

Osallisuutta musiikkiharrastuksilla

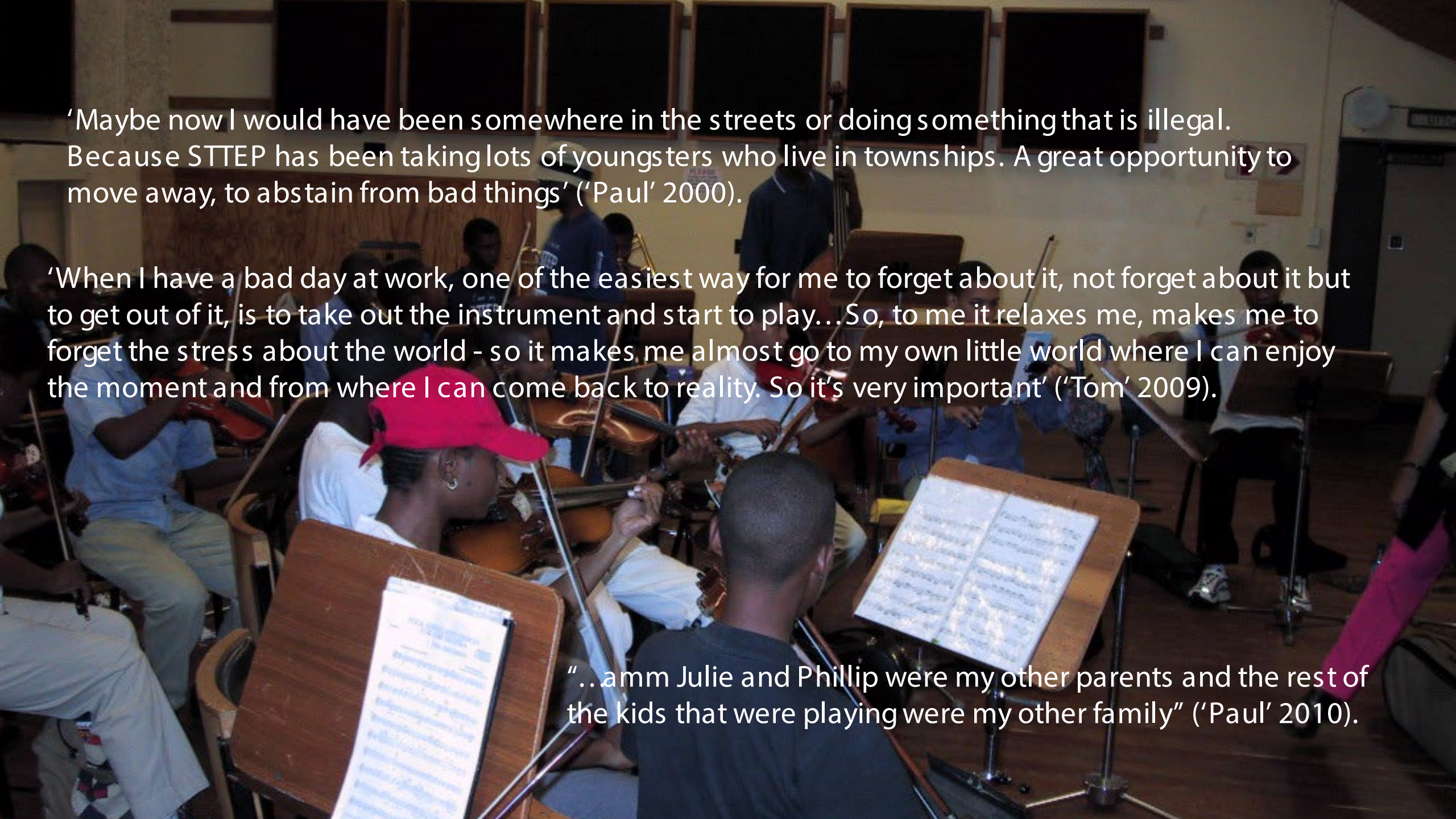


FT Sanna Salminen
Jyväskylän yliopisto
sanna.p.salminen@jyu.fi

Valokuva: Jussi Koskela
Vox Aurea -kuoro




Valokuva: Steven Hilton-Barber

A group of young people, mostly Black, are seated in a music room, playing violins. They are arranged in rows, with music stands in front of them. The room has wood-paneled walls and a door in the background. The lighting is somewhat dim, and the overall atmosphere is focused and musical.

'Maybe now I would have been somewhere in the streets or doing something that is illegal. Because STTEP has been taking lots of youngsters who live in townships. A great opportunity to move away, to abstain from bad things' ('Paul' 2000).

'When I have a bad day at work, one of the easiest way for me to forget about it, not forget about it but to get out of it, is to take out the instrument and start to play... So, to me it relaxes me, makes me to forget the stress about the world - so it makes me almost go to my own little world where I can enjoy the moment and from where I can come back to reality. So it's very important' ('Tom' 2009).

"...amm Julie and Phillip were my other parents and the rest of the kids that were playing were my other family" ('Paul' 2010).



Having
hyvinvointi,
turvallisuus

Osallisuus

Raivio & Karjalainen 2013

Acting
Toimijuus,
valtaisuus

Belonging
yhteisyys,
jäsenyys

Tiedetään, että...

- Yhteismusisointi on esihistoriallinen keino vahvistaa yhteisöä ja ilmaista tunteita
- Yhteismusisoinnilla voidaan vahvistaa kuulumisen kokemuksia ja yhteistyöhalukkuutta
- Yhteismusisointi ja yhteinen rytmittyminen synkronoivat ihmisiä monipuolisesti: illuusio samanmielisyydestä, samalla puolella olemisesta, yhteisymmärryksestä
- Musiikki on vahva työkalu tunteitten säätelyyn
- Laulamisen kautta opittava hengityksen säätely tukee psyykkistä hyvinvointia (esim. ahdistuksen ja stressin hallinta)
- Musiikki tarjoaa tärkeän väylän oman toimijuuden vahvistumiselle
- Musiikki tarjoaa keinon kulttuuristen erojen muuttamiselle aarraitaksi
- ...

Musiikkiharrastus on verraton työkalu yhteisöjen rakentamiseen ja osallisuuden kokemusten synnyttämiseen...



kuitenkin...

- Laaja pitkittäistutkimus, "Alkuportaatt" (2006-2016), selvitti oppilaiden oppimista, motivaatiota ja ongelmakäyttämistä eri konteksteissa varhaiskasvatusajasta perusopetuksen päättämiseen saakka. (Aunola, Nurmi, Lerkkanen et al. 2021).
- Tuloksista kävi ilmi mm. että musiikki on vähiten suosittu aktiviteetti esikouluvaiheessa ja toiseksi vähiten suosittu (uskonnon jälkeen) perusopetuksen ensimmäisen vuoden aikana. (Lerkkanen 2021).

Mikä on heikon motivaation syy?



Kyvykkyys

Ihmisen
psykologiset
perustarpeet
motivaation
taustalla

Ryan & Deci, 2017

Autonomia /
toimijuus

Suhteellisuus /
välittäminen



Kuuluuko musiikkiharrastus vain erityislahjakkaille vrt. kuuluuko liikuntaharrastus vain erityislahjakkaille?

Osaako lapsi vastata kattavasti kysymykseen, mikä harrastus olisi hänelle sopivin tai mieluisin – kuinka tulkita kyselytten tuloksia?

Kuinka tavoittaa ja motivoida lapsia sekä perheitä – kuinka rakentaa yhteistyömuotoja koulujen ja varhaiskasvatuksen kanssa sekä poistaa yhteistyön esteitä? Kuinka tuottaa innostavia ELÄMYKSIÄ?

Kuinka kehittää pedagogiikkaa motivoivaksi? (etenkin toimijuuden vahvistaminen ja vertaisoppiminen/ ystävyys suhteiden syntymisen tukeminen)

Mistä riittävästi osaavia ohjaajia ja opettajia? (esim. uusi LuoMus-koulutus Jyväskylässä)

”Kuorossa parasta on kun saa laulaa yhdessä toisten kanssa ja samalla minä tulen kuulluksi”

(voxilainen 11v.)



Valokuva: Jussi Koskela

- Allardt, E. (1976). *Hyvinvoinnin ulottuvuusia*. Helsinki: WSOY.
- Allpress, R. B., Clift, S., & Legg, L. (2012). Effects of group singing on psychological states and cortisol. Paper presented at the 12th International Conference on Music Perception and Cognition and the 8th Triennial Conference of the European Society for the Cognitive Sciences of Music, Thessaloniki, Greece.
- Batt-Rawden, K. & Andersen, S. (2020). 'Singing has empowered, enchanted and enthralled me'-choirs for wellbeing? *Health Promotion International*, 35(1), 140-150.
- Beck, R. J., Cesario, T. C., Yousefi, A., & Enamoto, H. (2000). Choral singing, performance perception, and immune system changes in salivary immunoglobulin A and cortisol. *Music Perception*, 18(1), 87-106.
- Bourdieu, P. (1986). *The Forms of Capital*. Teoksessa I. Szeman & T. Kaposy (toim.), (2011). *Cultural Theory – an Anthology*. USA: Wiley-Blackwell.
- Bullack, A., Gass, C., Nater, U. M. & Kreutz, G. (2018). Psychobiological Effects of Choral Singing on Affective State, Social Connectedness, and Stress: Influences of Singing Activity and Time Course. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 12.
- Bygren, L. O., Konlaan, B. B., & Johansson, S. E. (1996). Attendance at cultural events, reading books or periodicals, and making music or singing in a choir as determinants for survival: Swedish interview survey of living conditions. *British Medical Journal*, 313(7072), 1577-1580.
- Cathro, M. & Devine, A. (2013). Music therapy and social inclusion. *Mental Health Practice*, 16(1), 33-36.
- Clift, S. & Hancox, G. (2010). The significance of choral singing for sustaining psychological wellbeing: findings from a survey of choristers in England, Australia and Germany. *Music Performance Research*, 3(1), 79-96.
- DeNora, T. (1999). Music as a technology of the self. *Poetics*, 27(1), 31-56.
- Dingle, G. A., Williams, E., Jetten, J. & Welch, J. (2017). Choir singing and creative writing enhance emotion regulation in adults with chronic mental health conditions. *British Journal of Clinical Psychology*, 56, 443-457.
- Eerola, P-S. & Eerola, T. (2014). Extended music education enhances the quality of school life. *Music Education Research*, 16(1), 88-104.
- Fancourt, D., Aufegger, L. & Williamon, A. (2015). Low-stress and high-stress singing have contrasting effects on glucocorticoid response. *Frontiers in Psychology*, 6.
- Fancourt, D. & Perkins, R. (2018). Effect of singing interventions on symptoms of postnatal depression: Three-arm randomised controlled trial. *The British Journal of Psychiatry*, 212(2), 119-121.
- Frankenberg, E., Fries, K., Friedrich, E. K., Roden, I., Kreutz, G. & Bongard, S. (2016). The influence of musical training on acculturation processes in migrant children. *Psychology of Music*, 44(1), 114-128.
- Hyypä, M. T., & Mäki, J. (2001). Individual-Level Relationships between Social Capital and Self-Related Health in a Bilingual Community. *Preventive Medicine*, 32, 148-155.
- Hyypä, M. T., Mäki, J., Impivaara, O., & Aromaa, A. (2006). Leisure participation predicts survival: A population-based study in Finland. *Health Promotion International*, 21(1), 5-12.
- Johnson, J. K., Louhivuori, J. & Siljander, E. (2017). Comparison of well-being of older adult choir singers and the general population in Finland: A case-control study. *Musicae Scientiae*, 21(2), 178-194.
- Karlsen, S. (2011). Using musical agency as a lens: Researching music education from the angle of experience. *Research Studies in Music Education*, 33(2), 107-121.
- Keeler, J. R., Roth, E. A., Neuser, B. L., Spitsbergen, J. M., Waters, D. J. M. & Vianney J-M. (2015). The neurochemistry and social flow of singing: bonding and oxytocin. *Frontiers in Human Neuroscience*, 9, 518.
- Kreutz, G., Bongard, S., Rohrman, S., Hodapp, V. & Grebe, D. (2004). Effects of choir singing or listening on secretory immunoglobulin A, cortisol, and emotional state. *Journal of Behavioral Medicine*, 27(6), 623-635.
- Kreutz, G. (2014). Does singing facilitate social bonding? *Music & Medicine*, 6(2), 51-60.
- Lindgren, M., Bergman, Å. & Sæther, E. (2016). The construction of social inclusion through music education: Two Swedish ethnographic studies of the El Sistema programme. *Nordic Research in Music Education. Yearbook*, 17, 65-81.

- Livesey, L., Morrison, I., Clift, S. & Camic, P. (2012). Benefits of choral singing for social and mental wellbeing: qualitative findings from a cross-national survey of choir members. *Journal of Public Mental Health*, 11(1), 10-26.
- Louhivuori, J., Salminen, V-M. & Lebaka, E. (2005). Singing together: A cross cultural approach to the meaning of choirs as a community. Teoksessa P. Campbell, J. Drummond, P. Dunbar-Hall, K. Howard, H. Schippers, & T. Wiggins (toim.), *Cultural Diversity in Music Education. Directions and challenges for the 21st century*. Brisbane: Australian Academic Press.
- Marsh, K. (2019). Music as dialogic space in the promotion of peace, empathy and social inclusion. *International journal of community music*, 12(3), 301–316.
- Maury, S. & Rickard, N. (2018). A Comparison of the Effects of Short-term Singing, Exercise, and Discussion Group Activities on the Emotional State and Social Connectedness of Older Australians. *Music & Science*, 1, 1–18.
- Moss, H., Lynch, J. & O’Donoghue, J. (2018). Exploring the perceived health benefits of singing in a choir: an international cross-sectional mixed-methods study. *Perspectives in Public Health*, 138(3), 160-168.
- Narayan, D. (2005). *Conceptual Framework and Methodological Challenges*. Teoksessa D. Narayan (toim.), *Measuring Empowerment. Cross-Disciplinary Perspectives*. Washington DC: The World Bank.
- Van Niekerk, C. & Salminen, S. (2008). STEPPing in the right direction? Western classical music in an orchestral programme for disadvantaged African youth. *Intercultural education*, 19(3), 191-202.
- Nussbaum, M. (2000). *Women and Human Development. The Capability Approach*. Cambridge: University Press.
- Pearce, E., Launay, J., & Dunbar, R. I. M. (2015). The ice-breaker effect: singing mediates fast social bonding. *Royal Society Open Science*, 2(10),
- Raivio, H. & Karjalainen, J. (2013). Osallisuus ei ole keino tai väline, palvelut ovat! Osallisuuden rakentuminen 2010-luvun tavoite- ja toimintaohjelmissa. Teoksessa T. Era (toim.), *Osallisuus – oikeutta vai pakkoa? Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja 156*.
- Ruud, E. (2013). Can music serve as a “cultural immunogen”? An explorative study. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 8(1).
- Saarikallio, S. (2007). *Music as mood regulation in adolescence*. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Väitöskirja.
- Salminen, S. (2020). Benefits of singing reflected in the conceptual framework of social inclusion. Teoksessa J. van der Sandt (toim.), *Singing with Children*. Lucca: Libreria Musicale Italiana.
- Salminen, S. (2021). Kuoropedagogiikkaa uusin silmin: tavoitteena osallisuus ja taiteellinen taso. *Musiikkikasvatus*, 24(1).
- Salminen, S. (2021). *Musiikkiharrastuksella osallisuuteen*. Väitöskirja. Jyväskylän yliopisto.
- Sen, A. (1999). *Development as freedom*. Oxford: University press.
- Sihvonen, A. J., Särkämö, T., Leo, V., Tervaniemi, M., Altenmüller, E. & Soinila, S. (2017). Music-based interventions in neurological rehabilitation. *The Lancet Neurology*, 16(8), 648-660.
- Tervaniemi, M. (2017). Music in Learning and Relearning: The Life-Span Approach. *Psychomusicology: Music, Mind and Brain*, 27(3), 223-226.
- Verghese, J., Lipton, R. B., Katz, M. J., Hall, C. B., Derby, C. A., Kuslansky, G., et al. (2003). Leisure activities and the risk of dementia in the elderly. *The New England Journal of Medicine*, 348(25), 2508-2516.
- Vickhoff, B., Malmgren, H., Åström, R., Nyberg, G., Ekström, S-R., Engwall, M., Snygg, J., Nilsson, M. & Jörnsten, R. (2013). Music structure determines heart rate variability of singers. *Frontiers in Psychology*, 4(334).
- Weinstein, D., Launay, J., Pearce, E., Dunbar, R. I. M. & Stewart, L. (2016). Singing and social bonding: changes in connectivity and pain threshold as a function of group size. *Evolution and Human Behavior*, 37, 152–158.
- Welch, G., Himonides, E., Saunders, J., Papageorgi, I. & Sarazin, M. (2014). Singing and social inclusion. *Frontiers in Psychology*, 5(803).