

UJOUS MUSIIKINTUNNEILLA

Opettajien ja 4.- ja 7.-luokkalaisten oppilaiden kokemuksia

Lasse Suvanne

Pro gradu -tutkielma

Opettajankoulutuslaitos

Musiikin laitos

Kevät 2011

Jyväskylän yliopisto

JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

Tiedekunta – Faculty Kasvatustieteiden tiedekunta ja humanistinen tiedekunta	Laitos – Department Opettajankoulutuslaitos ja musiikin laitos
Tekijä – Author Suvanne Lasse Johannes	
Työn nimi – Title Ujous musiikintunneilla Opettajien ja 4.- ja 7.-luokkalaisten oppilaiden kokemuksia	
Oppiaine – Subject Kasvatustiede, musiikkikasvatus	Työn laji – Level Pro gradu -tutkielma
Aika – Month and year Kesäkuu 2011	Sivumäärä – Number of pages 95
Tiivistelmä – Abstract <p>Tässä tutkimuksessa selvitettiin, miten ujous ilmenee peruskoulun musiikintunneilla. Tutkimuksessa kartoitettiin, miten oppilaat käsittävät ja kokevat ujuden, millaista toimintaa ujut oppilaat toivovat musiikintunneille ja mistä tilanteista ja toiminnasta ujut oppilaat pitävät vähiten musiikintunneilla. Lisäksi haluttiin saada selville, millaisia kokemuksia opettajilla on oppilaiden ujoudesta. Opettajien näkemyksiä verrattiin oppilaiden lomake- ja haastatteluvastauksiin.</p> <p>Tutkimus toteutettiin kvalitatiivisena tapaustutkimuksena. Aineisto kerättiin kahdessa osassa. Ensin molempien tutkimukseen osallistuneiden luokkien oppilaat täyttivät kyselylomakkeen. Opettajien haastattelujen ja oppilaiden lomakevastausten perusteella valittiin yksilöhaastatteluun 14 oppilasta. Myös molempia tutkimukseen osallistuneita opettajia haastateltiin. Kyselylomakkeiden analysoinnissa käytettiin teoriaohjaavaa sisällönanalyysia.</p> <p>Oppilaiden ujouksikäsitteet olivat keskenään hyvin samankaltaisia, eivätkä ujojen oppilaiden vastaukset erottuneet muista. Opettajien käsitteet musiikintunneilla ujousta aiheuttavista ja helpottavista tekijöistä olivat osittain samoja kuin oppilaiden kokemukset, mutta tuloksista löytyi myös eroja opettajien ja oppilaiden vastausten välillä. Lähes kaikki oppilaat toivoivat musiikintunneille ryhmätoimintaa. Sekä ujojen että muiden oppilaiden vastauksista ilmeni ryhmässä toimimisen merkitys tärkeimpänä ujousta vähentävänä tekijänä. Tutkimustuloksista kävi myös ilmi, etteivät opettajat tunnista luokastaan kaikkia ujoja oppilaita.</p> <p>Tutkimustulosten mukaan opettajan toiminnalla ja musiikintuntien työtavoilla on erittäin suuri merkitys sekä ujojen että muidenkin oppilaiden osallistumisarkuuden poistamisessa. Ujous asettaa opettajalle haasteita oppilaidensa kohtaamiseen ja herkkyyteen havaita myös oppilaiden piilevät temperamenttipiirteet. Tulosten mukaan ujojen oppilaiden huomioiminen musiikintuntien työtavoissa vaikuttaisi positiivisesti koko luokan oppilaiden työskentelyyn.</p>	
Asiasanat – Keywords Ujous, temperamentti, musiikinopetus	
Säilytyspaikka – Depository	
Muita tietoja – Additional information	

1	JOHDANTO	5
2	UJOUS.....	7
2.1	UJOUS, MITÄ SE ON?	7
2.2	UJOUS PSYKOLOGISISSA TEORIOISSA	11
2.4	UJOUS JA SOSIAALISUUS	15
2.5	UJOUS TEMPERAMENTTIPIIRTEENÄ.....	17
2.5.1	<i>Temperamentti</i>	17
2.5.2	<i>Ujous ja temperamentti</i>	19
2.6	UJOUS YHTEISKUNNALLISENA ILMIÖNÄ MEILLÄ JA MUUALLA	20
3	MUSIIKINTUNNIT JA UJOUS.....	23
3.1	ESIINTYMISJÄNNITYS.....	23
3.2	MUSIIKKI PERUSOPETUKSEN OPETUSSUUNNITELMAN PERUSTEISSA	25
3.3	PERUSOPETUKSEN OPETUSSUUNNITELMAN PERUSTEET JA UJOUS	27
4	TUTKIMUSMETODOLOGISET RATKAISUT	28
4.1	TUTKIMUSONGELMAT.....	28
4.2	TUTKIMUKSEN KOHDERYHMÄ	29
4.3	AINEISTONKERUU	31
4.3.1	<i>Kyselylomake</i>	32
4.3.2	<i>Haastattelu</i>	33
4.4	AINEISTON ANALYSOINTI.....	35
5	TULOKSET	37
5.1	OPETTAJIEN HAASTATTELUT	37
5.1.1	<i>Luokanopettaja</i>	38
5.1.2	<i>Musiikinopettaja</i>	42
5.1.3	<i>Opettajien vastausten vertailua</i>	45
5.2	OPPILAIKEN KÄSITYKSIÄ UJOUDESTA	47

5.3	MUSIIKINTUNNEILLA MIELUISAKSI KOETTU TOIMINTA SEKÄ TOIVEET.....	53
5.4	MUSIIKINTUNNEILLA NEGATIIVISIKSI KOETUT AKTIVITEETIT	60
6	POHDINTA	75
6.1	VASTAUKSIA TUTKIMUSONGELMIIN	75
6.2	TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUDESTA	82
6.3	HYVÄ PAHA UJOUS	84
	LÄHTEET.....	86
LIITE 1	UJOSTAULUKKO	90
LIITE 2	TIEDOTE VANHEMMILLE	91
LIITE 3	KYSELYLOMAKE OPPILAILLE	92
LIITE 4	OPETTAJIEN HAASTATTELUN RUNKO	95

1 JOHDANTO

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden (2004, 232) mukaan musiikinopetuksen tehtävänä on mm. tukea oppilaan kokonaisvaltaista kasvua, antaa oppilaalle musiikillisen ilmaisun välineitä ja rohkaista häntä musiikilliseen toimintaan. Lisäksi yhteismusisoinnin avulla kehitetään oppilaiden sosiaalisia taitoja. Jotta näihin tavoitteisiin päästäisiin, tulee opettajan luoda työtavoillaan ja asenteillaan luokkaan hyväksyvä ja turvallinen ilmapiiri, jossa jokainen oppilas osallistuu tuntien toimintaan. Todellisuudessa tällainen ihannetilanne ei valitettavasti aina toteudu, vaan usein musiikintuntien toimintaan osallistuu vain osa oppilaista muiden seuratessa sivusta. (Opetushallitus 2004, 232.)

Luokkien työrauhaongelmat puhuttavat opettajia työvuosi toisensa jälkeen: inkluusio ja yhä useampien oppilaiden diagnoosit vaativat opetusalan ammattilaisilta taitoa opetuksen eriyttämiseen. Inklusioon ja oppilaiden käyttäytymishäiriöihin liittyen on kirjoitettu runsaasti ammattikirjallisuutta, mutta ujoudesta sellaista on niukasti. Työrauhan häiriöihin ja oppilaiden diagnooseihin keskittyessään opettajan on helppo sivuuttaa ujon oppilaan osallistumattomuus, sillä arka ja vetäytyvä oppilas ei yleensä häiritse oppituntia. Kuinka opettajat toimivat ujojen ja vetäytyvien lasten kanssa, jotka eivät välttämättä uskalla osallistua musiikintuntien yhteistoimintaan? Pahimmassa tapauksessa opettaja pyrkii huomioimaan ujojen oppilaiden esiintymisarkuuden jättämällä heidät musiikintunneilla omiin oloihinsa. Musiikinopetus kuuluu jokaiselle oppilaalle, eikä ujous saa olla syy yhdenkään oppilaan musiikinopetuksen laiminlyömiselle. Ujous asettaa haasteita opettajan herkkyydelle oppilaidensa temperamenttipiirteiden havaitsemiseksi. Ujojen oppilaiden huomioiminen musiikinopetuksen työtapojen valinnassa ja suunnittelussa ei olisi haitaksi kellekään: ujoille oppilaille sopivien työtapojen valinta saattaisi rohkaista luokan kaikkia oppilaita osallistumaan yhteiseen toimintaan.

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli tarkastella ujoutta peruskoulun musiikintunneilla. Tähän liittyen etsittiin vastauksia siihen, miten oppilaat ja opettajat käsittävät ja kokevat ujojen, millaisesta toiminnasta ujojen oppilaat pitävät musiikintunneilla ja millaisen aktiviteetin ujojen oppilaat kokevat musiikintunneilla ahdistavaksi. Lisäksi haluttiin selvittää, millaisia kokemuksia opettajilla on ujoudesta. Tutkimukseen valittiin 4.- ja 7.-luokkalaisia oppilaita,

luokanopettaja sekä musiikinopettaja. Aineistonkeruumenetelminä käytettiin kyselylomaketta ja yksilöhaastatteluja. Kyselylomakkeen tarkoituksena oli antaa kokonaiskuva koko luokan oppilaiden näkemyksistä, kokemuksista ja mieltymyksistä. Lomakkeesta saatujen tietojen pohjalta valittiin haastatteluun eniten ujoutta kokeneita oppilaita. Haastattelun tarkoituksena oli tarkentaa ja syventää kyselylomakkeesta saatuja tietoja.

Olin itse ujo oppilas peruskoulun musiikintunneilla. Tunne rajoitti osallistumistani mm. yhteissoittoon. Vaikka olisin usein tahtonut päästä kokeilemaan luokan edessä olevia bändisoittimia, en ujouteni takia yleensä uskaltanut ilmaista asiaa opettajalle, joka ilmeisesti tulkitsi käyttäytymiseni tilanteessa haluttomuudeksi ja valitsi bändisoittimiin samat ”rohkeimmat” oppilaat kerta toisensa jälkeen. Kuinka voisin itse toimia opettajana toisin? Tätä tutkimusta tehdessäni kehitän samalla omaa opettajuuttani ja kykyä kohdata työssäni ujut oppilaat. Ujoutta lähdetään tutkimaan osin omien kokemusten pohjalta, mutta samalla ennakkoluulottomasti vallitsevaa tutkimustietoa tarkastellen.

Tämä tutkimus tuo uutta tietoa ujoudesta musiikintunneilla ja antaa opettajalle välineitä ujojen oppilaiden huomioimiseen ja kohtaamiseen. Aihe on ajankohtainen, sillä luokkakokojen kasvaessa ja oppilasaineksen muuttuessa yhä moniulotteisemmaksi vaativat erityisesti musiikintunnit opettajilta taitoa ja kykyä huomioida oppilaiden erilaisuus. Ujous on yksi ihmisen temperamenttipiirteistä, eikä ole katoamassa keskuudestamme. Aihetta on tutkittu erityisesti musiikintuntien näkökulmasta todella vähän, joten tämä tutkimus luo uutta tietoa ja pohjaa mahdollisille jatkotutkimuksille. Toivon, että tämä tutkimus herättää lukijassa ajatuksia ujoudesta ja antaa eväitä yhä persoonallisempien oppilaiden kohtaamiseen musiikintunneilla.

2 UJOUS

2.1 Ujous, mitä se on?

Lähes jokainen meistä on todennäköisesti joskus kokenut olevansa ujo: jokin sosiaalinen tilanne on saattanut olla epämukava ja aiheuttanut jopa kiusaantuneisuutta (Buckley & Leary 2001, 140). Toisille tunne on harvinainen, mutta joillekin ihmisille jokapäiväinen. Pelko sosiaalisissa tilanteissa suoriutumisesta voi rajoittaa sosiaalista elämää. Carduccin ja Zimbardon (2000, 42) tekemien tutkimusten perusteella ujona itseään pitävien aikuisten määrä on noussut Yhdysvalloissa vuosien 1995–2000 aikana 40 prosentista 48 prosenttiin. Ilmiö ei siis ole harvinainen, eikä se ilmeisesti ole vähenemässä. Zimbardon (1978, 30) mukaan ujoutta esiintyy yhtä paljon molemmilla sukupuolilla. (Buckley & Leary 2001, 139–153; Zimbardo 1978, 30; Carducci & Zimbardo 2000, 42.) Mitä ujous on ja mistä se johtuu? Esiintyykö sitä sekä miehillä että naisilla, lapsilla että aikuisilla?

Nykysuomen sanakirja (Sadeniemi 2002, osa 6, 183) määrittelee termin ujo seuraavasti:

”(. . .) arka esiintymään, josta on kiusallista herättää huomiota, jonka on vieraiden seurassa vaikea esiintyä vapaasti, luontevasti ja joka helposti joutuu hämilleen, taka-alalle vetäytyvä, häveliäs, kaino, arka ja hiljainen (. . .)” (Sadeniemi 2002, osa 6, 183.)

Sanakirjan määritelmä antaa negatiivissävytteisen ja epäsosiaalisen kuvan ujosta ihmisestä. Määrittelyä on syytä kyseenalaistaa. Kaikki ujut lapset eivät välttämättä ole hiljaisia (ks. Manninen & Mäkinen 2008), eivätkä kaikki hiljaiset lapset ole välttämättä ujoja. Cantell (2010, 13–30) on käsitellyt teoksessaan Ratkaiseva vuorovaikutus muun muassa hiljaisia oppilaita. Cantell toteaa, että jokaisessa luokassa ja ryhmässä on oppilaita, jotka eivät ota osaa keskusteluun eivätkä välttämättä keskustele muiden kanssa edes vapaa-ajallaan. Hiljaisuuden taustalla on usein oppilaiden persoonallisuuserot, mutta joskus taustalla saattaa myös olla moninaisia ongelmia, joiden juuret ovat kaukana lapsuudessa. Opettajan ei tulisi tyytyä siihen että oppilas on hiljainen, vaan selvittää hiljaisuuden syy ja hahmottaa, haittaako tilanne oppilasta itseään. Cantell painottaa, että opettajalla on luokan sosiaalisten suhteiden ja oppimisilmapiirin ymmärtävänä aikuisena vastuu selvittää syrjään vetäytymisen syitä. (Cantell 2010, 13–30.)

Keltikangas-Järvisen (2004, 258) mukaan ujous-termi kuvaa arkikielessä sekä tunnetta että käytöstä. Tunteena ujous on kiusaantumista tai nolostumista sosiaalisissa tilanteissa. Käytöksen osalta ujous ilmenee vähäpuheliaisuutena tai sosiaalisista tilanteista vetäytymisenä. Ujoutta pidetäänkin usein virheellisesti rohkeuden vastakohtana. Ujouden havaitseminen ja määrittely on helpompaa pienillä lapsilla kuin aikuisilla. Tämä johtuu siitä, että pienen lapsen tapa osoittaa ujouttaan on useimmiten varsin näkyvää, kun taas aikuisilla keinot ovat vuosien varrella todennäköisesti jalostuneet. (Keltikangas-Järvinen 2004, 258–260.)

Myös Zimbardo (1978, 27) toteaa, että ujous saattaa ilmetä selvemmin lapsissa, koska heidän käyttäytymistään seurataan päivittäin aikuisia tarkemmin. Ujoutta esiintyy miesten ja naisten keskuudessa yhtä paljon – miehet vain pyrkivät esiintymään itsevarmemmin ja aggressiivisemmin, koska he joutuvat olemaan rooliensa vuoksi enemmän esillä ihmisten välisissä kanssakäymisissä. Tämän seikan takia joillakin ihmisillä on virheellinen käsitys, että naiset ovat ujompia kuin miehet (Zimbardo 1978, 27–28). Bruch, Giordano, ja Pearl (1986, 172–180) esittävät, että ujous on suurempi taakka miehille kuin naisille, sillä miesten ”kuuluu” tehdä enemmän sosiaalisia aloitteita sosiaalisissa tilanteissa. (Bruch, Giordano & Pearl 1986, 172–180; Zimbardo 1978, 27–28.)

Augellin, Ingramin, Smithin ja Snyderin (Augell ym. 1985, 970–980) tutkimustulokset osoittavat, että miehet käyttävät ujoutensa aiheuttamia fyysisiä oireita naisia enemmän syynä heikkoon suoriutumiseen sosiaalisissa tilanteissa. Ujoilla miehillä ujous toimii tällöin itseään toteuttavana strategiana, etukäteen suojaavana defenssinä tulevissa sosiaalisissa tilanteissa. Naisilla, tai miehillä jotka eivät olleet ujoja, ei tätä suojaimekanismia ilmennyt. Zimbardo (1978, 30) puolestaan esittää, että ujoutta ilmenee yhtä paljon sekä miehillä että naisilla. Voidaan siis todeta, että ujous on sekä miehillä että naisilla ilmenevä persoonallisuuden piirre, mutta kulttuurisidonnaiset tekijät vaikuttavat ujouden ulkoiseen ilmenemiseen ihmisissä eri tavalla muun muassa sukupuolesta riippuen. (Augell ym. 1985, 970 – 980; Zimbardo 1978, 30.)

Mattilan (2004, 33) mukaan jokainen on ujo omalla, persoonallisella tavallaan. Hän jaottelee ujouden nimikkeen alle neljä erilaista ilmiötä.

TAULUKKO 1. Ujouden tyypit (Mattila 2004, 33).

UJouden TYYPIT	LUONNEHDINTA
1 Fysiologiset reaktiot	Kaikki kontrolloimattomat fyysiset reaktiot. Oireita, kuten punastumista, jännitystä, hikoilua ja käsien vapinaa. Osa reaktioista ulkoisesti nähtävissä, osaa reaktioista piilotellaan ja niiden paljastumista pelätään.
2 Tilanteiden välttely	Välttely-käyttäytymistä. Ujouden lievin ilmenemismuoto. Hankalien oireiden pelko saa ujon henkilön karttamaan tiettyjä sosiaalisia tilanteita, välttelemään kontakteja ja vetäytymään. Mikäli muut ihmiset osaavat tulkita käyttäytymisen oikein, he kykenevät havaitsemaan sen helposti. Ujo henkilö "piiloutuu" vain fyysisesti.
3 Ujouden tunteet	Hämmennyksen ja epävarmuuden tunteet, joiden kautta henkilö kokee ujouden sisimmässään, subjektiivisena elämyksenä. Joskus näitä tunteita kuvaillaan kiusaantumiseksi tai virheellisesti häpeäksi.
4 Persoonallisuuden rakenne	Vaikein ujouden muoto, missä ujous ei ole ainoastaan yksi luonteenpiirre, vaan kokonainen persoonallisuuden rakenne. Tällaisessa henkilössä on kaksinkertainen rakenne: ujo ja ei-ujo. Henkilö häpeää ujouttaan ja piilottaa sen epäaitoihin rooleihin, kätkien samalla alkuperäisen ujon ja herkän luonteensa. Tämä on vaikein ujouden muoto, sillä henkilö elää itsensä ulkopuolella ja piiloutuu sielullisesti muilta ihmisiltä.

Ujouden ilmenemistyyppien jaottelu on tärkeää, sillä pelkkä ujous-termi on liian yleinen. Mattila varoittaa sotkemasta koettua tunnetta (3) ja persoonallisuuden rakennetta (4) keskenään, sillä ne ovat eritasoisia käsitteitä. Ujo luonne on pysyvää ja ujostuminen puolestaan tunteen häivähdys. Ujo luonne ja ujostuminen ovatkin Mattilan mukaan toistensa täydellisiä vastakohtia, sillä ujo luonne pyrkii torjumaan itseään hämmentäviä ujouden tunteita itseään suojellakseen. Kaikki, mikä kaventaa sielullista kosketuspintaa ihmiseen, on ujoutta. (Mattila 2004, 35–45.)

Shaw (1984, 44–45) jakaa ujut kolmeen ryhmään. Ensimmäiseen ryhmään kuuluvat ne yksilöt, joille on jäänyt kehittymättä sosiaalisten suhteiden solmimisen taito. Tällaista henkilöä on hyvin hankala lähestyä, koska kontaktin saaminen häneen on hyvin hankalaa. Tällainen henkilö ei katso toista silmiin, on poissaolevan näköinen ja kasvoiltaan ilmeeton. Lisäksi hänen puheensa on usein hiljaista muminaa. Ensimmäisen ryhmän ujojen on erityisen vaikeaa voittaa ujoutensa, sillä sen lisäksi etteivät he rohkene katsoa toista silmiin he myös epäonnistuvat itsensä ilmaisemisessa. Tällaisen sosiaalisen kyvyttömyyden taustalla vaikuttaa

suuri joukko erilaisia ongelmia, kuten esimerkiksi alhainen omanarvontunto. Toiseen ryhmään kuuluvat sellaiset yksilöt, joiden sosiaalisten suhteiden solmimisen taidot ovat kehittyneet, mutta henkilöt ovat itse niin sulkeutuneita ja ahdistuneita, etteivät kykene käytännön tilanteissa käyttämään taitojaan. Kolmanteen ryhmään kuuluvat yksilöt, jotka osaavat solmia sosiaalisia taitoja, hallitsevat taidon myös käytännössä, mutta siitä huolimatta tuntevat itsensä ujoiksi. (Shaw 1984, 44–45.)

Carducci (2000, 39–78) määrittelee kyynisen ujoustyyppin. Tämän ujoustyyppin taustalla vaikuttavat heikot sosiaaliset taidot. Kun yksilö tulee ikätoveriensa keskuudessa toistuvasti torjutuksi huonojen sosiaalisten taitojensa takia, yksilö tuntee itsensä vieraantuneeksi ja kehittää hiljalleen vihaa muita kohtaan. Lopputuloksena yksilölle kehittyy ylemmyyden tunne muita kohtaan ja eristyneisyyden takia kiinnostus sosiaaliseen kanssakäymiseen vähenee. Carducci mainitsee tähän ujoustyyppiin liittyvän jopa kostonhalua. (Carducci 2000, 39–78.) Zimbardo (1978, 52) esittelee Kaplanin näkemyksen, jossa on samanlaisia havaintoja: ujouden eräs syy on ihmisen liiallinen keskittyminen itseensä – eräänlainen narsismi. Kaplan on havainnut potilastutkimuksissaan ujoissa voimakkaita vihan tunteita ja erilaisia suuruuden kuvitelmia. (Zimbardo 1978, 52.) Myös Isokorven (2006, 35) kuvailut ujon henkilön tuntemuksista tukevat Kaplanin ja Carduccin näkemystä. Isokorven mukaan ujut henkilöt kokevat olevansa erityisen tarkkailun kohteena. Nämä kuvitelmat tuottavat epämukavuuden tunteita ja estävät ujon henkilön avoimuuden, sillä ujoudessa pyritään piilottamaan ja suojelemaan ihmisen sisintä – sitä mikä on itsessä parasta. Mikäli ujo henkilö kokee sisimpänsä tulleen paljastetuksi, on ujon reaktiona piiloutuminen tai vetäytyminen. (Carducci 2000, 39–78; Isokorpi 2006, 35; Zimbardo 1978, 52.)

Zimbardo (1978, 43–44) on selvittänyt tutkimuksissaan, millaiset tilanteet aiheuttavat ihmisille ujouden tunteita. Tulosten (taulukko 2, liite 1) perusteella suuren ihmisjoukon huomion keskipisteeksi joutuminen sekä vastakkainen sukupuoli ovat suurimpia ujouden tuntemuksia aiheuttavia tekijöitä. Huomionarvoista kuitenkin on, että Zimbardon tutkimuksen otantana on käytetty yhdysvaltalaisia aikuisia 1970-luvulla. Suomalaisten peruskoululaisten kohdalla taulukko voi olla jopa harhaanjohtava 2010-luvulla. Mattila (2004, 17) kritisoi Zimbardon (1978, 43–44) esittämien kaltaisia tutkimuksia. Mattilan mukaan tulosten luvut valehtelevat yhtä paljon kuin puhuvat totta ja johtavat harhaan väittäessään vain harvojen ujostelevan ystäviään tai vanhempiaan. Tämä virhe johtuu Mattilan mukaan tutkimustavasta,

joka mittaa vain ujouden tiedostettuja oireita jättäen piilotetun ujouden huomiotta. Lisäksi Mattila mainitsee, että rasti ruutuun – tyyppisen tutkimuksen mukaan oudon ihmisen kohtaaminen on yksi pahimmista sosiaalista pelkoa aiheuttavista tilanteista. Mattilan mukaan on kuitenkin virhe pitää ihmispelkoja ujoutena, sillä vieraalta ihmiseltä piiloutuminen – vierastaminen – pohjautuu erilaiseen psykologiaan kuin ujous. Niissä on paljon yhteistä ja ne voivat esiintyä rinnakkain, mutta erot ovat merkittävät. (Mattila 2004, 17–18; Zimbardo 1978, 43–44.)

2.2 Ujous psykologisissa teorioissa

Ujoutta on selitetty eri teorioiden avulla. Merkittävimmät teoreettiset lähtökohdat ujouden selittämisessä ovat persoonallisuuspsykologinen, psykoanalyttinen, behavioristinen sekä sosiologinen teoria. Ujoutta pidetään toisissa teorioissa varhaislapsuuden kiintymyssuhteista johtuvana, kun taas toiset teoriat painottavat ympäröivän yhteiskunnan vaikutusta tai opittuja käyttäytymismalleja.

Persoonallisuuspsykologinen suuntaus selittää ujouden oleva periytyvä ominaisuus. Siksi ujous ei voi merkittävästi muuttua ihmisen eri ikäkausina. Zimbardo (1978, 45–61) mainitsee, että Cattelin mukaan ujo tyyppi on perinyt rohkeaa tyyppiä herkemmän, helpommin järkkävän hermoston. Ujous on periytyvää, eikä voi juurikaan muuttua ihmisen elämän eri vaiheissa. Zimbardo mainitsee, että Mussellin mukaan ujoutta pidetään persoonallisuuspsykologisessa näkökulmassa periytyvänä ominaisuutena, joka pysyy läpi ihmisen elämän lähes muuttumattomana. Zimbardo kritisoi olettamusta, että jo vastasyntyneet voitaisiin jakaa persoonallisuustyyppihin, jos heidät voitaisiin testata. Kritiikkinsä hän perustelee sillä, ettei olettamuksiin perustuva teoria voi olla tieteellisesti pätevä. Lisäksi Zimbardon mukaan ujoudesta voi vapautua. (Zimbardo 1978, 45–61.)

Psykoanalyttikkojen mukaan ujous on pelkkä oire tai tapa, jolla ihmisen sielussa myllertävät tiedostamattomat ristiriidat tulevat näkyviin. Psykoanalyttiselle suuntaukselle on tyypillistä lapsuuden kiintymyssuhteiden merkityksen korostaminen ja monet psykoanalytikoista pitävätkin ujoutta lapsuudessa alkunsa saaneena traumana. Lapsi on tällöin joutunut irrotetuksi äitinsä läheisyydestä ja turvasta liian varhaisessa vaiheessa, jolloin lapsi tuntee

itsensä hylätyksi ja turvattomaksi (Zimbardo 1978, 52.) Niemen, Nurmen ja Vauraan (1986, 15) mukaan psykoanalytikoissa on useita eri oppisuuntia. Esimerkiksi Carl Rogers korostaa ihmisen ahdistuneisuuden johtuvan minäkäsityksen ja kokemusten välisestä ristiriidasta. Freud sen sijaan selittää ahdistuneisuuden johtuvan persoonallisuuden sisäisistä ristiriidoista. (Niemi ym. 1986, 28; Zimbardo 1978, 52.)

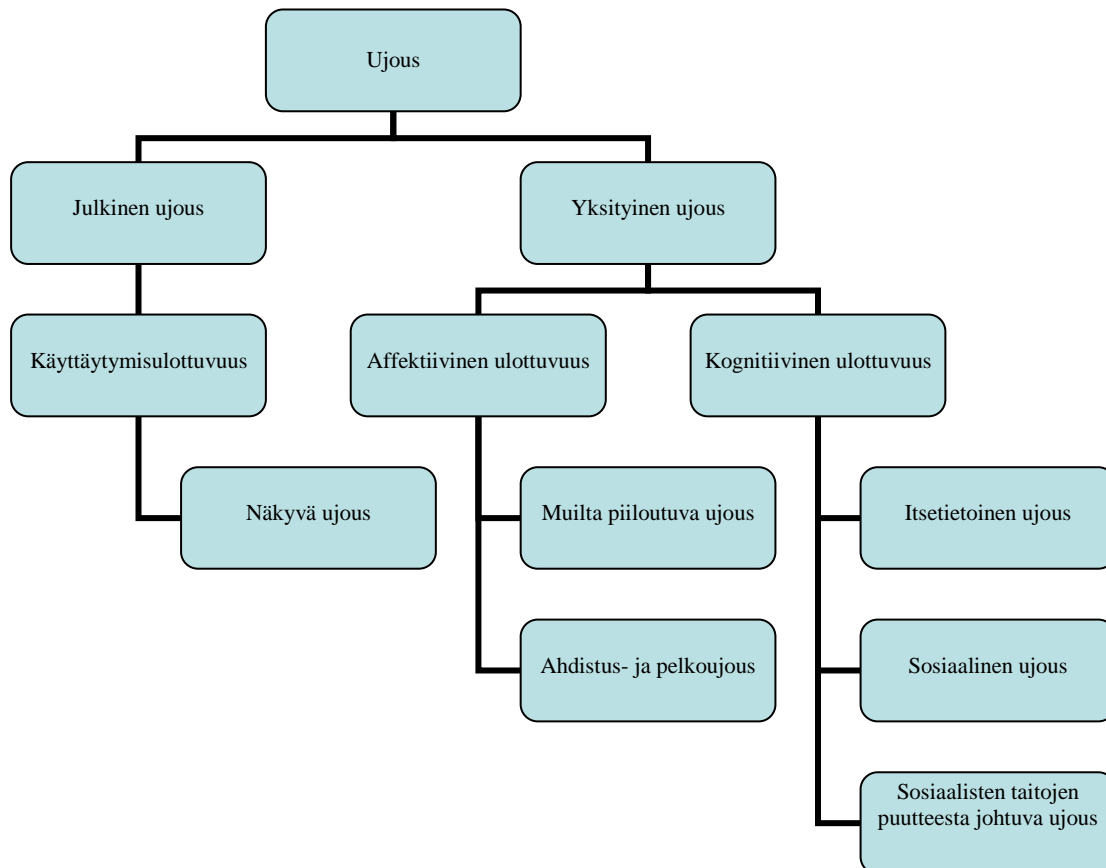
Behavioristisen näkökulman mukaan ujous on opittua: ujo ihmiset eivät ole oppineet lapsena sellaisia sosiaalisia valmiuksia, joita tarvitaan normaalien ja luonnollisten ihmissuhteiden luomiseen. Näin ujoille kasvaa pelko siitä, etteivät he ole samalla sosiaalisella tasolla kuin muut ihmiset ja näin kokevat olevansa muita huonompia. Tästä ajattelumallista saattaa seurata itseään toteuttava noidankehä, jonka seurauksena ujo ihminen pyrkii olemaan huomaamaton. Pelko huomion keskipisteeksi joutumisesta saa ujon ihmisen epävarmaksi ja hämmentyneeksi. Tämä puolestaan johtaa usein sosiaalisissa kanssakäymisissä kiusallisiin tilanteisiin ja nämä tilanteet puolestaan vahvistavat ujon sosiaalista pelkoa entisestään. Näin itseään toteuttava noidankehä jatkuu. (Zimbardo 1978, 47–51.) Keltikangas-Järvisen (2004, 261) kuvailu ujouden aiheuttamasta noidankehävaikutuksesta tukee behavioristista teoriaa: ujojen ihmisten itseensä uskomisen kyvyn puute johtuu kokemuksista, joita ujoilla ihmisillä on ollut ympäristöstään. Seurauksena on tällöin ujon ihmisen sosiaalisen itseluottamuksen puute sekä jatkuva itsetarkkailu. (Keltikangas-Järvinen 2004, 261.) Ympäröivä kulttuuri ja kasvatus vaikuttavat siis ainakin siihen, miten henkilö suhtautuu omaan ujouteensa ja toimii ujoutta aiheuttavissa tilanteissa. Mattila (2004, 16) kritisoi behavioristisen näkemyksen keskittyneisyyttä ulkoiseen käyttäytymiseen. Hänen mukaansa yleisesti päteviä ujouden ulkoisia merkkejä ei ole olemassa, koska ujous ilmenee eri ihmisillä eri tavoin. Ujoutta ei siis voi päätellä luotettavasti pelkästään jonkun käyttäytymiseen liittyvän seikan perusteella. (Keltikangas-Järvinen 2004, 261; Mattila 2004, 16; Zimbardo 1978, 47–51.)

Sosiologisessa näkökulmassa ujous nähdään yhteiskunnallisista olosuhteista aiheutuvaksi. Esimerkiksi suurkaupungissa asuville vanhuksille suurkaupungissa asuminen luo turvattomuutta ja eristää heidät yksinäisyyteen heikentäen samalla heidän itsetuntoaan. Myös perheiden vilkas muuttoliike voi aiheuttaa ujoutta: mikäli perhe joutuu muuttamaan esimerkiksi töiden perässä asuinpaikkakunnalta toiseen, joutuvat perheenjäsenet luomaan alusta asti uusia sosiaalisia suhteita toisiin ihmisiin. Nämä uudet sosiaaliset tilanteet puolestaan altistavat ujouden tuntemuksille (Zimbardo 1978, 55–56). Sulkusen (1994, 143–

155) mukaan sosiologinen näkökulma selittää minäkäsityksen, muotoutuvan erilaisten roolien myötä. Nämä roolit muotoutuvat ympäristön odotusten mukaan. Leimautuminen on usein syynä poikkeavaan rooliin joutumiseen. Yksilö saattaa lopulta muuttaa käyttäytymistään ympäristön normien mukaiseksi. Roolista tulee osa henkilön minäkuvaa, josta on todella hankala irrottautua. (Sulkunen 1994, 143–155; Zimbardo 1978, 55–56.)

2.3 Ujouden visuaalinen mallihahmotelma

Tutkijoiden erilaisista tutkimustuloksista ja useista ujousteorioista voidaan todeta, että ujous on laaja käsite ja voi tarkoittaa eri ihmisissä erilaista reaktiota. Manninen ja Mäkinen (2008, 25) ovat koonneet pro gradu -tutkielmassaan teoreettis-käsitteellisen mallin useista ujouden teorioista.



KUVIO 1. Ujoutta koetaan monin eri tavoin (Manninen & Mäkinen 2009, 25).

Mallissa esitetty ujouden haarautuminen julkiseen ja yksityiseen ujouteen perustuu Pilkoniksen (1977, 585–595) päätelmiin jotka puolestaan pohjautuvat hänen aiempiin tutkimuksiinsa. Julkisen ujouden piiriin kuuluvaksi Pilkonis on maininnut muun muassa sosiaalisten tilanteiden karttamisen, kun taas yksityiseen ujouteen kuuluvat lähinnä yksilön omassa ajattelutavassa näkyvät piirteet. Tällaisia ovat esimerkiksi sosiaalisten tilanteiden kokeminen epämukavaksi sekä sosiaalisten tilanteiden välttely. (Manninen & Mäkinen 2008, 24; Keltikangas-Järvinen 2004, 258; Pilkonis 1977, 585–595.)

Zimbardo (1978, 38) jaottelee ujut henkilöt näkyvästi ujoihin ja yksityishenkilöinä ujoihin. Näistä kahdesta ujoustyypistä Zimbardo pitää näkyvästi ujoja ”raskaamman taakan kantajina”, sillä heillä ujoudentunteet vaikuttavat heidän suorituskykyynsä ja haittaavat toimintaa. Tämä puolestaan vaikuttaa muiden ihmisten ajatuksiin heistä, mikä puolestaan vaikuttaa julkisuuden valokeilassa ujojen ajatuksiin omasta itsestään. Tämä noidankehä ruokkii ujoa henkilöä niin, että hän lopulta alkaa vähentää aktiivisuuttaan keskusteluissa ja ehkä hiljenee kokonaan. Näkyvästi ujojen henkilöiden ujous ja siitä johtuvat sosiaaliset vaikeudet saattavat jopa estää työuralla ylenemisen. Bavelasin, Hastorfin, Grossin ja Kiten (Bavelas ym., 1965, 55–70) tutkimuksen mukaan näkyvästi ujoista on mahdollista saada harjoituksen avulla yhtä päteviä ryhmänjohtajia kuin muistakin ihmisistä. Pelkkä puheopetus ja johtamistaitojen harjoittaminen eivät riitä, vaan tärkeintä on vahvistaa ujojen henkilöiden itseluottamusta ja omanarvontuntoa. (Bavelas ym. 1965, 55–70; Zimbardo 1978, 38–41.)

Yksityishenkilöinä ujut ihmiset ovat paremmassa asemassa kuin julkisesti ujut, sillä sisimmässään ujo henkilö tietää mitä hänen tulee tehdä miellyttääkseen muita, saavuttaakseen muiden hyväksynnän ja menestyäkseen. Toisin kuin julkisesti ujoja, yksityishenkilöinä ujoja ei heidän ujoutensa estä menestymästä missä tahansa. Muut ihmiset eivät useimmiten edes tiedä sisimmissään ujojen tuntemuksista, saati siitä kuinka paljon energiaa sisimmissään ujoilta kuluu ujoutensa kanssa elämiseen. Tällaisista ujoista henkilöistä kehittyy usein perfektionisteja. Näin siis kuka tahansa saattaa olla ujo muiden sitä huomaamatta. (Zimbardo 1978, 41.)

Julkisesta ja yksityisestä ujoudesta malli haarautuu Cheekin ja Melchiorin (1990, 48–50) teoriaa mukaillen kognitiiviseen, affektiiviseen ja käyttäytymiseen liittyvään ujouden ulottuvuuteen. Tämän teorian mukaan kognitiiviseen ulottuvuuteen lukeutuvat kriittinen

itsetietoisuus, ennakkoluuloiset tilannearviot ja taipumus selittää sosiaaliset vaikeudet itsestä johtuviksi. Affektiiviseen ulottuvuuteen puolestaan kuuluvat subjektiivinen ahdistus ja somaattiset reaktiot. Lisäksi jäljelle jäävä käyttäytymisulottuvuus pitää sisällään näkyvää ujoutta. (Cheek & Melchior 1990, 48–50; Manninen & Mäkinen 2008, 24.)

2.4 Ujous ja sosiaalisuus

Onko ujo ihminen epäsosiaalinen? Keltikangas-Järvinen (2010, 17) tekee selväksi sosiaalisuuden ja sosiaalisten taitojen eron: sosiaaliset taidot opitaan, sosiaalisuus on temperamenttipiirre. Seurallisuus olisi sosiaalisuutta parempi ilmaisu tälle temperamenttipiirteelle. Lapsilla sosiaalisuus eli seurallisuus ilmenee siten, että uusia ihmisiä lähestytään aktiivisesti, aikuisilla puolestaan helppoutena tehdä tuttavuutta uusiin ihmisiin. Ujolla henkilöllä voi olla hyvät sosiaaliset taidot, mutta temperamenttipiirteensä vuoksi hän tarvitsee vain hieman enemmän aikaa sopeutuakseen uuteen sosiaaliseen tilanteeseen. Ujous ei siis sulje pois sosiaalisuutta tai sosiaalisia taitoja. (Keltikangas-Järvinen 2010, 17–49.)

Cheek ja Buss (1981, 333) ovat tutkineet ujouden ja sosiaalisuuden yhteyttä. Heidän tutkimuksensa olennainen kysymys oli, voidaanko ujoutta pitää heikkona sosiaalisuutena. Tutkimustulosten mukaan ujous ja sosiaalisuus ovat kaksi eri käyttäytymisfaktoria, jotka eivät ole keskenään vastakohtaisia eivätkä liity toisiinsa läheisesti. Ujous ei siis ole heikkoa sosiaalisuutta. Ujous ei ole myöskään sama asia kuin sosiaalinen fobia, vaikka tutkimustulosten mukaan niistä on löydettävissä yhteyksiä: ujoilla ihmisillä esiintyy sosiaalista fobiaa huomattavasti muita ihmisiä enemmän., mutta ainoastaan 18 % tutkituista ujoista oli sosiaalinen fobia (Beidel, Heiser & Turner 2003, 218). Sosiaalista fobiaa ei toisaalta voida tutkimustulosten mukaan pitää vakavana ujouden muotona. Voidaan siis sanoa, että ujous ja sosiaalinen fobia liittyvät toisiinsa, mutta ovat eri asioita. (Beidel, Heiser & Turner 2003, 209–223; Cheek & Buss 1981, 330–339.)

Asendorffin (1989, 481–491) tutkimustulosten mukaan ujoilla ihmisillä voi olla lähestymismotiivi, mutta koska he odottavat saavansa negatiivisen arvion sosiaalisesta tilanteesta, tuntevat ujut samalla estyneisyydestä johtuvaa ahdistusta. Cheekin ja Bussin (1981, 330–339) sekä Schmidtin ja Taskerin (2001, 30–46) tutkimustulokset tukevat

Asendorpf in esittelemää estyneisyydestä johtuvaa ahdistusta. Schmidt ja Tasker erottelivat ujut henkilöt sosiaaliin ja ei-sosiaaliin. Sosiaaliset ujut kokevat tarvetta sosiaaliseen kanssakäymiseen, mutta kuten Asendorpf esitti, kokevat estyneisyydestä johtuvaa ahdistusta. Schmidt ja Tasker nimittävät tätä ilmiötä lähestymis-välttämiskonfliktiksi. Ei-sosiaalisilla ujoilla ei ole tarvetta hakeutua sosiaaliin kontakteihin, eivätkä he tällöin koe lähestymis-välttämiskonfliktia. On kuitenkin huomioitava, etteivät Bruch, Gorsky, Collins ja Berger (Bruch ym 1989, 904–915) kyenneet todistamaan omassa tutkimuksessaan Cheekin ja Bussin (1981, 330–339) tuloksia siitä, että sosiaaliset ujut osoittaisivat ahdistuneempaa tai välttelevämpää käyttäytymistä kuin ei-sosiaaliset ujut. Erot naisten ja miesten sosiaalisuudessa eivät selitä vaihtelevuutta ujouden ja ahdistuneen käyttäytymisen välillä. (Asendorpf 1989, 481–491; Bruch ym. 1989, 904–915; Cheek & Buss 1981, 330–339; Schmidt & Tasker 2001, 30–46.)

Yhtä ujoiksi itsensä ilmoittaneet henkilöt saattavatkin käyttäytyä sosiaalisissa haasteissa eri tavoin. Tämä ilmenee Beerin (2001, 1009–1024) tutkimuksesta, jossa tutkittiin ujojen lasten minäkäsitysten muokkaamia mielikuvia omasta ujoudestaan. Tutkimuksessa löydettiin kahdenlaista suhtautumista omaan ujouteen: ujut, jotka tunsivat voivansa vaikuttaa ujouteensa (*shy incremental theorists*) ja ujut, jotka pitävät omaa persoonallisuuttaan ja käyttäytymistään muuttumattomana (*shy entity theorists*). Sellaiset ujut, jotka kokevat pystyvänsä vaikuttamaan omaan ujouteensa ja käyttäytymiseen, kokivat myös ujoutta aiheuttavat tilanteet tilaisuuksina oppia uudenlaisia käyttäytymismalleja. Tällaiset ujut myös käyttivät vähemmän ujouttaan piilottavia strategioita ja kärsivät ujoudestaan vähemmän kuin henkilöt, jotka eivät kokeneet voivansa vaikuttaa ujouteensa. (Beer 2001, 1009–1024.)

Ujous ei siis tarkoita vähäistä sosiaalisuutta tai heikkoja sosiaalisia taitoja. Ihmisen käyttäytymiseen vaikuttaa persoonapiirteiden ja temperamentin lisäksi myös käsitys omasta persoonasta ja mahdollisuuksista vaikuttaa siihen. Emme ole synnynnäisten temperamenttipiirteidemme orjia, vaan elämän varrella saadut kokemukset ja ympäröivien ihmisten palautteet muokkaavat käsitystä itsestämme ja sitä kautta muun muassa ujouttamme.

2.5 Ujous temperamenttipiirteenä

2.5.1 Temperamentti

Temperamentti on yksilöllinen käyttäytymismalli tai sarja reaktioita. Nämä ilmaantuvat jo hyvin varhaisessa vaiheessa ja ovat huomattavan pysyviä läpi elämän erilaisissa tilanteissa. Temperamentin biologinen pohja on osoitettu vakuuttavasti. Lyhyemmin ilmaistuna temperamentti on taipumus tai tyyli, joka selittää ihmisten erilaisuutta. Temperamentti ei selitä itse ilmiötä, vaan yksilöiden välisiä eroavaisuuksia ilmiössä. Temperamentti ei siis selitä esimerkiksi sitä, onko henkilö sosiaalinen, vaan temperamentti selittää ihmisten väliset erot sosiaalisuuden asteissa (Keltikangas-Järvinen 2004, 36; 2008, 11; 2010, 33). Korhosen (2004, 55) mukaan käsitteellä temperamentti halutaan viitata niihin eroihin, joita lapsilla on jo varhain tavoissaan reagoida ympäristönsä ärsykkeisiin ja tapahtumiin. (Keltikangas-Järvinen 2004, 36; 2008, 11; 2010, 33; Korhonen 2004, 55.)

Isokorpi (2006, 74) puolestaan kiteyttää temperamentin määrittelyn kysymykseen kuinka ihminen tekee sen, mitä hän tekee. Tämä määrittely sulkee ulkopuolelle kysymykset ”mitä ihminen tekee” ja ”miksi tekee”. Temperamentti ilmenee tyyliinä, miten ihmisen tarkkaavaisuus, häirittevyys, aktiivisuus tai tunteiden ilmaisu tulevat esiin. Temperamentteihin perehtyminen on suotavaa erityisesti kasvatusalalla toimiville, sillä tieto temperamenteista auttaa ymmärtämään yksilöllisyyttä ja selittää, miksi jotkut asiat ovat joillekin niin vaikeita, vaikka toisilta ne tuntuvat sujuvan aivan kuin itsestään. Tieto temperamentista auttaa siis ymmärtämään esimerkiksi lasta, joka ei malta istua hiljaa paikoillaan: hän ei todennäköisesti ole ilkeä tai tottelematon, vaan rauhattomuus johtuu lapsen temperamenttipiirteistä. Isokorpi kuitenkin painottaa, ettei temperamentti ole syy sallia lapselta kielletty toiminta ja antaa hänen käyttäytyä miten haluaa. Jokainen temperamenttipiirre on normaali ja jokaiselta ihmiseltä löytyy jokaista temperamenttipiirrettä. Isokorpi ei arvota temperamenttipiirteitä, vaan pitää joidenkin piirteiden mahdollista ”vaikeutta” ympäristön piirteelle antamana arvotuksena. Mikäli esimerkiksi heikon tarkkaavaisuuden keston ja sinnikkyuden temperamenttipiirteiden omaava lapsi ei malta pysyä koko matematiikan tuntia tehtävänsä äärellä, voi opettaja turhautua ja pitää lapsen pitkäjänteisyyden puutetta huonona temperamenttipiirteinä. (Isokorpi 2006, 74–77.)

Vaikka temperamentti onkin ihmisen pysyvä ominaispiirre, on ihanteellisinta selvittää ihmisen temperamentti kolmen kuukauden iässä. Tällöin temperamentti ilmenee ”puhtaimmillaan” ennen kuin ympäristön vaikutukset ja lapsen itsesäätelyvaikutukset alkavat muokata temperamentin ilmenemismuotoa. Temperamenttipiirteistä persoonallinen tyyli ja ihmisen suhde ympäristöön ovat selkeimmin pysyviä piirteitä – muut temperamenttipiirteet muuttuvat näitä enemmän henkilön iän myötä (Eklund, Laakso & Lyytinen 1995, 40–65.)

Temperamentti vaikuttaa jo alusta pitäen lapsen ja ensisijaisen hoitajan väliseen vuorovaikutukseen: pienten vauvojen synnynnäinen temperamentti vaikuttaa itkuisuuden määrään ja ärsyyntymisen herkkyyteen. Kun ensisijainen hoitaja, yleensä äiti, ottaa vauvan syliinsä tyyntelläkseen vauvan itkua, niin sanottu temperamenttiltaan helppo vauva tyyntyy ja hoitajan itsevarmuus hoitajana kasvaa. Mikäli vauva on temperamenttiltaan herkkä eikä tyyntyy hoitajan tyyntely-yrityksistä huolimatta, saattaa hoitaja syyttää lapsen epätoivotuista reaktioista itseään (Loftus ym., 2009, 88.) Myös Keltikangas-Järvinen (2010, 31) on kuvaillut samaa tapahtumaketjua: lapsen temperamentti vaikuttaa vanhempien tapaan kasvattaa lasta. Toisaalta lapsen temperamentti saattaa myös vaikuttaa lapsen vanhempien arvioon itsestään kasvattajina. Jos lapsen temperamentti sattuu olemaan todella ennalta arvaamaton, saattaa kasvattaja tuntea itsensä huonoksi hoitajaksi. Mikäli kasvattaja ei saa tarvittavaa tietoa siitä, että kyse on lapsen hankalasti ennakoitavasta temperamentista, saattaa kasvattajan tunne omasta heikkoudestaan lapsen hoitajana vaikuttaa lapsen ja vanhemman väliseen vuorovaikutukseen pitkään. (Loftus ym. 2009, 88; Keltikangas-Järvinen 2010, 31.)

Loftus ym. (Loftus, Fredrickson, Nolen-Hoeksema & Wagenaar 2009, 89) kertovat Amerikassa 1950-luvulla aloitetusta tutkimuksesta, jossa tutkittiin 140 vauvan temperamenttien yhteyttä heidän myöhempään elämään. Vauvat jaettiin kolmeen temperamenttiryhmään: helpon temperamentin (40 %), vaikean temperamentin (10 %) sekä hitaasti lämpenevän temperamentin (15 %) omaaviin vauvoihin. Loppuja (35 %) ei luokiteltu mihinkään kolmesta ryhmästä. Tulokset puolsivat temperamentin pysyvyyttä: tutkimustuloksista voitiin havaita, että vauvoina vaikean temperamentin omaavat joutuivat muita todennäköisemmin vaikeuksiin koulussa. Aikuisiälläkin mitattuna vaikean temperamentin omaavat henkilöt erottuivat muusta aineksestä korreloiden varhaislapsuudessa mitattujen testitulosten kanssa. Tutkimuksen tulokset korreloivat kuitenkin huomattavan

vähän, ja erikseen tarkasteltuna useimmat tutkituista piirteistä eivät osoittaneet lainkaan tai ainoastaan vähän jatkuvuutta myöhemmällä iällä. (Loftus ym., 2009, 89.)

Myös Isokorpi (2006, 76–77) käyttää temperamenttipiirteiden tyypittelyssä samanlaista jakoa kolmeen. Helppoon temperamenttiin kuuluu biologisten toimintojen säännöllisyys, positiivisuus sekä halu lähestyä uusia ihmisiä. Lisäksi helpon temperamentin omaavilla ihmisillä on korkea ärsytyskynnys ja vähemmän intensiivinen tapa osoittaa tunteitaan. Hitaasti lämpenevän temperamenttityypin ihmiset puolestaan reagoivat suhteellisen vaisusti mutta negatiivisesti kaikkeen uuteen ja sopeutuvat hitaasti, vaikka heillä olisi toistuvia mahdollisuuksia tutustua kyseiseen uuteen asiaan. Tässä yhteydessä Isokorpi käyttää vertailua länsimaiseen kulttuuriin, jossa ihannoidaan nopeuden ja kiireen tehokkuutta – tämä kulttuuri ei siis suosi hitaasti lämpenevän temperamenttityypin ihmisiä vaan helpon temperamenttityypin ”nopeita ja helppoja” ihmisiä. Vaikeaan, toisin sanoen haastavaan temperamenttityyppiin kuuluu biologinen epäsäännöllisyys, vetäytyminen ja varautuneisuus uusissa tilanteissa, sopeutumattomuus tai hidas sopeutuminen muutoksiin, negatiiviset mielialan ilmaukset sekä tapa ilmaista emotionaaliset reaktiot voimakkaasti. (Isokorpi 2006, 76–77.)

2.5.2 Ujous ja temperamentti

Ujous ja spontaani rohkeus sosiaalisissa tilanteissa ovat kaksi pysyvintä temperamenttiominaisuutta läpi ihmisen elämän (Kagan, Reznick & Snidman 1999, 65). Kuten kaikkiin temperamenttiominaisuuksiin, myös ujouden ja spontaanin sosiaalisen rohkeuden pysyvyyteen vaikuttaa paljon myös henkilön elämäntyyli ja ympäristöstä saatu palaute. Yleensä ympäristö ei vaikutuksellaan muuta temperamenttiin pohjaavaa kehityksen suuntaa, vaan vahvistaa olemassa olevia taipumuksia ja muodostaa niistä lapsen persoonallisuuden (Keltikangas-Järvinen 2010, 38–41). Mikäli esimerkiksi ujo henkilö joutuu elämänsä aikana nolostuttaviin tilanteisiin ja toistuvasti kokee epäonnistuvansa niissä, voidaan olettaa näiden kokemusten vahvistavan ujoa käytöstä. Toisaalta jos kyseinen henkilö kokee elämänsä aikana paljon miellyttäviä sosiaalisia tilanteita ja saa niihin rohkaisua ympäristöltään, voidaan myös olettaa ujouden vähenevän piileväksi ominaisuudeksi. (Kagan ym. 1999, 65; Keltikangas-Järvinen 2010, 38–41.)

Temperamenttipiirteet jakautuvat väestössä Gaussin käyrän mukaan, jolloin suurin osa ihmisistä edustaa keskiarvoa ja äärimuotoja on vain vähän. Näin siis myös ujouden äärimuotoja esiintyy väestössä vain vähän ja suurin osa ihmisistä edustaa keskiarvoa. Piirteet, jotka ovat kaukana keskiarvosta tekevät ihmisen persoonan, sillä nämä piirteet erottuvat joukosta. Näin siis esimerkiksi keskivertoa ujompien ihmisten persoonassa korostuu ujous ja sellaisena muut ihmiset kyseisen henkilön muistavat. Yleisesti arkielämän kannalta on helpompaa, mitä lähempänä keskiarvoa henkilön temperamenttipiirteet ovat. (Keltikangas-Järvinen 2010, 33.)

Asendorpf (1990, 721–730) mukaan aralla lapsella on suuri lähestymis- ja vetäytymispyrkimys. Lapsi haluaisi lähestyä, mutta uuden tilanteen ja uusien ihmisten pelko herättää lapsessa samalla vetäytymisreaktion. Tämä näkyy lapsen käyttäytymisessä taipumuksena jäädä katselemaan muiden lasten leikkejä välimatkan päästä, epäröintinä tutkia ympäristöä sekä pitkinä reagointiaikoina toisten lasten aloitteisiin. Välttämisreaktiota aiheuttaa kaksi eri faktoria: uuden kohtaaminen ja sosiaalisen arvioinnin kohteeksi joutuminen. Pienellä lapsella välttämisreaktiota aiheuttaa enimmäkseen uuden kohtaaminen, mutta tilanteiden tultua tutummiksi tämän tekijän vaikutus vähenee. Samalla pelko ja kokemukset sosiaalisen arvioinnin kohteeksi tulemisesta lisää estynyttä käyttäytymistä. (Asendorpf 1990, 721–730.)

2.6 Ujous yhteiskunnallisena ilmiönä meillä ja muualla

”Samat temperamenttipiirteet, jotka toisessa kulttuurissa ovat riski, tekevät toisessa kulttuurissa ihmisestä selviytyjän.” (Keltikangas-Järvinen 2004, 236)

Maamme kansallisen häpeä- ja syyllisyyskulttuurin lisäksi voitaisiin puhua myös ujouskulttuurista. Tällaisessa kulttuurissa pyritään salaamaan etenkin ujostelua ja hämmentymistä (Mattila 2004, 60). Osa ihmisistä pitääkin ujoutta heikkoutena, josta tulisi päästä eroon. Aiemmin ujoutta pidettiin lapsella positiivisena piirteenä – jopa toivottavana. Nykyään on toisin: ujous on ongelma, vaikka ei osata selittää, miksi lapsen pitäisi olla aina reipas ja säännätä uusiin asioihin harkitsematta ja viipyilemättä (Keltikangas-Järvinen 2010,

44). Ujouteen liitetään usein negatiivinen tunnelataus ja vääriä käsityksiä. Esimerkiksi englantilaisessa Telegraph-lehdessä (Alleyne 2010) uutisoitiin 23.9.2010 israelilais- ja yhdysvaltalaisutkijoiden kehittelemästä ”ujouslääkkeestä”. Uutisen mukaan tutkijat olivat kehittäneet oksitosiinia sisältävän nenäsumutteen, joka parantaisi heikot sosiaaliset taidot omaavien koehenkilöiden empatiakykyä. Uutisen sanoma on ristiriidassa Cheekin ja Bussin (1980, 330–331) tutkimuksen kanssa, jonka mukaan ujous ei ole heikkoa sosiaalisuutta. Keltikangas-Järvinen (2010, 44) toteaa, että kuinka ujoista ihmisistä on usein löydettävissä muita enemmän empaattisuutta. Ujolta ihmiseltä saattaa toki usein puuttua itseensä uskomisen kyky, mutta tämä ei ole seurausta synnynnäisestä ujoudesta, vaan kyseessä on ympäröivän kulttuurin vaikutus (Keltikangas-Järvinen 2004, 257). ”Ujouslääkkeen” sanoma herättääkin kaikessa virheellisyydessään pohtimaan länsimaisen kulttuurin asenteita ujoutta kohtaan. (Alleyne 2010; Cheek & Buss 1981, 330–331; Keltikangas-Järvinen 2004, 257; 2010, 44; Mattila 2004, 60.)

Myös Carducci (2000, 38–45, 78) on käsitellyt ujoutta yhteiskunnallisena ilmiönä. Hänen mukaansa länsimainen yhteiskuntamme on teknologian kehittymisen myötä nopeampi ja intensiivisempi kuin ennen. Tällaisessa hyperkulttuurissa ihmiset tottuvat siihen, että asiat tapahtuvat koko ajan nopeammin ja nopeammin. Tällöin ihmiset myös menettävät malttinsa herkemmin, koska on totuttu nopeaan toimintaan. Yksi ujouden olennaisimmista ominaisuuksista on hitaasti lämpeneminen. Kulttuurimme nopeutuminen ja ujojen ihmisten hitaasti lämpeneminen ovat ristiriidassa keskenään ja näin kulttuurimme vaikeuttaa ujojen oloja koko ajan enemmän ja enemmän. Kulttuurimme intensiivisyyden kasvun takia ihmiset joutuvat ponnistelemaan yhä voimakkaammin erottuakseen joukosta. Erottautuminen vaatii yhä kovempia ja äärimmäisempiä tapoja, jolloin ujoet ihmiset jäävät yhä kauemmas tästä erottumisen rajasta. (Carducci 2000, 38–45, 78.)

Kalliopuska (1984, 112) kritisoi kulttuurimme muutamia piirteitä. Kulttuurimme ei rohkaise ihmisiä ilmaisemaan tunteitaan avoimesti eikä ottamaan osaa toisten elämäntilanteisiin tai rohkaisemaan muiden itsetuntoa. Pyrkyrin ominaisuuksia osoittaneita tyypejä kulttuurimme palkitsee menestymisellä, kun muita katsotaan samalla epänormaaleiksi, eikä heistä välitetä. Yhteiskuntamme ruokkii pyrkyreiden lisäksi niitä, joilla ei ole itsetunnosta tietoaakaan ja joiden syyllisyydentunnot eivät ole päässeet kehittymään. Nämä yksilöt pystyvät toimimaan välittämättä toisista ja yhteiskunta vieläpä palkitsee tällaisesta käytöksestä. (Kalliopuska

1984, 112.) Cantellin (2010, 15) mielestä onkin hyvä kyseenalaistaa koulun tavoitteita ja kysyä, ovatko aktiivisuus ja sosiaalisuus korostuneet liikaa. (Cantell 2010, 15; Kalliopuska 1984, 112.)

Keltikangas-Järvinen (1994, 50–54) tyrmää suomalaisen ilmaston ja uskonnon selityksinä suomalaisten yleisesti heikolle itsetunnolle. Itse asiassa koko uskomus suomalaisten yleisesti huonosta itsetunnosta on tieteellisesti todistamatta, eikä sellaista tutkimusta voitaisi edes luotettavasti toteuttaa. Miksi sitten monet pitävät suomalaisia yleisesti ottaen ujoina ja heikon itsetunnon omaavina? Virheellisen ajatuksen taustalla on päätelmien teko väärin perustein: sellaisista käyttäytymispiirteistä, joista olisi johdettavissa pikemminkin johtopäätöksiä kulttuurimme luonteesta on johdettu suoraan yhteys suomalaisten yleiseen itsetuntoon. Kaikenlaisen esilläolon ja esiintymisen karttaminen kuuluu myös suomalaisten vaatimattomiin käyttäytymistapoihin. Kaikenlainen itsensä esilletuonti nähdään suomalaisessa kulttuurissa herkästi muiden silmissä narsistisena piirteenä, vaikka tarkoitusperät olisivat aivan muuta. (Keltikangas-Järvinen 1994, 50–54.)

3 MUSIIKINTUNNIT JA UJOUS

Nuoruusiässä ihmisen fyysinen ja psyykinen kehitys on nopeaa ja tällöin myös nuoren itsetiedostus voi olla korostuneen voimakasta. Tietoinen käsitys itsestä on subjektiivinen, eikä vastaa reaali maailman todellisuutta. Kokonaisuutta, joka käsittää itseä koskevat ajatukset ja tunteet, kutsutaan ihmisen minäkäsitykseksi. Kokonaisminäkäsitykseen vaikuttavat lukuisat tekijät ja ominaisuudet. Jokaiselle muodostuu myös musiikillinen minäkäsitys, johon sisältyy omien kokemusten pohjalta muodostuneita käsityksiä itsestä soittajana, laulajana jne. (Kosonen 2001, 27). Musiikinopetuksen avulla voidaan kehittää yksilön tunneherkkyyttä (Lehtonen 1986, 16). Tällöin päämääränä on yksilön tietoisuuden laajentaminen ja ympäröivien mahdollisuuksien havaitseminen. Musiikinopetuksessa tulisikin pitää suoritusellisten ja tiedollisten valmiuksien kehittämistä vasta toissijaisina tavoitteina. Olennaisempaa on tarjota jokaiselle oppilaalle, ei vain lahjakkaille, kokemus musiikin estetiikasta ja ympäröivästä kulttuurisesta rikkaudesta. (Kosonen 2001, 27; Lehtonen 1986, 16.)

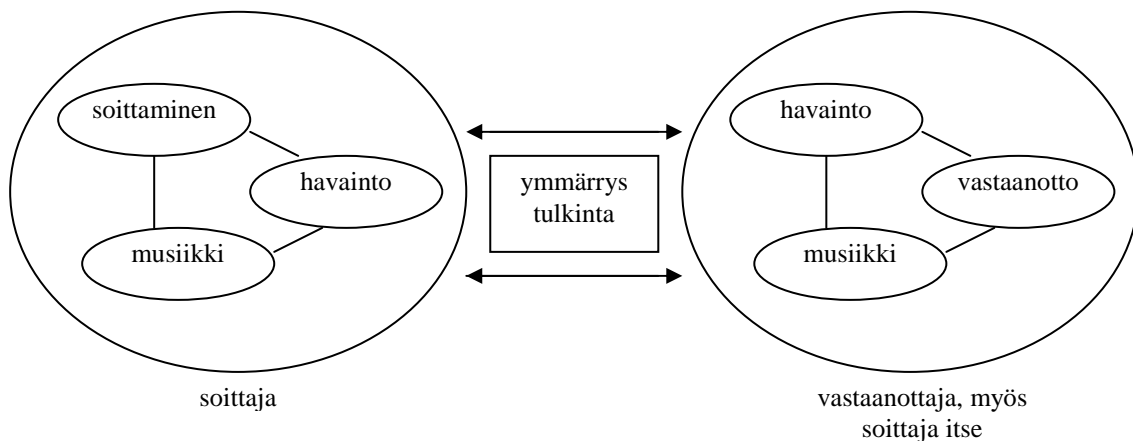
3.1 Esiintymisjännitys

Musiikintuntien opetustilanteissa oppilaille tarjoutuu usein tilanteita esiintyä koululuokassa opettajalle ja oppilastovereille. Huomion keskipisteeksi joutuminen ja tätä kautta ajatukset arvioiduksi tulemisesta hirvittävät monia yhä aikuisiälläkin. Esiintymisjännitys ei suinkaan ole harvinaista, mutta sen vaikutus määrittyy paljolti sen mukaan, kuinka jännitykseen asennoidutaan: toisille jännitys on vireystilaa parantava ja toivottava olotila, kun taas toiset kokevat jännityksen itsessään esitystä heikentäväksi tai jopa estäväksi tekijäksi. (Arjas 2010, 311–325.)

Esiintymisjännityksestä puhuttaessa on aihetta pohtia, onko kyseessä synnynnäinen vai opittu ilmiö. Lapsuudessa tyypillinen tapa kokea jännitystä on innostus. Useat lapset ovatkin Arjaksen (2010, 314) mukaan luontaisia esiintyjiä. Aikuisuutta kohti siirryttäessä ihmisen innostuneisuus alkaa korvaantua itsetietoisuudella. Tämä puolestaan johtaa ahdistuksen, levottomuuden ja jopa pelon assosioitumiseen esiintymiseen. Esiintymisjännityksen syitä

pohdittaessa on usein tuotu esille epäonnistumisen pelko: epäonnistuminen aiheuttaisi kuulijoissa vaivaantuneisuutta, minkä esiintyjä puolestaan kokee johtuvan omasta huonomuudestaan. Epäonnistumisen pelko korostaa alitajuisesti hylätyksi tulemisen pelkoa ja tätä kautta esiintyjän huomio ohjautuu negatiivisiin asioihin olennaisten seikkojen jäädessä samaan aikaan keskittymisen ulkopuolelle. Jännittyneimmät muusikot kokevat epäonnistumisen mahdollisuuden uhkaavimpana ja hyväksyvät muita enemmän irrationaalisia ajatuksia. (Arjas 2010, 314–317.)

Suuri vaikuttaja esiintymisjännityksessä ovat esiintyjän yleisöön projisoimat ominaisuudet: aiemmat kokemukset opettajista ja opetusjärjestelmästä saattavat voimistaa tai lieventää esiintyjän suhtautumistapoja musiikkia, yleisöä ja esittämistä kohtaan (Arjas 2010, 314). Kosonen on käsitellyt väitöskirjassaan (2001, 79) soittajan kahta samanaikaista roolia kuvion avulla.



KUVIO 2. Musiikin välittyminen soittajalta kuulijalle, siis myös soittajalle itselleen (Kosonen 2001, 79)

Soittajat kokivat erityisen mieluisiksi tilanteet, joissa ei ole soittajan itsensä lisäksi muita kuulijoita. Tällöin soittaja saa toimia yllä kuvatun mallin mukaisesti samalla itse oman soittonsa vastaanottajana ja arvostelijana. Musiikin avulla päästään käsiksi omaan sisimpään, joka ei ole muiden ihmisten saavutettavissa. Kososen (2001, 79) mukaan Ruud kutsuu tätä yksityiseksi tilaksi. Soittotilanteessa tämä yksityinen tila saavutetaan omaan tietoisuuteen, mutta muille yksityistä tilaa ei välttämättä haluta paljastaa. Teoria yksityisestä tilasta puoltaa

yksinmusisointia ilman ulkopuolisen kuulijan luomaa kontrollia. Mieluisina koettiin myös ystävien kanssa tai ystäville soittaminen. (Kosonen 2001, 78–80.)

3.2 Musiikki perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa

Marjasen (2009, 385) mukaan opetussuunnitelma luo rungon musiikkitoiminnan suunnittelulle ja tätä runkoa tulee tarkentaa ryhmä-, kausi- ja tuntikohtaisilla musiikinopetusta varten tehdyillä suunnitelmilla. Kouluhallituksen peruskoulun musiikinopetuksen oppaan (1987, 1) mukaan musiikinopetuksella vaikutetaan oppilaiden koko persoonallisuuden kehittymiseen. Samalla musiikillinen yhteistoiminta lisää oppilaiden keskinäistä sosiaalistumista tarjoten mahdollisuuksia vuorovaikutussuhteiden luomiseen. Peruskoulun musiikinopetuksen tehtävä on myös saada ohjattua oppilaita vastaanottamaan musiikkia taiteena monipuolisesti, osallistumaan musiikkikulttuuriin ja sen kehittämiseen myönteisesti. (Kouluhallitus 1987, 1; Marjanen 2009, 385.)

Alaluokkien musiikinopetuksen tulisi tarjota kaikille oppilaille mahdollisuudet musiikillisiin aktiviteetteihin osallistumiseen soitossa, laulussa, kuuntelussa ja liikunnassa oppilaiden erilaisista edellytyksistä riippumatta. Opetuksen suunnittelussa pääpainon tulisi alaluokilla olla musiikin käsitteistön omaksumiseen ohjaavassa aktiivisessa toiminnassa. Yläkoulu puolestaan on monille oppilaille viimeinen vaihe, jossa saadaan musiikinopetusta, jolloin opetuksen tulisi pyrkiä erityisesti kannustamaan musiikilliseen harrastuneisuuteen ja kiinnostuksen herättämiseen. Opetuksessa tämä tarkoittaa mm. oppilaita kiinnostavan aineksen valintaan. Työtapojen tulee olla sellaisia, että ne tukevat oppilaiden musiikkiharrastusta. Tällaisia työtapoja ovat esimerkiksi ryhmätyöt ja yhteinen suunnittelu, jolloin oppilaat saavat kokemuksia vastuullisesta työskentelystä. Samalla opettaja saa tietoja oppilaiden harrastusten suuntautuneisuudesta ja musiikillisista valmiuksista. (Kouluhallitus 1987, 19–21.)

Crozier ja Hostettler (2003, 317–328) ovat tutkineet lasten menestymistä kognitiivisissa testeissä ja ujuden vaikutusta tuloksiin. Tutkimuksessa mitattiin 5-vuotiaiden lasten

kognitiivisia taitoja. Tutkimustulosten mukaan ujous vaikutti merkittävästi menestymiseen kognitiivisissa testeissä, kun testaaminen tapahtui kasvokkain: ujojen lasten testitulokset heikkenivät kasvokkain tapahtuvassa testitilanteessa. Merkittävä havainto oli myös, että ujous vaikutti merkittävästi vähemmän tuloksiin, kun testaustilanne oli mahdollista suorittaa ryhmässä toimien (Crozier & Hostettler 2003, 317–328). Musiikilliset aktiviteetit, kuten laulaminen ja soittaminen, ovat kognitiivista toimintaa. Tutkimuksessa mitattiin lasten kognitiivista suoriutumista, joten tuloksia voidaan rinnastaa musiikinopetuksessa tapahtuviin aktiviteetteihin, kuten soitto- ja laulukokeisiin. Tulosten perusteella voidaan päätellä, että ujut lapset menestyvät merkittävästi ikätovereitaan ja omaa todellista tasoaan heikommin koetilanteissa, jotka tapahtuvat kasvokkain opettajan kanssa kahdestaan. Tutkimustuloksia soveltaen esimerkiksi soittokeutilanteesta saataisiin ujoille oppilaille suotuisampi, mikäli he saisivat halutessaan soittaa kaverin kanssa. (Crozier & Hostettler 2003, 317–328.)

Peruskoulun musiikinopetuksen tehtävät perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden (2004, 232) mukaan:

- auttaa oppilasta löytämään musiikin alueelta kiinnostuksen kohteensa
- rohkaista oppilasta musiikilliseen toimintaan
- antaa oppilalle musiikillisen ilmaisun välineitä
- tukea oppilaan kokonaisvaltaista kasvua
- saattaa oppilas ymmärtämään, että musiikki on aika- ja tilannesidonnaista - erilaista eri aikoina, eri kulttuureissa ja eri yhteiskunnissa
- antaa välineitä oppilaan oman musiikillisen identiteetin muodostumiseen prosessissa, jossa tavoitteena on rakentaa arvostavaa ja uteliasta suhtautumista erilaisiin musiikkeihin
- kehittää oppilaan sosiaalisia taitoja (vastuullisuus, rakentava kriittisyys, taidollisen ja kulttuurisen erilaisuuden arvostaminen ja hyväksyminen) yhdessä musisoimalla

Mikään mainituista kohdista ei edellytä, että opetustilanteessa oppilas joutuisi haluamattaan laulamaan tai soittamaan yksin muille. Jokaisen kohdan tavoitteet on mahdollista saavuttaa pari- tai ryhmätyöskentelyn muodossa – viimeisen kohdan yhteismusisointi suorastaan vaatii ryhmässä työskentelyä. Näin siis ujojen oppilaiden huomioinnin ei pitäisi vaikuttaa opetuksen sisältöön, vaan opettaja voi suunnitella opetuksensa niin, etteivät ujut oppilaat joudu epämiellyttäviin tilanteisiin.

3.3 Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet ja ujous

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteista (2004) löytyy niukasti ohjeistusta ujojen ja vetäytyvien oppilaiden huomioimiseen. Esimerkiksi opetuksen arvopohjaa käsittelevässä luvussa (2004, 14) ei ole mainintaa, jossa huomioitaisiin ujut ja vetäytyvät oppilaat. Lähimmäksi ujojen oppilaiden huomioimista osuu lause, jonka mukaan opetuksessa otetaan huomioon erilaiset oppijat. Lisäksi osiossa kehoitetaan tarkentamaan paikallisten opetussuunnitelman arvoja, jotka puolestaan ohjaavat jokapäiväistä opetustyötä. (Opetushallitus 2004, 14.)

Perusopetuksen tehtävää käsittelevästä luvusta löytyy maininta opetuksen kasvatus- ja opetustehtävästä. Opetuksen tulee mm. tarjota mahdollisuus monipuoliseen kasvuun sekä terveen itsetunnon kehittymiseen (2004, 14). Ujojen oppilaiden kohdalla tämä merkitsisi oppilaan rohkaisua, temperamentin huomioimista ja tukemista – yleisesti oppilaan hyväksymistä omana itsenään. (Opetushallitus 2004, 14.)

Oppimisympäristön tulee perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden (2004, 18) mukaan tukea oppilaan kasvua ja olla fyysisesti, psyykkisesti sekä sosiaalisesti turvallinen. Ujut oppilaat tarvitsevat erityisen turvallisen sosiaalisen ympäristön ja aikuisen apua, jotta he kokisivat olevansa hyväksytyjä sellaisenaan ja osallistuisivat tunnilla yhä aktiivisemmin yhteisiin opetus- ja oppimistilanteisiin. Kasvattajat pyrkivät Keltikangas-Järvisen (2010, 44) mukaan usein joko pakottamaan ujut lapset rohkeiksi tai ymmärtämään ujoa lasta jättämällä hänet leikkimään yksin. Opettajan tulee siis olla perillä ujoudesta temperamenttipiirteensä ja keinoista toimia ujon oppilaan kanssa. (Keltikangas-Järvinen 2010, 43–49; Opetushallitus 2004, 18.)

4 TUTKIMUSMETODOLOGISET RATKAISUT

4.1 Tutkimusongelmat

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on tutkia ujoutta peruskoulun musiikintunneilla. Lasten käsitykset ujoudesta ja ujouden vaikutuksista muiden lasten käyttäytymiseen muovautuvat iän myötä samalla kun heidän oma minäkuvansa kehittyy. Opettajan käsitys ujoudesta ja ujoista oppilaista voi myös poiketa todellisesta tilanteesta. Tämän tutkielman ensimmäinen tutkimusongelma on: *1. miten oppilaat käsittävät ja kokevat ujouden?*

Oppilaiden ulospäin näkyvä käyttäytyminen ohjaa opettajan ajattelua ja toimintaa. Ujot oppilaat eivät yleensä tarjoutu ensimmäisten joukossa musiikintunneilla esilläoloa vaativiin tehtäviin ja tämä puolestaan voi vaikuttaa opettajan käsityksiin ujoista oppilaista. Pyrkiikö opettaja varjelemaan ujoja oppilaita noloilta tilanteilta valikoimalla laulu- ja soitintehtäviin ulospäin suuntautuneita yksilöitä? Ovatko ujot oppilaat mielellään omalla paikallaan tekemässä teorianehtäviä, jotteivät joutuisi huomion keskipisteeksi? Tutkielmani toinen tutkimusongelma on: *2. millaista toimintaa oppilaat toivovat musiikintunneille?* Erityisen mielenkiinnon kohteena on esilläolon ja ryhmässä toimimisen asema musiikintunneilla.

Monen aikuisen mielessä pyörivät yhä kauhukuvat kansakoulun musiikintunneilta, jolloin oli pakko laulaa yksin koko luokan edessä. Kokemukset ovat olleet osalle väestöä jopa niin traumaattisia, että ne ovat estäneet aikuisiän julkisen yhteis- ja yksinlauluharrastuneisuuden. Nykyään tällaiset pakkolaulattamiset koko luokan edessä ovat enenevässä määrin historiaa, mutta erityisesti ujoilla oppilailla saattaa yhä olla pelottavia ja ahdistavia kokemuksia musiikintunneista. Kolmas tutkimusongelma on: *3. mistä tilanteista ja toiminnasta ujot oppilaat pitävät vähiten musiikintunneilla?* Vertailukohtana käytetään luokan muiden oppilaiden vastauksia.

Opettajien haastattelut tuovat tutkimukseen oman ammatillisen näkökulman. Koska ujouden ilmeneminen on monen eri tekijän summa ja aina lapsen persoonasta riippuvainen, ovat varmasti myös opettajat kohdanneet työssään monenlaista ujoutta. Neljäs tutkimusongelma on: *4. millaisia kokemuksia opettajilla on oppilaiden ujoudesta?*

Jokaisen tutkimusongelman yhteydessä vertaillaan 4.- ja 7.-luokkalaisten oppilaiden vastauksia mahdollisten samankaltaisuuksien ja eroavaisuuksien löytämiseksi. Luokan- ja musiikinopettajan haastatteluista saatuja tuloksia verrataan oppilailta saatuihin lomake- ja haastatteluviastauksiin. Kaikkien tutkimusongelmien tarkasteluissa erityisen painoarvon saavat ujoiksi luokiteltujen oppilaiden vastaukset. Myös mahdolliset erot sukupuolten välillä otetaan huomioon.

Sarajärven ja Tuomen (2009, 128) mukaan tutkimusaiheen valinta on eettinen kysymys. Tässä tutkimuksessa on pyritty suhtautumaan ujouteen mahdollisimman tavallisena ja arvoiltaan neutraalina ilmiönä lasten ja aikuisten jokapäiväisessä elämässä. Ujoutta ei pidetä sosiaalisena sairautena, vaan temperamenttipiirteenä, joka musiikinopettajan tulee ottaa opetuksen suunnittelussa ottaa huomioon mm. työtavoissa. (Sarajärvi & Tuomi 2009, 128.)

4.2 Tutkimuksen kohderyhmä

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa (2004, 229–232) musiikinopetus jaetaan luokka-asteiden perusteella kahteen osaan: vuosiluokat 1-4 ja 5-9. Halusin ottaa tutkimukseeni oppilaita molemmista osista, joten neljäs ja seitsemäs luokka-aste oli perusteltua. Ujous on ilmiönä ja terminä monimuotoinen ja haastava, joten tutkittavia luokka-asteita valittaessa jouduin pohtimaan, missä vaiheessa oppilaat alkavat ymmärtää ujous-käsitteen merkitystä. Spoonerin ym. (2005, 437–466) tutkimustulosten mukaan 9-10-vuotiaat lapset kykenevät tunnistamaan, kuvailemaan ja käsitteellistämään ujoutta aikuisen tavoin. Näin siis neljäsluokkalaisista muodostui tutkimukseni nuorempien oppilaiden joukko. (Opetushallitus 2004, 229–232; Spooner ym. 2005, 437–466.)

Peruskoulun oppivelvollisuudessa musiikinopetus kestää kaikille oppilaille pakollisena seitsemänteen vuosiluokkaan asti, jonka jälkeen musiikkia voi opiskella vapaavalintaisina kursseina. Halusin tutkia mahdollisimman tavallista kouluryhmää ja musiikintuntien valinnaisuus saattaisi vääristää tutkimustuloksia, kun verrokkiryhmänä ovat neljäsluokkalaiset. Valitsin toiseksi tutkittavien ryhmäksi seitsemäsluokkalaiset, sillä tällöin musiikintunnit ovat vielä jokaiselle oppilaalle pakollisia ja samalla tutkittavien ryhmä pysyy samankaltaisena kuin neljännellä luokalla. Seitsemäsluokkalaisten oppilaiden alkava

murrosikä ja kuudennen luokan jälkeen sekoitetut ryhmät toivat lisää mielenkiintoa juuri seitsemäsluokkalaisten valitsemiseen tutkimukseeni. (Opetushallitus 2004, 229–232.)

Tutkimukseen osallistunut neljäs luokka on erään keskisuomalaisen kaupungin alakoulusta, jossa on noin 370 oppilasta. Koulun kolmesta neljännestä luokasta tutkimukseeni osallistuneen luokan valitsin opettajan tuttuuden perusteella: olin jutellut aiemmin tutkimukseeni osallistuneen luokanopettajan kanssa musiikinopetuksesta ja huomasin, että hänellä olisi paljon annettavaa tutkimukselleni. Luokanopettaja on 55-vuotias mies. Hän on toiminut luokanopettajan työssä 30 vuotta, joista viimeiset kolme ja puoli vuotta nykyisessä koulussa. Myös kokeneen miesopettajan pitkä työuransa vaikutti valintaan, sillä lukuisten työvuosien aikana luokanopettaja ei voi välttyä olemasta tekemisissä monenlaisten ujojen oppilaiden kanssa. Tutkimukseeni valitun neljännen luokan kanssa opettaja on toiminut kaksi vuotta, eli kolmannen ja neljännen luokan ajan. Luokassa on 18 oppilaista, joista 8 on tyttöjä ja 10 poikia. Luokanopettajan opetusfilosofian ja työtapojen myötä luokan oppilaita on rohkaistu kolmannelta luokasta lähtien esiintymään kainostelematta. Halusin selvittää, missä määrin opettajan oma asenne ja rohkaisu ovat vaikuttaneet neljäsluokkalaisten oppilaiden asenteisiin ja käyttäytymiseen musiikintunneilla.

Myös yläkoulun musiikinopettaja oli minulle entuudestaan tuttu henkilö. Kyseinen 34-vuotias naisopettaja on toiminut työssään yläkoulun musiikinopettajana kahdeksan vuotta, joista viisi vuotta nykyisessä työpaikassaan. Koulu on noin kolmensadan oppilaan yläkoulu eräässä keskisuomalaisessa kaupungissa. Tutkimukseen valikoituneessa seitsemännen luokka-asteen ryhmässä on 22 oppilasta, joista 12 on poikia ja 10 tyttöjä. Musiikinopettajan mukaan ryhmä on keskimääräistä pidättyväisempi ja hiljaisempi, mikä ratkaisi juuri kyseisen ryhmän valikoitumisen tutkimukseeni, sillä pidättyväisessä ryhmässä saattaa esiintyä muita ryhmiä enemmän ujoutta.

Tutkimukseen osallistuneiden oppilaiden anonymiteetin turvaamiseksi jokaisen oppilaan nimi on korvattu juoksevilla numeroinnilla: neljäsluokkalaisten tyttöjä ovat 4N1–4N7 ja poikia 4M1–4M9. Samoin seitsemäsluokkalaisten kohdalla: tyttöjä 7N1–7N8 ja poikia 7M1–7M10. Koodin ensimmäinen numero ilmoittaa siis luokka-asteen, kirjain sukupuolen ja viimeinen numero on oppilaalle sattumanvaraisesti annettu koodinnumero. Neljännen luokan oppilaita

tutkimuksen ulkopuolelle jäi poissaolon takia tyttö ja poika, seitsemännestä luokasta kaksi tyttöä ja kaksi poikaa.

4.3 Aineistonkeruu

Tutkimukseni on laadullinen ja tulkinnallinen tapaustutkimus, jonka tavoitteena on tuoda ymmärrystä oppilaiden mahdollisiin ujouden kokemuksiin musiikintunneilla. Hirsjärven, Remeksen ja Sajavaaran (2005, 170) mukaan laadullisessa eli kvalitatiivisessa tutkimuksessa pyritään tutkimuskohteen ymmärtämiseen. He mainitsevat lisäksi laadullisen tutkimuksen kuvaavan todellista elämää ja pyrkivän kohteen kokonaisvaltaiseen kuvaamiseen. Ujous on jokaisen ihmisen subjektiivinen kokemus, jolloin laadullinen tutkimusmenetelmä on perusteltu ja käyttökelpoinen tutkimuskohteen ymmärtämiseksi. (Hirsjärvi ym. 2005, 152–170.)

Eskolan ja Saarela-Kinnusen (2001, 159) mukaan tapaustutkimukselle on ominaista intensiivisen tiedon tuottaminen yksittäisestä tapauksesta, useat aineistonkeruumenetelmät sekä ilmiöiden kuvaileminen. Olen käyttänyt tutkimuksessani määrällistä ja laadullista menetelmää, eli kyseessä on tutkimusmenetelmien triangulaatio. Hirsjärven ja Hurmeen (2000, 38) mukaan tutkimusmenetelmien käyttöä laajentamalla saadaan laajempia näkökulmia esiin ja tutkimuksen luotettavuus lisääntyy. Tutkimusmenetelmien triangulaation puolesta puhuu myös perusteettoman varmuuden vähentäminen: yhdellä menetelmällä saadut selvät tulokset voivatkin muuttua epävarmoiksi kun käytetään lisänä toista menetelmää. (Eskola & Saarela-Kinnunen 2007, 159; Gall, Gall & Borg 2007, 19; Hirsjärvi & Hurme 2000, 38.)

Kyselylomakkeen tehtävänä oli tuottaa informoivaa tietoa koko otannasta, joten sen kysymysten tuli olla samalla sekä helposti vastattavia että mahdollisimman informoivia. Lomakkeen kaikki kysymykset hankkivat tietoa tutkimusongelmiin. Oppilaiden vanhemmille lähetettiin kirje (liite 2), jossa kerrottiin tutkimuksen tarkoituksesta ja aineistonkeruutavoista. Jokaisen oppilaan vanhemmilta kysyttiin kirjeessä lupa oppilaan tutkimukseen osallistumiseen. Kaikkien oppilaiden vanhemmat antoivat myöntävän vastauksen. Lomakkeista saatujen tietojen sekä opettajien haastattelujen perusteella valikoituivat haastatteluihin ujoutta musiikintunneilla eniten kokeneet oppilaat. Molemmilta luokilta erottui

muita oppilaita ujompi yksilöitä. Ennen oppilaiden haastattelua halusin kuitenkin haastatella opettajia, jotta voisin heidän vastaustensa perusteella saada tietoa musiikintuntien työtavoista, oppilaiden käyttäytymisestä ja luokan ryhmädynamiikasta.

4.3.1 Kyselylomake

Aineistonkeruun ensimmäinen vaihe oli oppilailta teetetty kyselylomakkeet, joiden avulla sain kokonaiskuvan molemmista koululuokista. Lomakkeet esitettiin ennen varsinaista käyttöä eräässä alakoulussa neljäsluokkaisilla ja runsaasti väärinkäsityksiä aikaan saaneet kysymykset muokattiin selkeämmiksi. Lomakkeet on lisäksi muotoiltu lopulliseen muotoonsa yhdessä graduryhmän kanssa, jotta lopputuloksena olisi mahdollisimman selkeä kokonaisuus. Valli (2001, 100) toteaaakin, että kysymyslomakkeiden kysymysten tulee olla yksiselitteisiä, eikä lomake saa olla liian pitkä. Muun muassa näihin asioihin kiinnitettiin huomiota lomakkeiden muokkausvaiheessa. (Valli 2001, 100.)

Vallin (2001, 105) mukaan kyselylomaketutkimuksessa esimerkiksi koulun valmiiden rakenteiden, luokkien hyödyntäminen otannassa on ryväotannan käyttöä. Käytin tällaista ryväotantaa valitsemalla tutkimukseeni satunnaiset koululuokat ala- ja yläluokilta. Valli on kuvaillut avointen kysymyslomakkeiden eduksi mahdollisuutta saada vastaajan mielipide selville monipuolisesti sekä mahdollisuutta hyvien ideoiden löytämiseen vastausten joukosta. Myös aineiston monipuoliset luokittelumahdollisuudet ovat avointen kysymysten etuja. Haittapuolia ovat mahdolliset ylimalkaiset, epätarkat tai täyttämättä jätetyt vastaukset. Vastaaja myös saattaa vastata kysymyksen vierestä (Valli 2001, 110). Hirsjärven ja Hurmeen (2000, 37) mukaan lomakkeiden suurin heikkous on se, etteivät ne yleensä tavoita vastaajan ajatusmaailman tai maailmankuvan olennaisia puolia. Väite puoltaa tämän tutkimuksen menetelmien triangulaatiota. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 37; Valli 2001, 105.)

Hirsjärvi, Remes ja Sajavaara (2005, 185) kuvailevat informoidun kyselyn yhdeksi kontrolloidun kyselyn muodoksi, jossa tutkija jakaa kyselylomakkeet henkilökohtaisesti ja voi samalla kertoa tutkimuksen tarkoituksesta, selostaa kyselyä ja vastata kysymyksiin. Tutkimuksessa käytettiin juuri tällaista informoitua lomakekyselyä. Kysymyslomakkeen (liite 2) kysymykset 1 ja 9 keräävät tietoa tutkimuskysymykseen neljäs- ja seitsemäsluokkalaisten

ujouskäsituksesta. Kysymys numero 8 antaa tietoa oppilaiden suhtautumisesta huomion keskipisteeksi joutumiseen. Kysymykset 2 ja 10 antavat tietoa oppilaiden mieltymyksistä ja toiveista musiikintunneilta. 3, 4, 5, ja 7 kartoittavat, millaiset aktiviteetit aiheuttavat oppilaissa ahdistusta, ujoutta tai koetaan muutoin epämiellyttävinä. Kysymys 6 antaa tietoa siitä, millaisin fyysisin tavoin oppilaat reagoivat ujoutta tai epämiellyttäviä tunteita aiheuttaviin tilanteisiin. Kysymykseen listatut fyysiset oireet on valittu Zimbardon (1978, 137) esittelemästä Stanfordin yliopiston kyselylomakkeesta ujoudesta kärsiville. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2005, 185; Zimbardo 1978, 137.)

4.3.2 Haastattelu

”Kun halutaan tietää mitä joku ajattelee jostakin asiasta, kaikkein yksinkertaisinta ja usein tehokkaintakin on tietenkin kysyä sitä häneltä.” (Eskola & Vastamäki. 2001, 24.)

Haastattelu on hyvin joustava ja runsaasti käytetty menetelmä, joka sopii moniin erilaisiin tutkimustarkoituksiin. Haastattelutilanteen suora, kielellinen vuorovaikutus tutkijan ja tutkittavan kesken mahdollistaa tiedonhankinnan suuntaamisen itse tilanteessa. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 34) Samalla tilanne antaa haastattelijalle mahdollisuuden toistaa kysymyksiä, oikaista mahdollisia väärinkäsityksiä ja selventää vastaajien ilmausten sanamuotoja (Sarajärvi & Tuomi 2002, 75). Mielestäni yksilöhaastattelu oli perusteltu ja ryhmähaastattelua parempi ratkaisu, sillä pyrin pääsemään käsiksi haastateltavien tuntemuksiin ja ajatuksiin hyvin henkilökohtaisilla kysymyksillä. Samalla pystyin myös keskittymään yksittäisiin haastateltaviin paremmin. Haastattelin ensin molempia opettajia, jotta saisin heidän arvionsa ujoista oppilaista selville ennen kuin valikoin haastateltavat oppilaat. Haastattelut nauhoitettiin litterointia varten. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 34; Sarajärvi & Tuomi 2002, 75.)

Eskolan ja Vastamäen (2001, 24) mukaan puolistrukturoidussa haastattelussa kysymysten muotoilu ja järjestys on kaikille sama, eikä haastattelijalla ole laatinut ennalta vastausvaihtoehtoja. Päädyin tällaiseen puolistrukturoituun malliin, koska halusin pitää haastatteluissa keskustelun mahdollisimman hyvin tutkimusongelmien ympärillä. Gradun aihe on kuitenkin niin moninainen, että koin mahdollisten vastausvaihtoehtojen laatimisen

rajoittavaksi. Haastattelutavaksi valikoitui siis lopulta puolistrukturoitu teemahaastattelu. (Eskola & Vastamäki 2001, 24.)

Pyrin tekemään haastattelutilanteesta sekä oppilaille että opettajille mahdollisimman vapautuneen tilanteen. Tutkimusaineistoa keräävän tutkijan on Aarnoksen (2001, 144) mukaan pohdittava, millainen kokemus tutkittaville lapsille tutkimuksesta muodostuu, sillä lapsi oppii tuntemaan itseään tutkimuskohteena ollessaan. Haastattelijana pyrin olemaan mahdollisimman arvoneutraali ja muotoilemaan kysymykset niin, ettei oppilas kokisi tulleeensa arvostelluksi. Tilat, joissa haastattelut pidettiin, olivat rauhallisia ja häiriöttömiä. Kaikki haastattelut toteutettiin kahden kesken. Haastateltaville ei annettu etukäteen kysymyksiä, joten haastattelutilanteesta muodostui luonteva keskustelu ja erityisesti opettajien haastattelussa pääsin käsiksi heidän pohdintaansa ja spontaaneihin vastauksiin. Oppilaiden haastattelun runkona toimi heidän aiemmin täyttämänsä kyselylomake, jolloin pystyin haastattelukysymyksen yhteydessä muistuttamaan oppilaalle hänen lomakevastauksensa ja pyytämään niihin tarkennusta. Opettajien haastattelussa käytin tukena etukäteen miettimiäni haastattelukysymyksiä (liite 4). (Aarnos 2001, 144.)

4.3.3 Tutkimusetiikka

Tutkittavien koulujen rehtoreilta kysyttiin luvat tutkimuksen tekemiseen. Tämän jälkeen jokaisen tutkimukseen osallistuneen oppilaan vanhemmille lähetettiin saatekirje (liite 2), jossa kerrottiin tutkimuksen tarkoituksesta ja toteutustavoista. Jokaisen oppilaan vanhemmilta saatiin siis etukäteen lupa oppilaan osallistumiselle tutkimukseen. Tutkittaville tulee kertoa, ketkä tulevat pääsemään käsiksi tutkimusaineistoon (Gall, Gall & Borg 2007, 85). Oppilaille kerrottiin heti kyselylomaketilanteessa, että ainoastaan tutkijan tekijä tulee lukemaan lomakevastaukset nimien kanssa. Edes luokan oma opettaja ei tulisi näkemään, miten kukin oppilaista on lomakkeessa tai haastattelussa vastannut. Heti aineiston käsittelyn alkuvaiheessa koodasin oppilaiden nimet kirjain-numero-yhdistelmäksi, mikä turvaa tutkittavien anonymiteetin. Oppilaita ei missään vaiheessa pakotettu osallistumaan tutkimukseen. Esimerkiksi haastatteluun pyydetessä kerroin, että kyseessä on vapaaehtoinen keskusteluhetki, joka nauhoitetaan ainoastaan omaa käyttötarkoitustani varten – muistamista helpottaakseni. (Gall, Gall & Borg 2007, 85.)

Lomakkeeseen vastaaminen saattoi paljastaa osalle oppilaista, että kyseessä on nimenomaan ujoistutkimus. Pelkkien selkeästi luokan ujoimpien oppilaiden kutsuminen yksi kerrallaan haastatteluun voisi viestittää koko luokalle, että juuri haastatteluun kutsutuissa oppilaissa esiintyy jotain ei-toivottavaa tai outoa. Tämän vuoksi haastateltaviksi valittiin molemmilta luokka-asteilta myös yksi sellainen oppilas, joka ei erottunut lomakevastausten tai opettajan maininnan mukaan muusta luokasta selkeästi ujoina. Näin siis pyrittiin luomaan oppilaille mielikuva siitä, että kuka tahansa luokan oppilas saattoi tulla valituksi haastatteluun riippumatta hänen ujoudestaan. Haastateltaviksi valittiin molempien sukupuolten edustajia saman verran sekä tutkimuseettisistä syistä että myös tutkimustulosten luotettavuuden kannalta.

4.4 Aineiston analysointi

Tutkimusaineiston analyysimenetelmänä käytin induktiivista sisällönanalyysia. Kyseessä on tekstianalyysi, jonka avulla pyritään saamaan mahdollisimman tiivis kuvaus tutkittavasta ilmiöstä kadottamatta olennaista tietoa aineistosta. Tekstianalyysin avulla aineisto pelkistetään, ryhmitellään ja muodostetaan teoreettisia käsitteitä. Olen käyttänyt tutkimuksessani teoriaohjaavaa analyysia, jossa on teoreettisia kytkentöjä, mutta ne eivät pohjaudu suoraan teoriaan. Tässä tutkimuksessa teoria on toiminut apuna analyysin etenemisessä: analyysiyksiköt on valittu aineistosta, mutta aiempi tieto ohjaa ja auttaa siinä (Sarajärvi & Tuomi 2009, 96). Aineiston teemoittamisen tarkoituksena on pelkistää käsiteltävä aineisto etsimällä tekstistä olennaisimmat asiat (Moilanen & Räihä 2010, 56). Tällainen lähestymistapa käsiteltävään aineistoon on aineistolähtöistä. Teemoittamisessa tutkijan on syytä kiinnittää huomiota tekstistä löydettyjen teemojen aitouteen, sillä tutkija saattaa tietämättään kehittää aineistosta teemoja, joita siellä ei oikeasti olekaan. (Moilanen & Räihä 2010, 56; Sarajärvi & Tuomi 2009, 96.)

Aloitin litteroinnin mahdollisimman pikaisesti aineistonkeruun jälkeen, sillä haastattelutilanteiden säilyminen tuoreena mielessä helpotti litterointiprosessia. Kirjoitin litteroinnin puhtaaksi jättäen tauot, hymähdykset sekä muut mielestäni epäolennaiset asiat huomioimatta. Samankaltainen haastattelurunko molempien opettajien haastattelussa sekä haastattelulomakkeen käyttö oppilaiden haastattelun runkona helpotti haastattelujen yhteisten

teemojen löytämisessä. Haastattelun toteuttaminen teemahaastatteluna helpotti aineiston pilkkomista teemoittelua varten.

Aineiston kvantifioinnissa aineistosta lasketaan, kuinka monta kertaa sama asia esiintyy tutkittavien lomake- tai haastatteluvastauksissa (Sarajärvi & Tuomi 2009, 120). Tässä tutkimuksessa on ensin kvantifioitu oppilaiden lomakevastaukset. Tulokset on esitetty taulukoina. Haastatteluista saatua informaatiota on käytetty hyväksi taulukoiden tulkitsemisessä ja syventämisessä.

5 TULOKSET

Tutkimukseen osallistui 16 neljäsluokkalaista oppilasta, 18 seitsemäsluokkalaista oppilasta, alakoulun luokanopettaja sekä yläkoulun musiikinopettaja. Lomakkeiden vastaukset on jaoteltu neljäs- ja seitsemäsluokkalaisiin. Molempien luokka-asteiden tyttöjen (N) ja poikien (M) vastaukset on myös eroteltu tarkastelun helpottamiseksi. Oppilaat on koodattu anonyymiteetin turvaamiseksi: koodin ensimmäinen numero on joko neljä tai seitsemän, luokka-asteesta riippuen. Seuraavaksi tulee kirjain M tai N, josta selviää oppilaan sukupuoli. Kirjaimen perässä oleva numero ilmaisee oppilaalle annetun sattumanvaraisen järjestysnumeron. Näin siis esimerkiksi merkintä 4M3 tarkoittaa neljäsluokkalaista poikaa numero kolme.

Tuloksia käsitellessäni olen antanut erityisen suuren painoarvon oppilaiden itsearviointille: mikäli oppilas oman arviointinsa mukaan on musiikintunneilla ujo joskus tai usein, on hän automaattisesti valikoitunut tutkimuksessani ujoksi oppilaaksi. En ole myöskään sivuuttanut opettajien arviointia ujoista oppilaista, sillä oppilaiden itsearviointissa voi syystä tai toisesta esiintyä poikkeavuuksia totuudesta.

5.1 Opettajien haastattelut

Haastattelin luokanopettajaa ja musiikinopettajaa erikseen heidän työpäiviensä päätteeksi. Pyrin saamaan haastattelutilanteesta samalla sekä aiheessa pysyvän että vapaamuotoisen. Olin miettinyt etukäteen pääkysymykset, joihin pyrin saamaan opettajilta vastaukset. Kysymykset olivat: millainen ihminen on mielestäsi ujo, miten ujous ilmenee musiikintunneilla luokassasi, mitä arvelet ujojen oppilaiden toivovan ja mistä pitävän musiikintunneissa (perustele), oletko havainnut musiikintunneilla ujojen oppilaiden mieltymyksiä, mitä arvelet ujojen oppilaiden kokevan ahdistavana tai ikävänä musiikintunneilla, onko ujous mielestäsi hyvä vai huono asia sekä aiheuttaako ujous haasteita musiikintunneille: jos, niin millaisia?

5.1.1 Luokanopettaja

Luokanopettaja tuo esiin ujoja ihmistä kuvaillessaan luonne-erot, geneettiset erot sekä opitun käyttäytymisen. Luonne-eroja kuvaillessaan hän mainitsee pedanttisen luonteen, jolle on tyypillistä asettaa vaatimustaso todella korkealle. Joku muu henkilö saattaisi opettajan mukaan poiketa pedanttisesta tyyppistä omaamalla luontaisesti ”rennomman” luonteen. Opettaja mainitsee esimerkkinä Idols -televisio-ohjelman, jossa näkyy, kuinka monella tavalla ihmiset käyttäytyvät tullessaan torjutuiksi. Oman asenteen merkityksestä opettaja kertoo:

”Ja sitten tietysti huumori. Se, että oppii vähän nauramaan itselleen ja ei ole niin haavoittuvainen. Jos joku sanoo jotain pilkallista niin vaan pistää vielä vähän enemmän itsekin höyryä siihen pönttöön, niin että silloin se pilkkaajakin siitä ikään kuin kompastuu omiin sanoihinsa ja se kääntyy tämän pilkatun eduksi, se tietysti poistaa sitä ujoutta.”(luokanopettaja)

Ujous nähdään siis tässä tapauksessa vahvasti ominaisuutena, johon ympäristön antamalla palautteella ja omalla suhtautumisella on suuri merkitys. Luokanopettajan ujouskäsitys on lähellä behavioristista teoriaa, jonka mukaan ujous johtuu henkilön epäonnistumisesta sosiaalisissa tilanteissa. Aiemmat epäonnistumiset aiheuttavat huolta uusista sosiaalisista tilanteista ja niissä onnistumisessa. Lopulta ujo ihminen alkaa pitää itseään sosiaalisesti muita heikompana. (Zimbardo 1978, 47–51.)

Luokassa vallitsee vähintään kohtuullinen luokkahenki. Asioita uskalletaan yleensä tehdä sillä ilmapiiri on sellainen, ettei tarvitse pelätä epäonnistumista. Opettaja kertoo olevansa todella tiukka oppilaiden keskinäistä arvostelua kohtaan: mahdolliset toisten virheille nauramiset pyritään kitkemään välittömästi pois tiukin sanoin.

Luokanopettaja kertoo tunnistavansa tiettyjä ujoja oppilastyyppejä. Esimerkiksi tunnolliset tyttöoppilaat ovat sellaisia, jolle virheiden tekeminen on raskaampi asia kuin muille oppilaille. Toisenlaista oppilastyyppeä edustavat pelleilevät poikaoppilaat, jotka opettajan mukaan sisimmässään pelkäävät osaamattomuutensa paljastuvan. Tämän takia he käyttäytyvät ylikorostetun pelleilevästi, mikä ei opettajan mukaan selity huumorilla.

Neljäsluokkalaiset ovat tulossa esimurrosikään ja opettajan mukaan tämä myös näkyy musiikintunneilla itsekritiikin nousuna. Opettaja pitää musiikkia myös kuudesluokkalaisille ja mainitsee, että itsekritiikki ja virheiden tekemisen pelko korostuu murrosiän lähestyessä selvästi. Esimerkiksi neljäsluokkalaiset tulevat vielä rohkeasti soittamaan rumpuja luokan yhteismusisoinnin aikana, mutta kuudennella luokalla oppilaat eivät enää uskalla tulla yhtä rohkeasti soittamaan.

Neljäsluokkalaisten musiikintunneilla ujous näkyy opettajan mukaan erityisesti laulamissa: yksinlaulussa ja mikrofonin laulamissa. Säestyksen merkitystä ujuden ”voittamisessa” opettaja korostaa:

”(. .) et ehkä se yksin laulaminen sitten.. ehkä mikrofonin tai muuhun niin se on kova paikka. Mutta heti esimerkiksi jos heillä on säestystä takana, heillä on itsellään kitara kädessä tai rytmisoitin kädessä, niin sen heti niinku huomaa, et se rentouttaa.. ja se pienentää sitä virheen pelkoa.” (luokanopettaja)

Opettaja uskoo, että lomakevastausten perusteella oppilasaineksesta on voinut nousta esiin ujoja oppilaita. Pyydettyä nimeämään hänen mielestään musiikintunnilla ujut, hän mainitsee seuraavat oppilaat: 4N1, 4N2, 4M2, 4M5. Ujojen oppilaiden mieltymyksistä opettaja kertoo, että he ainakin pitävät pienestä pelleilystä ja siitä, kun opettaja itse kertoo tarinoista omista jännityksistään ja esiintymispeloista. Lisäksi hyvä, rytmikäs kappale saa oppilaissa aikaan ”hyvän meiningin”, kun he saavat uppoutua yhdessä tekemiseen. Rytmisoittimia, erityisesti luokkarumpuja opettaja kehuu: rummuttaminen on niin fyysistä toimintaa, että siihen on helppo uppoutua. Lisäksi opettaja kertoo kuuntelutehtävien olevan ujoille oppilaille ”niitä helppoja”. Yleisesti musiikintunneista opettaja mainitsee ryhmässä tekemisen ja hyvän luokkahengen tärkeyden.

Kysyessäni musiikintunneilla ujoille oppilaille pelkoa tai ahdistumista aiheuttavista tehtävistä opettaja vastaa:

”Jos opetus on hyvää, niin kuin opettajan pitäis aina pyrkiä siihen että se ois opiskelijan ehdoilla, että se on niin perusteellista, niin monta kertaa jauhetaan ne neljä seuraavaa nokkahuilun nuottia että kaikki on siinä mukana, niin totta kai se vähentää sitä epäonnistumisen pelkoa, vaan oppilas huomaa kerta kerralta että minä osaan, minä osaan,

minä osaan. Eli hyvä opetus on aina semmoinen, mikä vähentää epäonnistumisen pelkoa.”
(luokanopettaja)

Opettajan mukaan siis epävarmuus onnistumisesta aiheuttaa musiikintunneilla ujoutta. Perusteellisen opetuksen lisäksi tähän vaikuttaa myös tehtävän tuttuus. Vaikea ja outo tehtävä ei aiheuta jännitystä ainoastaan ujoille oppilaille, vaan opettajan mukaan myös itsevarmoilla ja vähemmän ujoilla oppilailla jännityksen riski lisääntyy vieraan ja hankalan tehtävän parissa.

Toinen vaikuttaja on oppilaaseen kohdistuvan huomion määrä: mitä enemmän oppilaan rooli korostuu ja mitä enemmän muut oppilaat kiinnittävät häneen huomiota, sitä enemmän ujoutta ja jännitystä oppilaalle aiheutuu. Lisäksi negatiiviseksi kärjistynyt luokkahenki, kuten esimerkiksi riitatilanteissa, lisää opettajan mukaan epäonnistumisen raskautta, sillä kytämään jääneitä riitoja on helppo jatkaa musiikintunneilla, mikäli joku riidan osapuolista tekee virheen.

Opettaja ei osaa mainita yksittäistapauksia, joissa ujous olisi ollut este johonkin musiikintunnin aktiviteettiin osallistumiselle. Yleisesti kuudesluokkalaisia on jo hyvin hankala saada soittamaan sähkörumpuja, sillä soittimen ääni on niin voimakas ja hallitseva. Neljäsluokkalaisilla ei tätä ongelmaa vielä ole. Soittimen äänen erottuvuus on opettajan mukaan yksi seikka, joka nostaa kynnystä soittaa soitinta musiikintunnilla, sillä kaikki muut oppilaat voisivat kuulla mahdollisen osaamattomuuden.

Kysyessäni mahdollisesta sukupuolien jakautumisesta soittajiin ja laulajiin opettaja kertoo, ettei hänen luokallaan ole siinä selkeää eroa. Tytöt kiinnittävät opettajan mukaan enemmän huomiota sävelpuhtauteen, pojat äänenvoimakkuuteen. Usein pojat saattavat jopa alkaa huutaa laulaessaan, mutta opettajaa se ei haittaa. Laulussa kehittyy vain ääntään käyttämällä ja huutaminenkin on tällöin parempi asia kuin täysi hiljaisuus.

Musiikinkokeita opettaja pitää arvioinnille pakollisena, vaikka haluaisi painottaa mieluummin jatkuvaa arviointia. Tuntien opetustilanteet eivät kuitenkaan anna tarpeeksi hyvää tilaisuutta arvioida jokaista oppilasta yksilöllisesti, joten musiikinkokeet ovat tarpeellisia. Opettaja käyttää laulun arvioinnissa oppilaiden keskinäistä arviointia:

”Laulukokeita oon hoitanu sillä tavalla, että.. joskus meillä on ollu oppilaat tuomareina, sellaset jotka ovat itse ihan esiintyneetkin meillä lauluissa.. ja taululle pannaan heidän nimensä. He tulevat jonona, he tulevat tavallaan niin kuin parijononakin siinä, että kaverit laulaa ympärillä ja sitten nää kaks oppilastuomaria merkitsevät jonkun arvosanan noin nopeesti. Siinä lauletaan noin puoli minuuttia. Se mylly pyörii niin kauan, että jokaiselle saadaan jonkinlainen lauluarvosana merkittyä.” (luokanopettaja)

Laulukokeiden arvioinnissa painotetaan laulun kuuluvuutta, rytmisyyttä ja puhdasta ääntä. Opettajan mukaan jokainen reippaasti ja rohkeasti osallistunut oppilas saa tyydyttävän arvosanan, jolloin tietynlainen onnistuminen taataan. Jokainen suunsa aukaissut saa tuntea itsensä laulajaksi. Oppilaiden keskuuteen opettaja pyrkii luomaan yhteishenkeä kannustamalla auttamaan laulukokeessa kavereita: ketään ei saa jättää laulamaan yksin. Muiden läsnäolosta huolimatta siis kukaan ei joudu suorittamaan laulukoetta yksinlauluna.

Kysyin opettajalta ujouden mahdollisesta vaikutuksesta tuntiaktiivisuuteen ja sitä kautta arviointiin. Opettajan mielestä kyseessä on motivaatio- ja asennekysymys. Hän vertaa tuntiaktiivisuutta cooper-juoksutestiin: joku lähtee alusta pitäen juoksemaan verenmaku suussa ja saa todella hyvän arvosanan. ”*Arka nahkaansa säästää*”. Samoin musiikissa joku lähtee rohkeasti tekemään riippumatta omista taidoista ja onnistuu lopulta. Joku toinen oppilas saattaisi olla taidoiltaan kehittyneempi, muttei virheiden pelossa uskalla osallistua, tai jännitys tärisyttää sormia ja äänihuulia, jolloin jännitys vaikuttaa fyysiseen suoritukseen. Opettajan mielestä kyseessä on suuri ongelma nimenomaan jatkuvan tuntinäytön kohdalla, sillä juuri sellaista opettaja haluaa arvioinnissaan painottaa. Musiikintunnit opettaja kokee kestoaltaan lyhyiksi, eikä koe voivansa seurata oppilaita oman tekemisensä ohella tarpeeksi. Tällöin ääripäät erottuvat: aina innokkaat, osaavat oppilaat jäävät mieleen, samoin vetäytyvät ja haluttomat. Keskiryhmässä olevat oppilaat kaikkine mielenkiintoisine variaatioineen jäävät kahden ääripään varjoon ja vähemmälle huomiolle. Opettaja kokeekin oppilaiden tehokkaan seuraamisen musiikinopetuksen ohella yhdeksi ammattinsa kehityshaasteeksi.

Peruskoulu ehtii muovata vuosien aikana lapsen persoonallisuutta ja määrittää minuutta useilla eri osa-alueilla, kuten liikunnassa ja matematiikassa. Opettaja korostaa, että musiikki on peruskoulun oppiaineiden joukossa erityisen herkkä ja henkilökohtainen:

”Musiikki on juuri sillä tavalla niin kuin.. herkkä ja ainutlaatuinen kaikkien aineiden joukossa, että jostakin syystä me liitämme sen niin itseemme, että oma ääni, oma puheäänikin ja lauluääni niin se on jotenkin osa meidän persoonallisuutta, että koskaan ei sais kenellekään sanoa, että sulla on ruma ääni.” (luokanopettaja)

Krokforsin (1985, 38–39) mukaan laulamiseen liittyy yksilöllisiä ongelmia, joista kärsivät eniten ne henkilöt, jotka joutuvat seuraamaan muiden laulamista sivusta uskaltamatta yhtyä itse mukaan. Kuitenkin useimmat lapset laulavat estottomasti, kunnes heille sanotaan, että he laulavat väärin tai ettei heidän äänensä ole kaunis. Opettajien ja vanhempien tulisikin harkita tarkoin omia asenteitaan ja tapoja, joilla lasten mahdolliseen ”väärin laulamiseen” puututaan. Lapsi samaistaa herkästi opettajalta saamansa palautteen itseensä. Jos opettaja antaa musiikintunneilla runsaasti negatiivista palautetta soittamisesta ja laulamisesta, saattaa lapsi huomaamattaan yleistää negatiivisuuden kohdistumaan persoonaansa. Luokanopettajan mielestä musiikissa täytyy aina pyrkiä kannustamaan – tarvittaessa jopa totuutta hieman muunnellen. Musiikinopetuksessa tulisi pitää mielessä tavoitteellisuus, mitä opetuksella halutaan saada aikaan. Eettisenä tavoitteena tulisi olla kunnioitus ja rakkaus musiikkia kohtaan. Luokanopettaja tiivistää haastattelun lopuksi ajatuksensa musiikinopettajuudesta: *”Huumorilla ja hymyssä suin ja kannustaen”*. Tunnesisällöt ovat siis musiikintunneilla jopa tiedollisia ja taidollisia sisältöjäkin tärkeämpiä. (Krokfors 1985, 38–39.)

5.1.2 Musiikinopettaja

Tutkimuksessa haastateltiin myös nuorta naisopettajaa. Hän on toiminut työssään yläkoulun musiikinopettajana kahdeksan vuotta, joista viisi vuotta nykyisessä työpaikassaan. Koulu on noin kolmensadan oppilaan yläkoulu eräässä keskisuomalaisessa kaupungissa. Tutkimukseen valikoituneessa seitsemännen luokka-asteen ryhmässä on 22 oppilasta, joista 12 on poikia ja 10 tyttöjä. Musiikinopettajan mukaan ryhmä on keskimääräistä pidättyväisempi ja hiljaisempi.

Ujo ihminen voi musiikinopettajan mukaan olla monenlainen. Ujo on arka sanomaan mielipiteitään syystä tai toisesta, tai arka tekemään jotain riippumatta omasta taitotasosta. Musiikintunneilla ujoutta on ilmennyt aina. Opettaja korostaa, että erityisesti tytöissä on

taidollisesti hyviä oppilaita, jotka eivät luokkatovereiden läsnä ollessa halua tehdä mitään. Sekä tytöissä että pojissa on opettajan mukaan sellaisia oppilaita, jotka osaisivat laulaa ja soittaa todella hyvin, mutta eivät tuo sitä musiikintunneilla millään tavoin esille. Tekemättömyys voi kuitenkin johtua paitsi ujoudesta, myös huonosta luokkahengestä. Luokkaan on tullut oppilaita eri kouluista ja luokilta, mikä on yleistä kuudennelta luokalta seitsemännelle luokka-asteelle siirryttäessä. Tämä vaikuttaa luokkadynamiikkaan ja sen kehittymiseen suuresti: ryhmästä ei voi etukäteen tietää, millainen siitä luokkahengeltään tulee.

Osa ujoista oppilaita rohkaistuu esiintymään pelkästään opettajalle, mutta ryhmissä on myös sellaisia oppilaita, jotka jännittävät todella paljon opettajalle esiintymistä esimerkiksi laulukokeissa. Tutkimukseen valikoituneessa ryhmässä on opettajan mukaan osallistuminen yhteissoittoon erityisen vähäistä, vaikka ryhmän taitotaso ei ole muita ryhmiä heikompi. Luokan tytöt ovat pääsääntöisesti hiljaisia, mutta osallistuvat mielellään esimerkiksi yhteissoittoon ja -lauluun omilta paikoiltaan. Pojat ovat tyttöjä enemmän äänessä, mutta eivät mene mielellään luokan eteen esiintymään.

Ujoiksi opettaja nimeää ryhmästä oppilaat 7N1, 7N4, 7N5 ja 7M4. Mainituista oppilaita tytöt soittavat musiikkiopistossa ja ovat taidollisesti todella hyviä, mutta eivät opettajan mukaan ole esimerkiksi koskaan laulaneet tunnilla niin, että opettaja olisi heitä kuullut. Ujoksi mainittu poika 7M4 puolestaan ei ole viittäkään tunnilla. Hän ei ole häirinnyt, muttei toisaalta ole ollut myöskään positiivisesti aktiivinen. Luokassa kukaan oppilaita ei tuo itseään musiikillisesti esille, mutta tuntia häiritseviä oppilaita opettajan mukaan löytyy.

Oppilaita monet ovat kokeneet musiikin teoriajakson mielekkäänä:

”(. . .) esimerkiks nyt meillä on ollu musiikin teoriajakso tässä tällanen niinku kuukausi ja nyt just oli koe niin sit taas semmosessa tekemisessä niin silleen sieltä on monilta kuulunu kommenttia, että joku juttu kerrankin minkä mä osaan –tyyppisesti, kun lasketaan rytmejä, eli ei tartte ku osata laskea neljään ja vetää viiva.” (musiikinopettaja)

Musiikintunneilla lauletaan ja soitetaan opettajan mukaan runsaasti, joten teoriaopinnot tuovat vaihtelua tuntien toimintaan, kun asiat voi opetella lukemalla. Siksi teoriatunnit ovat joillekin oppilaille erityisen mieluisia.

Musiikinopettaja erittelee tyttöjen ja poikien välisiä eroja ujouden ilmentymisessä musiikintunneilla. Pojat eivät yleensä jätä tekemättä jotain musiikintunnin aktiviteettia, jos vain osaavat. Tyttöillä osaamisella sen sijaan ei ole väliä, vaan omaa osaamistaan epäilevistä tytöistä löytyy sekä taidoiltaan hyviä että hieman heikompiakin. Muuten ujouden ilmeneminen musiikintunneilla on opettajan mielestä enemmän persoona- kuin sukupuolikysymys.

Mistä ujut oppilaat pitävät musiikintunneilla? Opettaja mainitsee musiikin teoritunnit, vedoten jälleen muiden musiikintuntien runsaaseen soittamiseen ja laulamiseen. Tällöin teorituntien kirjalliset tehtävät antavat mahdollisuuden osaamisen näyttämiseen ilman soittoa tai laulua. Soittotunneilla opettaja on pyrkinyt järjestämään opetuksen niin, että kaikki oppilaat soittavat yhtä aikaa, jolloin yksittäisiä soittajia ei kuule joukosta. Luokan edessä oleviin soittimiin ei ole kenenkään pakko tulla, mutta halutessaan kuka tahansa saa tulla yksin tai kaverin kanssa kokeilemaan bändisoittimia tai mikkiin laulua.

Minkä ujut oppilaat kokevat musiikintunneilla ahdistavaksi? Opettaja mainitsee heti laulamisen ja keväällä tulevat laulukokeet. Koetilanteesta on pyritty kuitenkin tekemään niin helppo kuin mahdollista: laulaa saa joko yksin tai parin kanssa, säestyksellä tai ilman. Muut oppilaat ovat kaukana, eivätkä varmasti pääse kuulemaan koetilannetta. Laulukappaleen saa myös valita itse ja käyttää vaikka karaokenauhaa niin halutessaan. Laulukoe on kaikille seitsemäsluokkalaisille pakollinen.

Toisena mahdollisesti ahdistavana aktiviteettina opettaja mainitsee rumpujen kokeilun. Jokaisen oppilaan on pakko käydä kokeilemassa rumpuja noin kahdenkymmenen sekunnin ajan ja kokeilla, onnistuuko komppi. Opettaja on pyrkinyt lieventämään rumpujen kokeilusta aiheutuvaa ahdistusta antamalla muulle luokalle jotain muuta tekemistä, jolloin luokan huomio ei kiinnity liiaksi rumpuja kokeilevaan oppilaaseen. Lisäksi rumpuja tulee kerrallaan kokeilemaan kahdesta neljään oppilasta.

Kysyin opettajalta, onko seitsemäsluokkalaisissa havaittavissa eroa sukupuolten välillä musiikintuntien aktiviteetteihin osallistumisessa. Opettajan mukaan tytöt ovat aktiivisempia toivomaan kappaleita ja myös laulavat aktiivisemmin. Taustalla saattaa vaikuttaa

stereotyyppinen paine poikien laulamattomuudesta, sekä seitsemäsluokkalaisten murrosikäisten äänenmurros.

Ujot oppilaat suhtautuvat opettajan mukaan esiintymiseen kahdella eri tavalla: osa ujoista oppilaista haluaa tulla laulamaan opettajalle yksin, sillä he eivät tahdo kenenkään muun kuulevan. Laulutaidolla ei ole tässä asiassa merkitystä, sillä opettajan mukaan joukossa on sekä laulutaidoltaan hyviä että heikompia. Toiset ujut oppilaat taas eivät missään nimessä haluaisi tulla esiintymään opettajalle yksin, vaan he tarvitsevat kaverin laulamaan heidän kanssaan.

Ujouden vaikutuksesta tuntiaktiivisuuteen ja sitä kautta arviointiin opettaja kertoo, että ujous kyllä vaikuttaa, jos oppilas ei sen takia osallistu tunnilla. Toisaalta opettajan mielestä ujo oppilas voi aivan hyvin saada kympin musiikista, jos osoittaa laulu- ja soittokokeessa osaavansa ja musiikintunneilla osallistuu yhteissoittoon ja lauluun. Valinnaiskursseilla ujous saattaa opettajan mukaan vaikuttaa enemmän numeroon, kun arvostelussa vaaditaan, että oppilaiden täytyy osallistua. Siitäkin huolimatta ujut oppilaat voivat saada valinnaiskursseilta numeron yhdeksän, joka on todella hyvä numero.

Ujot oppilaat asettavat musiikinopettajan mukaan omat haasteensa opetukselle. Olennaista opettajan mukaan on ainakin selvittää vetäytyvän oppilaan hiljaisuuden syyt. Ujouden lisäksi syy hiljaisuuteen saattaa olla esimerkiksi kiusatuksi joutumisessa. Opettaja lisää, että ujous on paljon parempi ja hyväksytympi syy olla hiljaa kuin pelko kiusaamisesta. Toinen haaste opettajalle on ujojen oppilaiden rohkaiseminen. Musiikintunneilla esiintyy paljon estynyttä halukkuutta osallistua: oppilas selvästi haluaisi kokeilla ja osallistua, muttei uskalla. Tällaisten oppilaiden rohkaiseminen on suuri haaste. Ujoja oppilaita rohkaisee usein mahdollisuus osallistua yhdessä kaverin kanssa.

5.1.3 Opettajien vastausten vertailua

Molempien opettajien haastatteluista ilmeni, että ujouden nähdään ilmenevän monin eri tavoin ja että se on tavallista sekä tyttöjen että poikien keskuudessa. Luokanopettaja painotti ujoutta kuvaillessaan erityisesti ympäristön palautteen ja ujon ihmisen oman asenteen

merkitystä. Musiikinopettaja kuvaili ujoutta ominaisuudeksi: henkilö on arka ja estynyt sanomaan mielipiteitään tai tekemään jotain riippumatta omasta taitotasosta. Molempien opettajien mukaan ujous on siis tekijä, joka taitotasosta riippumatta rajoittaa henkilöä tekemästä jotain.

Luokanopettaja kuvaili luokastaan kahta tyttöä ja kahta poikaa ujoiksi oppilaisiksi. Musiikinopettajan kuvailussa jakauma oli tyttövaltainen: kolme tyttöä ja yksi poika. Molempien opettajien haastatteluissa esiintyi tunnollisen tyttöoppilaan ihmistyyppi ujoa ihmistä kuvailtaessa. Luokanopettajan mukaan ujoutta esiintyy myös poikaoppilaiden ylikorostuneen pelleilyn muodossa, kun taas musiikinopettajan haastattelussa esiin nousi selkeästi ujouden esiintyminen erityisesti tunnollisten tyttöoppilaiden keskuudessa.

Laulaminen nousee esiin molempien opettajien haastattelussa yhtenä merkittävimmistä ujoutta aiheuttavista tekijöistä musiikintunneilla. Luokanopettaja painottaa erityisesti mikkiin laulamista ja kertoo kaikenlaisen soitinsäestyksen vähentävän ujouden tuntemuksia. Musiikinopettaja korostaa laulukokeita ujoutta ja jännitystä aiheuttavana tilanteena. Samoin kuin luokanopettaja, myös musiikinopettaja tiedostaa säestyksen merkityksen ujoutta vähentävänä tekijänä laulutilanteessa ja sallii siksi laulukoetilanteessa oppilaille mahdollisuuden vapaaehtoiseen säestykseen tai kaverin tukeen lauluparina.

Molemmat opettajat tuovat esiin luokkahengen merkityksen ujouden esiintymiselle. Luokanopettajan mukaan negatiivinen ja kärjistynyt luokkahenki lisää epäonnistumisen pelkoa ja raskautta. Musiikinopettaja pitää heikkoa luokkahenkeä yhtenä merkittävimmistä oppilaiden passivoitumista aiheuttavista tekijöistä. Kun tarkastellaan ujoutta musiikintunneilla, voidaan siis todeta, että opettajan kyvyllä luoda turvallinen ja positiivinen luokkahenki on merkittävä osuus ujoutta vähentävänä tekijänä.

Ujous vaikuttaa tuntiaktiivisuuteen ja sitä kautta musiikintuntien arvosteluun. Luokanopettaja harmittelee jatkuvan näytön vaikeutta musiikinopettajan työssä, sillä oppitunneilla erottuvat lähinnä oppilasaineksen ääripäät. Musiikinopettajan mukaan seitsemännen luokan musiikista voi saada arvosanaksi kympin, vaikka oppilas arkailisi osallistumisestaan musiikintuntien toimintaan. Tällöin ujon oppilaan tulee osoittaa osaamisensa koetilanteessa.

5.2 Oppilaiden käsityksiä ujoudesta

Kun halutaan tietää ujojen oppilaiden käyttäytymisestä ja tuntemuksista, on ensin saatava ujoit esille muusta oppilasaineuksesta. Yksi oppilaille lomakkeella esitetyistä kysymyksistä mittasi, kuinka usein he tuntevat itsensä ujoiksi musiikintunneilla. Myös molemmilta opettajilta kysyttiin, ketkä heidän mielestään ovat luokassa ujoja oppilaita. Opettajien ja oppilaiden vastauksista löytyi eroavaisuuksia.

Oletko mielestäsi ujo musiikintunneilla?

Kysymyksessä 9 oli neljä vastausvaihtoehtoa: usein, joskus, harvoin ja en koskaan. Neljännen ja seitsemännen luokan vastaukset on taulukoitu erikseen ja molempien luokka-asteiden vastaukset on eritelty sukupuolittain: esimerkiksi taulukko 3. on eritelty tyttöihin (4N) ja poikiin (4M). Numerot taulukon sisällä ovat oppilaille koodattuja järjestysnumeroita juoksevalla numeroinnilla. Ujoiksi valikoitujen oppilaiden järjestysnumerot on lihavoitu.

TAULUKKO 3. Kuinka usein neljäsluokkalaiset oppilaat kokevat ujoutta musiikintunneilla?

4N (N=7)							
Oletko mielestäsi ujo musiikintunneilla:							
	Usein	6					
	Joskus						
	Harvoin						
	En koskaan	1	2	3	4	5	7
4M (N=9)							
Oletko mielestäsi ujo musiikintunneilla:							
	Usein	7					
	Joskus	8					
	Harvoin	2	3	4	5		9
	En koskaan	1	6				

Neljäsluokkalaisten vastauksia tarkasteltaessa voidaan todeta, että tytöistä vain yksi, 4N6 ilmoitti olevansa musiikintunneilla usein ujo – loput kuusi eivät kokeneet olevansa musiikintunneilla koskaan ujoja. Poikien vastauksissa on tyttöjä enemmän hajontaa: vain

kaksi poikaa ei ole mielestään koskaan ujoja musiikintunneilla, viisi on mielestään harvoin, yksi joskus ja yksi usein.

Jatkokysymykseen, jossa kysyttiin perusteluja vastaukselle, tuli vain niukasti vastauksia. Neljäsluokkalaisten tyttöjen perusteluissa ei ilmennyt merkittäviä löydöksiä. Tytöt perustelivat, etteivät ole ujoja, koska osallistuvat musiikintuntien toimintaan reippaasti. Pojista 4M3 kertoi olevansa musiikintunnilla mielestään harvoin ujo, koska ”kokeet laulut jännittää yleensä”. 4M5 puolestaan perusteli olevansa musiikintunneilla harvoin ujo, koska jännittää mikkiin menemistä. 4M7 perusteli usein esiintyvää ujouttaan musiikintunneilla laulupelolla: ”en uskalla laulaa”. Arkuus laulamisen suhteen oli perusteena myös pojan 4M8 valinnalle (olen joskus ujo musiikintunneilla): ”koska en tykkää laulaa yksin”. Mikkiin laulamisen tekee ahdistavaksi oman äänen kuuluminen muille ja ajatus siitä, mitä muut ajattelevat.

TAULUKKO 4. Kuinka usein seitsemäsluokkalaiset kokevat ujoutta musiikintunneilla?

7N (N=8)					
Oletko mielestäsi ujo musiikintunneilla:					
Usein					
Joskus	3	4			
Harvoin	1	2	5		
En koskaan	6	7	8		

7M (N=10)					
Oletko mielestäsi ujo musiikintunneilla:					
Usein					
Joskus	1	4	7	8	
Harvoin	2	3	5	6	9 10
En koskaan					

Seitsemäsluokkalaisista kukaan ei luokitellut itseään usein ujoksi, mutta neljäsluokkalaisten vastauksiin verrattuna vastauksia harvoin tai joskus esiintyi seitsemäsluokkalaisilla enemmän. Pojista kaikki ilmoittivat olevansa musiikintunneilla ujoja harvoin tai useammin. Pojista 7M3 (harvoin ujo), 7M7 (joskus ujo) sekä 7M8 (joskus ujo) perustelivat kaikki satunnaista ujouttansa mahdollisella osaamattomuudellaan. Musiikintuntien toiminnan vaativuus siis vaikuttaa ainakin poikien tapauksessa ujoutentunteiden esiintymiseen.

Seitsemäsluokkalainen poika 7M4 pitää itseään joskus ujoina musiikintunneilla. Hän kuvaili haastattelussa ujoina aiheuttavia tilanteita sellaisiksi, joissa täytyy olla huomion keskipisteenä, kuten esitelmän pitäminen luokan edessä. Ainakin fyysinen huomion keskipisteeksi joutuminen koetaan siis joissain tapauksissa ujoina aiheuttavaksi tekijäksi.

Tutkimustulokset tukevat Spoonerin (2005, 459) tuloksia, joiden mukaan opettajat eivät tiedosta kaikkia luokassaan olevia ujoja oppilaita. Oppilaiden ujoinen itsearvioinnissa ja opettajien mielipiteissä oli havaittavissa eroja. Neljäsluokkalaisista oppilaista kaksi ilmoitti olevansa musiikintunneilla usein ujoina: 4N6 ja 4M7. Lisäksi yksi oppilas, 4M8 on mielestään musiikintunneilla joskus ujoina. Opettaja ei maininnut ketään heistä listatessaan luokkansa mahdollisesti ujoja oppilaita. Nimeämättä jäi kymmenen neljäsluokkalaista, jotka omien lomakevastaustensa mukaan ovat ujoja musiikintunneilla harvoin tai useammin. Seitsemännessä luokassa itseään joskus ujoina pitäviä oli kaikista oppilaista yhteensä 6: 7N3, 7N4, 7M1, 7M4, 7M7 sekä 7M8. Näistä opettaja oli nimennyt ujoiksi oppilaiksi kaksi: 7N4:n ja 7M4:n. Toiset kaksi ujoiksi nimettyä oppilasta pitävät itseään harvoin ujoina musiikintunneilla. Seitsemänneltä luokalta nimeämättä jäi yksitoista itseään harvoin tai useammin ujoina pitävää oppilasta. Ei ole siis itsestään selvää, että opettaja tunnistaisi luokastaan ujoina yksilöt. Kaikki opettajien nimeämät oppilaat olivat ilmoittaneet olevansa musiikintunneilla ujoja harvoin tai useammin. Kyse on siis siitä, että opettajat eivät huomaa luokastaan kaikkia ujoja oppilaita. Tässä tutkimuksessa ujoiksi oppilaiksi on valittu kaikki itsensä usein tai joskus ujoina tuntevat oppilaat, sekä lisäksi opettajien nimeämät oppilaat, jotka olivat ilmoittaneet olevansa musiikintunneilla harvoin ujoja. (Spooner ym. 2005, 459.)

Millainen ihminen on mielestäsi ujoina?

Oppilaita pyydettiin kirjoittamaan kaikki mitä heidän mieleensä ujoina ihmisestä tulee, joten kuvailtuja ominaisuuksia kertyi vastaajia suurempi lukumäärä. Taulukon numerot ovat oppilaiden tunnuskoodin järjestysnumeroita, joista ujoiksi valikoituneiden oppilaiden numerot on lihavoitu.

TAULUKKO 5. Millaisena neljäsluokkalaiset pitävät ujoa ihmistä?

4N			
Millainen ihminen on mielestäsi ujo?	Ei uskalla puhua tuntemattomille ihmisille	1	2
	Ei uskalla laulaa yleisön edessä	3	4
	Ei uskalla kertoa / puhua	4	6
	Ei uskalla vastata esim. opettajan kysymykseen	5	
	Mielikuviin on jäänyt jotain pahaa	5	
	Pelokas	6	
	Ei viittaa	6	
	Ei uskalla tulla esim. luokan eteen	7	
	Kuuntelee sivusta	2	
	<hr/>		
4M			
Millainen ihminen on mielestäsi ujo?	Ei uskalla tehdä paljon mitään	2	7
	Ei uskalla laulaa mikrofoniin	3	4
	Ei uskalla soittaa jotain	4	
	Pelkää että nauretaan	5	
	Pelkää että laulussa tulee virheitä	5	
	Ei uskalla puhua	6	
	Ei uskalla tehdä kaikkea	6	
	Ei uskalla laulaa	8	
	Ei uskalla laulaa yksin	9	
	Ei uskalla tulla mukaan leikkeihin / tekemisiin	1	
	Ei uskalla laskea kovin jyrkistä mäistä	3	

Neljäsluokkalaisten poikien vastauksista 8/12 ja tyttöjen vastauksista 11/13 alkaa sanoilla ”ei uskalla”. Ujous nähdään siis vahvasti rohkeuden vastakohtana ja yleisesti toimintaa rajoittavana tekijänä. Musiikintunneilla itsensä usein ujoksi luokitellut tyttö 4N6 oli kuvaillut ujoa ihmistä lomakkeessa sanoin: ”pelokas, ei puhu paljoo ja ei viittaa”. Haastattelussa tyttö lisäsi ujon ihmisen ominaisuudeksi rauhallisuuden. Arkipuheessa rauhallisuutta pidetään usein positiivisena ominaisuutena ja siksi tytön vastaus erottui joukosta. Tyttö 4N2 kuvaili haastattelussa ujoa ihmistä sellaiseksi, joka ei ole paljoo ihmisten kanssa. Musiikintunneilla ujo ihminen ei viittaa, vaan seuraa mieluummin sivusta. Neljäsluokkalaiset käsittävät ujouden estyneisyytenä sosiaalisissa tilanteissa, mutta eivät osaa selittää käyttäytymisen syytä.

Poikien vastauksista neljässä ujo ihminen nähdään paitsi pelokkaana sosiaalisissa tilanteissa, myös arkana sosiaalisten tilanteiden ulkopuolella: esimerkiksi poika 4M3 on kuvaillut lomakevastaukseensa, ettei ujo ihminen uskalla laskea kovin jyrkistä mäistä. Poika 4M9, joka oli kuvaillut lomakkeessa ujoa ihmistä sanoin ”ei uskalla laulaa yksin”, lisäsi haastattelussa, että jotkut ihmiset ovat ujoja tutustumaan uusiin ihmisiin. Hän ei kuitenkaan osannut kuvailla,

mistä uskalluksen puuttuminen voisi johtua. Toinen haastatelluista neljäsluokkalaisista pojista 4M7 puolestaan oli kuvaillut lomakkeessa ujoa ihmistä sellaiseksi, joka ei uskalla tehdä mitään. Haastattelussa 4M7 lisäsi, että ujo ihminen ei uskalla puhua kavereiden kanssa. Musiikintunneilla ujo ihminen ei pojan mukaan uskaltaisi laulaa. 4N1 lisäsi haastattelussa, että ujo ihminen ei uskalla esittäytyä. Hän ei osannut perustella, miksi ujo ihminen käyttäytyy näin. Neljäsluokkalaisten poikien vastauksissa korostuu ujon ihmisen arkuus oman äänen käyttämiseen.

TAULUKKO 6. Millaisena seitsemäsluokkalaiset pitävät ujoa ihmistä?

7N							
Millainen ihminen on mielestäsi ujo?	Ei puhu paljoa	1	2	5	6	7	8
	Ei uskalla tehdä paljoakaan	1	2				
	Pieni kaveripiiri	7	8				
	Jännittää asioita	1	2				
	Ei uskalla vastata tunnilla	3	8				
	Ei uskalla osallistua soittamiseen	3					
	Ei uskalla osallistua yhteisiin juttuihin	4					
	Eristynyt	4					
	Ei uskalla esittää mielipiteitään	5					
	Pidättyväinen	6					
	Ei näytä tunteitaan	6					
	Ei liity keskusteluihin mukaan	6					
7M							
Millainen ihminen on mielestäsi ujo?	Vähäpuheinen	2	3	4	6	8	10
	Ei uskalla puhua	1	5	7	9		
	Ei viittaa paljoa	4	5	8			
	Arka	1	3				
	On paljon yksin	8	10				
	Ei uskalla tehdä mitään	7	9				
	Ei osallistu tehtäviin	5	6				
	Ei uskalla esiintyä	6					
	Ei uskalla tutustua ihmisiin	9					
	Ei uskalla ilmaista itseään	1					
	Ei viihdy isoissa/pienissä porukoissa	1					

Neljä- ja seitsemäsluokkalaiset pitävät ujoutta pelkona arkielämän tilanteissa, mutta seitsemäsluokkalaisille on kehittynyt enemmän ujoutta kuvaavia ominaisuuksia ja ujous aletaan ymmärtää moniulotteiseksi ilmiöksi. Vertailtaessa ala- ja yläkoululaisten vastauksia voidaan todeta, että yläkoululaisten vastauksissa ei uskalla -tyyppisten vastausten esiintyy

lisäksi laajempi kirjo ujoutta kuvaavia sanoja. Etenkin tyttö 7N4 toi haastattelussa esiin ujouden moninaisuuden:

H: (...) ei uskalla osallistua yhteisiin juttuihin, eristynyt. Tulisiko muuta mieleen?

7N4: En mä tiiä. Se on niin iso alue kuitenkin, että siitä on vaikee sanoa yhtään, pari asiaa..

H: Joo, eli voiko olla, että se on hyvinkin monenlaista?

7N4: Joo.

Seitsemäsluokkalaisten tyttöjen ja poikien vastauksissa esiintyivät selkeästi eniten puhumiseen liittyvät estot. Poikien vastauksista yksitoista ja tyttöjen vastauksista kymmenen liittyi jollain tapaa puhumiseen. 9/21 poikien vastauksista ja 11/25 tyttöjen vastauksista alkoi sanoilla ”ei uskalla”. Neljäsluokkalaisiin verrattuna ”ei uskalla” -vastausten määrä on siis lähes sama, joten myös seitsemäsluokkalaiset pitävät ujoutta eräänlaisena rohkeuden vastakohtana ja elämää rajoittavana ominaisuutena. Seitsemäsluokkalainen poika 7M7 lisäsi haastattelussa, että ujo ihminen ei uskalla avautua ja kertoa asioita. Tyttö 7M3 kuvaili haastattelussa, ettei ujo ihminen uskalla puhua paljoa esimerkiksi kaveriporukassa. Tytön mielestä ympäröivien ihmisten määrä ja tuttuus vaikuttavat ujon ihmisen puhumisen määrään. Myös tyttö 7N1 tarkensi haastattelussa ujon ihmisen kuvailuaan pohtimalla, että ujo ihminen ei uskalla puhua aina, eikä viittaa tunnilla koska pelkää vastauksensa menevän väärin. Ujon ihmisen puhumisen määrään vaikuttaisi tytön mukaan ympäröivien ihmisten lukumäärä. Ujous nähdään siis epäonnistumisen pelkona erityisesti suuressa ja vieraassa ihmisjoukossa, mutta joskus myös kaveriporukassa.

Ujojen oppilaiden vastaukset eivät erottuneet joukosta. Ainoastaan neljäsluokkalaisten ujon tytön 4N6 luonnehdinta ujon oppilaan rauhallisuudesta oli koko aineistosta selvästi erottuva. Ujous ei siis tämän tutkimuksen mukaan vaikuta siihen, millaiseksi lapset kuvailevat ujouden ja ujon ihmisen.

Opettajien ja oppilaiden vastauksia verratessa voidaan todeta, että vaikka opettajien vastauksissa ujouden syiden pohdinta on viety paljon pidemmälle, pitävät sekä opettajat että oppilaat ujoutta samalla tavalla pelkona erottautua joukosta ja tehdä asioita erityisesti vieraassa ihmisryhmässä. Tutkimuksen vastaukset sopivat yhteen Zimbardon (1978, 43–44) esittelemän ujoustaulukon kanssa (liite 2), jonka mukaan merkittävimpiä ujouden tuntemuksia

aiheuttavia tilanteita ovat suuret ihmisjoukot sekä huomion keskipisteenä oleminen. (Zimbardo 1978, 43–44.)

5.3 Musiikintunneilla mieluisaksi koettu toiminta sekä toiveet

Mistä asioista pidät eniten musiikintunneissa?

Oppilaat saivat kirjoittaa ajatuksiaan omin sanoin. Samankaltaiset vastaukset on laskettu yhteen saman ylätermin alle aineiston selkiyttämiseksi. Taulukoissa 7. ja 8. on listattu pidetyt toiminnot ja vastausten lukumäärät.

TAULUKKO 7. Mistä neljäsluokkalaiset pitävät musiikintunneissa?

4N	Laulaminen	5
	<i>Nokkahuilu</i>	3
	<i>Rytmittäminen</i>	1
	<i>Pianonsoitto</i>	1
	Soittaminen yht.	4
4M	Laulaminen	4
	Soittaminen	4
	Nokkahuilu	2
	Rytmisoihtimet	1
	Kitara	1
	Soittaminen yht.	8

Neljäsluokkalaiset pitävät laulamista ja soittamisesta. Sukupuolten välillä ei ole merkittävää eroa kummankaan suhteen: sekä tytöt että pojat pitävät laulamista. Poikien vastauksista löytyi enemmän soittamista kuin tytöiltä. Laulamisen suhteen ei ole suurta eroa sukupuolten välillä. Pojat toivovat tyttöjä enemmän soittamista. Esimerkiksi neljäsluokkalaisten pojan 4M7 mielestä soittaminen on mieluisampaa kuin laulaminen, koska soittamisessa ei tarvitse käyttää omaa ääntään. Pojan mielestä on epämiellyttävää jos muut kuulevat hänen laulunsa. Oman

äänen käyttäminen muiden läsnä ollessa aiheuttaa siis ujoutta. Tyttö 4N6 pitää nimenomaan ryhmässä laulamista. Haastattelussa hän kertoi, että joskus täytyy laulaa yksin luokan edessä ja se on ”vähän pelottavaa”. Tyttö ei osannut sanoa, miksi yksin laulaminen tuntuu pelottavalta. Ryhmässä laulaminen oli myös tytölle 4N2 erityisen mieluista. Hän kertoi haastattelussa pitävänsä eniten mikkiin laulamista, mutta ainoastaan nimenomaan ryhmässä. Mikkiin laulaminen koetaan siis mieluisana ryhmätoimintana, vaikka oman lauluäänien kuuluminen muille aiheuttaa ujoutta.

TAULUKKO 8. Mistä seitsemäsluokkalaisten pitäisi musiikintunneissa?

7N		
	Laulaminen	6
	<i>Soittaminen</i>	2
	<i>Kitara</i>	2
	Soittaminen yht.	4
	Musiikki	1
	Kuuntelu	1
7M		
	Soittaminen	5
	Kitara	3
	Soittaminen yht.	8

Seitsemäsluokkalaisten vastauksista on löydettävissä selkeitä eroja sukupuolten välillä. Tyttöjen vastauksista kuudessa pidetään laulamista, poikien vastauksissa ei yhdessäkään. Sen sijaan pojat pitävät tyttöjä enemmän soittamisesta myös seitsemännellä luokalla. Soittamisesta pitää kahdeksan poikaa ja neljä tyttöä molemmilla luokka-asteilla. Neljännessä seitsemänteen luokka-asteeseen siirryttäessä suurin muutos on poikien mielipiteissä koskien laulamista: kukaan seitsemäsluokkalaisten pojista ei kertonut pitävänsä musiikintunneilla laulamista, neljäsluokkalaisten pojista laulamista pitää neljä. Poikien keskuudessa laulamista pidetään siis yläluokille siirryttäessä vähemmän. Soittaminen pysyy molempien sukupuolten keskuudessa suosittuna.

Toiminnan haastavuudella on merkitystä oppilaiden motivaation kohdalla: vaikka musiikintuntien toiminnan tulee olla tarpeeksi haastavaa, liian vaikeaksi koettu asia ei

motivoi. Lomakevastauksen mukaan seitsemäsluokkalainen poika 7M7 ei pidä musiikista muussa muodossa kuin kuuntelussa, eikä hänellä ole mitään erityistä suosikkiaktiiviteettia musiikintunneilta. Haastattelussa kuitenkin kävi ilmi, että poika pitäisi jonkin instrumentin soittamisesta, jos osaisi soittaa:

H: Tuota, jos pitäis valita jotain semmosta mikä ois edes vähäsen ylitse muiden tekemistä musiikintunneilla?

7M7: No niin kyllä se ois joku instrumentin soittaminen, mutta kun ei oikein mitään osaa niin ei siinä sitten oikein mitään.

H: Ahaa, tuntuuks se silleen turhauttavalta?

7M7: Joo, välillä että mitä mä nyt teen.

Myös tyttö 7N3 kertoi pitävänsä musiikin kuuntelusta, koska ei pidä soittamisesta. Haastattelussa hän mainitsi erityisen epämiellyttäväksi kitaran, koska se on hänen mielestään vaikea soitin, eikä tyttö 7N3 pidä mistään vaikeasta. Jos hänen olisi valittava soittamisesta ja laulamisesta mieluisin aktiiviteetti, valitsisi tyttö laulamisen, koska se on helpompaa kuin soittaminen.

Sekä opettajien haastatteluissa että oppilaiden vastauksissa korostuu ryhmässä toimimisen mielekkäys. Esimerkiksi tyttö 7M1 pitää laulamisesta ja kertoi laulavansa mieluiten porukassa, koska silloin se on turvallisemman tuntuista. Mikkiin hän ei tulisi luokan eteen mielellään laulamaan, mutta omalta paikalta mikkiin laulaminen sopisi. Tytön mukaan muiden katseet tuntuvat epämiellyttäviltä, eikä oman äänen kuuluminen muille häiritse niin paljoa kuin fyysisesti muiden edessä oleminen. Tytön tapauksessa fyysinen sijainti muiden edessä koetaan siis pelottavammaksi kuin oman äänen kuuluminen muille. Ryhmämusisointi korostui myös seitsemäsluokkalaisen pojan 7M4 vastauksessa. Lomakkeessa hän kertoi pitävänsä kitaransoitosta ja lisäsi haastattelussa pitävänsä siitä ryhmässä. Kaveriryhmä toimii siis ujoille oppilaalle henkisenä tukena ja vähentää yleisön huomion keskittymistä häneen itseensä. Kaveriryhmän merkitys ei rajoitu pelkästään ujoihin, vaan mahdollisuus ryhmässä toimimiseen on luokan selvälle enemmistölle mieleinen.

Mitä voidaan ujojen oppilaiden vastauksista verrattuna muihin oppilaisiin ja opettajien vastauksiin? Millaisesta toiminnasta ujut oppilaat pitävät musiikintunneilla?

4N1: laulaminen ja rytmittäminen
 4N2: laulaminen
 4N6: ryhmässä laulaminen
 4M2: laulaminen
 4M5: nokkahuilunsoitto
 4M7: soittaminen
 4M8: soittaminen
 7N1: laulaminen
 7N3: kuunteleminen
 7N4: laulaminen, soittaminen
 7N5: kitaransoitto, laulu
 7M1: kitaratunnit
 7M4: kitaran soittaminen
 7M7: ei suosikkia
 7M8: ei suosikkia

Pojat 7M7 ja 7M8 eivät osanneet nimetä musiikintunneilta suosikkia: 7M7 kirjoitti, ettei pidä musiikista muussa muodossa kuin kuuntelussa. Haastattelussa kävi ilmi, että mikäli pojan pitäisi mainita jokin mieluinen toiminta musiikintunneilta, hän toisi esiin instrumentin soiton. Poika kuitenkin totesi, ettei osaa soittaa. 7M8 ei puolestaan pidä tunneissa erityisesti mistään, koska hän ei koe olevansa musiikissa hyvä. Molempien poikien asenteisiin vaikutti siis soittamisen kokeminen samalla mielekkääksi, mutta vaikeaksi. Tulokset tukevat luokanopettajan käsitystä perusteellisen opetuksen merkityksestä ujouden poistamisessa. Mikäli esimerkiksi opeteltaessa soittamaan instrumenttia edetään tarpeeksi hitaasti ja perusteellisesti, saadaan rohkaistua yhä useampia oppilaita osallistumaan musiikintuntien toimintaan. Perusteellinen ja sopivalla nopeudella etenevä opetus on yksi ujouden kokemista vähentävä tekijä. Luokanopettaja perusteli sopivalla nopeudella etenevän opetuksen olevan oppilaiden pystyvyyden tunteita vahvistava tekijä. Tällöin oppilaiden pelko osaamattomuudesta ja epäonnistumisesta vähenee.

Vertailtaessa usein ja joskus itsensä ujoksi tuntevien oppilaiden vastauksia muun oppilasaineksen mieltymyksiin voidaan todeta, että ujut oppilaat pitävät samanlaisesta toiminnasta kuin muutkin oppilaat. Koko oppilasaineksesta ainoastaan yksi oppilas kertoi pitävänsä kuuntelusta. Hän oli itsensä musiikintunneilla joskus ujoksi arvioinut tyttö 7N3. Hän kokee musiikin kuuntelun mieluisaksi, koska siinä ei tarvitse tehdä juuri mitään. Tytön tapauksessa musiikin kuuntelun mielekkyyteen vaikuttivat siis muut tekijät kuin ujous.

Yläluokkien musiikinopettaja arveli ujojen oppilaiden pitävän kirjallisista tehtävistä, koska seitsemännen luokan musiikintunneilla soitetaan todella paljon. Kirjalliset tehtävät antavat opettajan mukaan lisäksi mahdollisuuden osaamisensa osoittamiseen sellaisille oppilaille, jotka eivät laula tai soita. Pojat 7M7 ja 7M8 ovat juuri tällaisia ja vaikka he eivät lomakkeessa osanneet mainita suosikkiaktiviteettiaan, pojan 7M7 haastattelusta kävi ilmi, että hänen toivomansa ryhmätyöaktiviteetit olisivat mieluiten kirjallisia. Syyksi poika mainitsi osaamattomuutensa soitinten suhteen. Teoriasta poika ei omien sanojensa mukaan ymmärrä mitään, eikä poika siksi koe musiikin teorian opiskelua siksi mielekkääksi.

Luokanopettaja mainitsi kuuntelutehtävät ujoille oppilaille helpoiksi ja siksi mielekkäiksi. Ujojen oppilaiden vastauksista ainoastaan yhdessä mainittiin kuuntelu. Ujojen oppilaiden mieltymyksistä voidaan todeta, että kuuntelu- ja teoriapainotteiset tehtävät eivät ole suosituimpien aktiviteettien joukossa. Opettajien käsitykset ja oppilaiden mieltymykset siis poikkesivat tässä tutkimuksessa toisistaan.

Millaista toimintaa toivoisit musiikintunneilta?

Oppilaat saivat kirjoittaa vastauksensa omin sanoin. Kysymyksen yhteydessä oli myös listattu muutama esimerkkitoiminta. Nämä olivat soittaminen, laulaminen, kuunteleminen, esiintyminen, ryhmätyöt ja esitelmät. Taulukon numeroista ilmenevät toiveiden lukumäärät.

TAULUKKO 9. Mitä neljäsluokkalaiset toivovat musiikintunneilta?

4N	Ryhmätyöt	4
	<i>Piano</i>	2
	<i>Rummut</i>	1
	Soittaminen yht.	3
	Teoria	1
	Kuuntelu	1
4M	<i>Soittaminen</i>	2
	<i>Rummut</i>	2
	Soittaminen yht.	4
	Ryhmätyöt	3
	Kuuntelu	2
	Laulu	1

Neljännän luokan oppilaiden toiveissa ryhmätyöt ja soittaminen ovat halutuimpia aktiviteetteja musiikintunneille. Haastattelujen perusteella soittaminenkin koetaan mielekkäämmäksi ryhmän kanssa, joten ryhmässä toimiminen voidaan yleistää neljäsluokkalaisten halutuimmaksi toiveeksi musiikintunneilla – oli kyseessä sitten laulu, soitto tai kirjalliset työt. Esimerkiksi ryhmätöitä toivonut poika 4M2 ei osannut haastattelutilanteessa tarkentaa vastaustaan soittamiseen tai kirjalliseen työhön. Pojan mielestä tärkeintä olisi, että musiikintunneilla saisi toimia ryhmässä. Poika 4M7 toivoi musiikintunneilta enemmän soittamista, erityisesti kitaransoittoa. Haastattelussa hän kertoi tekevänsä mieluummin yksilö- kuin ryhmätöitä. Erikseen kysyttäessä hän kertoi myös pitävänsä teoriatunneista enemmän kuin esimerkiksi laulamista. Neljäsluokkalaisten siis toivovat musiikintunneilta ryhmässä toimimista.

Laulaminen kuului neljäsluokkalaisten keskuudessa pidetyimpiin aktiviteetteihin musiikintunneilla, mutta ainoastaan yksi oppilas toivoi sitä tulevilta musiikintunneilta. Neljäsluokkalaisten kokevat siis laulamisen ja soittamisen yhtä mielekkäiksi, mutta toivovat silti selkeästi enemmän soittamista. Musiikintuntien toiveissa soittamista ei toivota laulamisen kustannuksella, vaan ryhmätyöt nousevat soittamisen rinnalle toivotuimpien aktiviteettien listalla.

TAULUKKO 10. Mitä seitsemäsluokkalaisten toivovat musiikintunneilta?

7N	Ryhmätyöt	5
	Laulaminen	4
	Kuunteleminen	2
	<i>Soittaminen</i>	1
	<i>Kitara</i>	1
	Soittaminen yht	2
7M	Ryhmätyöt	3
	Kitara	1
	Soittaminen	1
	Soittaminen yht	2
	Tietokoneet	2
	Kuunteleminen	2

Seitsemäsluokkalaisten toiveet eivät poikkea merkittävästi neljäsluokkalaisten toiveista. Ryhmätyöt ja soittaminen ovat myös seitsemäsluokkalaisten mieleen. Laulamista seitsemäsluokkalaiset tytöt ovat toivoneet merkittävästi enemmän kuin seitsemäsluokkalaiset pojat tai neljäsluokkalaiset oppilaat.

Sekä lomakevastauksissa että haastatteluissa korostui ryhmässä tekemisen mielekkyys. Molemmilta luokka-asteilta ainoastaan yksi oppilas kummaltakin, 4M7 ja 7M2, toivoi nimenomaan yksin tehtäviä aktiviteetteja. 4M7 toivoo musiikintunneilta kitaransoittoa. 7M2 kertoi pitävänsä musiikintunneilla kitaransoitosta ryhmässä, mutta haastattelussa kävi kuitenkin ilmi, että teoritunnit ovat hänelle soittamista mielisempia ja näillä teoritunneilla oppilas haluaisi toimia mieluiten yksin. Seitsemäsluokkalainen poika 7M4 kertoi haastattelussa tekevänsä mitä tahansa musiikintuntien aktiviteettia mieluummin ryhmässä kuin yksin. Samoin seitsemäsluokkalainen tyttö 7N4:

H: (...) onko väliä, että yksin vai ryhmässä?

7N4: No mieluummin ryhmässä, kun alkuunsa aina jännittää niin paljon yksin, mut sitte kyl siitä jännityksestäki pääsee ylite, niin se on tosi ihanaa sitten.

H: Ok. mites laulaminen: laulaisitko mieluiten mikkiin, vai omalta paikalta vai ryhmässä?

7N4: No ehkä ryhmässä ja kyllä ryhmässä pystyy mikkiinkin sitten laulamaan.

Sekä neljäs- että seitsemäsluokkalaiset oppilaat toivovat siis musiikintunneilta ryhmässä soittamista ja ryhmätöitä – yleisesti sanottuna ryhmässä toimimista. Entä millaista toimintaa ujut oppilaat toivovat musiikintunneilta?

- 4N1: pianonsoitto
- 4N2: ryhmäesitykset
- 4M2: ryhmätyöt
- 4N6: ryhmätyöt ja kuuntelu
- 4M5: rumpujensoitto
- 4M7: kitaransoitto
- 4M8: ryhmässä laulaminen
- 7N1: esitelmät
- 7N3: ryhmätyöt
- 7N4: ryhmätyöt ja laulaminen
- 7N5: kitaransoitto
- 7M1: kitaransoitto
- 7M4: töitä tietokoneella
- 7M7: kuunteleminen ja ryhmätyöt
- 7M8: ryhmätyöt

Ryhmätyöt ja ryhmässä tekeminen olivat sekä ujojen oppilaiden että molempien luokka-asteiden kaikkien oppilaiden halutuimpia aktiviteetteja, joten ujojen oppilaiden toiveet eivät eronneet muusta oppilasaineksesta merkittävästi. Ujojen oppilaiden vastauksissa toiminnot nimettiin ryhmätöiksi muita oppilaita useammin.

Neljännän luokan opettajan ajatukset ryhmässä tekemisen mielekkyydestä olivat siis tulosten suhteen samansuuntaisia. Myös yläluokkien musiikinopettajan pohdinta kirjallisten töiden mielekkyydestä osui oikeaan – tosin yhdessä tekeminen ja kirjalliset työt olivat myös muiden kuin ujojen oppilaiden toiveena. Kuuntelua toivoi kaikista oppilaista yhteensä seitsemän oppilasta ja näistä vain yksi oli ujo. Neljännän luokan opettaja mainitsi kuuntelun erityisesti ujoille helpoiksi aktiviteeteiksi ja siksi mahdollisesti mielekkääksi. Tulosten mukaan ujo oppilaat eivät kuitenkaan toivoneet erityisesti musiikin kuuntelua, vaan ujojen oppilaiden sekä muiden oppilaiden vastauksissa korostui ryhmässä tekeminen.

5.4 Musiikintunneilla negatiivisiksi koetut aktiviteetit

Mistä asioista pidät vähiten musiikintunneissa?

TAULUKKO 11. Mistä neljäsluokkalaiset eivät pidä musiikintunneissa?

4N	Tanssi (pojan kanssa)	1
	Kokeet	1
	Keskipisteeksi joutuminen	1
	Rytmissä sekoaminen	1
	Luokkarummut	2
	Soittaminen yht	2
4M	Laulaminen	2
	Riidan selvittely	1
	Kokeet	1
	Kitara	1
	Soittimet	1
	Soittaminen yht	2

Tyttö 4N1 kertoi lomakevastauksessaan pitävänsä musiikintunneilla vähiten tanssimisesta pojan kanssa. Haastattelussa kävi ilmi, että tilanne olisi eri jos saisi valita oman parinsa tytöistä ja pojista – tässä tapauksessa tyttöparin. 4M2 piti soittimien soittamista musiikintunneilla tylsänä, koska siinä täytyy tehdä työtä. Kyseessä ei siis ollut ujouden aiheuttama mielipaha. Oppilas kertoi pitävänsä laulamista, eikä mikkiin laulaminenkaan tuottanut jännitystä. Mahdolliset jännitykset hän sanoi kokevansa positiiviseksi asiaksi. Kaksi neljäsluokkalaista poikaa ilmoitti, ettei pidä musiikintunneilla laulamista. Kaikkien neljäsluokkalaisten vastauksia tarkasteltaessa voidaan todeta, että soittaminen koetaan laulamista useammin ikäväksi toiminnaksi.

Tyttö 4N6 pitää musiikintunneissa vähiten yleisön huomion keskipisteeksi joutumisesta. Kyselylomakkeessa hän perustelee valintaansa ”*se on vaan niin jännittävää*”. Haastattelussa hän lisää: ”*No se on ehkä ku kaikki kuuntelee sua ja kattoo sua*”. Huomion keskipisteeksi joutuminen onkin yksi musiikintuntien selkeä ujouden tuntemuksille altistava tekijä. Zimbardon (1978, 43 – 44) mukaan huomion keskipisteeksi joutuminen on merkittävin ujouden tuntemuksia aiheuttava tilanne.

TAULUKKO 12. Mistä seitsemäsluokkalaisten eivät pidä musiikintunneissa?

7N	Teoria	3
	Asiat, joita ei osaa	1
	Kaikki, mitä tehdään yksin	1
	Soittaminen	4
7M	Teoria / kirjoittaminen	6
	Laulaminen	1
	Soittaminen	3

Poika 7M7 ei pidä musiikintunneilla teoriasta. Hänen mielestään ”*se on tylsää ja pitää aina vaan kirjoittaa*”. Haastattelussa hän kertoi, ettei koe musiikin teorian opiskelua mielekkääksi koska ei ymmärrä siitä mitään. 7M2 ei pidä rumpujen soitosta, koska ei osaa soittaa niitä. Haastattelussa hän kertoi, että muiden läsnäolo vaikutti kokemuksen epämiellyttävyyteen. Samaa tilannetta poika kuvaili myös alla olevassa kysymyksessä ikävältä tuntuneena

tilanteena, johon ei olisi halunnut osallistua. Seitsemäsluokkalaiset kokevat liian vaikeat asiat ikäviksi musiikintunneilla. Oman osaamattomuuden kohtaaminen koetaan ikäväksi, etenkin jos oppilas kokee, ettei kykene oppimaan opittavaa asiaa.

Kaikkien oppilaiden vastauksissa pidetympiin ja toivotuimpiin aktiviteetteihin lukeutunut soittaminen esiintyy merkittävän usein myös vähiten pidettyjen aktiviteettien listalla. Merkillepantavaa on laulun osuus erityisesti poikien vastauksissa: yksikään poika ei vastannut enää seitsemännellä luokalla pitävänsä musiikintunneilla laulusta, vaikka neljännellä luokalla laulusta piti neljä. Silti ainoastaan yksi oppilas oli vastannut, että laulu kuuluisi epämiellyttävimpiin aktiviteetteihin, seitsemäsluokkainen poika 7M4. Hän ei osannut haastattelussakaan sanoa miksi, mutta kertoi laulavansa mieluummin ryhmässä kuin yksin. Soittaminen esiintyy usein sekä eniten että vähiten pidettyjen aktiviteettien joukossa.

Ujot oppilaat:

4N1: tanssiminen pojan kanssa (vastakkainen sukupuoli)
 4N2: rytmissä sekoaminen
 4N6: yleisön keskipisteeksi joutuminen
 4M2: soitinten soittaminen
 4M5: kitaransoitto
 4M7: laulaminen
 4M8: laulaminen
 7N3: soittaminen
 7N4: asiat, joita ei osaa
 7M1: kellopelin soittaminen
 7M4: laulaminen
 7M7: teoria
 7M8: soittaminen
 7N1: teoria
 7N5: teoria

Ujojen oppilaiden vastauksissa esiintyy soittoa, laulua, teoriaa, huomion keskipisteeksi joutumista sekä rytmissä sekoamista. Voidaan siis todeta, että ujut oppilaat kokevat musiikintunneilla hyvin erilaiset asiat ikäviksi. Ainoastaan yksi vastasi, ettei pidä musiikintunneilla huomion keskipisteeksi joutumisesta. Neljäsluokkalaisista ainoat laulamisen epämiellyttäväksi kokevat oppilaat olivat 4M7 ja 4M8 – molemmat ujoja. Seitsemäsluokkalaisten ujojen oppilaiden vastauksissa puolestaan ei ole havaittavissa merkittävää yhdenmukaisuutta: epämiellyttäväksi koetut aktiviteetit jakautuvat tasaisesti soittamiseen, laulamiseen ja teoriaan. Tulokset eivät tue opettajien käsityksiä: ujut oppilaat

eivät koe laulamista muita oppilaita enempää kiusalliseksi. Myöskään musiikinopettajan mainitsemaa rumpujensoittoa ei esiinny sellaisenaan ujojen oppilaiden vastauksessa.

Aktiviteetit, jotka koettiin ikävinä, eikä olisi haluttu osallistua

TAULUKKO 13. Musiikintunneilla ikäväksi koettu toiminta, johon ei olisi haluttu osallistua.

4N	Tanssi	2
	Yksin laulaminen	1
4M	Kirjoittaminen	2
	Kitara	1
	Laulu (mikkiin)	1
7M	Rumpujen soitto	2

4M7 kertoi, ettei halua äänensä kuuluvan kaikille ja tämän takia ei pitänyt mikkiin laulamisesta. Haastattelussa hän tarkensi perusteluaan toteamalla, ettei ole mielestään kovin taitava laulaja, minkä takia mikkiin laulaminen tuntuisi ”vähän oudolta”. Mikäli hän saisi laulaa mikkiin yksin tyhjälle luokalle tai pelkästään opettajalle, ei häntä omien sanojensa mukaan ujostuttaisi niin paljoa. Luokassa kuuntelevien oppilaiden sukupuolella ei olisi eroa, poikaa ujostuttaisi yhtä paljon luokan tytöille tai pojille laulaminen. Tyttö 4N6 puolestaan koki laulamisen musiikintunneilla yksin luokan edessä ikäväksi, eikä olisi halunnut tehdä sitä. Lomakevastauksen mukaan kyseessä oli musiikin koe, jossa piti laulaa. Tyttö koki kuitenkin muiden säestyksen helpottavan asiaa. Haastattelussa hän kertoi ajattelevansa laulamisen aikana, mitä muut oppilaat siitä ajattelisivat. Tyttö ei ollut koskaan kokenut että hänelle naurettaisiin, eikä muistanut että kenellekään muulle luokkatoverille olisi naurettu esityksestä.

Seitsemäsluokkalaisista tytöistä yksikään ei ilmoittanut, että musiikintunneilla olisi tehty jotain ikävää, mihin ei olisi halunnut osallistua. Kaksi seitsemäsluokkalaista poikaa kertoi pitävänsä rumpujensoittoa ikävänä toimintana musiikintunneilla. Pojista 7M2 koki rumpujen soittamisen ahdistavaksi. Haastattelussa hän kertoi, että rumpuja täytyi tulla kokeilemaan luokan eteen yksi kerrallaan muun luokan kuunnellessa. Pojalle oli tullut tunne, että muut naureskelevat hänelle. 7M2 kertoi kuitenkin haastattelussa kokevansa musiikintunnit yleisesti

”ihan mukavina”, jonne on mukava mennä, eikä tarvitse jännittää mahdollisiin esiintymistilanteisiin joutumista.

Pojan kuvailu on ristiriidassa musiikinopettajan haastattelusta saatujen tietojen kanssa. Rumpuja tultiin opettajan mukaan kokeilemaan pienellä porukalla ja muulla luokalla oli sillä aikaa muuta kirjallista tekemistä. Tyttö 7N4 kuvailee rumpujensoiton kokeilutilannetta:

H: Teillä ilmeisesti rumpuja on ainakin pitänyt käydä kokeilemassa vähäsen?

7N4: Juu.

H: Millainen tilanne se oli?

7N4: Oli se semmonen aika jännittävä ja kyllä siinä kuitenkin kun siinä sai olla kaveri vieressä niin kyllä siinä nauratti sitten aika paljon ku ei sitten ihan onnistunukaan, mutta lopulta sitten onnistu ja olin iloinen.

H: Eli se oli sulle ihan mieluisa kokemus?

7N4: Kyllä se sitten oli.

H: Joo. Siihen sai parin kanssa ilmeisesti tulla niin oliko muilla sitten jotain muuta tekemistä?

7N4: Ei siinä tainnu olla.. sai jutella vapaasti siinä niinku että ei ne kuitenkaan seurannu sitä niin tarkkaan.

H: Joo. Että ei tullu semmonen olo että kaikki nyt kuuntelee ja tuijottaa?

7N4: Ehei.

Tyttö 7N3 kertoi kokeneensa olonsa ujoksi, kun ei osaa jotain soitinta ja joutuu menemään luokan eteen harjoittelemaan opettajan kanssa yksin. Rumpujen kokeilusta tyttö ei ollut aluksi pitänyt, mutta lisäsi, ettei se ollutkaan niin epämiellyttävää kun opettaja opetti. Tytön mielestä opettajan kunnollinen ohjeistus ja opettaminen vaikuttavat paljon siihen, kuinka jännittävää olisi mennä soittamaan esimerkiksi rumpuja luokan eteen. Luokanopettajan mainitsema perusteellisen opetuksen merkitys nousee siis tutkimustuloksissa jälleen esille. Perusteellinen ja riittävän hitaasti etenevä opetus vähentää oppilaiden pelkoa epäonnistumisesta ja samalla vähentää ujouden tuntemuksia.

Seitsemästä annetusta vastauksesta viisi oli ujojen oppilaiden:

- 4N2: paritanssi pojan kanssa (vastakkainen sukupuoli)
- 4N6: yksin laulaminen
- 4M5: kitaransoitto
- 4M7: mikkiin laulaminen
- 7M1: rumpujen soitto

Ujot oppilaat kokevat siis muita oppilaita useammin musiikintuntien toiminnan niin ikäväksi, etteivät haluaisi osallistua. Paritanssi oli kahdelle neljäsluokkalaiselle tytölle merkittävä ahdistusta aiheuttava toiminta, sillä siihen liittyi fyysinen läheisyys vastakkaisen sukupuolen edustajan kanssa. Zimbardon (1978, 43–44) mukaan vastakkaisen sukupuolen edustaja on merkittävin ujouden tunteita aiheuttava yksittäinen henkilö. Mikkiin laulamisen suhteen yleisön sukupuolella ei koettu olevan väliä – poikaa 4M7 ujostuttaisi yhtä paljon laulaminen tytöille kuin pojillekin. (Zimbardo 1978, 43–44.)

Aktiviteetit, joihin olisi haluttu osallistua, muttei uskallettu

Taulukoissa ilmoitetut numerot ovat oppilaiden tunnuskooidien järjestysnumeroita.

Taulukko 14. Neljäsluokkalaisten toiminnot, joihin on jätetty osallistumatta ujouden vuoksi.

4N	<p>Vapaaehtoisia johonkin, mihin olisit halunnut osallistua, muttet uskaltanut?</p> <p>2 Isorumpu: Jos olisin seonnut tahdissa, kaikki muutkin olisivat seonneet tahdissa</p> <p>6 Kun kysyttiin kapellimestariksi luokan eteen: se oli noloa</p> <p>7 Jos kysytään, että voiko joku soittaa jotain soitinta: pelkää että soittaa ihan väärin.</p>
4M	<p>Vapaaehtoisia johonkin, mihin olisit halunnut osallistua, muttet uskaltanut?</p> <p>3 Yksin soittamaan nokkahuilua: Jos joku nuotti olisi ollut liian vaikea.</p> <p>5 Mikkiin laulaminen: Oma ääni ujostuttaa paljon.</p>

Soittaminen, mikkiin laulaminen sekä kapellimestarina toimiminen ovat neljäsluokkalaisten vastauksissa esiintyneet toiminnot, joissa ujous on ollut osallistumista rajoittava tekijä. Tyttö 4N6 olisi lomakevastauksensa perusteella halunnut joskus osallistua musiikintuntiin vapaaehtoisena kapellimestarina. Hän koki sen kuitenkin noloksi. Haastattelussa hän kertoi, että noloa kapellimestarina toimimisesta teki toiminta koko luokan edessä muiden oppilaiden katsoessa.

Vastausten perusteluissa korostuu virheiden tekemisen pelko. 4M5 kertoi haastattelussa, ettei laulaminen itsessään ole epämieluisaa, mutta mikkiin laulaminen ujostuttaa:

”H: Mites tuo laulaminen?”

4M5: Noo.. Kyllä mä välillä meen laulamaan. ei se aina niin tunnu.. jos on niinku aina kutsutaan jotain neljä sellasta laulajaa laulamaan.

H: (. . .) mikkiin laulaminenko ei ole mieluista?”

4M5: Niin.

H: Oma äänikö ujostuttaa?”

4M5: Nii.

H: Osaatko sanoa, että mikä siinä ujostuttaa eniten?”

4M5: Noh.. että se kuulostaa.. että se.. aika nololta.”

Oman äänen kuuluminen muille koetaan siis ujoutta aiheuttavaksi ja musiikintunneilla osallistumista rajoittavaksi tekijäksi. Ryhmässä laulaminen poistaa pelkoa oman äänen kuulumisesta muille ja toimii samalla ujoutta vähentävänä tekijänä. Samoin fyysinen sijainti muiden edessä vaikutti kapellimestariksi tulemisen pelottavuuteen.

TAULUKKO 15. Seitsemäsluokkalaisten aktiviteetit, joihin on jätetty osallistumatta ujouden vuoksi.

7N Vapaaehtoisia johonkin, mihin olisit halunnut osallistua, muttet uskaltanut?

- 1 Yksinlaulu: Pelkään että laulan huonosti.
- 2 Jokin tekeminen, mitä ei osaa ja kaikki oppilaat näkee.
- 3 En ole joskus halunnut mennä yksin.
- 5 Johtui seiskan alussa uusista luokkakavereista ja pelosta että menee väärin.
- 6 En ole varma taidoistani ja pelkään että minulle nauretaan jos en olekaan hyvä.

7M Vapaaehtoisia johonkin, mihin olisit halunnut osallistua, muttet uskaltanut?

- 3 En osaa kunnolla.
 - 6 En ole niin hyvä soittamaan mitään.
-

Seitsemäsluokkalaisten vastauksissa korostuu virheiden tekemisen pelko ja etenkin virheiden näkyminen tai kuuluminen muille luokkatovereille. Esimerkiksi tyttö 7N1 olisi halunnut laulaa yksin, muttei uskaltanut koska pelkäsi laulavansa huonosti. Hän ei osannut haastattelussa perustella asiaa perusteellisemmin. Tyttö ei ollut koskaan havainnut, että

kukaan olisi laulanut heikosti ja joutunut luokassa naurunalaiseksi. Naurunalaiseksi tulemisen pelko voi siis olla oppilaiden toimintaa estävä tekijä, vaikka opettaja saisi luokkaan hyvän ilmapiirin, jossa kenenkään virheille ei naureta.

Neljäsluokkalaisten pojan (4M2) haastattelusta kävi ilmi, ettei kaikki osallistumattomuus suinkaan ole ujoutta tai pelkoa:

”No kyllä mä oon joskus menny sinne.. yleensä. Kun en mä yleensä viittaa kato ku kaikki viittaa että pääseekö enkä mä jaksa viitata.. että pääsis sinne eteen seisomaan tai jotain tekemään..”

On siis syytä eritellä joukosta ujojen oppilaiden vastaukset. Millaiseen toimintaan ujoilla olisivat halunneet osallistua, mutta eivät uskaltaneet?

Ujojen oppilaiden vastaukset:

- 4N2: isorumpu
- 4N6: kapellimestariksi luokan eteen
- 4M5: mikkiin laulaminen
- 7N1: laulaminen yksin
- 7N4: ei ole halunnut mennä yksin
- 7N5: uudet, vieraat luokkatoverit ujostuttivat

Koska kaikkien oppilaiden vastaukset olivat hyvin samankaltaisia, eivät ujojen oppilaiden vastaukset erotu joukosta. Oman äänen kuuluminen muille, fyysinen sijainti muiden edessä sekä yksin toimiminen ovat olleet esteitä ujojen oppilaiden osallistumiselle musiikintuntien aktiviteetteihin.

Musiikintunneilla koetut fyysiset tuntemukset ja niitä aiheuttaneet tilanteet

Oppilaiden tuli ympyröidä listasta sopivat vaihtoehdot. Esimerkkitutkimukset oli valikoitu Zimbardon (1978, 137) esittelemästä Stanfordin yliopiston kyselylomakkeesta ujoudesta kärsiville. Koska tässä tutkimuksessa ujoutta ei pidetä sairautena, ei ujouden aikaansaamista fyysisistä tuntemuksista käytetä oire-nimitystä. Kyseessä ovat fyysiset tuntemukset, jotka voivat haitata oppilaan suoriutumista musiikintuntien toiminnassa, mutta ne eivät lähtökohtaisesti ole hyviksi tai huonoiksi arvoitettuja. Tutkimuksen kyselylomakkeeseen

valikoitiin seuraavat esimerkkitunget: punastuminen, sydämentykytys, tuntemukset vatsassa, suun kuivuminen, vapina sekä hikoilu. Viimeinen kohta jätettiin avoimeksi, jotta oppilaat voisivat halutessaan täydentää listaa. Numerot taulukoissa ovat oppilaiden vastausten lukumääriä. (Zimbardo 1978, 137.)

TAULUKKO 16. Neljäsluokkalaisten musiikintunneilla kokemat fyysiset tuntemukset.

4N	Punastuminen	3
	Tuntemukset vatsassa	2
	Suun kuivuminen	2
	Sydämentykytys	1
4M	Tuntemukset vatsassa	3
	Sydämentykytys	2
	Hikoilu	2
	Punastuminen	1
	Jännitys	1

Neljäsluokkalaiset ovat kokeneet fyysisiä tuntemuksia musiikintunneilla. Punastuminen on tyttöjen keskuudessa yleisin oire, pojilla tuntemukset vatsassa. Haastattelussa 4M9 kertoi tuntemuksistaan vatsassa:

H: Sulla on joskus tullu tuntemuksia vatsassa?

4M9: Joo, kun jännittää. Kun on melkein yksin siellä jotain tekemässä.

H: Onks se hyvä vai huono tunne?

4M9: Semmonen.. en mä osaa sanoa.

Kyseisen tilanteen 4M9 muisteli kokeneensa laulaessa ja jossain musiikinkokeissa, kuten teoriakokeessa ja kitaransointukokeessa. Pojan tapauksessa fyysistä jännitystä ei koettu miellyttäväksi tai epämiellyttäväksi tunteeksi.

Neljäsluokkalainen tyttö 4N6 on kokenut kaikista vastanneista oppilaista eniten erilaisia tuntemuksia: punastumista, sydämentykytystä, tuntemuksia vatsassa ja suun kuivumista. Lomakevastauksessaan hän kertoi tilanteeksi huomion keskipisteenä olemisen. Haastattelussa hän kuvaili, että tällaisessa tilanteessa jännittää, uskaltaako laulaa omalla äänellä: miltä oma

ääni kuulostaa ja tuleeko virheitä. Huomion keskipisteeksi joutuminen voi siis aiheuttaa ujoille oppilaille runsaasti erilaisia fyysisiä oireita, jotka haittaavat suoritusta.

TAULUKKO 17. Seitsemäsluokkalaisten musiikintunneilla kokemat fyysiset tuntemukset.

7N	Tuntemuksia vatsassa	3
	Punastuminen	2
	Sydämentykytys	2
	Vaivaantuneisuus	1
	Epävarmuus	1
	Päänsärky	1
7M	Punastuminen	3
	Sydämentykytys	3
	Tuntemuksia vatsassa	3
	Suun kuivuminen	2
	Jännitys	2
	Hikoilu	1

Seitsemäsluokkalaiset ovat kokeneet neljäsluokkalaisia enemmän fyysisiä tuntemuksia musiikintunneilla. Punastuminen, sydämentykytykset ja tuntemukset vatsassa ovat oppilaiden keskuudessa tavallisimpia. Poika 7M4 on kokenut musiikintunneilla tuntemuksia vatsassa ja suun kuivumista. Nämä fyysiset tuntemukset hän koki, kun joutui soittamaan kitaraa luokan eturivissä. Hän kertoi haastattelussa, ettei ole varma omista taidoistaan ja että muiden läsnäolo vaikuttaa asiaan. 7M4 soittaisi kitaraa mieluummin takarivissä. Soittimen äänen erottuvuudella ei pojan mielestä olisi merkitystä, sen sijaan mikkiin laulamissa juuri oman äänen kuuluminen on suurin este osallistumiselle. Poika 7M7 on kokenut rumpujensoiton yhteydessä punastumista ja tuntemuksia vatsassa. Hän mainitsee rumpujensoiton lomakevastauksissaan useassa kohdassa. Kyseessä on ollut pojalle epämiellyttävä tilanne, lähinnä luokan edessä soittamisen takia. Myös osaamattomuus vaikutti pojan epämiellyttäviin tuntemuksiin. Fyysinen sijainti muiden edessä sekä oman lauluäänen kuuluminen muille aiheuttavat siis joillekin oppilaille fyysisiä tuntemuksia.

TAULUKKO 18. Ujojen oppilaiden fyysiset tuntemukset musiikintunneilta.

	punastuminen	sydämentykytys	tuntemukset vatsassa	suun kuivuminen	vapina	hikoilu	jännitys
4N1	x						
4N2							
4N6	x	x	x	x			
4M2							
4M5						x	
4M7		x	x				
4M8		x					
7N1							
7N3	x						
7N4							
7N5		x					
7M1	x	x					
7M4			x	x			
7M7							x
7M8							x

Yhdeksästä itsensä usein tai joskus ujoksi vastanneista oppilaista ainoastaan yhdellä ei oman vastauksensa perusteella ole esiintynyt mitään fyysisistä oireista. Tyttö 7N4 on mielestään musiikintunneilla joskus ujo, mutta ei osaa perustella vastaustaan eikä ole kokenut fyysisiä oireita.

Ujojen oppilaiden kokemissa fyysisissä tuntemuksissa on oppilaiden kesken suurta hajontaa. Yleisin koettu tuntemus ovat sydämentykytykset sekä punastuminen. Lomakkeen ehdotuksista vapina oli ainoa fyysinen tuntemus, mitä yksikään oppilaista ei ollut kokenut musiikintunneilla.

Kuvittele, että sinun täytyisi pitää esitys koko luokalle. Miltä se tuntuisi?

Ujojen oppilaiden vastaukset on lihavoitu.

TAULUKKO 19. Millaisena koettaisiin yksin esiintyminen luokalle neljännellä luokalla?

4N (N=7)	Kuvittele, että sinun täytyisi pitää esitys yksin koko luokallesi. Miltä se tuntuisi?
	<ul style="list-style-type: none"> 1 Hauskalta ja jännittävältä 2 Kauhealta: koska kuitenkin jokin meni pieleen 3 Jännältä: se alkaa jännittämään ja mahassa tuntuu oudolta 4 Kamalalta: nolottaisi kun kaikki muut vaan katsoisi 5 Mahtavalta: olisi hienoa pitää esitys koko luokalle esim. musiikin teoriasta 6 Pelottaa jo nyt: se olisi kauheaa 7 Vähän pelottavalta: jos jokin, esim. laulu meni pieleen
<hr/>	
4M (N=9)	Kuvittele, että sinun täytyisi pitää esitys yksin koko luokallesi. Miltä se tuntuisi?
	<ul style="list-style-type: none"> 1 Nololta: koska en ole pitänyt luokalle esitystä yksin 2 Hauskalta: en osaa sanoa 3 Mahanpohjassa muurahaisia: en tunne miten joku sana lauletaan 4 Liian jännittävältä: en oikein uskalla laulaa 5 Nololta: jos virhe tulee ja kaikki nauraa 6 Kivalta: koska olen rohkea ihminen 7 Kamalalta: en pidä yleisöstä 8 Aika pelottavalta: koska en tykkää laulaa yksin 9 Hirveältä: koska pelottaa

Viisi neljäsluokkalaista kokisi koko luokalle esiintymisen yksin positiiviseksi, jopa toivottavaksi tilanteeksi. Viidestä asiaan positiivisesti suhtautuneesta oppilaasta kaksi on tutkimuksessa ujoiksi valikoituneita. Viisi muuta ujoksi valikoitunutta neljäsluokkalaista kokisi yksin esiintymisen musiikintunnilla epämiellyttäväksi.

Tyttö 4N1 vastasi, että yksin esiintyminen koko luokalle tuntuisi hauskalta ja jännittävältä. Haastattelussa hän kertoi jännittävänsä, miten muut suhtautuisivat esitykseen. Tilanteeseen ei vaikuttaisi, jos luokassa olisivat pelkästään tytöt tai pojat läsnä. Esiintyminen opettajalle kahden kesken ei jännittäisi välttämättä. Neljäsluokkalainen tyttö 4N6 puolestaan kokisi esityksen pitämisen koko luokalle yksin kauheaksi. Pelkästään opettajalle tai pelkästään luokan tytöille esiintyminen olisi vähemmän pelottava ajatus. Tytön mielestä soittaminen

yksin koko luokalle olisi vähemmän pelottavaa kuin laulaminen, koska soitinta soitettaessa muille ei kuulu oma vaan soittimen ääni.

TAULUKKO 20. Millaiseksi koettaisiin yksin esiintyminen seitsemännellä luokalla?

7N (N=8)	Kuvittele, että sinun täytyisi pitää esitys yksin koko luokallesi. Miltä se tuntuisi?
1	Tosi hauskalta, mutta myös jännältä: esiintyminen on hauskaa mutta jännittävää
2	Hirveältä: koska kaikki näkee jos en osaa
3	Hirveältä: en tykkää esiintyä, ei ole kivaa olla huomion keskipisteenä
4	Pikkasen jännittäisi: pelkäisin että möhlin koko jutun
5	Jännittäisi varmasti: pelkäisi että menisi väärin ja mokailua kommentoitaisiin
6	Jännittävältä: koska en tiedä mitä ihmiset ajattelevat minusta ja esityksestäni
7	Epäreilulta: koska muiden ei tarvitse tehdä mitään Pelottavalta: tavallaan pelkäisi, että jos epäonnistuu niin koko luokka
8	nauraisi

7M (N=10)	Kuvittele, että sinun täytyisi pitää esitys yksin koko luokallesi. Miltä se tuntuisi?
1	Pelottavalta, ellen osaisi: koska se on hirveää
2	Kauhealta: en tiedä
3	No ei se ole niin hirveää: ei vaan olisi
4	Ei kovin kivalta: en tykkäisi
5	Jaa-a, riippuu aiheesta: jos aihe ois kiva niin ois helpompaa
6	Normaalilta, jos ei ole soittamista tai laulamista: en ole hyvä niissä
7	Jännittävältä: koska jos jokin menee pieleen niin siinä "nolaantuu" helposti
8	Pelottavalta: en haluaisi, tunnen itseni noloksi jos sanon jotain väärin
9	Ihan ok
10	Rumpujen kanssa parhaat jutut

Seitsemäsluokkalaisten vastauksista neljä oli yksin esiintymiseen positiivisesti suhtautuvia. Loput neljätoista oppilasta kokisi tilanteen epämiellyttäväksi. Ujoista oppilaista kaikki kokisivat tilanteen negatiiviseksi asiaksi. Neljäsluokkalaisiin verrattuna yksin esiintyminen musiikintunneilla nähdään siis seitsemännellä luokalla pelottavampana. Kaikista tutkimukseen osallistuneista kaksitoista oppilasta viidestätoista kokisi yksin esiintymisen negatiivisena asiana. Kymmenen oppilasta koko oppilasaineksesta kokisi yksin esiintymisen positiiviseksi asiaksi ja näistä oppilaista kolme on tutkimuksessa ujoiksi valikoituneita. On kuitenkin huomioitava, että kolme positiivisesti yksin esiintymiseen suhtautuvaa ujoa

oppilasta ovat mielestään harvoin ujoja musiikintunneilla. Heidät valikoitiin ujoin opettajien lausuntojen perusteella.

Haastatelluista oppilaista kaksi, 4M5 ja 7N1 koki, että olisi mieluisampaa esiintyä koko luokalle kuin pelkästään opettajalle:

H: Onko väliä jos pelkästään teidän luokan pojat tai tytöt ois kuuntelemassa?

4M5: Ei olis sillon väliä.

H: Entäs jos pelkästään opettajalle?

4M5: Sillon on vähän nolompaa.

H: Okei, eli mieluummin koko luokalle kuin opettajalle?

4M5: Juu.

H: Osaatko sanoa, minkä takia?

4M5: Emmä tiiä kunnolla.

Loput haastatelluista kokivat pelkästään omalle opettajalle esiintymisen helpommaksi kuin koko luokalle. Esimerkiksi seitsemäsluokkalainen poika 7M4 ei pitäisi yksin esiintymisestä koko luokalle, vaan toimisi mieluummin kaveriporukassa. Haastattelussa hän kertoi, että opettajalle esiintyminen jännittäisi kyllä hieman, mutta ei niin paljoa kuin koko luokalle esiintyminen.

Haastatelluista oppilaista 4N2, 4N6, 7N4 ja 7N1 kokivat, että luokassa olevan yleisön sukupuolella on merkitystä: pelkästään oman sukupuolen edustajille esiintyminen koettiin vähemmän jännittäväksi.

Seitsemäsluokkalainen poika 7M7 kokisi yksin esiintymisen jännittäväksi, koska siinä saattaisi mennä jotain pieleen ja sellaisessa tilanteessa nolostuisi helposti. Haastattelussa poika kertoi, ettei yleensääkään esiinny mielellään tai ole paljoa äänessä. Yksin esiintymisessä menisi pojan mukaan helposti lukkoon kun muut vain katsovat ja tuijottavat. Esiintymistilanteessa tulisi ajateltua, mitä muut ajattelevat.

Pojan 7M2 mielestä yksin esiintyminen koko luokalle tuntuisi kauhealta. Hän ei lomakevastauksessaan osannut perustella, mutta kertoi haastattelussa, että yksin luokan eteen

meneminen tuntuisi siinä pahalta. Yleisön karsimisella pelkästään luokan tyttöihin tai poikiin ei olisi väliä, mutta yksin opettajalle esiintyminen ei pelottaisi niin paljoa.

Tyttö 7N1 kokisi esiintymisen yksin koko luokalle hauskaksi, mutta jännittäväksi. Hän kertoi pitävänsä musiikintunneissa eniten laulamista, mutta luokan edessä hän soittaisi mieluummin. Haastattelussa hän ei osannut perustella syitä muuten kuin että soittaminen on helpompaa esiintymistilanteessa. Tyttö koki oman äänensä ja soittimen äänen hyvin eri asioiksi.

Tulokset tukevat luokanopettajan näkemystä siitä, kuinka oppilaiden varttuessa kohti murrosikää heidän itsekontrollinsa kasvaa. Tutkimustuloksissa tämä näkyy esimerkiksi siten, että yksin esiintyminen koetaan seitsemännellä luokalla negatiivisemmaksi kuin neljännellä luokalla. Myös Kosonen (2001, 27) puhuu samanlaisesta murrosiän aiheuttamasta itsetietoisuuden kasvusta ja sitä kautta oman tekemisen tarkemmasta kontrollista.

6 POHDINTA

6.1 Vastauksia tutkimusongelmiin

Miten oppilaat käsittävät ja kokevat ujouden?

Valtaosa tutkimukseen osallistuneista oppilaista ilmoitti kokeneensa musiikintunneilla ujoutta. Kuudestatoista neljäsluokkalaisesta kahdeksan oppilasta ilmoitti, ettei ole kokenut musiikintunneilla koskaan ujoutta. Heistä viisi oli tyttöjä. Kahdeksastatoista seitsemäsluokkalaisesta enää kolme ilmoitti, ettei ollut kokenut musiikintunneilla koskaan ujoutta. Seitsemäsluokkalaiset olivat siis kokeneet neljäsluokkalaisia enemmän ujoutta musiikintunneilla. Luokanopettajan kokemusten mukaan oppilaiden itsekriittisyys lisääntyy kuudenteen luokka-asteeseen mennessä merkittävästi, ja samalla kynnyksensä likoon kasvaa. Seitsemäsluokkalaiset oppilaat ovat varttumassa varhaisnuoriksi, jolloin nopea fyysinen ja psyykinen kehittyminen saa oppilaissa aikaan erityisen korostuneen itsetietoisuuden (Kosonen 2001, 27). Seitsemäsluokkalaiset alkavat tiedostaa itseään ja toimintaansa suhteessa ympäristöön ja ovat herkkiä ulkoiselle palautteelle. Samalla virheiden pelko muiden seurassa kasvaa, eikä musiikintunneilla uskalleta osallistua uusiin asioihin yhtä rohkeasti kuin neljännellä luokalla. (Kosonen 2001, 27.)

Ujous nähtiin molemmilla luokka-asteilla arkea rajoittavaksi tekijäksi, eräänlaiseksi pelkuruudeksi. Suurin osa oppilaiden vastauksista alkoi sanoilla ”ei uskalla”, mikä viestii, että ujous on kielteinen asia yhteiskunnassamme. Ujous mielletään siis jonkin asian pelkäämiseksi. Erityisesti seitsemäsluokkalaisten vastauksissa korostui, että ujo ihminen ei uskalla puhua. Oppilaiden mielikuvat edustavat samankaltaista negatiivisesti arvottavaa näkemystä kuin Carduccin ja Zimbardon (1995, 35) raportissa, jossa ujoutta pidetään elämää rajoittavana sosiaalisena sairautena.

Vastausten joukosta yksi erottui muita positiivisempaan: tyttö 4N6 kuvaili haastattelussa ujoa ihmistä rauhalliseksi. Tyttö kertoi kyselylomakkeessa olevansa musiikintunneilla usein ujo. Hän luonnehti lomakkeessa ujoa sanoin ”pelokas, ei puhu paljoa eikä viittaa”. Myös tytön

muut lomakevastaukset tukevat itsearviointia: tyttö todella pelkäisi esiintyä yksin koko luokalle ja toimisi mieluiten ryhmässä. Arvioinnin ja arvostelun kohteeksi joutuminen vaikuttaa tytön estyneisyyteen. Hän on myös kokenut kaikista tutkimukseen osallistuneista oppilaista eniten fyysisiä tuntemuksia musiikintunneilla. Tässä tapauksessa tytön oma ujous saattoi vaikuttaa henkilön näkemykseen ujoudesta.

Millaista toimintaa ujut oppilaat toivovat musiikintunneille?

Sekä neljännellä että seitsemännellä luokalla toivottiin runsaasti ryhmitöitä ja soittamista. Vastauksista erityisen merkillepantavaa on laulun merkityksen muutos siirryttäessä neljänneltä luokalta seitsemännelle luokalle: etenkin poikien mieltymys lauluun koki suuren romahduksen soittamismielityksien pysyessä lähes ennallaan. Laulu oli selkeästi pidetyimpiä aktiviteetteja neljäsluokkalaisten ja seitsemäsluokkalaisten tyttöjen vastauksissa, mutta silti laulua toivottiin tulevilta musiikintunneilta vain vähän. Seitsemäsluokkalaista pojista kukaan ei toivonut laulua.

Useimmat oppilaat toivat esille ryhmässä tekemisen mielekkyyden. Ujut oppilaat eivät erottuneet tässä suhteessa muusta oppilasaineksesta. Viidestätoista ujoksi valikoituneesta oppilaasta ainoastaan kolme ei toivonut laulamista tai soittamista. Yksi ujo oppilas toivoi kuuntelua ja kaksi seitsemäsluokkalaista poikaa eivät pitäneet musiikintunneista, koska kokivat osaamattomuuden tunteita. Haastattelut tarkensivat laulu- ja soittotoiveita nimenomaan ryhmässä toimimiseksi: viidestätoista toiveesta yhdeksässä mainittiin erikseen ryhmässä toimiminen ja vaikka loppuissa kuudessa ujon oppilaan toiveaktiviteetissa ei ryhmää erikseen mainittu, tukevat haastattelujen tarkennukset ryhmässä tekemisen mielekkyyttä sekä ujojen että koko muun luokan selkeässä enemmistössä. Tulokset tukevat molempien opettajien käsityksiä ryhmässä tekemisen mielekkyydestä. Tämä pätee paitsi ujoihin, myös koko luokan oppilasaineksen enemmistöön. Sen sijaan opettajien käsitys siitä, että ujut oppilaat pitäisivät erityisesti kuuntelutehtävistä, ei saanut tutkimustuloksista tukea. Ujut oppilaat eivät toivoneet musiikintunneilta kuuntelu- tai teorian tehtäviä muita oppilaita enempää.

Musiikinopettaja toi haastattelussaan esille, että ujoja oppilaita on kahta perustyyppiä: sellaiset, jotka haluavat ehdottomasti tulla esiintymään opettajalle kaverin kanssa ja ujut, jotka

taas eivät missään nimessä halua ketään muita kuuntelemaan heidän musiikillista suoritustaan opettajalle. Kososen (2001, 79) tutkimuksessa juuri yksin tai hyvien kavereiden kanssa musisointi koettiin kaikkein nautinnollisimmaksi, sillä tällöin ihminen rohkaistuu käyttämään musiikkia keskusteluvälineenä oman itsensä kanssa, nautiskeluna. Tutkimuksen haastatteluissa kävi ilmi, että osa oppilaista toimisi mieluiten yksin musiikintunneilla. Ryhmässä tekemistä ei voida siis yleistää kaikkien oppilaiden mieltymykseksi, mutta tämän tutkimuksen tulosten perusteella ryhmäaktiiviteetteja voidaan pitää enemmistön toiveena – oppilaan ujoudesta riippumatta. (Kosonen 2001, 79.)

Alaluokkien opettajan ajatus siitä, että ujut oppilaat pitäisivät erityisesti rytmisoittimista ja kuuntelusta, ei saa tutkimustuloksista vahvistusta. Kaikista oppilaista rumpujensoittoa toivoi neljä, joista yksi oppilas on ujoiksi valikoitu. Tosin oppilaiden vastauksissa esiintyi useasti soittaminen-termi, joka voi tarkoittaa myös rytmisoittimia.

Mistä tilanteista ja toiminnasta ujut oppilaat pitävät vähiten musiikintunneilla?

Ujosten oppilaiden vastaukset eivät poikenneet merkittävästi muista oppilaista. Esiintyminen musiikintunnilla jännittää useimpia oppilaita. Tutkimustuloksissa ilmeni fyysisen esilläolon korostunut merkitys jännitykselle: moni oppilas rohkaistuisi esimerkiksi laulamaan mikkiin, jos saisi laulaa omalta paikaltaan. Samoin kitaransoitossa: poika 7M4 kertoi kokeneensa kitaransoiton eturivissä epämiellyttäväksi ja jännittäväksi kokemukseksi. Poika kuitenkin piti kitaransoitosta ja soittaisi mieluusti luokan takarivissä. Fyysinen muiden edessä oleminen koetaan siis ujoutta aiheuttavaksi tekijäksi musiikintunneilla.

Toinen ujouden tuntemuksia aiheuttava tekijä on oman lauluäänän kuuluminen muille. Oma ääni koetaan osana omaa persoonaa ja siksi sen arvostelua pelätään enemmän kuin jonkin soitettun instrumentin. Neljännen luokan ainoat laulamista epämiellyttävänä pitäneet oppilaat olivat molemmat ujoiksi valikoituja. Myös seitsemäsluokkalainen tyttö 7N1 kertoi haastattelussa, että porukassa laulaminen on miellyttävämpää kuin yksinlaulu. Tulokset tukevat luokanopettajan pohdintaa lauluäänestä ja siitä, kuinka oppilaat kokevat sen osana omaa persoonaa. Musiikintuntien työtavoissa tulisikin suosia ryhmälaulua, jolloin yksittäisten oppilaiden ääni ei erotu selvästi joukosta. Tällöin ujutkin oppilaat rohkaistuvat laulamaan.

Luokanopettaja painotti hyvän ja perusteellisen opetuksen merkitystä ujouden voittamiseksi. Tutkimustulokset tukevat opettajan näkemystä, sillä haastatteluissa kävi ilmi, että yksi suurimmista ujoutta aiheuttavista tekijöistä on epävarmuus omasta osaamisesta. Oppilaiden mukaan todella perusteellinen opetus ja harjoittaminen vähentävät jännitystä ja riskiä ujouden tuntemuksiin, kun oppilas tuntee osaavansa esitettävän asian. Esimerkiksi seitsemäsluokkalainen poika 7M7 vastasi kyselylomakkeeseen olevansa musiikintunneilla joskus ujo ja perusteli vastaustaan tilanteilla, joissa ei ole varma omasta osaamisestaan. Hyvä ja perusteellinen opetus vaikuttaisi samalla myös pojan motivaatioon: musiikintunneilta hän ei osannut kertoa mieluista aktiviteettia, mutta haastattelussa kävi ilmi, että poika pitäisi jonkun instrumentin soitosta jos vain osaisi. Luokanopettajan ajatukset hyvän ja perusteellisen opetuksen merkityksestä saavat siis tukea tutkimustuloksista.

Suurin osa oppilaista esiintyisi mieluiten yksin opettajalle. Luokkatovereiden asenteilla ja arvostelulla on siis merkittävä vaikutus siihen, kuinka ahdistavana muille esiintyminen koetaan. Myös luokassa olevien oppilaiden sukupuolella on merkitystä: oman sukupuolen edustajille esiintyminen koetaan vähemmän jännittäväksi. Zimbardon (1978, 43–44) tutkimustulosten mukaan vastakkaisen sukupuolen edustaja on merkittävin ujoutta aiheuttava yksittäinen henkilö. Tämän tutkimuksen tulosten mukaan vastakkainen sukupuoli vaikuttaa jo peruskouluikäisillä ujouden tuntemuksiin. (Zimbardo 1978, 43–44.)

Musiikinopettaja mainitsi haastattelussa, että rumpujensoiton kokeilu saattaisi olla joillekin oppilaille ahdistava tilanne. Lomakevastauksista ja haastattelusta erottui seitsemäsluokkalainen poika 7M2. Lomakkeessa hän oli vastannut olevansa musiikintunneilla harvoin ujo, eikä musiikinopettaja nimennyt häntä ryhmästään ujoksi oppilaaksi. Poika oli kuitenkin kokenut rumpujensoiton kokeilun ahdistavammaksi kuin muut ryhmäläiset. Haastattelussa poika kertoi, että rummut ovat hänen mielestään hankalia soittaa ja kokeilutilanteessa muiden oppilaiden läsnäolo jännitti. Poika oli kokenut, että joutui soittamaan luokan edessä yksin ja muut oppilaat kuuntelivat hänen soittoaan ja naureskelivat hänen virheilleen. Vaikka kokeilukerta oli mennyt pojan omien sanojensa mukaan hyvin, hän ei silti haluaisi tulla kokeilemaan rumpuja enää toista kertaa. Tilanne herätti siis voimakasta ujoutta. Musiikinopettajan ja tytön 7N4 mukaan rumpuja tultiin kokeilemaan pienissä ryhmissä. Lisäksi luokan muilla oppilailta oli samaan aikaan muuta kirjallista työtä, eivätkä he keskittyneet kuuntelemaan rumpujensoiton kokeilijoita. Kososen (2001, 79) mukaan

soittaja kokee instrumenttia soittaessaan esiintyvänsä sekä muille kuulijoille että itselleen. Pojan 7M2 tapauksessa muiden kuulijoiden vaikutus tilanteeseen on ylikorostunut. Muut kuulijat koetaan ennen kaikkea arvostelijoina ja samalla soittajan merkitys oman soittonsa kuulijana ja tulkitsijana vähenee. Tätä tukevat Kososen tulokset, joiden mukaan soittajat pitävät eniten tilanteista, joissa ei ole muita kuulijoita. Tällöin soittaja voi keskittyä omaan rooliinsa sekä soittajana että oman soittonsa kuulijana ja tulkitsijana. (Kosonen 2001, 79.)

Millaisia kokemuksia opettajilla on oppilaiden ujoudesta?

Molemmat tutkimuksessa haastatellut opettajat pitivät ujoutta monin eri tavoin ilmenevänä ihmisen ominaisuutena. Luokanopettajan haastattelussa esiin nousivat tunnolliset, luonteeltaan pedanttiset tyttöoppilaat, jotka eivät virheiden pelossa uskalla osallistua musiikintuntien toimintaan. Toinen luokanopettajan mainitsema ujoustyyppi käsitti ylikorostetun voimakkaasti pelleilevät pojat, jotka pyrkivät naamioimaan ujoutensa häiritsevällä käyttäytymisellä. Myös musiikinopettaja mainitsee tunnolliset tyttöoppilaat, jotka ovat taidollisesti hyviä, mutta eivät tee mitään luokkatovereiden läsnä ollessa. Musiikinopettaja kuitenkin toteaa, että tällaisia tunnollisia ujoja on sekä tytöissä että pojissa.

Spoonerin (2005, 459) tutkimustuloksista käy ilmi, että opettajien ja jopa lasten vanhempien käsitykset lasten ujoudesta eivät usein vastaa totuutta. Tulosten mukaan kolmasosa ujoista lapsista jäi huomaamatta vanhemmilta ja opettajilta. Tämän tutkimuksen tulokset tukevat Spoonerin tutkimuksen löytöä: opettajat kykenivät nimeämään ainoastaan pienen osan luokkansa niistä oppilaista, jotka pitivät itseään ujoina. Spoonerin tutkimuksen ujoiksi tunnistamatta jääneet oppilaat olivat itsetunnon muuta ujoja heikompia. On syytä pohtia, mitä seuraamuksia heikon itsetunnon omaavalle ujoille on siitä, että hänen ujouttaan ei tunnusteta. Millaiseksi muut ihmiset kokevat ujon ihmisen käyttäytymisen? Oppilaiden vastausten perusteella ujon ihmisen käyttäytymismallit ovat hyvin estyneitä ja negatiivisia, sillä useimmat ujojen kuvailuista alkavat sanoilla ”ei uskalla”. Jos oppilaan ei tiedetä olevan ujo, niin katsotaanko hänen käytöksensä olevan pelkuruutta tai laiskuutta? Musiikinopettaja piti tärkeänä, että oppilaan hiljaisen ja vetäytyvän käyttäytymisen syyt selvitetään. Kyseessä voi olla ujojen lisäksi mm. negatiivinen luokkahenki. Myös luokanopettaja korosti hyvän ryhmähengen merkitystä etenkin ujojen oppilaiden tuntiaktiivisuuteen. Cantell (2010, 13–30) on painottanut opettajan vastuuta ottaa selville vetäytyvien oppilaiden käyttäytymisen syyt,

jotka voivat olla myös luokkahengessä. Opettajalla on siis tärkeä tehtävä luokkansa ryhmäyttäjänä ja hyvän luokkahengen luoja. (Cantell 2010, 13–30; Spooner ym. 2005, 459.)

Luokanopettajan mukaan mahdollisimman hyvä ja perusteellinen opetus poistaa ujoutta. Oppilaiden vastaukset tukevat luokanopettajan ajatusta. Useissa lomake- ja haastatteluvastauksissa ilmeni oppilaan pelko omasta osaamattomuudesta musiikintuntien toimintaan estävänä tekijänä. Haastatteluvastausten perusteella perusteellinen ja hyvä opetus vähentäisi oppilaiden jännitystä omasta suoriutumisesta ja samalla pienentäisi kynnystä osallistua esimerkiksi yhteissoittoon.

Molemmat opettajat pitivät yhtenä ujojen oppilaiden huomioimisen muotona mahdollisuutta toimia ryhmässä. Tulosten perusteella myös oppilaat arvostivat tätä riippumatta heidän omasta ujoudestaan. Crozierin ja Hostettlerin (2003, 317–328) mukaan ujous vaikuttaa lasten kognitiiviseen suoriutumiseen heikentävästi, etenkin kasvokkain tehdyissä testeissä. Ryhmätilanne vähensi ujojen kielteistä vaikutusta ujojen lasten kognitiiviseen suoriutumiseen merkittävästi. Tulokset tukevat haastateltujen opettajien ja oppilaiden mielipiteitä: mahdollisuus ryhmässä toimimiseen todella vähentää ujojen tuntemuksia oppilaissa, vähentää heidän estyneisyyttään ja samalla mahdollistaa paremman keskittymisen itse musiikintunnilla opeteltavan asian sisältöön. (Crozier & Hostettler 2003, 317–328.)

6.1.1 Yhteenveto

Tutkimustulosten mukaan opettaja ei tunnista luokkansa kaikkia ujoja oppilaita. Erityisesti musiikintunneilla olisi tärkeää tunnistaa oppilaiden yksilölliset persoonallisuudenpiirteet ja huomioida nämä oppituntien työtapojen ja opetusmenetelmien suunnittelussa. Mikäli ujoutta ei koululuokassa tunnisteta, saatetaan oppilaan tilanteita välttelevä ja vetäytyvä käytös tulkita vähäiseksi motivaatioksi – jopa piittaamattomuudeksi. Oppilaiden vastauksista käy ilmi, että vaikka ujous on tuntemuksena hyvin yleinen, sitä pidetään negatiivisena ja ei-toivottuna luonteenpiirteenä, josta tulisi päästä eroon. Ujojen tavanomaisuus tulisi tuoda yhteiskunnassamme paremmin esille. Samalla tulisi pyrkiä eroon tämän ”hitaasti lämpenevyyden” negatiivisesta arvotuksesta.

Tutkimuksen molemmat opettajat osasivat nimetä luokastaan muutamia ujoja oppilaita, mutta tuloksista kävi ilmi, etteivät opettajien näkemykset ujojen oppilaiden mieltymyksistä kohdanneet oppilaiden antamien vastausten kanssa. Opettajat eivät siis tiedä tarpeeksi tarkkaan, mitkä tilanteet aiheuttavat musiikintunneilla ujoutta ja millaista toimintaa ujo oppilaat tunneilta haluaisivat. Tutkimustulosten mukaan ujojen oppilaiden mieltymykset eivät eronneet muiden oppilaiden vastauksista, joten ujojen oppilaiden huomioiminen musiikintuntien työtavoissa ja toiminnassa olisi koko luokan enemmistön etu. Tulee kuitenkin myös huomioida, että opettajat osasivat nimetä luokastaan osan ujoista oppilaita. Lisäksi opettajat olivat oikeilla jäljillä nimetessään ujojen oppilaiden mieltymyksiä ja ahdistavana koettuja aktiviteetteja musiikintunneilta. Tilanne ei siis suinkaan ole huono: kansakouluaikeiden surullisenkuuluisasta käytännöstä laulattaa oppilaita yksin luokan edessä on tultu jo pitkä matka. Molemmat tutkimukseen osallistuneista opettajista painottivat musiikintuntien esiintymisen vapaaehtoisuutta ja oppilaiden mahdollisuutta vaikuttaa työtapojen valintaan. Aina voidaan kuitenkin parantaa opetuksen laatua ja oppilaiden yksilöllistä huomiointia, joten uutta tutkimustietoa tarvitaan vielä runsaasti.

6.1.2 Jatkotutkimusaiheita

Tämä tutkimus toi uutta tietoa musiikintuntien ujoudesta. Aiheesta on saatavilla aiempaa tutkimustietoa vähän, joten perusteellisempi lisätutkimus olisi tarpeellista. Koska ujous on moniulotteinen ilmiö ja haastavasti tutkittavissa, tulisi jatkotutkimuksissa kehittää yhä tarkempia menetelmiä ujouden eri ulottuvuuksien kartoittamiseen. Esimerkiksi opettajille olisi hyödyllistä saada uutta tietoa ujouden asettamista haasteista ja mahdollisista suosituksista musiikintuntien työtapoihin liittyen.

Laulaminen on yksi musiikintuntien käytetyimmistä työtavoista. Tämän tutkimuksen tulokset osoittavat, että yläluokille siirryttäessä erityisesti poikien innostus laulua kohtaan kokee valtaisan romahduksen. Syynä tähän voi olla esimerkiksi äänenmurroksen aiheuttamat vaikeudet lauluäänen hallitsemiselle, mutta onko se ainoa syy? Aiheesta olisi tärkeää saada jatkotutkimuksia, jotta erityisesti murrosikäisten poikien mielenkiinto laulamista kohtaan saataisiin pidettyä yhtä korkealla kuin alaluokilla. Jos oppilas ei syystä tai toisesta laula, jää häneltä merkittävä osa musiikintuntien toimintaa väliin. Oma ääni koetaan kuitenkin erityisen henkilökohtaisena instrumenttina ja mahdolliset huonot kokemukset musiikintuntien

laulutuokioista saattavat pahimmassa tapauksessa vaikuttaa ihmisen koko loppuelämän laulamiseen arjen tilanteissa. Aihetta tulee siis lähestyä varovasti, kunnioittamalla samalla oppilaiden persoonallisuutta ja vapautta vaikuttaa omiin osallistumistapoihin musiikintunneilla.

Myös soittaminen kuuluu nykyaikaisen musiikinopetuksen tavanomaisiin työtapoihin. Tutkimustulosten mukaan sekä ala- että yläluokilla pidettiin soittamisesta ja sitä myös toivottiin paljon tuleville musiikintunneille, mutta samalla joidenkin instrumenttien soitto aiheutti osalle oppilaista kiusallisia tilanteita – ujoutta. Tarvitaan uusia ja tarkempia tutkimuksia juuri peruskoulun musiikintuntien soittamista koskien: millaiset soittimet koetaan ujoutta aiheuttaviksi ja miksi? Näiden asioiden tiedostaminen toisi musiikinopettajille uusia, tehokkaampia näkökulmia lähestyä ujoa oppilasta oppitunneilla.

6.2 Tutkimuksen luotettavuudesta

On syytä pohtia, missä määrin tutkimustani voidaan pitää luotettavana. Olen pyrkinyt löytämään tutkimukseen valituista luokista ujoimmat oppilaat, mikä ei osoittautunut helpoksi tehtäväksi. Ujoutta on monenlaista ja se ilmenee eri tavoin sekä vieraille ihmisille että ujoille henkilöille itselleen. Tässä tutkimuksessa on painotettu oppilaiden itsearvointia opettajien mielipiteitä unohtamatta. Silti todellisuudessa ujoimpien oppilaiden löytäminen luokasta luotettavasti vaatisi perusteellisempaa perehtymistä oppilaiden käyttäytymiseen eri oppitunneilla, välitunneilla ja arkirutiineista poikkeavissa tilanteissa. Myös oppilaiden vertaisarvioinnilla voitaisiin parantaa luotettavuutta, kun saataisiin lisää tietoa oppilaiden käsityksistä. Käytin tutkimukseni aineistonkeruussa sekä lomakekyselyä että puolistrukturoitua haastattelua. Tällainen usean eri aineistonkeruumenetelmän käyttö, eli triangulaatio parantaa tutkimuksen luotettavuutta, sillä eri menetelmin saadut tiedot täydentävät toisiaan. Kyselylomakkeen kysymyksiä mietittiin ja muokattiin graduryhmässä ja lomake esiteltiin eräessä keskisuomalaisen peruskoulun neljännessä luokassa. Esitestauksen ja graduryhmän palautteen pohjalta lomakkeen kysymysten selkeyttä saatiin parannettua. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 38; Sarajärvi & Tuomi 2009, 143–149; Numminen & Syrjälä 1988, 78.)

Haastateltavilla saattaa Hirsjärven ja Hurmeen (2000, 35) mukaan olla taipumus antaa sosiaalisesti hyväksyttäviä vastauksia. Oppilaiden lomakevastauksista käy ilmi, että ujoutta pidetään negatiivissävytteisenä, ei-toivottuna ominaisuutena. Ei voida sulkea pois sitä mahdollisuutta, että tutkimukseeni osallistuneet oppilaat haluavat kätkeä oman negatiivisena pidetyn ujoutensa. Tällöin lomakevastauksissa ja haastatteluissa jäisi ujoja oppilaita huomaamatta. Luotettavuuteen vaikuttaisi merkittävästi musiikintuntien seuraaminen. Tutkija näkisi tällöin aidot ujoutta aiheuttavat tilanteet ja oppilaiden käyttäytymisen niissä. Aidoissa oppituntien tilanteissa voi olla hyvin vaikeaa kyetä piilottamaan omaa ujoutta. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 35.)

Koulun ulkopuolisena tutkijana olin suurimmalle osalle oppilaita entuudestaan vieras ihminen, minkä osa oppilaista saattoi kokea jännitystä ja ujoutta aiheuttavana tekijänä haastattelutilanteessa. Aarnoksen (2001, 145) mukaan tutkimuksen toteutukselle olisi eduksi, jos tutkija voisi vieraila tutkimassansa luokassa esimerkiksi apuopettajana tai hiljaisena vierailijana ennen aineistonkeruuta. Minulle tarjoutui tilaisuus osallistua neljäsluokkalaisten musiikintuntiin ennen oppilaiden haastattelua. Musiikintunnilla pysyin tutustumaan hieman oppilaisiin ja he minuun. Tällä pyrittiin vähentämään tulevien haastattelutilanteiden jännittävyttä ja näin parantamaan haastattelutulosten luotettavuutta. (Aarnos 2001, 145.)

Tutkimukseeni vastasi 16 neljäsluokkalaista ja 18 seitsemäsluokkalaista oppilasta. Heistä yhteensä 14 haastateltiin. Neljännen luokan oppilasta oli tutkimuspäivänä poissa kaksi oppilasta, seitsemänneltä luokalta neljä. Luotettavuuden lisäämiseksi tulisi haastatella useampaa vähemmän ujoksi valikoitunutta henkilöä, sillä ainoastaan ujoja oppilaita haastatteleamalla saadaan syvennettyä kyselylomakevastauksia yksipuolisesti. Lisäksi mahdollisten poissaolojen takia tutkimuksen ulkopuolelle jäävien oppilaiden määrä tulisi minimoida. Haastatteluja litteroidessani koin useita oivalluksen hetkiä, kuinka kyselylomaketta olisi voinut tarkentaa kysymyksiä muokkaamalla ja uusia lisäämällä. Näin siis perusteellisemmalla pilottitutkimuksella olisi vältetty tässä tutkimuksessa harmillisen usein esiintyneet tyhjät vastaukset ja tulkinnanvaraisuudet.

Luotettavuuteen vaikuttaa myös, millaisella aikataululla tutkimus on toteutettu (Sarajärvi & Tuomi 2009, 141). Tämän tutkimuksen toteutukseen kului lopulta ajallisesti moninkertainen määrä työkuukausia kuin alun perin oli tarkoitus. Aikataulun venyminen aiottu pidemmäksi

saattoi vaikuttaa alkuperäisten ideoiden muovautumiseen ja unohtumiseen. Toisaalta samalla ajatukset tutkimuksen toteutuksesta ja ideoista tulivat käsitellyiksi kiireettömästi. Paluu teoreettisen viitekehyksen pariin yhä uudestaan sai aikaan samankaltaisten tutkimusten linkittymisen tehokkaammin keskenään. (Sarajärvi & Tuomi 2009, 141.)

6.3 Hyvä paha ujous

Omat asenteeni ujoutta kohtaan ovat muuttuneet tätä tutkimusta tehdessäni. Suuria tunteita minussa herätti etenkin omat negatiivissävytteiset asenteeni ujoja ihmisiä kohtaan, vaikka pidän itseäni hieman ujona ja uusista sosiaalisista tilanteista vetäytyvänä. Ujot ihmiset eivät todellisuudessa ole ihmisiä pelkääviä ”nynnyjä”. Keltikangas-Järvinen (2004, 261) esittää varsin kiintoisan näkökulman ujojen ihmisten yleisistä hyvistä ominaisuuksista. Ujoilla ihmisillä on usein kyky empatiaan, mitä omasta mielestäni nyky-yhteiskuntamme niin kipeästi kaipaisi. Mielestäni empatia on aliarvostettu kyky, koska sen suoranaisia hyötyjä on hankala havaita konkreettisesti. Keltikangas-Järvinen osuikin mielestäni asian ytimeen sanoessaan ujoa ihmistä reppanaksi uurastajaksi nykyajan työelämän näkökulmasta. Isokorpi (2006, 36) toteaa, että ujoilla henkilöillä emotionaalinen reagointi on herkempää kuin muilla. Ujostumisessa ja hämmentymisessä on Isokorven mukaan aitoutta, joka vetoaa muihin ihmisiin koskettavuudellaan: “Ujous sinänsä ei ole pahasta vaan ujouden ja sitä kautta muiden tunteiden piilottaminen. Ujostuminen on merkki sielullisesta elävyydestä. Ujous suojelee henkistä terveyttä, eikä ujoutensa tunnistava ihminen voi olla tunteiltaan sairas. Inhimillisyyys elää ujouden sisällä.” (Isokorpi 2006, 36; Keltikangas-Järvinen 2004, 261.)

Carducci ja Zimbardo (1995, 36) puhuvat ujoudesta sosiaalisena sairautena, josta tulisi päästä eroon. Ujoutta on vaikea havaita ulkoisesti, sillä suurin osa ujoudesta on ulkoisesti näkymättömissä. Vaikka on olemassa ihmisiä, joita oma ujous ei näytä häiritsevän, kärsivät kaikki silti ujoudestaan sisäisesti. Isokorven (2006, 76) mukaan ujoudesta ei tarvitse päästä eroon, sillä ujous on pysyvä temperamenttipiirre eikä itse asiassa erityisempi tunne kuin surullisuus tai vihaisuus. Temperamenttipiirteet eivät ole sinänsä pahasta. Ujouden tapauksessa ihminen alkaa välttää tilanteita, jotka herättävät epämukavuuden tai pelon tunteen. Tällöin puhutaan välttämiskäyttäytymisestä ja olisikin tärkeää kyetä vähentämään epämukavuuden tunnetta uusien ihmisten seurassa sen sijaan, että alettaisiin muuttaa

käyttäytymistä. Ujoudesta ei siis pidä parantua tai hankkiutua aktiivisesti eroon. Zimbardon (1978, 30) mukaan jotkin yksilöt haluavat tietoisesti elää ujoina, sillä heidän elämäntyyliinsä sopii yksinolo ja eristäytyneisyys. Zimbardo mainitsee, että hänen tutkimuksensa mukaan noin 10–20% ujoista pitää omasta ujoudestaan, eivätkä siis koe ujouttaan millään tapaa ongelmana. (Zimbardo 1978, 30) Valitettavasti kasvamme lapsesta asti pitämään ujoutta heikkoutena, ja tällaisesta päähän pinttyneestä ajatusmallista on aikuisena vaikea päästä eroon. (Carducci 1996, 241–243; Carducci & Zimbardo 1995, 36; Isokorpi 2006, 76; Zimbardo ym. 1975, 69–72; Zimbardo 1978, 30.)

Mielestäni erityisen ilahduttavaa oli molempien tutkimukseen osallistuneen opettajien arvoneutraali suhtautuminen ujouteen. Säällillä ja liiallisella huolehtimisella ujon lapsen pärjäämisen suhteen ei välttämättä saada aikaan toivottua tulosta. Keltikangas-Järvisen (2010, 43) mukaan lapsen ujous herättää kasvattajissa enemmän hätäännystä kuin aggressiivisuus, sillä ujuden pelätään johtavan monenlaisiin sopeutumisvaikeuksiin lapsen myöhemmässä elämässä. Samalla toisen lapsen aggressiivisuus saatetaan nähdä jopa vahvuutena hänen myöhemmän selviytymisensä kannalta. Luokanopettajan haastattelussa kävi ilmi, ettei hänen suhtautumistapansa ollut suinkaan sääliä, vaan opettaja oli sisäistänyt ”arka nahkaansa säästää” -ajatustavan, jossa vastuu omasta ujoudesta on paitsi ympäristöllä myös ujolla lapsella itsellään. Ympäristön tulee hyväksyä ujous normaalina temperamenttipiirteenä, mutta samalla ujojen ihmisten tulee ottaa vastuu omasta ujoudestaan ja siitä, kuinka paljon sen antaa lopulta vaikuttaa elämään rajoittavasti. Parhaaseen tulokseen päästään tukemalla ujon lapsen itsetuntoa mahdollisimman varhaisista elinvuosista lähtien ymmärtävällä, rakastavalla ja ennen kaikkea hyväksyvällä kasvatuserenteellä. (Keltikangas-Järvinen 2010, 43.)

Tässä tutkielmassa oli alun perin tarkoituksena erotella tutkittavat oppilaat selkeästi ujoin ja ei-ujoihin. Teoreettista viitekehystä kasatessani kuitenkin aloin ymmärtää, kuinka laajasta ilmiöstä on kyse ja näin yksiselitteisestä jaottelusta ujoin ja ei-ujoihin jouduttiin luopumaan. Jos ujuden monitahoisuus ja yleisyys saataisiin ihmisten tietoisuuteen, ehkä tästä persoonallisuuspiirteestä saataisiin lopulta hyväksytympi ja positiivisempi asia.

LÄHTEET

- Aarnos, E. 2001. Kouluun lapsia tutkimaan: havainnointi, haastattelu ja dokumentit. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Juva: PS-kustannus. 144–157.
- Alleyne, R. 2010. Oxytocin – the love hormone – could cure shyness. The Telegraph. Www-dokumentti, viitattu 14.6.2011.
<http://www.telegraph.co.uk/health/healthnews/8020464/Oxytocin-the-love-hormone-could-cure-shyness.html>
- Arjas, P. 2010. Esiintymisjännitys. Teoksessa Louhivuori, J. & Saarikallio, S. (toim.) Musiikkipsykologia. Jyväskylä: WS Bookwell Oy. 311–325.
- Asendorpf, J. B. 1989. Shyness as a Final Common Pathway for two Different Kinds of Inhibition. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 57 (3). 481–492.
- Asendorpf, J. B. 1990. Development of inhibition during childhood: Evidence for situational specificity and a two-factor model. *Developmental Psychology*, Vol. 26(5), Sep 1990, 721–730.
- Augelli, R., Ingram, R., Smith, T. & Snyder, C. 1983. On the Self-Serving Function of Social Anxiety: Shyness as a Self-Handicapping Strategy. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1985. Vol. 48. No. 4. 970–980.
- Bavelas, A., Hastorf, A. H., Gross, A. E., & Kite, R. W. 1965. Experiments on the alteration of group structure. *Journal of Experimental Social Psychology*. 1965. 1. 55–70.
- Beer, J. 2001. Implicit Self-Theories of Shyness. *Journal of Personality and Social Psychology* 2002. Vol. 83. No. 4. 1009-1024.
- Beidel, D., Heiser, N. & Turner, S. 2003. Shyness: Relationship to social phobia and other psychiatric disorders. *Behaviour Research and Therapy*. Vol. 41. (2). 209 – 221.
- Bruch, M. A., Giordano, S. & Pearl, L. 1986. Differences between Fearful and Self-conscious Shy Subtypes in Background and Current Adjustment. *Journal of research in personality*. 20. 172-180.
- Bruch, M. A., Gorsky, J., Collins, T., Berger, P. 1989. Shyness and sociability reexamined: A multicomponent analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 57(5), Nov 1989, 904–915.
- Buckley, K. E. & Leary, M. R. 2001. Shyness and the pursuit of social acceptance. Teoksessa Crozier, W. R. (toim.) *Shyness: Development, Consolidation and Change*. USA: Roudledge. 139–153.

- Cantell, H. 2010. Ratkaiseva vuorovaikutus. Pedagogisia kohtaamisia lasten ja nuorten kanssa. Juva: PS-kustannus
- Carducci, B. J. & Zimbardo, P. G. 1995. Are you shy? *Psychology Today*. Vol. 28 (6). 34-40, 64, 66, 68, 70, 78, 82.
- Carducci, B. J. 1996. Fighting Shyness with Shyness: An Exercise in Survey Methodology and Self-Awareness. *Teaching of Psychology*. Vol. 23 (4). 241–243.
- Carducci, B. J. 2000. Shyness: The new solution. *Psychology Today*. Vol. 33. 38-40, 42-45, 78.
- Cheek, J. M. & Buss, A. H. 1981. Shyness and Sociability. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 41 (2). 330-339.
- Cheek, J. M. & Melchior, L. A. 1990. Shyness, self-esteem, and self-consciousness. Teoksessa Leitenberg, H. (toim.) *Handbook of social and evaluation anxiety*. Plenum Press: New York. 47–73.
- Crozier, W. R. & Hostettler, K. 2003. The influence of shyness on children's test performance. *British Journal of Educational Psychology*, 73, 317–328.
- Eklund, K., Laakso, M-J. & Lyytinen, H. 1995. Varhainen kognitio, temperamentti ja vuorovaikutus. Teoksessa: Korhonen, M., Lyytinen, H. & Lyytinen, P. (toim.) *Näkökulmia kehityspsykologiaan. Kehitys kontekstissään*. Porvoo: WSOY. 40–65.
- Eskola, J. & Saarela-Kinnunen, M. 2001. Tapaus ja tutkimus = tapaustutkimus? Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1*. Juva: PS-kustannus. 158–169.
- Eskola, J. & Vastamäki, J. 2001. Teemahaastattelu? Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1*. Juva: PS-kustannus. 24–42.
- Gall, J., Gall, M., Borg, W. 2007. *Educational Research: an introduction*. 8. painos. Boston: Pearson/Allyn & Bacon.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2000. *Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hirsjärvi, S. Remes, P. & Sajavaara, P. 2005. *Tutki ja kirjoita*. 11. painos. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.
- Isokorpi, T. 2006. *Napit vastakkain*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kagan, J., Reznick, S. & Snidman, N. 1999. *Biological Bases of Childhood Shyness*. Teoksessa: Muir, D. & Slater, D. (toim.) *The Blackwell Reader in Developmental Psychology*. Blackwell Publishing. 65 – 78.
- Kalliopuska, M. 1984. *Itsetunto*. Helsinki: Kirjayhtymä.

- Keltikangas-Järvinen, L. 1994. Hyvä itsetunto. Juva: WSOY.
- Keltikangas-Järvinen, L. 2004. Temperamentti: Ihmisen yksilöllisyys. Helsinki: WSOY.
- Keltikangas-Järvinen, L. 2008. Temperamentti, stressi ja elämäntilanne. Helsinki: WSOY.
- Keltikangas-Järvinen, L. 2010. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. Helsinki: WSOY.
- Korhonen, T. 2004. Lapsen neuropsykologinen kehitys. Teoksessa Pihlaja, P. & Viitala, R. (toim.) Erityiskasvatus varhaislapsuudessa. Helsinki: WSOY. 42–59.
- Kosonen, E. 2001. Mitä mieltä on pianonsoitossa? 13–15-vuotiaiden pianonsoittajien kokemuksia musiikkiharrastuksestaan. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Kosonen, E. 2009. Musiikkia koulussa ja koulun jälkeen. Teoksessa Louhivuori, J., Paananen, P. & Väkevä, L. (toim.) Musiikkikasvatus. Vaasa: Suomen musiikkikasvatusseura. 157–170.
- Kouluhallitus. 1987. Peruskoulun opetuksen opas: musiikki. Helsinki: Valtion painatuskeskus.
- Krokfors, M. 1985. Laulaminen. Helsinki: Mannerheimin lastensuojeluliitto.
- Lehtonen, K. 1986. Musiikki psyykkisen työskentelyn edistäjänä: psykoanalyttinen tutkimus musiikkiterapian kasvatuksellisista mahdollisuuksista. Turku: Kirjapaino Grafia Oy.
- Loftus, G., Fredrickson, B., Nolen-Hoeksema, S., & Wagenaar, W. 2009. Hilgard's Introduction to Psychology. 15th Edition. Andover: Wadsworth/Cengage Learning.
- Manninen, K. & Mäkinen, M. 2008. Sukellus ujouteen – tunnistamisesta kohtaamiseen: tapaustutkimus ujuden ilmenemisestä koululuokassa. Pro gradu–työ. Jyväskylän yliopisto: opettajankoulutuslaitos.
- Marjanen, K. 2009. Musiikkisuunnittelu varhaisiän musiikinopetuksen näkökulmasta. Teoksessa Louhivuori, J., Paananen, P. & Väkevä, L. (toim.) Musiikkikasvatus. Vaasa: Suomen musiikkikasvatusseura. 385–406.
- Mattila, J. 2004. Ujoudesta, yksinäisyydestä. Helsinki: WSOY.
- Moilanen, P. & Rähkä, P. 2010. Merkitysrakenteiden tulkinta. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Juva: PS-kustannus. 46–69.
- Niemi, P., Nurmi, J-E., Vauras, M. 1986. Johdatus persoonallisuuden psykologiaan. Turku: Turun yliopiston psykologian laitos.
- Numminen, M. & Syrjälä, L. 1988. Tapaustutkimus kasvatustieteessä. Oulun yliopiston kasvatustieteiden tiedekunnan tutkimuksia. Oulu: Oulun yliopisto.

- Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet. 2004. Oppivelvollisille tarkoitettun perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet, perusopetuksen valmistavan opetuksen opetussuunnitelman perusteet, lisäopetuksen opetussuunnitelman perusteet. Helsinki: Opetushallitus.
- Pilkonis, P. A. 1977. Shyness, public and private, and its relationship to other measures of social behavior. *Journal of personality*. 45. 585–595.
- Saarinen, P., Ruoppila, I. & Korkiakangas, M. 1991. Kasvatuspsykologian kysymyksiä. Helsingin yliopisto: Lahden tutkimus- ja koulutuskeskus.
- Sadeniemi, M. (toim.) 2002. *Nyky-suomen sanakirja*. Helsinki: WSOY.
- Sarajärvi, A. & Tuomi, J. 2003. *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Jyväskylä: Gummerus.
- Schmidt, L. A. & Tasker, S. L. 2001. Childhood shyness. Determinants, development and 'depathology'. Teoksessa Crozier, W. R. (toim.) *Shyness: Development, Consolidation and Change*. USA: Roudledge. 30–46.
- Shaw, Phyllis M. 1984. *Ole luonteva – viihdy seurassa*. Kauppiaitten kustannus: Helsinki.
- Smith, E. E. (et al.) 2003. *Atkinson & Hilgard's introduction to psychology*. Belmont, CA: Wadsworth/Thomson.
- Spooner, A. L., Evans, M. A. & Santos, R. 2005. Hidden Shyness in Children: Discrepancies Between Self-Perceptions and the Perceptions of Parent and Teachers. *Merrill-Palmer Quarterly*. Vol 51 (4). 437–466.
- Sulkunen, P. 1994. *Sosiologian avaimet. Näkökulmia yhteiskuntaan*. Porvoo: WSOY.
- Valli, R. 2001. Kyselylomaketutkimus. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1*. Juva: PS-kustannus. 100–112.
- Zimbardo, P. G., Pilkonis, P. A & Norwood, R. M. 1975. The Social Disease Called Shyness. *Psychology Today*. 8 (12). 69–70, 72.
- Zimbardo, P. G. 1978. *Ujous. Mitä ujous on? Mitä ujoudelle voi tehdä?* Helsinki: Kirjayhtymä.

Liite 1 Ujoustaulukko

Taulukko 2. Mikä aiheuttaa meissä ujoutta? (Zimbardo 1978, 43–44)

	Ujojen määrä (%)
Toiset ihmiset	
Vastakkainen sukupuoli	70
Tietomäärältään auktoriteetit	64
Asemansa puolesta auktoriteetit	55
Sukulaiset	40
Vanhemmat ihmiset	21
Ystävät	12
Lapset	11
Vanhemmat	8
Tilanteet	
Suuren ihmisjoukon huomion keskipisteenä oleminen (puhetta pidettäessä)	73
Suuri väkijoukko	68
Alemmassa asemassa oleminen	56
Erilaiset ihmisten väliseen kanssakäymiseen liittyvät tilanteet yleensä	55
Uudet tilanteet yleensä	55
Puolensa pitäminen	54
Arvostelun kohteeksi joutuminen	53
Pienen ryhmän huomion keskipisteenä oleminen	52
Kahdenkeskisyys eri sukupuolta olevan kanssa	48
Uhkaava vaara (avuntarve)	48
Pienessä ryhmässä oleminen	46
Kahdenkeskisyys saman sukupuolen edustajan kanssa	14

Liite 2 Tiedote vanhemmille

Tervehdys, kotiväki!

Olen luokanopettajaopiskelija Jyväskylän yliopistosta. Opintoni alkavat olla loppusuoralla ja teen parhaillaan pro gradu-tutkielmaani. Lapsenne luokka on valittu tutkimukseeni, jossa pyrin kartoittamaan lasten tuntemuksia musiikintunneilla. Uskon, että tutkimuksestani on hyötyä paitsi minulle itselleni, myös luokan musiikintunteja pitävälle opettajalle ja tutkimukseen osallistuvalla luokalla.

Tutkimuksen onnistumisen kannalta olisi tärkeää, että luokan kaikki oppilaat voisivat osallistua tutkimukseen, joka toteutetaan oppituntien aikana. Kaikki oppilaat vastaavat kirjalliseen kyselyyn. Lopuksi kysyn vielä muutamien oppilaiden ajatuksia tarkemmin haastattelemalla.

Kaiken tutkimuksesta saamani tiedon käsittelen ehdottoman luottamuksellisesti. Lapsenne henkilöllisyys ei tule julki missään tutkimuksen vaiheessa. Myöskään koulua ei paljasteta. Tutkimuksen lopulliseen versioon tulee ainoastaan luokka-aste, keksityt nimet sekä oppilaiden lukumäärä.

Pyydän Teitä ystävällisesti palauttamaan tämän lupalapun täytettynä luokanopettajalle tulevaan tiistaihin 30.11. mennessä. Jos Teillä on kysyttävää, vastaan mielelläni tutkimustani koskeviin kysymyksiin.

Yhteistyöstä jo etukäteen kiittäen,
Lasse Suvanne
lasse.suvanne@jyu.fi
040-5278046

Lapsemme _____

SAA osallistua tutkimukseen.
EI SAA

Huoltajan allekirjoitus: _____

Liite 3 Kyselylomake oppilaille

NIMI: _____

1. KIRJOITA OMIN SANOIN, MILLAINEN IHMINEN ON MIELESTÄSI UJO. KIRJOITA KAIKKI, MITÄ MIELEESI TULEE (jatka tarvittaessa kääntöpuolelle):

SEURAAVAT KYSYMYKSET KOSKEVAT MUSIIKINTUNTEJA. MIETI HETKI, MITÄ KAIKKEA OLET MUSIIKINTUNNEILLA TÄHÄN MENNESSÄ KOKENUT.

JATKA VASTAUKSIA TARVITTAESSA KÄÄNTÖPUOLELLE

2. MISTÄ ASIOISTA PIDÄT ENITEN MUSIIKINTUNNEISSA?

MIKSI?

3. MISTÄ ASIOISTA PIDÄT VÄHITEN MUSIIKINTUNNEISSA?

MIKSI?

4. ONKO MUSIIKINTUNNEILLA TEHTY JOTAIN MIKÄ TUNTUI SINUSTA IKÄVÄLTÄ, ETKÄ OLISI HALUNNUT OSALLISTUA SIIHEN? _____

KERRO, MISTÄ OLI KYSE JA MIKSI TUNTUI IKÄVÄLTÄ.

5. ONKO MUSIIKINTUNNILLA JOSKUS KYSYTTY VAPAAEHTOISIA JOHONKIN TOIMINTAAN, JOHON OLISIT HALUNNUT OSALLISTUA, MUTTA ET VAIN USKALTANUT? _____

KERRO, MISTÄ JOHTUU ETTET USKALTANUT OSALLISTUA:

6. YMPYRÖI, JOS OLET KOKENUT MUSIIKINTUNNILLA JOSSAIN TILANTEESSA SEURAAVAA (yksi tai useampia):

- Punastumista
- Sydämentykytystä
- Tuntemuksia vatsassa
- Suun kuivumista
- Vapinaa
- Hikoilua

7. KERRO TARKEMMIN, MILLAISISSA TILANTEISSA MUSIIKINTUNNILLA KOIT
YMPÄRÖIMÄSI TUNTEMUKSEN / TUNTEMUKSET.

MIKSI?

8. KUVITTELE, ETTÄ SINUN TÄYTYISI PITÄÄ MUSIIKINTUNNILLA ESITYS
YKSIN KOKO LUOKALLESII. MILTÄ SE TUNTUISI?

MIKSI?

9. OLETKO MIELESTÄSI UJO MUSIIKINTUNNEILLA:

- USEIN
 JOSKUS
 HARVOIN
 EN KOSKAAN

MIKSI?

10. MILLAISTA TEKEMISTÄ (esimerkiksi soittaminen, laulaminen, kuunteleminen,
esiintyminen, ryhmätyöt, esitelmät) TOIVOISIT MUSIIKINTUNNEILLE?

KERRO, MIKSI HALUAT MAINITSEMAASI TEKEMISTÄ

KIITOS VASTAUKSISTASI! ☺

Liite 4 Opettajien haastattelun runko

Ujous

1. Millainen ihminen on mielestäsi ujo?
2. Miten ujous ilmenee musiikintunneilla 4./7.-luokkalaisilla?

Mieltymykset

1. Mitä arvelet ujojen oppilaiden toivovan / mistä pitävän musiikintunneilla 4./7.-luokalla?
→ perustele.
2. Oletko havainnut tunneilla jotain?
3. Poikkeavatko ujojen oppilaiden mieltymykset muiden mieltymyksistä?

Estot

1. Mitä arvelet ujojen oppilaiden kokevan ahdistavana / ikävänä musiikintunneilla?
→ perustele
2. Oletko huomannut tunneilla jotain?

Hyvä paha ujous

Aiheuttaako ujous haasteita musiikintunneilla? Millaisia?