hyvin vahvasti emotionaalisesti latautunutta toimintaa ja myös erittäin henkilökohtainen tapa itsensä ilmaisuun (Kosonen 2001, 12.)

Oma osansa motivaation luomisessa on kehon fyysisellä hyvinvoinnilla. Henkisen hyvinvoinnin lisäksi soittamisesta voi saada myös fyysistä nautintoa. Soittaja voi nimenomaan pyrkiä keholliseen rentouteen, vireyteen tai aktiivisuuteen. Tällöin soittajalle

saattaa olla tärkeää soittaminen itse toimintana, eikä aina suinkaan esimerkiksi tärkeänä oppimiskokemuksena. (Kosonen 2001, 17.) Toki mikään ei estä sitä, että fyysisen nautinnon lisäksi soittamisesta voi samalla ottaa irti tärkeitä oppimiskokemuksia. Tässä suhteessa soittaminen voi motivoida tekijää monella tapaa yhtäaikaisesti.

Välitön suhde soitettavaan musiikkiin on itsessään mielenkiintoinen yksityiskohta. Tämä suhde voi luoda monenlaisia merkityssuhteita. Tästä esimerkkeinä toimivat juuri nautinto, muistot, osaamisen tunne ja parempaan lopputulokseen pyrkiminen. Jos vielä soittaja motivoituu soittamiseen uuden oppimisen tai itsensä kehittämisen takia, niin tällöin soiton opiskeluun liittyvät motiivit nousevat keskeisiksi. (Kosonen 2001, 34.) Pienenä tiivistyksenä edelliselle: Uuden oppiminen voi olla jopa parempi motivaation luoja kuin esimerkiksi soittamisesta saatu nautinto tai hyvä olo.

4 MENETELMÄT

Tutkimuksen menetelmänä oli haastattelututkimus. Siis koko tutkimus tapahtui laadullisilla menetelmillä. Haastattelu analysoitiin sisällön analyysillä. Tavoitteena oli mm. etsiä mahdollisia yhtymäkohtia haastateltavien vastauksista. Mielenkiintoa asiaan toivat haastateltavien mahdollisesti täysin eriävät musiikki – ja urheilutaustat.

Tutkimuksen ongelmana oli hyvien haastateltavien löytäminen, koska soittavia urheilijoita on hankala löytää. Toinen tutkimuksen tekemisen ongelma oli vähäinen aiempi kirjallisuus ja tutkimustieto aiheesta. Motivaatiota on toki tutkittu musiikin ja urheilun saralla erikseen, mutta näitä aihealueita ei ole juurikaan yhdistetty.

Varsinaiset haastattelukysymykset olivat seuraavanlaisia:

1. Mitä yhtäläisyyksiä tai eroavaisuuksia näet musiikin ja urheilun harjoittelussa?
2. Miksi aloitit soittoharrastuksen?
3. Koetko soittamisen harjoitteluna (puurtamisena), vapauttavana tekijänä vai jonain muuna?
4. Mitkä asiat motivoivat sinua harjoittelemaan?
5. Näetkö urheilutaustastasi olevan hyötyä soittoharrastuksessa?
6. Mikä oli ennakkoajatuksesi soittamiseen? Uskoitko oppivasi heti soittamaan?
7. Minkä vaikutuksen näet itseluottamuksella sekä urheilussa että musiikissa?

Näiden kysymyksien lisäksi haastatteluissa sivuttiin mm. harjoittelun tavoitteellisuutta ja osaamisorientaatiota. Lähinnä niillä kysymyksillä oli tarkoitus selvittää oliko vastaajien harjoittelu enemmän laadullista vai määrällistä. Jokaisen haastateltavan kohdalla tuli myös aiheesta poikkeavia kysymyksiä johtuen vastaajien yksilöllisyydestä. Vastaajat kuitenkin omasivat kukin omanlaisensa taustan niin musiikkiin kuin urheiluun.

Itse haastatteluissa oli yhteensä kolme haastateltavaa. Kaikkia haastateltavia yhdisti sattumalta pikajuoksutausta. Tämän lisäksi haastateltavilla oli taustaa mm. jääkiekosta, tenniksestä ja maratonista. Kaksi haastateltavista soittaa pääinstrumenttinaan kitaraa ja yksi viulua. Myös laulua ja pianonsoittoa oli kuulunut haastateltavien harrastuksiin.

Haastateltaville olen antanut seuraavat fiktiiviset nimet: Jouko, Reijo ja Aulis. Kaikki haastateltavat (N=3) ovat miehiä. Jouko ja Reijo olivat aloittaneet soittoharrastuksensa vasta aikuisiällä. Aulis vastaavasti oli aloittanut soittoharrastuksensa alle kouluikäisenä. Hän oli haastateltavista ainut, joka oli aloittanut vakavan soittoharrastuksen ennen urheilua.

5 TUTKIMUSTULOKSIA

Haastateltavat löysivät seuraavanlaisia yhtäläisyyksiä soittamisen ja urheilun välillä (taulukko1):

	Luokan nimi	Esiintyminen vastauksissa (lkm)
1	Pitkäjänteisyys	2
2	Työmäärä	2
3	Lahjakuus	1
4	Hitaat muutokset	2
5	Pelikaverit	1
6	Valmennus	1

Taulukko 1

Kuten taulukosta näkyy, niin haastateltavat nostivat pitkäjänteisyyden ja työnteon määrän korkealle vastauksissaan. Näitä asioita painotti kaksi kolmesta vastaajasta. Tiivistetysti voisi sanoa, että vastaajien mielestä molemmissa lajeissa pitää tehdä sinnikkäästi töitä ja muutokset eivät myöskään tapahdu päivässä tai kahdessa, vaan ne vaativat paljon aikaa. Haastateltava Jouko vastasi kysymykseen mm. seuraavaa:

”Joo tosiaan pitkäjänteist työtä on kumpikin. Äkkiä ei saavuteta... saavuteta kovinkaan paljon, et et se vaatii työtä ja työtä.”

Urheilun ja musiikin harjoittelun eroavaisuuksista kysyttäessä vastaukset erosivat enemmän toisistaan kuin yhtäläisyyksiin vastatessa. Vastaajat eivät ylipäättäen painottaneet harjoittelun eroja niin paljon kuin yhtäläisyyksiä. Musiikin ja urheilun harjoittelun eroihin ei tullut yhteneväisiä vastauksia toisin kuin harjoittelun yhtäläisyydet saivat hyvin yhteneväisiä tuloksia. Suurimmat erot olivat vastaajien mielestä sellaisia, että soittaessa ei hengästy läheskään niin paljon kuin urheillessa. Eroavaisuuksiin laskettiin myös mahdollisuudet kehittymiseen musiikin saralla. Tämä lähinnä siinä muodossa, että ihminen voi kehittyä paremmaksi muusikoksi läpi elämän, mutta urheilussa tulee jossain vaiheessa rajat vastaan.

Haastateltava Reijo oli sitä mieltä, että hän keskittyy urheillessa paljon täysipainoisemmin harjoitteluunsa kuin soittaessa:

”Eroavaisuuksia tietenkin kaiken kaltasiikin, mut ainakin ittel täsä musiikin soittoharjoittelu on ain vähä sellast vasemmalkädel tehtyy, kattelee telkkaria ja jotain muutakin. Sit kun urheilee se on niin totaalitääristä, et pitää lähtee johonkin muuhal ja sitä tekemään sitä yleensä ja siihen keskittyy jollain tapaa enemmän kun tähän musiikkiin, ainakin toistaseks se on ollu semmost se harjoittelu on enemmän vähä niinku hauskaa ja semmost ajankuluu ja räpläämist.”

Reijon kohdalla on siis edelleen havaittavissa hänen vakava suhtautuminensa urheiluun. Hänen mielestä musiikki on enemmän hauskaa ajankulua kuin totista puurtamista. Haastatteluiden kuluessa oli helppo huomata muidenkin vastaajien saman kaltainen suhtautuminen soittamiseen. Soittaminen ei ole heille ammatti vaan se on harrastus.

Kysymykseen kaksi, miksi aloitit soittoharrastuksen, haastateltavat vastasivat mielenkiintoisesti ristiin toistensa kanssa. Joka tapauksessa haastateltavat olivat kohtalaisen yksimielisiä. Kaksi vastaajaa koki, että pitkäaikainen musiikin kuuntelu on antanut kipinän soittamiseen jo paljon ennen kuin soittoura alkoi. Nämä vastaajat kokivat, että myös kuunneltavalla musiikkityylillä on merkitystä asiaan ja se voi myös vaikuttaa soittoharjoitteluun.

Sukulaisten soittoharrastus nousi myös yhtä keskeiseen rooliin kuin musiikin kuuntelu. Kaksi vastaajista koki, että kun on nähnyt soitettavan lähipiirissä, niin se antoi positiivisen sykäyksen soittoharrastuksen aloittamiseen. Haastateltava Aulis vastasi kysymykseen näin:

”Mun tota suvussa on sitten muusikoita jonkun verran, niin ehkä se on tullu sillai, et mä oon seurannu ja kuunnellu muiden soittelee ja sit mä oon ilmottanu et mä haluan kans, en mä kyllä ite pysty palauttaa mieleen tai muistaa siis semmosta, et mikä siin oli sitten se lopulta se, ehkä se vaan jotenkin sytytti, vetos tunteisiin, mikä se lie onkaan se tota kuus vee tenavan niinkun kipinä siin, mutta että tällai se on tullu, että sitä ympärillä on ollu sitä musiikkia, ja sitte on tullu itelleki halu harrastaa.”

Kolmas kysymys koski harjoittelua musiikin saralla. Haastateltavat vastasivat siihen, miten he kokivat sen. Vaihtoehdot olivat puurtaminen tai vaihtoehtoisesti myös se, että harjoittelu olisi myös vapauttavaa. Tämän kysymyksen tiimoilta vastattiin myös samaan urheilun puolelta. Vastaajat olivat pääosin vapauttavan soittamisen tai harjoittelun linjoilla. Kaksi vastaajista

painotti, ettei kaikki urheiluharjoitukset olleet vapauttavia. Tämä johtui harjoitusten suuresta määrästä ja niiden pakollisuudesta.

Kaikki vastaajat kokivat, että soittaminen nykyisellään on heille pääosin vapauttavaa, virkistystä ja hauskanpitoa. Hauskanpitoa edisti ainakin se, että soittaminen on heille harrastus ja ennen kaikkea valinta. Kenenkään vastaajista ei nykyään tarvitse soittaa kenenkään muun tahdosta. Soittaminen tulee vastaajille kyseeseen silloin, kun heistä siltä tuntuu. Yksi vastaajista kertoi aktivoituvansa silloin, jos on keikka tulossa. Reijo kuvasi harjoittelutunteitaan seuraavalla tavalla:

”Et se on aina ollu hauskanpitoa ja sit mä oon vähän sillain ajatellukin, et tää ei oo aina edenny tää soitto niin nopeesti kun ehkä pitäis, mut et sit kuitenkin se on koko ajan ollu niinku hauskaa et totanoini et jos siihen tulis tavallaan semmonen tekemisen paine niin se voi olla et se soitto loppuis kokonaan, jos ei se olis hauskaa, niin sitä ei viittä sit tehä.”

Jouko vastasi taholtaan samaan asiaan seuraavasti:

”Sanotaan, et se mun aktiivisuus siin soittoharjoittelus se on lähinnä aina mielekästä, et tota jos ei se tunnu silt, ni emmää edes ota soitint käteen, et se lähtee hyvin pitkälti silt pohjalt toi et nyt oliski mukava päräyttää joku menemää ja sit ottaa soittimen käteen ja pistää sen mitä pelis on.”

Kysymykseen, mikä motivoi sinua harjoittelemaan, tuli haastateltavilta melko erilaisia vastauksia. Ei tullut mitään selkeitä yhteneväisiä selityksiä harjoitusmotivaatioon. Kaksi vastaajista tosin puhui joko harjoittelun päämääristä tai tavoitteellisuudesta. Tosin näihin asioihin he vastasivat enemmän urheilupuolelta. Musiikin saralla tutkittavia motivoi mm. lempimusiikin omaksuminen kuuntelusta myös itse soittamiseen, koitoksiin valmistautuminen ja pelkkä musiikista saatu nautinto motivoi harjoittelemaan/soittamaan. Koitoksiin valmistautuminen tarkoitti kahdella vastaajalla sitä, että on valmistautunut mahdollisimman hyvin yhteissoittotilanteita ajatellen. Uusien asioiden oppiminen motivoi myös harjoittelemaan. Tähän kysymykseen Aulis vastasi seuraavasti:

”Luonnollisesti se, että mä opin jotain uutta, se mua motivoi, uuden oppiminen aina ja siinä asiassa kehittyminen, mikä muu motivoi niin se et mul on keikka tiedos ja se esiintyminen, et mä suoriudun siitä mahdollisimman hyvin luonnollisesti, tämmönen niinku paine, että tai jos mä oon jossain porukassa, että et mä en mä en tota ainakaan kenenkään muun suoritusta sil pilaa, että sil että mun suoritustaso on sillä kohalla että tota et et se yhteistouhu sujuu...”

Esiintymiset ja yhteissoitto luovat sopivan paineen, joka herättää soittajan harjoittelumotivaatiota. Reijo vastasi samaan kysymykseen seuraavanlaisesti:

”...kyl se lähinnä et on joku päämäärä, et totanoini et tälläi sitä lähetään ajamaan niinko takaa, et mikä tahansa sit on se päämäärä, urheilus tietysti oli ne kisat ja edelleenkin on semmost esimerkiks urheilupuolel ja asettaa vähä niinko semmosii maaleja et tommone pitää tehdä tommone homma sillon ja sillon sit sitä rupee harjottelee ja ehkä musiikis on sit vähän samanlaisest et et tota jos on kaveireiden kans jotkut bänditreenit, ni siihen menness mun on pakko oppii tää soittamaan sen pitää mennä ihan putkeen sen homman, et tavallaa et pistää ittes sillo peliin ja sit ko ittes pistää pelii ni se homma täytyy niinko ol kondikses sillon.”

Reijo löysi yhteyden musiikin ja urheilun välillä verratessaan urheilukilpailuja ja bänditreenejä toisiinsa. Hän näki molemmissa asioissa samanlaisen tavoitteellisuuden. Viides kysymys koski nimenomaan edellä mainittua urheilun ja musiikin yhteyttä. Siinä oli tarkoitus selvittää ovatko haastateltavat huomanneet urheilutaustastaan olevan hyötyä soittoharrastuksessa.

Jokainen vastaaja näki hyötyneensä urheilustaan musiikkia ajatellen. Jouko ja Reijo näkivät, että työnteon oppiminen on auttanut heitä myös musiikin saralla. He painottivat jälleen pitkäjänteisyyttä ja harjoittelun määrän ratkaisevuutta. Alla Reijo kertoo suhtautumisestaan harjoitteluun:

” No siis ainakin tää, tämmöne just, et se vaatii niinko työtä, se ei ittestään tuu ja tavallaan on vähän semmonen niinku semmone totanoini lobotomiapotilas et tätä nyt sit tehdään vaikkei niin häävilt tunnu mut sit jossai vaihees, mitä tyhmemmält se tuntuu niin tavallaan sen häävimmält se rupee tuntumaan... tarkotan niinko hyvää niinku hienoo, sen hienommalt se tuntuu tätä nyt vaan tehdään tässä näin ja jos nyt pitää juosta kaksnyt kilsaa, niin juostaan kaksnyt kilsaa ja mitä pahemmalt se rupee tuntuu, niin sen paremmalt se rupee tuntuu ja vähä sama juttu täsäki et totanoini et siin vaihees kun oikeen rupee sormenpäist sattumaan tos kitaransoitos aluks rautakielil kun paukutti oli ihan hellän, mut sit oli sellanen olo et tosiaan jotain oli tehty ihan fyysisest tuntu et nyt on jotain tehty, et tota et sit ko soitto rupee menee ihan sekasin ettei hermotukset toimi ollenkaan, niin sit on sitä mielt et nyt on jotain tehty totanoini et nyt täst on jotain hyötyä et mut et tota kyl se työntekeminen on se yhtäläisyys kyl mun mielest.”

Reijo kuvasi nautintoaan työnteosta tulleeseen kipuun, joka hänen mielestään toimii yhtäläillä niin musiikissa kuin urheilussa. Samaa heittäytymistä tehtyyn asiaan penää Jouko:

”No sikäli kyl et toi sanotaa, et tommoseen nimenomaan pitkäjänteisyyteen siihen on kyl tottunu ja et tota etet se on ehkä loppupeleis se isoin asia siin, et se kumminkin se jossai määrin se harjoittelun määrä ratkasee kuiteski lopputuleman, et se tosiaan mitä alussakin oli ei siinä mitään ilmaseksi saa.”

Aulis vastaavasti oli hieman eri linjoilla tässä kysymyksessä. Hän näki urheilusta kumpuavan hyödyn lähinnä motoriikassa ja teknisissä asioissa. Aulis painotti pitkäjänteisyyden sijaan urheilun puolelta omaksuttujen liikkeiden merkitystä musiikkiin. Hän kuvasi kehollisuuttaan musiikissa seuraavasti:

”... Niinku laulussa jaja myöskin viulutunneilla, niin niin siin vaiheessa oli ollut jo taukoa siin soittoharjoittelussa niinku aika pitkäänkin, niin niin niin kyllä mun kummaltakin opettajalta tuli semmost palautetta, että tavallaan kehonhallinta ja liikkeiden hallinta, mitä sä nyt on sekä laulussa, että soitossa, hienomotoriikkaa ja ja sit semmosta itsensä, omien asentojen ja liikkeiden aistimista myös niin tota toki kehitty liikunnan harrastamisessa semmonen totanoini motorinen kontrolli, että kyllä mä aattelen että on hyötyä, vaikka ne on kyllä niin aika aika semmosii hienomotorisii juttui esimerkiks viulunsoitos, etten usko, että millään pikajuoksul voi välttämättä oppii niinku viuluu soittamaan siis suoranaisesti, mutta että kaikki ajotusasiat että ne liittyy siihen liikkeiden kontrollointi...”

Urheilun hyödyllisyys-osion jälkeen haastateltavat kertoivat omista ennakoajatuksistaan soittamiseen. Kysymys oli soittajien ennakoajatuksista soittamiseen ennen kuin he olivat edes aloittaneet musiikkiharrastuksensa. Tarkentavana kysymyksenä oli vielä se, luulivatko vastaajat saavansa soittotaidon nopeasti harrastuksensa alkuvaiheessa vai uskoivatko he siihen menevän aikaa huomattavasti enemmän. Tähän kysymykseen tuli niin kyllä kuin ei vastauksia. Tässä kysymyksessä huomattava ero vastauksissa syntyi jo soittoharrastuksen aloitusajankohdan vuoksi. Jouko ja Reijo ovat aloittaneet soittoharrastuksen vasta aikuisiällä, kun vastaavasti Aulis on aloittanut viulunsoiton alle kouluikäisenä. Jouko ja Reijo kiistivät jyrkästi helppouskoisuutensa nopeaan oppimiseen ja vähäiseen työhön. Vastauksissa ilmeni taas pitkäjänteisyys harrastusta kohtaan. Reijo totesi kysymykseen seuraavaa:

”Ei, ei ei siis missään nimes en uskonu, et vaik ei tää varmaan kauheen hyvin oo edenny tää muusikon ura täsä, mut silti mä olen pari kolme vuotta soittanu, ni loppujen lopuks silti mä olen pidemmällä kun mä olin ajatellut et mä olisin, tein sellasen pitkän ajan suunnitelman et suurin piirtein siin vaihees, kun eläkkeel päästään ni sit tarttis osat soittaa, et tavallaan ollaan niinku etukäteen tai ollaan niinku edes täs taulukos...”

Reijo perusteli pitkän tähtäimen suunnitelmaansa kokemuksillaan. Hän kertoi seuranneensa sukulaisten soittamista vierestä, jolloin hän oli nähnyt aitiopaikalta soittamisen hankaluuden. Reijolla ei ainakaan ollut ennakoajatuksena soittamisen helppous. Hän myös muistutti haastattelussa aloittaneensa soittamisen aikuisiällä, jolloin oppiminen on entistä hankalampaa.

Samoilla linjoilla Reijon kanssa oli Jouko. Jouko sanoi tiukasti, ettei hänelle ollut kertynyt asiasta mitään harhakuvitelmiä. Hän tosin avasi asiaa eri kantilta. Vaikka Jouko tiedosti heti soittamisen vaikeuden, niin hän ei ole aina malttanut pysyä taitojensa mukaisissa harjoituskappaleissa. Jouko totesi asiasta seuraavasti:

” Ei ollu tota semmost harhakuvaelmaa et oppis heti soittamaan ja toi ööö sit siin on nimenomaan tää paradoksi et toi ei kon ei jaksu tosiaan niit Erkki Junkkarist Ruusuja hopeamaljassa ni (naurua) ni etet siin mieles se on oma juttus koettaa niit vaikeempii kappaleit heti lähtee pyrkimään, mut et ehkä se on jonkun asteist tyhmyyttä mut tota toisaalt ihmisen pitää tehdä sitä mikä on mielekäst, tuntee mielekkääks...”

Auliksella oli heti alusta asti vahva usko tekemiseen. Hän ei nähnyt mitään estettä oppimiseensa. Hän otti esimerkkiä toisista soittajista ja ajatteli koko asiaa tältä kantilta:

”Joo, et noi muutkin tekee tollain, et miksen mä en, ehkä osannu edes epäillä sit et miksen miksen mä nyt pystyis.”

Aulis ei kyennyt muistamaan omaa ennakkooajatustaan siitä, miten hankalaksi tai helpoksi hän kuvitteli soittamisen. Hänelle vain oli selvää, että oppii soittamaan viulua. Uransa alkuvaiheita Aulis kommentoi näin:

”En mä tiedä sitä, mutta tokihan siinä tulee aika nopeesti selville se, että kuva että mitä sitä toivois olevansa niin tosiaan, et se vaatii sitä pitkäjänteistä toimintaa ja harjoittelua, että et sitä ei oo suoraan seppä syntyessään, että kyllä mä siis vaikka siit on tosiaan kauan aikaa jo mutta et muistan tosiaan hyvin että kyllä että et mä ensimmäisen vuoden mä soitin Tampereella konservatoriossa viulua siis niin, että no en koko vuotta varmaan puoli vuotta meni niin, että vain näppäiltiin pizzicatoo ja siis ei käytetty jousta esimerkiksi ollenkaan ni eihän se vastannu sitä käsitystä, että mitä tää viulunsoitto on ollenkaan...”

Harjoitus ei välttämättä ollut aluksi sitä, mitä Aulis toivoi, mutta siitä huolimatta hän oli valmis pitkäjänteiseen työhön päämäärän takia. Viimeinen virallinen haastattelukysymys koski itseluottamusta. Tässä kysymyksessä haastateltavat pohtivat itseluottamuksen merkitystä urheilussa ja musiikissa.

Kahdessa vastauksessa tuli esille itseluottamuksen kohdalla pelon merkitys. Vastajat näkivät pelkojen ohjaavan suoritusta. Esimerkkejä tästä tuli niin jääkiekon puolelta kuin musiikista. Yksi musiikin esimerkkitapauksista oli virheen odottaminen tietyssä kohdassa kappaletta. Jos ajattelee, että tulee tekemään virheen tietyssä kohdassa, niin se todennäköisesti myös tapahtuu. Jääkiekkoon liittyvä tapaus oli taas taitojen ja itseluottamuksen suhde. Vaikka olisi

minkälaiset taidot, niin niistä ei ole hyötyä, jos ei uskalla toteuttaa ideoita. Samaisesta virheiden tekemisen pelosta on kyse myös aikaisemmassa musiikkiesimerkissä.

Toinen merkittävä esille tullut asia oli hyvä harjoittelu. Varsinkin Jouko näki hyvän harjoittelun seurauksena tapahtuvan kolmikentän: Hän kuvasi asiaa seuraavasti:

” Kyl se niinkö suoritusrentous löytyy sen itseluottamuksen kautta, et et tota sikäli siin niinko tavallaa puhutaa samast asiast et toi et sillon jos on itseluottamus kunnos, ensinnäki et sä olet hyvin harjotellu ni sul on se itseluottamus kunnos ja sillon sä pystyt rennosti suhtatutumaan siihen tekemiseen mikä sit taas vaikuttaa sen mikä on se on se lopputulema.”

Jouko kuvasi kolmen askeleen tapahtuman tiivistetysti näin: Hyvä harjoittelu ja sitä kautta tuleva varmuus/kunto nostaa suorittajan itseluottamusta. Hyvä itseluottamus ja onnistuneet harjoitukset tuovat suoritukseen lisää rentoutta. Rentous taas auttaa Joukon näkemyksen mukaan saamaan pienemmällä rutistuksella enemmän irti harjoituksissa ja kilpailuissa/ esiintymistilaisuuksissa. Jouko näkee itseluottamuksen ja rentouden olevan hyvin pitkälti sama asia. Nämä kolme asiaa hänen mielestään aiheuttavat positiivisen kierteen.

Itseluottamuksen tärkeyden vahvistivat kaikki haastateltavat. Heistä kukaan ei osannut mainita kummassa itseluottamus näyttelisi tärkeämpää roolia musiikissa vai urheilussa. Molemmissa sitä tarvitaan. Aulis mainitsi myös kovan suorittajiin kohdistuvan vertailun sekä musiikin että urheilun piirissä. Hänen mielestään pitää olla itseluottamus kunnossa, jotta kestää sen itsensä vertailun muihin.

Jouko totesi, että molemmissa lajeissa pitää olla itseluottamus kunnossa, että ylipäätään uskaltaa tavoitella kunnianhimoisia päämääriä. Hän näki asian seuraavalla tavalla:

”Sanotaan, et jonkun verran itseluottamust täytyy ol siin mielessäki et toi et ylipäätäs lähtee tota tavoitelemaan jotai mut et tota tavallaan kyl se sit taas hyvin pitkälti rakentuu sen myötä et jos on hyvin harjotellu on se sit harjottelee mitä tahtos ni toi ni sekin puoli siin kehittyi toi et jos tietää et mä hallitsen toin alueen ni nitoi ohan sillon kaikin puolin kovemmas kurssis.”

Haastateltavilta kysyttiin myös harjoittelun tavoitteellisuudesta musiikin osalta. Tässä asiassa vastaajat olivat hyvin samoilla linjoilla toistensa kanssa. Haastateltaville musiikissa oli tärkeää valinnan vapaus. Periaatteessa soitin otetaan käteen silloin, kun tuntuu siltä.

Soittaminen oli kaikille lähinnä harrastus, jonka pitäisi olla mukavaa ja virkistävää. Reijo vastasi aiheeseen näin:

”Tota kyl täs on sillai tavallaa, et sellasii tavoitteit ei o et, en oo laittanu semmost, et mä harjottelen kaks tuntii päiväs tai mä harjottelen niin paljon, jos ei satu hotsittaa se homma, niin em mää sitä tee. Sit kun se rupee kiinnostaa niin sit taas mä teen sitä ja sit voi tul vaik kuin paljon, mä voin soittaa vaik viis tuntii putkeen, jos se on mahollist muilta kiireiltä, mut ei semmost olis sillai tehty harjotusohjelmaa, tänä aamupäiväl 45 minuuttii ja iltapäiväl kolme tuntii soittoa jotain tiettyy soittoa, ei sillain vaan se menee sillain valtoimenaan virtaa vähä et mitä sattuu.”

Jouko mainitsi myös sen, ettei hänen iässään kannata enää tehdä soittoon liittyen muuta kuin hakea nautintoja. Hän tiivistä tulevan pitkän linjan tavoitteensa kitaransoittoa ajatellen haastattelun loppuun seuraavanlaisesti:

”No joo ehdottomast se olis emmä tiä onk se sit haihatteluu tota mut tavallaa se olis mukavaa pääst kokemaa sen, et olis soittimen kans yhtä et ei ehkä tarttis mieltii nii et mitä et se pystyis vaa antamaan sen mitä mieles on niin sen kummallisempii ponnisteluja ja ajatuksia mut mut en tiä... elääkö niin vanhaks koskaa... ... Tavallaan nimenomaan siis etet se ei tarttis mieltii sitä et mist kohtaa mää nyt näppäilen, et se olis semmonen et sitä vaa ottais soittimen käteen ja rupeis soittamaan, tosin se voi ol et et... ei kerkee siihen koskaan pääsemään, mut ehkä se on sit se mun main goal.”

Joukon tavoitteena olisi siis olla yhtä kitaran kanssa. Hän toivoisi soittimen olevan ikään kuin kehon jatke, joka toimii tismalleen hänen ajatustensa mukaan.

6 POHDINTA

Minun pitää rehellisesti myöntää olleeni hieman väärillä jäljillä ennen haastattelujen tekoa. Luulin urheilijoiden soittavan samalla filosofialla kuin he urheilevat. Pääpiirteissään mielestäni vastaukset olivat päinvastaisia. En osannut ajatella asiaa tarpeeksi yksinkertaisesti. Soittaminen on kuitenkin tutkittavieni harrastus, ei elämäntehtävä.

Tuo ei suinkaan tarkoita, etteivätkö tutkittavani harjoittelisi hyvin tai laadukkaasti. He eivät vain koe soittamista samalla vakavuudella kuin aikanaan pikajuoksua tai jääkiekkoa. Jouko sanoi haastattelussa, että välillä olisi voinut urheilussakin ottaa vähän rennommin. Vastaavasti Reijo kertoi avoimesti, että osasi jo urheiluvuosina nauraa itselleen, mikä saattoi näkyä paikoitellen negatiivisina tuloksina.

Ennen tutkimuksen aloittamista mietin urheilijoiden asettamia tavoitteita. Tässä asiassa koin osuvani oikeaan ennakkokaavailuissa. Haastateltavani olivat pääpiirteissään asettaneet itselleen tavoitteita musiikkiuralleen. Vielä tärkeämpänä pidän, että tavoitteet olivat realistisia ja sijoittuivat pitkälle aikavälille. Pitkän aikavälin tavoitteisiin liittyi mahdollisesti joitain välimaaleja, jotka kuuluvat olennaisena osana urheilijan arkeen.

Pitkäjänteisyys oli sana, joka tipahti vähän väliä haastateltavien suusta. Tämän näen tärkeimmäksi tekijäksi kokonaisuutta ajatellen. Jos haluaa muusikoksi on loppujen lopuksi aika yhden tekevää harrastaako urheilua vai ei, mutta pitkäjänteisyyden merkitystä ei soittorintamallakaan voi kiistää. Pitkäjänteisyyttä sanoi jokainen tutkittavista oppineensa kilokaupalla elämänsä aikana. Toinen merkittävä etu urheilijoilla on tottumus fyysisyyteen ja tuntemus omaan vartaloonsa. Aulis mainitsi haastattelussa saaneensa kehuja niin viulu- kuin laulunopettajalta vartalonhallinnasta. Onhan hän tehnyt kehollaan enemmän harjoitustunteja kuin monet muut viulistit tai laulajat.

Tutkimustulokseni olivat hyvin saman suuntaisia lähdekirjallisuuteni kanssa. Kaartisen (2005) mukaan sinnikkyydellä on hyvin suuri merkitys musiikinopiskelussa (Kaartinen 2005, 158).

Samaa sanoivat myös haastateltavani. Kosonen (2001) vastaavasti kirjoitti soittamisen tuomasta hyvästä olosta ja rentoudesta kehoon (Kosonen 2001, 19). Tutkimukseni osallistujat puhuivat myös virkistyksestä, jota soittaminen tuo.

Summatakseni tämän kaiken: On hienoa, että eri lajin taitajat voivat saada musiikista virkistystä ja nautintoa. Ihailua haastateltavani ansaitsevat ainakin uuden oppimisen halusta ja tinkimättömästä asenteesta ja motivaatiosta harjoittelua ja puurtamista kohtaan. Reijoa lainatakseni:

”...ja mitä pahemmalt se rupee tuntuu, niin sen paremmalt se rupee tuntuu.”

7 LÄHTEET

Ahola, M. Ahola, V. Nuuja, I. Rekiaro, I. Väänänen, J. Castren, H. Kapanen, M. Lahti, L. Lumio, S. Mäkelä, T. Palokangas, R. Perkki, L. Peurane, E. Pulakka, M. Viitala, K. 1992. Koululaisen tietosanakirja. Jyväskylä, Helsinki: Gummerus Kustannus Oy.

Bandura, A. 1977a. Sosial learning theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Freud, S. 1914. On narcissism. In the standard edition of the complete works of Sigmund Freud (Vol 14). London: Hogart Press.

Hagger, M. & Chatzisarantis, N. 2007. Intrinsic Motivation and Self-Determination in Exercise and Sport. Champaign, IL : Human Kinetics, cop.

Kaartinen, T. 2005. Itsesääteilyvalmiudet musiikin opiskelussa. Tampere: Tampere University press: Taju (jakaja).

Kosonen, E. 2001. Mitä mieltä on pianonsoitossa. Jyväskylä, Jyväskylän yliopisto.

Liukkonen, J., Jaakkola, T. & Kataja, J. 2006. Taitolajina työ. Helsinki: Edita Prima Oy.

Maslow, A. 1943. A theory of human motivation. Psychological Review, 50, 370-396.

Pavlov, I. P. 1927. Conditioned reflexes. New York: Oxford University Press

Puro, V. 1999 Liikunta-alan lehdistön välittämää kuvaa lapsiurheilusta 1990-luvulla. Jyväskylä: Pro gradu -työ : Jyväskylän yliopisto, liikuntakasvatuksen laitos.

Singer, R. 1984 Sustaining motivation in sport. Tallahassee, Fla. : Sports Consultants International.

Skinner, B. F. 1938. The behavior of organisms: An experimental analysis. New York: Appleton.

Telama, R. Silvennoinen, M. & Vuolle, P. 1986. Näin suomalaiset liikkuvat. Mikä liikunnassa kiinnostaa – liikuntamotivaatio. Teoksessa P. Vuolle, R. Telama, L. Laakso. Helsinki: Valtion painatuskeskus, 147-176.