

Äänen hyvinvointi ja siihen liittyvät näkemykset luokanopettajaopiskelijoiden keskuudessa

Siiri Laurila

Irina Staroverova

Kandidaatin tutkielma

Luokanopettajan tutkinto-ohjelma

Kasvatustieteen laitos

Turun yliopisto

Huhtikuu 2024

Turun yliopiston laatujärjestelmän mukaisesti tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu

Turnitin OriginalityCheck -järjestelmällä.

TURUN YLIOPISTO

Kasvatustieteiden laitos / Kasvatustieteiden tiedekunta

LAURILA, SIIRI & STAROVEROVA, IRINA: Äänen hyvinvointi ja siihen liittyvät näkemykset
luokanopettajaopiskelijoiden keskuudessa

Kandidaatin tutkielma, 58 s.

Kasvatustiede

Ohjaaja: yliopistonlehtori Satu Laitinen

Huhtikuu 2024

Tutkimuksessa käsiteltiin luokanopettajaopiskelijoiden näkemyksiä ja asenteita äänensä hyvinvoinnista ja opettajan työn äänivaatimuksista. Lisäksi tarkasteltiin heidän äänenkäytöllisiä valmiuksiaan yleisellä tasolla ja opettajankoulutuksen kontekstissa. Aiemmissä tutkimuksissa on havaittu ääniongelmiensa ja -oireiden yleisyys sekä opettajien että opettajaopiskelijoiden keskuudessa. Syinä tähän on esitetty äänellisesti vaativaa työnkuvaa sekä tiedon ja tietoisuuden puutetta ilmiön yleisyydestä, siihen liittyvistä oireista tai niiden vakavuudesta.

Ääntä voidaan tarkastella niin puhujan kuin kuulijan näkökulmasta. Puhujana hyvä ääni on vaivatonta ja kivutonta tuottaa. Kuulijana taas hyvä ääni on selkeää kuunnella eikä se esimerkiksi poikkea huomattavasti vertaisten äänestä laadun, korkeuden tai voimakkuuden osalta. Muutoin kyseessä voi olla ääniongelma. Niiden todentamisen avainasemassa on terveydenhuollon ammattilaisen arvion lisäksi yksilön oma kokemus. Erityisesti työn kannalta on erittäin tärkeää, että yksilö kokee äänensä vastaavan työn odotuksia, sillä muussa tapauksessa voidaan katsoa kyseessä olevan ääniongelma.

Ääniongelmaan viittaavat oireet voivat liittyä äänen laatuun, korkeuteen ja voimakkuuteen sekä näissä tapahtuviin muutoksiin. Näiden oireiden kehittymisen taustalla vaikuttaa useampi tekijä, ja niiden vaikutus on hyvin yksilöllinen. Opetustyössä äänenkäyttötottumukset, taustamelu, sisäilman laatu ja stressi ovat havaittu vaikuttavan äänioireiden ja -ongelmien yleisyyteen. Aikaisempien tutkimusten perusteella herännyt huoli opettajien ja opettajaksi opiskelevien ääniongelmiensa yleisyydestä ja heikosta ääniergonomiasta johti tarpeeseen tutkia tarkemmin luokanopettajaopiskelijoiden asenteita, valmiuksia ja näkemyksiä äänen hyvinvoinnista.

Tutkimus toteutettiin survey-tutkimuksena, jossa kerättiin sekä kvantitatiivista että kvalitatiivista aineistoa Turun yliopiston luokanopettajaopiskelijoilta (N = 48) Webropol-kyselylomakkeella. Kyselylomakkeiden äänen tilaa koskevat kysymykset pohjauivat Jacobsonin ja kumppaneiden Voice Handicap Indexiin (VHI). Asenteita ja valmiuksia koskevat kysymykset olivat itse laadittuja avoimia kysymyksiä. Kyselylomakeaineisto käsiteltiin jakamalla aineisto kvantitatiiviseen ja kvalitatiiviseen osaan. Kvantitatiiviselle aineistolle tehtiin sisällön erittely, kun taas kvalitatiivinen aineisto analysoitiin analyysiyksiköiden perusteella.

Enemmistö vastaajista ei VHI-pisteidensä perustella kokenut ääneensä liittyvää haittaa tai arvioi sen olevan hyvin vähäinen. Vain harvat vastaajista raportoivat aiempaa kokemusta ääniongelmista, eikä kukaan heistä ollut hakenut apua oireisiinsa. Opettajan työssä ääni nähtiin vähintään tärkeänä, mutta lähes puolet vastaajista kuvasi omaa äänenkäyttöään opetustilanteissa joko tilapäisesti tai jatkuvasti kuormittavaksi. Äänenkäytöllisiä valmiuksia, eli äänenhuoltoon liittyvää tietoa tai työkaluja, olikin suurimmalla osalla vastanneista vain vähän tai ei lainkaan. Myös opettajankoulutuksen tarjoama tieto aiheesta koettiin niukaksi. Yli puolet vastaajista arvioikin äänensä heikkenevän tulevaisuudessa jonkin verran, ja yleisesti ottaen äänen hyvinvointi ja tulevaisuus herätti pohdintaa ja epäilyksiä.

Yhteenvedona tutkimus osoitti yhteneväisyyksiä aiempaan tutkimukseen opettajien ja opettavaksi opiskelevien äänestä ja asenteista. Vaikka äänen tärkeyden tiedostaminen nähtiin myönteisenä kehityssuuntana tuleville luokanopettajille, äänikäytöllisten valmiuksien puutteet korostivat tarvetta vahvistaa äänen hyvinvoinnin huomioimista opettajankoulutuksessa ja lisätä tietoisuutta äänenhuollosta ja sen merkityksestä opetustyössä.

Avainsanat: ääniongelma, äänihäiriö, äänioire, äänityöläisyys, äänen hyvinvointi, VHI, opettajaopiskelija, opettajuus

Sisällysluettelo

1. Johdanto	1
1.1. Äänioireista ääniongelmaan	2
1.1.1. Ääniongelmien riskitekijät.....	3
1.1.2. Ääniongelmien haitat ja ennaltaehkäisy.....	4
2. Tutkimusongelmat	6
3. Menetelmät	7
3.1. Osallistujat	7
3.2. Tutkimuksen toteutus	9
3.2.1. Äänen valmiudet ja asenteet.....	10
3.2.2. Voice Handicap Index (VHI).....	10
3.3. Aineiston käsittely ja analyysi	12
4. Tulokset	16
4.1. Luokanopettajaopiskelijoiden äänen tila	16
4.2. Näkemykset opettajantyön äänivaatimuksista	18
4.2.1. Yleinen näkemys äänityöläisyydestä	18
4.2.2. Oma kokemus äänityöläisyydestä.....	19
4.2.3. Äänenkäyttöön mahdollisesti vaikuttavat tekijät.....	22
4.3. Äänityöläisyyteen liittyvät ajatukset ja valmiudet	25
4.3.1. Arviot äänen tulevaisuudesta.....	25
4.3.2. Ajatukset tulevaisuudesta äänityöläisenä	29
4.3.3. Valmiudet äänityöläisyyteen.....	32
5. Pohdinta	38
5.1. Tutkielman päätavoite ja -tulokset	38
5.2. Tulosten pohdinta ja johtopäätökset	39
5.3. Menetelmän luotettavuus ja eettisyys	43
5.4. Tutkielman merkitys ja jatkotutkimusehdotukset	46
Lähteet	47
Liitteet	51
Liite 1. Sähköinen kyselylomake	51
Liite 2. Tietosuojalomake	56

1. Johdanto

Opettajan työssä, kuten monessa muussa ammatissa, terveellä ja toimivalla äänellä on suuri merkitys ammattitaidolle ja työkyvyille. Opettaminen perustuu jatkuvaan kielelliseen vuorovaikutukseen, ja paikoin olosuhteet sille voivat olla äänenkäytöllisesti hyvinkin vaativia esimerkiksi kouluympäristölle tyypillisen korkean melun tai luokkatilan heikon akustiikan takia. Ääni on opetustyössä oleellinen työväline, mutta samalla työn luonne ja ympäristö voivat asettaa äänelle ja elimistölle haasteita. (Sala, Sihvo & Laine, 2011, s. 5.)

Äänityöläisiksi kutsutaan henkilöitä, joiden toimeentulo riippuu suoraan äänenkäytöstään (Stemple, Roy & Klaben, 2018, s. 370). Opettajaa voidaankin tämän määritelmän mukaan kutsua äänityöläiseksi opetustyön äänenkäytöllisen luonteen takia. Tätä termiä käytetään myös tässä tutkimuksessa. Opettaminen ei vaadi pelkästään kasvatustieteellistä osaamista, vaan myös tietoa, taitoja ja välineitä työn vaatimaan äänenkäyttöön, äänen hyvinvoinnin ylläpitämiseen, sen arviointiin ja huoltamiseen.

Äänenkäyttö ja puhuminen ovat lihastyötä, jossa koetukselle joutuu puhe-elimistö. Siihen kuuluvat ääntä tuottavat äänihuulet, ilmaa kiertävät keuhkot, nielu ja äänen vahvistimina toimivat suu- ja nenäontelot. (Sala ym., 2011, s. 5.) Hyvää ääntä voidaan tarkastella joko puhujan tai kuulijan näkökulmasta. Puhujan kannalta hyvä ääni on sellainen, jonka tuottaminen on vaivatonta, eikä se aiheuta epämiellyttäviä tunteita hänen äänijärjestelmässään, riippumatta ääneen laatuun vaikuttavista tekijöistä kuten tunteista. Kuulijan näkökulmasta hyvä ääni taas on selkeää ja sitä on helppoa kuunnella. Äänityöläisen kannalta hyvän äänen on kestävä myös ammatillisia vaatimuksia, kuten jatkuvaa puhumista, äänen voimistamista, selkeää esiintymistä meluisassa ympäristössä sekä kykyä kommunikoida kaukana tai ulkona olevien ihmisten kanssa. (Sala ym., 2011, s. 6.)

Opettajat kuuluvat äänen hyvinvoinnin kannalta riskiryhmään, ja heillä onkin havaittu esiintyvän säännöllisiä äänioireita (esim. Feng, Weng, Cai, Yang, Wu & Kang, 2022; Morton & Watson, 2001). Erityistä huolta herättää varhaiskasvatuksen ja peruskoulun opettajien tilanne, sillä heillä on todettu esiintyvän opettajien keskuudessa eniten ääniongelmia (Mattiske, Oates & Greenwood, 1998). Ongelma ulottuu jo opettajaksi opiskeleviin, sillä heidän on havaittu raportoivan enemmän äänioireita verrattuna muihin yliopisto-opiskelijoihin (Simberg, Sala & Rönnemaa, 2004). Aiemman tutkimusnäytön valossa suoritettujen opettajaharjoitteluiden ja sijaisuuksien myötä yhä useampi opettajaopiskelija kokee äänioireita. Saman tutkimuksen mukaan äänioireisten ryhmään kuuluvat opiskelijat

ovat yleensä myös edenneet opinnoissaan pidemmälle ja ovat selvästi enemmän huolissaan äänensä kestävyydestä verrattuna niihin, joilla ei ole äänioireita. Silti suurin osa opiskelijoista kokee äänensä tilaa normaaliksi ja arvioi siihen liittyvää haittakokemusta pieneksi. (Britschgi & Sellman, 2017.)

Vain harva opiskelijoista hakeutuu hoitoon oireittensa vuoksi. Tämän on ehdotettu johtuvan tietämättömyydestä – opiskelijat eivät välttämättä tiedosta ongelman olemassaoloa. Toisaalta on esitetty, että lääkärin vastaanotolle ei hakeuduta, koska ei koeta omaa ääniongelmaa vakavaksi. (Thomas, De Jong, Cremers & Kooijman, 2006.) Uudempi tutkimus kuitenkin osoittaa, että opettajaopiskelijat saattavat olla tietoisia ääniongelmiensa riskeistä ja haitoista. Toisaalta he eivät välttämättä tiedä, miten tämä tieto tulisi konkreettisesti hyödyntää, sillä koulutuksen puitteissa ääniongelmiensa ennaltaehkäisyyn ei kiinnitetä riittävästi huomiota. (Britschgi & Sellman, 2017.)

Aiemmat tutkimukset ovat lähinnä painottuneet ääniongelmiensa yleisyyden todentamiseen sekä riskitekijöiden määrittämiseen. Opettajakoulutuksessa saatetaan taas keskittyä enemmän oppiaineiden sisällönhallintaan ja kasvatustieteelliseen osaamiseen, jolloin äänenkäytön osa-alue voi jäädä vähemmälle huomiolle. Tämän tutkimuksen tavoitteena onkin selvittää luokanopettajaopiskelijoiden omia näkemyksiä äänensä tilasta, tärkeydestä ja tulevaisuudesta opetuksen kentällä. Tutkimus pyrkii osaltaan herättämään opettajaopiskelijoiden tietoisuutta äänenkäytön ja äänen hyvinvoinnin merkityksestä sekä opettajan työhön liittyvistä äänen edellytyksistä.

1.1. Äänioireista ääniongelmaan

Ääniongelman (*voice problem*) tai -häiriön (*voice disorder, voice impairment*) käsitteille ei ole yhtä yleispätevää määritelmää, ja usein niitä käytetäänkin toistensa synonyymeinä tai limittäisinä käsitteinä. Työn ja työkyvyn näkökulmaa tarkastellessa voidaan puhua äänihäiriöstä, mikäli puhuja itse kokee, ettei hänen äänensä täytä tarvittavaa käyttötarkoitusta tai äänenkäyttöön liittyviä vaatimuksia (Vilkman, 2004, s. 234). Äänihäiriö voidaan siis määritellä jo yksilön omien subjektiivisten havaintojen perusteella. Objektivisesta, terveydenhuollon ammattilaisen näkökulmasta tarkasteltuna äänihäiriö voi ilmetä, kun henkilön äänenlaatu, korkeus ja voimakkuus eroavat merkittävästi samanikäisten, saman sukupuolen, samankaltaisen kulttuurisen taustan ja maantieteellisen sijainnin omaavien henkilöiden äänestä. Taustalla voi olla myös anatomisen rakenteen puutteet tai muutokset. (Stemple ym., 2018., s. 2.) Tässä tutkimuksessa äänihäiriöön ja ongelmaan tullaan

viittaamaan sanalla ääniongelma, koska tarkoituksena on tarkastella tutkittavien omaa kokemusta äänen hyvinvoinnista, kun taas äänihäiriö sanana saattaa linkittyä diagnostiseen, objektiivisempaan lähestymiseen.

Äänihäiriöt jaetaan yleisesti kahteen pääluokkaan – toiminnallisiin eli funktionallisiin ja elimellisiin eli orgaanisiin. Näiden erottaminen on olennaista diagnosoinnissa, ja oireiden lisäksi tarvitaan aina äänielimistön tutkimista häiriön luonteen tunnistamiseen. Tärkeä huomio on myös se, ettei äänihäiriötä pidä sekoittaa puhetta koskeviin häiriöihin, kuten erilaisiin äännevirheisiin. (Sala ym., 2011, s. 14.)

Ääniongelmaan viittaavat oireet liittyvät äänen laatuun, korkeuteen ja voimakkuuteen sekä niissä tapahtuviin muutoksiin. Äänioireita voi olla esimerkiksi äänen käheys, jännittyneisyys tai vapina, monotoninen ääni, epänormaali äänenkorkeus tai sopimaton, hallitsematon äänenvoimakkuus. Myös poikkeava äänetön tai ääntämätön käyttäytyminen (*nonphonatory behaviours*), kuten kurkun tarpeeton selvittely, hengästyneisyys tai rykiminen, voi olla merkki ääniongelmosta. (Owens, Metz & Farinella, 2014.) Äänen tuottaminen muuttuu oireiden seurauksena vaivalloiseksi, ja kurkussa voi tuntua epämiellyttävältä kuten karheutta tai kipua. Muutokset äänessä herättävät herkästi kuulijoiden huomion ja niihin reagoidaan tunteikkaasti. (Sala ym., 2011, s. 14.)

1.1.1. Ääniongelmiin riskitekijät

Ääniongelmiin kehittymisen taustalla vaikuttavat useammat tekijät ja niiden vaikutus on hyvin yksilöllinen. Ääni muuttuu iän myötä, ja synnynnäiset fysiologiset ongelmat saattavat estää sen normaalia kehitystä. Kuitenkin yleisin syy ääniongelmiin liittyy äänen väärinkäyttöön, kuten voimakkaaseen laulamiseen tai liialliseen huutamiseen. Lisäksi elämäntavoilla, kuten tupakoinnilla ja alkoholin käytöllä, kuin myös muilla tottumuksilla, kuten kurkun jatkuvalla selkeyttämisellä, yskimisellä tai fyysisellä jännityksellä on merkityksensä, sillä ne voivat haitata ääneen normaalia tuottamista ja vaikuttaa äänihuulten muutosten kehittymiseen. Traumoilla, allergioilla ja hermo–lihaskäytön sekä endokriinisilla sairauksilla on myös vaikutusta äänen laatuun. (Owens, Farinella & Metz, 2015, s. 51.)

Thomas ja kollegat (2006) ovat tutkimuksessaan kuvanneet ääniongelmiin taustalla vaikuttavia riskitekijöitä, jotka he ovat jakaneet neljään alakategoriaan – äänikuormitukseen, fyysisiin tekijöihin, psykoemotionaalisiin tekijöihin ja ympäristötekijöihin. Opettajaopiskelijat ja muu väestö arvioivat näitä tekijöitä vaihtelevasti. Kuitenkin suurempaa huomiota

kiinnitettiin ääntä kuormittaviin tekijöihin, kuten äänen käytön ja vuorovaikutukseen osallistuvien ihmisten määrään. Psykoemotionaalisista tekijöistä painotettiin ryhmän kokoonpanoa, stressiä, tunteita ja työpaineita. Ympäristötekijöistä korostuivat ilman kosteus, lämpötilan vaihtelut ja huoneen akustiikan heikkous. Fyysisistä tekijöistä taas erityistä huomiota saivat limakalvojen ongelmat, kuulon ja yleisen fyysisen kunnon heikkeneminen.

Samansuuntaisiin tuloksiin ovat päätyneet myös muut tutkijat. Opettajien äänenkäyttötottumukset, taustamelu, luokan sisäilman laatu, työasennot ja stressi ovat ääniergonomiaan liittyviä tekijöitä, joiden yhteyttä ääniongelmien on tunnistettu (Rantala, Hakala, Holmqvist & Sala, 2012). Etäopetus näyttäisi olevan yksi mahdollisuus vähentää äänioireista kärsivien opettajien kokemaa haittaa. Sen on ehdotettu johtuvan vähemmästä taustamelun altistumisesta verrattuna tavalliseen melun tasoon luokkahuoneessa. (Patjas, Vertanen-Greis, Pietarinen & Geneid, 2021.)

Altistavien tekijöiden joukossa mainitaan myös sukupuoli. Erityisesti naisten on havaittu olevan alttiimpia ääniongelmien kehittymiselle, minkä on ehdotettu johtuvan naisten kurkunpään rakenteellisista eroista (Roy, Merrill, Gray & Smith, 2005). Naisilla on havaittu myös olevan vähemmän hyaluronihappoa (HA) limakalvojen lamina propria -nimisen kudoksen pintakerroksessa. Tämän ominaisuuden ansiosta äänihuulten värähdellessä suojaava kudokset kerros vaimentaa tätä liikehdintää vähemmän ja haavojen paraneminen, johon hyaluronihapolla on vaikutusta, saattaa viivästyä. (Ward, Thibeault & Gray, 2002.)

Julkisessa peruskoulussa opettaminen ja opetuskokemus ovat osaltaan yhteydessä ääniongelmien riskiin. Opetuksen määrälläkin on merkitystä: yli kolmen oppitunnin mittainen jatkuva opetusjakso tai yli kymmenen oppitunnin viikkotyömäärä liittyi korkeampaan riskiin ääniongelmien kehittymiselle Kiinassa. Samoin erityisesti taide- ja liikunnanopettajilla havaittiin suurempi alttius. (Feng ym., 2022.)

1.1.2. Ääniongelmien haitat ja ennaltaehkäisy

Ääniongelmien yhteys opettajien heikentyneeseen työkykyyn on todettu useammassa tutkimuksessa. Pahimmillaan ääniongelmat voivat vaikuttaa poissaolojen kertymiseen tai estää työn harjoittamista kokonaan. (Giannini, Latorre, Fisher, Ghirardi & Ferreira, 2015; Vertanen-Greis, Loyttyneemi, Uitti & Putus, 2022.) Yhteiskunnan näkökulmasta tämä saattaa lisätä taloudellista rasitetta johtuen sairauslomien, terapioiden ja hoitojen lisääntyneen tarpeen

seurauksena kasvavista taloudellisista kuluista (Van Houtte, Claeys, Wuyts & Van Lierde, 2011).

Terveydellisen haitan lisäksi heikentävä vaikutus voi suuntautua epäsuorasti psyykkiseen hyvinvointiin ja elämänlaatuun, sillä äänielimistössä tuntevat kivut ja epämukavuus voivat estää normaalin suoriutumisen työtehtävissä. Ääneen kestävyyyteen liittyvät huolenaiheet vaativat työskentelytapojen sopeuttamista vähemmän ääntä vaativiksi, kuten kirjallisen kielen tai kuvien käytön lisääntyminen, mutta tässä tapauksessa huomataan keinojen loppuvan nopeasti (Sala ym., 2011, s. 14). Äänioireiden aiheuttama jatkuva huoli ja epävarmuus omasta suoriutumisesta opetuksen aikana voi näin asettaa ammatillisen itseluottamuksen koetukselle (Ilomäki, 2008, s. 20). Lisäksi tutkimukset osoittavat äänen laadun vaikuttavan oppilaiden oppimisprosessiin. Selitykseksi on esitetty, että epäselvä ääni voi olla kuulijoille kognitiivisesti hyvin vaativaa (Lyberg-Åhlander, Haake, Brännström, Shötz & Sahlén, 2015; Da Silva, Ribeiro, Santos, Almeida, Cruz & Behlau, 2023).

Havaitun haitan määrän, ongelman yleisyyden ja monipuolisten ääniongelmille altistavien tekijöiden vuoksi useissa tutkimuksissa on korostettu tarvetta kehittää ennaltaehkäiseviä toimenpiteitä ja erilaisia ääntä suojaavia ohjelmia ääniongelmien vähentämiseksi. Näiden on toivottu sisällytettävän jo äänityöläisten koulutusohjelmiin. (esim. Thomas ym., 2006; Van Houtte ym., 2011.) Valmennuksen tavoitteena tulisi olla tiedon lisääminen äänen muodostumisesta ja sen laatuun vaikuttavista tekijöistä, tarjoten samalla käytännön harjoituksia äänentuotannon hallisemiseksi. Näihin ääniergonomiakäytäntöihin kuuluvat erilaiset äänenhuollon menetelmät, kuten äänen lämmittely- ja rentoutustekniikat, ymmärryksen lisääminen erilaisista tukitoimista, kuten riittävästä nesteytyksestä, äänenvahvistuslaitteiden käytöstä, pölyävien tekstiilien poistosta tai äänenvaimennusmateriaalien sijoittamisesta luokkatilaan. Keinoja on monia ja tietoisuus auttaa äänityöläistä tunnistamaan ja vastaamaan ääneen liittyviin oireisiin ajoissa, mikä helpottaa hoitoon hakeutumista tarpeen tulleen. (Sala ym., 2011, s. 29–44.) Riskitekijöiden vaikutusten vähentämistä on korostettu myös muissa tutkimuksissa, joissa huomioidaan muitakin äänihygieniaan liittyviä strategioita, kuten alkoholin ja kofeiinin kulutuksen vähentämistä sekä tupakoinnin lopettamista (esim. Van Houtte ym., 2011).

2. Tutkimusongelmat

Tämän tutkimuksen tavoitteena on syventyä laajemmin opettajaopiskelijoiden omiin näkemyksiin ja asenteisiin sekä äänensä hyvinvoinnista että opettajan työhön liittyvistä äänivaatimuksista – miten luokanopettajaopiskelijat arvioivat äänensä toimintakykyä tai siitä koituvaa haittaa sekä millaisia ajatuksia opettajuus ja äänityöläisyys herättää. Lisäksi tutkimuksessa kartoitetaan, kuinka opettajaopiskelijat kokevat saavansa valmiuksia äänenkäyttöön opinnoistaan, opetusharjoitteluista ja sijaisuuskokemusten kautta.

Tutkimuksen tavoitteisiin pyritään löytämään vastauksia seuraavien tutkimuskysymysten kautta:

1. Millaiseksi luokanopettajaopiskelijat arvioivat tämänhetkisen äänen tilansa?
2. Millaisiksi opettajaopiskelijat kokevat luokanopettajantyön äänivaatimukset?
3. Millaisia ajatuksia ja valmiuksia luokanopettajaopiskelijoilla on tulevaisuudesta äänityöläisenä?

Britschgin ja Sellmanin (2017) tutkimukseen nojautuen, hypoteesina on, että luokanopettajaopiskelijat eivät kokisi äänestään suurta psykososiaalista haittaa mahdollisista ääniongelmista riippumatta. Oletuksena on myös, että luokanopettajantyön äänivaatimukset osattaisiin arvioida todenmukaisesti ja monipuolisesti. Tulevaisuudennäkymät eivät ehkä olisi yhtä valoisia, sillä aiempien tutkimusten mukaan ääniongelmiin olemassaoloa ja yleisyyttä ei ehkä tiedosteta (Thomas ym., 2006) tai ei osata hyödyntää ääneen ja sen hyvinvointiin liittyvää tietoa käytäntöön (Britschgi & Sellman, 2017).

3. Menetelmät

Tutkimuksessa kiinnostuksen kohteena ovat Turun yliopiston luokanopettajaopiskelijoiden näkemykset oman äänensä hyvinvoinnista sekä heidän mielipiteensä opettajan ammatista äänen hyvinvoinnin näkökulmasta. Tutkimusaineiston keruuseen käytettiin Webropol-verkkokyselyä. Opettajaopiskelijoiden asenteita ja valmiuksia opettajuuteen, äänityöläisyyteen sekä äänen hyvinvointiin kartoitettiin avointen kysymysten avulla. Lisäksi tutkittiin opettajaopiskelijoiden tämänhetkisen äänen hyvinvoinnin ja äänihuolen tilaa Voice Handicap Indexin (VHI) avulla. VHI-monivalintalomake on kehitetty mittaamaan yksilön itsearviota äänen hyvinvoinnista ja siitä koituvasta psykososiaalisesta haitasta (Jacobson, Johnson, Grywalski, Silbergleit, Jacobson & Benninger, 1997).

Tutkimuksessa ei kerätty tai analysoitu äänihäiriön olemassaoloa todistavaa aineistoa, kuten lääkärin toteuttamia fysiologisia mittauksia tai videostroboskopiaa. Tarkoituksena ei ollut myöskään keskittyä tiettyjen äänioireiden kartoittamiseen, sillä se ei ollut olennaista tutkimusongelmiimme nähden. Johtavana oletuksena oli, että opettajien äänioireet ovat jo opettajaksi opiskelevien keskuudessa yleisiä (Feng ym., 2022) ja ongelman tiedostaminen vähäistä (Thomas ym., 2006).

3.1. Osallistujat

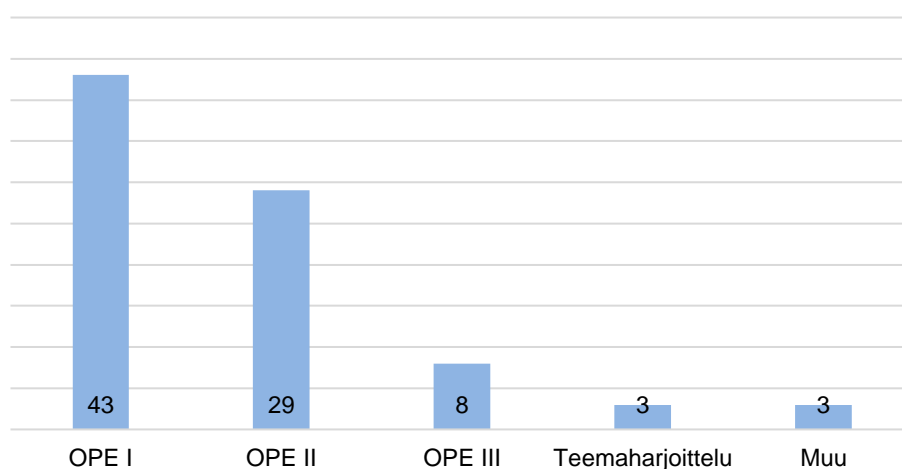
Tutkimuksen perusjoukkona ovat Turun yliopiston luokanopettajakoulutusohjelman opiskelijat. Otos valikoitui saatavuuden perusteella, ja aineistoa kerättiin niin Turun kuin Rauman kampuksen opiskelijoilta kaikilta vuosikursseilta. Lopulliseen tutkimukseen tutkittavia osallistui yhteensä 48 (N = 48).

Tutkimuskyselyssä vastausvaihtoehdot sukupuolen osalta olivat nainen, mies tai muu. Lopulta vastaajien sukupuolen raportointi tai sukupuolten välinen vertailu todettiin tarpeettomaksi niin anonymiteettisistä kuin siksi, että sukupuoliryhmien väliset suuret kokoerot eivät mahdollistaisi sukupuolten välistä todenmukaista vertailua.

Vuosikurssin osalta vastaajat kategorisoitiin joko kandi- tai maisterivaiheen opiskelijoiksi tarkemman vuosikurssin raportoinnin sijaan, osittain myös anonymiteettisistä. Vastaajat jakautuivat opintojen vaiheen mukaan seuraavasti: 31 (64,6 %) kandivaiheen opiskelijaa ja 17 (35,4 %) maisterivaiheen opiskelijaa.

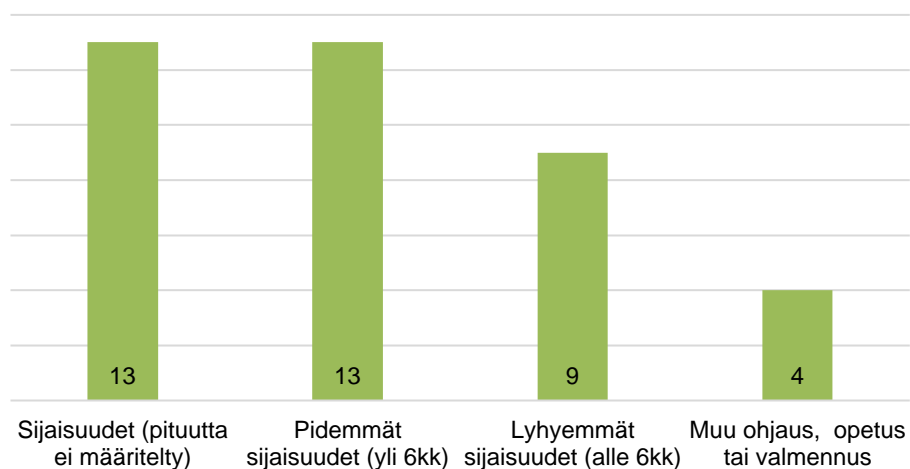
Vastaajista 43 (89,6 %) oli suorittanut Opettajana ja kasvattajana I-opetusharjoittelun, 29 (60,4 %) oli suorittanut Opettajana ja kasvattajana II:n ja 8 (16,7 %) oli suorittanut Opettajana ja kasvattajana III:n. Lisäksi kolme (6,3 %) vastaajaa oli suorittanut teemaharjoittelun sekä kolme (6,3 %) vastaajaa käynyt joitain muita harjoitteluja, esimerkiksi orientoivan ja didaktisen harjoittelun (ks. kuvio 1). Vastaajista 33:lla (68,8 %) oli opintojen ulkopuolista opetuskokemusta, kuten satunnaisia, lyhyempiä tai pitempiä sijaisuuksia tai muuta huomioonotettavaa työkokemusta (ks. kuvio 2).

Suoritettut harjoittelut



Kuvio 1. Suoritettujen opetusharjoittelujen määrä. OPE-lyhenne viittaa kursseihin, joiden yhteydessä harjoittelut suoritetaan (Opettajana ja kasvattajana I-III).

Muun opetuskokemuksen tyyppi



Kuvio 2. Luokanopettajaopiskelijoiden kerryttämän opetuskokemuksen tyyppi opetusharjoittelujen ulkopuolelta.

3.2. Tutkimuksen toteutus

Tutkimusmenetelmäksi valikoitui survey-tutkimus, jossa kerättiin sekä kvantitatiivista että kvalitatiivista aineistoa Turun yliopiston luokanopettajaopiskelijoilta Webropol-kyselylomakkeella (ks. liite 1). Tämän menetelmän avulla voitiin keskittyä ymmärtämään luokanopettajaopiskelijoiden asenteita ja näkemyksiä samalla, kun saatiin laajan otoksen kattavaa numeerista tietoa tutkimusaiheesta. Tutkimuksessa käytettävä kyselylomake koostui taustatietojen lisäksi kahdesta osasta – valmiista, ennalta validoidusta Voice Handicap Indexistä sekä itse laaditusta, avoimia kysymyksiä sisältävästä kysymyspatteristosta. Tarkoituksena oli tarkastella tutkittavaa ilmiötä tietyssä ajankohtana, joten kyseessä on poikittaistutkimus.

Kysely esiteltiin ymmärrettävyyden osalta satunnaisesti valitussa opiskelijaryhmässä. Esitestaukseen osallistui yhteensä kolme henkilöä, joista kaikki olivat kolmannen vuoden luokanopettajaopiskelijoita. Palautteen perusteella kyselylomakkeeseen lisättiin selite Voice Handicap Indexin kuudennen väittämän, ”Käytän puhelinta harvemmin kuin haluaisin”, tueksi. Alkuperäisen väittämän varsinaista muotoilua ei muokattu, koska mittari on ennalta laadittu ja tarkoituksena oli säilyttää sen merkitystä. Selitteessä tarkennettiin, että väitteessä viitataan puhelimella puhumiseen.

Valmis kyselylomake välitettiin Turun yliopiston sähköpostiverkostossa kaikille Turun ja Rauman kampuksen luokanopettajaopiskelijoille. Vastaajat vastasivat kyselylomakkeeseen itsenäisesti ohjeistuksen perusteella. Heillä oli lisäksi mahdollisuus esittää palautetta tai lisäkysymyksiä osallistumisesta sähköpostin välityksellä sekä kyselyn lopussa. Saadun palautteen perusteella ilmeni virhe, kun yhdestä VHI:n väittämästä puuttui monivalinnan vastausvaihtoehto ”aina”. Virhe saatiin korjattua, mutta siihen mennessä vastanneiden VHI-pisteet jätettiin huomioimatta (N = 5). Muutoin tutkimuksessa käsiteltiin kaikkia saatuja vastauksia niin VHI:n kuin muiden kysymysten kohdalta.

Lomake alkaa ohjeistuksella ja taustatietojen keräämisellä. Lomakkeessa pyrittiin ottamaan huomioon aiempien tutkimusten havaintoja, jotka olisivat voineet vaikuttaa kyselyn sisällön ymmärrettävyyteen. Esimerkiksi Britschgi ja Sellman (2017) kiinnittivät huomiota siihen, että heidän tutkimuksessaan useampi vastaaja koki käsitteen ääni vaikeasti määriteltäväksi. He korostivat, että väittämien tulkintaan voi vaikuttaa myös se, että ihmisten, joilla on vain vähän kokemusta äänensä laadun heikkenemisestä tai he eivät tiedosta sitä, voi olla vaikea arvioida

äänensä muutoksia. Yhteisymmärryksen saavuttamiseksi kyselylomakkeessa määriteltiin, mitä äänellä tässä tutkimuksessa tarkoitetaan.

Aikaisemmissa tutkimuksissa on tunnistettu ääniongelmille altistavia tekijöitä, joista tälle tutkimukselle relevantteja olivat muun muassa sukupuoli ja opetuskokemus (Shuxiu ym., 2022), aiempi äänisairaus ja -oirehistoria sekä se, onko siihen haettu apua (Britschgi & Sellman, 2017). Koska tutkimuskohteena olivat opettajaopiskelijat, taustatietoja kerättyä opetuskokemukseen yhteydessä olevina tekijöinä huomioitiin vastaajien vuosikurssi, käytyjen opettajaharjoitteluiden määrä ja koulutuksen ulkopuolinen opetuskokemus. Näin voitiin analysoida äänenkäytöllisiä sekä siihen liittyviä asenteellisia ja näkemyksellisiä eroja koulutuksen ja opetuskokemuksen määrän näkökulmista. Yllä mainittujen tekijöiden lisäksi kyselyssä kartoitettiin opiskelijoiden arvioita opettajan ammatin äänivaatimuksista sekä siitä, mihin suuntaan he näkevät äänensä kehittyvän tulevaisuudessa opettajan urallaan.

3.2.1. Äänen valmiudet ja asenteet

Varsinainen kyselyn ensimmäinen osa koostui itse laadituista, avoimista kysymyksistä koostuvasta kysymyspatteristosta (ks. liite 1). Avointen kysymysten tavoitteena oli syventyä opettajaopiskelijoiden äänen terveyteen liittyviin tottumuksiin, kokemuksiin ja mietteisiin opinnoista, harjoiteluista ja mahdollisista sijaisuuksista saatuihin valmiuksiin sekä tulevaisuuteen äänityöläisenä. Pyrimme muotoilemaan kysymykset niin, että vastaajien oli kuvailtava omaa kokemustaan tai näkemystään. Jokaiseen pääkysymykseen lisäsimme myös ajatusprosessia virittäviä apukysymyksiä. Toisin kuin pääkysymyksen kohdalla, näihin ei vaadittu vastausta, ellei henkilö halunnut itse ottaa kantaa tiettyyn asiaan. Avoimista kysymyksistä saadun aineiston avulla pyrimme vastaamaan erityisesti toiseen ja kolmanteen tutkimusongelmaan.

3.2.2. Voice Handicap Index (VHI)

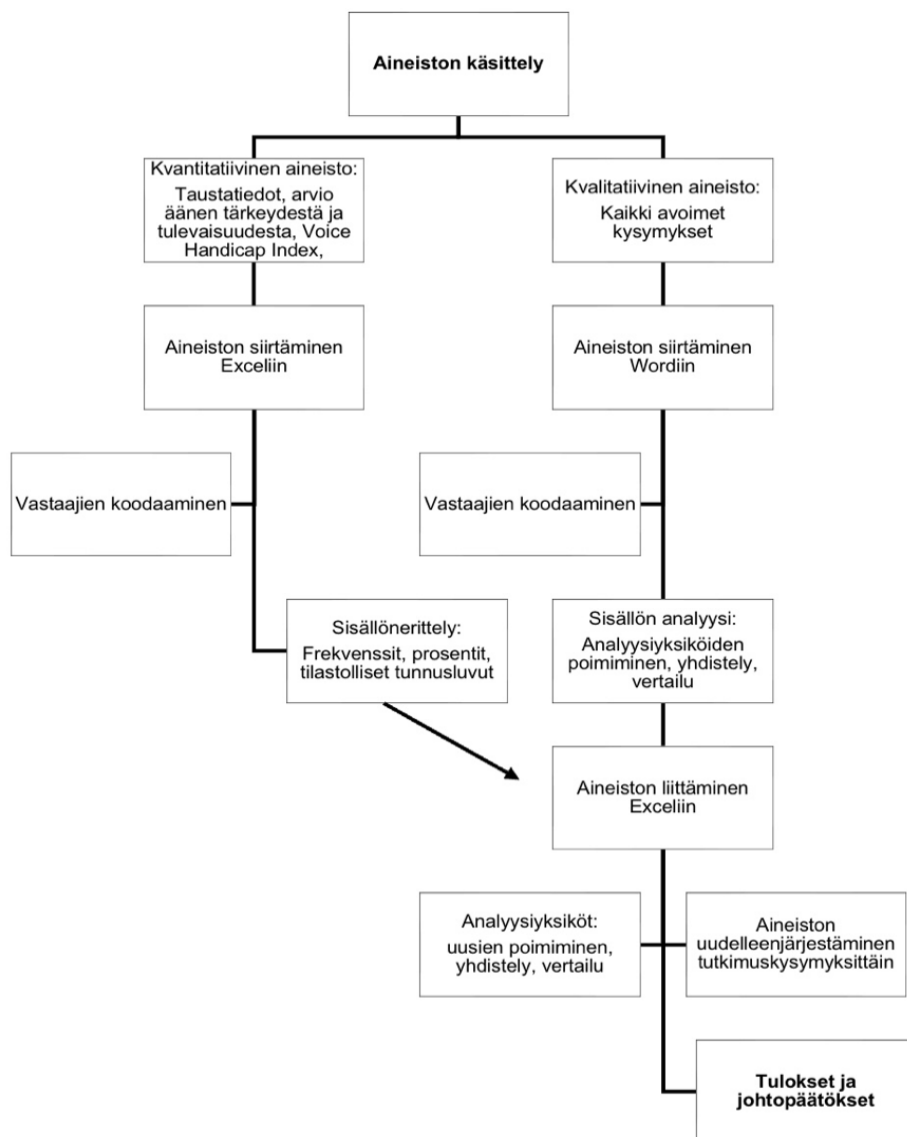
Voice Handicap Index (VHI) on Jacobsonin ja kumppaneiden (1997) kehittämä 30 väittämistä koostuva itsearviointilomake, jonka avulla voidaan kartoittaa äänen ja mahdollisen ääniongelman psykososiaalista vaikutusta ihmisen elämään (Thomas, Kooijman, Donders, Cremers & de Jong, 2007, s. 326). Jokainen kolmestakymmenestä kysymyksestä kuuluu tiettyyn ala-asteikkoon: toiminnalliseen (F), fyysiseen (P) ja emotionaaliseen (E). Jokainen ulottuvuus sisältää 10 väittämää. Yksittäisestä väittämästä on mahdollista saada korkeintaan neljä pistettä (0 = Ei koskaan, ..., 4 = Aina). Toiminnalliset väitteet koskevat

ääniongelman vaikutusta ihmisen jokapäiväiseen toimintaan, fyysisen ala-asteikon kohdat edustavat henkilön käsityksiä äänielintensä ja tuottamansa äänen ominaisuuksista, ja emotionaalinen puolestaan edustaa ääniongelmaan liittyviä tunnepitoisia reaktioita. (Jacobson ym., 1997.)

VHI on toimiva työkalu ääniongelman tuottaman haittakokemuksen arvioimisessa, sillä häiriöisyyden vakavuusaste näyttäisi olevan yksilöllisesti määräytyvää. Esimerkiksi Britschgin ja Sellmanin (2017) tutkimus osoitti, että luokanopettajaopiskelijoilla ilmenevistä äänioireista huolimatta noin 90 % heistä ei kuitenkaan kokenut niitä ongelmallisiksi. Alaluusua ja Johansson (2003) ovat kääntäneet VHI:n suomen kielelle (ks. liite 3), ja heidän käännöksensä on osoittautunut päteväksi ja luotettavaksi. Fyysisen ala-asteikon väittämät on merkitty suomenkielisessä versiossa P-kirjaimen sijaan F:llä ja toiminnallisen alueen väittämät F-kirjaimen sijaan T:llä. Muutoin kyselyt vastaavat täysin toisiaan. Tutkimuksessa käytetään ennalta käännettyä versiota, josta saatujen pistemäärien mukaan opiskelijat ryhmitellään kolmeen tasoryhmään. Kyselyssä haitan määrää pidetään joko vähäisenä (0–30 p.), kohtalaisena (31–50 p.) tai suurena (>50 p.). (Alaluusua & Johansson, 2003.) Tässä tutkimuksessa VHI:stä kerättyjä tietoja käytettiin erityisesti ensimmäisen tutkimusongelman tulkitsemiseen.

3.3. Aineiston käsittely ja analyysi

Aineiston käsittely- ja analyysiprosessi pohjautui pääosin Wellingtonin [2015] malliin, jonka mukaan laadullisen aineiston järjeistäminen koostuu seuraavista seitsemästä vaiheesta: uppoutuminen, reflektointi, analysointi, syntetisointi, suhteuttaminen, uudelleenreflektointi ja esittäminen. Wellington esittää, että laadullisen aineiston analyysiin kuuluu aineiston jakaminen analyysiyksiköihin. Käsittely- ja analyysiprosessin aikana niitä poimitaan aineistosta sekä teemoitellaan ja ryhmitellään keskenään. Luotuja ryhmiä yhdistellään tarvittaessa isommiksi kokonaisuuksiksi, jonka jälkeen etsitään ryhmien välisiä yhteyksiä, vastakohtaisuuksia ja vertailuja. Lopuksi muokataan ja järjestellään työstövaiheissa saavutetut tulokset esitettävään muotoon. (Cohen ym., 2018, s. 664–665.) Seuraavaksi eritellään aineiston käsittelyprosessia vaihe vaiheelta. Tiiviimmin sitä havainnollistetaan kuviossa 3.



Kuvio 3. Kyselystä kerätyn aineiston analyysiprosessi vaiheittain.

Aineiston käsittely aloitettiin siirtämällä koko aineisto Excel-tiedostoon sekä kaikkien avointen kysymysten vastaukset Webropolista erilliseen Word-tiedostoon. Avoimet vastaukset liitettiin Wordiin kysymyskohtaisesti ja alkuperäisessä muodossaan. Sekä Excel-että Word-tiedostossa jokainen vastaaja yhdistettiin vastauksiinsa kirjain-numeroyhdistelmällä sukupuolen ja Webropolista poimimisjärjestyksen mukaan, esimerkiksi N28 tai M3, helpottamaan analyysiprosessia. Lisäksi värikoodeilla merkittiin erikseen ne vastaajat, joilla oli aikaisempaa kokemusta ääniongelmista, sekä ne vastaajat, jotka saivat VHI-itsearviosta korkeimmat pisteet.

Tämän jälkeen Excelissä tehtiin varsinainen sisällön erittely. Taustatiedoista opintojen vaihe, ääniongelmiin esiintyvyys, suoritettavat harjoittelut sekä opintojen ulkopuolinen opetuskokemus ja sen luonne taulukoitiin yksityiskohtaisemmin toiselle välilehdelle. Osallistujien vuosikurssin sijaan opintojen vaihe kirjattiin joko kandi- tai maisterivaiheena. Opintojen ulkopuolinen opetuskokemus jaettiin sen keston mukaan pituudeltaan ei-määriteltäviin työjaksoihin sekä lyhyempiin ja pitempiin periodeihin. Myös arviot oman äänen tulevaisuudesta ja äänen merkityksestä opettajana lisättiin tälle erilliselle välilehdelle. Äänen tulevaisuus esiintyi kyselylomakkeessa sanallisessa muodossa ja aineiston käsittelyn helpottamiseksi väittämät muunnettiin numeeriseen arvoon (1 = Heikkenee merkittävästi, ..., 5 = Paranee merkittävästi). Äänen merkityksellisyteen vastauksia saatiin ainoastaan kategoriassa tärkeä ja erittäin tärkeä, jolloin numeeriseen muotoon muuttamista ei tarvittu. Äänen tulevaisuudelle ja merkitykselle sekä kaikille taustatiedoille laskettiin jokaisen vastausvaihtoehdon kohdalla frekvenssi.

VHI:stä saatu numeerinen aineisto taulukoitiin Exceliin vastaajakohtaisesti jokaisen VHI:n väittämän ja aihealueen sekä saatujen kokonaispisteiden osalta. Tässä vaiheessa jätettiin pois ne vastaajat, joiden kohdalla yksi VHI-väittämä oli puutteellinen. Saamiensa kokonaispisteiden perusteella vastaajat jaoteltiin vähäisen, kohtalaisen tai suuren äänihaitan ryhmiin. Toisella välilehdellä VHI:n osa-alueiden pisteille ja kokonaispisteille laskettiin keskiarvo, keskihajonta sekä ääriarvot minimi ja maksimi.

Samaan aikaan Word-tiedostossa aloitettiin avointen vastausten sisällön analyysi.

Vastauksista poimittiin toistuvia, samankaltaisia teemoja eli analyysiyksiköitä koodaamalla ne omalla värillään. Värikoodatut sisällöt yhdistettiin omiin yläkategorioihin. Osaa vastauksista tiivistettiin, jos mahdollista, mutta suurimmaksi osaksi ne säilytettiin

sellaisenaan. Joidenkin laajempien kysymysten kohdalla kategorisointia tehtiin apukysymysten pohjalta. Löydettyjä analyysiyksiköiden ja alakategorioiden sisältöä kuvataan tarkemmin tulosten yhteydessä.

Analyysiyksiköiden muodostuttua myös avoimista kysymyksistä saatu aineisto lisättiin värikoodeineen Exceeliin. Koko aineisto jaettiin kyselyn kysymysten pohjalta omille välilehdilleen. Taulukko 1 havainnollistaa, kuinka lomakekysymysten aineisto jaoteltiin tutkimuskysymyksen kohtaisesti. Aineiston uudelleenjärjestelyn aikana jatkettiin analyysiyksiköiden käsittelyä. Tämä sisälsi edelleen uusien analyysiyksiköiden tunnistamista, niiden yhdistelemistä ja ryhmittelyä sekä myös syvempää vertailua, erojen tunnistamista ja vastakkainasettelua tulosten ja johtopäätösten hahmottamiseksi. Lisäksi osa aineistosta kvantifioitiin eli vastausmääriä kuvattiin sen mukaan, kuinka usein tietty analyysiyksikkö toistui vastauksissa.

Taulukko 1. Tutkimuskysymysten ja kyselyn kysymysten yhdistely

Tutkimuksessa tarkastelun kohteena olevat teemat ja se, mistä kyselyn kohdasta niihin etsittiin vastausta. Suluissa olevalla tiedolla viitataan siihen, onko vastaus saatu suljetusta vaihtoehdosta (esim. monivalintakysymys) tai avoimesta kysymyksestä (esim. avoin vastauskenttä).

Mitä tutkittiin	Miten (suljettu)	Miten (avoin)	Miten (avoin)
Luokanopettajaopiskelijoiden äänen tila	VHI ja ääniongelmat		
Opetustyön äänivaatimukset	Äänen tärkeyden arvio	Näkemyks äänityöläisyydestä	Oma kokemus äänityöläisyydestä
Ajatukset äänityöläisyydestä	Arvio äänen tulevaisuudesta	Perustelu äänen tulevaisuudesta	
Äänityöläisyyteen liittyvät valmiudet		Keinot huolehtia äänestä	Opetuksen suunnittelu ja omien opintojen riittävyys

Vastaajien tietoja käsiteltiin ja koodattiin taulukoimalla siten, että Excelissä jokainen osallistuja sijoitettiin vaakasuunnassa omalle rivilleen. Analyysin aikana tunnistetut kategoriat tai teemat sijoitettiin vaakatasoon yläpuolelle. Jokaisen kategorian alle lisättiin sitaatteja vastaajien vastauksista, jotta voitiin tarkastella, kuinka usein tietyt aiheet mainittiin aineistossa. Lisäksi jokaisen vastaajan riville lisättiin huomioita varten oma kenttä, johon kirjattiin opiskelijoiden antamia lisätietoja täydentämään kategorioihin liittyviä väittämiä.

Koska tiedot analysoitiin ja koodattiin yksittäisten kyselyn kysymysten pohjalta, lopuksi muodostettiin vielä kaikista vastauksista yhteinen Word-tiedosto, jossa näkyivät kaikkien

osallistujien pelkistetyt, analyysiyksiköihin jaetut vastaukset. Näin oli mahdollista arvioida ja laskea tarkemmin kaikkien osallistujien näkemyksiä ja muodostaa niistä laajempaa kokonaiskuvaa tulosten raportoinnin sujuvoittamiseksi. Tämän jälkeen kaikki data muutettiin tuloksia havainnollistaviksi kuvioiksi tai taulukoiksi ja syntynyt kokonaiskuva koottiin kirjalliseen muotoon tulosten esittämistä varten.

4. Tulokset

4.1. Luokanopettajaopiskelijoiden äänen tila

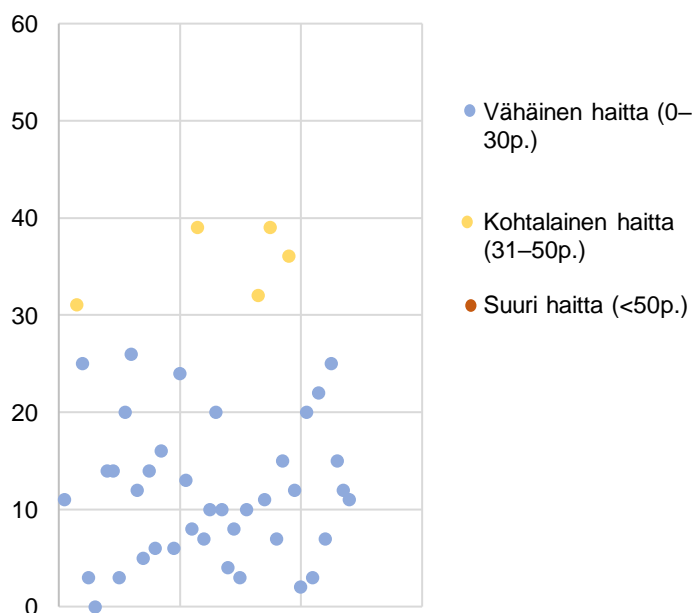
Tutkimukseen vastasi kokonaisuudessaan 48 luokanopettajaopiskelijaa, joista viiden vastaajan tulokset jätettiin huomioimatta VHI:n osalta. VHI:stä saatujen pisteiden perusteella suurin osa vastanneista (N = 38) ei koe äänestään psykososiaalista haittaa tai se arvioidaan hyvin vähäiseksi (ks. kuvio 4). Vain alle 10 % vastaajista (N = 5) sijoittui kokonaispistemääränsä perusteella kohtalaisen haitan ryhmään, eikä kenenkään vastaajan pisteet ylettyneet suuren haitan tasolle. VHI:n mittarin ulottuvuuksista eniten pisteitä sai fyysinen ulottuvuus ($\bar{x} = 6,68$; 294 p.) ja vähiten emotionaalinen ulottuvuus ($\bar{x} = 3,20$; 141 p.) (ks. taulukko 2).

Taulukko 2. Voice Handicap Index -yhteispisteet ja tilastolliset tunnusluvut

VHI:n tulokset ja tilastolliset tunnusluvut. Mittarin kokonaispistemäärä on 120 pistettä vastaajaa kohden. Yksittäinen väittäjä pisteitään asteikolla 0–4 (0 = Ei koskaan... 4 = Aina). Jokainen osa-alue sisältää 10 väittäjää ja jokaisesta ulottuvuudesta on mahdollista saada korkeintaan 40 pistettä.

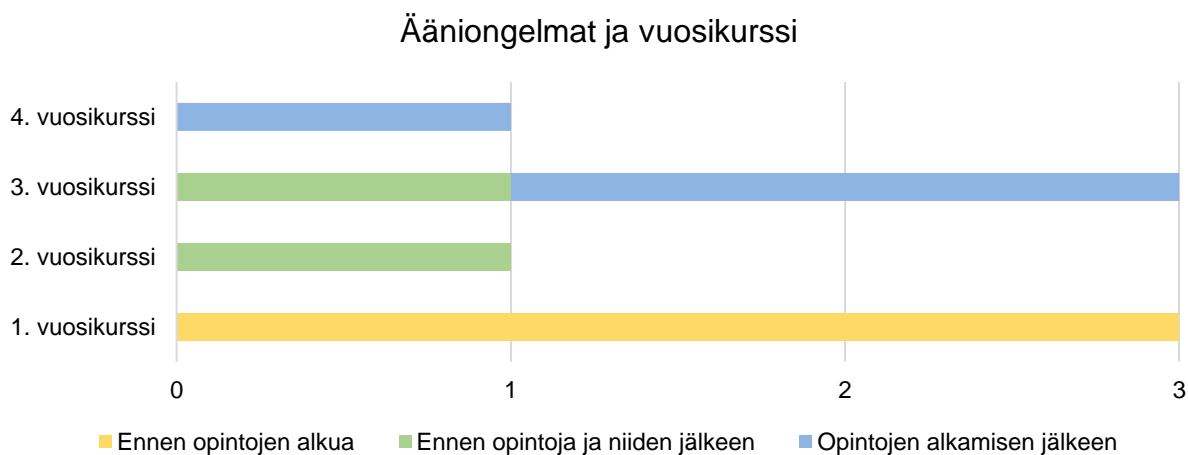
	Vastaajien yhteispisteet	Keskiarvo (\bar{x})	Keskihajonta (SD)	Min; Max
VHI:n osa-alue				
Toiminnallinen	196	4,45	3,11	0;14
Fyysinen	294	6,68	4,71	0;16
Emotionaalinen	141	3,20	3,66	0;14
Kaikki	631	14,34	10,05	0;39

Voice Handicap Index -pisteet

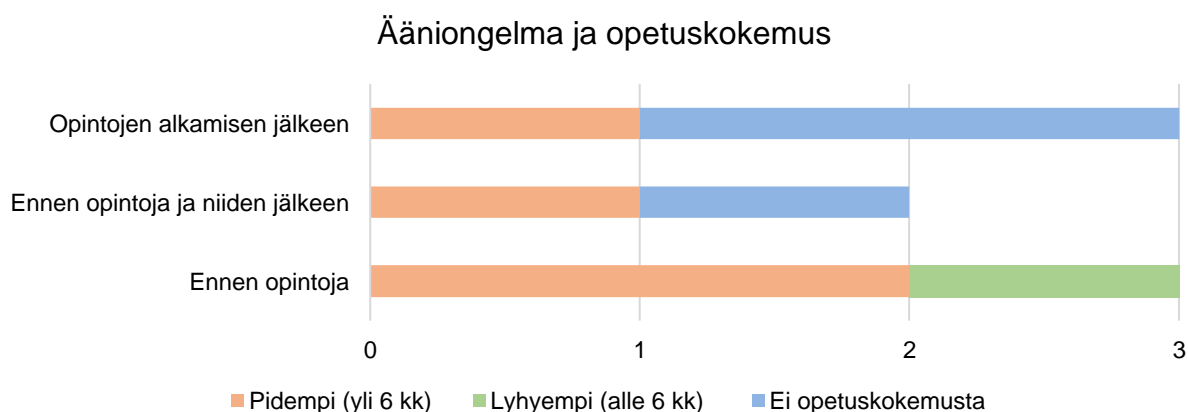


Kuvio 4. Luokanopettajaopiskelijoiden VHI-pisteiden jakautuminen.

Kaikista vastaajista aiempia ääniongelmia ovat kokeneet 8 (17 %) opiskelijaa. Yksi heistä poissuljettiin VHI-pisteiden tarkastelun osalta. Ylipäättään vain yksi aiemmista ääniongelmista raportoinut vastaaja ylsi VHI-pisteillään kohtalaisen haitan ryhmään. Loput kuusi sijoittuivat pisteillään vähäisen haitan tasolle. Koska vähäisen haitan minimiarvo on 0, voidaan tulkita, että tässä ryhmässä haittakokemus voi todellisuudessa olla myös olematon. Kolmella vastanneista ääniongelmat tulivat esiin vasta luokanopettajaopintojen alkamisen jälkeen, kahdella sekä ennen opintoja että niiden aloittamisen jälkeen, kun taas kahdella niitä esiintyi pelkästään ennen opintoja (ks. kuviot 5 ja 6). Kukaan heistä ei ole hakenut apua kokemiinsa ääniongelmiin.



Kuvio 5. Raportoitujen ääniongelmiin jakautuminen opintojen vaiheen mukaan. Pystyakselissa on luokanopettajaopiskelijoiden vuosikurssi ja vaaka-akselissa toistuvien ääniongelmiin ilmenemisajankohta.



Kuvio 6. Raportoitujen ääniongelmiin jakautuminen opetuskokemuksen mukaan. Pystyakselissa on toistuvien ääniongelmiin ilmenemisajankohta ja vaaka-akselissa opetuskokemuksen määrä. Taulukkoon ei otettu mukaan harjoittelukokemusta. Kaikki suorittivat vähintään Opettajana ja kasvattajana I-harjoittelujaksoa ja neljä suoritti lisäksi Opettajana ja kasvattajana II-harjoittelujaksoa.

Kymmenen (21 %) vastaajaa ilmoitti saaneensa äänenkäyttöön liittyvää tietoa tai valmennusta opettajaopintojen ulkopuolelta. Tarkempi vastausten analyysi kuitenkin paljasti, että kolme vastaajaa mainitsi tiedon lähteeksi jo luokanopettajakoulutuksen aikana hankitut tiedot. Näin ollen vain seitsemän henkilön tunnistettiin omaksuneen äänenkäyttöön liittyvää osaamista ennen nykyisten opintojen aloittamista. Suurin osa tiedosta raportoitiin tulleen musiikkiharrastuksen kautta. Kuusi nimesi tiedon lähteeksi laulun tai siihen liittyvän toiminnan, näyttämötaiteeseen liittyvä toiminta mainittiin kolmesti ja yksi vastaaja raportoi toisen henkilön jakaneen hänen kanssaan äänenkäytön kurssilta saamansa tietoa. VHI:n kohtalaista haittakokemusta vastaavaa tulosta saaneista henkilöistä sekä toistuvia ääniongelmia raportoineista vain yksi vastaaja oli omaksunut äänenkäyttöön liittyvää tietoa luokanopettajakoulutuksen ulkopuolelta.

4.2. Näkemykset opettajantyön äänivaatimuksista

Opiskelijoiden vastaukset luokanopettajatyön äänivaatimuksista jaettiin yleiseen näkemykseen äänityöläisyydestä sekä omiin kokemuksiin äänenkäytöstä työssä sen perusteella, ovatko vastaukset luonteeltaan yleisluontoisia tai henkilökohtaisempia. Lisäksi tarkastettiin sitä, kuinka tärkeäksi ääntä on opetustyössä arvioitu (ks. taulukko 1). Kaikki vastaajat eivät ottaneet kantaa kaikkiin alla esiteltäviin teemoihin, joten tässä osassa käsitellyt aiheet ovat koosteita kaikista vastauksista, joissa esiintyi näihin teemoihin liittyvää aineistoa.

4.2.1. Yleinen näkemys äänityöläisyydestä

Vastaajat arvioivat äänen tärkeyttä opettajan työssä vähintään tärkeäksi ja valtaosa pitää sitä erittäin tärkeänä (81 %). Vastauksissa toistui näkemys äänen merkittävästä roolista opettajan ammatissa, sillä sitä käytetään työvälineenä ja opetusta on vaikeaa toteuttaa ilman sitä. Lisäksi arvioitiin, että opettajana ääntä käytetään päivän aikana paljon, vaihtelevalla voimakkuudella ja erilaisiin käyttötarkoituksiin. Osa vastaajista arvioi opettajan työn äänen hyvinvoinnin näkökulmasta epäedullisena ja raskaana erityisesti, jos sitä käytetään väärin.

Useista vastauksista voitiin tulkita vastaajien tiedostavan äänen huoltamisen ja ennaltaehkäisyyn merkityksen työhyvinvoinnin ja ongelmien ennaltaehkäisyyn kannalta. Ylipäättään äänen toimintakyvyllä tai sen heikkenemisellä koettiin olevan yhteys työhön, työkykyyn sekä yleisesti hyvinvointiin. Vastauksissa vaikuttaviksi oireiksi nimettiin esimerkiksi päänsärkyä ja väsymystä. Yhdessä vastauksessa esitettiin työhyvinvoinnista näkemys siitä, ettei opettaja pääse toipumaan sairastelusta kunnolla, sillä ääntä on käytettävä

työssä niin paljon. Toisaalta vastauksissa tuotiin esiin näkemys, jonka mukaan kokemukseen äänityöläisyydestä pystyy itse vaikuttamaan suunnittelemalla opetusta ääntä säästävämmäksi.

Työrauhaan ja ryhmänhallintaan liittyvät seikat nostettiin vastauksissa toistuvasti esiin. Ääntä arvioitiin siis paitsi opetusvälineenä myös luokanhallinnallisena työkaluna. Ryhmänhallintaan viitattiin yleensä yhdessä äänen korottamisen tarpeen tai äänen kuormittumisen kokemusten kanssa. Yksi vastaaja on maininnut kantavan äänen olevan hänen mielestään yhteydessä auktoriteetin ylläpitoon luokahuoneessa. Osassa vastauksissa esitettiin, ettei äänen korottamista pidetä välttämättömänä keinona ja että luokkaan on rakennettava toimintakulttuuri, jossa toisia kuunnellaan ja ääntä ei joutuisi rasittamaan. Yksi vastaaja ei tiennyt mitä vastata äänensä tulevaisuuteen ja näkemykseen äänityöläisyydestä.

4.2.2. Oma kokemus äänityöläisyydestä

Luokanopettajaopiskelijoiden henkilökohtaiset kokemukset tarkasteltiin suhteessa vastaajien äänenkäytön intensiivisyyteen sekä kokemuksiin äänen kuormittumisesta. Äänenkäyttötavat lajiteltiin sen mukaan, kuinka paljon ääni kuormittuu käytössä. Tästä muodostuivat kategoriat hyvästä, tilapäisesti rasittavasta ja jatkuvasti kuormittavasta äänenkäyttötavasta. Kokemukset kuormittumisesta jaettiin sen mukaan, kuinka häiritseväksi tätä rasittumista koetaan, ja sen perusteella muodostuivat seuraavat kategoriat – olematon, vähäinen, syvempi ja häiritsevä rasitus.

Hyvä äänenkäyttötapa -kategoriaan (N = 7) sijoitettiin kaikki vastaukset, joissa omaa äänenkäyttöä opetustyössä kuvattiin hyväksi, tavalliseksi tai käyttötarkoitukseen riittäväksi. Näissä vastauksissa äänenkäyttöä luonnehdittiin säästeliääksi tai tietoiseksi – esimerkiksi pyritään välttämään huutamista tai artikuloimaan selkeästi. Osa opiskelijoista raportoi vaihtelevansa tarkoituksella äänenvoimakkuutta hiljaisemmaksi korottamisen sijaan.

Aiemmassa harjoittelussa pyrin puhumaan normaalilla tavalla, normaalilla äänenpainolla ja voimakkuudella.

Tilapäisesti rasittava äänenkäyttötapa -kategoriassa (N = 11) mainittiin satunnaista äänen rasittamista, esimerkiksi yksittäisten häiriötilanteiden tai ulkoisten tekijöiden takia. Lisäksi vastauksissa esitettiin näkemys, jonka mukaan ääntä käytetään paljon, mutta toisaalta sitä ei koroteta tavallista enempää. Tilapäistä kuormittamista oli muun muassa äänen korottaminen työrauhan ylläpitämiseksi tai oppilaiden huomion saavuttamiseksi.

En itse mielelläni korota ääntä, toki ääneni on tarvittaessa kuuluva ja joskus sitä kyllä luokkatilanteessa käytän.

Äänen rasittava käyttötapa ei kuitenkaan tässä kategoriassa ole jatkuvaa. Useampi vastaaja koki, ettei ääntä käytetä liikaa tai että epäedulliseen äänenkäyttötapaan turvaudutaan vain tarvittaessa. Lisäksi mainittiin, että uuden ryhmän opettamisen tapauksessa paitsi luokanhallinta myös jännitys saattavat vaikuttaa äänenkäyttöön, mutta se menee nopeasti ohi. Osassa vastauksissa esitettiin myös, että hetkellisesti ulkona pidettävät oppitunnit ja liikuntatunnit saattavat edellyttää korkeampaa äänenvoimakkuutta ja intensiivisempää äänenkäyttöä niiden erityisluonteen vuoksi.

Ääntä kuormittava äänenkäyttötapa -kategoriaan (N = 11) sijoitettiin kaikki vastaukset, joissa ilmaistiin äänen runsaasta ja suojelemattomasta käytöstä. Opettajan työtä ylipäättään arvioitiin äänelle haasteelliseksi, minkä lisäksi omaa ääntä raportoitiin käyttävän rohkeasti ja sitä korotetaan helposti. Osassa vastauksista vastaavaa äänenkäyttötapaa arvioitiin itselle luontevaksi ja tavanomaiseksi osaksi omaa vuorovaikutusta. Omaa ääntä kuvailtiin luonnostaan kestäväksi ja omaa persoonaa ylipäänsä puheliaaksi ja äänekkääksi.

Huomaan helposti puhuvaksi melun yli enkä odottavan hiljaisuutta.

Olen kova käyttämään ääntäni harjoitteluissakin, sillä ääneni on aina ollut vahva ja kantava.

Tämänkin kategorian vastauksissa mainittiin ryhmänhallinnan yhteys äänenkäyttöön. Vastauksissa esitettiin sijaistaessa äänenkäyttötavan olleen todella intensiivinen, ja perusteena sen olleen keino saada ote tuntemattomista oppilaista. Toisaalta huomioitiin, että on olemassa muitakin auktoriteetin välineitä oman äänen sijaan.

Äänen kuormittumisen kokemuksen osalta neljä vastaajaa ilmaisi kokemansa kuormituksen olemattomaksi. Tätä näkemystä perusteltiin yksilöllisillä tekijöillä, kuten kokemuksella oman äänen vahvuudesta. Lisäksi omaa äänenkäyttötapaa pidettiin säästeliäänä, koska ei henkilökohtaisesti ollut koettu korottavan ääntä oppilaille. Toisaalta yhtenä perusteluna oli, ettei ollut ehditty kokea äänen kuormittumista vähäisen opetuskokemuksen takia.

Kuusi vastaajaa kuvaili äänen kuormitusta hyvin vähäiseksi tai sille ei annettu suurta merkitystä. Vastauksissa ilmeni rasittumisen vähäisyys, harvinaisuus ja tilannekohtaisuus. Vaikka vastaajat raportoivat äänioireiden kokemuksista, niitä pidettiin vain hiukan kuormittavina tai vaikutusta todella lyhytaikaisena. Kuormittaviksi tekijöiksi nimettiin

esimerkiksi valmennustehtävät, oppilaiden häiriökäyttäytyminen sekä taito- ja taideaineiden opettaminen.

Joskus kurkku on tullut kuivaksi ja puhuminen vaikeutunut, mutta tämä on ollut yksittäinen kerta ja juominen on auttanut.

En koe ääneni kuormittuvan, toki jos tulisi vaikka opetettua pelkästään liikuntaa, saattaisi näin ollakin pidemmän päälle. Myös musiikki saattaa olla yksi ääntä rasittava aine, jos joutuu huutelemaan ohjeita kesken soiton tai itse laulamaan kovaan ääneen.

Vahvempaa kokemusta äänen kuormittumisesta oli 11 vastaajalla. Myös tässä kategoriassa korostettiin äänen kuormittumisen vaihtelevuutta, mutta haittakokemus ilmaistiin edellistä ryhmää painokkaammin. Tuntemuksia opetuksen häiriintymisestä äänioireiden, kuten yskimisen, vuoksi tuotiin esille. Lisäksi vastauksissa nostettiin häiriötilanteiden, opetuspäivien pituuden ja puhetilanteiden määrään sekä sairastumisen vaikutus. Yksi vastaaja arvioi äänenkäytön intensiivisyyden vähenevän tutun tai hiljaisemman luokan kanssa. Vaikka kokemus rasittumisesta olikin voimakkaampaa, vastauksissa ilmaistiin äänen ehtivän palautua tai sen kestävän hyvin rauhallisissa tilanteissa.

Varsinkin pidemmän sijaisuuspätkän aikana huomasin äänen vähän kuormittuneen, mutta yksittäisissä sijaisuuksissa ei ollut ongelmaa.

Olen kyllä huomannut joskus ääneni kuormittuvan, jos joutuu jatkuvasti korottamaan ääntäni.

Viimeinen kategoria äänen kuormittumisesta koostui 13 vastaajasta, jotka kuvailivat kokemustaan häiritseväksi. Vastauksissa kuvattiin äänen kuormittuvan opetustilanteissa paljon, usein tai helposti – erityisesti silloin, kun joutuu puhumaan paljon, lukemaan ääneen pidempiä pätkiä tai jos opetuspäivä on pitkä ja luokka äänekäs. Keskeistä häiritsevän kuormituksen ryhmässä oli kokemus äänelimistön väsymisestä.

Koen, että oma ääneni ei ole kaikista vahvin ja joudun tekemään töitä saadakseni sen riittämään ja olemaan luokan edessä selkeä.

Ääneni rasittuu melko helposti, kun esim. puhun paljon tai luen ääneen pidempiä pätkiä.

Yksi häiritsevää kuormitusta kokenut vastaaja mainitsi äänensä kärsineen harjoittelussa, sillä hän ei ollut kiinnittänyt äänenkäyttöön huomiota. Toinen vastaaja raportoi joutuneensa harjoittelussa selvittelemään kurkkuaan yskimällä, jotta ääni kulkisi kunnolla. Yleisesti

vastaajat luettelivat esimerkiksi jännityksen tai ilmanlaadun, kuten kuivuuden tai pölyn, saavan äänen oireilemaan. Myös tässä kategoriassa taito- ja taideaineet, oppilaiden meluisuus ja huono työrauha mainittiin johtavan voimakkaaseen äänenkäyttöön.

4.2.3. Äänenkäyttöön mahdollisesti vaikuttavat tekijät

Vastaajat mainitsivat useampia tekijöitä, joiden he ovat kokeneet olevan yhteydessä äänensä toimintakykyyn opetustyössä (ks. kuvio 7). Suurinta huomiota saivat opetettavaa ryhmää ja siellä vallitsevaa työrauhaa koskevat tekijät (N = 31). Erityisesti oppilaiden käytöshäiriöt ja korkea melutaso mainittiin syiksi äänen korottamiseen. Tähän liittyen yksi vastaajista mainitsi vaativansa oppilailta usein hiljaista työskentelyä. Toinen vastaaja toi esiin näkökulman, että myös hiljaisuus voi auttaa saamaan oppilaiden huomion.

Äänenkäyttöön vaikuttavat luokan rauhallisuus tai rauhattomuus ja ääntäni käytän välillä luokanhallinnallisena työkaluna.

Vastaajat raportoivat huomanneensa eroja äänenkäytössään muun muassa ryhmäkokojen välillä. Suuremmissa oppilasryhmissä äänentaso saattaa nousta korkeammalle, mikä tekee äänen säätelystä ja maltillisena pitämisestä vaikeampaa. Lisäksi esitettiin, että tuttua ryhmää opettaessa äänenkäyttö on paljon hillitympää eikä se rasitu samalla tavalla, kun taas tuntemattoman ryhmän kanssa voi joutua etsimään keinoja työrauhan ylläpitämiseksi. Toisaalta todettiin myös, että jotkut luokat ovat yksinkertaisesti vilkkaampia ja rauhattomampia kuin toiset, jolloin oppilaantuntemus ja hillityt ryhmänhallintakeinot eivät aina auta äänen säästämiseksi.

Eri luokkien kanssa ääntä pystyy käyttämään hyvinkin säästeliäästi ja toisten kanssa ääntä joutuu käyttämään enemmän ja kovemmin.

Toiseksi eniten huomioitiin oppiaineiden välisiä eroja (N = 24). Erityisen kuormittaviksi äänelle nähtiin taito- ja taideaineet, joiden opettamisen aikana kuvailtiin äänenkäytön olevan kaikista intensiivisintä. Näistä liikunta mainittiin 15 kertaa, musiikki viisi kertaa ja käsityöt kaksi kertaa.

Liikuntatunnit suunnittelin siten, että ohjeiden anto tapahtui mahdollisimman rauhalliseen aikaan.

Musiikin osalta esiin nousseita haasteita olivat äänekkäät soittimet, ohjeiden antamisen vaikeus soitinten melun takia sekä se, että opettajana joutuu laulamaan. Liikunnassa ongelmina mainittiin muun muassa iso etäisyys oppilaisiin, liikuntasalien kaikuista akustiikka

sekä liikuntavälineistä johtuva melu. Teknisen työn osalta raportoitiin yleisesti luokkatilan voimakkaasta melusta, äänekkäistä työvälineistä ja siitä, että oppilaita voi joutua ohjeistamaan kuulosuojantien läpi. Taito- ja taideaineiden lisäksi yksi vastaaja pohti, että alkuopetuksessa äidinkielen opetus saattaa olla ääntä rasittavaa ääntämisharjoitusten ja loruttelun takia. Yhteistä näkemystä vastaan yksi opiskelija kertoi, ettei hän koe suurta eroa äänenkäytössä oppiaineiden välillä.

Opetustilan (N = 10) vaikutukseen liittyi useampia näkemyksiä. Vastaajat pohtivat muun muassa luokkahuoneen koon vaikutuksia. Yleinen ajatus oli, että pienemmässä luokkahuoneessa ääntä voisi olla helpompi säädellä ja käyttää maltillisemmin verrattuna esimerkiksi liikuntasaliin.

Esimerkiksi liikuntatunneilla tila on iso ja ääni katoaa sinne helposti.

...isommassa luokassa äänekkäimmille oppilaille voi osan ajasta joutua puhumaan tavallista kovempaa, jotta saa äänen kuulumaan kaikille.

Opetustilan osalta arvioitiin myös ulkona pidettävien oppituntien haasteellisuutta. Pilli mainittiin muutoin hyödyllisenä ja yleisenä apuvälineenä äänen säästämiseksi, mutta ulkotilojen kohdalla arveltiin, ettei se aina olisi tarpeeksi tehokas työkalu. Erityisesti talvipakkasilla pidettävät ulkoliikuntatunnit arvioitiin äänen jaksamisen kannalta haasteellisiksi.

Opetustilan koon ja akustiikan lisäksi pohdittiin sen ilmanlaatua (N = 5). Pöly, ilman kuivuus ja kylmyys sekä home mainittiin saaneen äänen heikommaksi tai vievän äänen kokonaan.

Toki vähän pelottaa se, jos joutuukin homekouluun töihin, sillä home aiheuttaa helposti flunssaoireilua ja äänen käheyttä, ja voi siten aiheuttaa äänen kanssa ongelmia.

Vastauksissa tarkasteltiin yleistä opetustyön äänenkäytön erityislaatuista (N = 7). Vastaajat nostivat esiin pitkät opetuspäivät ja niiden venymisen, jolloin opettajana joutuu käyttämään ääntä hyvin pitkiä ajanjaksoja taukoamatta. Pari vastaajaa mainitsi tähän liittyen tarpeesta rakentaa luokkaan kunnioittavan ja hyviä käytöstapoja noudattavan toimintaympäristön, jossa kaikkien olisi mahdollista käyttää ääntänsä säästeliäästi.

Oppilaat kuuntelevat, kun joku toinen puhuu ja mennään oppilaan luokse tai oppilas tulee opettajan luokse, kun asiaa - luokkatilan toiselle puolelle ei tarvitse korottaa ääntä.

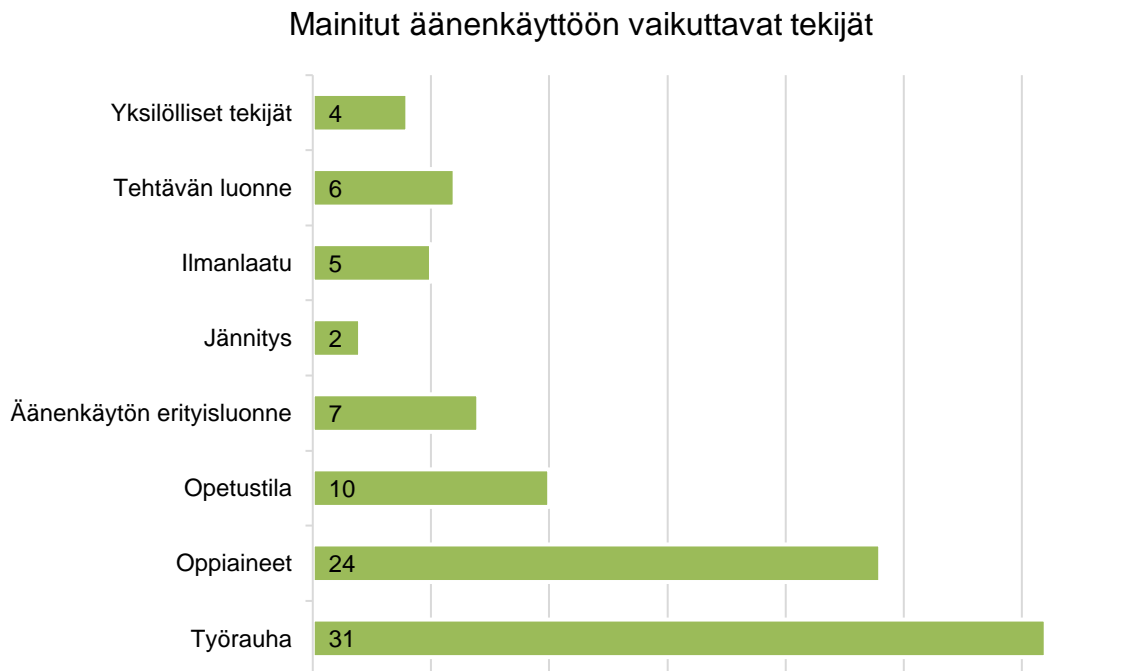
Myös oppitunnilla toteutettavien tehtävien luonteen (N = 6) arveltiin vaikuttaa luokan äänentason ja sitä kautta äänenkäyttöön opettajana. Erityisesti ryhmässä toteutettavien oppimistilanteiden mainittiin nostavan luokkahuoneen äänentaso. Yleisesti vastauksissa pohdittiin, että mitä enemmän tunnilla on toiminnallista tekemistä, sitä enemmän opettajan tarvitsee haastaa ääntään.

Jos on oppilaiden itsenäistä työskentelyä, ääni saa välillä levätä enemmän kuin opettajajohtoisella oppitunnilla.

Osassa vastauksissa nostettiin esiin äänenkäytölliset yksilölliset erot (N = 4). Omaa ääntä kuvailtiin heikoksi, ja tunnistettiin tarve tehdä töitä sen vahvistamiseksi, jotta se riittäisi opetustehtävissä. Lisäksi sairastumisen koettiin vaikuttavan vahvasti omiin äänenkäytöllisiin resursseihin ja aiheuttavan erityisiä haasteita äänenkäytölle. Yksi vastaaja mainitsi COVID-19 pandemian aikaisen kasvomaskin käytön pakollisuuden itselleen haitallisena – maskia käyttäessä piti puhua kovempaa, eikä äänen koettu kantaneen samalla tavalla.

Vähäistä huomiota sai tunteiden ja äänenkäytön välinen yhteys (N = 2). Erityisesti jännittäminen mainittiin omaan äänenkäyttöön vaikuttavana tunteena. Jännityksen ajateltiin aiheuttavan äänen värinää ja yleisesti ottaen häiritsevän äänenkäyttöön paneutumista. Vastaajat arvelivat, että heidän keskittymisensä saattoi olla suunnattu muualle kuin äänenkäyttöön, erityisesti jännityksen ja kokemattomuuden vuoksi.

...keskityn enemmän muihin aihealueisiin kuten opettamiseen ja aineenhallintaan.



Kuvio 7. Luokanopettajaopiskelijoiden mainitsemat tekijät, joiden he kokivat olevan yhteydessä äänenkäyttöön.

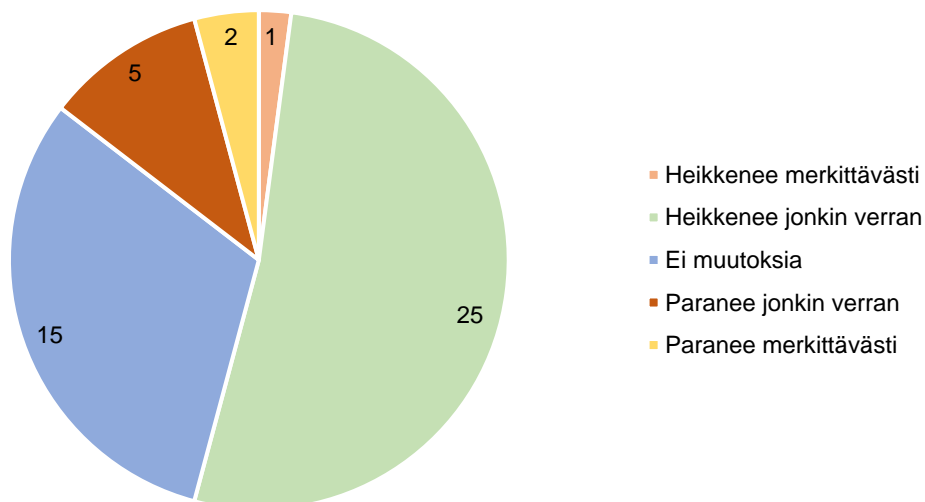
4.3. Äänityöläisyyteen liittyvät ajatukset ja valmiudet

Ajatukset äänityöläisyydestä tarkasteltiin äänen tulevaisuudenarvion ja siihen liitetyn perustelun avulla. Tulevaisuus arvioitiin asteikolla 1 = Heikkenee merkittävästi, ..., 5 = Paranee merkittävästi. Valmiudet määriteltiin sen mukaan, ottavatko opiskelijat äänensä hyvinvointia huomioon tunteja suunniteltaessa, käyttävätkö ja tietävätkö ylipäänsä äänenhuollon keinoista sekä kokevatko he luokanopettajakoulutuksen äänenkäytöstä tarjotun tiedon itselleen riittäväksi.

4.3.1. Arviot äänen tulevaisuudesta

Yli puolet vastanneista (N = 25) arvioi äänensä heikkenevän jonkin verran tulevaisuudessa. Toiseksi suurin osa vastaajista (N = 15) taas arvioi, ettei heidän äänessään tule tapahtumaan muutoksia. Reilu kymmenys vastaajista (N = 5) arvioi äänensä paranevan tulevaisuudessa jonkin verran. Loput vastaajat uskoivat äänensä joko paranevan merkittävästi (N = 2) tai heikkenevän merkittävästi (N = 1) tulevaisuudessa.

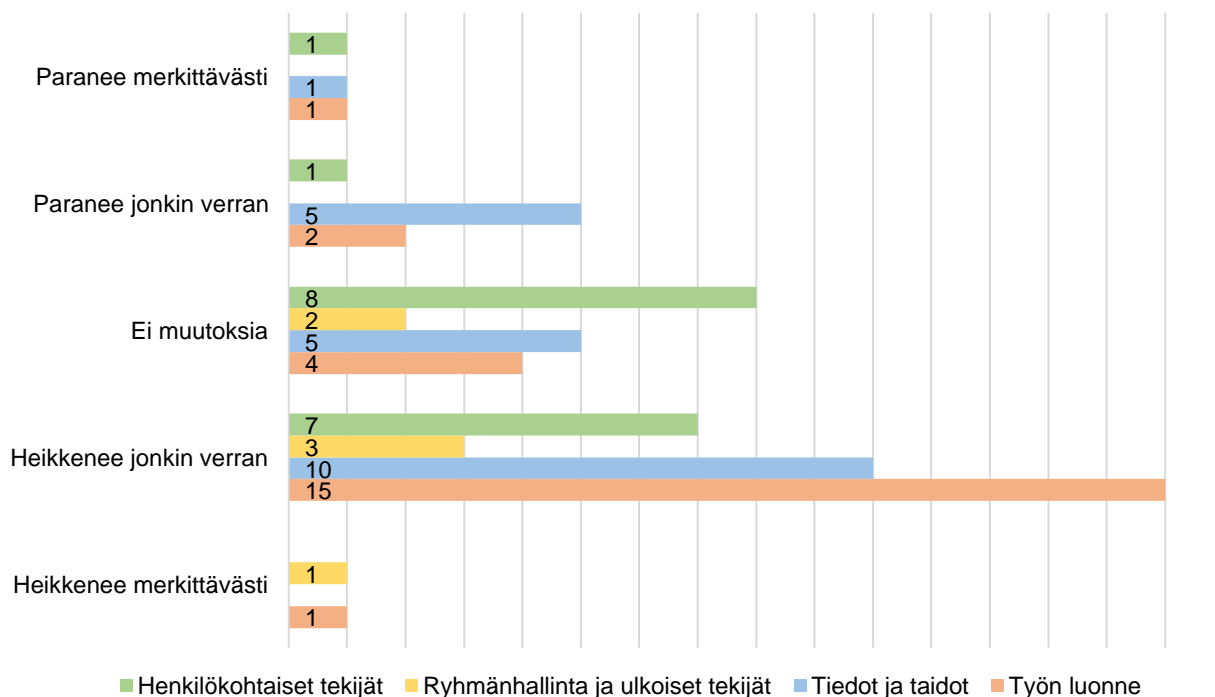
Arviot äänen tulevaisuudesta



Kuvio 8. Luokanopettajien arviot äänensä tulevaisuudesta.

Vastaajien esittämät perustelut valitsemalleen arviolle äänen tulevaisuudesta jaettiin neljään osa-alueeseen: työn luonteeseen, ulkoisiin tekijöihin ja ryhmänhallintaan, tietoihin ja taitoihin sekä henkilökohtaisiin tekijöihin. Monet vastaukset koskivat useampaa näistä osa-alueista samanaikaisesti (ks. kuvio 9).

Tulevaisuus ja perustelu



Kuvio 9. Äänen tulevaisuuden arvioon liitetty perustelu vastanneiden keskuudessa.

Työn luonteeseen liitettiin ne perustelut, jotka koskivat näkemyksiä opettajan työstä ja sen äänenkäytöllisistä vaatimuksista. Erityisesti niiden vastaajien joukossa, jotka arvioivat äänensä heikkenevän jonkin verran, opettajan työn äänenkäyttölinen luonne korostui. Vastaajat luonnehtivat ääntä opetustyön tärkeäksi tai jopa tärkeimmäksi työvälineeksi, ja että sitä käytetään paljon, mikä voi olla äänen hyvinvoinnille hyvin raskasta. Tämän uskottiin johtavan äänen heikkenemiseen varsinkin pitkällä tähtäimellä.

Ääni on opettajan työssä käytössä todella paljon ja voisin kuvitella, että se vuosien saatossa heikkenee.

Vastaajat, jotka kokivat, ettei muutoksia tapahtuisi tulevaisuudessa, näkivät työn luonteen osalta vapaa-ajan riittäväksi äänen palautumiselle. Vastauksissa korostettiin mahdollisuutta opettajana mukauttaa opetusta äänenkäytölle edulliseksi. Kaksi tähän kategoriaan kuuluvaa vastaajaa totesi opetustyön äänenkäytön vaatimukset intensiivisiksi. Toinen heistä arvioi, että ääni ei heikkenisi tästä huolimatta, kun taas toinen ajatteli, että se ei ainakaan tulisi parantumaan.

Kun puhun paljon, ääneni heikkenee ja kähenee, joten ääni ei tule ainakaan paranemaan opettajan uralla.

Vastaajat, jotka arvioivat äänensä paranevan jonkin verran, perustelivat näkemystään työn luonteen osalta sillä, että opetustilanteessa ääntä käytetään tiedostaen selkeämmin ja ääniergonomialtaan paremmin. Lisäksi nostettiin esiin myös näkökulma siitä, että vaikka työssä ääni saattaa rasittaa hetkellisesti, runsas äänenkäyttö kokonaisuudessaan voi kehittää äänenkäyttötaitoja pitkällä aikavälillä.

Kyllä se varmasti vaikuttaa positiivisella tavalla ääneen ja puhetapaan, kun työssä pitää jatkuvasti olla äänessä ja omalla tavallaan ”esiintyä”. Jatkuva äänessä oleminen tietysti aika ajoin heikentää hetkeksi ääntä ja puheääni voi esim. lähteä hetkellisesti. Äänenkäyttämisessä eri tilanteissa sen kuitenkin tulee paranemaan.

Pari vastaajaa, jotka arvioivat äänensä paranevan merkittävästi, selittivät näkemystään myös äänenkäyttötaitojen paranemisella työkokemuksen yhteydessä. Vastaaja, joka näki äänensä päinvastoin heikkenevän merkittävästi, epäili, ettei hänen äänensä kestäisi opetustyön luonteen vaatiman intensiivisen äänenkäytön aiheuttamaa raskautta.

Tietoihin ja taitoihin liitettiin ne perustelut, joissa viitattiin yleisesti ääniergonomiaan tai joissa pohdittiin omia äänenkäytöllisiä tietoja tai taitoja. Vastauksissa korostui erityisesti

kokemus äänenkäyttötietojen ja -taitojen puutteellisuudesta niiden vastaajien kohdalla, jotka arvioivat äänensä heikkenevän jonkin verran tulevaisuudessa.

Koen, etten ole saanut tietoa äänenkäytön keinoista tarpeeksi.

...tällä tiedolla äänenkäytöstä ja opettajan työstä koen, että se saattaa tulla heikkenemään.

Osa tiedosti kuitenkin äänen hyvinvointiin liittyvien ennaltaehkäisevien toimenpiteiden tarpeen ja tärkeyden. Yksi vastaaja kuitenkin pohti, että vaikka hän hoitaisi ääntään hyvin, se voisi silti heiketä.

Ei muutoksia -vastanneiden keskuudessa korostui näkemys siitä, että äänihuollolla voi edistää äänen hyvinvointia, kunhan sitä toteutettaisiin säännöllisesti. Tarkemmin mainittiin terveitä elämäntapoja ja kykyä käyttää ääntänsä hyvinvoinnin näkökulmasta vastuullisesti. Pari vastaaja ei osannut arvioida äänensä muutosta, mutta ei kuitenkaan uskonut sen muuttuvan rajusti.

Uskon että mahdollisuus äänen heikkenemiselle on, mutta jos muistaa tehdä töitä äänen hyvinvoinnin eteen niin äänen pystyy pitämään kunnossa.

Ne vastaajat, jotka kokivat äänensä paranevan jonkin verran, korostivat säästeliästä äänenkäyttötapaa sekä harjoittelemisen ja opetuskokemuksen vaikutusta äänenkäyttötaitojen kehittymiseen. Osaamisen kertymisen osalta oltiin sitä mieltä, että ääni vahvistuu ja kehittyy, mitä enemmän sitä käytetään.

Saatuani lisää kokemusta opettajuuteeni pääsen myös kehittämään äänenkäyttöäni ja uskon, että harjoittelu auttaa minua kehittymään parempaan suuntaan äänen käyttäjänä.

Varmasti paranee, kun sen käyttöä harjoitellaan vuodesta toiseen.

Samansuuntaisia ajatuksia nousi niiltä, jotka arvioivat äänensä paranevan merkittävästi. Äänenkäyttökykyjen ajateltiin paranevan, sillä ongelmien nähtiin aiheutuvan nyt lähinnä esiintymis- ja opetustilanteisiin liittyvästä epävarmuudesta.

Henkilökohtaiset tekijät koskivat kaikkia väittämiä, joissa yksilölliset muuttujat saivat vastaajat näkemään äänensä tulevaisuutta tietynlaisena. Vastaajat, jotka arvioivat äänensä heikkenevän jonkin verran, nostivat henkilökohtaisiksi tekijöiksi terveysongelmiin liittyvän

äänioireileilun, epäoptimaaliset äänenkäyttötavat, kuten äänen korottamisen, sekä kokemukset äänensä herkkyydestä.

Koen, että käytän ääntäni väärin toisinaan. Puhun muutenkin melko kovaa, ja joskus puhun niin paljon/kovaa, että ääneni on kadonnut kokonaan muutamaksi päiväksi.

...ongelmia äänen kanssa, niin että ääni väsy helposti, esim. ääneen lukeminen tuntuu rasittavalta.

Vastaajat, jotka arvioivat, ettei heidän äänessään tulisi tapahtumaan muutoksia, mainitsivat perusteluina seuraavia henkilökohtaisia tekijöitä: oma työkokemus, uskomus oman äänen kestävydestä ja oman äänen luontainen vahvuus. Lisäksi esitettiin sitä näkökulmaa, ettei äänessä tähän mennessä ollut koettu tapahtuneen muutoksia. Jotkut heistä totesivat toisaalta äänensä välillä oireilevan tai, että he tiedostavat käyttävänsä ääntänsä aika ajoin huolimattomasti. Tähän liittyen osassa perusteluissa kuitenkin pohdittiin tulevaisuuden arviosta päinvastaista näkökulmaa, että jotain äänioireilua voisi kuitenkin myöhemmin ilmetä.

Käytän kyllä ääntäni hieman suojelemattomasti, joten voi kyllä hyvin olla, että tulee ääniongelmia.

Äänessäni ei ole aiemmin tapahtunut juurikaan muutoksia, vaikka se olisikin ollut koetuksella.

Henkilökohtaisena perusteena paranee jonkin verran -vastaajilla painottui vapaa-ajan väljempi äänenkäyttö äänen palautumiseksi. Vastaajilla, jotka arvioivat äänensä paranevan merkittävästi, taas näkivät jännityksen liittyvän vahvasti omaan äänen kuormitukseen, jolloin kokemuksen lisääntyessä jännitys ja täten äänen kuormitus hälvenevät.

Ulkoisia tekijöitä ja ryhmänhallintaa käsittävät vastaukset koskivat kouluympäristön ominaisuuksia ja vuorovaikutustilanteita, joilla on vaikutusta äänen jaksamiseen. Vastaajat, jotka arvioivat äänensä heikkenevän jonkin verran, selittivät arviotaan luokkatilojen huonolla akustiikalla, äänen käyttämistä luokanhallinnallisena työkaluna sekä oppilaiden käyttäytymisongelmiin puuttumisella. Ei muutosta -vastanneet perustelivat, että ääntä voi käyttää säästeliäästi. Lisäksi korostettiin opettajan henkilökohtaista tapaa ylläpitää auktoriteettia luokassa sekä oppilaiden tottumusta tiettyyn auktoriteettitasoon. Eräs vastaaja, joka arvioi äänensä heikkenevän merkittävästi, pohti, että työrauhan ylläpito heijastuisi radikaalisti hänen äänensä hyvinvointiin.

4.3.2. Ajatukset tulevaisuudesta äänityöläisenä

Osa vastanneista luokanopettajaopiskelijoista ilmaisi suoranaista jännitystä tai epävarmuutta äänensä tulevaisuudesta (N = 14). Äänen kestävyys saattoi huolestuttaa, vaikka ei olisi suoraan koettu haasteita äänen hyvinvoinnin kanssa tai pohdittu äänen merkityksellisyyttä työssä aiemmin. Osa vastaajista totesikin, ettei vielä tässä vaiheessa ollut kokenut tarvetta huoltaa ääntään. Toiset taas raportoivat kokeneen jo tietoisesti tarvetta säädellä ääntään säästääkseen sitä kuormittumiselta. Mieltä painavia ajatuksia herättivät muun muassa koulurakennusten sisäilman laatu, kasvavat ryhmäkoot sekä tiedon puute äänenhuollon keinoista ja tärkeydestä. Vastaajat saattoivat kokea edellä mainittuja tekijöitä uhkana, vaikka luottaisivatkin yleisesti äänensä kestäväen kuormittumista. Yleisestä tulevaisuuden jännityksestä huolimatta arveltiin, että äänenhuollolla olisi mahdollista suojata ääntä ja tiedostettiin äänenhuollon tarvetta. Osa vastaajista kuitenkin pohti myös äänenhuoltoon liittyvän teoriatiedon integroitumista käytännön tasolle ja yksilön omaa vastuuta äänen hyvinvoinnista.

Vähän pelottaa oman äänen hyvinvointi. Vaikka on saatavilla aiemminkin mainitsemiani neuvoja jne. niin se, että niitä pitäisi kuitenkin joka päivä aktiivisesti käyttää. Mietityttää onko se mahdollista.

Äänen hyvinvoinnin kannalta tulevaisuus opettajana kuulostaa hieman huolestuttavalta, mutta ääntä tulee säädellä ja huoltaa tarvittaessa itse.

Yksi vastaaja raportoikin, ettei huolla ääntään puhtaasti laiskuuden takia. Toinen taas pohti, ettei hänen äänensä kestäisi hyvästä äänihuollosta huolimatta.

Osa ajatuksista kallistui neutraalimpaan suuntaan (N = 23). Vastaajia saattoi mietityttää äänen hyvinvointi, mutta siihen ei suhtauduttu ainakaan vielä vakavasta. Mahdolliset ääniongelmat ja äänen huoltaminen nähtiin pikemminkin kaukaisena tulevaisuuden ongelmana.

En ole juurikaan joutunut tähän astisissa opetuskokemuksissani ajattelemaan äänenkäyttöä, mutta se voi tulla tulevaisuudessa vastaan, jos sen kanssa tulee ongelmia.

En koe suurempaa huolta äänestäni ainakaan nyt tulevaisuutta ajatellen.

Oon pohtinut tulevaisuutta äänityöläisenä, mutta pääosin luotan siihen, että ääneni kestä. Toki välillä mieltii, että mitä jos ei kestäisikään.

Toisinaan vastauksissa pohdittiin, ettei uskota, että äänessä tapahtuisi pysyviä muutoksia ja se kestäisi, varsinkin, jos äänestä pitää huolta. Selitykseksi esitettiin, että äänessä olisi tapahtunut muutoksia suuntaan tai toiseen jo aikaisemmin. Samalla kuitenkin tiedostettiin, että

heikkenemisen mahdollisuus on olemassa ja toivottiin, ettei ääni kuluisi liikaa ja vahvistuisi heikkenemisen sijaan. Yksi vastanneista oli sitä mieltä, että hän ehdisi tehdä muutosta, jos huomaisi äänensä heikkenevän. Osan vastaajista oli vaikea arvioida tarvetta äänenhuoltoon, sillä äänessä ei ollut vielä koettu muutoksia esimerkiksi vähäisen opetuskokemuksen takia. Jotkut vastanneista näkivät tulevaisuuden neutraalina myös siksi, että luottivat äänensä kestämiseen yksinkertaisesti siksi, että kokivat intensiivisen äänenkäytön itselleen luonnollisena.

Koen kuitenkin, että oman äänen jaksamiseen ja hyvinvointiin voi vaikuttaa.

En juuri huolla ääntäni, koska koen, että se pysyy tarpeeksi kunnossa eikä aiheuta suuria ongelmia.

Yksi vastaaja muisteli välillä pohtineensa äänensä tulevaisuutta, sillä muistaa oman opettajansa vaatineen oppilailta hiljaista työskentelyä palattuaan sairauslomalta. Toisessa vastauksessa taas todettiin, että huoli herää lähinnä silloin, kun ääni alkaa oireilla. Yksi vastaaja toivoi löytävänsä tulevaisuudessa muitakin keinoja ylläpitää työrauhaa kuin omalla äänellään. Osa vastaajista esitti myös kaipaavansa lisää koulusta äänen hyvinvoinnista ja totesi, että ehkä äänenhuoltoon voisi kiinnittää huomiota jo nyt. Joissakin vastauksissa huomattiin, että opettajan on tehtävä ja muistettava paljon, jolloin äänen hyvinvointi voi jäädä vähemmälle huomiolle.

...opettajat tarvitsisivat äänen hyvinvointiin tukea ja ohjeita. Tuntuu, että kaikki eivät tiedä oikeita tapoja huoltaa ääntänsä tai avata sitä aamuisin eikä välttämättä ole aikaa keskittyä sellaiseen.

Ei ole tullut mieleenkään rajata esimerkiksi puheen määrää oppitunnin aikana siitä syystä, ettei ääneni kuormittuisi liikaa vaan vaihtoehtoisten opetusmenetelmien vuoksi.

Äänen tulevaisuutta nähtiin myös hyvin positiivisessa valossa (N = 2). Vaikka äänen säästeliäs käyttö opetustyössä ei onnistuisi vielä tässä vaiheessa aina, oletettiin taitojen kehittyvän harjoittelemalla. Vastauksissa kerrottiin innostuksesta käyttää ääntä opetuksessa, eikä nähty sen rasittuvan intensiivisessäkään käytössä.

Koen, että on hyvä asia, että opettaja käyttää opetuksessaan ääntänsä, eikä opetus tapahdu esimerkiksi vain videoiden tai kirjan lukemisen kautta.

Minusta on ihanaa käyttää ääntäni ja saada opettaa myös lapsia käyttämään omaa ääntään.

4.3.3. Valmiudet äänityöläisyyteen

Tutkimuksessa arvioitiin vastanneiden luokanopettajaopiskelijoiden valmiuksia heidän mainitsemien äänenhuoltokeinojen avulla (ks. kuvio 10). Suurin osa vastanneista ei kokenut tietävänsä aiheesta riittävästi tai tunnusti, ettei tee mitään huoltavia toimenpiteitä äänellensä. Osa vastaajista (N = 7) ei osannut nimetä yhtäkään äänenhuollollista keinoa. Toinen osa vastanneista (N = 41) osasi nimetä yhtä tai useampaa äänenhuollollista keinoa, vaikkakin yli puolet heistä (N = 23) raportoi, ettei huoltaisi ääntään, tai arvioi tietojaan puutteellisiksi ja olemattomiksi.

Ääniergonomia on minulle melko vieras käsite, enkä tunne juurikaan keinoja ylläpitää äänen hyvinvointia. Myös oma äänen huoltaminen jää usein hyvin vähälle.

Yli puolet vastanneista mainitsi äänelle ideaalia puhetapaa (N = 23). Näihin laskettiin vastaukset, joissa ääntä luonnehdittiin käyttämään huolellisesti ja säästeliäästi niin, ettei se vaurioidu. Vastauksissa korostettiin, että on puhuttava selkeästi ja omalle äänelle tyypillisesti. Huutamisen, kuiskaamisen sekä epätavallisten äänenkorkeuksien kuormittavaa vaikutusta ääneen tiedostettiin, ja jatkuvaa voimistamista ja turhaa rykimistä pyrittiin rajoittamaan. Lisäksi mainittiin, että yleisestä terveydestä on pitävä huolta, ettei tarvitsisi puhua kurkkukivussa tai muutoin rasittaa elimistöä, jolloin äänen tuottaminen voisi tuntua ikävältä.

Omat keinoni äänestä huolehtimiseen on vain se, etten turhaa korota ääntäni vaan pyrin puhumaan normaalilla äänenvoimakkuudella aina opettajana toimiessani.

Luokanhallinnallisilla keinoilla (N = 22) tarkoitettiin sitä, että luokassa opetellaan puhumisen ja kuuntelemisen kulttuuria. Vastauksissa painotettiin, että olisi tärkeää painottaa oppilaille, milloin heidän pitää hiljentyä. Ääntä säästäviksi keinoiksi mainittiin esimerkiksi yhteinen taputusrytmi, käsimerkki tai kellonsoitto. Lisäksi korostettiin opetuksen suunnittelun merkitystä äänen säästämiseksi – esitettiin, ettei opettajana tarvitsisi olla aina itse äänessä vaan opetus voi olla myös oppilaslähtöistä.

Ei kannata lähteä taistelemaan äänen kanssa, eli yrittää korottaa ääntä oppilaiden yläpuolelle, jos he mekastavat. Mieluummin käyttää muita työrauhan saamisen keinoja.

Myös sillä, ettei koko oppituntia olisi itse äänessä vaan antaisi myös oppilaiden puhua mahdollisimman paljon.

Nesteyttämisen helpottava vaikutus äänen hyvinvointiin nousi useasti esiin (N = 19). Riittävää nesteytystä oli vastaajien mielestä saatava säännöllisesti, erityisesti opetuksen välissä, jotta äänihuulet pysyisivät kosteina. Useat vastaajat mainitsivat vesipullon olevan aina mukana, varsinkin jos tiedettiin, että tullaan puhumaan päivän aikana paljon. Pari vastaajaa esitti kuumien juomien nauttimisen olevan äänielimistölle hyväksi. Arvioitiin myös, että kosteuttavaa vaikutusta olisi mahdollista aikaansaada myös kurkkupastilleilla ja höyryhengittämällä.

Äänen jaksamista voi ylläpitää muistamalla juoda tarpeeksi ja tasaisin väliajoin eli kosteuttaa kurkkua.

Osa vastaajista nosti äänilevon ja palautumisen merkityksen äänen hyvinvoinnille (N = 13). Vastauksissa korostui tarve rajoittaa puhejaksojen kestoja sekä taukojen pitämisen ja sairauksista täydellisen toipumisen merkitystä. Arvioitiin, että äänen palautumiseksi olisi pysyttävä ajoittain hiljaa, niin työpäivän aikana kuin myös jälkeen.

Varmaan pitää olla hiljaa ainakin, jos tuntuu ettei tule ääntä...

Jos on ollut hyvin ääntä rasittava päivä, niin en rasita sitä tahallani liikaa enää työpäivän jälkeen.

Vastauksissa eriteltiin myös erilaisia apuvälineitä äänen kestävyuden tukemiseksi (N = 13). Vastaajat ehdottivat näihin muun muassa kelloja, pillejä tai triangeleita. Puheen tuottamisen sijaan myös kehoa, kuten taputusrytmejä, ehdotettiin äänen tuottamiseen oppilaiden huomion saamiseksi.

Vastaajat mainitsivat myös joitakin ääniharjoituksia, joilla olisi mahdollista huoltaa äänielimistöä (N = 12). Harjoituksia, kuten äänen tuottoon osallistuvien lihasten hierontaa, käytettiin äänen lämmittelyyn, avaamiseen tai rentouttamiseen. Tähän liittyen esitettiin myös itsekseen puhumista, päristelyä, hymistelyä ja lauleskelua. Vastauksissa arvioitiin, että harjoituksia olisi tehtävä ainakin ennen merkittävää käyttöä, kuten laulamista, tai jopa päivittäin, esimerkiksi ennen opetuspäivää.

Varmaankin jonkinlainen äänenavaus aamuisin voisi olla hyvä asia...

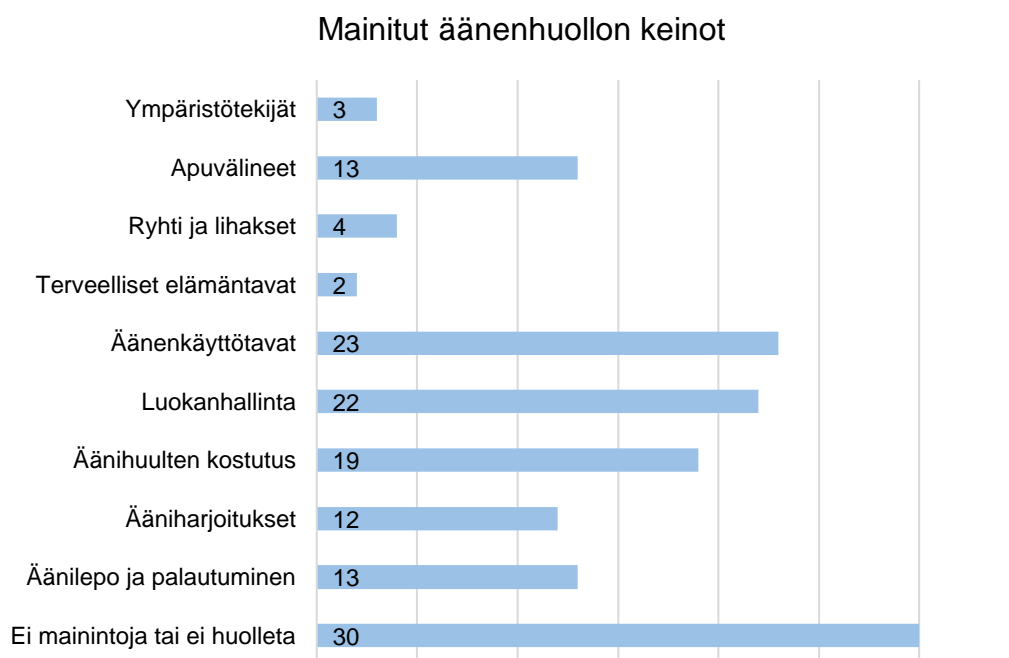
Lisäksi olen yrittänyt kehittää puheääntäni ergonomisemmaksi satunnaisten ääniharjoitusten avulla.

Vastauksissa oli mainintoja ryhdin ja lihasten huoltamisen merkityksestä (N = 4). Arvioitiin, että on huolehdittava oikeanlaisista asennoista, hyvästä ryhdistä ja yläkropan venyttelystä äänen hyvinvoinnin ylläpitämiseksi.

Äänentuotantoon ja käyttöön liittyvien lihasten huoltaminen (esim. voice massage).

Terveellisiä elämäntapoja (N = 2) ja ympäristötekijöitä (N = 3) mainittiin vain muutamia kertoja. Vastauksissa nostettiin päihteiden, kuten alkoholin, kuormittavaa vaikutusta ääneen. Ääni arvioitiin reagoivan kuivaan, kylmään, homeiseen tai pölyiseen ilmaan.

Yksi vastaaja ei eritellyt mitään tarkempaa tietoa tai keinoja äänenhuoltoon, vaan kertoi yleisesti tietävänsä paljon erilaisia keinoja ylläpitää äänensä hyvinvointia.



Kuvio 10. Äänenhuollon keinojen maininnat luokanopettajaopiskelijoiden vastauksissa.

Vastaajat eivät aina ottaneet äänensä jaksamista huomioon tunteja suunniteltaessa (N = 11). Siihen kerrottiin harvoin kiinnitettävän huomiota, koska esimerkiksi uskottiin, että ääni kestää. Yksi vastaajista kertoi uskovansa työelämässä kiinnittävän huomiota suunnitteluun.

Toiset taas mainitsivat tapoja, joilla he huomioivat äänensä jaksamista (N = 13). Jotkut vastanneista kantoivat tarkoituksella vesipulloa aina mukana, jotta siitä pystyisi hörppäämään tarpeen tullen. Yksi vastaaja kertoi suunnittelevan tunnille taukoja, jolloin pystyisi olemaan jonkun aikaa hiljaa. Osa miettii etukäteen selkeitä ohjeita siitä, milloin työskentely pitää lopettaa ja pysähtyä kuuntelemaan tai ajoitettiin puhumista hiljaisille hetkille, jotta ohjeiden

annon aikana ei olisi hälyääntä. Vastajat mainitsivat käyttävänsä myös erilaisia apuvälineitä ja vaihtoehtoisia huomionsaannin keinoja, kuten kuiskaamista tai kelloon osoittamista palauttaakseen työrauhaa. Liikuntaa opettaessa muistettiin ottaa pilliä mukaan tunnille. Ohjeita annettiin välillä myös kirjallisessa muodossa, jolloin ääni säästyy enemmän.

Jouduin flunssasta toipuvana ottamaan ääneni jaksamisen huomioon muutamana päivänä harjoittelussa, jolloin tein kattavammat ohjeistukset valmiiksi Word-tiedostona tai kirjoitin asioita taululle sen sijaan, että sanoisin itse kaiken ääneen.

Kolmen vastanneen luokanopettajaopiskelijan näkemys jäi hiukan epäselväksi. Yksi vastaaja totesi vain yleisluontoisesti, että suunnittelussa kannattaa huomioida oma ääni ja jättää tilaa hiljaisuudelle. Loput kaksi taas kertoivat, etteivät he tietoisesti huomioi äänensä jaksamista suunnittelussa, mutta käyttävät opetuksessaan satunnaisesti esimerkiksi apuvälineitä äänensä säästämiseksi.

Valmiuksien osalta tarkasteltiin myös vastanneiden luokanopettajaopiskelijoiden arvioita koulutuksen tarjoamasta tiedosta (ks. kuvio 11). Yli puolet vastaajista piti tietojään äänenkäytöstä ja -huollosta riittämättömänä (N = 31). Vastajat esittivät, että aihetta on käsitelty korkeintaan yhdellä tunnilla tai pelkästään parin kurssin sisällöissä ohimennen, vaikka aihe on joidenkin vastanneiden mielestä mielenkiintoinen ja tärkeä. Luonteeltaan opetusta pidettiin hyvin hajanaisena.

Ilmenee opetuksessa lähinnä luokanhallinnan ohjauksen kautta.

...eikä vähäinkään ohjaus ole välttämättä systemaattista vaan yksittäisten opettajien huomautuksia ja huolenpitoa.

Ohjausta on hyvin vähän, jos ollenkaan.

Osa vastanneista koki saaneen jotain tietoa aiheesta (N = 7), mutta heidän näkemyksensä tämän tiedon riittävydestä jäi neutraaliksi tai epämääräiseksi. Toisaalta jotkut vastaajista eivät tarkoituksella ottaneet kantaa asiaan, sillä he eivät kokeneet päässeensä vielä riittävän pitkälle opinnoissaan. Vastauksissa esitettiin, että yksittäisten kurssien sisällöissä aihetta on käsitelty, mikä on koettu hyväksi ja riittäväksi. Osa ei kokenut tarvetta käsitellä asiaa enempää.

Aina voinee parantaa. Tuntuu, että nykyisin äänen hyvinvointi ei ole asialistan kärjessä.

Useat vastaajat kuitenkin kaipasivat saavansa lisää koulutusta aiheesta (N = 23). Osa esitti, että äänenhuoltoa voitaisiin lisätä opetussuunnitelmaan systemaattisemmin ja näkyvimmin. Yleisesti mietittiin myös oman opintokokonaisuuden tai asiantuntijavierailun mahdollisuutta aiheesta. Toisaalta ehdotettiin, että tätä aihetta voisi kerrata opintojen myöhemmässä vaiheessa tai integroida useampien kurssien sisältöihin.

Äänenkäytöstä voisi olla oma demo.

Mutta mielestäni olisi tärkeää tarjota opiskelijoille äänenkäytön kurssi. Tämä voisi olla vaikka ihan vapaaehtoinen kurssi, mutta luulen, että sinne olisi silti paljon halukkaita.

Nyt sai perusteet äänenkäytölle, yksinkertaisimpia tekniikoita ja tunti herätti pohtimaan äänenkäyttöä. Kuitenkin yhden tunnin asiat unohtuvat nopeasti.

Mielestäni yhteistyötä logopedian opiskelijoiden kanssa olisi oikein produktiivista laajentaa, sillä he tarvitsevat usein harjoitus "potilaita" ja meille on hyödyllistä saada ammattilaisten vinkkejä äänenkäyttöön ja -huoltoon.

Edellä mainittu tyytymättömyys ei kuitenkaan ollut ainut näkemys, ja osa vastanneista arvioikin luokanopettajaopintojen tarjoamat tiedot riittäviksi (N = 7). Nämä vastaajat kokivat tarjolla olevan opetuksen hyödylliseksi ja riittäväksi.

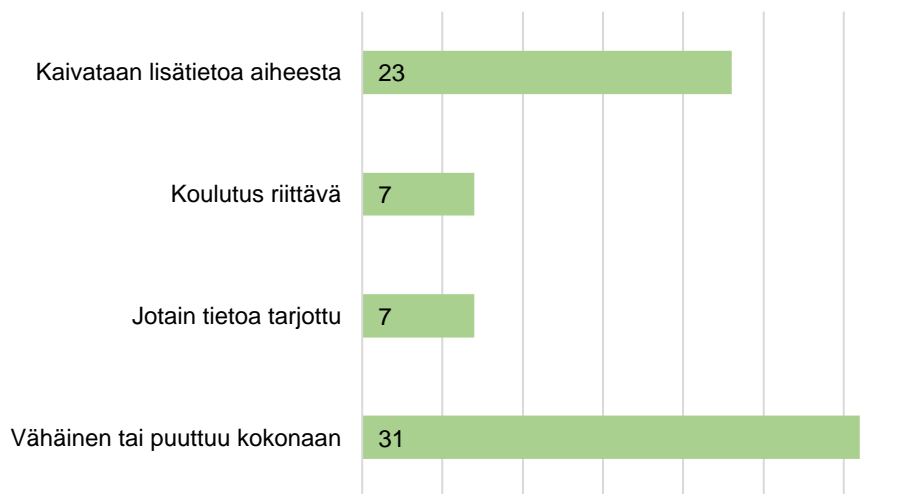
Minusta luokanopettajaopinnot antavat hyvät perustiedot äänenkäyttöön ja sen hoitoon työelämässä.

Yhdellä kurssilla harjoiteltiin äänen käyttöä ja puhuttiin siitä. Kyseisellä kurssilla opetus oli hyvää ja koin sen itselleni riittäväksi.

Toisaalta en myöskään koe tarvetta sisällyttää sitä opintoihin, ainakaan suuressa mittakaavassa. Ehkä opiskelijajärjestöt tai jokin muu vastaava taho voisi tarjota vapaaehtoisia tilaisuuksia, joissa käsiteltäisiin äänenkäyttöä.

Yksi vastaajista ei tiennyt, mitä vastata luokanopettajakoulutuksen tarjoamien opintojen riittävydestä.

Näkemykset opintojen äänikoulutuksen riittävydestä



Kuvio 11. Luokanopettajaopiskelijoiden vastausten jakautuminen sen mukaan, kuinka kattavaksi Turun yliopiston tarjoama äänikoulutus koettiin.

5. Pohdinta

5.1. Tutkielman päätavoite ja -tulokset

Tutkimuksen tavoitteena oli lisätä tietoa luokanopettajanopiskelijoiden äänen tilasta sekä heidän asenteistaan ja valmiuksistaan opettajan työn äänivaatimuksista. Lisäksi osaltaan tarkoitus oli herätellä luokanopettajaopiskelijoiden tietoisuutta äänenkäytön ja äänen hyvinvoinnin tärkeydestä opettajan työssä. Tutkimusaihe koettiin merkitykselliseksi, koska sekä luokanopettajilla, että opettajaopiskelijoilla on suurempi alttius äänioireille ja -ongelmille (Simberg ym., 2004). Aiemmat tutkimustulokset osoittavat myös, että luokanopettajaksi opiskelevien keskuudessa äänioireet ovat yleisiä (Shuxiu ym., 2022). Toisaalta tietämys ongelmista, niiden vakavuudesta ja ennaltaehkäisystä on oletettu olevan rajallista (Thomas ym., 2006; Britschgi & Sellman, 2017).

Äänen tilan osalta enemmistö luokanopettajaopiskelijoista sijoittui VHI-pisteiden perusteella vähäisen haitan kategoriaan. Tämä tutkimustulos osoittaa, että luokanopettajaopiskelijat eivät kokeneet äänestään psykososiaalista haittaa, mikä on linjassa aiemman tutkimuksen kanssa (Britschgi & Sellman, 2017). Ylipäättään vain kahdeksan raportoi aikaisemmista ääniongelmista, eikä kukaan heistä ollut hakeutunut ammattilaisen apuun. Tämä tulos on vastasi aiempia tutkimuksia hoitoon hakeutumattomuudesta (Thomas ym., 2006). Aiemmat kokemukset ääniongelmista ja korkeat VHI-pisteet eivät olleet linjassa keskenään, ja vain yksi kahdeksasta ääniongelmia raportoineesta luokanopettajaopiskelijoista sijoittui VHI-pisteillään kohtalaisen haitan ryhmään. Tämä vastaa näkemystä ääniongelmiensa yksilöllisestä merkityksestä äänenkäyttäjälle (Stemple ym., 2018, s. 2) – häiriöisyyden kokemus saattaa olla hyvin subjektiivinen riippuen äänenkäyttäjän omista äänenkäyttötarpeistaan. Toisaalta alhaiset VHI-pisteet, vähäiset raportoinnit ääniongelmista ja hoitoon hakeutumattomuus saattavat osaltaan puoltaa aiempaa tutkimusta siitä, ettei oireita koeta tarpeeksi vakaviksi tai ongelman olemassaoloa tiedosteta (Thomas ym., 2006).

Opetustyön äänivaatimuksia tarkasteltiin monipuolisesti. Luokanopettajaopiskelijat arvioivat äänen merkitystä opetuksessa valtaosin erittäin tärkeäksi ja korostivat sen käyttöä niin työvälineenä kuin luokanhallinnallisena työkaluna. Mielenkiintoinen toistuvasti esitetty huomio oli, että opettaja voi itse vaikuttaa äänensä kestävyteen ottamalla sitä huomioon opetusta suunniteltaessa. Osa vastanneista opiskelijoista arvioi työn vaativan ääneltä paljon ja linkitti sen oireilua työssä jaksamiseen sekä ennaltaehkäisevän äänenhuollon tarpeeseen. Vaikka luokanopettajaopiskelijat näyttivät tätä taustaa vasten tiedostavan hyvin opetustyön

äänivaatimuksia, silti yli 40 % luonnehti omaa äänenkäyttötapaansa kokonaisvaltaisesti hyvinkin kuormittavaksi tai ajoittain epäkäytännölliseksi. Puolet vastanneista kuvailivatkin kokemustaan äänensä kuormittumista erittäin häiritseväksi tai hetkittäin voimakkaaksi. Äänen jaksamiseen vaikuttavista tekijöistä eniten huomiota saivat ryhmänhallintaan ja työrauhaan liittyvät tekijät sekä eri oppiaineiden, erityisesti taito- ja taideaineiden, opetukseen liittyvät erityispiirteet.

Luokanopettajaopiskelijoiden ajatuksissa ja valmiuksissa äänityöläisyyteen ilmeni epävarmuutta. Yli puolet vastanneista luokanopettajaopiskelijoista arvioivat, että heidän äänensä tulisi heikkenemään jonkin verran. Tätä näkemystä perusteltiin erityisesti opetustyölle ominaisella intensiivisellä äänenkäytöllä sekä puutteellisella tiedolla äänenkäytön ja -huollon osalta. Yli neljäsosa vastanneista pohti äänensä pysyvän samana, ja tätä selitettiin erityisesti yksilöllisillä tekijöillä, kuten luottamuksella oman äänensä vahvuuteen. Useat luokanopettajaopiskelijat ilmaisivat huolta tai mieteliäisyyttä äänensä kestävyydestä, mutta toisaalta he eivät ainakaan vielä olleet suhtautuneet siihen erityisen huolestuneesti. Useissa vastauksissa esitettiin, ettei äänenhuoltoon yleisesti koeta vielä tässä elämäntilanteessa tarvetta. Valmiuksia ajatellen merkittävä osa opiskelijoista koki tietonsa äänenkäytöstä vähäiseksi tai ilmoitti, ettei huolla ääntänsä lainkaan. Äänenhuollon yhteydessä eniten mainittiin käyttäjäystävällisiä äänenkäyttötapoja, luokanhallinnallisia menetelmiä sekä äänihuulten kosteuttamista. Vain pieni osa vastanneista opiskelijoista mainitsi ottavansa tietoisesti äänensä hyvinvointia huomioon opetusta suunniteltaessa. Luokanopettajaopintoja koettiin valtaosin riittämättömiksi äänityöläisyyteen valmistamisessa, ja vastauksissa toistuvasti esitettiin halua ja tarvetta lisäkoulutukseen.

5.2. Tulosten pohdinta ja johtopäätökset

Luokanopettajanopiskelijoiden äänen todellista tilaa ei tässä tutkimuksessa tarkasteltu, sillä siihen tarvittaisiin terveydenhuollon ammattilaisen arviointia. Sen sijaan osallistujien äänen tilaa tarkasteltiin itsearviointin, eli VHI:n, avulla. Tämän lisäksi kyselylomakkeessa kysyttiin aiemmista koetuista ääniongelmista ja niiden ajankohdasta, mutta niiden toistuvuutta ei sen tarkemmin määritelty. Ääniongelmiensa tarkkaa esiintyvyyttä ei näin voida objektiivisesti todeta, sillä kysymyksenasettelu ja itsearviointi olivat alttiita vaihteleville tulkinnoille ja vastaukset riippuivat siitä, kuinka todenmukaisesti omaa kokemusta oli osattu reflektoida. Voidaan pohtia, onko tulkinnanvaraisuus voinut vaikuttaa ylipäätään VHI-pisteisiin ja niiden alhaisuuteen tai siihen, etteivät aiemmat ääniongelmien ennustaneet korkeampia VHI-pisteitä.

Toisaalta mietityttää, voivatko korkeimmat pisteet saaneet opiskelijat olla yleisesti tietoisempia äänensä muutoksista.

Ylipäättään on syytä tarkastella, kuinka hyvin VHI-mittari itsessään soveltuu haittakokemuksen määrittämiseksi luokanopettajaopiskelijoiden keskuudessa. Ammattilaiset hyödyntävät tätä kyselyä arvioidessaan ääniongelmaisten potilaiden haittakokemuksia. Saattaakin olla, että ihmiset, joilla ei ole aiempaa tarttumapintaa ääniongelmistä tai äänen hyvinvoinnista, kokevat kyselyn sisältämät väittämät itselleen vieraiksi. Tästä voi olla erityisesti kyse silloin, jos aihe itsessään on vastaajalle uusi. Fyysinen ulottuvuus, joka käsitteli äänen konkreettisia ominaisuuksia ja siinä tapahtuvia muutoksia, sai tässä tutkimuksessa eniten pisteitä luokanopettajaopiskelijoiden keskuudessa. Toiminnallinen ja erityisesti emotionaalinen ulottuvuus saivat vähiten pisteitä, mikä voisi viitata siihen, että luokanopettajaopiskelijat kykenevät havainnoimaan äänessään ilmeneviä poikkeavuuksia paremmin kuin arvioimaan sen vaikutusta tunteisiin tai jokapäiväiseen elämään. Tätä tulosta tukee myös se, että äänen merkitystä opetuksessa tunnistettiin hyvin, mutta toisaalta omasta äänestä ei itse asiassa pidetty yhtä hyvin huolta eikä oltu erityisen huolissaan.

Puhelimen käyttöä koskevaa VHI-väittämää tarkennettiin esitestauksen perusteella ymmärrettävyyden parantamiseksi. Kyseinen väite voi osoittaa mittarin päivittämisen tarvetta, koska nykyään puhelimen käyttö voidaan mieltää enemmän sosiaalisen mediaan ja tekstimuotoisen viestintään. Äänioireet tai -ongelmat eivät oletettavasti vaikuta muuhun puhelimen käyttöön kuin puhuttuun viestimiseen. Väittämän tarkennuksesta huolimatta tulosten vääristyminen on mahdollista, mikäli osa vastanneista opiskelijoista arvioi sen kohdalla ylipäättään puhelimen käyttöä puheluiden puhumisen sijaan. Lisäksi T10-väittäjä, jossa piti ottaa kantaa ääniongelmaista aiheutuvaan tulojen menetykseen, ei saanut yhtään pisteitä tässä tutkimuksessa. Taloudellinen vaikutus ei ehkä ole opettajaopiskelijoille vielä tässä vaiheessa elämää kovin ajankohtainen tai, että kysymyksenasettelun ansiosta tätä väittämää saatettiin kokea tarkoitetuksi pelkästään äänioireisille.

Huomionarvoista on myös se, että osa aiempia ääniongelmia raportoineista opiskelijoista ilmoitti niiden alkaneen pelkästään ennen opintojen aloittamista, mutta ei jatkuneen sen jälkeen. Nämä opiskelijat olivat vasta opintojen alkuvaiheessa, joten on mahdollista, että ongelmat tulisivat jatkumaan tulevaisuudessakin. Toisaalta kahdella heistä oli ollut myös pidempiaikaista opetuskokemusta ennen opintoja, joten voi olla, että opettajaharjoittelut ovat sen verran lyhytaikaisia, ettei pitkittyneempää äänihaittaa niiden aikana ylipäättään ehdi

kehittyä. Tätä näkemystä intensiivisen äänenkäytön tilapäisyydestä ilmaisivat myös jotkut vastanneista opiskelijoista itsekin. Kohtalaista haittatulosta VHI:sta saaneet luokanopettajaopiskelijat olivat joko kandidivaiheen loppuvaiheessa tai maisterivaiheen alkuvaiheessa, mikä tukee aiempaa tutkimustulosta ääniongelmien kertymisestä (Britschgi & Sellman, 2017). Joukossa oli yksi varhaisemmassa opintovaiheessa oleva, mutta hän ilmoitti myös toistuvista ääniongelmista, mikä olisi voinut vaikuttaa haittakokemuksen aikaistumiseen.

Luokanopettajaopiskelijoiden näkemykset omasta äänenkäytöstä ja äänen tulevaisuudesta olivat ristiriitaisia. Aiemman tutkimuksen mukaan opettajat, jotka kärsivät ääniongelmista, reagoivat herkemmin opetusympäristön ääntä kuormittaviin tekijöihin, ilmoittavat kokevansa enemmän epämukavuutta äänensä kanssa sekä jäävät helpommin pois töistä kuin ääniterveet kollegansa (Lyberg-Åhlander, Rydell, Löfqvist, Pelegrin-Garcia & Brunskog, 2015). Ottaen huomioon niin epidemiologista kuin kliinistä näyttöä opettajien haavoittuvuudesta ääniongelmille (mm. Morton & Watson, 2001) oli yllättävää, että pari ääniongelmaa raportoinutta opiskelijaa, joista toisen VHI-pisteet ylettyivät myös kohtalaisen haitan tasolle, arvioivat äänensä tulevaisuutta positiivisesti. Vaikka haitan kokemus vaihteli yksilöittäin, opiskelijoiden näkemykset saattavat viitata siihen, ettei ongelmaa tiedosteta. Tämä herättää erityistä huolta, koska kahdeksan kahdestatoista opiskelijasta, joilla oli aiempia ääniongelmia ja kohtalainen haitta VHI-pisteiden suhteen, ilmoitti jättävänsä huomiotta äänensä huoltamisen tai koki, ettei tiedä tarpeeksi ääniergonomiasta.

Ylipäänsä tulosten perusteella vaikuttaa siltä, että luokanopettajaopiskelijoilla saattaa olla satunnaisista lähteistä poimittuja tietoja ääniergonomiasta. Nämä tietolähteet ovat kuitenkin hajanaisia ja yksittäisiä, jonka takia tietoa ei välttämättä koeta riittävän kokonaisvaltaiseksi, eikä osata tämän ansiosta siirtää sitä käytäntöön. Tulokset olivatkin ristiriitaisia siinä mielessä, että osa vastanneista opiskelijoista ei välttämättä kokenut huolta omasta äänen hyvinvoinnista, koska he uskoivat selviävänsä äänihuollon keinoin. Moni ilmaisi tiedostavansa ylipäänsä äänihuollon olemassaolon ja sen positiivisen vaikutuksen äänen hyvinvoinnille. Kuitenkin samalla useat ilmoittivat, etteivät he tiedä keinoja äänenhuoltoon tai eivät ainakaan vielä huolla ääntään, eivätkä ylipäätään ota ääntään huomioon opetusta suunnitellessaan.

Epäjohdonmukaisuus luokanopettajaopiskelijoiden omaksuman äänen hyvinvointiin liittyvän teorian ja käytännön välillä herätti hämmennystä. Kaikilla tutkimuksen osallistujilla oli takana

vähintään harjoittelukokemusta ja oletettavasti tämän olisi pitänyt antaa ainakin jotain käsitystä opetustyön todellisista äänivaatimuksista. Opiskelijat tiedostivatkin hyvin äänen merkitystä opetustyössä ja osasivat nimetä sen jaksamiseen vaikuttavia tekijöitä. Niiden osallistujien joukosta, jotka ottivat kantaa ääneensä luokkahuoneessa, korostui kuitenkin sen käytön epäkäytännöllisyys ja kuormittavuus. Tämä on linjassa aiemman tutkimuksen kanssa, jossa esitettiin, etteivät esimerkiksi erityisopettajat noudata hyviä äänenkäyttötapoja äänen kuormittumisesta riippumatta (Işık, Atalar, Alioğlu, Sağlam & Cangı, 2024).

Opiskelijat ilmaisivat useasti huoltaan yksittäisten häiriötekijöiden vaikutuksesta ääneensä, mutta työelämässä ja kouluympäristössä näitä tekijöitä voi olla samaan aikaan useita. Esimerkiksi pitkät puhejaksot, ympäristön korkea melutaso, stressi, terveyteen vaikuttavat infektiot ja allergiat, naissukupuoli, iän mukaan kertyvä äänielimistön kuormittuminen, taito- ja taideaineiden opetus sekä epäsuorasti opetettava luokka-aste ovat kaikki opettajien äänentilaan vaikuttavia riskitekijöitä (Morton & Watson, 2001). Tämä korostaa ilmiön merkitsevyyttä, sillä on tutkimusnäyttöä siitä, että luokkahuoneen riskitekijöiden lisääntyessä kasvavat myös opettajien äänioireiden määrä ja niistä koettu haittakokemus (Rantala ym., 2012).

Tällä hetkellä enemmistö vastanneista opiskelijoista koki luokanopettajakoulutuksen tarjoaman tiedon aiheesta vähäiseksi tai olemattomaksi. Useat myös esittivät haluavansa saada äänen hyvinvoinnista lisäkoulutusta. Yksi äänen hyvinvointia sivuava opintokokonaisuus ja opettajaharjoitteluissa sivutuotteena saatu tieto ei näytä riittävän ja opitut asiat näyttävät unohtuvan, kun niitä ei kerrata myöhemmässä vaiheessa opintoja. Valtavirrasta poiketen ne opiskelijat, jotka kokivat opetuksen riittäväksi, olivat pääosin opintojen varhaisessa vaiheessa. Heidän näkemyksiinsä saattoi vaikuttaa se, että äänenkäyttöä käsiteltävistä opinnoista ei ole kulunut vielä pitkä aika, joten tiedot ovat vielä tuoreesti muistissa. Toisaalta ongelma voi olla myös siinä, etteivät opiskelijat itse ole riittävän motivoituneita ja kiinnostuneita äänen hyvinvointiin liittyvistä teemoista ja suhtautuvat sen takia huolimattomasti opinnoissa tarjottuun tietoon. Osa vastanneista huomasikin keskittyvän enemmän opetustyön muihin aihealueisiin, kuten aineenhallintaan, kuin äänensä hyvinvointiin. Tämä on ymmärrettävää, sillä varsinkin uran alkuvaiheessa olevat opettajat saattavat keskittyä alkuun opettajaidentiteettinsä muotoutumiseen ja oppilaiden oppimiseen sekä hyvän opettaja–oppilassuhteen ylläpitämiseen.

Tarkoituksenmukaista on myös tarkastella luokanopettajaopiskelijoiden oma suhtautumista asiaan. Vaikka monia opiskelijoita saattoi mietityttää tai jopa huolestuttaa oman äänensä tilanne, tämä ei kuitenkaan ollut johtanut ennaltaehkäiseviin toimenpiteisiin – kynnys huoltaa ääntä oli jäänyt korkeaksi. Selvästi ilmaistun tiedon puutteen lisäksi luokanopettajaopiskelijat näyttivät vain luottavansa äänensä kestävyuteen, erityisesti, jos voimakas äänenkäyttö oli henkilöille luonnollista tai äänen ei koettu oireilevan häiritsevästi. Thomasin ja kumppaneiden (2006) näkemystä tukien tämä löydös viittaa suoraan siihen, ettei ongelman mittakaavaa ymmärretä. Kiinnostavasti vastakkaisille näkemyksille saatettiin myös esitellä samaa perustelua. Esimerkiksi arveltiin, että työtä tehdessä ääni pysyisi samana tai jopa kehittyisi, kun sitä käytetään enemmän, kun taas toiset näkivät tämän johtavan äänen heikkenemiseen. Tämä osoittaa, että luokanopettajaopiskelijoiden välillä voi olla suurtakin vaihtelua tiedoissaan ja asenteissaan äänen hyvinvoinnista. Vaikka tutkimuksessa ei pyydetty opiskelijoita erittelemään, miksi he nimesivät tai käyttivät juuri tiettyjä äänen huoltamisen keinoja, tämä tieto olisi voinut kertoa enemmän siitä, kuinka hyvin äänen hyvinvoinnista omaksuttua tietoa ymmärretään ja osataan soveltaa.

Tämä kaikki korostaa entisestään opettajakoulutuksen tarjoaman opetuksen merkitystä opiskelijoiden äänihyvinvoinnin ylläpitäjänä. Vaikka työelämään siirryttäessä saatetaan oppia tiedostamaan äänityöläisyyden vaikutusta äänen hyvinvointiin, se voi olla erityisesti äänen osalta riskiryhmiin kuuluville epämiellyttävä ja jopa koko uraa uhkaava yllätys. Luokanopettajakoulutuksen puitteissa olisi mahdollista valmistaa tulevia opettajia mahdollisiin oireiluihin ja ongelmiin jo hyvissä ajoin, jotta pahemmilta, pitkittyneiltä tai jopa pysyviltä seuraamuksilta äänelle voitaisiin välttyä.

5.3. Menetelmän luotettavuus ja eettisyys

Tutkimuseettinen neuvottelukunta (TENK) yhdessä suomalaisen tiedeyhteisön kanssa on luonut tutkimuseettisen ohjeen eli hyvät tieteelliset käytännöt (HTK). Tämä ohje pyrkii edistämään vastuullista tutkimusta ja hyvää tieteellistä käytäntöä. HTK:n mukaan tutkimuksen luotettavuuden ja eettisyyden takaamiseksi tulee ottaa huomioon tieteellisen tiedon kriteerit sekä pyrkiä noudattamaan niiden mukaisia, eettisesti kestäviä tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä. Tutkimuksen tulee täyttää tietyt tieteellisen tiedon laadun ja työskentelyn vaatimukset koskien muun muassa tekijänoikeuksia, tutkimuslupia, vastaajien anonymiteettiä ja huomioimista sekä tutkimuksen avoimuutta ja vastuullista tiedeviestintää koskevia seikkoja. (TENK, 2023.)

Tutkimukseen osallistuminen perustui täysin vapaaehtoisuuteen, ja vastaamisen keskeyttämiseen oli mahdollisuus missä kohtaa tahansa. Kyselyyn vastaaminen tapahtui anonymisti, eikä yksittäisiä vastaajia voitu tunnistaa vastausvaiheessa tai myöhemmin raportoitujen tulosten perusteella. Tutkimuksessa kerättiin vain tutkimustyöhön toteuttamisen kannalta täysin välttämättömiä henkilötietoja, ja raportointivaiheessa tuloksia ajatellen tarpeettomaksi todetut henkilötiedot jätettiin erittelemättä anonymiteetin turvaamiseksi.

Tutkimusprosessin aikana käytettiin tietoturvallisia viestintä-, aineistonkeruu- ja aineistonkäsittelyohjelmia – yliopiston sähköpostiverkostoa, Webropol-kyselypohjaa ja Seafyle-pilvipalvelua. Tutkimusaineistoa säilytettiin ja tarkasteltiin tutkimuksen aikana ja sen valmistuttua niin, että vastaajien yksityisyys voitiin taata. Tutkimusprosessin päätyttyä myös aineiston hävityksestä huolehditaan asianmukaisesti. Aineistonkeruuta edelsi tietosuojailmoituksen laadinta ja sen toimittaminen tutkittaville yhdessä muun tutkimusta koskevan informaation kanssa. Tiedottamalla vastaajia tutkimuksen tarkoituksesta ja prosessin etenemisestä pyrittiin osallistumisesta tekemään mahdollisimman vaivatonta.

Luotettavuuden vahvistamiseksi kyselyssä teetettiin Voice Handicap Index sellaisenaan, sillä kyseessä on ennalta validoitu mittari. Kyselyn avoimet kysymykset suunniteltiin Voice Handicap Indexin ja muun aiemman tutkimuksen pohjalta. Kysymykset esiteltiin ja saadun palautteen mukaan muovattiin niiden asettelua helpommin ymmärrettäviksi vahvistaen siten myös tutkimuksen luotettavuutta. Käsiteltävät tiedot liittyivät läheisesti tutkittavien kokemuksiin terveydentilastaan, joten osallistujia ohjeistettiin kiinnittämään huomiota Voice Handicap Indexistä saamiinsa pisteisiin. Huomionarvoista oli, ettei VHI:llä kuitenkaan ole diagnoosiin johtavaa arvoa, mikä tuotiin myös osallistujille ilmi.

Ainoastaan oikein täytetyt lomakkeet otettiin huomioon tulososiota varten.

Kyselylomakkeessa havaittiin puutteelliset vastausvaihtoehdot VHI:n toisen väittämän ”Minulta loppuu ilma, kun puhun” kohdalla, ja tästä syystä viisi ensimmäistä vastaajaa jätettiin pois tarkastelusta ensimmäisen tutkimuskysymyksen osalta. Myöhempien vastaajien osalta lomakkeen puuttuva tieto korjattiin, joten loppu aineisto todettiin tulkintakelpoiseksi.

Vaikka VHI on ennalta validoitu mittari, on sen soveltuvuutta syytä kyseenalaistaa. VHI ei välttämättä ole tuttu työkalu kaikille osallistujille, ja se perustuu kuitenkin vastaajien omaan itsearviointiin. Mittarin tarkoitusta ja taustaa avattiin kyselylomakkeessa, mutta on silti mahdollista, että sen käyttöön liittyvät periaatteet eivät olleet täysin selviä. Siispä voidaan pohtia vaikutuksia tulosten luotettavuuteen – kuinka hyvin vastaajat hahmottivat mittarin

käyttötarkoitusta ja kuinka todenmukaisesti he ylipäättään kykenivät refleктоimaan oman äänensä tilaa.

Osallistujien pyrkimystä antaa sosiaalisesti suotavia tai tutkijoita mahdollisesti miellyttäviä vastauksia ei voida täysin poissulkea. Nämä pyrkimykset voivat vääristää saatuja tuloksia tiettyyn suuntaan samoin kuin tutkijoiden tekemä tulkinta niistä. Esimerkiksi sitaattien tarkoituksena oli edustaa erilaisia näkökantoja mahdollisimman monipuolisesti, mutta lukijalle voi silti syntyä niistä yksipuolinen vaikutelma. Lisäksi aineisto oli laadulliselle tutkimukselle suuri ja vastaukset tiettyihin tutkimuskysymyksiin saattoivat löytyä kyselylomakkeen eri kohdista, mikä haastoi aineiston analysointia. Vaikka vastauksia käsiteltiin vastuullisesti, systemaattisesti ja tarkasti, on myös huomioitavaa, että avoimista kysymyksistä kvantifioidut tiedot ovat suuntaa antavia, sillä ne perustuvat tutkijoiden omiin tulkintoihin luoduista kategorioista. Lisäksi on merkittävää huomioida, että kaikki vastaajat eivät käsitelleet kaikkia tuloksissa esiintyviä aihealueita, koska avoimet kysymykset mahdollistivat heille vastata niin lyhyesti tai laaja-alaisesti kuin halusivat. Tämän seurauksena osalla vastaajista esiintyi enemmän käsiteltyjä teemoja vastauksissaan, kun taas toisten vastauksissa saattoi olla vain yksi raportoitava tieto. Päätävältä vastausten laajuudessa ja sisällöissä oli tarkoituksenmukaista, koska pyrittiin saamaan selville luokanopettajaopiskelijoiden välittömät ajatukset ilman syvällistä paneutumista aiheeseen.

Tutkimuskysely valikoitui tiedonkeruumenetelmäksi laajemman otoskoon ja vastaamisen helpouden mahdollistamiseksi. Lisäksi kyselyn avulla voitiin luoda vastaustilanne, jossa vastaajat saavat mahdollisuuden harkita vastauksiaan itsenäisesti ilman häiriötekijöitä tai ulkopuolista painetta. Kuitenkin on myös syytä kyseenalaistaa kyselyn soveltuvuutta laadullisen tutkimuksen alalla. Haastattelu olisi voinut mahdollistaa syvällisemmän, yksityiskohtaisemman ja monipuolisemman aineiston keräämisen. Toisaalta otoskoko olisi voinut jäädä kyselyä suppeammaksi ja tällöin vaikuttaa tulosten yleistettävyyteen. Haastattelussa mahdolliset epäselvyydet ja väärinkäsitykset olisi myös voitu korjata välittömästi. Vaikka vastaajilla oli mahdollisuus esittää kysymyksiä sähköpostitse ja kyselyn yhteydessä, se ei välttämättä taannut väärinymmärrysten täsmällistä korjaamista.

5.4. Tutkielman merkitys ja jatkotutkimusehdotukset

Tutkimuksen tarkoituksena oli osallistua käynnissä olevaan keskusteluun opettajien ja opettajaksi opiskelevien äänestä ja sen hyvinvoinnista. Tutkimustulokset olivatkin äänen hyvinvointiin liittyvän osaamisen puolesta mieltä painavia, mikä korostaa tarvetta kiinnittää asiaan huomiota jo opettajauran ja -koulutuksen varhaisessa vaiheessa. Oppimis- ja työympäristön tarjoama tuki on ratkaisevaa opetuslalla äänen hyvinvoinnin edistämisen osalta.

Opettajan ammatin avaintaitoja kartoittavassa Moniulotteisessa opettajan osaamisen prosessimallissa (MAP) yksi keskeinen osaamisalue on ammatillinen hyvinvointi. Siihen sisältyy muun muassa opettajan työhyvinvointi, joka käsittää tyytyväisyyttä ja motivaatiota opetustyötä kohtaan, sekä resilienssi, eli opettajan kyky sopeutua paikoin haasteellisissakin ammatillisissa tilanteissa ja tunnistaa omia vaikutusmahdollisuuksiaan. Lisäksi malliin on sisällytetty persoonalliset orientaatiot, joiden yksi ulottuvuus on opettajan ymmärrys itsestään ammatillisena toimijana eli opetustyöhön liittyvä identiteetti. (Metsäpelto, Poikkeus, Heikkilä, Heikkinen-Jokilahti, Husu, Laine, Lappalainen, Lähteenmäki, Mikkilä-Erdmann & Warinowski, 2020.) Äänen hyvinvointi onkin suorassa yhteydessä kokemuksiin työhön sitoutumisesta, sillä äänen kanssa kohdatut ongelmat heijastuvat nopeasti niin opettajien työkykyyn kuin oppilaiden saaman opetuksen laatuun (Morton & Watson, 2001). Äänityöläisinä opettajien onkin tietoisesti panostettava ääniterveytensä edistämiseen, mutta se ei toteudu, jos tietoa aiheesta ei hallita tai osata soveltaa sitä käytäntöön. Ääni on myös itsessään olennainen osa opettajan identiteettiä, sillä sen avulla ei ainoastaan välitetä ajatuksia ja tietoja, vaan myös viestintämuoto ratkaisee, kuinka hyvin oppilaat omaksuvat ne ja edistääkö se heidän oppimistaan (Evans & Savage, 2018, s. 11, s. 46–47).

Jatkotutkimusta ajatellen olisi kiinnostavaa tutkia luokanopettajaopiskelijoiden äänen tilaa suuremmalla otoksella ja lisätä siihen myös terveydenhuollon asiantuntijan arviota kokonaisvaltaisemman ja kattavamman kuvan saamiseksi. Lisäksi olisi mielenkiintoista nähdä, saisiko haastattelemalla syvempää ja tarkoituksenmukaisempaa tietoa äänityöläisyyteen liittyvistä mielikuvista ja tunteista. Muutoksen aikaansaamiseksi olisi kiinnostavaa toteuttaa myös laajamittaista ja pitkäkestoista interventiotutkimusta, jossa äänenhuoltoon ja -hyvinvointiin liittyvää tietoa voitaisiin integroida systemaattisemmin opettajakoulutuksen opintoihin.

Lähteet

- Alaluusua, S. & Johansson, M. (2003). *Äänihäiriöiden aiheuttama psykososiaalinen haitta ja sen kuntoutuminen. Voice Handicap Index'n suomennoksen kokeilututkimus* [Logopedian pro gradu -tutkielma. Helsingin yliopisto, fonetiikan laitos].
- Britschgi, R. & Sellman, J. (2017). Opettajaopiskelijoiden äänioireet ja niiden yhteys koettuun psykososiaaliseen haittaan sekä arvioon omasta äänenlaadusta – eri opettajankoulutusalojen vertailu. *Puhe ja Kieli*, 37(2), 101–112.
- Cohen, L., Manion, L. & Morrison, K. (2018). *Research methods in education* (8. painos). New York: Routledge.
- Da Silva, K., Ribeiro, V.V., Santos, A.D.N., Almeida, S.B.S., Cruz, P.J.A. & Behlau, M. (2023). Influence of Teachers' Vocal Quality on Students' Learning and/or Cognition: A Scoping Review. *Journal of Voice*. <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2023.02.022>
- Evans, W. & Savage, J. (2018). *Using Your Voice Effectively in the Classroom* (1. painos). London: Routledge.
- Feng, S., Weng, C., Cai, S., Yang, Z., Wu, M. & Kang, N. (2022). The prevalence and risk factors for perceived voice disorders in public school teachers. *Laryngoscope investigative otolaryngology*, 7(3), 790–798. <https://doi.org/10.1002/lio2.803>
- Jacobson, B.H., Johnson, A., Grywalski, C., Silbergleit, A., Jacobson, G. & Benninger, M. (1997). The Voice Handicap Index (VHI): development and validation. *American Journal of Speech–Language Pathology*, 6, 66–70.
- Giannini, S.P.P., Latorre, M. do R.D. de O., Fischer, F.M., Ghirardi, A.C. de A.M. & Ferreira, L.P. (2015). Teachers' Voice Disorders and Loss of Work Ability: A Case-Control Study. *Journal of Voice*, 29(2), 209–217. <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2014.06.004>
- Ilomäki, I. (2008). *Opettajien ääneen liittyvä työhyvinvointi ja äänikoulutuksen vaikutukset* [Väitöskirja. Tampere University Press].
- Işık E.E., Atalar M.S., Alioğlu T., Sağlam T. & Cangı M.E. (2024) Special Education Teachers' Self-Assessed Voice Health Regarding Voice Use Habits. *Journal of Voice*. <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2024.01.006>

Lyberg-Åhlander, V., Haake, M., Brännström, J., Shötz, S. & Sahlén, B. (2015). Does the speaker's voice quality influence children's performance on a language comprehension test? *International journal of speech language pathology*, 17(1), 63–73.

<https://doi.org/10.3109/17549507.2014.898098>

Lyberg-Åhlander V., Rydell R., Löfqvist A., Pelegrin-Garcia D. & Brunskog J. (2015). Teachers' voice use in teaching environment. Aspects on speakers' comfort. *Energy procedia*, 78, 3090–3095. <https://doi.org/10.1016/j.egypro.2015.11.762>

Mattiske, J.A., Oates J.M. & Greenwood, K.M. (1998). Vocal Problems Among Teachers: A Review of Prevalence, Causes, Prevention, and Treatment. *Journal of Voice*, 12(4), 489–499. [https://doi.org/10.1016/S0892-1997\(98\)80058-1](https://doi.org/10.1016/S0892-1997(98)80058-1)

Metsäpelto, R-L., Poikkeus, A-M., Heikkilä, M., Heikkinen-Jokilahti, K., Husu, J., Laine, A., Lappalainen, K., Lähteenmäki, M., Mikkilä-Erdmann, M., & Warinowski, A. (2020). Conceptual framework of teaching quality: A Multidimensional Adapted Process Model of Teaching. <https://doi.org/10.31234/osf.io/52tcv>

Morton M. & Watson D.R. (2001) Voice in the classroom. A re-evaluation. Teoksessa P.H. Dejonckere (toim.), *Occupational Voice: Care and Cure* (s. 53–69). Kugler Publications.

Owens, R., Farinella, K. & Metz, D. (2015). Introduction to Communication Disorders (5. painos). Harlow: Pearson Education UK.

Owens, R., Metz, D. & Farinella, K. (2014). Introduction to Communication Disorders: a Lifespan Evidence-Based Perspective (5. painos). Pearson Education.

Patjas, M., Vertanen-Greis, H., Pietarinen, P. & Geneid, A. (2021). Voice symptoms in teachers during distance teaching: a survey during the COVID-19 pandemic in Finland. *European archives of oto-rhino-laryngology*, 278(11), 4383–4390. <https://doi-org.ezproxy.utu.fi/10.1007/s00405-021-06960-w>

Rantala, L.M., Hakala, S.J., Holmqvist, S. & Sala, E. (2012). Connections Between Voice Ergonomic Risk Factors and Voice Symptoms, Voice Handicap, and Respiratory Tract Diseases. *Journal of Voice*, 26(6), 819. <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2012.06.001>

- Roy, N., Merrill, R.M., Gray, S.D. & Smith, E.M. (2005). Voice Disorders in the General Population: Prevalence, Risk Factors, and Occupational Impact. *The Laryngoscope*, 115(11), 1988–1995. <https://doi-org.ezproxy.utu.fi/10.1097/01.mlg.0000179174.32345.41>
- Sala, E., Sihvo, M. & Laine, A. (2011). Ääniergonomia: toimiva ääni työvälteenä (2. painos). Helsinki: Työterveyslaitos: Työturvallisuuskeskus, Tampere: Tampereen yliopistopaino - Juvenes Print.
- Simberg, S., Sala, E. & Rönnemaa, A. M. (2004). A comparison of the prevalence of vocal symptoms among teacher students and other university student. *Journal of Voice*, 18(3), 363–368.
- Stemple, J. A., Roy, N. & Klaben, B. K. (2018). *Clinical Voice Pathology: Theory and Management* (6. painos). San Diego: Plural Publishing, Incorporated.
- Tutkimuseettinen tiedekunta (TENK): Hyvä tieteellinen käytäntö (HTK) <https://www.tenk.fi> (Viimeksi päivitetty 17.10.2023)
- Thomas, G., Kooijman, P.G.C., Donders, A., Rogier, T., Cremers, C.W.R.J., de Jong, F.I.C.R.S. (2007). The Voice Handicap of Student-Teachers and Risk Factors Perceived to Have a Negative Influence on the Voice. *Journal of voice*, 21(3), 325–336. <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2005.12.003>
- Thomas, G., de Jong, F.I.C.R.S., Cremers, C.W.R.J., Kooijman, P.G.C. (2006). Prevalence of Voice Complaints, Risk Factors and Impact of Voice Problems in Female Student Teachers. *Folia phoniatrica et logopaedica*, 58(2), 65–84. <https://doi.org/10.1159/000089609>
- Van Houtte, E., Claeys, S., Wuyts, F. & Van Lierde, K. (2011). The Impact of Voice Disorders Among Teachers: Vocal Complaints, Treatment-Seeking Behavior, Knowledge of Vocal Care, and Voice-Related Absenteeism. *Journal of voice*, 25(5), 570–575. <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2010.04.008>
- Vertanen-Greis, H., Loyttyniemi, E., Uitti, J. & Putus, T. (2022). Work ability of teachers associated with voice disorders, stress, and the indoor environment: A questionnaire study in Finland. *Journal of voice*, 36(6), 879. <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2020.09.022>

Vilkman, E. (2004). Occupational Safety and Health Aspects of Voice and Speech Professions. *Folia phoniatica et logopaedica*, 56(4), 220–253.

<https://doi.org/10.1159/000078344>

Ward, P.D., Thibeault, S.L. & Gray, S.D. (2002). Hyaluronic Acid: Its Role in Voice. *Journal of voice*, 16(3), 303–309. [https://doi.org/10.1016/S0892-1997\(02\)00101-7](https://doi.org/10.1016/S0892-1997(02)00101-7)

Liitteet

Liite 1. Sähköinen kyselylomake

Taustatiedot

*Sukupuoli **

Nainen

Mies

Muu

Vuosikurssi

1.

2.

3.

4.

5.

6. tai ylempi

Mitkä harjoittelut olet jo suorittanut?

Valitse kaikki suorittamasi harjoittelut.

Opettajana ja kasvattajana I

Opettajana ja kasvattajana II

Opettajana ja kasvattajana III

Teemaharjoittelu

Joku muu, mikä? _____

Onko sinulla opintojen ulkopuolista opetuskokemusta?

Ei

Kyllä

Kokemukset ja asenteet

Ääniongelmaalla tarkoitetaan äänen tuottamiseen liittyviä vaikeuksia, jotka voivat ilmetä esim. äänen käheytenä, jännittyneisyytenä tai vapinana, epänormaalina äänenkorkeutena tai sopimattomana, hallitsemattomana äänenvoimakkuutena. Myös kurkun tarpeeton selvittely, hengästyneisyys tai rykiminen voivat olla merkkejä ääniongelmaasta.

Huomioi, ettei ääniongelmaalla tarkoiteta puhetta koskevia häiriöitä, kuten erilaisia äännevirheitä tai änkytystä.

Oletko kokenut toistuvia ääniongelmia?

En

Kyllä

Oletko saanut äänenkäyttöön liittyvää tietoa tai valmennusta opettajaopintojen ulkopuolelta?

Esimerkiksi ääniterapiaa, laulu- tai draamaopetusta? Muuta?

En

Kyllä, mistä ja keneltä? _____

Arvioi äänen tärkeyttä opettajan ammatissa

Ei lainkaan tärkeä

Vain vähän tärkeä

Äänen merkitys kohtalainen

Tärkeä

Erittäin tärkeä

Arvioi äänesi tulevaisuutta opettajan urallasi

Ääneni heikkenee merkittävästi.

Ääneni heikkenee jonkin verran.

Äänessäni ei tule tapahtumaan muutoksia.

Ääneni paranee jonkin verran.

Ääneni paranee merkittävästi.

Perustelevastauksesi äänesi tulevaisuudesta

Asenteet ja valmiudet

Tässä osiossa on avoimia kysymyksiä ja -vastauskenttiä, joihin voit vastata vapaasti.

Halutessasi voit käyttää apukysymyksiä vastauksesi tukena.

Kuvaile näkemystäsi opettajasta äänityöläisenä

Millaisena koet opettajan työn äänen hyvinvoinnin kannalta? Millaisia ajatuksia herättää tulevaisuus äänityöläisenä?

Kuvaile omaa kokemustasi opettajana toimimisesta äänenkäytön näkökulmasta

Esimerkiksi sijaisuudet ja harjoittelut. Kuinka intensiivisesti käytät ääntäsi? Koetko äänesi kuormittuvan? Ovatko huomioon äänesi jaksamista opetusta suunniteltaessa? Millaiset tekijät vaikuttavat äänenkäyttösi luokkahuoneessa? Entä oppiaineiden väliset äänenkäytölliset vaatimukset?

Kuvaile keinoja huolehtia omasta äänestä opettajana sekä omaa kokemustasi niiden käytöstä

Miten voi ylläpitää äänen hyvinvointia? Mitä tiedät ääniergonomiasta? Miten huollat ääntäsi? Jos et huolla, niin miksi?

Mitä mieltä olet opettajankoulutuksen tarjoamasta tiedosta äänen hyvinvoinnista?

Valmistaako luokanopettajaopinnot työelämässä tarvittaviin äänenkäytön vaatimuksiin? Jos kyllä, niin miten? Jos ei, mitä voisi parantaa?

Äänen toimintakyvyn itsearviointi

Tämä osio sisältää väittämiä, joilla monet ihmiset ovat kuvailleet omaa ääntään ja sen vaikutuksia elämäänsä. Valitse vaihtoehto, joka kertoo kuinka usein sinusta tuntuu samalta.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Jos tunnistat voimakasta samastumista tämän osan väittämiin, saattaa olla hyödyllistä kiinnittää huomiota äänesi hyvinvointiin. Huomioi kuitenkin, että näillä väittämillä ei ole diagnostista painoarvoa vaan ne viittaavat kokemaasi äänihuoleen.

Ääneni vuoksi ihmisten on vaikea kuulla minua.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Minulta loppuu ilma, kun puhun.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Ihmisten on vaikea ymmärtää mitä sanon meluisassa huoneessa.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Ääneni laatu vaihtelee päivän mittaan.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Perheelläni on vaikeuksia kuulla minua, kun kutsun heitä asunnon toiselta puolelta.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Käytän puhelinta harvemmin kuin haluaisin.

Väitteessä viitataan puhelimella puhumiseen.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Puhuessani muille olen ääneni vuoksi jännittynyt.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Välttelen ihmisryhmiä ääneni vuoksi.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Ihmiset tuntuvat ärsyyntyvän äänestäni.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Ihmiset kysyvät: ”Mikä ääntäsi vaivaa?”

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Puhun ystävien, naapureiden tai sukulaisten kanssa harvemmin ääneni vuoksi.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Ihmiset pyytävät minua toistamaan puhuessamme kasvotusten.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Ääneni kuulostaa narisevalta ja kuivalta.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Minusta tuntuu, että joudun ponnistelemaan tuottaakseni ääntä.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Minusta tuntuu, että muut ihmiset eivät ymmärrä ääniongelmaani.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Ääniongelmani rajoittavat henkilökohtaista ja sosiaalista elämäni.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Ääneni selkeyttä on vaikea ennustaa.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Yritän saada ääneni kuulostamaan erilaiselta.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Tunnen jääväni keskustelujen ulkopuolelle ääneni vuoksi.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Puhuminen on minulle työlästä.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Ääneni on huonompi iltaisin.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Ääniongelmani vuoksi menetän tuloja.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Ääniongelmani hermostuttaa minua.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

En ole kovin ulospäinsuuntautunut ääniongelmani vuoksi.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Ääneni aiheuttaa minulle huomattavan haitan.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Ääneni ”pettää” puhuessani.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Minua ärsyttää, kun ihmiset pyytävät minua toistamaan.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Minua nolottaa, kun ihmiset pyytävät minua toistamaan.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Ääneni vuoksi tunnen itseni epäpäteväksi.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Häpeän ääniongelmaani.

0 = Ei koskaan, 1 = Ei juuri koskaan, 2 = Joskus, 3 = Melkein aina, 4 = Aina

Liite 2. Tietosuojalomake**Tietosuojailmoitus**

Rekisterin nimi	Äänen hyvinvointi ja siihen liittyvät ajatukset luokanopettajaopiskelijoiden keskuudessa
Rekisterinpitäjä	Siiri Laurila & Irina Staroverova, Turun Yliopisto, Kasvatustieteiden tiedekunta, Opettajankoulutuslaitos

Tietosuojavastaavan yhteystiedot	DPO@utu.fi , +358 29 450 4361
Henkilötietojen käsittelyn tarkoitukset ja käsittelyn oikeusperuste	<p>Teemme tutkimusta Turun Yliopistossa kandidaatin tutkielmiamme varten. Tutkimuksessa tarkastelemme luokanopettajaopiskelijoiden käsityksiä heidän äänensä hyvinvoinnista sekä asenteita liittyen opettajan työn äänivaatimukseen. Heidän kyselynsä antamistaan vastauksista muodostamme tutkimusaineiston, jonka keräämme sähköisellä Webropol-kyselylomakkeella. Kyselylomakkeen lähettämiseen käytetään yliopiston sisäistä sähköpostikanavaa.</p> <p>Henkilötietojen EU:n yleisen tietosuoja-asetuksen 6. artiklan mukaisena käsittelyperusteena on <input checked="" type="checkbox"/> käsittely on tarpeen tieteellistä tutkimusta varten (yleinen etu 6. art. 1 a-kohta) <input type="checkbox"/> rekisteröity on antanut suostumuksena henkilötietojen käsittelyyn (suostumus 6. art. 1 e-kohta) <input type="checkbox"/> muu, mikä? _____</p>
Tutkielman ohjaaja	Satu Laitinen
Rekisteriin tallennetaan rekisteröidystä seuraavia tietoja	<p>sukupuoli, vuosikurssi, harjoittelujen määrä, muun opetuskokemuksen (esim. sijaisuudet) määrä, itsearviot omasta äänen hyvinvoinnista ja käsitykset opettajan työn äänivaatimuksista opintojen, harjoittelujen ja sijaisuuksien näkökulmista</p> <p>Kerättyjä tietoja säilytetään vain tätä tutkimusta varten. Tiedot tallennetaan Seafire-palveluun, josta ne myöhemmin tuhotaan asianmukaisesti kahden vuoden säilytysajan jälkeen.</p>
Henkilötietojen vastaanottajat ja vastaanottajaryhmät	Tietoja ei siirretä eikä luovuteta tutkimusryhmän ulkopuolelle. Tutkimusryhmään kuuluu kandidattutkielman tekijät sekä ohjaaja.
Tiedot tietojensierrosta kolmansiiin maihin	Henkilötietoja ei luovuteta EU:n tai Euroopan talousalueen ulkopuolelle.
Henkilötietojen säilyttämisaika tai sen määrittämisen kriteerit	<p>Aineistonkeruun jälkeen aineisto pseudonymisoidaan. Aineisto on anonymi ja se säilytetään Seafire-tietojärjestelmässä tietoturvallisesti kahden vuoden ajan, jonka jälkeen se tuhotaan asianmukaisesti (2026 mennessä).</p> <p>Jos tutkittava haluaisi myöhemmin käyttää oikeutta oikaista antamia tietojaan, hän voi olla yhteydessä tutkielman tekijöihin sähköpostin kautta.</p>
Rekisteröidyn oikeudet	Rekisteröidyllä on oikeus pyytää pääsy häntä itseään koskeviin henkilötietoihin. Lisäksi rekisteröidyllä on oikeus pyytää tietojensa oikaisua tai poistamista sekä käsittelyn rajoittamista tai vastustaa henkilötietojensa käsittelyä. Oikeutta henkilötietojen poistamiseen ei sovelleta tieteellisessä tutkimustarkoituksessa silloin, kun poisto-oikeus todennäköisesti estää käsittelyn tai vaikeuttaa sitä suuresti. Poisto-oikeuden toteuttamista arvioidaan

	tapauskohtaisesti. Rekisteröidyllä on oikeus tehdä valitus valvontaviranomaiselle.
Tiedot siitä, mistä henkilötiedot on saatu	Tiedot kerätään anonyymien Webropol-kyselyn avulla, jonka välittää opinto-ohjaaja yliopiston sisäisen sähköpostiverkoston kautta. Kyselyyn vastaaminen on täysin vapaaehtoista ja tutkittavilta pyydetään suostumusta käyttää heidän vastauksiaan tutkimustarkoitukseen kyselyn alussa.