

**MUSIIKKIKOKEMUKSEN KÄSITTEELLISTÄMINEN: EMPIIRINEN
TUTKIMUS MUSIIKKIIN LIITTYVIEN KOKEMUSTEN
AFFEKTIIVISISTA LUONNEHDINNOISTA**

Oskari Koskela
Kandidaatintutkielma
Musiikkitiede
Kevätlukukausi 2014
Jyväskylän yliopisto

JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

Tiedekunta – Faculty Humanistinen	Laitos – Department Musiikin laitos
Tekijä – Author Oskari Koskela	
Työn nimi – Title Musiikkikokemuksen käsitteellistäminen: empiirinen tutkimus musiikkiin liittyvien kokemusten affektiivisista luonnehdinnoista.	
Oppiaine – Subject Musiikkitiede	Työn laji – Level Kandidaatintutkielma
Aika – Month and year 05/2014	Sivumäärä – Number of pages 49
Tiivistelmä – Abstract <p>Tutkimuksessa tarkasteltiin tapoja sanallistaa musiikkiin liittyviä subjektiivisia kokemuksia. Lähtökohdaksi otettiin aiemmassa tutkimuksessa korostuneen emotionäkökulman sijaan optimaalisiin kokemuksiin ja muuttuneisiin tajunnantiloihin viittaavat tuntemusluonnehdinnat. Tarkoituksena oli selvittää näiden luonnehdintojen yleisyyttä ja sopivuutta musiikin yhteydessä, sekä havainnoida musiikin kuuntelun yleisyydestä ja musiikin harrastamisesta juontuvia eroja tuntemusten sanallistamisen suhteen.</p> <p>Tutkimuksen aineisto kerättiin verkkokyselyllä, jota jaettiin ainejärjestöjen sähköpostilistojen kautta Jyväskylän yliopiston opiskelijoille. Kysely koostui kolmestakymmenestä aiemmista tutkimuksista johdetusta tuntemusluonnehdinnasta, joiden suhteen vastaajat (N=167) arvioivat näiden kokemisen yleisyyttä viisiportaisella asteikolla, sekä sopivuutta avoimin vastausvaihtoehdoin.</p> <p>Tuloksina havaittiin mielikuvien, muistojen, voimaantumisen tuntemusten ja flow-tilojen olevan musiikkiin liittyvien kokemusten kannalta muita oleellisempia luonnehdintoja, kun taas erilaiset voimakkaampiin tajunnantilan muutoksiin ja ylimalleisiin tuntemuksiin viittaavat luonnehdinnat näyttäytyivät muita vähemmän oleellisina. Musiikin kuuntelun yleisyyden ja musiikin harrastamisen perusteella tehtyjen ryhmävertailujen osalta yksisuuntainen varianssianalyysi (ANOVA) löysi tilastollisesti merkitseviä eroja tuntemusluonnehdintojen arvioidun yleisyyden suhteen. Molempien luokittelevien muuttujien osalta yksittäisten tuntemusluonnehdintojen yleisyyden keskiarvot olivat suurempia musiikkia aktiivisesti harrastavien ja usein kuuntelevien ryhmissä, kuin ei-harrastavien ja harvemmin kuuntelevien ryhmissä.</p> <p>Tulosten katsottiin pääosin olevan linjassa aiemman tutkimuksen kanssa, mutta tarkempien selitysten osalta jatkotutkimukset näyttäytyivät tarpeellisina. Tämän lisäksi esitettiin emootioita laajemman käsitteellisen lähestymistavan olevan potentiaalisesti hyödyllinen kokemuksiin liittyviä henkilö- ja tilannesidonnaisia eroja tarkastellessa.</p>	
Asiasanat – Keywords emootio, muuttuneet tajunnantilat, flow, huippukokemus	
Säilytyspaikka – Depository JYX	
Muita tietoja – Additional information	

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	EMOOTIOIDEN PERSPEKTIIVI	3
2.1	Emootiomallit.....	3
2.2	Musiikkispesifit mallit	6
3	MUSIIKILLISTEN ERITYISKOKEMUSTEN PERSPEKTIIVI	8
3.1	Huippukokemukset.....	8
3.2	Flow-kokemus	10
4	MUUTTUNEEN TAJUNNAN PERSPEKTIIVI	13
4.1	Etnomusikologia ja transsi.....	13
4.2	Arkinen musiikinkäyttö ja tajunnan muuttuminen	15
5	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	18
5.1	Tutkimusmenetelmän perusta teoreettisen viitekehyksen kannalta.....	19
5.2	Tutkimusmenetelmä	21
5.3	Analyysimenetelmät	23
6	TULOKSET	25
6.1	Vastausten keskiarvot.....	25
6.2	Ryhmäkohtaiset erot: Musiikin harrastaminen	27
6.3	Ryhmäkohtaiset erot: Musiikin kuuntelu	29
6.4	Avoimet vastaukset: Listan luonnehdintojen sopivuus	32
6.5	Avoimet vastaukset: Parhaiten ja huonoiten sopivat kuvaukset	33
6.6	Avoimet vastaukset: Muut teemat	34
7	PÄÄTÄNTÖ	36
7.1	Tulosten yhteenveto ja pohdinta	36
7.1.1	Tuntemusluonnehdintojen relevanttius	36
7.1.2	Ryhmien väliset erot.....	39
7.2	Tutkimuksen luotettavuus ja jatkotutkimukset.....	41
	LÄHTEET	45
	LIITTEET	50

1 JOHDANTO

Musiikin kokeminen on kiintoisalla tavalla hyvin ristiriitainen aihe. Toisaalta kyse on kaikkein perustavanlaatuisimmasta inhimillisen elämän ominaisuudesta: koko tietoisien olemassaolon voidaan ajatella pohjimmiltaan olevan asioiden kokemista jollain tavalla. Toisaalta musiikin kokeminen, ollessaan syvästi subjektiivinen, ainutkertainen ja alati muuttuva, on myös haastava, ellei mahdoton, tavoittaa ja jäsentää muuten kuin kokemuksen itsensä kautta ymmärrettäväksi. Niin yksilöllisellä kuin yleisellä tasolla tämä tavoittelu tarkoittaa käytännössä kokemuksen käsitteellistämistä, jonkinlaisen sanallisen ja pysyvän leiman antamista sille, mikä pohjimmiltaan tuntuu jatkuvalta ja sanattomalta.

Musiikkipsykologisessa tutkimuksessa kokemusta on jäsennetty affektin käsitteen kautta, joka tarkoittaa yleisesti jonkinlaista kokemukseen liittyvää tunnetta pitäen sisällään niin mieltymyksiin, emootioihin kuin esteettisyyteen liittyvät aspektit. Tämä jäsenitys itsessään ei poista kokemuksen lähestymisen ongelmallisuutta: edelleen kyse on moniulotteisista ja lähtökohtaisesti subjektiivisista ilmiöistä, joiden käsittely tieteen edustaman objektiivisuuden ideaalin puitteissa tekee tutkimuksesta perusasetelmaltaan haastavaa. Tämän osalta määrittävässä asemassa on se, kuinka musiikkikokemukseen liittyvä subjektiivisesti koettu affektiivisuus käsitteellistetään, eli millaisten termien ja laajempien asiayhteyksien kautta kokemusta lähestytään.

Musiikkipsykologisen tutkimuksen vallitseva tapa käsitteellistää musiikin subjektiivisia Aspekteja on ottanut lähtökohdaksi emootioiden ja tunteiden perspektiivin. Useimmin tämä on tarkoittanut yleisemmän psykologian kentältä johdettujen ns. perusemootioihin tai perustaviin motivationaalisiiin järjestelmiin perustuvien diskreettien tai dimensionaalisten emootiomallien käyttöä (ks. esim. Eerola & Saarikallio 2010; Juslin & Sloboda 2010). Viime vuosina lisääntyneen emootiotutkimuksen ja teoreettisen tarkastelun myötä näiden mallien suppea ja eloonjäämisen kannalta oleellisia ”karkeita” reaktioita painottava emootiovalikoima on johtanut myös kyseenalaistamaan niiden soveltuvuutta musiikin yhteydessä (ks. esim. Eerola & Vuoskoski 2013; Juslin 2013).

Yleiseen psykologiaan pohjautuvien emootiomallien ohella myös koko emotion käsitettä ja sen soveltamista on viime vuosina pohdittu uudelleen musiikintutkimuksen yhteydessä. Musiikkiin liittyviä affektiivisia kokemuksia on näin ollen hahmotettu erilaisten tiiviimmin musiikkiin sidoksissa olevien mallien kautta (Zentner, Gradnjan & Scherer 2008; Juslin & Laukka 2010; Juslin, Liljeström, Laukka, Västfjäll & Lundqvist 2011), joissa

lähtökohtana on psykologisesti sävyttyneen emotionin sijaan musiikin yhteydessä käytetyt tunnesanat. Tämän lisäksi affektiivisten kokemusten kenttää on laajennettu tarkastelemalla musiikkia pelkkien tunteiden sijasta laajemmin Maslow'n (1964) ja Csikszentmihalyin (1990) pohjalta optimaalisten ja erityisen voimakkaiden kokemusten kautta (Hytönen-Ng 2013; Whaley, Sloboda & Gabrielsson 2012; Gabrielsson & Lindström Wik 2003; Gabrielsson 2011b).

Näiden tutkimusten myötä, on käynyt ilmeiseksi, että nykyiset määritelmät emotionioista edustavat vain yhtä osaa musiikkiin liittyvien kokemusten moninaisista aspekteista (Juslin & Sloboda, 2010). Emootioiden ja tunteiden ulkopuolelle jääviä musiikkiin liittyviä kokemuksellisia ilmiöitä on paljolti etnomusikologisen tutkimuksen pohjalta (Rouget 1985, Becker 2004) käsitteellistetty muuntuneiden tajunnantilojen kautta (Herbert 2011a). Kokonaisuudessaan valtaosa tutkimuksesta on kuitenkin käsitteellistänyt musiikkikokemusta emotionioiden kautta, jolloin muut affektiiviset ilmiöt ovat jääneet huomattavasti vähäisemmälle kartoitukselle

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli empiirisen tutkimuksen keinoin lisätä tietoa musiikin kokemiseen liittyvistä ei-emotionaalisista aspekteista ja avartaa näkemystä affektiivisen kokemuksen käsitteellisen kentän suhteen. Ottaen pohjaksi musiikkiin liittyvien optimaalisten kokemusten ja muuntuneiden tajunnantilojen muotoilut, tutkimuksessa pyrittiin selventämään näistä juontuvien ilmiöiden relevanttiutta musiikin kokemisen käsitteellistämässä. Viime kädessä tarkoituksena oli paitsi kartoittaa tapoja, joilla kokemus tehdään ymmärrettäväksi, myös pyrkiä hahmottamaan suuntaa ja sanallisia välineitä musiikin kokemisen kuvaamiseen mahdollisten jatkotutkimusten yhteydessä.

2 EMOOTIOIDEN PERSPEKTIIVI

Ehkä luontevin tapa lähestyä kokemuksen affektiivisia piirteitä on käsitellä aihetta emootioiden ja tunteiden kautta. Vaikka emotionaaliset ilmiöt ovat kaikilla elämän osa-alueilla läsnä olevia ja intuitiivisesti ymmärrettäviä, ei näiden määrittely ole mitenkään yksiselitteistä. Psykologisessa tutkimuksessa ei toistaiseksi ole yksimielisyyttä emootion määritelmästä, mutta yhtenä lähtökohtana voidaan pitää käsitteiden emootio, tunne ja affekti erottelemista.

Psykologian käsitteenmäärittelyn mukaisesti emootio (*emotion*) tarkoittaa varsinaisesti melko lyhytkestoista prosessinomaista reaktiota, johon liittyy sekä psykologisia että fysiologisia komponentteja. Tunne (*feeling*) taas viittaa emootion subjektiiviseen komponenttiin, eli yksityisesti ilmenevään kokemukseen. Käytännössä näiden eroa voi havainnollistaa siten, että missä emootioita voidaan havainnoida ja mitata ulkoisesti, esimerkiksi niihin liittyvien fysiologisten reaktioiden tai kasvonilmeiden kautta, ainoa tapa lähestyä tunnetta on kysymällä kokijalta itseltään mitä tämä tuntee. (Sloboda & Juslin 2001, 74–75; Eerola & Saarikallio 2010, 260–261.)

Tässä tutkimuksessa peruskäsitteenä käytettävä affekti (*affect*) puolestaan viittaa yleisesti kaikkiin kokemuksellisiin ilmiöihin, joihin liittyy jonkinlainen valenssi, eli periaatteessa arvotus miellyttäväksi tai epämiellyttäväksi. Tällöin affektiivisiksi kokemuksiksi mieltyvät kaikki kokemukset, jotka “tuntuvat joltain” - joilla on jotain subjektiivisesti koettua merkitystä. Käytännössä kyse on kattokäsitteestä, joka pitää sisällään niin emootioihin liittyvät ilmiöt ja mieltymykset kuin erilaiset esteettiset, henkiset ja huippukokemukset. (Juslin & Sloboda 2010, 8–9.)

2.1 Emootiomallit

Käsitteen määrittelyn ohella keskeistä on, miten emootio varsinaisesti käsitteellistetään tutkimuksessa. Kuten mainittua, emootion erilaiset komponentit tarjoavat erilaisia lähestymistapoja ja metodeja emootioiden tutkimiseen, mutta yleisin ja tietyissä mielessä suoraviivaisin tapa lähestyä niitä on erilaisten itsearviointien kautta (Eerola & Vuoskoski 2013, 311). Näissä emootioita käsitellään sanallisesti tukeutuen jonkinlaiseen muotoiluun ilmiöstä, jota voidaan hahmottaa erilaisten emootiomallien kautta.

Tässä tutkimuksessa esitellään kolme erilaista emotiomallia: yleisemmän psykologisen tutkimuksen puolelta johdetut diskreetti ja dimensionaalinen malli, sekä varta vasten musiikin yhteyteen rakennettu musiikkispesifi malli. Tämä on toki monessa mielessä pelkistetty, joskin melko yleisesti käytetty (ks. esim. Eerola & Zentner 2010), esitys, ja näiden ohella voisi puhua myös prototyypisistä ja vitaali-affektisista lähestymistavoista (Sloboda & Juslin 2001, 78–81) tai erilaisista sekamalleista (Eerola & Vuoskoski 2013, 309–310). Vastaavasti tutkimuksessa käytetyn käsitteellistämisen kategorisoiminen tietyn mallin piiriin voi toisinaan olla hieman epäselvää, esimerkiksi osa musiikkispesifeistä malleista voidaan mieltää pohjimmiltaan diskreetteiksi, ja myös dimensionaalisten mallien termejä on käytetty diskreettien tapaan (Eerola & Vuoskoski 2013, 310).

Diskreetti eli kategorinen malli kuvastanee parhaiten intuitiivista tapaa suhtautua tunnekokemuksiin. Nimensä mukaisesti malli esittää emotiot toisistaan erillisinä kategorioina, joilla oletetaan myös olevan myös erilliset ja itsenäiset hermostolliset taustamekanismit. Tällaisen lähestymistavan etuna on, että emotioiden välille tehdään selkeä käsitteellinen erotus, mikä paitsi kuvastaa yleistä tapaa mieltää tunteet, myös tekee niiden tutkimisesta helpompaa. (Eerola & Saarikallio 2010, 263; Sloboda & Juslin 2001, 76–77.)

Diskreettiin malliin liittyy kiinteästi ajatus ns. perusemootioista (*basic emotions*), mikä tarkoittaa rajattua joukkoa universaaleja ja synnynnäisiä emotioluokkia kuten ilo, suru, pelko, viha ja inho. Näiden kannalta oleellista on linkitys biologiaan ja evoluutioteoriaan: perusemootiot mielletään ihmislajin kehityksen myötä muotoutuneiksi nopeiksi adaptiivisiksi vasteiksi ympäristön ärsykkeisiin. Tämän myötä perusemootioita voidaan käsitellä evolutiivisen yksilön eloonjäämisen kannalta erilaisiin selviytymistilanteisiin liittyvänä tavoitteellisena toimintana. (Sloboda & Juslin 2001, 76–77.) Tietyissä mielessä tällainen funktionaalisuutta ja evolutiivista perustaa korostava näkemys voidaan nähdä koko psykologisen emotiokäsityksen perustana.

Siinä missä diskreetti malli esittää emotiot yksittäisinä luokkina, dimensionaalinen malli lähestyy aihetta kahden tai useamman toisistaan riippumattoman kokemuksellisen ulottuvuuden kautta. Tällöin perustana ovat käsitteellisten emotioiden sijaan niiden taustalla vaikuttavat motivationaaliset järjestelmät. (Eerola & Saarikallio 2010, 263.) Oletettavasti tunnetuin dimensionaalinen malli on Russelin (1980) kehämalli (*circumplex model*), joka kuvaa emotiot toisilleen vastakkaisten vireystilan (*arousal*) ja valenssin (*valence*) ulottuvuuksien kautta (Sloboda & Juslin 2001, 77–78).

Tämän mallin etuna on paitsi mahdollista tulkinnanvaraisuutta ja kulttuurisidonnaisuutta sisältävän emootioiden sanallisen käsittelyn ohittaminen, myös tietty yhteensopivuus diskreetin mallin kanssa (Eerola & Saarikallio 2010, 263). Tällaisen mallien yhdistämisen, eli perusemootiota kuvaavien termien sijoittamisen kahdelle ulottuvuudelle, kautta saadaan esitettyä kaksi oleellista asiaa emootioiden luonteeseen liittyen. Ensiksi, toisiinsa nähden käänteisiin valenssi- ja vireystila-arvoihin liittyvät emootiotermit sijoittuvat kuviossa vastakkain, mikä kuvaa emootioihin liittyvää bipolaarisuutta (esimerkiksi suru ja ilo näyttävät, valenssin ja vireystilan osalta, samansuuntaisen ulottuvuuden ääripäinä/vastakohtina). Toiseksi, samansuuntaisiin arvoihin liittyvät emootiotermit sijoittuvat kuviossa toistensa läheisyyteen, jolloin näiden suhteellinen samankaltaisuus tulee ilmeiseksi (esimerkiksi pelko ja viha ovat kuviossa lähempänä toisiaan kuin pelko ja ilo). Toisaalta tämä esitys myös jättää huomiotta perusemootioihin pohjautuvien näkemysten kannalta keskeisen emootioiden funktionaalisuuden, edellisen esimerkin tapauksessa pelko ja viha "typistyvät" samansuuntaisiksi, vaikka niiden evolutiivisten funktioiden voidaan katsoa olevan hyvin erilaisia. (Sloboda & Juslin 2001, 78.)

Valtaosa musiikkipsykologisesta emootiotutkimuksesta on hyödyntänyt jompaakumpaa näistä kahdesta mallista (Eerola & Vuoskoski 2013, 310). Useissa tapauksissa mallia on muokattu paremmin musiikin yhteyteen soveltuvaksi, esimerkiksi vaihtamalla perusemootioiden inhon tilalle rauhallisuus ja hellyys (Eerola & Saarikallio 2010, 263) tai käyttämällä dimensionaalista mallia, jossa on kolmantena ulottuvuutena musiikin kannalta oleellinen jännittyneisyys. Tällaisten muokkausten voi ajatella osaltaan kuvastavan sitä, että yleisyydestään huolimatta mallit on koettu myös jossain määrin ongelmallisiksi. Perusemootioiden kohdalla voidaan kysyä, kuinka hyvin niiden edustama suppea ja ns. hyötynäkökulman mukaisesti selviytymisen kannalta oleellisia emootioita painottava emootiovalikoima soveltuu musiikin kaltaiseen esteettiseen ilmiöön liittyvien kokemusten kuvaamiseen. (Eerola & Saarikallio 2010, 263–264). Vastaavasti dimensionaalisen mallin suhteen on nähty kyseenalaisena, kuinka hyvin kulloisetkin ulottuvuudet, ainakin Russelin mallin mukaiset valenssi ja vireystila, tavoittavat musiikin monisyisen emootiokuvaston (Eerola & Vuoskoski 2013, 312). Kokonaisuudessaan voidaan väittää, että musiikkikokemuksen käsitteellistäminen yleisen psykologian mukaisen emootiokäsityksen pohjalta jättää huomiotta musiikin emotionaaliset vivahde-erot ja rikkaan tunneskaalan antaen melko pelkistetyn kuvan niin musiikillisesta kokemuksesta kuin ilmaisusta.

2.2 Musiikkispesifit mallit

Musiikkispesifien mallien lähtökohtana on, että musiikilliseen kontekstiin liittyvät emootiot eroavat arkielämässä kohdatuista emootioista (Zentner & Eerola 2010, 201). Käytännössä tämä tarkoittaa emootioiden tarkastelun rakentamista musiikista käsin käyttäen siihen soveltuvampia termejä. Varhainen esitys tällaisesta lähestymistavasta on Kate Hevnerin (1936) "adjektiivikello", joka koostuu kuudestakymmenestäkuudesta adjektiivista järjestettynä kahdeksaan ryhmään niiden samankaltaisuuden perusteella. Dimensionaalisen mallin tapaan nämä ryhmät sijoittuvat kehälle kuvastaen niiden asteittain muuttuvaa emotionaalista sävyä (vastakohtien ollessa kuviossa toisiinsa nähden kohtisuoraan vastakkain). Hieman toisenlainen lähestymistapa on varsinaisen mallin kehittämisen sijaan valikoida, omaan harkintaan tai aiempiin kartoituksiin perustuen, musiikin yhteyteen sopiva joukko emootio termejä, ja käyttää niitä diskreettien emootioiden tapaan (ks. esim. Juslin & Laukka 2004).

Musiikkispesifeistä malleista toistaiseksi huomionarvoisin on *Geneva Emotion Music Scale* (GEMS, Zentner, Grandjean & Scherer 2008). Tämä malli perustuu tutkimuksiin, joissa kartoitettiin musiikkikokemuksen yhteydessä oleellisia tunnesanoja kyselytutkimusten kautta. Näin kerätyt tunnesanat sijoitettiin faktorianalyysin avulla yhdeksäksi laajemmaksi tunneulottuvuudeksi, joita voidaan pitää GEMS-mallin ytimenä. Nämä yhdeksän ulottuvuutta puolestaan liittyvät kolmeen ylemmän tason ulottuvuuteen, ylevyyteen, vitaalisuuteen ja levottomuuteen.

GEMS-mallin suhteen on oleellista huomata, että sen perusta on nimenomaan musiikin yhteydessä koetuissa subjektiivisissa tunteissa (Zentner et. al. 2008, 497). Näin ollen kyse ei ole jyrkän psykologisen määritelmän mukaisesti varsinaisista emootioista, vaan niiden yksityisesti koetuista tunnekomponenteista. Tämän lisäksi malli edustaa koettuja tunteita, ei siis musiikin kuvailemista emotionaalisiin termein. Kokonaisuudessaan GEMS-malli esittää useita asioita, jotka ovat huomionarvoisia musiikkikokemuksen käsitteellistämisen kannalta. Näistä mainittavimpana, GEMS-mallin yksittäiset tunnetermit viittaavat siihen, että musiikkikokemuksiin liittyy lukuisia emotionaalisia аспекteja, joita yleisen psykologian mukaiset mallit eivät huomioi. Termit kuten liikuttunut (*moved*), rakastava (*affectionate*) ja rauhallinen (*relaxed*) antavat perinteisiin malleihin nähden hyvin erilaisen kuvan musiikin herättämistä tunteista (Zentner et. al. 2008; termien käännökset Eerola & Saarikallio 2010, 264). Erityisen merkittävää on se, että vastaavia termejä on esiintynyt myös muissa

tunnekokemuksia kartoittavissa tutkimuksissa (ks. esim. Gabrielsson 2011b; Peltola & Eerola 2013), minkä voi ajatella tukevan oletusta erityisesti musiikille ominaisista tunteista.

Kokonaisuutena musiikkispesifien mallien yhteydessä tehdyt tutkimukset antavat viitettä siitä, että musiikkikokemuksen tunnesisällön käsitteellistämiseen käytetty termistö on rikkaampaa ja enemmän tiettyä ominaissävyä sisältävää, kuin mitä yleisen psykologian emootiomallit esittävät. Toisaalta tämä rikkaus ja monimuotoisuus on myös ongelmallista, jos ajatellaan niiden mukaisesti rakennetun mallin soveltuvuutta musiikin tutkimukseen. Pitäen mallin pätevyyden kriteereinä sen kykyä erotella musiikkikappaleita ja tuottaa yhdenmukaisia arvioita niiden tunnesisällöstä ovat eri mallien vertailut tuottaneet tämän suhteen ristiriitaisia tuloksia (ks. esim. Zentner et. al. 2008; Vuoskoski & Eerola 2011).

Lopuksi on vielä syytä mainita, että musiikkispesifien mallien esittämät tunteet eivät vaikuta rajoittuvan pelkästään musiikin kontekstiin. Kuten Zentner et. al. (2008, 515) huomauttavat, GEMS-mallin mukaiset termit kuvaavat tehokkaasti myös muissa arkielämän tilanteissa koettuja tunteita. Alaspesifien tunteiden sijaan onkin ehkä parempi tehdä ero arkisen selviytymisen kannalta pragmaattisen "karheiden" (*coarse*) emootioiden ja yleisesti arkielämän huolista erillisiin tilanteisiin liittyvien "hienostuneiden" (*refined*) emootioiden välille (Frijda & Sundararaja 2007). Tähän viitaten Juslin (2010, 127) ehdottaa, että jos halutaan hahmottaa niitä piirteitä, jotka tekevät musiikista jotenkin erityisen muihin ilmiöihin nähden, voi olla hedelmällisempää tarkastella musiikkikokemusta laajemmin kuin pelkästään emootioiden näkökulmasta.

3 MUSIIKILLISTEN ERITYISKOKEMUSTEN PERSPEKTIIVI

Kuten edellä todettiin, yleisen psykologian emotionäkömyksen mukainen perspektiivi käsitteellistää musiikkikokemuksen melko karkeasti adaptiivisiin ja motivationaalsiin perusrakenteisiin, jotka eivät kuvasta musiikkiin liittyviä monipuolisia ja hienojakoisia tunteellisia nyansseja. Musiikkispesifien mallien myötä taas musiikkikokemus sijoittuu enemmän esteettisten ilmiöiden piiriin, jolloin myös käsitteellistäminen on rikkaampaa ja tarkemmin subjektiivisesti koettua tunnetta kuvaavaa. Tämän lähestymistavan myötä käsitteistö on kuitenkin, niin termien itsensä kuin niiden luonteen puolesta, jo melko etäällä psykologian mukaisista emootioista, jolloin voi olla avartavaa lähestyä aihetta kokonaisvaltaisemmin esteettisen kokemuksen perspektiivistä.

Esteettinen kokemus, kuten estetiikka yleensä, on perinteisesti ollut musiikkifilosofian osa-alue psykologisen musiikintutkimuksen viitattaessa käsitteisiin lähinnä teoksista pitämisen yhteydessä (Juslin 2010, 128). Vastaavasti tämänkin tutkimuksen tapauksessa on syytä ohittaa syvällisemmät keskustelut kauneuden ja kokemuksen vuorovaikutuksesta, ja käsitellä aihetta musiikin yhteydessä koettujen erityislaatuisten, optimaalisten tai huippukokemusten kautta. Seuraavassa esitellään musiikin yhteydessä koettujen "erityiskokemusten" tutkimusta kahden keskeisen käsitteen, Maslow'n esittämän huippukokemuksen ja Csikszentmihalyi'n esittämän *flow-kokemuksen*, mukaan jäsennettynä.

3.1 Huippukokemukset

Musiikin yhteydessä koettuihin voimakkaisiin kokemuksiin keskittyvä tutkimus esittää yleisesti aiheen perustaksi 1900-luvun puolivälissä vaikuttaneen amerikkalaisen psykologin Abraham Maslow'n (1999, 1964) ja tämän huippukokemus (*peak experience*) -termin. Tutkimuksissaan Maslow keräsi ihmisiltä kuvauksia heidän elämänsä suuremmoisimmista ja ekstaattisimmista kokemuksista, esittäen jo kysymyksessä musiikin yhtenä mahdollisena kokemuksen aikaansaajana. Näitä moninaisuuksia yhdistellen Maslow laati huippukokemuksen käsitteen kuvaamaan suurinta onnen ja täyttymyksen hetkeä, painottaen kokemuksen merkitystä hyvinvoinnin ja henkilökohtaisen kehityksen kannalta.

Maslow'n katsannossa huippukokemukset liittyivät lähtökohtaisesti hänen tutkimuksiinsa motivaatiosta ja sitä jäsentävään tarvehierarkiaan. Maslow'n mukaan huippukokemukset ovat leimallisia nimenomaan tarvehierarkian ylimmän tason (*self-*

actualization) saavuttaneille ihmisille (*self-actualisers*), jotka ovat tavoittaneet täyden inhimillisen potentiaalin ja suuntautuvat siten kohti korkeampia päämääriä (siis nimensä mukaisesti itsensä toteuttamista). Tämä yhteys ei kuitenkaan ollut ehdoton, sillä myös "ei itseään-toteuttavilla" ihmisillä saattoi olla "huippukokemuksia", eivätkä kaikki "itseään toteuttavat" ihmiset kokeneet huippukokemuksia. Maslow'n mukaan käytännössä kaikki ihmiset kokivat huippukokemuksia, mutta vain itseään-toteuttavat olivat kykeneväisiä todella nauttimaan niistä ja ymmärtämään niiden merkityksen¹. (Maslow 1999.)

Maslow'n huippukokemus on sikäli merkittävä käsite, että se sijoittaa perinteisesti uskontoon liitetyt mystiset tai transsendentaaliset kokemukset tiiviisti ihmisen "normaaliin" kokemusmaailmaan. Kirjassaan "*Religions, Values and Peak-Experiences*" (1964) Maslow kritisoi "uskonnollistamista" ja pyrkii esittämään humanistisen näkemyksen uskonnosta ja hengellisyydestä. Tämän mukaan kaikkein uskontojen taustalla on yksittäisen profeetan voimakas kokemus (mystinen valaistuminen, ekstaasi, jne.) joka monista erilaisista nimityksistään huolimatta voidaan mieltää luonnolliseksi huippukokemukseksi (Maslow 1964). Vastaavasti transsendenssi (ja transsendentaalisuus) voidaan Maslow'n tapauksessa ymmärtää nimenomaan suhteessa ihmiseen suurin piirtein merkityksessä itsensä, omien arvojensa ja näkemystensä, yli menemisenä. Tätä selventäne ajatus tarvehierarkiasta pois jääneestä viidennestä tasosta, itse-transsendenssista (*self-transcendence*), jonka saavuttaneet pyrkisivät itsensä toteuttamisen (*self-actualization*) sijasta persoonan rajat ylittävään hyvään ja yhteyteen jonkun itseä suuremman kanssa (ks. Koltko-Rivera 2006).

Toistaiseksi laajin musiikin yhteydessä koettuja voimakkaita kokemuksia kartoittava tutkimus on Alf Gabrielssonin ja Siv Lindström Wikin SEM-projekti (*Strong Experiences With Music*). Tutkimuksen ydin koostuu yli kymmenen vuoden aikana (alkaen 1980-luvun lopulta jatkuen 2000-luvulle) kerätyistä ja analysoiduista avoimista vastauksista, joissa pyydettiin "kuvaamaan omin sanoin voimakkain (kaikkein intensiivisin ja syvällisin) musiikin yhteydessä kokemasi kokemus²". Vastaajilta kysyttiin myös täydentäviä kysymyksiä, esimerkiksi oliko kyse kuuntelu- vai soittotilanteesta tai oliko vastaaja kokenut vastaavia kokemuksia aiemmin, siltä osin kuin nämä eivät vapaassa kuvauksessa ilmenneet. Tämän laadullisen osan lisäksi n.60 % vastaajista täytti määrällisemmin orientoituneen

¹ Tämä hienoinen paradoksi selkiytynee tarvehierarkian ja sen eri tasoihin liittyvien erilaisten dominoivien motiivien kautta: huippukokemukset ovat luonnollinen osa ihmisyyttä, mutta ainoastaan itseään-toteuttavat ihmiset kokevat ne merkityksekkäiksi (Koltko Rivera 2006, 307).

² "Describe in your own words the strongest (most intense and profound) experience with music you have ever had. Try to revive it in your mind and describe your experience and reactions in as much detail as you can." (Gabrielsson 2011b, 7).

kyselykaavakkeen, jossa arvioitiin 60–90 väittämän sopivuutta omaan kokemukseen kymmenportaisella asteikolla.

Projektin tuotoksena muodostettiin musiikin yhteydessä koettuja voimakkaita kokemuksia kuvaileva järjestelmä (*a descriptive system for strong experiences with music*, SEM-DS). Tämä rakentuu kolmitasoisesti siten, että päällimmäisen tason muodostavat seitsemän laajaa kategoriaa (yleiset piirteet, fyysiset reaktiot ja käyttäytymiset, havainto, kognitio, tunteet ja emootiot, eksistentiaaliset ja transsendentaaliset aspektit, henkilökohtaiset ja sosiaaliset aspektit). Nämä vuorostaan jakautuvat vaihtelevaan määrään alakategorioita (esimerkiksi voimakkaisiin, positiivisiin, negatiivisiin ja erilaisiin tunteisiin ja emootioihin) jotka taas koostuvat varsinaisista kokijan raportoimista reaktioista. (Gabrielsson 2011b, 373; 462–468.)

Erityisen merkittävää SEM-projektissa on se, että sen kautta tarjoutuu laaja-alainen näkökulma musiikkiin liittyvien kokemusten fenomenologiaan ja kokemuksen moninaiisiin piirteisiin. Vaikka projektin myötä syntynyt SEM-DS järjestelmä perustuu retrospektiivisiin kuvauksiin erityisen voimakkaista kokemuksista, on sen pohjalta tehtyä jaottelua sovellettu myös kokeellisemmissä yhteyksissä henkilökohtaisten erojen ja musiikkityylin vaikutuksen suhteen (ks. Nagy & Szabó 2004). Kokonaisuudessaan SEM-projektin voidaan katsoa avartaneen musiikkiin liittyvien subjektiivisten kokemusten tutkimuksellista kenttää, asettaen aiemmin dominoivassa asemassa olleet emootiot hieman vähemmän keskeiseen rooliin kokemuksen määrittäjänä (Juslin 2010, 127–128).

3.2 Flow–kokemus

Voidaan ajatella, että Maslow'n muotoilu huippukokemuksesta tarjoaa ensisijassa tietyn käsitteellisen perustan erityisen voimakkaiden kokemusten lähestymiseen, jolloin syvemmät teoreettiset liitännät esimerkiksi tarvehierarkiaan eivät näyttele kovin keskeistä osaa tutkimuksessa. Mihaly Csikszentmihalyin (1990) esittämä flow-kokemus sen sijaan vaikuttaa paitsi tunnetummalta, myös luonteensa puolesta tarkemmin määritellyltä käsitteeltä. Kuten mainittua, nämä kaksi muotoilua asetetaan kuitenkin usein samalle teoreettisen käsitteenmuotoilun historialliselle jatkumolle (ks. esim. Fritz & Avsec 2007; Hytönen-Ng 2013) tai essentialistisesti pohjimmiltaan saman transsendentaalisen tai positiivisen kokemuksen ilmentymiksi (ks. esim. Bernard 2009; Levin & Steele 2005; Hytönen 2006).

Csikszentmihalyin (1990) määritelmänä flow-termi kuvaa kokemusta kokonaisvaltaisesta uppoutumisesta johonkin aktiviteettiin: kaikki muut asiat menettävät merkityksensä ja tekeminen on itsessään nautinnollista ja motivoivaa (Csikszentmihalyi 1990, 4). Flow-kokemuksen kannalta keskeistä on tasapaino omien kykyjen ja tekemisen haasteellisuuden välillä, mitä kuvastaa joskus synonyymina käytetty termi optimaalinen kokemus (Csikszentmihalyi 1990, 61–62). Maslow'n huippukokemukseen verrattuna erottava tekijä flow'n määritelmällisen aktiivisuuden ja tekemisen hauskuuden ohella on siitä puuttuva viittaus kokemuksen "mystiseen" luonteeseen (ks. esim. Privette 1983).

Flow'n käsitteen kannalta huomionarvoista on se, että Csikszentmihalyin alkuperäiset määritelmät ovat tulleet melko vakiintuneiksi ja yleisesti hyväksytyiksi, jolloin myös ilmiön tutkimisella on ollut kohtalaisen vakaa käsitteellinen perusta (ks. esim. Moneta 2012). Kenties oleellisin käsitteellinen muotoilu on flow-kokemuksen jakaminen kahdeksaan tai yhdeksään sitä luonnehtivaan komponenttiin, kuten tavoitteiden selkeyteen, keskittymiseen ja ajantajun muuttumiseen³ (Csikszentmihalyi 1990, 49). Näiden komponenttien myötä on voitu rakentaa erilaisia määrällisesti orientoituneita mittareita flow-kokemusten tutkimiseen ja määrittelyyn (ks. esim. Moneta 2012; Jackson & Eklund 2004).

Kuten huippukokemuksen tapauksessa, myös flow-kokemuksia on musiikin yhteydessä käsitelty paljolti kasvatuksen tai musiikin opetuksen (ks. esim. Bakker 2003; Bernard 2009; Elliot 1995) ja hyvinvoinnin (ks. esim. Fritz & Avsec 2007) näkökulmasta. Menetelmällisesti aiemmin mainittu flow'n käsitteellinen vakaus on mahdollistanut ilmiön lähestymisen erilaisten flow-mittareiden kautta, kuten Fritz'n ja Avsec'n (2007) flow'n komponenttien ja oppilaiden hyvinvoinnin yhteyksiä tarkastelevassa tutkimuksessa tai Bakkerin (2003) flow'n siirtymistä opettajalta oppilaille käsittelevässä tutkimuksessa. Laadullisempaa lähestymistapaa taas edustaa Bernard'n (2009) tutkimus, joka käsittelee flow-kokemusten merkittävyyttä musiikkikasvatuksessa oppilaiden omien soittokokemuskertomusten kautta.

Hieman erilaista näkökantaa edustavat Hytönen-Ng'n (2006; 2013) tutkimukset jazzmuusikoiden flow-kokemuksista. Näissä tarkoituksena on diskurssianalyysin keinoin

³ Komponenttien lukumäärä riippuu hieman näkökannasta flow-kokemuksen kehittymisen suhteen. Csikszentmihalyi (1990, 49) esittää varsinaisia komponentteja olevan kahdeksan, mutta flow'ta seuraava autotelinen kokemus (joka viittaa siihen että kokemus itsessään on palkitseva ja tavoiteltava) luetaan usein yhdeksänneksi komponentiksi. Vastaavasti voidaan ajatella että osa komponenteista (selkeät tavoitteet, keskittyminen, haasteiden ja kykyjen tasapaino) viittaavat kokemusta edeltäviin tai kokemuksen mahdollistaviin tekijöihin, kun taas osa komponenteista (uppoutuminen, ajantajun katoaminen, autotelisuus) viittaa kokemuksen itsensä piirteisiin (Moneta 2012, 44).

hahmottaa flow keskeisesti jazzin traditioon liittyvänä ilmiönä, ja selventää sen yhteyksiä niin mystiseen kokemukseen, shamanistiseen transsiin kuin meditaatioon. Muusikoiden haastattelujen pohjalta Hytönen-Ng (2013) keskittyy flow-kokemusten olemukseen, käsitellen aihetta niin soittomotivaation ja emotionaalisten liitännöiden, ammattimaisuuden kuin kokemusten kontekstien yhteydessä.

Kokonaisuutena musiikkikokemuksen käsitteellistäminen erityisenä huippu- tai optimaalisena kokemuksena tavoittaa yhden hyvin keskeisen puolen musiikista. Kun kyse on musiikin erityislaatuisesta voimasta ja sen monimerkityksellisestä kohtaamisesta, voidaan ajatella, että kokonaisvaltainen ja emotionaalisia aspekkeja laajempi käsitteellistäminen tavoittaa paremmin sen, mikä kokemuksessa on oleellista. Niin ikään tällaisen lähestymistavan kautta saadaan kuvastettua musiikkiin liittyvien ilmiöiden ja merkitysten moninaisuutta, joista yksi erityisen huomattava, Maslow'n huippukokemuksen perustan valossa, on musiikin ja hengellisten teemojen historiallinen ja käsitteellinen linkitys (ks. esim. Atkins 2013).

Toisaalta, jos ajatellaan musiikin kokemisen käsitteellistämistä yleensä, tämä sama erityisyys voidaan nähdä myös ongelmallisena. Esimerkiksi Gabrielsonin (2011b) tutkimuksissa kyse on määritelmällisesti voimakkaimmista kokemuksista, mikä luonnollisesti viittaa harvinaislaatuiseen ja erityisen mielenpainuvaan henkilön, musiikin ja tilanteen muodostamaan yhteyteen. Tällöin myös käsitteellistämisen lähtökohtana voidaan ajatella olevan kokemuksen poikkeuksellinen voimakkuus, mikä tuskin antaa kovin hyvää kuvaa musiikkiin liittyvistä suuntautumistavoista yleisemmin. Erityisesti kun huomioidaan tutkimukset arkisesta musiikin käytöstä, jotka esittävät musiikin usein palvelevan muita toimia säestävää tai edistävää funktiota (North, Hargreaves & Hargreaves 2004) aikaansaamatta kovinkaan voimakasta tai muistettavaa kokemusta (ks. Sloboda & O'Neill 2001).

Tämän tutkimuksen kannalta erityislaatuisia kokemuksia käsittelevän tutkimuksen merkittävin anti on musiikkikokemuksen käsitteellisen kentän laajentaminen. Tällöin voidaan irrottautua kokonaisvaltaisesta erityiskokemuksesta ja keskittyä sen sijaan SEM-projektin ja flow-tutkimusten esittämiin yksittäisiin kokemuksellisiin affektiivisiin aspekteihin. Jos ajatellaan näiden erityiskokemusten teoreettista perustaa, voidaan yhteisenä nimittäjänä puhua muuntuneista tajunnantiloista, mikä tarjoaa kolmannen perspektiivinen musiikkikokemuksen käsitteellistämiseen.

4 MUUTTUNEEN TAJUNNAN PERSPEKTIIVI

Muuttuneita tajunnantiloja koskevan laajemman tieteellisen keskustelun voidaan katsoa alkaneen 60-luvun loppupuolella paljolti Arnold Ludwigin ja Charles Tart'n töiden pohjalta. Tart'n toimittama *Altered States of Consciousness - A Book Of Readings* (1969) esittää keskeisinä aihealueina mystiset kokemukset, unet, meditaation, hypnoosin ja psykedeeliset päihteet, joita voidaan edelleen pitää tiettyinä "perusilmiöinä" alan tutkimuksessa. Näiden ohella aihepiiriä voi hahmottaa myös (mielen)terveyteen (ks. esim. Ward 1989) ja ilmiöiden psykofysiologiaan (Tart 1969, 485–487) liittyvien kysymysten kautta.

Muuttuneiden tajunnantilojen tutkimuksen kannalta hyvin ongelmallinen asia on käsitteen määrittely. Toisaalta on intuitiivisesti luontevaa tehdä ero normaalin päivätajunnan ja tämän poikkeamien, esimerkiksi unen aikana tai psykedeelisten päihteiden vaikutusten alaisena, välille. Toisaalta taas tajunnan voidaan katsoa olevan perusolemuksestaan jatkuvasti muuttuva, enemmän dynaamisen virran kuin staattisen tilan kaltainen. Normaalin tajunnan ja siitä poikkeamisen määrittelyn ohella toinen kysymys liittyy kriteereihin, joilla erilaiset tajunnan muutokset voidaan lukea saman kategorian alle (eli voidaanko esimerkiksi unesta ja hypnoosista puhua saman muuttuneen tajunnantilan nimikkeen yhteydessä). (Kallio & Revonsuo 2006, 293–294.)

Erilaisissa määritelmässä on korostettu muuttuneiden tajunnantilojen eri puolia, huomioiden niin muutoksen kokonaisvaltaisuuden, subjektiivisen tietoisuuden tajunnantilan poikkeavuudesta, neurologisen perustan kuin erotuksen tajunnansisällön ja sen taustamekanismin, tajunnantilan, välillä (ks. Kallio & Revonsuo 2006; Revonsuo, Kallio & Sikka 2009). Tämän tutkimuksen kannalta muuttuneiden tajunnantilojen kliinisempi määritelmä ei kuitenkaan ole erityisen oleellinen, vaan käsitettä käytetään kuvaamaan yleisesti tajunnallisuuteen liittyviä kokemuksellisia ilmiöitä ja niiden sanallistamista. Lähestymistapa on tällöin normaalin ja poikkeavan tajunnantilan erottelun sijaan lähempänä esimerkiksi musiikkiterapeutti Helen Bonnyn (1999) esitystä kehämäisestä jatkumosta erilaisten tietoisuuden tilojen välillä (ks. myös Fachner 2006).

4.1 Etnomusikologia ja transsi

Musiikin yhteydessä muuttuneita tajunnantiloja on lähtökohtaisesti käsitelty etnomusikologian puolella transsin kautta. Kenties vaikutusvaltaisin yksittäinen teos tämän

osalta on ollut Gilbert Rouget'n vuonna 1980 julkaistu *La musique et la transe: Esquisse d'une théorie générale des relations de la musique et de la possession* (*Music And Trance: A Theory of the Relations between Music and Possession* 1985). Teoksen keskeisenä esityksenä voidaan pitää transsikäytäntöihin liittyvän kulttuurisen puolen korostamista: Rouget'n mukaan ei ole olemassa universaalia yhteyttä transsin ja musiikin välillä, vaan kyse on aina kontekstisidonnaisesta ilmiöstä, joka ottaa muotonsa kulttuuristen ajatusten ja käytäntöjen puitteissa. Transseja on siis useita erityyppisiä, eikä tietyllä musiikilla ja transsitilalla ole kausaalista yhteyttä.

Vastaavasti Judith Becker (2004, 43-44) painotta transsikäytäntöjen monimuotoisuutta, esittäen transsin mieluummin useita perheyhtäläisyyden omaavia ilmiöitä kuvaavana kielellisenä kategoriana. Itse transsitilaa, tai pikemmin "transsaamisen" prosessia, Becker käsittelee eräänlaisena taitona, kykynä muokata ja vahvistaa autonomisia kehollisia reaktioita (2004, 67–68). Transsikäytäntöihin liittyy oleellisesti myös Beckerin Bourdieulta lainaama habituksen -käsite, joka tarkoittaa kulttuurin ja oman henkilöhistorian aikaansaamaa taipumusta käyttäytyä ja kokea tietyllä tavalla tietyssä tilanteessa (2004, 70–71). Transsikäytännöt voidaan siis tämän kautta ajatella kulttuurissa omaksuttuina dispositioina suuntautua musiikkiin tietyssä tilanteessa.

Palaten transsitilaan liittyvään taitoaspektiin, Becker esittää tämän taustalle tiettyä universaalimpaa periaatetta, joka liittyy autonomisen hermoston aktivaatioon. Tämä muodostaa yhteyden uskonnollisissa konteksteissa ilmenevän transsin ja sekulaareissa konteksteissa koettujen erityisen voimakkaiden emotionaalisten reaktioiden välille: Molemmissa on kyse taidosta kontrolloida autonomista vireystilaa erilaisten habitusten puitteissa. Tätä hypoteesia testannut tutkimus (Penman & Becker 2009) löysi samankaltaisuutta hurmoksellista uskonnollisuutta edustavien ja maallisten syvästi musiikista vaikuttuvien osallistujien vireystilaa indikoivista vasteista.

Kokonaisuutena transsia, tai laajemmin muuttuneita tajunnantiloja, koskevaan keskusteluun liittyy melko painokkaita kysymyksiä universaaliudesta ja paikallisesta erityisyydestä: Toisaalta kyse on kulttuurisesti ohjautuneista tavoista kokea ja toimia tietyissä tilanteissa, toisaalta taas ihmisrajille ominaisista psykobiologisista mekanismeista, jolloin edes jonkinlaista vastaavuutta pitäisi löytyä kulttuurista riippumatta. Tämän kannalta oleellista on se, mihin transsi-termillä viitataan, eli onko kyse tietyn kulttuurin tietyistä uskonnollis-rituaalisista käytännöistä, vai laajemmasta perheyhtäläisyydestä tiettyjen siihen liittyvien piirteiden välillä.

Näitä kysymyksiä käsittelevässä artikkelissaan Ruth Herbert (2011b, 204) ehdottaa jälkimmäistä lähestymistapaa. Jos muuntuneita tajunnantiloja käsitellään kulttuurienvälisestä perspektiivistä transsi -käsitteen kautta, on oleellista huomioida ilmiön monimuotoisuus: Enemmän tutkitun "korkean vireystilan transsin" (ergotrooppisen transsin) sijaan länsimaille tyypillisempi saattaa olla "matalan vireystilan" tropotrooppinen transsi (Herbert 2011b, 210). Vastaavasti Herbert painottaa Beckerin muotoilua transsista prosessisina, "transsaamisena" (*trancing*), mikä viittaa tietyn tilan sijaan tajunnan jatkumolliseen virtaukseen (Herbert 2011b, 207).

4.2 Arkinen musiikinkäyttö ja tajunnan muuttuminen

Länsimaisessa viitekehyksessä "muodollisena" kontekstina muuntuneiden tajunnantilojen käyttöön voidaan pitää kliinisiä yhteyksiä, eli (musiikki)terapiaa (ks. esim. Aldridge & Fachner 2006) ja erityisesti hypnoosia (Herbert 2011b, 210–211). Tämän ohella on toki useita muita, sekulaareja ja uskonnollisia, musiikillisia ja ei-musiikillisia, yhteyksiä, joissa muuttuneilla tajunnantiloilla voidaan katsoa olevan jonkinlainen rooli. Niin ikään käsitteellisellä tasolla muuntuneeseen tajuntaan, transsiin tai transsendentaalisuuteen viittaavaa termistöä esiintyy Gabrielssonin (2011b) voimakkaita musiikkikokemuksia koskeissa kuvauksissa.

Nämä tapaukset voidaan tietysti mielessä, mainitun perheyhtäläisyyden nimissä, rinnastaa etnomusikologian kuvaamiin eri kulttuurien transsikäytäntöihin. Herbertin (2011b, 212) mukaan tällaisiin selkeästi tajunnan muutosta painottaviin yhteyksiin keskittyminen jättää huomiotta ihmisen psykologian kannalta hyvin keskeisen alueen, eli arkielämään liittyvät yksityisemmät ja hienovaraisemmat tajunnantilan vaihtelemiset. Näiden ottaminen tarkastelun lähtökohdaksi tarkoittaa käytännössä huomion keskittämistä laajemman kulttuurisen käytännön sijaan henkilökeskeiseen etnografiaan. Vastaavasti tarkastelun kiintopisteenä on nimenomaan henkilökohtainen kokemus, eikä esimerkiksi musiikillista arkielämää koskevista tutkimuksista korostettu musiikin välineellisyys tai funktionaalisuus. (Herbert 2011b, 212.)

Herbert on käsitellyt tällaista arkielämän "transsaamista" kolmen empiirisen tutkimuksen kautta (Herbert 2011a; Herbert 2012; Herbert 2013). Näiden aineistona on pienen musiikkiin suuntautuneen osallistujaryhmän pitämät päiväkirjat arkisista kokemuksistaan musiikillisissa ja ei-musiikillisissa yhteyksissä. Kerättyä

kokemuskuvausaineistoa Herbert jäsentää kahden läheisesti toisiinsa liittyvän psykologisen käsitteen, dissosiaation ja absorption kautta.

Absorptio ("uppoutuminen") viittaa tässä yhteydessä jonkun asian yhteydessä koettuun syvään ja vaivattomaan keskittymiseen. Oleellista tässä on kokemuksen luonteeseen liittyvä ei-tahdonalaisuus ja epäpragmaattisuus: Tekeminen ei tunnu varsinaisesti tavoitteelliselta, vaan on itsessään luontevan ja automaattisen tuntuista (periaatteessa kyse on hyvin samansuuntaisista asioista kuin flow-kokemuksen kohdalla). (Herbert 2012, 41–42.) Tutkimuksessaan Herbert hahmotteli arkielämän absorptiokokemukset kolmen määrittäviä piirteitä kuvastavan temaattisen kategorian kautta: tietoisien ajattelun tai sisäisen dialogin vaimentuminen, muutokset sensorisessa tietoisuudessa ja mielikuvituksen linkittyminen tilanteeseen (Herbert 2012, 51).

Dissosiaatio ("irtautuminen") taas viittaa psyykkiseen erkanemiseen esimerkiksi joistain mielen sisällöistä, toiminnosta tai tilanteesta. Tämän suhteen on syytä tehdä ero patologisen dissosiaatiohäiriön ja normatiivisen dissosiaation, joka voidaan mieltää eräänlaiseksi luontaiseksi itsesäätelymekanismiksi, välille. (Herbert 2013, 372–373.) Tutkimuksessaan Herbert tukeutui kahteen dissosiaation elementtiin, depersonalisaatioon ja derealisaatioon, jakeen kuvauksissa ilmenneet normatiiviset dissosiaatiokokemukset viiteen temaattiseen kategoriaan. Näistä kaksi, muutokset sensorisessa tietoisuudessa ja mielikuvituksellinen osallistuminen, vastaavat absorptiokokemusten kategorioita, mutta sisälsivät myös tiettyä irtautumiseen liittyvää sävyä. Kolme muuta kategoriaa, itsestä (omista huolista ja ahdistuksista) pakeneminen, teknologian käyttäminen muun maailman eristämiseen ja spontaani poissaolo, taas olivat selvemmin dissosiaatiivisesti painottuneita kokemuskategorioita. (Herbert 2013, 379–384.)

Musiikin yhteydessä absorptiota ja dissosiaatiota on Herbertin tutkimusten ohella käsitelty enemmän persoonallisuuspiirteenä (*trait*) tai taipumuksena, kuin kokemuksellisenä "tilana". Tällaisen lähestymistavan kannalta taas oleellista on ilmiön tavoittaminen ja määrittely erilaisten psykometristen mittareiden kautta. Esimerkiksi absorption osalta Sandstrom ja Russo (2013) ovat kehittäneet *Absorption in Music Scale* (AIMS) -kyselymittaria havainnoimaan taipumusta kokea musiikkia voimakkaasti. Dissosiaatiota taas on tutkittu huomattavasti vähemmän musiikin yhteydessä (joskin tiettyä dissosiaatiivisuutta toki liittyy myös absorptioon ja muihin ilmiöihin), jolloin tätä kuvaavat mittarit on lainattu yleisemmän psykologian puolelta (ks. esim. Garrido & Schubert 2011). Näiden mittarien

kohdalla on pidetty hieman kyseenalaisena, kuinka hyvin ne lopulta soveltuvat normatiivisen dissosiaation käsittelyyn (Garrido & Schubert 2011, 289).

Kokonaisuutena niin korkeamman vireystason transsi kuin arkisemmat dissosiaatiiviset ja absorptiiviset kokemukset vaikuttavat kuvaavan musiikin kannalta oleellisia kokemuksellisia ilmiöitä. Toisaalta, jos ajatellaan että tällaiset tietoisuuden muuttumiset ovat kiinteä osa ihmisen yleistä psykologista toimintaa, jää vielä epäselväksi mikä varsinaisesti on musiikin rooli näiden kannalta. Herbertin tutkimusten ohella jotain viitettä musiikin erityisestä tehokkuudesta tällaisten muunteluiden aikaansaajana voidaan nähdä olevan musiikkiin luontevasti liittyvissä ajan ja paikan kokemisen uudelleenjäsentymisessä (ks. Schäfer, Fachner & Smukalla 2013) ja mielialan muokkaamisessa (ks. Saarikallio & Erkkilä 2007).

5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Varsinaisten musiikkikokemusten, ja niihin liittyvien aspektien sijaan, tässä tutkimuksessa oleellinen kysymys koskee sitä, kuinka nämä tuntemukset tehdään ymmärrettäväksi ja sanallistetaan. Musiikin yhteydessä koettujen affektiivisten kokemusten tutkimuksessa korostuneiden emootioiden tai mielialojen sijasta lähtökotana pidetään, kuten Herbert (2012; 2013) ehdottaa, tietoisuuteen ja optimaalisiin kokemuksiin viittaavaa käsitteistöä. Tarkoituksena on näin lisätä ymmärrystä tavoista ymmärtää ja sanallistaa musiikkiin liittyviä kokemuksia, sekä hahmottaa käsitteellisiä välineitä kokemuksen lähestymiseen.

Koska tällaista kokemuksen ei-ensisijassa emotionaalisiin piirteisiin pohjautuvaa teoreettista ja tutkimuksellista perustaa voidaan pitää emootiotutkimuksen valmiisiin malleihin ja kartoituksiin nähden heikommin jäsenytyneenä, on tämä tutkimus lähtökohtaiselta luonteeltaan eksploratiivinen. Näin ollen ensimmäisenä tutkimusongelmana oli pyrkiä kartoittamaan yleisemmin teoriasta johdettujen ei-emotionaalisten tuntemusluonnehdintojen soveltuvuutta musiikin yhteydessä koettujen kokemusten kuvailuun. Tarkemmin tarkoituksena oli havainnoida muuttuneisiin tajunnantiloihin ja optimaalisiin kokemuksiin viittaavien tuntemusluonnehdintojen arvioitua yleisyyttä ja sopivuutta, eli relevanttiutta (ks. Peltola & Eerola 2013) musiikin yhteydessä.

Tämän yleisemmän tarkastelun lisäksi, aiemman tutkimuksen pohjalta katsottiin mahdolliseksi tehdä muutama tarkempi oletus tulosten suhteen. Musiikkiin liittyvä kokemus voidaan ymmärtää kolmen tekijän, musiikin, henkilön ja tilanteen, vuorovaikutuksena (Gabrielsson 2011b, 436), jolloin kutakin näistä voidaan pitää yhtenä perusteena myös erilaisille tavoille sanallistaa kokemusta. Tässä tutkimuksessa päätettiin keskittyä henkilökohtaisten tekijöiden mahdolliseen vaikutukseen kokemuksen erilaisten sanallistamisen tapojen osalta.

Aiemmassa tutkimuksen tarjoamia lähtökohtia henkilökohtaisten erojen käsittelyyn olivat mm. psykologiseen tutkimukseen pohjautuvat persoonallisuuspiirteet (Vuoskoski & Eerola 2011; Juslin et. al. 2011), Maslow'n (1964) ja Csikszentmihalyin (1990) esitykset optimaalisiin kokemuksiin erityisen taipuvaisista henkilöistä sekä Beckerin (2004) esittämä habituksen -käsite (ks. myös Penman & Becker 2009; Atkins 2012). Tässä tutkimuksessa päätettiin kuitenkin lähestyä aihetta vaatimattomammin musiikillisen harrastuneisuuden ja musiikin kuuntelun yleisyyden kautta. Harrastuneisuuden osalta aiemman flow-tutkimuksen keskittyminen pääasiassa soittajien kokemuksiin (Hytönen-Ng 2013; Fritz & Avsec 2007; Bernard 2009) ja musiikin emootiotutkimuksen esittämät yhteydet instrumentin soittamisen ja

tunteiden kokemisen välillä (ks. esim. Juslin et. al. 2011), antoivat olettaa ainakin joidenkin tuntemusten ja niiden sanallistamisen tapojen olevan keskimääräistä yleisempiä musiikkia harrastavien keskuudessa. Musiikin kuuntelun taas ajateltiin viittaavan yleisemmin musiikilliseen aktiivisuuteen, ja siten tavoittavan henkilöt, joilla on kiinteä suhde musiikkiin mutta ei välttämättä soitannollisia harrastuksia. Tämänkin osalta oletettiin erojen olevan sen suuntaisia, että aktiivisempi musiikin kuuntelu liittyy yleisempään tuntemusten kokemiseen ja sanallistamiseen.

Tutkimuksen tarkoitus voidaan esittää kahden tutkimuskysymyksen ja kahden hypoteesin muodossa seuraavasti:

- Mitkä flow-kokemuksiin, huippukokemuksiin ja tajunnantilan muutoksiin viittaavista sanallisista luonnehdinnoista ovat musiikin kannalta enemmän relevantteja ja mitkä vähemmän relevantteja?
- Onko kokemusten sanallistamisessa havaittavissa musiikin harrastamiseen tai musiikin kuuntelun aktiivisuuteen liittyviä eroja? Hypoteeseina on että:
 - Musiikkiin liittyvien kokemusten sanallistaminen flow-kokemuksiin, huippukokemuksiin ja tajunnantilan muutoksiin viittaavien luonnehdintojen kautta on yleisempää aktiivisesti musiikkia harrastavien kuin ei-harrastavien keskuudessa.
 - Musiikkiin liittyvien kokemusten sanallistaminen flow-kokemuksiin, huippukokemuksiin ja tajunnantilan muutoksiin viittaavien luonnehdintojen kautta on yleisempää useammin musiikkia kuuntelevien kuin harvemmin musiikkia kuuntelevien keskuudessa.

5.1 Tutkimusmenetelmän perusta teoreettisen viitekehyksen kannalta

Menetelmälliseltä kannalta tutkimuksessa nojaututaan musiikkipsykologisen emootiotutkimuksen lähestymistapoihin. Tältä pohjalta tutkimuksen tarkempi muotoutuminen voidaan esittää sarjana toisiinsa liittyviä menetelmällisiä ja teoreettisia valintoja.

Ensimmäinen valinta koskee ilmiön tutkimuksellista käsitteellistämistä, eli sitä, millaisella käsitteistöllä musiikkikokemus kehystetään tai mitä siihen liittyvistä aspekteista tarkkaillaan. Emootiotutkimuksen kannalta tämä voidaan ajatella laajemmin kysymyksenä siitä, mihin emootion osa-alueeseen tutkimuksessa keskitytään ja tarkemmin minkälaisen teoreettisen jäsenyyksen, emootiomallin, kautta emotionaalinen kokemus tutkimuksessa

ymmärretään. Laajemmassa mielessä emootioihin ajatellaan sisältyväksi ainakin kolmenlaisia komponentteja (subjektiiviset kokemukset, keholliset reaktiot ja toiminnalliset ilmaukset) joista kukin voidaan nostaa tutkimuksen keskiöön menetelmän valintaa ohjaamaan (Eerola & Saarikallio 2010, 261). Käytetty emootiomalli taas paljolti määrittelee tutkimuksen emootio-käsitteen teoreettisen taustan, sekä tarkentaa kohteena olevaa ilmiötä (lähestytäänkö kokemusta muutaman kategorisen ”perustunteen”, primäärimmän valenssin vai käsitteellisemmän koetun tunteen kautta) (Eerola & Saarikallio 2010, 262–264).

Tässä tutkimuksessa kohteena on kokemuksen subjektiivinen ulottuvuus, eli miten kokemus kokijalle itselleen näyttäytyy, mikä menetelmällisesti tarkoittaa itsearviointia. Itsearviointi on toistaiseksi musiikkipsykologisen emootiotutkimuksen piirissä eniten käytetty menetelmä (ks. esim. Eerola & Vuoskoski 2013), joten sen rajoituksiin ja ongelmiinkin on kiinnitetty paljon huomiota. Eerola ja Zentner (2010) esittävät itsearviointimenetelmiä käsittelevässä kirjoituksessaan erinäisiä tähän liittyviä huomioita, joista kolme ovat erityisen oleellisia tämän tutkimuksen kannalta. Näistä ensimmäinen, arvioinnin ”puolueellisuus” (*bias*), liittyy yleensä itsearviointeihin ja voidaan tässä tapauksessa ymmärtää yleensä mahdollisuutena ”epärehellisyyteen”, eli vastaukset eivät välttämättä ole totuudenmukaisia vaan saattavat painottua esimerkiksi kysytyn asian sosiaalisen hyväksyttävyyden mukaan. Toiset kaksi ongelmaa ovat tiiviimmin sidoksissa juuri emootioiden, tai yleensä subjektiivisten kokemusten, tutkimiseen ja liittyvät vastaajan väistämättä rajoittuneeseen tietoisuuteen omasta subjektiivisesta tilastaan sekä sen sanallistamisen haastavuuteen.

Tässä tutkimuksessa näitä huomioita ei suoranaisesti käsitetä rajoituksina vaan enemmän tutkimuksen kysymyksenasettelua ohjaavina tekijöinä. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että varsinaisen kokemuksen sijaan tutkimuksen keskipiste on ensisijaisesti kokemuksen käsitteellistämässä, eli kielellisissä keinoissa, joilla subjektiivista tuntemusta pyritään kuvaamaan. Näin ei siis varsinaisesti pyritä tavoittamaan kokemusta itseään, vaan sitä millaisin verbalisoinnein se tehdään ymmärrettäväksi. Periaatteeltaan tällainen lähestymistapa on melko lähellä Zentnerin et. al. (2008) ja Peltolan & Eerolan tutkimuksia, joissa musiikin kokemusta lähestyttiin kartoittamalla sen suhteen relevantteja tunnesanoja.

Toinen valinta liittyy kokemuksen tarkastelun ajalliseen kehykseen. Perusteiltaan tämän suhteen voidaan erotella arvioidaanko kokemusta reaaliajassa, musiikin tapauksessa siis esimerkiksi kuuntelun aikana, vai retrospektiivisesti varsinaisen kokemuksen jälkeen (ks. esim. Eerola & Zentner 2011). Tämän erottelun osalta kyse on paljolti psykologisesta ”stimuluspohjaisesta” -lähestymistavasta, eli periaatteessa tietyn ärsyksen aiheuttamista

reaktioista, jolloin jo jokseenkin oletusarvoisesti kokemus rajautuu näiden kahden mukaan. Jos taas lähtökohtana on laajemmin mahdollisten kokemusten piirteiden tarkastelu, on jako ehkä parempi mieltää Gabrielssonin (2011a) tekemän vertailun mukaisesti lähtökohtaisesti autobiografisena. Tällöin voidaan erotella episodiseen muistiin nojautuvat raportoinnit, jolloin kohteena on yksittäinen musiikkikokemus, ja semanttiseen muistiin, eli yleiseen ja keskiarvoiseen käsitykseen musiikkikokemuksista, nojautuvat raportoinnit (Gabrielsson 2011a, 95–99).

Tässä tutkimuksessa kokemuksen käsitteellistämistä lähestyttiin yleisesti kartoittavalla lähestymistavalla, yksittäiseen tilanteeseen tai kokemukseen nojautumatta, jolloin oli luontevaa edetä kokemusten keskiarvoisen semanttisen edustuksen kautta. Tällä tavoin tarkasteluun pyrittiin saamaan nimenomaan yleinen käsitys musiikkiin liittyvien kokemusten kuvaamisesta. Aineistonkeruumenetelmä ohjautui siten Juslin et. al. (2011) toteuttaman emootioiden prevalenssitutkimuksen ja Eerolan & Peltolan (2013) kartoituksen viitoittamana kyselytutkimuksen muotoon.

Kolmas valinta koski itsearvioinnin muotoilua, tarkoittaen käytännössä valintaa valmiiden vastausvaihtoehtojen ja avointen kysymysten välillä. Tämä valinta oli tutkimuksen ongelmallisina, sillä toisaalta kokemusta ilmiönä, kuten myös sen käsitteellistämistä, olisi luontevinta tarkastella avointen ja laadullisten lähestymistapojen kautta. Toisaalta kiinnostuksen kohteena olivat nimenomaan tietyt piirteet kokemuksesta, joille ei kuitenkaan tuntunut hahmottuvan tunteen tai emotion kaltaista selvää yläkäsitettä. Lopputuloksena päädyttiin itsearviointiin, jossa pääosa muodostuu aiemman laadullisesti orientoituneen tutkimuksen, etupäässä Gabrielsson (2011b) ja Herbert (2011a; 2012; 2013), perusteella johdetuista valmiista vastausvaihtoehdoista, joita tuettiin muutamalla avoimella kysymyksellä. Tällainen ratkaisu mahdollisti suuremman vastaajamäärän tavoittelemisen ja toisaalta myös mahdollisuuden avointen vastausten kautta tavoittaa rikkaampi kuva ilmiöstä ja toisaalta tarkastella kysymyksenmuotoilun onnistumista.

5.2 Tutkimusmenetelmä

Aineistonkeruu toteutettiin verkkomuotoisella kyselylomakkeella, joka jaettiin ainejärjestöjen sähköpostilistojen kautta Jyväskylän yliopiston opiskelijoille. Lomake laadittiin Jyväskylän yliopiston lisensoimalla mrInterview-ohjelmalla.

Varsinainen kyselylomake koostui kolmesta osiosta: vastaajan taustatiedoista, listasta erilaisia tuntemuskuvauksia sekä näiden soveltuvuutta musiikin yhteydessä tarkastelevista avoimista kysymyksistä. Lomakkeen (ks. Liite 1) suunnittelua ensisijaisesti ohjaavina tekijöinä pidettiin pyrkimystä mahdollisimman lyhyeen ja helposti täytettävään kyselyyn, sekä toisaalta jonkinlaista tasapainoa valmiiden vastausvaihtoehtojen ja avointen kysymysten välillä. Ensimmäisen perusteena oli luonnollisesti saada mahdollisimman moni suorittamaan kysely loppuun asti ja minimoida mahdollisen uupumuksen vaikutus vastauksiin. Jälkimmäinen taas motivoitui paljolti aiheen yleisen käsitteellisen haastavuuden ja vähäisen tutkimustiedon pohjalta, jolloin valmiilla vastausvaihtoehdoilla tavoiteltiin yleistä kuvaa ilmiöstä, kun taas avoimemmalla sanallistamisella toivottiin saatavan lisäselvennystä niin vastausten tulkintaa kuin mahdollisten jatkotutkimuksen kysymysten muotoilua ajatellen.

Taustatietojen osalta kysymykset jakaantuivat yleisiin taustatietoihin sekä musiikilliseen harrastuneisuuteen. Yleisistä tiedoista kysyttiin ikää, sukupuolta ja tämänhetkistä elämäntilannetta työn tai opiskelun osalta. Musiikin harrastamista taas kysyttiin monivalintakysymyksillä liittyen vastaajan omaan soittamiseen tai laulamiseen ja arvioituaan musiikin kuuntelun määrään, sekä avoimella kysymyksellä mielimusiikista. Oma soitto- tai lauluharrastusta ja musiikin kuuntelua koskevia kysymyksiä lukuun ottamatta läpi lomakkeen yhtenä vastausvaihtoehtona tarjottiin mahdollisuutta kieltäytyä vastaamasta. Tällä pyrittiin varmistamaan ettei henkilötietojen kysyminen heti lomakkeen alussa herättäisi epäilyksiä luottamuksellisuudesta ja siten karkottaisi vastaajia. Musiikkimakuun liittyvän kysymyksen suhteen taas ajatuksena oli pitää lomake mahdollisimman helppona ja kevyenä täyttää, jolloin monivalintakysymyksiä ”raskaammat” avoimet kysymykset oli mahdollisuus ohittaa (ks. Liite 1).

Taustatietojen kerääminen palveli kolmenlaista tarkoitusta. Näistä ensimmäisenä toki se, että musiikin kuuntelun yleisyys ja musiikin harrastaminen muodostivat kahden tutkimuskysymysten yhteydessä esitetyn hypoteesin kannalta oleelliset taustamuuttujat. Toinen syy liittyy puhtaasti lomakkeen rakenteeseen ja vastaajan orientoimiseen, eli perustietoja ja musiikin harrastusta koskevien kysymysten ajateltiin olevan päteviä ”lämmittelykysymyksiä” ennen hivenen haastavampia tuntemuskysymyksiä (ks. esim. Valli 2001, s. 30). Kolmas syy taas liittyy tulosten yleistettävyyteen. Tässä tutkimuksessa otantaa ei rajattu tarkemmin kuin ”Jyväskylän yliopiston opiskelijat”, joten hieman tarkempi vastaajien demografinen erittely tuntui tarpeelliselta. Yleisemmällä tasolla yliopisto-opiskelijoista

koostuvaa otosta ei luonnollisesti voida pitää edustavana laajempaan populaatioon nähden, mutta tässä tapauksessa moinen yleistettävyys ei ollut tavoitteenakaan.

Lomakkeen toinen osa koostui kolmestakymmenestä kokemusluonnehdinnasta, tai tuntemuskuvauksesta, joiden yleisyyttä (*kuinka usein koet seuraavia tuntemuksia tai kokemuksia musiikin yhteydessä*) arvioitiin viisiportaisella Likert-asteikolla (*ei koskaan, harvoin, toisinaan, usein, aina tai lähes aina*). Tuntemuskuvausten suhteen nojaututtiin pääasiassa absorptio- ja dissosiaatiotaipumusta mittaavien psykometristen kyselyiden kuvauksiin. Näiden osalta perustana olivat Sandstrom'n ja Russon kehitelemä "*Absorption In Music Scale*" (AIMS) (Sandstrom & Russo 2011) ja dissosiaatiota mittaava "*Questionnaire of Experiences of Dissociation*" (Riley 1988, viitattu lähteessä Garrido & Schubert 2011). Mittareiden dispoitioon tai personaallisuuspiirteeseen (*trait*) viittaavista kysymyksistä valikoitiin ja muokattiin tutkimuksen kannalta sopivimmat, eli tietynlaiseen kokemukseen eikä niinkään suhtautumistapaan viittaavat, käyttäen apuna Herbertin ESM-kokemuspäiväkirjoihin perustuvia esityksiä (Herbert 2011a; 2012; 2013). Näiden lisäksi luonnehdintoja muotoiltiin flow-kokemuksia (Fritz & Avsec 2007), transsendentaalisuuden ja hengellisyyden kokemista (Gabrielson 2003; 2011b; Atkins 2012) ja yleisemmin muuntunutta tajunnantilaa musiikin yhteydessä (Aldridge & Fachner 2006) käsittelevän kirjallisuuden pohjalta. Näiden kuvausten ohella listassa oli myös muutama abstraktimpi termi (kuten flow-kokemus, transsi ja ekstaasi), jolla pyrittiin havainnoimaan kokemusten käsitteellistämistä myös ”yläkäsitteiden” tasolla.

Lomakkeen viimeisessä osassa esitettiin edellinen lista uudelleen ja pyydettiin avoimilla kysymyksillä arviota sen musiikkikokemuksen kannalta sopivimmista ja vähiten sopivista luonnehdinnoista (*onko listassa joitain tuntemuksia, jotka ovat mielestäsi erityisen sopivia / huonosti sopivia musiikillisen kokemuksen kuvailuun*). Näiden lisäksi vastaajilta kysyttiin mahdollisia musiikkiin oleellisesti liittyviä tuntemuksia esitettyjen luonnehdintojen ulkopuolelta sekä yleisesti palautetta koko tutkimuksesta. Kyselyn lopuksi vastaajilla oli mahdollisuus sähköpostiosoitteen jättämällä osallistua vastaajapalkintojen arvontaan.

5.3 Analyysimenetelmät

Ensimmäisen tutkimuskysymyksen mukaista tuntemusluonnehdintojen relevanssia arvioitiin sekä tilastollisesti mitatun yleisyyden että avoimilla vastausvaihtoehdoilla kysytyn sopivuuden mukaan. Yleisyyden tilastollinen mittaaminen toteutettiin SPSS-tilasto-ohjelmalla

vastausten keskiarvoja tarkastelemalla. Tämän osalta on syytä huomata, että mittaamiseen käytetty Likert-asteikko on mittaustasoltaan järjestysasteikollinen, joten periaatteessa aritmeettisilla keskiarvoilla operoiminen ei ole puhtasoppisimman tilastotieteen kannalta sen yhteydessä sallittua. Tässä tapauksessa aritmeettisen keskiarvon ajateltiin kuitenkin antavan aineistosta mielekkäämmän käsiteltävän kuvan, joten ratkaisussa nojaututtiin yleiseen käytäntöön käyttäjä järjestysasteikollisia muuttujia välimatka-asteikollisten tapaan (ks. esim. Valli 2001, 26).

Avoimin vastausvaihtoehdoin kysytyä sopivuutta taas käsiteltiin luokittelemalla maininnat yksittäisistä tuntemuksista edellisen osan tuntemuslistan mukaisiin ryhmiin. Eri tuntemusten esiintymiskerrat koottiin Excel-taulukkoon ja niitä käsiteltiin prosenttiosuuksien kautta. Menettely oli tällöin luonteeltaan lähellä määrällistä sisällönanalyysyä, eli laadullisen aineiston erittelyä ja määrälliseen muotoon muuttamista (ks. Eskola & Suoranta 1998, 165–175)

Hypoteesien mukaisia ryhmien välisiä eroja tarkasteltiin ainoastaan tilastollisen yleisyyden keskilukujen kannalta. Erojen tilastollisen merkitsevyyden osalta testinä käytettiin yksisuuntaista varianssianalyysyä (ANOVA).

6 TULOKSET

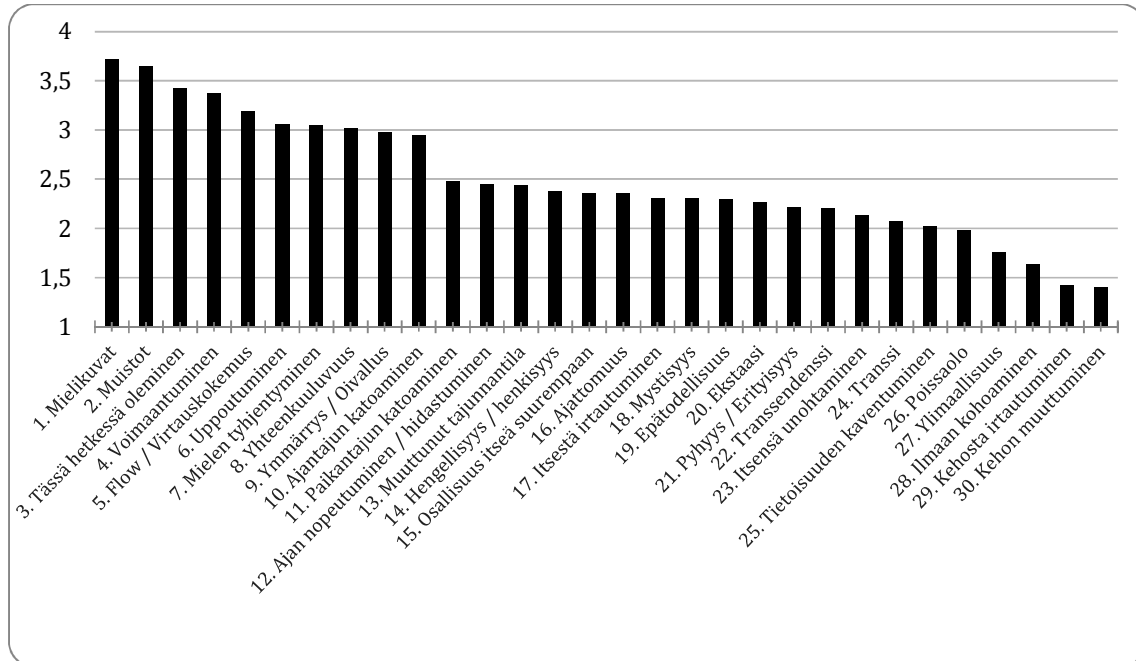
Verkkokyselyyn oli mahdollista vastata kahden viikon ajan (5.3.2014–19.3.2014) jona aikana se avattiin yhteensä 253 kertaa. Näistä n.66 % tuotti loppuun asti täytetyn lomakkeen, joten analyysissä huomioitu kokonaisvastaajamäärä oli 167 henkilöä.

Vastaajat olivat iältään 18–63 –vuotiaita suurimpien ikäryhmien ollessa 21v (16 %) ja 23v (12 %). Kuusi vastaajista jätti ikänsä ilmoittamatta. Vastaajien iän keskiarvo oli 24,50 vuotta, mikä on kohtalaisen hyvin linjassa Eurostudentin tutkimuksen kanssa, jonka mukaan Suomalaisten korkeakoulu-opiskelijoiden keski-ikä on 25 vuotta (Orr, Gwosć, Netz 2011). Sukupuolijakauman osalta taas 77 % kyselyyn vastanneista oli naisia, mikä on yleisempiin keskiarvoihin nähden huomattavasti suurempi osuus. Eurostudentin tutkimuksen mukaan naisten osuus suomalaisista korkeakoulu-opiskelijoista on 62 % (Orr et. al. 2011) ja tilastokeskuksen mukaan Jyväskylän yliopistossa 65 % (Suomen virallinen tilasto).

6.1 Vastausten keskiarvot

Lomakkeen toisessa osassa vastaajia pyydettiin arvioimaan esitettyjen tuntemusten yleisyyttä omien musiikkikokemusten kannalta. Kuvio 1 esittää vastausten keskiarvot järjestettynä suurimmasta (eli yleisimmästä) pienimpään⁴.

⁴ Tuntemusten alkuperäinen kieliasu löytyy liitteenä olevasta lomakkeesta (Liite 1).



Kuvio 1 Vastausten keskiarvot kysymykseen "Kuinka usein koet seuraavia tuntemuksia tai kokemuksia musiikin yhteydessä" (1 = ei koskaan, 2 = harvoin, 3 = toisinaan, 4 = usein, 5 = aina tai lähes aina).

Kuvaajan yleistä muotoa silmämääräisesti tarkastellen voidaan tuntemusten yleisyyttä hahmotella karkeasti neljän luokan kautta. Ensimmäiset neljä tuntemusta (*mielikuvat*, *muistot*, *tunne tässä hetkessä olemisesta* sekä *voimaantuminen / parantuminen*) muodostavat kohtalaisen selkeän usein koettujen tuntemusten ryhmän, joista mielikuvia ja muistoja voidaan vielä erikseen pitää selvästi yleisimpinä. Seuraavat kuusi tuntemuskuvausta, *virtauskokemuksesta ymmärryksen / oivalluksen tuntemuksiin* taas ovat melko tasainen joukko toisinaan koettuja tuntemuksia. Suurin ryhmä muodostuu kuudestatoista harvoin koetusta tuntemuksesta (*paikantajan katoaminen - tietoisuuden kaventuminen / laajentuminen*), jonka lukuarvot laskevat melko tasaisesti. Viimeiset neljä tuntemusta voidaan vielä mieltää omaksi hyvin harvoin koettujen tuntemusten ryhmäksi, josta kaksi viimeistä (*kehosta irtautuminen* ja *kehon muuttuminen*) ovat jälleen muita melko selvästi harvinaisempia.

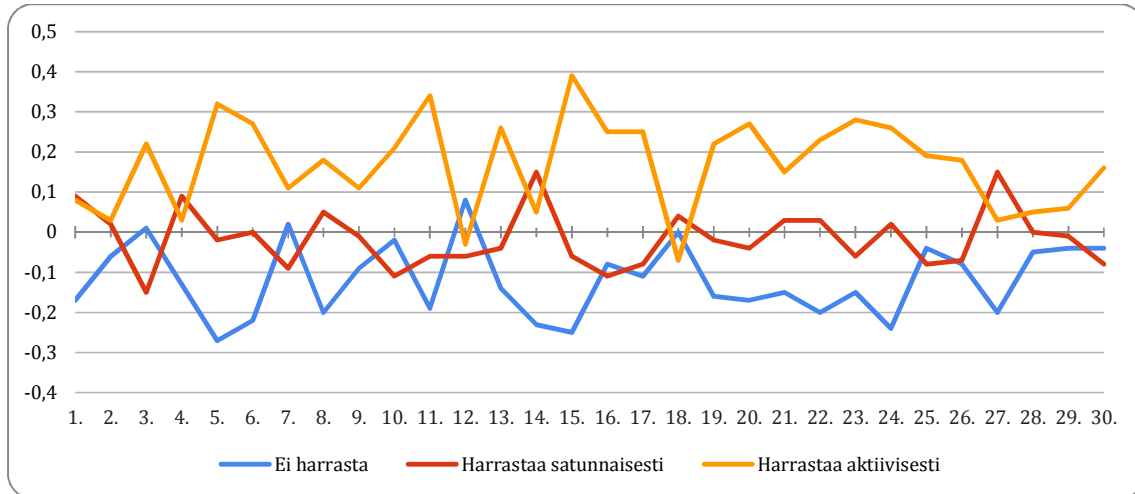
EOS-vastausvaihtoehdon ensisijaisena tarkoituksena oli huomioida joidenkin listassa esiintyneiden termien mahdollinen kuulumattomuus vastaajan sanavarastoon (erityisesti vierasperäisten termien kohdalla). Aineiston perusteella EOS-vaihtoehto valittiin kuitenkin myös muuten vaikeasti mieltyvien tuntemusten kohdalla: Ainoastaan *mielikuviin*, *voimaantumiseen*, *musiikkiin uppoutumiseen*, *yhteenkuuluvuuden tunteeseen* ja *ajantajan katoamiseen* ei vastattu kertaakaan tällä vaihtoehdolla. Suurimman osan kohdalla EOS-vastauksia oli vähemmän kuin viisi kappaletta, poikkeuksena *flow / virtauskokemus* (6 kpl) sekä selvästi hankalammat *ekstaasi* (10 kpl) ja *transsendenssi* (15 kpl).

6.2 Ryhmäkohtaiset erot: Musiikin harrastaminen

Vastaajien musiikillista harrastuneisuutta kysyttiin viidellä vaihtoehdolla, joiden suhteen aineisto jakautui seuraavasti:

Musiikin harrastus	Vastaajien lkm.	Prosenttiosuus
Ei harrasta soittamista tai laulamista	55	32.9 %
Harrastaa soittamista tai laulamista satunnaisesti	67	40.1 %
Harrastaa soittamista tai laulamista aktiivisesti	36	21.6 %
Soittaa tai laulaa lähes ammattimaisesti	8	4.8 %
Soittaa tai laulaa ammatiksi	1	0.6 %
Yhteensä	167	100 %

Suurin yksittäinen ryhmä muodostui vastaajista, jotka luokittelevat itsensä satunnaisesti soittamista tai laulamista harrastaviksi. Muutenkin soittamista tai laulamista harrastavat olivat tässä tutkimuksessa ei-soittajiin nähden huomattavasti korostuneessa asemassa, sillä selvästi alle puolet vastaajista kuului ei-soittavien tai laulavien ryhmään. Epätasaisen jakauman johdosta kolme viimeistä ryhmää päätettiin yhdistää yhdeksi "aktiivisten soittajien" ryhmäksi (n=45). Kuvio 2 esittää eri ryhmien keskiarvojen poikkeaman koko otoksen keskiarvoista yksittäisten tuntemuskuvausten suhteen (tuntemusluonnehdintojen järjestys on sama kuin edellisessä kuviossa).



Kuvio 2 Harrastamisen mukaan luotujen ryhmien keskiarvojen erot tuntemuskohtaisesti. Viivat kuvaavat kunkin ryhmän keskiarvojen poikkeamaa koko otoksen keskiarvoista (pysty akselin 0-kohta). Koko otoksen keskiarvot ja vaaka-akselin järjestysnumeroita vastaavat tuntemukset on esitetty kuviossa 1.

Kuvion yleinen linja on melko selkeä: Aktiivisesti harrastavien vastausten keskiarvo on pääsääntöisesti suurempi kuin ei-harrastavien (eli vastaajat, jotka luokittelivat itsensä aktiivisiksi, puoli ammattimaisiksi tai ammattimaisiksi soittajiksi arvioivat kokevansa listan mukaisia tuntemuksia keskimäärin useammin kuin itsensä ei-soittajiksi luokitelleet vastaajat). Näiden ryhmien osalta ainoat poikkeamat ovat 12. *tunne ajan nopeutumisesta tai hidastumisesta* ja 18. *mystisyyden tai maagisuuden tunne*, joista jälkimmäisen osalta aktiivisesti harrastavien keskiarvo on molempia muita ryhmiä pienempi. Satunnaisesti harrastavien keskiarvot taas olivat useimmin kahden muun ryhmän keskiarvojen välissä, mutta joidenkin tuntemusten tapauksessa myös vertailun suurimpia tai pienimpiä.

Aktiivisesti harrastavien ja ei-harrastavien osalta suurimmat keskiarvojen väliset erot (keskiarvojen erotus yli 0.50) koskivat 5. *flow / virtauskokemusta* (0.59), 11. *paikantajun katoamista* (0.53), 15. *tunnetta jonkun suuremman osana olemisesta* (0.64) ja 24. *transsia / transsinomaisia tuntemuksia* (0.50). Kaikkien osalta aktiivisesti harrastavien keskiarvo oli ei-harrastavien keskiarvoa suurempi.

Ryhmien välisten erojen tilastollista merkitsevyyttä testattiin yksisuuntaisella varianssianalyysillä. Testin mukaan tilastollisesti merkitsevä ero ($p < .05$) löytyi neljän tuntemusluonnehdinnan osalta. Post-hoc –tarkastelun (Bonferroni) perusteella erot olivat ei-harrastavien ja aktiivisesti harrastavien ryhmien välillä. ANOVA-testin tulokset on esitetty taulukossa 1.

Taulukko 1 Ryhmien välisten erojen tilastollinen merkitsevyys

	(1) Ei harrasta (n =55)		(2) Harrastaa satunnaisesti (n=67)		(3) Harrastaa aktiivisesti (n=45)					
	<i>ka</i>	<i>sd</i>	<i>ka</i>	<i>sd</i>	<i>ka</i>	<i>sd</i>				
<i>Tuntemus</i>							<i>F</i>	<i>df</i>	<i>p</i>	<i>post-hoc^a</i>
5. Flow	2.92	.88	3.17	.87	3.51	.94	5.24	2, 158	.006**	1<3, p=.004**
11. Paikantaju	2.29	1.03	2.42	1.05	2.82	1.15	3.18	2, 163	.044*	1<3, p=.047*
15. Itseä suurempi	2.11	.98	2.30	1.11	2.75	1.06	4.68	2, 162	.011*	1<3, p=.009**
24. Transsi	1.83	.88	2.09	1.06	2.33	1.00	3.17	2, 160	.045*	1<3, p=.030*

a Bonferroni. *-p<.05, **-p<.01, ***-p<.001

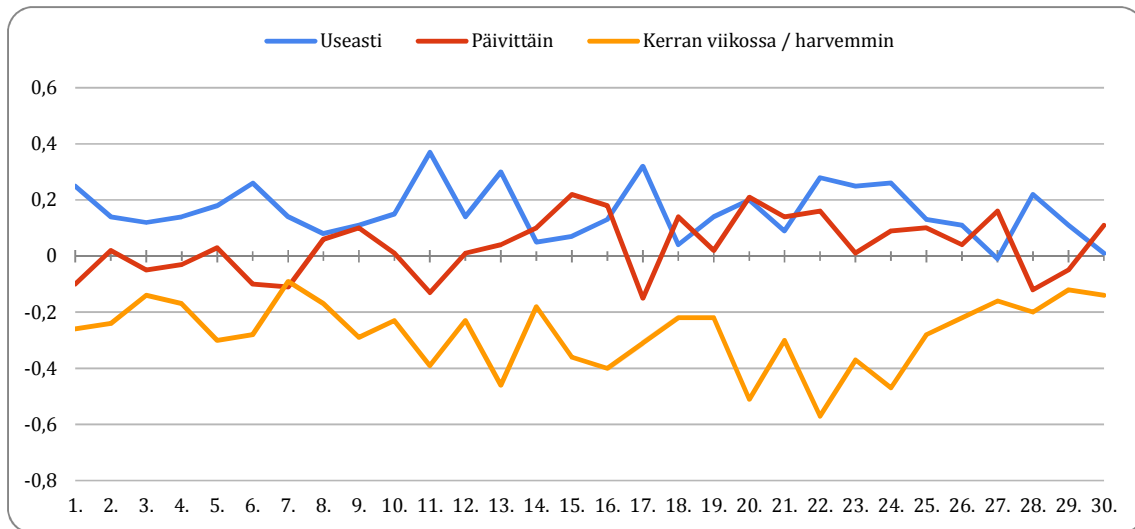
24. Transsin, 15. tunteen jonkun itseä suuremman osana olosta ja 11. paikantajun katoamisen osalta erot olivat tilastollisesti melkein merkitseviä ($p<.05$) ja 5. flow / virtauskokemuksen osalta merkitseviä ($p<.01$). Voidaan siis esittää, että tuntemusten käsitteellistäminen näiden luonnehdintojen kautta on yleisempää aktiivisesti musiikkia harrastavien kuin ei-harrastavien kohdalla.

6.3 Ryhmäkohtaiset erot: Musiikin kuuntelu

Musiikin kuuntelun osalta valittavana oli kuusi vaihtoehtoa, joiden osalta aineisto jakaantui seuraavasti:

Musiikin kuuntelu	Vastaajien lkm	Prosenttiosuus
Useita kertoja päivässä	68	40.7 %
Vähintään kerran päivässä	53	31.7 %
Useita kertoja viikossa	36	21.6 %
Vähintään kerran viikossa	5	3 %
Muutaman kerran kuukaudessa	4	2.4 %
Muutaman kerran vuodessa tai harvemmin	1	0.6 %
Yhteensä	167	100 %

Selvästi suurin osa vastaajista ilmoitti kuuntelevansa musiikkia useita kertoja päivässä tai vähintään kerran päivässä, joten otoksessa on korostuneesti esillä melko aktiivisten kuuntelijoiden osuus. Viimeiset kolme vaihtoehtoa saivat huomattavasti vähemmän vastauksia (vähintään kerran viikossa, muutaman kerran kuukaudessa ja muutaman kerran vuodessa yhteensä 10 / 5 %) joten nämä yhdistettiin osaksi useita kertoja viikossa –ryhmää (n=46). Näin ollen analyysissä tarkasteltiin kolmen ryhmän, useasti päivässä, päivittäin ja viikoittain tai harvemmin kuuntelevien vastauksia. Kuvio 3 esittää kunkin ryhmän keskiarvojen poikkeaman koko otoksen keskiarvoista yksittäisten tuntemuskuvausten suhteen.



Kuvio 3 Kuuntelun mukaan luotujen ryhmien keskiarvojen erot tuntemuskohtaisesti. Viivat kuvaavat kunkin ryhmän keskiarvojen poikkeamaa koko otoksen keskiarvoista (pystyakselin 0-kohta). Koko otoksen keskiarvot ja vaaka-akselin järjestysnumeroita vastaavat tuntemukset on esitetty kuviossa 1.

Kuvaajan esittämä yleinen linja on samansuuntainen kuin edellisessä, eli keskiarvot ovat sitä suurempia, mitä useammin musiikkia kuunnellaan (ts. vastaajat jotka ilmoittivat kuuntelevansa musiikkia useammin kuin kerran päivässä, arvioivat myös kokevansa erilaisia tuntemuksia musiikin yhteydessä useammin). Ääriyhmien, useammin kuin kerran päivässä kuuntelevien ja viikoittain tai harvemmin kuuntelevien, välillä on tässä tapauksessa selvä ero, kun taas päivittäin kuuntelevien keskiarvot leikkaavat joidenkin tuntemusten kohdalla toisten ryhmien keskiarvoja. Suurimmat erot useammin kuin kerran päivässä kuuntelevien ja viikoittain tai harvemmin kuuntelevien keskiarvojen välillä olivat *paikantajan katoamisessa* (0,76), *väliaikaisesti muuttuneessa tajunnantilassa* (0,76), *transsissa* (0,73), *ekstaasissa* (0,71) ja *transsendenssin tunteessa* (0,85). Myös päivittäin kuuntelevien ja kerran viikossa tai

harvemmin kuuntelevien keskiarvojen välillä oli huomattava ero kahden viimeisen, *ekstaasin* (0.72) ja *transsendenssin* (0.73), suhteen.

Erojen tilastollista merkitsevyyttä tarkasteltiin jälleen yksisuuntaisella varianssianalyysillä, mikä kehotti hylkäämään nollahypoteesin ($p < .05$) viidentoista tuntemuksen kohdalla. ANOVA-testin ja post-hoc -vertailun tulokset esitetään taulukossa 2.

Taulukko 2 Ryhmien välisten erojen tilastollinen merkitsevyys

	(1) Useasti (n=68)		(2) Päivittäin (n=53)		(3) Harvemmin (n=46)		F	df	p	post-hoc ^a
	ka	sd	ka	sd	ka	sd				
1. Mielikuvat	3.97	.79	3.62	1.04	3.46	1.07	3.98	2, 159	.014*	3<1 (p=.016*)
5. Flow	3.37	.74	3.22	.97	2.89	1.03	3,82	2, 158	.024*	3<1 (p=.020*)
6. Uppoutuminen	3.32	1.03	2.96	1.04	2.78	1.09	3.98	2, 164	.021*	3<1 (p=.023*)
9. Ymmärrys	3.09	.86	3.08	.76	2.69	.85	3.73	2, 162	.026*	3<1 (p=.039*)
11. Paikantaju	2.85	1.18	2.35	.95	2.09	.92	8.10	2, 163	<.000***	3<1 (p<.000***), 2<1 (p=0.27*)
13. Muuttunutajunta	2.74	1.18	2.48	1.16	1.98	1.06	5.96	2, 159	.003**	3<1 (p=.002**)
15. Itseäsuurempi	2.43	1.05	2.58	1.14	2.00	.97	3.92	2, 162	.022*	3<2 (p=.023*)
16. Ajattomuus	2.49	.94	2.54	1.04	1.96	1.07	5.09	2, 162	.007**	3<1 (p=.019*), 3<2(p=.015*)
17. Itsestä irtautuminen	2.63	1.00	2.16	1.08	2.00	.99	5.90	2, 160	.003**	3<1 (p=.005**), 2<1 (p=.046*)
20. Ekstaasi	2.47	.970	2.48	1.04	1.76	.86	8.95	2, 154	<.000***	3<1 (p=.001**), 3<2 (p=.001**)
21. Pyhyys	2.30	.99	2.35	1.07	1.91	.76	3.08	2, 160	.049*	3<2 (p=.076)
22. Transsendenssi	2.48	1.05	2.36	1.05	1.63	.87	10.06	2, 149	<.000***	3<1 (p<.000***), 3<2 (p=.002**)
23. Itsetietävyys	2.38	1.05	2.14	.99	1.76	.99	5.13	2, 161	.007**	3<1 (p=.005**)

24. Transsi	2.33	1.02	2.16	1.03	1.60	.78	7.98	2, 160	< .000***	3<1 (p<.000***), 3<2 (p=.016*)
28. Ilmaan kohoami- nen	1.85	1.05	1.51	.73	1.43	.66	8.10	2, 163	.022*	3<1 (p=.037*)
a Bonferroni. *= $p<.05$, **= $p<.01$, ***= $p<.001$										

Testin mukaan ryhmien väliset erot ovat huomattavampia kuuntelun kuin musiikin harrastamisen suhteen. Useimmissa tapauksissa merkitsevät ja melkein merkitsevät erot koskivat useita kertoja viikossa ja useita kertoja päivässä musiikkia kuuntelevia ryhmiä, mutta 24. *transsin*, 20. *ekstaasin*, 22. *transsendenssin*, ja 16. *ajattomuuden tunteen* kohdalla myös harvemmin kuuntelevia ja päivittäin kuuntelevia. Päivittäin ja useammin kuin kerran päivässä kuuntelevien ryhmien välillä taas oli eroa 11. *paikantajun katoamisen* ja 17. *itsestä irtautumisen suhteen*. 15. *Jonkun itseä suuremman osana olon tunteen* ja 21. *pyhyiden tai erityisyyden tunteen* tapauksessa melkein merkitsevä ero taas oli vain useasti viikossa tai harvemmin ja päivittäin kuuntelevien välillä.

6.4 Avoimet vastaukset: Listan luonnehdintojen sopivuus

Lomakkeen kolmannessa osiossa vastaajia pyydettiin arvioimaan esitettyjen luonnehdintojen sopivuutta musiikin yhteydessä. Käytännössä tämä tarkoitti kolmea avointa vastausvaihtoehtoa, joissa kysyttiin listan perusteella parhaiten ja huonoiten kokemusta kuvaavia luonnehdintoja, sekä omia ehdotuksia listan ulkopuolelta. Kukin kysymyksistä oli mahdollista ohittaa valitsemalla EOS -vaihtoehto. (Ks. Liite 1).

Valtaosa (n. 87 %) vastaajista jätti jonkinlaista kommenttia viimeiseen osioon, useimmiten vastauksen sopivimpia kuvauksia koskevaan kohtaan. Pituudeltaan vastaukset vaihtelivat yhden sanan huomioista yli sadan sanan mittaisiin kuvauksiin. Myös sisällöllisesti vastaukset vaihtelivat kyselyn luonnehdinnoista koostetuista listoista selvästi vapaampiin kuvauksiin. Melko yleistä oli myös käyttää kyselyn luonnehdintoja pohjana ja kommentoida tai avata niitä esimerkiksi asiayhteyksien (kuten soitto tai konsertit) tai omien kokemusten kautta.

Vastauksia käsiteltiin määrällisen sisältöanalyysin keinoin keskittyen listassa esiintyneiden luonnehdintojen poimimiseen ja laskemiseen. Avoimesta vastaustyyppistä johtuen kuvauksissa oli jonkin verran tulkinnanvaraisuutta, joten määrällistä arviota ei ole

syitä pitää eksaktina vaan enemmän suuntaa-antavana. Vastausten monipuolisuudesta ja tutkimuksen kysymyksenasettelusta johtuen muiden kuin listassa esiintyneiden luonnehdintojen osalta ei katsottu tässä yhteydessä aiheelliseksi tehdä kovin systemaattista luokittelua.

6.5 Avoimet vastaukset: Parhaiten ja huonoiten sopivat kuvaukset

Kysymys kuvaavimmista luonnehdinnoista keräsi n. 140 vastausta ja kysymys huonosti kuvaavista n. 110 vastausta. Vastauksista poimittiin yhteensä 706 luonnehdintaa, joista 517 (73 %) koski kysymystä sopivimmista luonnehdinnoista ja 189 (27 %) kysymystä epäsopivista. Ero näiden välillä on huomattava mutta sikäli ymmärrettävä, että kokemuksia lienee luontevampi käsitellä sen kautta mitä niihin liittyy kuin mitä niihin ei liity.

Kuvaavimmiksi koettujen luonnehdintojen osalta jakauma oli melko epätasainen. Selvästi eniten mainintoja oli *muistoista* (12,8 % sopivimmiksi koetuista luonnehdinnoista), *mielikuvista* (11,8 %), *voimaantumisesta* (11,4 %) ja *flow-/virtauskokemuksesta* (10,1 %). Näiden jälkeen seuraavaksi eniten mainintoja oli *uppoutumisen/sulautumisen* ja *yhteenkuuluvuuden tunteilla* (6,8 % kumpikin), suurimman osan luonnehdinnoista vastatessa alle kahdesta prosentista kokonaismäärää.

Huonosti sopiviksi luonnehdinnoiksi esitettiin useimmin *kehosta irtautumista* (13,8 %), *hengellisyyden / henkisyiden tunteita* (10,1 %), *transsia tai transsinomaista tunnetta, tunnetta kehon muuttumisesta* ja *yliluonnollisuuden tunnetta* (9,5 % kukin). Näiden jälkeen seuraavana oli *pyhyiden / erityisyyden tunne* (7,4 %) yleisemmän prosenttiosuuden ollessa jälleen alle kaksi.

Hengellisyyden / henkisyiden ja *pyhyiden / erityisyyden* tunteiden suhteen on syytä huomata, että nämä mainittiin usein myös kokemusta hyvin kuvaavina luonnehdintoina. Jos verrataan luonnehdintakohtaisesti vastausten jakaumaa niin *hengellisyys / henkisyys* miellettiin huonosti sopivaksi 63 % ja *pyhyys / erityisyys* 58 % niitä koskevissa vastauksissa. Luonnehdinnat eivät siis näyttäyty niinkään yksiselitteisesti hyvin tai huonosti sopivina vaan enemmän mielipiteitä jakavina. Vastaavasti *ekstaasin / ekstaattisten tuntemusten* suhteen vastaukset jakaantuivat kokolailla tasan kuvaavien ja ei-kuvaavien kesken. Muiden luonnehdintojen suhteen oltiin enemmän yksimielisiä, tai kokonaismainintoja oli niin vähäinen määrä, ettei jakaumien tarkastelu ollut perusteltua (rajana pidettiin yhteensä vähintään kahtakymmentä mainintaa).

6.6 Avoimet vastaukset: Muut teemat

Vaikka varsinaista kattavampaa analyysia ei ulotettukaan muihin kuin listaan perustuneisiin mainintoihin sopivimmista ja huonoiten sopivista luonnehdinnoista, aineistosta hahmottui jokunen toistuvampi teema, jotka ovat tässä yhteydessä huomionarvoisia.

Aloittaen kolmannesta kysymyksestä, eli omista ehdotuksista liittyen musiikin kannalta oleellisiin tuntemuksiin, huomattavan suuri osa tähän vastanneista mainitsi erilaiset tunteet listasta puuttuviksi. Yleensä näillä tarkoitettiin perustunteita, surua ja iloa, mutta myös muut positiivisesti sävyttyneet termit, kuten onni, mielihyvä ja rakkaus, mainittiin usein. Lisäksi hieman spesifimmät haikeus ja nostalgia sekä kylmät väreet esiintyivät tunteiden yhteydessä.

Tunteiden osalta on myös syytä mainita, että monissa yhteyksissä mainittiin erikseen tunteiden heräämisen ohella niiden voimistuminen tai muuttuminen. Osa samansuuntaisista maininnoista voidaan mieltää jonkinlaisen tunnesäätelyn piiriin, jolloin maininnat energisyydestä, rentoutumisesta ja itsetunnon vahvistumisesta lukeutuvat samaan kategoriaan. Hieman erityislaatuisempi asema vaikutti olevan tietyllä musiikin terapiavaikutuksella, jonka yhteydessä mainittiin useasti itku.

Toinen huomattava kategoria tunteiden ohella olivat maininnat kehollisuudesta ja liikkeestä. Tietty toiminnallisuus olikin melko voimakkaasti esillä myös listassa mainittuja tuntemuksia koskevissa kommentteissa. Monessa tapauksessa tietyt luonnehdinnat koettiin kuvaaviksi esimerkiksi urheilun tai yleisemmin liikkeen yhteydessä. Erityistapauksena tämän yhteydessä voidaan pitää tanssia, joka vaikutti selvästi olevan keskeinen elementti erilaisten voimakkaiden tuntemusten kannalta.

Yleisesti ottaen merkittävimpinä asiayhteyksinä, joihin kokemukset liittyvät, mainittiin soittaminen tai laulaminen (joko yksin tai yhtyeen kera), esiintyminen ja konsertit. Usein myös tehtiin eroa sen välille, mitkä tuntemukset liittyvät mihin tilanteeseen, esimerkiksi *flow-/virtauskokemus* vaikutti olevan yleisemmin läsnä soittaessa, ja tietty *musiikkiin uppoutuminen* taas konserttitilanteissa. Kokonaisuudessaan vaikutti siltä, että konserttitilanteet koettiin voimakkaampia tuntemuksia herättäviksi, ja erityiset tuntemukset yleisimmiksi soittajille kuin "vain" musiikin kuuntelijoille (muutamassa vastauksessa arveltiin listan tuntemusten koskevan lähinnä aktiivisempia muusikkoja).

Tiettyjen tilanteiden tai aktiviteettien ohella sangen usein mainittiin tuntemusten liittyminen tiettyyn musiikkiin. Tämä viittasi toisinaan yleisesti henkilökohtaisesti merkitykselliseen kappaleeseen tai artistiin, toisinaan johonkin tiettyyn musiikin lajiin (kuten klassiseen musiikkiin tai suomalaiseen musiikkiin) tai tietynlaiseen musiikkiin (rauhallinen, raskas tai surullinen musiikki). Tähän samaan yhteyteen liittyi monesti maininta myös musiikkiin keskittymisestä. Samansuuntaisesti myös sanoitukset huomioitiin monissa yhteyksissä merkittävänä tekijänä.

Kokonaisuudessaan useissa vastauksissa mainittiin tuntemuskuvausten olevan luonteeltaan ehkä turhankin voimakkaita musiikin yhteyteen. Tämän yhteydessä huomioitiin monesti myös luonnehdintojen linkitykset niin hengelliseen/uskonnolliseen -kontekstiin kuin päihteisiin ja patologiaan. Toisaalta taas vaikutti siltä, että joissain tapauksissa luonnehdinnat miellettiin hieman eri tavoin. Esimerkiksi *pyhyys / erityisyys* ja *voimaantumisen / parantumisen* miellettiin joissain tapauksissa selkeämmin uskonnolliseen kontekstiin viittaavaksi ja toisissa taas näillä oli hyvinkin erilainen merkitys.

7 PÄÄTÄNTÖ

7.1 Tulosten yhteenveto ja pohdinta

Tutkimuksen tarkoituksena oli tarkastella musiikkiin liittyvän subjektiivisen kokemuksen käsitteellistämistä optimaalisiin kokemuksiin ja tajunnantilan muutoksiin viittaavien affektiivisten luonnehdintojen kannalta. Tarkempina tutkimuskysymyksinä tutkittiin eri tuntemusluonnehdintojen relevanttiutta sekä henkilökohtaisista tekijöistä juontuvia eroja kokemusten sanallistamisessa. Relevanttius ymmärrettiin tuntemusluonnehdintojen tilastollisen yleisyyden ja avoimin vastauksin arvioidun sopivuuden kautta ja erojen osalta oletettiin tuntemusluonnehdintojen tilastollisen yleisyyden olevan suurempaa soittamista tai laulamista harrastavien ryhmässä kuin ei-harrastavien ryhmässä ja useammin musiikkia kuuntelevien ryhmässä kuin harvemmin kuuntelevien ryhmässä. Seuraavassa käydään läpi tutkimuksen keskeisimmät tulokset tutkimuksen teoreettiseen taustaan suhteutettuna.

7.1.1 Tuntemusluonnehdintojen relevanttius

Muistot ja mielikuvat olivat sekä keskiarvojen perusteella kaksi yleisimmin koettua että kaksi avoimissa vastauksissa useimmin sopivana mainittua tuntemusluonnehdintaa. Myös *voimaantuminen* oli molempien tarkastelujen osalta neljän yleisimmän ja sopivimman luonnehdinnan joukossa. Näiden lisäksi *flow / virtauskokemus* mainittiin avoimissa vastauksissa huomattavan usein sopivana luonnehdintana ja keskiarvonkin perusteella kyse oli melko yleisestä tuntemuksesta. *Tässä hetkessä oleminen* taas arvioitiin huomattavan yleiseksi, mutta avoimissa vastauksissa oli neljään suosituimpaan luonnehdintaan nähden hieman vähemmän mainintoja sen sopivuudesta.

Kehon muuttuminen, kehosta irtautuminen ja ylikuonnollisuus olivat melko yhteneväisesti edustettuina sekä keskiarvoisesti harvemmin koettuina, että avoimissa vastauksissa huonosti sopivina tuntemusluonnehdintoina. Näiden lisäksi myös *transsi* oli keskiarvoltaan melko harvinainen ja avoimissa vastauksissa usein epäsovivana mainittu.

Muita keskiarvon perusteella harvoin koettuja tuntemuksia (*ilmaan kohoamista, poissaoloa ja tietoisuuden kaventumista*) taas ei mainittu kovinkaan usein avoimissa vastauksissa⁵.

Näiden selvästi musiikin kannalta relevanttien ja epärelevanttien tuntemusluonnehdintojen lisäksi kolme tuntemusluonnehdintaa vaikutti avointen vastausten perusteella olevan voimakkaasti mielipiteitä jakavia. Ensimmäisenä *hengellisyys* mainittiin huomattavan usein, itse asiassa kehon muuttumisen jälkeen toiseksi useimmin, epäsopivana, mutta myös melko usein erityisen sopivana tuntemusluonnehdintana. Vastaavasti myös *pyhyys / erityisyys* ja ekstaasi keräsivät paljon mainintoja sekä sopivuudesta että epäsopivuudesta. Viimeisenä luonnehdintana *ekstaasi* keräsi kokolailla yhtä paljon mainintoja sekä sopivuudesta että epäsopivuudesta.

Kokonaisuudessaan tuntemusluonnehdintojen relevanttiutta koskevat tulokset ovat aiemman tutkimuksen valossa hyvin ymmärrettäviä. Tuloksissa selvästi korostuneiden muistojen ja mielikuvien yhteyttä musiikkiin voidaan pitää monessa mielessä melko keskeisenä. Ensiksi, musiikin kyky herättää muistoja on huomioitu yhtenä merkittävänä syynä arkiselle musiikin kuuntelulle (North et. al. 2004; Sloboda & O'Neil 2001; Juslin et. al. 2011), jolloin tällaisen käyttötarkoituksen voi olettaa heijastuvan myös siihen liittyvien tuntemusten yleisyydessä ja sopivuudessa⁶. Toiseksi, musiikin emootiotutkimuksessa muistot ja mielikuvat on käsitetty yleisemmiksi mekanismeiksi, joiden kautta musiikki aikaansaa erilaisia tunnekokemuksia (Sloboda & Juslin 2001, 94–95; Eerola & Saarikallio 2010, 265–266; Juslin 2013). Tällainen kokemusta "välittävä" funktio mainittiin myös avoimissa vastauksissa, joten voidaan olettaa että muistojen ja mielikuvien tapauksessa kyse oli enemmän yleisistä taustamekanismeista kuin tietyistä tuntemuksista. Näin ollen kyse oli ehkä muihin nähden hieman eritasoisista luonnehdinnoista, spesifimpien tuntemusten ollessa esimerkiksi nostalgia (ks. esim. Zentner et. al. 2008, 513–514) ja synesteettiset tai muuten selvästi musiikkiin liitoksissa olevat mielikuvat (ks. esim. Sandstrom & Russo 2011, 227–228). Tällaiseen perustavanlaatuisuuteen viittaisi sekin, että muistot ja mielikuvat on emootiotutkimuksen ohella huomioitu myös voimakkaiden kokemusten yhteydessä (Gabrielsson & Lindström Wik 2003; Gabrielsson 2011b) sekä dissosiaation ja absorption teoreettisissa rakenteissa (Herbert

⁵ Huomautettakoon että tämä saattoi johtua myös siitä, että huonosti sopivia tuntemuksia ei aina eroteltu yhtä tarkasti kuin sopivia vaan vastauksissa viitattiin ylimalkaisemmin esimerkiksi "turhan voimakkaisiin tuntemuksiin" tai "meditatiivisiin/uskonnollisiin kokemuksiin". Näiden osalta analyysissa oli mukana tiettyä tulkinnanvaraisuutta sen suhteen, mihin listan tuntemuksiin vastauksessa katsottiin viitattavan.

⁶ Tässä yhteydessä ei ole syytä tehdä kovin jyrkkää eroa mielikuvien ja muistojen välille, vaan molemmat voidaan mieltää samansuuntaisina viittauksina mielen sisäisiin vaikutelmiin. Vaikka kyse onkin eri asioista, tavataan näitä käsitellä ainakin osittain rinnakkaisina ilmiöinä (ks. esim. Gabrielsson 2010b, 384), mikä kävi ilmi myös tämän tutkimuksen avoimista vastauksista.

2012; Herbert 2013). Viimeiseksi on syytä huomioida, että avoimissa vastauksissa mainittiin tuntemuslistan kokonaisuudessaan edustavan hieman tarpeettoman voimakkaita kokemuksia, jolloin muistot ja mielikuvat saatettiin jo suhteellisen neutraaliutensa puolesta mieltää muita paremmin arkisempia tuntemuksia kuvaaviksi.

Kolmas hyvin relevantilta vaikuttava tuntemusluonnehdinta oli *voimaantuminen*, joka alkujaan oli sisällytetty listaan ensisijassa kokemuksen hengellisiin tai transsendentaalisiin aspekteihin viittaavana (Gabrielsson & Lindström Wik 2003; Atkins 2012). Avoimissa vastauksissa oli muutama maininta tällaisesta kytköksestä, mutta huomattavasti useammin *voimaantumisen* yhteydessä puhuttiin konkreettisemmin energian saamisesta ja virkistymisestä sekä musiikin terapeuttisesta funktiosta ja tunteiden säätelystä. Näin *voimaantumisen* relevanttiutta saattaisi jälleen selittää sen viittaaminen musiikin käyttötarkoituksiin, tässä tapauksessa siis musiikin avulla tehtävään itsesäätelyyn (Saarikallio & Erkkilä 2007; North et. al. 2004; Sloboda & O'Neil; Juslin et. al. 2011).

Loput erityisen relevantteina näyttäytyneet tuntemusluonnehdinnat voidaan ymmärtää avoimissa vastauksissa huomattavan usein mainitun *flow* / *virtauskokemuksen* kautta. Kysehän on yläkäsitteestä, jonka teoreettisia komponentteja ovat keskiarvojen perusteella melko yleiset tässä *hetkessä olemisen* ja (*musiikkiin*) *uppoutumisen* tunteet (Csikszentmihalyi 1990, 49). Näin ollen näiden tuntemusten voi ajatella viittaavan yleisemmin musiikin yhteydessä koettuun absorptiiviseen tai optimaaliseen kokemukseen.

Musiikin kannalta epärelevanteiksi miellettyjen tuntemusten osalta selitystä voidaan hakea kahden asian kautta. Ensimmäisenä, kehonkuvaan liittyvät tuntemukset, *tunne kehosta irtautumisesta* ja *kehon muuttumisesta* (sekä myös *tunne ilmaan kohoamisesta*), voidaan mieltää viittaaviksi hyvin voimakkaisiin tajunnantilan muutoksiin (Ludwig 1969, 14–15), joita voidaan pitää ylipäänsä harvinaisempina kokemuksina. Avointen vastausten perusteella tällaiset tuntemukset miellettiin liittyväksi enemmän päihneiden, psykopatologian ja eksoottisempien rituaalis-uskonnollisten kontekstien kuin musiikin yhteyteen.

Toisena asiana, *ylimaallisuus* ja *transsi* ovat Gabrielssonin SEM-DS:n mukaan luettavissa samaan kokemuksen transsendentaalisten aspektien kategoriaan (Gabrielsson 2011b, 390), johon liittyvä termistö on ilmeisesti suomalaisessa kulttuurissa vieraampi tapa jäsentää musiikin yhteydessä koettuja kokemuksia. Tätä ajatusta tukee Hytönen-Ng'n (2013, 94–95) esittämä huomio siitä, että suomalaiset jazz-muusikot olivat brittiläisiä kärkkäämpiä kiistämään hengelliset tai mystiset elementit flow-kokemusten yhteydessä. Samaan aiheeseen voi viitata myös se, ettei Peltolan & Eerolan (2012, 94–95) suomalaisten musiikin yhteydessä

käyttämää tunnesanoja kartoittavassa tutkimuksessa hahmottunut GEMS-mallin *transcendence* -ulottuvuutta vastaavaa ylimaallisuuteen viittaavaa komponenttia.

Samaan aiheeseen liittyy myös se, että kyselyn kaksi selkeimmin uskonnolliseen viitekehykseen viittaavaa tuntemusluonnehdintaa, *hengellisyys* ja *pyhyys / erityisyys*, olivat avointen vastausten perusteella hyvin mielipiteitä jakavia. Suoranaisten laajempien kulttuurierojen suhteen kyse näyttäisi siis tämän perusteella olevan enemmän erilaisista henkilökohtaisista tavoista käsitteellistä kokemusta. Tämän lisäksi on toki syytä huomata että pyhyys ja hengellisyys (kuten uskonnollisuus ja ylimaallisuus) ovat termeinä melko moniselitteisiä (ks. esim. Aldridge & Fachner 2006), eivätkä ne siten välttämättä eri henkilöiden kohdalla viittaa samoihin asioihin. Kolmannen mielipiteitä jakavan tuntemuksen, *ekstaasin*, osalta taas voidaan ajatella että kyse on enemmän termin vieraudesta. Tuntemusten yleisyyden yhteydessä ekstaasi keräsi huomattavan paljon EOS-vastauksia, mikä viittaisi siihen, ettei kyse välttämättä ole kovin yleisesti tunnetusta termistä. Lähdekirjallisuuden perusteella on myös melko tavanomaista, että ekstaasia ja transsia käytetään synonyymeina tai ainakin hyvin samansisältöisinä termeinä (Rouget 1985, 4-12; Gabrielsson 2010avaib, 390), joten mahdollisesti tässäkin tutkimuksessa termit saattoivat sekoittua.

7.1.2 Ryhmien väliset erot

Musiikin harrastamisen, siis soittamisen tai laulamisen, ja musiikin kuuntelun yleisyyden perusteella tehtyjen ryhmien tilastollinen testaaminen osoitti merkitseviä eroja tuntemusten yleisyyden suhteen kummankin luokittelevan muuttujan osalta. Erot olivat kokonaisuudessaan huomattavampia musiikin kuuntelun perusteella luokiteltujen keskiarvojen tapauksessa.

Harrastamisen suhteen merkitsevää eroa oli neljän tuntemuksen yleisyyden keskiarvoissa. Näistä huomattavimmat, niin tilastollisen merkittävyyden kuin keskiarvojen erojen suuruuden perusteella, olivat *flow / virtauskokemus* ja *tunne jonkun itseä suuremman osana olemisesta*. Kaikkien tuntemusten osalta merkitsevää eroa oli vain "ääriryhmien", ei-harrastavien ja aktiivisesti harrastavien, välillä siten, että aktiivisesti harrastavien tuntemuskohtaiset yleisyyden keskiarvot olivat ei-harrastavien vastaavia suurempia.

Kuuntelun osalta merkitsevä ero löytyi viidentoista tuntemuksen yleisyyden keskiarvoista. Huomattavimmat erot olivat *paikantajun katoamisen*, *ekstaasin*, *transsendenssin* ja *transsin* keskiarvoissa. Näiden kaikkien osalta merkitsevä ero koski sekä "ääriryhmien", useasti päivässä kuuntelevien ja kerran viikossa tai harvemmin

kuuntelevien, keskiarvoja, että päivittäin kuuntelevien ja kerran viikossa tai harvemmin kuuntelevien keskiarvoja. Kaikissa tapauksissa kerran viikossa tai harvemmin kuuntelevan ryhmän keskiarvot olivat useasti päivässä ja päivittäin kuuntelevien keskiarvoja pienempiä.

Aiempien tutkimusten perusteella oli oletettavissa että *flow* / *virtauskokemus* liittyisi ensisijassa aktiviteetteihin, musiikin tapauksessa siis soittamiseen tai laulamiseen, joten erojen muodostuminen aktiivisesti musiikkia harrastavien ja ei-harrastavien välille ei ollut yllättävää. Sen sijaan hieman yllättävämpää oli se, että merkitsevä ero oli vain yläkäsitteen yleisyydessä, eikä muiden teoreettisten komponenttien (kuten *tässä hetkessä oleminen*, *musiikkiin uppoutuminen* tai *ajantajun katoaminen*) keskiarvoissa. Tämä viittaisi joko siihen, että flow-termin käyttö olisi leimallisempaa aktiivisesti musiikkia harrastavien keskuudessa, tai siihen, että flow-termin sisältö ymmärretään hieman eri tavalla kuin miten sen komponentit oli tässä tutkimuksessa purettu. Toisena huomionarvoisena asiana avoimissa vastauksissa mainittiin soittamisen tai laulamisen lisäksi melko usein liikunnallinen aktiviteetti flow'n yhteydessä. Tämä viittaisi siihen, ettei musiikillisen harrastuneisuuden ja flow'n välille välttämättä voi vetää ainakaan kovin suoraa yhteyttä.

Toinen tuntemusluonnehdinta, jonka suhteen harrastavien ja ei-harrastavien keskiarvot poikkesivat merkitsevästi, oli *tunne jonkun itseä suuremman osana olemisesta*. Tätä voidaan periaatteessa selittää siten, että alkuperäisen transsendentaalisen konnotaation (Gabrielsson 2011b, 390; Atkins 2012) luonnehdinta viittaa enemmän yhtyesoittoon liittyvään kollektiivisuuteen (ks. Hytönen-Ng 2013, 63–76). Hieman samansuuntaisesti avointen vastausten perusteella *tunne jonkun itseä suuremman osana olosta* mainittiin usein konsertteihin (sekä soittajana että kuuntelijana) liittyvänä tuntemuksena. Tällainen tapa sanallistaa kokemusta voisi siis henkilökohtaisia eroja painokkaammin liittyä tiettyyn tilanteeseen, jolloin selitys saattaisi löytyä soittoa tai laulua itse harrastavien mahdollisesti aktiivisemmasta konserttielämästä tai erilaisesta tavasta suhtautua musiikkiin konserttitilanteissa.

Musiikin kuuntelun yleisyyden osalta huomionarvoista on se, että kolmen tuntemuksen kohdalla (*ekstaasi*, *transsendenssi* ja *transsi*) erot koskivat kerran viikossa tai harvemmin kuuntelevien keskiarvoja suhteessa muihin kahteen ryhmään. Kokemuksen mieltäminen tällaisten, Gabrielssonin (2011b, 390) jäsentelyn pohjalta, transsendentaalisiin tai hengellisiin aspekteihin viittaavien käsitteiden vaikuttaisi siis olevan harvinaisempaa musiikkia harvemmin kuuntelevien keskuudessa. *Paikantajun katoamisen* osalta taas eroa oli

useammin kuin kerran päivässä kuuntelevien ja kahden muun ryhmän välillä, jonka perusteella tämän luonnehdinnan käyttö olisi tyypillisempää musiikkia usein kuunteleville.

Ryhmävertailujen osalta kokonaisuutena hieman yllättävää oli musiikin kuuntelun yleisyyden osoittautuminen erottelevammaksi tekijäksi kuin soitto- tai lauluharrastuksen aktiivisuuden. Aiemman tutkimuksen viitoittamana olisi ollut odotettavaa että suuremmat erot muodostuvat musiikillisen harrastuneisuuden perusteella (ks. esim. Juslin et. al. 2011; Eerola & Vuoskoski 2013) ja myös joissain tämän tutkimuksen avoimissa vastauksissa arveltiin voimakkaampien tuntemusten olevan yhteydessä aktiiviseen soittamiseen tai laulamiseen. Toisaalta kyse voi olla myös siitä, ettei tässä tutkimuksessa käytettyjen kuuntelua ja harrastuneisuutta mittaavien kysymysten tarkkuus ollut riittävän kertova: oman harrastamisen luokittelu satunnaiseksi, aktiiviseksi tai ammattimaiseksi voi olla hieman tulkinnanvaraista, eikä kysymyksissä erikseen kontrolloitu esimerkiksi harrastamisen ajallista kehystä (entinen/nykyinen harrastaja tai kauanko on harrastanut) tai musiikillista koulutusta. Vastaavasti kuuntelun osalta tulokset olisivat saattaneet olla erilaiset, jos valmiiden luokkien sijaan olisi kysytty esimerkiksi musiikin kuunteluun käytettyä aikaa tunteina tai eroteltu tarkemmin omaehtoinen kuuntelu ja musiikille "altistuminen" (esimerkiksi kauppojen taustamusiikin muodossa tai muiden medioiden, kuten elokuvien, yhteydessä).

7.2 Tutkimuksen luotettavuus ja jatkotutkimukset

Tutkimuksen luotettavuuden ja tulosten pätevyuden arvioinnin suhteen on syytä huomioida kaksi suurempaa asiakokonaisuutta. Näistä ensimmäinen koskee tutkimuksen perustana olleen kyselylomakkeen onnistumista, ja toinen aineistoon ja menetelmällisiin valintoihin liittyviä rajoituksia.

Kyselylomakkeen osalta käytettävissä ei ollut valmista ja koeteltua mallia, jolloin niin lomakkeen rakenne kuin siihen sisältyvät kysymykset laadittiin alusta alkaen itse tämän tutkimuksen tavoitteita silmällä pitäen. Näin ollen tulosten vertailukelpoisuuteen on syytä suhtautua tietyllä varauksella, sillä jo lomakkeen kysymyksenasettelun ja yleisen muodon voidaan katsoa osaltaan vaikuttavan tuloksiin (ks. esim. Valli 2001). Erikseen on vielä syytä huomioida se, että lomakkeessa käytetyt tuntemusluonnehdinnat perustuivat pääosin englanninkielisiin psykometrisiin mittareihin ja laadullisesti orientoituneisiin tutkimuksiin, jolloin sekä niiden valikointi että tarkempi sanallinen muotoilu muodostaa oman kysymyksensä. Viimeiseksi muistutettakoon vielä, että vaikka tässä tutkimuksessa viitataan

luonnehdintojen taustalla oleviin teoreettisiin käsitteisiin, kuten flow, dissosiaatio ja absorptio, ei käytettyä kyselylomaketta voida pitää näiden suhteen psykologisesti pätevänä mittarina vaan kyse on ainoastaan viittauksista näihin ilmiöihin.

Jos luotettavuutta tarkastellaan rajatummin vain tämän tutkimuksen tulosten perusteella, vaikuttaisi kyselylomake kokonaisuudessaan olleen melko hyvin onnistunut. Melkein jokainen tuntemusluonnehdinta keräsi vastauksia koko tarjotun asteikon (ei koskaan - aina tai lähes aina) laajuudella, joten ainakaan tyystin vieraista tai epämääräisistä ilmaisuista ei ollut kyse. Toisaalta vastauksissa hahmottui myös melko selvää eroa tuntemusluonnehdintojen yleisyydessä ja sopivuudessa, jotka olivat vielä tilastollisen tarkastelun ja avointen vastausten osalta melko samansuuntaisia, joten vastauksissa ei vaikuttanut olevan kyse silkasta sattumanvaraisuudesta. Lisäksi useimpien tuntemusluonnehdintojen arvioidun yleisyyden kasvaminen musiikin harrastamisen ja kuuntelun aktiivisuuden mukaisesti vaikutti loogiselta.

Myöskään avointen kysymysten yhteydessä olleiden kommenttien perusteella ei ilmennyt erityisen huomattavia puutteita kyselylomakkeen suhteen. Tosin, kuten aiemmin huomautettiin, tuntemusluonnehdintojen lista koettiin usein hieman tarpeettoman voimakkaisiin kokemuksiin viittaavana. Tätä voidaan toisaalta pitää yhtenä aiempien tutkimusten kanssa linjassa olevana tuloksena, eli arkiseen musiikin käyttöön liittyvät tuntemukset kuvataan useimmin "erityiskokemuksiin" nähden melko maltillisella termistöllä, mutta toisaalta joidenkin luonnehdintojen kohdalla myös sanamuodon tarkastaminen voisi olla paikallaan jatkotutkimusten kannalta. Esimerkiksi ajan- ja paikantajun kohdalla avoimissa vastauksissa puhuttiin yleisemmin katoamisen sijaan "hämärtymisestä", mikä voisi olla musiikin yhteydessä tuntemusta paremmin kuvaava ilmaisu. Lisäksi vierasperäisten termien, ensisijassa eniten EOS-vastauksia keränneiden ekstaasin ja transsendenssin, osalta voisi olla syytä hahmotella näille suomenkielisiä vastineita, esimerkiksi Peltolan & Eerolan (2013) kartoituksessa esiintyneiden "hurmion" ja "haltioitumisen" pohjalta.

Aineiston osalta selkein rajoitus on se, että vastaajat oli lähtökohtaisesti rajattu Jyväskylän yliopiston opiskelijoihin, mitä ei voida pitää koko populaatiota edustavana otoksena. Tämä voidaan toisaalta nähdä yleisesti psykologiseen tutkimukseen liittyvänä piirteenä, mutta toivottavaa olisi tarkastelun laajentaminen Juslinin et. al. (2011) tapaan kokonaisuutta edustavampiin otoksiin.

Toisena aineistoon liittyvänä rajoituksena on syytä huomioida, että tutkimuksen toteuttaminen verkkokyselynä myös oletettavasti rajasi ja valikoi vastaajia. Tässä asetelmassa vastaaminen perustui vapaaehtoisuuteen, joten voidaan pitää todennäköisenä että jo lähtökohtaisesti vastaajat edustivat populaation keskiarvoon nähden kyselyihin vastaamiseen taipuvaisempia henkilöitä. Lisäksi myös kyselyn aihe saattoi ohjata keskiarvoihin nähden enemmän musiikkiin suuntautuneita henkilöitä vastaamaan, mihin viittaisi myös musiikkia harrastavien ja aktiivisesti kuuntelevien suuret osuudet vastaajien joukossa. Vastauksiin oleellisesti liittyvien rehellisyys- ja huolellisuuskysymysten osalta avoimet vastaukset ja kommentit antoivat viitettä siitä, että tässä tutkimuksessa näiden asioiden ei tulisi muodostua ongelmiksi: vastaukset vaikuttivat suurimmilta osin hyvin harkituilta (erityisesti pidempien tuntemusten avausten kohdalla) ja vastaajan omaa, toisinaan kyselyn taustaoletuksiin nähden melko kärkeästäkin, näkemystä edustavilta.

Jatkotutkimusten osalta tutkimuksen tuloksista voi nostaa kaksi erityisen huomattavaa teemaa. Ensimmäisenä, hengellisyyteen liittyvä tematiikka näyttäytyi vastausten perusteella hyvin ristiriitaisena ja mielipiteitä jakavana ilmiönä. Musiikin liittyvien kokemusten yhteydessä tämä on sikäli oleellinen aihealue, että jonkinlainen hengellisiin tunteisiin viittaava komponentti on melko yleisesti huomioitu musiikin emootiotutkimuksen yhteydessä. Tämän tarkempi tutkiminen, esimerkiksi kulttuurierojen kannalta, olisi tämän tutkimuksen tulosten perusteella oleellista. Toisena teemana voidaan nostaa esille musiikin kuuntelun yleisyyden ja tuntemusluonnehdintojen yleisyyden yhteydessä havaitut huomattavat ryhmäerot. Tässä tutkimuksessa nämä jäivät vielä suurilta osin avoimiksi kysymyksiksi, joten aiheen tarkempi tarkastelu, esimerkiksi useampien tai erilailla mitattujen taustamuuttujien kautta, vaikuttaa hyvin perustellulta.

Tämänkaltaisen tutkimuksen laajentamisen ja tarkentamisen ohella avoimista vastauksista voidaan nostaa kaksi erityisen huomionarvoista asiaa mahdollisten jatkotutkimusten pohjaksi. Ensimmäinen koskee musiikkikokemuksen sosiaalisia ulottuvuuksia: Avoimissa vastauksissa oli huomioita tiettyjen kokemusten liittymisestä nimenomaan yhteisöllisiin musiikillisiin tilanteisiin, kuten yhteissoittoon ja konserteissa jaettuun kokemukseen, ja toisaalta myös mainintoja musiikin ja siihen liittyvien kokemusten yksityisestä ja henkilökohtaisesta luonteesta. Toinen laajempi aihe taas koski kokemusten tilannesidonnaisuutta ja musiikin funktionaalisuutta tiettyjen toimien tai tavoitteiden yhteydessä. Molemmat näistä ovat musiikkipsykologisen emootiotutkimuksen yhteydessä

käsiteltyjä teemoja, mutta niiden tarkastelu saattaisi hyötyä myös toisenlaisista perspektiiveistä lähtevistä tavoista käsitteellistää kokemusta.

LÄHTEET

- Aldridge, D. & Fachner, J. (2006). *Music and Altered States: Consciousness, Transcendence, Therapy and Addictions*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Atkins, P. (2012). *Music and the Experience of the Spiritual*. The University of New South Wales. School of the Arts and Media Faculty of Arts and Social Sciences. Väitöskirja.
- Bakker, A. (2005). Flow among music teachers and their students: The crossover of peak experiences. *Journal of vocational behavior*, 66(1), 26–44.
- Becker, J. O. (2004). *Deep listeners: Music, emotion, and trancing*. Bloomington, IN: Indiana University Press.
- Bernard, R. (2009). Music making, transcendence, flow, and music education. *International Journal of Education & the Arts*, 10(14). Haettu 20.10.2013 osoitteesta <http://www.ijea.org/v10n14/>
- Bonny, H. (1999). Music and consciousness. *Nordic Journal of Music Therapy*, 8(2), 171–179.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: the psychology of optimal experience*. New York: Harper & Collins.
- Eerola, T. & Saarikallio, S. (2010). Musiikki ja tunteet. Teoksessa J. Louhivuori & S. Saarikallio (toim.) *Musiikkipsykologia* (s. 259–278). Jyväskylä: Atena Kustannus.
- Eerola, T. & Vuoskoski, J. (2013). A review of music and emotion studies: Approaches, emotion models, and stimuli. *Music Perception: An Interdisciplinary Journal*, 30(3), 307–340.
- Elliott, D. (1995). *Music Matters: A new philosophy of music education*. New York: Oxford University Press.
- Eskola, J. & Suoranta, J. (1998). *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere: Vastapaino.
- Fachner, J. (2006). Music and Altered States of Consciousness: An Overview. Teoksessa D. Aldridge & J. Fachner (toim.) *Music and Altered States: Consciousness, Transcendence, Therapy and Addictions* (s. 15–37). London: Jessica Kingsley Publishers.
- Frijda, N. H. & Sundararajan, L. (2007). Emotion refinement: A theory inspired by Chinese poetics. *Perspectives on Psychological Science*, 2(3), 227–241.
- Fritz, B. S. & Avsec, A. (2007). The experience of flow and subjective well-being of music students. *Horizons of Psychology*, 16(2), 5–17.

- Gabrielsson, A. & Lindström Wik, S. (2003). Strong Experiences Related to Music: A descriptive System. *Musicae Scientiae*, 7(2), 157–217.
- Gabrielsson, A. (2011a). How do strong experiences with music relate to experiences in everyday listening to music? Teoksessa I. Deliège & J. Davidson (toim.) *Music and the mind: Essays in honour of John Sloboda* (s. 91–112). Oxford: Oxford University Press.
- Gabrielsson, A. (2011b). *Strong experiences with music: Music is much more than just music*. Oxford: Oxford University Press.
- Garrido, S. & Schubert, E. (2011). Individual differences in the enjoyment of negative emotion in music: A literature review and experiment. *Music Perception*, 28(3), 279–295.
- Herbert, R. (2011a). Consciousness and everyday music listening: trancing, dissociation and absorption. Teoksessa E. Clarke & D. Clarke (toim.) *Music and Consciousness: Philosophical, Psychological, and Cultural Perspectives* (s. 295–308). Oxford: Oxford University Press.
- Herbert, R. (2011b). Reconsidering Music and Trance: Cross-cultural Differences and Cross-disciplinary Perspectives. *Ethnomusicology Forum*, 20(2), 201–227
- Herbert, R. (2012). Musical and non-musical involvement in daily life: The case of absorption. *Musicae Scientiae*, 16(1), 41–66.
- Herbert, R. (2013). An empirical study of normative dissociation in musical and non-musical everyday life experiences. *Psychology of Music*, 41(3), 372–394.
- Hevner, K. (1936). Experimental studies of the elements of expression in music. *The American Journal of Psychology*, 48(2), 246–268.
- Hytönen, E. (2006). Muuttuneen tajunnantilan pohdintaa: Transsi ja jazzmuusikkojen huippukokemukset. *Elore*, 13(2).
- Hytönen-Ng, E. (2013). *Experiencing 'flow' in jazz performance*. Burlington, VT: Ashgate Publishing.
- Jackson, S. & Eklund, R. (2004). *The Flow Scale Manual*. Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- Juslin, P. N. & Laukka, P. (2004). Expression, perception, and induction of musical emotions: A review and a questionnaire study of everyday listening. *Journal of New Music Research*, 33(3), 217–238.
- Juslin, P. N., Liljeström, S., Laukka, P., Västfjäll, D., & Lundqvist, L. O. (2011). Emotional

- reactions to music in a nationally representative sample of Swedish adults: Prevalence and causal influences. *Musicae scientiae*, 15(2), 174–207.
- Juslin, P. N. & Sloboda, J. A. (toim.). (2010). *Handbook of music and emotion: Theory, research, applications*. New York: Oxford University Press.
- Juslin, P. (2011). Music and emotion: Seven questions, seven answers. Teoksessa I. Deliège & J. Davidson (toim.) *Music and the mind: Essays in honour of John Sloboda* (s. 113–135). Oxford: Oxford University Press.
- Juslin, P. (2013). From everyday emotions to aesthetic emotions: Towards a unified theory of musical emotions. *Physics of life reviews*, 10(3), 235–266.
- Kallio, S. & Revonsuo, A. (2006). Muuttuneet tajunnantilat. Teoksessa H. Hämäläinen, M. Laine, O. Aaltonen & A. Revonsuo (toim.) *Mieli ja Aivot: Kognitiivisen Neurotieteen Oppikirja* (s. 293–299). Turku: Turun yliopisto, kognitiivisen neurotieteen tutkimuskeskus.
- Koltko-Rivera, M. (2006). Rediscovering the later version of Maslow's hierarchy of needs: Self-transcendence and opportunities for theory, research, and unification. *Review of general psychology*, 10(4), 302–317.
- Levin, J. & Steele, L. (2005). The transcendent experience: Conceptual, theoretical, and epidemiologic perspectives. *Explore: The Journal of Science and Healing*, 1(2), 89–101.
- Ludwig, A. M. (1969). Altered states of consciousness. Teoksessa C. Tart (toim.) *Altered states of consciousness: A book of readings* (s. 9–22). New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Maslow, A. H. (1964). *Religions, values, and peak-experiences*. Columbus: Ohio State University Press.
- Maslow, A.H. (1999). *Toward a psychology of being*, 3. painos. Princeton, NJ: John Wiley and Sons.
- Moneta, G. (2012). On the measurement and conceptualization of flow. Teoksessa S. Engeser (toim.) *Advances in flow research* (s. 23–50). New York: Springer.
- Nagy, K. & Szabó, C. (2004). Differences in phenomenological experiences of music-listening: The influence of intensity of musical involvement and type of music on musical experiences. *ICMPC8. Proceedings of the 8th International conference on music perception & cognition* (s. 470–473).
- North, A., Hargreaves, D., & Hargreaves, J. (2004). Uses of music in everyday life. *Music*

- perception*, 22(1), 41–77.
- Orr, D., Gwosć, C. & Netz, N. (2011). *Social and Economic Conditions of Student Life in Europe*. Synopsis of indicators. Final report. Eurostudent IV 2008–2011. Bielefeld:W. Bertelsmann Verlag.
- Privette, G. (1983). Peak experience, peak performance, and flow: A comparative analysis of positive human experiences. *Journal of personality and social psychology*, 45(6), 1361–1368.
- Peltola, H. R., & Eerola, T. (2012). Suomalaisten käyttämät tunnesanat musiikin esittämien ja herättämien emootioiden kuvaamisessa. *Suomen Musiikintutkijoiden 16. Symposium*, Jyväskylä 21.-23.3.2012. 90–96.
- Penman, J. & Becker, J. O. (2009). Religious ecstasies, "deep listeners," and musical emotion. *Empirical Musicology Review*, 4(2), 49–70.
- Revonsuo, A., Kallio, S. & Sikka, P. (2009). What is an altered state of consciousness? *Philosophical Psychology*, 22(2), 187–204.
- Rouget, G. (1985). *Music and trance: A theory of the relations between music and possession*. Chicago IL: University of Chicago Press.
- Saarikallio, S., & Erkkilä, E. (2007). The role of music in adolescents' mood regulation. *Psychology of Music*, 35(1), 88–109.
- Sandstrom, G. M. & Russo, F. A. (2013). Absorption in music: Development of a scale to identify individuals with strong emotional responses to music. *Psychology of Music*, 41(2), 216–228.
- Schäfer, T., Fachner, J., & Smukalla, M. (2013). Changes in the representation of space and time while listening to music. *Frontiers in psychology*, 4.
- Sloboda, J. A. & Juslin, P. (2001). Psychological perspectives on music and emotion. Teoksessa P. Juslin & J. Sloboda (toim.) *Music and emotion: Theory and research* (s. 71–104). New York: Oxford University Press.
- Sloboda, J. A. & Juslin, P. N. (2010). At the interface between the inner and outer world: Psychological perspectives. Teoksessa P. Juslin & J. Sloboda (toim.) *Handbook of music and emotion: Theory, research, applications* (s. 73–98). New York: Oxford University Press.
- Sloboda, J. A. & O'Neill, S. A. (2001). Emotions in everyday listening to music. Teoksessa P. Juslin & J. Sloboda (toim.) *Music and emotion: Theory and research* (415–429). New York: Oxford University Press.

- Suomen virallinen tilasto (SVT): Yliopistokoulutus [verkkójulkaisu]. Helsinki: Tilastokeskus.
Haettu 28.4.2014 osoitteesta <http://www.stat.fi/til/yop/index.html>
- Tart, C. (toim.) (1969). *Altered states of consciousness: A book of readings*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Valli, R. (2001). *Johdatus tilastolliseen tutkimukseen*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Zentner, M., & Eerola, T. (2010). Self-report measures and models. Teoksessa P. Juslin & J. Sloboda (toim.) *Handbook of music and emotion: Theory, research, applications* (s. 187–221). New York; Oxford University Press.
- Zentner, M., Grandjean, D. & Scherer, K. R. (2008). Emotions evoked by the sound of music: Characterization, classification, and measurement. *Emotion*, 8(4), 494–521.
- Vuoskoski, J. K. & Eerola, T. (2011). Measuring music-induced emotion A comparison of emotion models, personality biases, and intensity of experiences. *Musicae Scientiae*, 15(2), 159–173.
- Ward, C. (toim.) (1989). *Altered States of Consciousness and Mental Health: A Cross-Cultural Perspective*. *Cross-Cultural Research and Methodology Series Volume 12*. London: Sage Publications, Inc.
- Whaley, J., Sloboda, J. & Gabrielsson, A. (2012). Peak experiences in music. *Oxford Handbooks Online*. Haettu 15.11.2013 osoitteesta <http://www.oxfordhandbooks.com/view/10.1093/oxfordhb/9780199298457.001.0001/oxfordhb-9780199298457-e-042>

LIITTEET

Liite 1 Tutkimuslomake

Kiitos mielenkiinnostasi.

Tässä kyselyssä kartoitetaan musiikin yhteydessä koettuja tuntemuksia ja kokemuksia. Kyselyssä pyydetään arvioimaan erilaisten musiikkiin liittyvien tuntemusten yleisyyttä omien kokemustesi pohjalta. Vastaukset ovat anonymoituja ja niitä käsitellään tilastollisesti, niin ettei yksittäisen henkilön vastauksia voi erottaa tuloksista. Kokonaisuudessaan kyselyn suorittamiseen pitäisi mennä aikaa noin 10-15 minuuttia.

Kyselyyn osallistuminen on vapaaehtoista ja voit koska tahansa jättäytyä pois sulkemalla verkkosivun. Tällä tavoin kesken jätetyn kyselyn vastauksia ei käytetä tutkimuksessa.

Kyselyyn vastattuasi sinulla on halutessasi mahdollisuus osallistua pienten (alle 10e) palkintojen arvontaan jättämällä sähköpostiosoitteesi sille varattuun kenttään. Sähköpostiosoitetta käytetään ainoastaan arvonnän yhteydessä, eikä sitä yhdistetä muihin kysymyksiin.

Kiitokset jo etukäteen osallistumisesta.

Oskari Koskela / Musiikkiteide

Mikäli sinulla on kysyttävää tai haluat lisätietoja tutkimuksesta, voit ottaa yhteyttä sähköpostilla:

oskari.j.koskela@student.jyu.fi

Kyselyssä siirrytään eteenpäin painamalla seuraava -painiketta.

Kyselyn aluksi kysytään muutamia taustakysymyksiä vastausten tilastollista luokittelua varten.

PAGE

SUKUPUOLI

Sukupuoli

- Mies
- Nainen
- En halua sanoa

IKA

Ikä kokonaisina vuosina

(0 - 255)

--	--	--

ASEMA

Oletko tällä hetkellä...

- Opiskelija. Pääaine tai oppiala? : _____
- Työelämässä
- Jokin muu. Mikä? : _____
- En halua sanoa

PAAINE

Mikä on pääaineesi tai oppialasi?

Voimakkaiden muistojen herääminen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tunne ilmaan kohoamisesta tai leijumisesta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Paikantajun katoaminen tai ympäristön unohtaminen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tunne ymmärryksestä tai oivalluksesta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tunne yhteenkuuluvuudesta toisten ihmisten kanssa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ajantajun katoaminen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tunne jonkun itseä suuremman osana olemisesta (tunne osallisuudesta johonkin itseä suurempaan)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Epätodellisuuden tai unenomaisuuden tunne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mielen tyhjentyminen tai ajatusten hiljentyminen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tunne itsestä tai tilanteesta irtautumisesta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tunne kehosta irtautumisesta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Poissaolon tunne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Itsetietoisuuden häviäminen (itsensä unohtaminen)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tunne ajattomuudesta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tunne tässä hetkessä olemisesta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tunne kehon muuttumisesta (esimerkiksi kehon laajentumisesta tai pienentymisestä)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tunne ajan nopeutumisesta tai hidastumisesta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tunne tietoisuuden kaventumisesta tai laajentumisesta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

PAGE2

Ohessa uudelleen lista edellisistä tuntemuksista:

Virtauskokemus (flow-kokemus)

Transsi tai transsinomaiset tuntemukset

Ekstaasi tai ekstaattiset kokemukset

Transsendenssin tunne (tunne itseyden ylittymisestä)

Hengellisyyden tai henkisyyden tunne

Tunne yliluonnollisuudesta, yliluonnollisuudesta tai tuonpuoleisuudesta

Tunne mystisyydestä

Tunne pyhydestä tai erityisyydestä

Tunne voimaantumisen tai parantumisen

Tunne musiikkiin sulautumisesta tai uppoutumisesta (kuin olisi yhtä musiikin kanssa)

Tunne väliaikaisesti muuttuneesta tajunnantilasta

Voimakkaat mielikuvat

Voimakkaiden muistojen herääminen

Tunne ilmaan kohoamisesta tai leijumisesta

Paikantajun katoaminen tai ympäristön unohtaminen

Tunne ymmärryksestä tai oivalluksesta

Tunne yhteenkuuluvuudesta toisten ihmisten kanssa

Ajantajun katoaminen

Tunne jonkun itseä suuremman osana olemisesta (tunne osallisuudesta johonkin itseä suurempaan)

Epätodellisuuden tai unenomaisuuden tunne

Mielen tyhjentyminen tai ajatusten hiljentyminen

Tunne itsestä tai tilanteesta irtautumisesta

Tunne kehosta irtautumisesta

Poissaolon tunne

Itsetietoisuuden häviäminen (itsensä unohtaminen)

Tunne ajattomuudesta

Tunne tässä hetkessä olemisesta
Tunne kehon muuttumisesta (esimerkiksi kehon laajentumisesta tai pienentymisestä)
Tunne ajan nopeutumisesta tai hidastumisesta
Tunne tietoisuuden kaventumisesta tai laajentumisesta

KUVAAVIMMAT

Onko listassa joitain tuntemuksia, jotka ovat mielestäsi erityisen sopivia musiikillisen kokemuksen kuvailuun? Tällä tarkoitetaan tuntemuksia, jotka tuntuvat liittyvän voimakkaasti juuri musiikilliseen kokemukseen tai tavoittavan jotain oleellista sen luonteesta.

Voit listata mielestäsi oleellisimpia tuntemuksia tai kommentoida vapaammin. Voit myös mainita jos jokin tuntemus tuntui mielestäsi liittyvän erityisen leimallisesti jonkin tietyn musiikin, musiikillisen toiminnan tai tilanteen yhteyteen (esimerkiksi soittamiseen, konserttitilanteeseen tai musiikin kuunteluun autoa ajaessa).

EIKUVAAVAT

Onko listassa joitain tuntemuksia, jotka ovat mielestäsi huonosti sopivia musiikillisen kokemuksen kuvailuun? Tällä tarkoitetaan tuntemuksia, joilla ei mielestäsi ole juuri mitään tekemistä musiikillisen kokemuksen kanssa tai jotka tuntuvat viittaavan johonkin muuhun asiayhteyteen kuin musiikkiin.

Voit listata mielestäsi epäoleellisimpia tuntemuksia tai kommentoida ja perustella vapaammin.

OMAT

Puuttuiko listasta mielestäsi joitain tuntemuksia tai kokemuksen piirteitä, jotka koet oleellisiksi musiikin yhteydessä?

PALAUTE

Haluatko jättää palautetta tai muuta kommenttia kyselystä?

KIITOS

Kiitos osallistumisesta! Jos haluat olla mukana palkintojen arvonnassa, jätä sähköpostiosoitteesi alla olevaan kenttään (osoitetta ei yhdistetä vastauksiisi).
