

**Sari Kalliosaari & Tuula Lindholm**

**SATUHIERONTAPROJEKTI KOKKOLAN PÄIVÄKOTIIN**

**Opinnäytetyö  
CENTRIA AMMATTIKORKEAKOULU  
Sosiaalialan koulutusohjelma  
Toukokuu 2016**

**TIIVISTELMÄ OPINNÄYTETYÖSTÄ**

<b>Yksikkö</b> Kokkola-Pietarsaaren yksikkö	<b>Aika</b> Toukokuu 2016	<b>Tekijä/tekijät</b> Sari Kalliosaari & Tuula Lindholm
<b>Koulutusohjelma</b> Sosiaalialan koulutusohjelma		
<b>Työn nimi</b> SATUHIERONTAPROJEKTI KOKKOLAN PÄIVÄKOTIIN		
<b>Työn ohjaaja</b> Tarja Mäkitalo, KM	<b>Sivumäärä</b> 33+24	
<b>Työelämänohjaaja</b> Sirpa Pylväinen, LTO		
<p>Satuhierontaprojektin tilaajana oli Kokkolan kaupungin varhaiskasvatustoimi. Toiminnallinen osuus toteutettiin elokuussa 2015 Kokkolan kaupungin päiväkodissa. Interventioita toteutettiin yhteensä seitsemän. Lasten kuusi toiminnallista osuutta sisälsivät kädentaitoja, leikkejä, satuja ja satuhierontoja. Ryhmän henkilökunnalle toiminnallinen osuus toteutettiin satuhierontaperehdytyksenä.</p> <p>Satuhierontaprojektin tavoitteina oli satuhierontamenetelmän tuominen osaksi päiväkodin toimintaa ja lasten mielipiteiden selvittäminen satuhierontahetkestä. Tarkoituksena oli lisätä lasten hyvinvointia satuhieronnan avulla. Satuhierontaprojektin aikana tehtiin kaksikielinen satuhierontaopas, mikä jaettiin sekä päiväkotiin että vanhemmille. Satuhierontaopas sisältää tietoa satuhieronnasta, sen positiivisista vaikutuksista ja toteutuksesta sekä satuja hierontaohjeineen.</p> <p>Palautetta kerättiin pienryhmän lapsilta suullisesti ja ryhmän henkilökunnalta kirjallisesti. Satuhierontaprojektista saatujen palautteiden ja omien havaintojemme perusteella voidaan todeta toiminnallisen osuuden olleen mielekäs lapsille ja tarpeellinen henkilökunnalle. Henkilökunnan palautteiden perusteella satuhieronta jäi jollain muotoa käyttöön lapsiryhmässä.</p>		

**Asiasanat**

Hyvinvointi, kosketus, lapsi, satuhieronta, varhaiskasvatus

## ABSTRACT

<b>CENTRIA UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES</b>	<b>Date</b> May 2016	<b>Author/s</b> Sari Kalliosaari and Tuula Lindholm
<b>Degree programme</b> Degree programme of Social Services		
<b>Name of thesis</b> FAIRY TALE MASSAGE PROJECT AT ONE KINDERGARTEN IN KOKKOLA		
<b>Instructor</b> Tarja Mäkitalo, M. Ed.	<b>Pages</b> 33+24	
<b>Supervisor</b> Sirpa Pylväinen, Kindergarten Teacher		
<p>The fairy tale massage project was ordered by the department of Early Childhood Education and Care of the Town of Kokkola. The functional part of the fairy tale massage project was implemented in August 2015 at one Kindergarten in Kokkola. There was a total of seven interventions, of which one intervention was the training of fairy tale massage to the personnel of the kindergarten group, and six interventions were carried out among the group of children. The children's functional portions consisted of handicraft, reading, playing and fairy tale massage.</p> <p>The aims of the fairy tale massage project were to implement the method of fairy tale massage as a part of activities of the kindergarten, and to sort out the opinions of the children about the fairy tale massage sessions. The aim of the project was to increase the well-being of the children by fairy tale massage. A guide to fairy tale massage, which was in two languages, Finnish and Swedish, was handed out during the project, both to the kindergarten and to the parents. Guide includes information of fairy tale massage and its positive influence, implementation and fairy tales with massage instructions.</p> <p>Feedback was collected orally from the children in the small groups and in writing from the personnel. According to the feedback of this fairy tale massage project and our own observations we can state that the fairy tale massage project added meaningfulness among the children and it was useful for the personnel. According to the feedback from the personnel fairy tale massage will remain as a form of activity at the testgroup.</p>		

### Key words

Child, fairy tale massage, Care in Finland Well-being, the National Curriculum Guidelines on Early Childhood Education, touch

**SAMMANDRAG**

<b>Enhet</b> Enheten vid Karleby- Jakobstad	<b>Tid</b> Maj 2016	<b>Författare</b> Sari Kalliosaari och Tuula Lindholm
<b>Utbildningsprogram</b> Utbildningsprogrammet för det sociala området		
<b>Arbetets namn</b> SAGOMASSAGEPROJEKT I ETT DAGHEM I KARLEBY		
<b>Handledare</b> Tarja Mäkitalo, Ped. mag.	<b>Sidantal</b> 33+24	
<b>Uppdragsgivarens handledare</b> Sirpa Pylväinen, Barntädgårdslärare		
<p>Beställare för sagomassageprojektet var tjänsterna inom småbarnsfostran i Karleby stad. Den funktionella delen genomfördes i augusti 2015 vid ett daghem i Karleby. Sammanlagt genomfördes sju interventioner. De sex interventioner som hölls för barnen innehöll hantverk, leker, sagor och sagomassage. I interventionen som hölls för personalen informerades hur man praktiskt genomför en sagomassagestund.</p> <p>Syftet med sagomassageprojektet var att införa sagomassagemetoden som en del av verksamheten vid daghem, samt att undersöka barnens åsikter om sagomassagestunderna. Syftet var att öka barnens välmående med hjälp av sagomassage. Under sagomassageprojektet utformades en tvåspråkig guide om sagomassage till både daghemmet och barnens föräldrar. Sagomassageguiden innehåller information om sagomassage, dess positiva inverkan på barnen, hur sagomassagen praktiskt genomförs samt sagor med instruktioner om massagerörelser.</p> <p>Muntlig respons insamlades av barnen i smågruppen och skriftligt av gruppens personal. Utgående från utvärderingen av sagomassageprojektet och våra egna observationer kan konstateras, att sagomassageprojektet togs väl emot av barnen och att det också var nyttigt för personalen. Enligt personalens respons kommer sagomassage att användas som ett handlingsätt i testgruppen.</p>		

**Nyckelord**

barn, beröring, plan för småbarnspedagogik, sagomassage, välmående,

**TIIVISTELMÄ  
ABSTRACT  
SAMMANDRAG**

**SISÄLLYS**

<b>1 JOHDANTO</b>	<b>1</b>
<b>2 HYVINVOINTI VARHAISKASVATUKSESSA</b>	<b>3</b>
2.1 Varhaiskasvatusta ohjaavat asiakirjat	3
2.2 Hyvinvoiva lapsi varhaiskasvatuksessa	4
2.3 Varhaiskasvattajan tehtävä hyvinvoinnin edistäjänä	5
<b>3 SATUHIERONTAMENETELMÄ PÄIVÄKODIN ARJESSA</b>	<b>7</b>
3.1 Kosketus, läsnäolo ja luottamus	7
3.2 Satuhieronnan sadut	8
3.3 Satuhieronnan positiiviset vaikutukset	9
<b>4 SATUHIERONTAPROJEKTIN VAIHEET</b>	<b>11</b>
4.1 Satuhierontaprojektin idea ja esiselvitys	11
4.2 Satuhierontaprojektin käynnistys ja toteutus	13
4.3 Satuhierontaprojektin päättäminen	13
<b>5 SATUHIERONTAPROJEKTIN INTERVENTIOIDEN TOTEUTUS</b>	<b>14</b>
5.1 Perehdytys satuhieronnasta ryhmän aikuisille	14
5.2 Tutustuminen lapsiin ja kosketuksesta kertominen ryhmän lapsille	15
5.3 Satuhierontahetket pienryhmässä	17
5.4 Kosketusleikkejä koko ryhmän lapsille	18
<b>6 SATUHIERONTAPROJEKTIN ARVIOINTI</b>	<b>19</b>
6.1 Projektisuunnitelman toteutumisen arviointi	19
6.2 Satuhierontaprojektin tavoitteiden toteutumisen arviointi	20
6.3 Interventioiden arviointi	21
6.4 Palautejärjestelmän arviointi	22
6.4.1 Perehdyttämispalautteiden arviointi	23
6.4.2 Lasten palautteiden arviointi	24
6.4.3 Työelämäohjaajan palautteiden arviointi ohjaamistaidoista	26
6.5 Itsearviointi	26
<b>7 POHDINTA</b>	<b>29</b>
<b>LÄHTEET</b>	<b>32</b>
<b>LIITTEET</b>	

## 1 JOHDANTO

Satuhierontaprojekti on käytännönläheinen lapsiin ja aikuisiin suuntautuva projekti, jonka tavoitteena on tuoda satuhierontamenetelmää tutuksi päiväkodissa ja selvittää lasten ajatuksia satuhierontahetkestä. Omien havaintojemme mukaan satuhierontamenetelmä antaa sellaista läheisyyttä ja turvaa, mitä lapset tänä päivänä tarvitsevat. Satuhierontaprojektin tilaajana on Kokkolan kaupungin varhaiskasvatustoimi ja toiminnallinen osuus toteutetaan päiväkodissa. On tärkeää, että päiväkodissa lapset saavat rentoutumisen ja turvallisuuden kokemuksia vuorovaikutuksen kautta. Satuhieronta on läsnä olevaa vuorovaikutusta, jossa aikuinen ilon ja leikin avulla huomio lapsen. Satuhieronnassa yhdistyvät sadut, kosketus ja mieleen nousevat mielikuvat. Satuhieronnalla on positiivisia vaikutuksia lasten fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen kehitykseen. Mikkola (2012) tutki satuhieronnan vaikutuksia lapsiryhmän sosiaalisiin taitoihin päiväkodissa ja sai selville, että lasten sosiaaliset taidot muuttuivat positiivisempaan suuntaan satuhierontamenetelmää käytettäessä.

Opintojen aikana tutustuimme satuhierontaan, minkä seurauksena kiinnostus aiheeseen heräsi. Aiemmin lasten ja nuorten parissa työskennellessämme olemme huomioineet lasten levottomuuden, turvattomuuden ja perheiden sekä päiväkodin kiireen lisääntymisen. Satuhierontamenetelmä voi tuoda lasten, perheiden ja päiväkotien tilanteeseen muutosta. Päiväkotiin kohdistuneen satuhierontaprojektin tarkoituksena on lisätä päiväkotilasten hyvinvointia. Satuhierontaprojekti tehtiin kaksikieliseen päiväkotiin, minkä seurauksena työstimme satuhierontaoppaan sekä ruotsin että suomen kielellä. Näin voimme levittää tietoa satuhieronnasta tasa-arvoisesti yli kielirajojen.

Satuhierontaprojektin teoria osassa tuodaan esille varhaiskasvatusta ohjaavia asiakirjoja, lapsen hyvinvoinnin edellytyksiä ja varhaiskasvattajan osuutta lasten hyvinvoinnin edistäjänä. Osiossa esitellään myös satuhierontamenetelmää kosketushierontana ja tuodaan esille sen positiivisia vaikutuksia lasten hyvinvoinnille sekä kerrotaan satuhieronnan saduista. Teoriaan peilaten selvitetään satuhierontaprojektin vaiheita ja toiminnallisen osuuden toteutusta. Kirjallisen osion lopussa on arviointiosuus, joka pitää sisällään muun muassa tavoitteiden ja palautejärjestelmän arvioinnin ja oman pohdinnan.

Tässä satuhierontaprojektissa lasten tulostavoitteena on kokemus satuhierontahetkestä ja aikuisen läsnäolosta. Organisaation tulostavoitteena on saada opas satuhieronnasta, jonka avulla päiväkodissa pystytään jatkamaan satuhierontaa toiminnallisen osuuden jälkeen. Sosionomiopiskelijoiden tavoitteina oli työstää kaksikielinen opas satuhieronnasta ja toteuttaa projektiopinnäytetyö, jolla varhaiskasvatusosaaminen syventyy.

Lasten toiminnallisina tavoitteina on oppia koskettamaan ja vastaanottamaan kosketusta leikkien, lorujen ja laulujen avulla. Toinen lapsiin kohdistuva toiminnallinen tavoite on kosketuksesta kertominen lapsille. Organisaation toiminnallisiksi tavoitteiksi on kirjattu perehdyttämistilaisuus satuhieronnasta päiväkodin henkilökunnalle sekä satuhieronta osaksi päiväkodin toimintaa interventioiden avulla. Sosionomiopiskelijoiden toiminnallisina tavoitteina ovat projektiopinnäytetyön ja interventioiden toteutus, suunnittelu, ohjaus ja arviointi. Varhaiskasvatuksessa työskentely on suunnitelmallista ja tavoitteellista, jolloin edistetään lasten kasvua, kehitystä ja oppimista parhaalla mahdollisella tavalla. Lasten ikä- ja kehitystason huomioiminen, lasten yksilöllinen kohtaaminen sekä lasten ja heidän mielipiteidensä kunnioittaminen ovat myös opiskelijoiden toiminnallisia tavoitteita.

Lasten oppimistavoitteiksi asetetaan rauhoittuminen ja kokemus satuhieronnasta. Organisaation oppimistavoitteena on satuhierontamenetelmän tutuksi tuleminen päiväkotiin. Satuhierontamenetelmän avulla lapset rauhoittuvat ja kokevat turvaa ja aikuisen läsnäoloa. Sosionomiopiskelijoiden oppimistavoitteina on projektityöskentelyn sisäistäminen, onnistuneet interventiot ja niiden organisointi sekä ohjaamistaitojen kehittyminen. Opiskelijoiden oppimistavoitteena on myös sosionomin varhaiskasvatuskompetenssien kehittyminen ja palautteiden myötä ammatillisuuden vahvistuminen.

## **2 HYVINVOINTI VARHAISKASVATUKSESSA**

Tässä luvussa tuodaan esille varhaiskasvatustilaa ja varhaiskasvatusta ohjaavia asiakirjoja. Tekstissä tulee esille asioita, joita lapsi tarvitsee voidakseen hyvin varhaiskasvatuksessa sekä varhaiskasvattajan tehtäviä lasten hyvinvoinnin edistäjänä.

### **2.1 Varhaiskasvatusta ohjaavat asiakirjat**

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet, lait ja asetukset ohjaavat lasten kanssa työskenteilyä. Kunnat arvioivat varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden pohjalta palvelujensa toteutumista, sisältöjä ja toimintatapoja ja laativat oman suunnitelmansa. Jokaisella varhaiskasvatustyksiköllä on oma suunnitelma, jossa esitellään hoidon, kasvatuksen ja opetuksen kokonaisuus sekä mahdollisia yksiköissä esiintyviä piirteitä ja painotusalueita. Varhaiskasvatuksen perusteissa on esteettinen orientaatio, jossa tuodaan tutuksi menetelmiä, joihin luetellaan kuuluviksi muun muassa havaitseminen, kuunteleminen, luominen, tunteminen ja kuvittelu. Esteettisessä orientaatioissa lapsille tarjotaan mahdollisuutta aistia, tuntea ja kokea omakohtaisesti asioita. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005.)

Päiväkodin varhaiskasvatussuunnitelma on strategisesti linjassa sekä valtakunnalliseen että Kokkolan kaupungin varhaiskasvatussuunnitelmaan. Kokkolan varhaiskasvatussuunnitelmassa on kirjattu lapsille ominaisena tapana toimia muun muassa taiteellinen kokeminen ja ilmaiseminen. Lasten toiminnoissa painotetaan tunteita, luovuutta, mielikuvitusta ja leikkiä, joiden tavoitteena on tuottaa lapsille monipuolisia ja positiivisia elämyksiä. Huomiota kiinnitetään myös kielen eri osa-alueiden oppimiseen lorujen ja satujen avulla. Arvopohjassa ja toiminta-ajatuksessa nostetaan esille mm. tasa-arvoisuus, lasten kunnioitus, lasten oikeus kiireettömyyteen, yksilöllisyyteen ja turvallisen aikuisen syliin. (Kokkolan varhaiskasvatussuunnitelma 2010.) Lasten henkilökohtaiset varhaiskasvatussuunnitelmat laaditaan yhteistyössä vanhempien ja kasvattajien kanssa ja niitä arvioidaan säännöllisin väliajoin (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005). Uuden varhaiskasvatustilain myötä lasten henkilökohtaiseen varhaiskasvatussuunnitelmaan tulee kirjata tavoitteet ja toimenpiteet lapsen kehitykselle, oppimiselle ja hyvinvointia tukeville asioille (Varhaiskasvatustilain 580/2015).



Lainsäädäntö ja varhaiskasvatussuunnitelmat ovat satuhierontaprojektin suunnittelun ja toteutuksen pohjana. Satuhierontamenetelmässä on elementtejä, jotka tukevat ja edistävät hyvinvointia ja ovat päiväkodin varhaiskasvatussuunnitelman arvopohjan mukaisia. Aikuinen on läsnä lasta varten antaen lapselle yksilöllistä huomiota ja luoden turvallisuutta kosketuksen ja sadun kautta. Satujen avulla lapsen mielikuvitus ja kieli kehittyvät. Satuhierontaprojektissa tulee esille kiireettömyys, turvallisuus ja lasten kunnioitus. Toiminnallinen osuus käsittää sekä pienryhmässä että koko lapsiryhmän kanssa toimimista. Kaikki lapset saavat mahdollisuuden osallistua satuhierontaprojektiin.

## **2.2 Hyvinvoiva lapsi varhaiskasvatuksessa**

Tunne-elämän vahvistamisella on merkitystä ihmisen kokonaisuuteen, onnellisuuteen, kyvykkyyteen ja yhteiskunnassa toimimiseen (Jantunen 2007, 85). Sinkkosen (2008) mukaan lapset tarvitsevat hyvään kasvuun turvallisuuden kokemuksia, perustarpeista huolehtimista, rutiineja ja säännönmukaisuutta (Sinkkonen 2008, 269–270). Varhainen vuorovaikutus ja toistuvat tunnekokemukset luovat pohjan ihmissuhteille. Onnistumisen ja pystyvyyden kokemusten seurauksena lasten omanarvontunto ja itseluottamus kehittyvät. (Arajärvi 1999, 22, 49.) Hyväksytyksi tulemisen kokemuksilla ja kiireettömän aikuisen läsnäololla on merkitystä lasten hyvinvoinnille (Kyrönlampi-Kylmänen 2010, 150). Lapsi tulee nähdä toimijana kasvukontekstissaan. Lasten osallisuus lähtee mikrotason vuorovaikutustilanteista, kuten päiväkodista ja kodista. Lasten ollessa aktiivisia osallistujia he pystyvät vaikuttamaan kasvuympäristöönsä ja sitä kautta omaan hyvinvointiinsa. (Hujala, Puroila, Parrila & Nivala 2007, 15–16, 23–24; Turja 2011, 47–48.)

Varhaiskasvatuksen toiminnassa otetaan huomioon lasten kasvatusta, opetus ja hoito kokonaisuutena ja painotus on erityisesti pedagogiikassa. Varhaiskasvatuksen tavoitteena on edistää suunnitelmallisesti ja tavoitteellisesti lasten kokonaisvaltaista kasvua, kehitystä, terveyttä ja hyvinvointia, huomioiden lasten omat toivomukset ja mielipiteet. Tavoitteissa otetaan huomioon lasten ikä- ja kehitystaso. (Varhaiskasvatuslaki 580/2015.)

### 2.3 Varhaiskasvattajan tehtävä hyvinvoinnin edistäjänä

Lapsilla on syntymästään saakka halu oppia ja iloita oppimisestaan. Varhaisessa lapsuudessa oppimista tapahtuu eniten sensomotorisissa taidoissa. Rimpelän (2013) mukaan hyvinvointiosaamisen perusta rakennetaan jo varhaiskasvatuksessa. Varhaiskasvatuksen ammattilaisten on hyvä tiedostaa, että hyvinvointia pystytään opettamaan lapsille ja lapset pystyvät oppimaan sitä, samalla tavalla kuin laskemista tai lukemista. Hyvinvointiosaamiseen kuuluu yhteistyö- ja vuorovaikutustaidot, terveystottumukset sekä omien vahvuuksien ja tunteiden tunnistaminen ja tunnetilojen nimeäminen. (Rimpelä 2013, 33–42.) Varhaiskasvattajan täytyy osata tukea lasten hyvinvointioppimista. Lapset oppivat hyvinvointia kehitysyhteisöissä, esimerkiksi perheessä ja päiväkodissa. Jokainen kasvattaja opettaa hyvinvointia lapsille, joko tietoisesti tai tiedostamattaan. Yhteistyön merkitys eli kasvatuskumppanuus vanhempien ja henkilökunnan välillä on merkityksellistä lasten hyvinvoinnin tukemisessa. (Rimpelä 2013, 33–34, 45; Määttä & Rantala 2010, 24.) Kasvatuskumppanuudella tarkoitetaan vanhempien ja henkilöstön sitoutumista toimimaan yhdessä ja tukemaan lasten kasvu-, kehitys- ja oppimisprosesseja. Kasvatuskumppanuus pohjautuu lasten tarpeisiin, mikä ohjaa varhaiskasvatuksen toimintaa ja siinä yhdistyvät vanhempien asiantuntijuus omista lapsistaan ja varhaiskasvatuksen kasvattajien tiedot ja taidot. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005.)

Kasvattajan tehtävänä on huomioida lapset ja olla kiinnostunut lasten tekemisistä. Osallistuminen lasten kanssa yhteiseen tekemiseen ja tilanteiden havainnointi on tärkeää. (Tahkokallio 2003, 145.) Tämän päivän varhaiskasvatus tarvitsee enemmän hoitavaa opetusta (Jantunen 2007, 180). Pedagogiikan ja huolenpidon yhdistäminen vaatii tietoa lasten vuorovaikutustarpeista. Oleellista on luoda turvallisuutta, oppimista ja myönteisiä kokemuksia edistäviä kehitysympäristöjä ja ymmärtää lasten tuntemuksia ja kokemuksia. (Kekkonen 2012, 200.)

Satuhierontaprojektissa rakennetaan ja opetetaan hyvinvointiosaamisen perustaa ohjaamalla toimintaa siten, että vuorovaikutus- ja yhteistyötaidot kehittyvät. Toiminnallinen osuus sisältää myös rauhoittumisen ja rentoutumisen opettelua sekä omien tunteiden tunnistamista ja esille tuontia. Satuhierontamenetelmä tuodaan osaksi lasten kasvukontekstia, jolloin lapset pystyvät edistämään omaa hyvinvointiaan omassa kasvuympäristössään. Satuhierontaprojektin toiminnallisen osuuden aikana päiväkodin työntekijöille ja vanhemmille jaettava satuhierontaopas antaa tietoa menetelmästä, jonka avulla lasten hyvinvointia voidaan tukea.

Yhteistyötä tehdään lasten vanhempien ja ryhmän henkilökunnan kanssa ja tällä tavalla toteutetaan kasvatuskumppanuutta. Satuhierontaprojektissa huomioidaan lapsi ja kuunnellaan hänen mielipiteitään. Osallistuminen toimintaan perustuu vapaaehtoisuuteen.

### **3 SATUHIERONTAMENETELMÄ PÄIVÄKODIN ARJESSA**

Tässä luvussa käsitellään kosketuksen, läsnäolon ja luottamuksen merkitystä ja tuodaan esille konkreettisia asioita, mitä on hyvä muistaa satuhierontaa tehtäessä. Luvussa kerrotaan myös millaiset sadut sopivat satuhierontaan sekä tuodaan esille satuhieronnan positiivisia vaikutuksia.

#### **3.1 Kosketus, läsnäolo ja luottamus**

Päiväkodissa pienetkin hetket tarjoavat mahdollisuuden lasten myönteiseen kohtaamiseen. Aikuisen ja lasten välisellä myönteisellä vuorovaikutuksella on positiivinen vaikutus lasten myöhempään vuosiin sekä lasten ja aikuisten suhteeseen. (Kanninen & Sigfrids 2012, 98, 163.) Myönteinen kosketus vaikuttaa kehon sisäiseen rauhoittumisjärjestelmään, jonka seurauksena lapset saavat turvallisuudentunteen kokemuksia ja lepoa (Kinnunen 2013, 19). Kosketuksessa toisen ihmisen hyväksyminen, arvostaminen, kunnioittaminen ja näkeminen ovat merkityksellisiä asioita, joiden seurauksena luottamus, rentous ja rauhoittuminen pysyvät kehittymään. Kosketushoidot lisäävät lasten kokonaisvaltaista hyvinvointia ja auttavat lapsia tunnistamaan oman ruumiin toimintoja sekä havaitsemaan ruumiissa tapahtuvia muutoksia ja kokemuksia. Vuorovaikutustilanteissa tunteet tarttuvat kaikkein vahvimmin kosketuksessa iholta iholle. Aikuisen on hyvä tunnistaa omat tunteensa ja käyttäytymisensä ja arvioida vuorovaikutustilanteita ja kosketettavan sanatonta viestintää. (Gothóni 2012, 32, 94, 99.)

Satuhieronnan voi aloittaa tuntuvalle kosketuksella, jolloin lapset pysähtyvät hetkeen ja heidän on helpompi rauhoittua. Myöhemmin hermoston rauhoituttua kosketusta voi keventää. Tarina kuvitetaan lapsen keholle, selkään, käsiin, jalkoihin ja pään alueelle hitaasti ja rauhallisesti, välillä taukoja pitäen. Satuhieronnassa käytetään kahta eri aistikanavaa, tuntoaistia ja kuuloaistia, jolloin lasten on helpompi keskittyä hierontaan. Satuhierontahetki luo lapsen ja aikuisen välille molemminpuolista läsnäoloa ja luottamusta. Tarina ja lapsen omat mielikuvat auttavat muuttamaan epämiellyttävältä tuntuvan kosketuksen positiiviseksi. Tämän

seurauksena koskettaminen helpottuu ja lapsi saa kokemuksen onnistuneesta vuorovaikutustapahtumasta. Jos lapsi ei halua osallistua hierontaan, hänelle täytyy antaa aikaa tutustua tilanteeseen. (Tuovinen 2014, 13–16, 52, 115–117.)

Satuhierontaprojektin toiminnallisen osuuden aikana keskitytään luomaan lasten ja aikuisten välille luottamussuhteita, joiden seurauksena pystytään luontevasti toteuttamaan satuhierontaa. Henkilökunta saa tietoa satuhieronnasta positiivisista vaikutuksista ja taitoa toteuttaa sitä käytännössä. Lapset saavat konkreettisesti kokea satuhierontamenetelmän ja sen tuoman hyvän olon tunteen. On tärkeää tiedostaa, että satuhieronnasta jää monia ”kosketusjälkiä” lasten ja aikuisten elämään. Eettisyys ja sensitiivisyys nousevat huomionarvoisiksi ja tärkeiksi asioiksi.

### **3.2 Satuhieronnasta sadut**

Lasten mielikuvitus kasvaa, kun kosketukseen lisätään sanat. Rentoutuneena lapset pystyvät helpommin ottamaan vastaan uusia ajatuksia ja kosketuksen kautta he saavat vahvistuksen myönteisestä viestistä. Satuhieronnasta sadujen tulee olla yksinkertaisia, lempeitä mielikuvia, hyvää oloa ja rentoutumista tukevia satuja. Saduissa voi esiintyä haasteita, joista seuraa erilaisia tunnekokemuksia lapsille. Saduissa on hyvä olla onnellinen loppu, joka antaa lapsille uskoa selvitä erilaisista haasteista ja peloista. (Tuovinen 2014, 7, 78–79.)

Satuhieronnassa yhdistyvät satu ja hyvä kosketus, jotka molemmat ovat lasten kehityksen ja kasvun kannalta merkittäviä asioita. Satuhieronnasta avulla lapsille pystytään luomaan ilon ja läsnäolon hetkiä. (Tuovinen 2014, 7, 12.) Sadujen avulla lapset pystyvät siirtymään mielikuvitusmaailmaan. Kuullessaan sadun lapset joutuvat itse työstämään sitä ja näin ollen luovat omia mielikuvia. Kaikki tapahtuu lapsen oman kehitystason mukaan. Parhaimmassa tilanteessa aikuinen eläytyy sadun kerrontaan, minkä seurauksena lapset saavat tukea mielikuvitukselleen. Sadujen ja tarinoiden avulla aikuinen pystyy kasvattamaan ja vaikuttamaan lasten tunteisiin ja mielikuviiin. Mielikuvitusta tarvitaan mm. samaistumisen ja myötätunnon ilmaisemiseen. Sadut auttavat kartoittamaan sanavarastoa ja kuvallista hahmotuskykyä luovan toiminnan ja leikin tavoin. Sadut innoittavat ja elävöittävät lasta ja jäävät usein elämään lasten leikeissä ja näin ollen myös lasten sisimmässä. (Jantunen 2007, 33, 46–47, 152–153, 235.)

Satuhierontaan voidaan yhdistää toiminnallisia ja rentouttavia satuja, loruja, lauluja ja leikkejä. Toiminnallisten leikkien avulla on helppo tutustua satuhierontaan. Pienet lapset hyötyvät tutuista ja lyhyistä saduista. Rentouttavien satujen kautta voidaan vahvistaa perusturvallisuuden tunnetta ja tukea kasvua. Myönteiset sadut antavat lapsille kokemuksen arvokkuudesta ja tärkeydestä. Sadut voivat olla myös yksilöllisiä tarinoita, joissa hierottavan nimi mainitaan. Satuhieronnan tarinoita voi työstää yhdessä lasten kanssa, työstämisessä lapset voivat tuoda esille heille tärkeitä asioita. (Tuovinen 2014, 20–21, 28, 36–38, 44.)

Satuhierontaprojektissa käytetään sekä toiminnallisia että rentouttavia satuja, loruja ja leikkejä, minkä seurauksena kokemus satuhieronnasta laajenee. Toiminnallisen osuuden suunnittelussa ja satujen ja leikkien valinnassa hyödynnetään Satuhierontavalmennuksesta saatuja omakohtaisia kokemuksia. Työstämämme suomenkielinen satuhierontaopas tulee sisältämään aiemmin julkaistuja satuja. Ruotsinkieliseen oppaaseen kirjoitamme ja kuvitamme osan saduista itse.

### **3.3 Satuhieronnan positiiviset vaikutukset**

Satuhieronta on kosketushierontaa, jolla on positiivisia vaikutuksia lasten psyykkiseen, fyysiseen ja sosiaaliseen kasvuun ja kehitykseen. Satuhierontahetken aikana lapsi oppii empatiataitoja ja itsensä ja muiden ihmisten arvostamista. Satuhieronnan avulla itsetuntemus paranee, motoriikka ja kehonhallinta kehittyvät ja lapset saavat kokemuksen rentouttavasta ja rauhoittavasta tilanteesta. Yhteinen hyvän olon hetki aikuisten ja toisten lasten seurassa on merkityksellinen. (Tuovinen 2014, 7–8, 12; Ahlander, Cederlund & Holmqvist 2008, 20–23.)

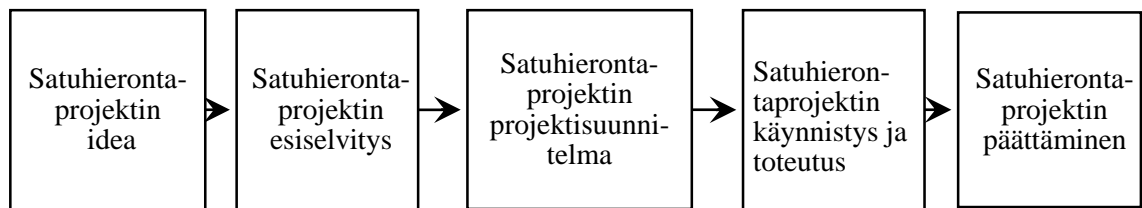
Mikkolan (2012) tutkimukseen, Satuhieronnan vaikutuksia lapsiryhmän sosiaalisiin taitoihin päiväkodissa, osallistui kolme eri päiväkotiryhmää. Jokaisessa ryhmässä satuhierontaa tehtiin satunnaisesti, vähintään kerran viikossa, kuuden viikon ajan. Tutkimuksen mukaan satuhierontaa toteuttaneissa ryhmissä lasten keskittymiskyky ja leikkitaidot paranivat ja lapset leikkivät enemmän yhteisleikkejä sekä solmivat uusia kaverisuhteita. Vastavuoroinen hierontahetki lähensi koko ryhmää ja tukea tarvitsevia lapsia. Tämä näkyi siten, että tukea tarvitsevat lapset saivat muilta lapsilta enemmän hyväksyntää. Tutkimuksen mukaan satuhieronnan harjoittaminen hiljensi kaikkien osallistujien äänen voimakkuutta, lisäsi aikuisten

tarjoamaa läheisyyttä lapsille ja rauhoitti aikuisten työskentelyä. Merkityksellistä oli huomioida positiiviset vaikutukset satuhieronnan loppumisen jälkeen; ryhmäytyminen jatkui vielä satuhieronnan loputtua. Tutkimuksen mukaan kosketuskulttuuri muuttui satuhierontainterventioiden myötä. (Mikkola 2012, 30–34.)

Satuhierontaprojektin avulla mahdollistetaan hetkellisen hyvän olon tunteen jakaminen ryhmän lasten ja aikuisten kanssa. On mahdollista, että lapset kokevat satuhieronnan siten, että he haluavat sitä lisää ja tällä tavalla edistävät omaa hyvinvointiaan. Satuhierontaprojektin toiminnallinen osuus ohjataan uuteen, vastaperustettuun lapsiryhmään, jolloin lapset ja aikuiset ovat vieraita toisilleen. Satuhierontaprojektilla voi olla vaikutusta ryhmäytymiseen ja sitä kautta lasten hyvinvointiin pitkällä aikavälillä.

## 4 SATUHIERONTAPROJEKTIN VAIHEET

Satuhierontaprojekti on jaettu erillisiin vaiheisiin, jotka kuvataan kuviossa 1 mukaillen Lööwin projektin rakennetta (KUVIO 1). On tärkeää, että projektissa on selkeä rakenne, jonka mukaan edetään (Lööw 2002, 21–22). Seuraavissa luvuissa käydään läpi satuhierontaprojektin vaiheita alkaen projekti-ideasta projektin päättymiseen.



KUVIO 1. Projektin rakenne (mukaillen Lööw 2002, 21)

### 4.1 Satuhierontaprojektin idea ja esiselvitys

Satuhierontaprojekti on suunniteltu varhaiskasvatukseen, koska haluamme syventää varhaiskasvatusosaamistamme. Opintojemme alkuvaiheessa opettaja ehdotti tutustumista satuhierontaan ja kiinnostuksen herättyä aiheeseen ryhdyimme työstämään aihetta. Koemme aiheen tärkeäksi, koska olemme aiemmin työelämässä huomioineet lasten levottomuuden ja turvattomuuden lisääntyneen lasten ja nuorten keskuudessa Aluksi pohdimme, kuinka satuhierontaa voisi tehdä tunnetuksi päiväkodissa ja kuinka ottaisimme vanhemmat mukaan satuhierontaprojektiin. Päiväkodissa, johon satuhierontaprojekti kohdistuu, on sekä suomen- että ruotsinkielisiä ryhmiä. Haluamme informoida kaikkia vanhempia oppaan kautta, joten teemme satuhierontaoppaan sekä suomen (LIITE 1) että ruotsinkielellä (LIITE 2). Jaamme satuhierontaoppaan päiväkotiin sekä vanhemmille. Satuhierontaprojektin tavoitteiksi asetimme satuhierontamenetelmän tuomisen päiväkotiin ja pienryhmän lasten mielipiteiden selvittämisen satuhierontahetkestä. Tarkoituksena on lisätä lasten hyvinvointia satuhieronnan avulla.

Satuhierontaprojektin esiselvitystä aloimme tehdä joulukuussa 2014, jolloin kävimme varhaiskasvatuksen projektikoordinaattorin ja kiertävän erityislastentarhanopettajan luona esit-



telemässä aiheemme. Saimme aiheelle hyväksynnän ja jatkoimme satuhierontaprojektin esiselvitystä. Edellä mainituilta tahoilta nousi esille oikeudellisia kysymyksiä, jotka selvitimme satuhierontamenetelmän kehittäjän Sanna Tuovisen kanssa puhelimitse. Tässä satuhierontaprojektissa saamme käyttää satuhieronta-sanaa sekä satuhieronnasta julkaistuja oppaita, työkirjoja sekä julkaisuja. Oikeudellisten kysymysten selvittyä olimme yhteydessä vielä projektikoordinaattoriin ja erityislastentarhanopettajaan, jolloin vahvistui projektin jatkuminen ja samalla saimme vahvistuksen työn tilaajasta. Joulukuussa 2014 teimme aihepiirisuunnitelman vastaavalle opettajalle, jossa selvitimme projektin idean, kohderyhmän ja alustavan aikataulun projektisuunnitelmalle.

Maaliskuussa 2015 otimme yhteyttä puhelimitse päiväkodin johtajaan ja alustavasti kysimme heidän halukkuuttaan osallistua satuhierontaprojektiin. Päiväkodin johtaja suhtautui myönteisesti asiaan, jonka jälkeen pystyimme miettimään ja alustamaan projektia päiväkotiin. Esiselvittelyiden kautta aihepiiriseminaarissa maaliskuussa 2015 esittelimme aihepiirisuunnitelman opettajalle ja oman ryhmän oppilaille. Suunnitelmassa toimme esille työn aiheen, tarkoituksen ja tavoitteet sekä projektiorganisaation. Aihepiiriseminaarin jälkeen saimme opettajalta luvan alkaa tehdä projektisuunnitelmaa. Lööwin (2002) mukaan suunnittelu on tärkeä osa onnistunutta projektia. Tavoitteiden ja koko projektin tarkka rajaus auttaa edistymään suunnitelmallisesti tehtävässä. (Lööw 2002, 62, 66.) Satuhierontaprojektin esiselvitysvaiheesta asti olemme kirjanneet ylös yhteydenotot eri yhteistyötahojen kanssa ja kirjoittaneet projektipäiväkirjaa sekä lukeneet kirjallisuutta.

Keväällä 2015 osallistuimme Keski-Pohjanmaan kansanopiston kaksipäiväiseen satuhierontavalmennukseen. Valmennuksessa saimme tietoa satuhieronnasta ja sen positiivisista vaikutuksista. Koimme omakohtaisesti satuhieronnan tuoman mielihyvän ja saimme kokemusta toteuttaa satuhierontaa. Omiin kokemuksiin pohjautuen ja Tuovisen (2014) satuhierontakirjaa apuna käyttäen työstimme kaksikielinen satuhierontaoppaan, jonka kuvituksesta vastasi valokuvaaja Tanja Kalliosaari. Opas sisältää tietoa satuhieronnasta, sen positiivisista vaikutuksista ja käytännön toteutuksesta. Satuhieronnan aloittamisen helpottamiseksi oppaassa on esimerkkisatua hierontaohjeineen.

## **4.2 Satuhierontaprojektin käynnistys ja toteutus**

Maaliskuussa 2015, ennen projektisuunnitelman tekoa, kävimme päiväkodissa tekemässä opinnäytetyösopimuksen, jonka seurauksena vahvistui päiväkodin sitoutuminen satuhierontaprojektiin. Työelämänohjaajan kanssa sovimme, että palaamme asiaan, kun saamme projektisuunnitelman hyväksytysti läpi. Projektisuunnitelman (LIITE 3) teimme huhtikuun 2015 aikana, jonka jälkeen haimme tutkimuslupaa Kokkolan kaupungin varhaiskasvatuksen palvelujohtajalta. Tutkimuslupa satuhierontaprojektille myönnettiin toukokuussa 2015. Samaan aikaan nimettiin satuhierontaprojektin ohjaava opettaja.

Toukokuussa 2015 pidimme päiväkodin johtajan kanssa palaverin, jossa esittelimme projektisuunnitelman ja interventioiden pääsisällöt. Yhteistyössä teimme alustavan aikataulun interventioiden toteutuksesta päiväkotiin. Toukokuun 2015 aikana varmistui lapsiryhmä, jossa interventiot ohjattiin. Työelämänohjaajaksi saimme ryhmän lastentarhanopettajan.

## **4.3 Satuhierontaprojektin päättäminen**

Viimeisen intervention ohjasimme elokuussa 2015. Satuhierontaprojekti opinnäytetyönä jatkuu syksyllä 2015 projektipäiväkirjojen ja muiden muistiinpanojen kokoamisella. Suunnitelman mukaan satuhierontaprojektin kirjallinen osuus on valmis joulukuussa 2015, jolloin se luovutetaan opettajalle. Myöhemmin, tarkastusten jälkeen, opinnäytetyö luovutetaan Kokkolan kaupungin varhaiskasvatustoiminnan koordinaattorille.

## **5 SATUHIERONTAPROJEKTIN INTERVENTIOIDEN TOTEUTUS**

Tässä luvussa avataan toiminnallisen osuuden toteutusta. Satuhierontaprojektissa oli seitsemän yhden tunnin kestävää interventiota, joiden kohderyhmänä olivat lapset ja aikuiset. Jokaisesta interventiosta teimme ohjatun toiminnan suunnitelman (LIITTEET 4–12). Toiminnallisessa osuudessa lapsia oli enimmillään 12 ja lapset olivat 3–5-vuotiaita.

Toiminnallisessa osuudessa kosketuksella oli merkittävä rooli. Kosketus on hyvin intiimi asia. Koskaan ei voi tarkasti tietää, mitä ihminen on aikaisemmin kokenut koskettamisen kautta. (Tuovinen 2012, 48). Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2005) tuodaan esille kolme kasvatuspäämäärää, jotka huomioimme satuhierontaprojektissa. Henkilökohtaisen hyvinvoinnin edistäminen, itsenäisyyden lisääminen ja toiset huomioon ottavien käyttäytymismuotojen ja toimintatapojen vahvistaminen ovat asioita, joista kasvattajan on huolehdittava. Kysyimme lapsilta luvan satuhieronnan tekemiseen, jolloin edistimme lasten itsenäisyyttä omista asioista ja kunnioitimme lasten yksilöllisyyttä, mikä johti lapsen henkilökohtaisen hyvinvoinnin huomioimiseen. Toimme esille toiset huomioon ottavia toimintatapoja ja käyttäytymismuotoja, joiden avulla lapset oppivat ottamaan muita huomioon, välittämään toisistaan ja suhtautumaan myönteisesti sekä itseensä että toisiin ihmisiin.

### **5.1 Pehdytys satuhieronnasta ryhmän aikuisille**

Valmistautuminen ”idean myyntiin” vaatii vakuuttamisen ja innostamisen taitoa. Täytyy osata esittää asia niin, että kuuntelijat kiinnostuvat asiasta ja kuuntelevat viestiä. (Lööv 2002, 80.) Ensimmäisen intervention toteutimme elokuussa 2015 ryhmän henkilökunnalle. Pehdytysinterventio alkoi tutustumisella toisiimme ja yhteiseen satuhierontaprojektiin. Projektipäällikköinä meidän tuli saada henkilökunta näkemään oman tehtävänsä osana satuhierontaprojektin kokonaisuutta. Aluksi kerroimme satuhierontaprojektin tavoitteet ja keinot tavoitteisiin pääsemiseksi sekä suunnitellun palautejärjestelmän. Toimme asioita esille yhteistyökumppanillemme perustellusti. Yleisen esittelyn jälkeen esittelimme satuhierontaprojektia päiväkotiin kohdistuvien interventioiden osalta. Kerroimme satuhierontamenetelmästä ja sen toteutuksesta sekä satuhieronnan vaikutuksista lapsen fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin. Mainitsimme myös satuhieronnan positiiviset vaikutukset ai-

kuisille. Toimme esille satuhierontahetkeä turvallisuutta, kiireettömyyttä ja läsnäoloa tuovana toimintamuotona päiväkotiin. Satuhierontaperehdytys eteni onnistuneesti ja suunnitelman mukaisesti.

Perehdyttämisenterventioon, joka oli kohdistettu henkilökunnalle, osallistui kolme ryhmän aikuista. Ohjasimme ja toteutimme Taikapuu- ja Merirosvolaiva-satuhieronnat (LIITE 13, LIITE 14). Saduiksi olimme valinneet tietoisesti samoja satuja kuin lasten interventioissa. Näin henkilökunta tutustui ennalta satuihin ja pystyi toteuttamaan lapsille suunnattuja satuhierontainterventioita yhdessä meidän kanssamme. Osallistujia oli pariton määrä, joten toinen meistä näytti liikkeitä tehden satuhieronnan yhdelle henkilökunnasta ja toinen luki sadun. Satuhieronta tehtiin kaksi kertaa, jolloin jokainen osanottaja sai omakohtaisen kokemuksen. Satuhierontakokemuksen jälkeen keskustelimme sen tuomista tuntemuksista ja ajatuksista. Lopuksi jaoin tekemämme satuhierontaoppaan osallistujille sekä palautelomakkeen perehdyttämistilaisuudesta (LIITE 15). Palautelomakkeen palauttamisesta sovimme seuraavaan interventiokertaan. Intervention päättyttyä kysyimme henkilökunnan halukkuutta jakaa poissaolevien lasten vanhemmille satuhierontaopas ja lasten osallistumislupa lomake (LIITE 16). Paikalla oleville lapsille jaoin oppaat ja osallistumislupa lomakkeen.

## **5.2 Tutustuminen lapsiin ja kosketuksesta kertominen ryhmän lapsille**

Lasten interventiot käynnistyivät viikolla 33, v. 2014. Lapsia oli paikalla yhdeksän ja aikuisia seitsemän. Ennen toiminnallisen osuuden alkua järjestelimme askartelupöydän valmiiksi ja kerroimme henkilökunnalle suunnitelmamme toiminnan etenemisestä. Kysyimme henkilökunnalta mahdollisista muutoksista toimintaamme. Muutoksia ei tullut, joten etenimme ohjatun toiminnan suunnitelmien mukaisesti ottaen huomioon lasten iän ja kehitystason.

Aloitimme alkulaululla (LIITE 17) ja satuhierontaprojektin esittelyllä. Leikimme leikin, jossa lapset saivat kertoa oman nimensä ja hieman itsestään. Tällä tavalla huomioimme jokaisen lapsen yksilöllisesti. Interventio eteni vuoropuhelun avulla Satupuu- ja Satulintu-aiheeseen, josta luimme myös sadun. Sadun avulla johdattelimme lasten mielikuvitusta myöhemmin toteutettavaan Satulintu-askarteluun. Sadun lukemisen jälkeen ohjasimme lapset rauhallisesti askartelupöytiin, missä kerroimme tarkasti vaihe vaiheelta, kuinka askartelu toteutetaan.

Askartelun alussa lapset saivat valita kartongin värin ja muut materiaalit. Tällä tavalla huomioimme lasten omat mielipiteet ja lapset pystyivät tuottamaan haluamansa tuotoksen. Askarteluhetken olimme suunnitelleet 3–5-vuotiaiden lasten yleisen kehitystason mukaan. Intervention aikana huomioimme, että osa lapsista tarvitsi apua leikkaamisessa. Suunnitelman mukaisesti henkilökunta auttoi intervention toteutumisessa. Kaikki paikalla olevat lapset saivat valmiiksi Satulinnun, jotka kiinnitimme Satupuuhun yhdessä lasten kanssa. Lapset pystyivät työskentelemään rauhassa, koska olimme sopineet, että askartelun valmiiksi saaneet lapset, lähtisivät henkilökunnan ohjaamina ulos. Henkilökunnan kanssa sovimme, että he askartelevat poissaolevien lasten kanssa Satulinnut myöhemmin.

Kolmannessa interventiossa lapsiryhmään oli tullut uusia lapsia ja interventio aloitettiin tutustumisella. Katsoimme aiemmin askarreltujen Satulintujen avulla, ketkä lapsista olivat paikalla. Kolmas interventio oli kosketusinterventio, jossa kävimme vuoropuhelua Sinä olet suloisin -kirjan (Gill 2006) pohjalta koskettamisesta, koskettamisen rajoista sekä luvan pyytämisestä ja antamisesta koskettamiselle. Kirjan kuvien avulla kertosimme sadun ja herätimme lapsia keskustelemaan. Kysyimme lapsilta mm. Miten voi koskettaa hentoa perhosta? ja Millaiselta tuntuu lapsikarhusta, kun äitikarhu ottaa lapsikarhun vahvaan syleilyyn? Tässä kohtaa muutimme ohjatun toiminnan suunnitelmaa siten, että annoimme lapsille konkreettisesti pehmeää vanua, jonka avulla toimimme esille hellän ja pehmeän kosketuksen.

Itsetehdyn pahvihahmon avulla näytimme lapsille konkreettisesti, mihin kehon osaan on soveliaista koskettaa ja millä tavalla koskettaminen tapahtuu. Tärkeänä asiana korostimme luvan kysymistä koskettamiseen. Painotimme sitä, että jos ei halua kosketusta, asiasta täytyy sanoa selvästi. Seuraavaksi teimme konkreettisesti Merirosvo-satuhieronnan parin kanssa. Lapsia ja aikuisia oli paikalla yhtä paljon, joten aikuinen teki ensin lapselle satuhieronnan, jonka jälkeen lapsi sai halutessaan tehdä hieronnan aikuiselle. Jokainen lapsi sai olla hierojana ja hierottavana. Ennen aloitusta kävimme lasten kanssa läpi käden liikkeitä, painottaen lasten omaa luovuutta satuhieronnan tekemisessä. Edellä mainitulla tavalla helpotimme lasten osallistumista satuhierontaan. Intervention loppuun tutustuimme loppuloruun (LIITE 18) käymällä läpi tekstin ja liikkeitä.

### 5.3 Satuhierontahetket pienryhmässä

Neljännellä interventiokerralla suurin osa lapsista ilmaisi omaehtoisesti halunsa osallistua satuhierontaan useammin, jonka seurauksena muutimme ohjatun toiminnan suunnitelmaa tekemällä Merirosvo-satuhieronnan jokaisella kerralla kaikkien lasten kanssa. Ihan jokainen lapsi ei kyennyt tulemaan itse mukaan, jolloin ohjasimme toimintaa siten, että aikuinen oli lapsen tukena tilanteessa. Ryhmän työntekijät, tutuimpina aikuisina, hakivat lapset penkiltä satuhierontahetkeen, jonka seurauksena lasten oli helpompi tulla mukaan ja aloittaa satuhieronta. Hujalan ym. mukaan (2007) aikuisen tulee olla lapsen oppimisen tukena. On tärkeää, että aikuinen osaa havainnoida lapsen tuen tarvetta, mutta myös vähentää tuen tarvetta lapsen edistyessä. Aikuisen täytyy osata työskennellä lapsen lähikehityksen vyöhykkeellä. (Hujala ym. 2007, 57.) Päiväkodissa tulee tarjota lapsille erilaisia haasteita, joista lapset pystyvät selviytymään itse tai autettuina. Haasteiden kautta lapset saavat onnistumisen ja pystyvyyden kokemuksia ja oppivat taitoja tulevaisuutta varten.

Seuraavat kolme toiminnallista osuutta toteutettiin pienryhmissä, ainoastaan alussa koko lapsiryhmän lapset olivat paikalla. Interventioiden alussa huomioimme levottomuutta koko lapsiryhmän kesken, minkä seurauksena ohjasimme seuraavilla kerroilla lapset toisenlaiseen istumajärjestykseen. Tämän seurauksena interventioiden alut muuttuivat rauhallisimmiksi. Lauloimme alkulaulun ja katsoimme satulintujen avulla, ketkä lapsista olivat paikalla. Kerroimme kaikille lapsille, mitä tulee tapahtumaan ja ketkä neljä lasta tulevat muodostamaan pienryhmän, joiden kanssa satuhieronta toteutetaan. Pienryhmään kuuluvat lapset työelämänohjaaja oli valinnut aikaisemmin ja tämän tiedon hän kertoi meille ennen ensimmäisen pienryhmäintervention alkua. Henkilökunnan kanssa olimme sopineet aiemmin pienryhmään kuulumattomien lasten toiminnan ohjauksen.

Pienryhmäinterventiot pidettiin sovitussa tilassa, jonka olimme järjestäneet satuhierontaan sopivaksi. Rauhoittava musiikki, hämärä huone ja sähkökynttilät oli asetettu valmiiksi ennen lasten saapumista. Lapset saivat itse sytyttää kynttilät ja näin osallistua tunnelman luomiseen. Ensimmäisessä pienryhmäinterventiossa oli mukana kolme aikuista, mukaan lukien työelämäohjaaja. Yksi aikuinen teki satuhieronnan kahdelle lapselle yhtä aikaa. Tilanne oli hieman levoton, joten seuraavassa satuhierontahetkessä aikuisia oli paikalla neljä. Edellä mainittu muutos vähensi levottomuutta. Käytimme Satulintu- ja Pieni mehiläinen (LIITE 19,

LIITE 20) sekä Taikapuu-satua. Interventiot loppuivat loppuloruun ja lapsilta kysytyihin palautekysymyksiin (LIITE 21).

#### **5.4 Kosketusleikkejä koko ryhmän lapsille**

Viimeinen toiminnallinen osuus ohjattiin koko lapsiryhmälle. Alkulaulun jälkeen muisteltiin aikaisempia kertoja ja aiemmin opittuja asioita kosketuksesta ja koskettamisesta sekä leikittiin kaksi leikkiä, jotka vahvistivat ryhmän yhteenkuuluvuuden ja turvallisuuden tunnetta. Autopesulaleikissä (LIITE 22) lapset sekä aikuiset vuorotellen vastaanottivat ja saivat kosketusta. Toinen leikki leikittiin pareittain, jossa parit koskettivat vastavuoroisesti kehon eri osiin toinen toisiaan. Loppuinterventiossa toteutettiin Merirosvo-satuhieronta hämärässä, kynttilöiden ja musiikin tuodessa tunnelmaa. Intervention lopussa kerroimme lapsille ja aikuisille satuhierontaprojektin toiminnallisen osuuden olevan ohi ja jaoimme lasten askartelemat satulinnut kotiin vietäviksi. Kiitimme lapsia ja henkilökuntaa innokkaasta osallistumisesta ja lausimme yhdessä loppuloron.

Lopetuskertaan sisältyi yhteenveto henkilökunnalle pienryhmäinterventioissa esille tulleista lasten ajatuksista ja perehdyttämistilaisuudesta saaduista palautteista. Kaikki ryhmän aikuiset jäivät kuuntelemaan tuloksia lasten mentyä ulkoilemaan. Yhteenvedon aikana saimme palautetta sekä suullisesti että kirjallisesti työelämäohjaajalta ohjaamistaidoistamme (LIITE 23).

## **6 SATUHIERONTAPROJEKTIN ARVIOINTI**

Tässä luvussa arvioidaan projektisuunnitelman ja tavoitteiden toteutumista. Arvioinnissa käydään läpi lasten, vanhempien ja organisaation oppimis-, prosessi- ja tulostavoitteita, interventioita ja niiden toteutumista sekä palautejärjestelmää. Omien tavoitteiden toteutumista arvioidaan varhaiskasvatuskompetenssien kautta erillisessä itsearviointiosiossa.

### **6.1 Projektisuunnitelman toteutumisen arviointi**

Satuhierontaprojektin projektisuunnitelma toteutui lähes suunnitellusti. Otimme huomioon projektisuunnitelmassa mainitut lait ja asiakirjat, joiden pohjalta toimittiin. Mainitut yhteistyötahot pysyivät samoina. Alun perin olimme suunnitelleet perehdyttämistilaisuuden koko päiväkotia koskevaksi. Suunnitelma muuttui siten, että ohjasimme ensimmäinen intervention vain yhdelle päiväkotiryhmälle. Huomioimme koko päiväkodin varhaiskasvatushenkilöstön jakamalla satuhierontaoppaita päiväkodin eri ryhmille. Yhteistyötä teimme opinnäytetyönohjaajan, työelämäohjaajan ja ryhmän työntekijöiden kanssa. Asiantuntijoina käytimme satuhierontakouluttajaa Sanna Tuovista ja kiertävää erityislastentarhaopettajaa, joilta saimme ajankohtaista materiaalia satuhierontaprojektiin. Yhteistyö kaikkien tahojen kanssa sujui hyvin ja luontevasti. Projektipäällikköinä satuhierontaprojektissa toimi suunnitellusti sosionomiopiskelijat Tuula Lindholm ja Sari Kalliosaari.

Satuhierontaprojektiin liittyvät tehtävät ja tapaamiset toteutuivat ja etenivät aikataulun mukaisesti. Toiminnallisessa osuudessa ohjasimme koko lapsiryhmää ja pienryhmää. Osallistuva havainnointi, tarkkailu, dokumentointi ja reflektointi olivat mukana koko satuhierontaprojektin ajan. Satuhierontaprojektin aloitus, toteutus ja lopetus toteutuivat suunnitelman mukaisesti tavoitteiden asettamisella, käytännön järjestelyillä, interventioiden suunnittelulla, toteutuksella ja arvioinnilla sekä palautteiden keräämisellä ja esille tuomisella.

Satuhierontaprojektille laaditut tavoitteet osoittautuivat hieman epäjohdonmukaisiksi projektin edetessä. Jossain kohtaa lapsille oli asetettu samansisältöiset tavoitteet sekä oppimis-



että tulostavoitteeksi. Toiminnallisten tavoitteiden asettaminen oli onnistunut paremmin. Satuhierontaprojektin kokonaistavoitteet toteutuivat kuitenkin hyvin. Projektisuunnitelmassa arvioitu kiinteä projektibudjetti ylittyi hieman.

## **6.2 Satuhierontaprojektin tavoitteiden toteutumisen arviointi**

Lasten oppimistavoitteena oli tutustua ja kokea satuhierontahetki. Tutustumisen satuhierontaan tapahtui ohjatusti leikkien ja erilaisten satujen kautta. Lapset olivat hieronnan toteuttajia ja vastaanottajia. Rauhoittumista edesauttoi sadun kuunteleminen ja keskittyminen hetkeen. Havaintojemme mukaan lapset olivat keskittyneitä, rauhallisia ja levollisia satuhierontahetkissä. Kosketuksesta kerroimme hahmomallin ja kuvakirjan avulla, minkä seurauksena täytyi prosessitavoite kosketuksesta kertominen lapsille. Interventioissa leikimme yhdessä lasten kanssa kosketusleikkejä, joiden avulla lapset oppivat koskettamaan ja saivat vastaanottaa kosketusta. Sekä kosketusleikkien että satuhierontahetkien aikana aikuiset havainnoivat lapsia ja tukivat heitä tarvittaessa siten, että lapset saivat onnistumisen kokemuksia. Pehdyttämiseninterventiolla oli tärkeä tehtävä yhteistyön onnistumisessa, mikä edesauttoi lasten tavoitteen toteutumisessa aikuisen läsnäolosta. Pehdyttämispalautteita arvioidaan myöhemmin tekstissä ja käytetään suoria aineistolainauksia.

Organisaatiolle asetettuun oppimistavoitteeseen pääsemiseksi jaoimme itsetehdyn satuhierontaoppaan koko päiväkodille, sekä ruotsinkielisille että suomenkielisille ryhmille. Tällä tavalla huomioimme tasa-arvoisuuden ja mahdollistimme sen, että jokainen lapsiryhmä voi halutessaan toteuttaa satuhierontaa oppaan avulla. Jaoimme satuhierontaoppaan satuhierontaprojektissa mukana olevan ryhmän henkilökunnalle, päiväkodinjohtajalle ja suomenkielisille ryhmille. Ruotsinkielisille ryhmille jaoimme oppaan henkilökohtaisesti ja samalla kerroimme satuhierontaprojektista ja oppaan sisällöstä. Organisaation prosessitavoitteet eivät täysin toteutuneet, koska pidimme pehdyttämisenintervention vain yhden päiväkotiryhmän aikuisille. Tavoitteen, satuhieronta osaksi päiväkodin toimintaa, saavutimme suunnittelemalla ja toteuttamalla lapsille suunnatut interventiot. Satuhieronta jää päiväkodissa toimivan lapsiryhmän toimintaan jollain muotoa ja mahdollisesti satuhierontaa viedään enemmän tunnetuksi vanhemmille vanhempainillan yhteydessä. Organisaation tulostavoitteet saavutimme kertomalla lasten ja aikuisten kyselyiden tulokset viimeisen intervention yhteydessä

ryhmän henkilökunnalle. Tämän tavoitteen kohdalla olisi voinut huomioida aikataulua tarkemmin ja suunnitella yhteenvedon esittämiseen enemmän aikaa.

### **6.3 Interventioiden arviointi**

Interventioiden toteutuksessa huomioimme eettisyyden kysymällä vanhemmilta lupa lasten satuhierontaprojektiin osallistumiseen. Kunnioitimme, kohtasimme ja huomioimme lapset yksilöllisesti ja toimimme vaitiolovelvollisuutta noudattaen sekä itsemääräämisoikeutta arvostaen. Työskentelimme yhteistyössä henkilökunnan kanssa, arvostaen jokaisen mielipidettä.

Ohjasimme satuhierontaprojektissa yhteensä seitsemän interventiota, joista kuusi ohjauskertaa kohdistui lapsiin ja yksi ryhmän aikuisiin. Osa interventioista toteutui pienryhmässä, mikä varmisti lapsille rauhoittavan ja turvallisen kokemuksen satuhierontahetkestä. Palautteiden ja omien havaintojemme perusteella voidaan todeta, että satuhierontainterventiot onnistuivat hyvin. Osallistujat kertoivat haluavansa lisää hierontaa ja kokeneensa mukavan ja rentouttavan hetken. Pystyimme huomioimaan jokaisen satuhierontaan osallistuneen yksilöllisesti ja tarjoamaan heidän omista tarpeistaan lähtevää läheisyyttä. Toiminnallisessa osuudessa yksilöllisyyden huomioimista helpotti pieni lapsiryhmä.

Perehdytysintervention aikana aikuiset tutustuivat toisiinsa. Tutustuminen oli erityisen tärkeää, koska toiminnallisessa osuudessa teimme paljon yhteistyötä henkilökunnan kanssa ja kaikki aikuiset osallistuivat konkreettiseen tekemiseen. Perehdytysinterventio onnistui hyvin ja sen aikana syntyi keskustelua ja pohdintaa lasten läheisyyden tarpeesta, satuhieronnan konkreettisesta toteuttamisesta sekä innostuksesta satuhieronnan toteuttamiseen. Ohjasimme lapsia jokaisessa interventiossa siten, että lapset hyötyivät tilanteesta ja pystyivät oppimaan niistä. Interventioiden aikana luottamus lasten ja aikuisten kesken lisääntyi. Havaintojemme mukaan myös lasten välinen luottamus toisiaan kohtaan vahvistui. Satuhierontakertojen lisääntyessä lapset hakeutuivat parin viereen odottamaan hierontaa, uskalsivat koskettaa toisiaan vahvemmin ja kaikki lapset osallistuivat mielellään satuhierontoihin.

Suunnittelimme interventiot tarkasti, joten suuria yllätyksiä toiminnallisen osuuden aikana ei tullut lapsille eikä ohjaajille. Ohjattuihin toimintoihin olimme suunnitelleet selkeän alun

ja lopun, joiden avulla osallistujat pystyivät ennakoimaan tilanteita. Interventioissa työskentelimme tasavertaisesti ja joustavasti omien vahvuuksiemme mukaan. Ohjatun toiminnan suunnitelmissa olimme suunnitelleet keskustelevamme lasten kanssa jokaisen intervention jälkeen. Käytännössä kaikille lapsille suunnatut ohjaustilanteet loppuivat loppuloruun. Ohjatuissa toiminnoissa muutimme suunnitelmia tarpeen mukaan ja otimme huomioon lasten toiveet ja mielipiteet.

#### **6.4 Palautejärjestelmän arviointi**

Perehdyttämistilaisuudesta keräsimme kirjallista palautetta ryhmän henkilökunnalta. Kysymysten avulla saimme käsityksen ryhmän halukkuudesta ja innostuneisuudesta satuhieron-taan. Pienryhmän lapsilta keräsimme jokaisen pienryhmäintervention jälkeen suullisen palauteen lapsille suunnattujen palautekysymysten avulla. Vaikka lapsille esitettiin kysymykset lasten ikätaso huomioiden ja konkreettisesti, emme saaneet vastauksia kaikkiin kysymyksiin. Yhdessä kysymyksessä kysyttiin kahta asiaa, ja tähän kysymykseen vastaaminen osoit-tautui haasteelliseksi. Kysymyksen olisi pitänyt olla yksinkertaisempi. Esimerkiksi lasten valitsemilla tunnekorteilla olisimme voineet saada mielipiteet esille kaikkiin kysymyksiin.

Ohjaamistaidoistamme saimme suullista palautetta työelämäohjaajalta koko lapsiryhmän ja pienryhmän ohjaamisen jälkeen. Koimme suullisen palautteen tärkeäksi, sillä saimme siitä hyviä käytännön neuvoja seuraavaan ohjaustilanteeseen. Kirjallista palautetta saimme työ-elämäohjaajalta ohjaamis- ja vuorovaikutustaidoistamme toiminnallisen osuuden päätteeksi. Palautejärjestelmän avulla saimme vastauksia laatimiimme kysymyksiin. Palautejärjestel-män aikataulu toimi hyvin.

Eettisyys näkyi palautejärjestelmässä siten, että ryhmän työntekijät saivat palautelomakkeen tarpeeksi ajoissa ja lomakkeen täyttämiseen riittävästi aikaa. Lasten suullisten palautteiden keräämisessä huomioitiin lasten mielipiteet, esitettiin kysymykset ymmärrettävästi ja rauhallisesti. Tuloksia käsiteltiin juuri sellaisina kuin ne saatiin. Käsittelimme kaikki palautteet luottamuksellisesti ja hävitimme ne asianmukaisesti. Yhteenvedon palautteista kerroimme anonymisti ja kunnioittaen jokaisen vastaajan mielipidettä.

### 6.4.1 Perehdyttämispalautteiden arviointi

Laadimme henkilökunnalle palautelomakkeet, joissa he vastasivat avoimiin kysymyksiin. Palautuslomakkeen kysymykset käsittelivät mielipiteitä satuhierontaperehdytyksestä, satuhieronnan merkityksestä lasten hyvinvoinnille ja satuhierontamenetelmän käyttöön ottamisesta lapsiryhmässä. Palautetta saimme kaikilta kolmelta perehdyttämistilaisuuteen osallistuneelta.

Ensimmäisenä kysymyksenä kysyimme: ”Kerro oma mielipiteesi satuhierontaperehdytyksestä. Mitä mieltä olit perehdytyksen hyödyllisyydestä?” Henkilökunta vastasi, että satuhierontaperehdytys oli hyvä, lyhyt, hyödyllinen, mielenkiintoinen ja tärkeä.

Perehdytys oli hyödyllinen ja itselle tuli olo, että tätä juttua jatketaan ehdottomasti ryhmässämme.

Tämä perehdytys oli rauhallinen, kiireetön, mielenkiintoinen. (Harvoin on tällaista).

Toisena kysymyksenä kysyimme: ”Millaisena näet satuhierontamenetelmän toimivuuden ja sopivuuden päiväkotiin?” Vastausten perusteella satuhieronta sopii hyvin päiväkotiin. Tärkeänä asiana esille nousi suunnitelmallisuus. Osaa vastanneista satuhieronnan toteuttaminen mietitytti.

Ihana rauhoittumis- ja rentoutumishetki, joka olisi kiva saada päiväkodin arkeen toistuvasti. Kuitenkin sen toteutuminen mietityttää, pystyykö yksi aikuinen irrottautumaan ryhmästä vain muutaman lapsen kanssa.

Menetelmä sopii hienosti päiväkotiin, pitää vain etukäteen sopia hlk:n kanssa, että hierontahetki on häiriötön ja rauhallinen.

Kolmantena kysymyksenä kysyimme: ”Mitä mieltä olet satuhieronnasta lasten hyvinvoinnille?” Vastausten perusteella kaikki vastanneet olivat sitä mieltä, että satuhieronnalla on merkitystä lapsen hyvinvoinnille.

Jokaisella lapsella on mahdollisuus kosketukseen ja aikuisen jakamattomaan huomioon.

Varmasti lapsi saa mielihyvän kokemuksia, yksilöllistä huomiota ja rauhoittumista kaiken leikin ja touhuamisen keskellä.

Neljäntenä kysymyksenä kysyimme: ”Miten näet omat mahdollisuutesi sitoutua tällaiseen suunnitelmalliseen ja ohjattuun toimintaan?” Vastausten perusteella kaksi vastanneista kokivat mahdollisuuden toteuttaa satuhierontaa päiväkodissa. Yksi vastanneista jätti vastaamatta kysymykseen.

Nyt olisi mahdollisuus toteuttaa tätä, kun on monta aikuista ryhmässä ja jakotiloja.

Viimeisenä kysymyksenä kysyimme: ”Millaisia ideoita sinulla on satuhieronnan eteenpäin viemiseksi?” Kaksi vastanneista vastasi kysymykseen ja yksi jätti vastaamatta.

Toivottavasti useammat päiväkodin henkilökunnasta saisivat tietoa ja perehdytystä asiaan.

Voin innostaa myös lapsia hieromaan toisiaan.

Vastausten perusteella voidaan todeta, että satuhierontaperehdytys oli tarpeellinen ja se herätti mielenkiintoa sekä positiivisia ajatuksia. Satuhierontaa on mahdollista toteuttaa päiväkotiryhmässä, mutta sen toteuttaminen vaatii suunnitelmallisuutta, henkilökuntaa ja tilaa. Kyselyyn vastanneilla on samansuuntainen käsitys satuhieronnan positiivisista vaikutuksista lasten hyvinvointiin. Henkilökunnasta kaksi on valmiita sitoutumaan satuhierontaan ja yksi on empivä asian suhteen. Jotta satuhierontamenetelmä tunnettaisiin paremmin, tarvitaan lisää tietoa asiasta sekä enemmän perehdytystä. Palautteiden pohjalta tuli esille idea lasten innostamisesta hieromaan toisiaan. Vastausten mukaan satuhierontaa tullaan jatkamaan lapsiryhmässä. Asian suhteen ei tehty yhteistä päätöstä. Palautteiden perusteella suurin osa ryhmän henkilökunnasta on kiinnostunut ja haluaa toteuttaa satuhierontaa. Alkukyselyllä 2015 ryhmässä on tarpeeksi henkilökuntaa ja tilaa satuhieronnan toteuttamiseen.

#### **6.4.2 Lasten palautteiden arviointi**

Lasten palautekyselyn teimme jokaisen kolmen pienryhmäintervention jälkeen ja kyselyyn vastasi, yhtä kertaa lukuun ottamatta, samat neljä lasta. Kysyimme lapsilta vuorotellen mielipidekysymyksiä heti satuhierontahetken jälkeen. Ensimmäiseen kysymykseen ”Millaiselta kosketus sinusta tuntui?” lapset vastasivat:

Tuntui hyvälle.

Mukavaa.

Toinen kysymys oli ”Miltä tuntui kuunnella satua samalla, kun sinua kosketettiin?”. Tällä kysymyksellä halusimme tietää, edesauttoiko satu lapsia rauhoittumaan kosketukseen. Emme saaneet kysymyksellä suoraa vastausta, mutta omien havaintojemme perusteella lapset kuuntelivat satua hieronnan aikana rauhassa ja keskittyneesti ja osasivat selittää sadun kulkua satuhieronnan jälkeen. Näin ollen voidaan olettaa, että satu tuki lapsen rauhoittumista satuhierontahetkeen.

Kolmanteen kysymykseen ”Miltä sinusta tuntui satuhierontahetken jälkeen?” lapset vastasivat:

Sukat pois. Se oli liian lyhyt. Lisää.

Kädet, selkä, ja pää tuntui hyvälle.

Pää ei tuntunut hyvälle.

Lapset kertoivat satuhieronnan olevan liian lyhyt ja haluavansa lisää satuhierontaa. Yksi lapsista halusi ottaa sukat pois jalastaan, joka havaintojemme perusteella merkitsi lapsen kokemaa mielihyvää satuhierontahetkeestä. Kolmannen kysymyksen tuloksista voimme päätellä, että kolmesta lapsesta tuntui hyvälle satuhieronnan jälkeen. Yksi lapsi koki päähän koskettamisen epämiellyttävänä.

Lasten palautekyselyiden tuloksista voidaan päätellä, että suurin osa lapsista koki satuhieronnan miellyttävänä. Yksi lapsi ei kuitenkaan pitänyt päähän koskettamisesta, joten voidaan olettaa, että osa lapsista voi kokea satuhieronnan kosketuksen myös epämiellyttävänä. Omien havaintojemme perusteella suurin osa lapsista nautti kosketuksesta, koska he olivat levollisia ja rauhallisia. Kiinnitimme huomiota yhteen lapseen, joka tarvitsi vahvempaa kosketusta rauhoittuakseen. On tärkeää huomioida lapsen kehonkieli satuhierontaa tehtäessä ja muuttaa kosketusta tarpeen mukaan.

### 6.4.3 Työelämäohjaajan palautteiden arviointi ohjaamistaidoista

Työelämäohjaajalle suunnattujen kysymysten perusteella opiskelijoiden vuorovaikutus lasten kanssa sujui hyvin ja luontevasti. Toisella meistä oli enemmän kokemusta lasten kanssa työskentelystä, joka näkyi myös palautteessa. Rohkeus ja varmuus ohjaustilanteissa tulivat esille.

Vuorovaikutus lasten kanssa sujui luontevasti ja huomioit lapsen yksilönä ja annoit lapselle mahdollisuuden sanoa oman mielipiteensä.

Sinulla on lapsilähtöinen lähestymistapa ja osaat kuunnella lasta. Vuorovaikutus henkilökunnan kanssa sujui hienosti.

Huomioimme lapset yksilöinä ja kuuntelimme lapsia. Henkilökunnan kanssa toimimme onnistuneesti yhteistyössä. Ohjaamistaidoista saatu palaute oli positiivista ja kysymykseen, ”Kuinka voimme parantaa ohjaustaitojamme?” saimme vastauksiksi:

Ole vain oma itsesi.

Olet rohkea ja varma ohjaustilanteissa, joten jatka niin.

Toiminnallisessa osuudessa ohjaamistaidoista saadun palautteen mukaan opiskelijoiden vuorovaikutus sekä lasten että aikuisten kanssa oli luontevaa. Ohjaustilanteissa ilmapiiri oli rauhallinen ja lapset kohdattiin eettisesti. Lapsiryhmää hallittiin onnistuneesti ja lapsilähtöisesti. Työelämäohjaajan suullisen arvion mukaan lapset otettiin luontevasti mukaan keskusteluun ja ohjaustilanteissa selitettiin asiat selkeästi, rauhallisesti ja ymmärrettävästi. Lapsille ohjatuissa toiminnoissa huomioitiin lasten ikä- ja kehitystaso. Saimme positiivista palautetta ohjaamistaidoistamme, joten voidaan olettaa, että vuorovaikutus- ja ryhmänhallintataidotme ovat riittävät ohjaamaan sekä lapsia että aikuisia. Osaamme ottaa huomioon lapset yksilöinä ja toimimme lapsen edun mukaisesti.

### 6.5 Itsearviointi

Itsearvioinnissa käytimme apuna sosionomin (AMK) kompetensseja, erityisesti varhaiskasvatuksen osaamista. Sosionomin (AMK) varhaiskasvatuskompetenssien eettinen osaaminen tuli esille oppimistavoitteiden kohdalla lasten mielipiteiden kuuntelemisella, kunnioittami-

sella ja huomioimisella. Toiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa työskentelimme lapsiläh-  
töisesti ja huomioimme lapset yksilöllisesti ikä- ja kehitystason mukaan. Seitsemän inter-  
ventiota ohjanneina saimme kokemusta sekä aikuisten että lasten ohjaamisesta. Tämä oli  
hyvä asia, sillä sosionomina tulemme ohjaamaan sekä lapsia että aikuisia työtehtävistä riip-  
puen.

Satuhierontaprojektissa asiakastyön osaaminen tuli esille interventioiden suunnittelussa, or-  
ganisoinnissa ja toteutuksessa. Ohjasimme onnistuneet interventiot, minkä seurauksena oh-  
jaamistaitomme kehittyivät ja vahvistuivat. Toimimme siten, että lapset saivat tarvittaessa  
tukea ja ohjausta. Interventioissa käytimme dialogista vuoropuhelua, mikä helpotti lasten ja  
aikuisten välistä tutustumista ja johdimme keskusteluja lapsen kehitystason huomioiden. Sa-  
tuhierontaoppaan avulla annoimme vanhemmille tietoa päiväkodissa tapahtuvasta satuhie-  
rontaprojektista sekä valmiuksia toteuttaa satuhierontaa kotona. Näin halusimme edistää yh-  
teistyötä vanhempien ja päiväkodin välillä ja toteutimme kasvatuskumppanuutta, joka on  
yksi johtamisosaamisen kompetenssi. Kasvatuskumppanuus tuli esille myös interventioiden  
aikana, jolloin teimme yhteistyötä ryhmän työntekijöiden kanssa. Johtamisosaaminen tuli  
esille käytännön työssä lasten ja aikuisten parissa, jolloin kykenimme itsenäiseen päätöksen-  
tekkoon.

Kehittämisaikana tuli esille siinä, että olimme aiemmin huomioineet tarpeen turvalli-  
suutta ja rentoutumista tuottavalle menetelmälle. Sen seurauksena toimimme päiväkotiin mo-  
nipuolisesti tietoa ja taitoa satuhierontamenetelmästä. Tällä tavalla vahvistimme päiväkodin  
työntekijöiden osaamista. Toiminnallisen osuuden aikana päiväkodin työntekijät pohtivat ja  
arvioivat omaa osuuttaan lapsen hyvinvoinnin tuottamisessa. Osallistuimme myöhemmin  
syksyllä myös Kokkolan kaupunginkirjaston hankkeeseen, jossa toimimme esille satuhieron-  
tamenetelmää yhtenä keinona lasten hyvinvoinnin lisäämisessä.

Satuhierontaprojektin aikana tutustuimme valtakunnalliseen, kuntakohtaiseen ja yhteen  
Kokkolan kaupungin päiväkodin varhaiskasvatussuunnitelmaan sekä lakeihin ja asetuksiin,  
jotka ohjaavat varhaiskasvatusta. Työskentelimme eri ammattiryhmiin kuuluvien ihmisten  
kanssa ja sitä kautta verkostoiduimme. Tällä tavalla vahvistimme sosiaalialan palvelujärjes-  
telmäosaamista. Osallistava yhteiskuntaosaaminen tuli esille lasten kuulluksi tulemisella ja  
lasten mahdollisuudella osallistua satuhierontaan. Yhteiskunnassamme kiire ja levottomuus



lisääntyvät, millä on seurausta myös lasten päiväkotielämään. Tuomalla satuhierontaa tuuksi päiväkodissa voimme rauhoittaa päiväkodin arkea ja samalla vaikuttaa lasten ja perheiden elämään.

Projektipäällikköinä vastasimme koko satuhierontaprojektista ja ohjasimme interventioita, joiden aikana kehityimme ammatillisesti ja sisäistimme projektityöskentelyn. Projektityöskentelyn sisäistäminen auttoi pääsemään tulostavoitteeseen, valmiiseen opinnäytetyöhön. Sosionomin (AMK) osaamis- ja varhaiskasvatuskompetenssien omaksumisella on merkitystä varhaiskasvatuksessa työskennellessä. Reflektoimme toimintaamme koko ajan. Havainnoimme lapsia ohjaustilanteissa, minkä seurauksena muutimme spontaanisti toimintaamme. Reflektointi kehitti omaa osaamistamme ja vei satuhierontaprojektia onnistuneesti eteenpäin ja vahvisti sosionomin varhaiskasvatusosaamista kaikilla osa-alueilla. Satuhierontaprojekti toteutettiin yhteistyössä parin kanssa, minkä seurauksena syntyi keskusteluja ja uusia näkökulmia asioihin.

## 7 POHDINTA

Satuhierontaprojektin aihe oli mielenkiintoinen ja ajankohtainen. Uuden lain myötä päiväkodin yli kolmevuotiaiden lasten ryhmäkoot kasvavat, mutta henkilökunnan määrä pysyy ennallaan. Tämän seurauksena voimme olettaa, että lasten henkilökohtainen huomioiminen ja aikuisen läsnäolo vähenee entisestään. On tärkeää, että varhaiskasvatuksessa kiinnitetään huomiota menetelmiin, joiden avulla voidaan vaikuttaa lasten nykyhetkeen ja tulevaisuuteen. Satuhieronta on yksi menetelmä, joka on helposti toteutettavissa päiväkodissa, eikä se ole taloutta rasittavaa. Lasten hyvinvointiin kiinnitetään huomiota päiväkodissa paljon. Merkityksellistä on huomioida lasten muuttuvat tarpeet, joihin päiväkodin on vastattava. Sinkkonen (2008) toteaa elintapojen ja kulttuurin muutosten olevan nopeita, ja ne heijastuvat lasten elämään. Arki on muuttunut hektiseksi, stressaavaksi ja lyhytjänteiseksi ja lasten täytyy saada olla välillä rauhassa. Aikuisten täytyy osata suojata lapsia. On tärkeää kartoittaa lasten arkielämää ja vähentää lasten kuormittumista. (Sinkkonen 2008, 128–129.) Pienillä asioilla voidaan vaikuttaa. Sanotaan, että lasten myönteiset kokemukset ovat päivähoidon laatua, sillä ne auttavat lapsia kehittymään myönteisesti (Hujala ym. 2007, 167). Voidaan sanoa, että lasten hyvinvoinnin lisääminen on osa tämän päivän laadukasta varhaiskasvatusta. Päivähoidossa kasvattajilla on osaamista ja mahdollisuus lisätä sekä lasten että aikuisten hyvinvointia pienillä asioilla, kuten satuhieronnalla.

Satuhierontaprojektin toiminnallinen osuus ohjattiin elokuussa 2015. Alussa ajattelimme ajankohdan olevan epäsuotuisa, koska lapsiryhmä oli vasta perustettu. Lasten vaihtuvuus ja uusi ryhmä toivatkin haasteita ja reflektoivaa työtettä työskentelyymme. Voidaan kuitenkin todeta, että satuhierontaprojekti tuki ja helpotti lasten ja henkilökunnan ryhmäytymistä ja antoi lapsiryhmälle hyvän alun yhteistyöhön. Toiminnallisen osuuden aikana lapset olivat innoissaan ja halusivat osallistua toimintaan.

Kaikki ryhmän lapset pääsivät osallisiksi satuhieronnasta. Pienryhmätyöskentely osoittautui toimivaksi menetelmäksi lasten rentoutumisen ja rauhoittumisen edistämisessä. Koimme mielekkäänä tehdä rauhoittavia satuhierontahetkiä pienelle ryhmälle, jossa lapset eivät vaihtuneet. Tällä tavalla saimme keskittyä rauhassa lapsiin ja tutustuttaa heidät satuhierontaan. Pienryhmässä pystyimme toteuttamaan toimintaa, jossa lapset tulivat kuulluksi ja nähdyksi pidemmän aikaa ja useamman kerran. Satuhierontaa toteutettiin luottavaisessa ilmapiirissä,

vaikka olimme toisillemme vieraita. Jos olisimme ottaneet koko lapsiryhmän lapset näin intensiiviseen toimintaan mukaan, emme olisi saavuttaneet sellaista harmoniaa, kuin saavuttimme. Ryhmän henkilökunnan kanssa tehdyllä yhteistyöllä oli suuri merkitys satuhierontaprojektin onnistumisessa. Yhteistyötä vanhempien kanssa olisimme voineet tehdä enemmän ja yhteistyö olisi voinut olla henkilökohtaisempaa. Tässä opiskelu- ja perhetilanteessa meillä ei kuitenkaan ollut mahdollisuutta lisätä satuhierontaprojektin työmäärää.

Kummallakaan meistä ei ole aikaisempaa kokemusta projektityöskentelystä. Projektityöskentely vei paljon aikaa ja oli vaativaa, mutta uskomme, että tästä on hyötyä tulevaisuudessa. Satuhierontaprojektin valmistuminen vaati meiltä opiskelijoilta yhteistyötä, sillä teimme sen kokonaan yhdessä. Käytimme paljon aikaa keskusteluihin, sillä olimme varhaiskasvatusosaamisessa eri tasoilla ja käytännön kokemus lasten kanssa työskentelystä näkyi meistä toisella. Satuhierontaprojektista saadut kokemukset auttavat meitä kehittymään vahvemmiksi varhaiskasvatuksen asiantuntijoiksi.

Satuhierontaprojektista jäi meille itselle työkalu työelämään, jota hyödynnämme myös muilla aloilla kuin varhaiskasvatuksessa. Satuhierontaprojektin aikana ajatuksena oli ottaa lapset itse tuottamaan ja kuvittamaan satua. Tämä ei kuitenkaan toteutunut tällä kertaa. Tulevaisuudessa voimme syventää lasten omaa osallistumista satuhierontaan ja seurata, miten oman sadun vaikutus muuttaa suhtautumista hierontakokemukseen.

Voimme suositella satuhierontamenetelmän käyttöönottoa kehitysvamma- ja vanhustyöhön sekä nuorten pariin. Olisi hyvä tutkia menetelmän soveltuvuutta eri aloille, koska jokainen meistä iästä riippumatta tarvitsee kosketusta ja sen tuomaa läheisyyttä ja turvaa. Satuhierontahetket herättivät ihmiset ajattelemaan kosketuksen merkitystä ja sen tärkeyttä.

Syksyllä 2015 meiltä kysyttiin halukkuutta toteuttaa satuhierontahetkiä Kokkolan kaupunginkirjaston hankkeessa Sylimellen ja seipitellen, elämyksiä satutuokioista. Hankkeeseen osallistuminen toi satuhierontaa tutuksi projektin ulkopuolisille lapsiperheille. Satuhieronta sai laajempaan tietoisuutta Radio Keski-Pohjanmaan haastattelun ja Kokkola-lehden artikkelin myötä (LIITE 24). Voidaan sanoa, että satuhieronnasta ollaan kiinnostuneita. Lisää tiedottamista kuitenkin tarvitaan, ja tulemmekin toteuttamaan kevään 2016 aikana toisen satuhieron-

tahetken kirjaston hankeen puitteissa. Maaria Leinosen sanoin ja tällä satuhierontaprojektilla haluamme muistuttaa kaikkia aikuisia siitä, kuinka tärkeää kosketus on lapsen hyvinvoinnille:

Kysy keneltä tahansa varhaisimpia lapsuusmuistoja: Onnelliset ihmiset muistavat päälimmäisenä, että joku piti sylissä. Onnettomat vain sen, ettei pidetty. (Leinonen 1996)

## LÄHTEET

Ahlander, L., Cederlund, E. & Holmqvist, M. 2008. Barnmassage. En studie om hur beröring kan påverka barn i förskolan. Examensarbete inom lärarutbildningen. Göteborgs universitet.

Saatavissa: [https://gupea.ub.gu.se/bitstream/2077/18498/1/gupea\\_2077\\_18498\\_1.pdf](https://gupea.ub.gu.se/bitstream/2077/18498/1/gupea_2077_18498_1.pdf).  
Luettu 6.7.2015.

Arajärvi, T. 1999. Hyvä lapsuus. Vauvasta koululaiseksi. Helsinki: Ajatus.

Gill, L. 2006. Sinä olet suloisin. Karkkila: Kustannus-Mäkelä OY.

Gothóni, R. 2012. Kosketuksia arjessa, hoidossa ja pyhässä. Helsinki: Kirjapaja.

Hujala, E., Puroila, A-M., Parrila, S. & Nivala, V. 2007. Päivähoidosta varhaiskasvatukseen. Hyvinkää: Edufin.

Jantunen, T. 2007. Satu kasvattaa. Topeliuksen sadut ja kasvatusajattelu. Jyväskylä: PS-kustannus.

Kanninen, K. & Sigfrids, A. 2012. Tunne minut! Turva ja tunteet lapsen silmin. Jyväskylä: PS-kustannus.

Kekkonen, M. 2012. Kasvatuskumppanuus puheena. Varhaiskasvattajat, vanhemmat ja lapset päivähoidon diskursiivisilla näyttämöillä. Tutkimus 72/2012. Väitöskirja. Tampere: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.

Kinnunen, T. 2013. Vahvat yksin, heikot silityksin. Otteita suomalaisesta kosketuskulttuurista. Helsinki: Kirjapaja.

Kokkolan varhaiskasvatussuunnitelma. 2010. Pdf-tiedosto. Saatavissa: [https://www.kokkola.fi/palvelut/opetus\\_ja\\_kasvatus/paivahoito/fi\\_FI/paivahoito/\\_fi-les/91640319769909823/default/kokkola\\_vasu\\_2010.pdf](https://www.kokkola.fi/palvelut/opetus_ja_kasvatus/paivahoito/fi_FI/paivahoito/_fi-les/91640319769909823/default/kokkola_vasu_2010.pdf). Luettu 18.12.2015.

Kyrönlampi-Kylmänen, T. 2010. Lapsen hyvä arki. Helsinki: Kustannus-osakeyhtiö Kotimaa / Kirjapaja.

Leinonen, M. 1996. Unet kukkina tielle. Helsinki: Kirjapaja.

Löow, M. 2002. Onnistunut projekti. Projektijohtamisen ja -suunnittelun käsikirja. Helsinki: Tietosanoma Oy.

Mikkola, T. 2012. Satuhieronnan vaikutukset lapsiryhmän sosiaalisiin taitoihin päiväkodissa. Helsingin yliopiston käyttäytymistieteellinen tiedekunta. Opettajankoulutuslaitos. Erilliset erityisopettajan opinnot. Proseminaari.

Määttä, P. & Rantala, A. 2010. Tavallisen erityinen lapsi. Yhdessä tekemisen toimintamalleja. Juva: PS-kustannus.

Rimpelä, M. 2013. Kasvatuskaaoksesta yhteiseen ymmärrykseen. Teoksessa A-L. Lämsä (toim.) Verkosto vahvaksi. Toimiva vuorovaikutus perheiden kanssa. Jyväskylä: PS-kustannus. 17–47.

Sinkkonen, J. 2008. Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun. Juva: WS Bookwell Oy.

Tahkokallio, K. 2003. Mitä tehdä levottomille lapsille. Juva: WS Bookwell Oy.

Tuovinen, S. 2014. Satuhieronta. Läsnaolevan kosketuksen ja sadun taikaa. Helsinki: WSOY.

Tuovinen, S. 2012. Satuhieronta. Läsnaolevan kohtaamisen valmennus. Työkirja. Tarina ja Kosketus Oy.

Turja, L. 2011. Lasten osallisuus varhaiskasvatuksessa. Teoksessa E. Hujala & L. Turja (toim.) 2011 Varhaiskasvatuksen käsikirja. Juva: PS-kustannus, 41–53.

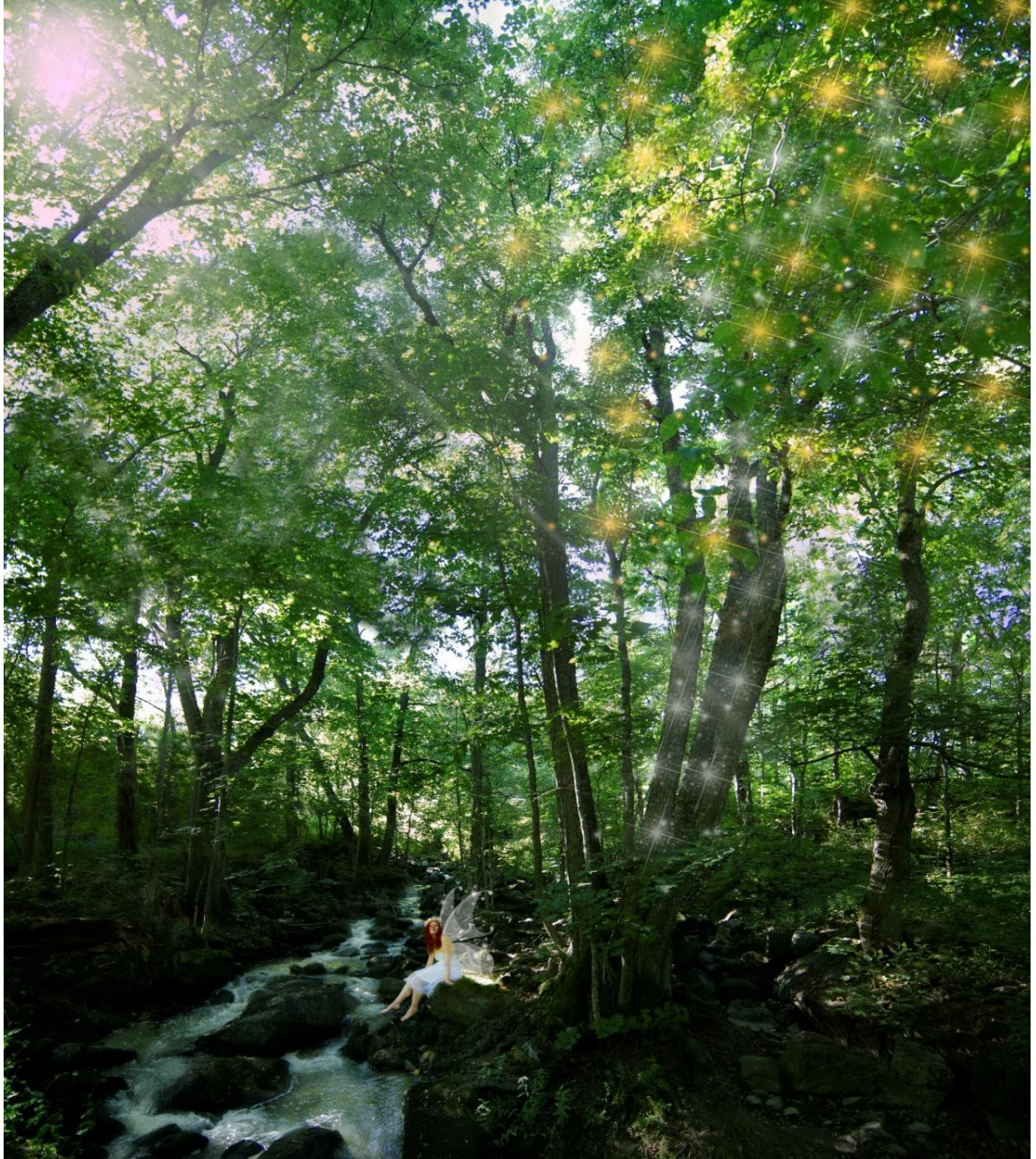
Varhaiskasvatuslaki 580/2015. Www-dokumentti. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150580>. Luettu 30.11.2015

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. 2005. Pdf-tiedosto. Saatavissa: <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/77129/Varhaiskasvatussuunnitelmanperusteet.pdf?sequence=1>. Luettu 6.6.2015.



# SATUHIERONTA

## LAPSEN HYVINVOINNIN TUKENA



Tuula Lindholm ja Sari Kalliosaari  
CENTRIA AMMATTIKORKEAKOULU  
2014–2016  
Kuvitus: Tanja Kalliosaari

## Mitä satuhieronta on?

- Satuhieronnassa yhdistyvät sadut, tarinat, mielikuvat, kosketus ja kevyt hieronta.
- Satuhieronta on läsnäolevaa kosketusta, jossa aikuinen on lasta varten.
- Satuhieronta on vuorovaikutusta, jossa ilo ja leikki ovat läsnä.
- Aikuinenkin rauhoittuu satuhierontahetkissä.



## Satuhieronnan vaikutuksia

Satuhieronta vaikuttaa lapsen fyysiseen-, psyykkiseen- ja sosiaaliseen hyvinvointiin:

- lapsen sosiaaliset taidot kehittyvät
- lapsi hahmottaa kehonsa paremmin
- lapsen itsetunto paranee
- lapsen mielikuvitus kasvaa ja kehittyy
- lapsi rentoutuu ja rauhoittuu satuhierontahetkessä
- satuhieronta vähentää mm. levottomuutta ja stressiä



## Satuhieronnan toteutus

- Satu kerrotaan rauhallisella äänellä ja samalla kosketetaan lasta, kosketuksen tulee tuntua aina miellyttävältä.
- Sadun voi keksiä myös itse ja kuvittaa sen satuhieronnaksi omin liikkein.
- Satuhierontaa voi tehdä usealla eri tavalla: lapsen ollessa sylissä, tuolilla istuen tai makuulla.
- Lapsi voi myös tehdä satuhieronnan aikuiselle tai toiselle lapselle.
- Satuhieronnassa voi käyttää rauhallista musiikkia ja kynttilöitä luomaan levollista tunnelmaa.
- Muista aina pyytää lupa lapselta satuhierontaan!



”Kiireinenkin halaus helpottaa,  
viiden minuutinkin läheinen  
hyväily tyynnyttää, rauhoittaa,  
lohduttaa ja rentouttaa.  
Koko elämän jatkunut kosketus  
tekee olon turvalliseksi,  
rakastetuksi, onnelliseksi ja terveeksi.”

-Kirjasta Hoitava hieronta, WSOY-



Satuhieronta lapsesi hyvinvoinnin tukena, tietoa satuhieronnasta:

Linkki: <https://www.youtube.com/watch?v=gZG4F--Pnc4>.

## TAIKAPUU

”Olipa kerran pieni orava, joka keräsi metsässä marjoja, pähkinöitä ja siemeniä.

Yhden pienen siemenen orava piilotti maahan.

Se oli taikapuun siemen.

Siemen alkoi kasvaa, ja siitä tuli taimi.

Se kasvoi suureksi kauniiksi puuksi.

Ympäri runkoa ilmestyi oksia, jotka olivat täynnä vihreitä lehtiä.

Puu kasvoi niin suureksi, että sen latva ulottui melkein pilviin asti.

Puu oli taikapuu, ja se osasi puhua. Puu sanoi pilville: ”Minulla on jano, antakaa minulle vettä.”

Ensimmäiset sadepisarat tippuivat taikapuun oksille, rungolle ja lehdille.

Sade voimistui, ja kohta vettä tuli kaatamalla.

Puu imi vettä juuriin asti. Puu sai juoda raikasta vettä niin paljon kuin halusi.

Seuraavaksi puu sanoi auringolle: ”Lämmitä minua, tarvitsen valoasi.”

Ensimmäiset auringonsäteet tulivat heti esiin pilvien takaa ja alkoivat kuivattaa sadepisaroita lehdiltä. Puu imi auringonvaloa itseensä ja nautti lämmöstä.

Auringonpaiste kutsui linnut lentämään, ja ne laskeutuivat yksitellen puun oksille.

Puu oli onnellinen kuunnellessaan lintujen laulua sekä tuulen suhinaa oksistossaan.

-Sanna Tuovinen-

Kirjasta: Satuhieronta, Läsnaölevan kosketuksen ja sadun taikaa

*”Kävele sormilla pitkin selkää rauhallisesti välillä pysähdellen.*

*Tee alaselkään selkärangan kohdalle sormen painallus.*

*Kuljeta käsiä pitkin selkärankaa pikkuhiljaa ylöspäin, voit painaa vähän.*

*Vedä selkärangasta sivuille päin.*

*Rauhallisia vetoja ylöspäin pitkin käsiä, jos kädet ovat ylöspäin. Käsien alhaalla ollessa, kosketaan päälakeen.*

*Sateen ropinaa sormilla ympäri selkää.*

*Vetele sormilla pitkin selkää, päätä ja käsiä kuin rankkasade.*

*Vedä jalkoja pitkin alaspäin.*

*Tuo kädet takaisin selälle.*

*Pyörittäviä, lämmittäviä liikkeitä koko selkään.*

*Paina kämmenellä aina siihen, mihin kukin lintu laskeutuu.*

*Pyöriviä, tuulimaisia liikkeitä sormilla.*

*Laske kädet selän päälle kevyesti”.*

**MERIROSVOLAIVA**

”Neljä merirosvoa lähti kaukaiselle saarelle.

Laiva keinui aaltojen mukaan. Merellä oli isoja aaltoja ja pieniä aaltoja.

Alkoi sataa vettä.

Ensin vettä tuli kaatamalla. Sitten sade hiljeni.

Aurinko alkoi paistaa lämpimästi.

Edessä näkyi saari. Laiva ajoi sen rantaan.

Merirosvot nousivat maihin ja lähtivät seuraamaan karttaa.

He tiesivät, että saarella oli kallisarvoinen aarre, ja he tahtoivat löytää sen.

He kulkivat ylös ja alas ja etsivät.

He kulkivat pitkin rantoja ja kalliota.

Sitten he löysivät sen.

Tiedätkö, mikä se aarre on?

Se olet SINÄ!”

”Laita kädet selän päälle.

*Tee isoja aaltoja alaselästä olkapäihin asti ja pieniä aaltoja yläselälle.*

*Naputa sormilla sateen ropinaa.*

*Kämmenillä auringon lämmittävää pyöritystä.*

*Pidä käsiä paikoillaan selällä.*

*Askella kämmenillä pitkin selkää.*

*Piirrä selkään ruksi.*

*Tee askeleita ruksin luo.*

*Askella kämmenillä pitkin selkää.*

*Askeleet pysähtyvät.*

*Kysytään lapselta.*

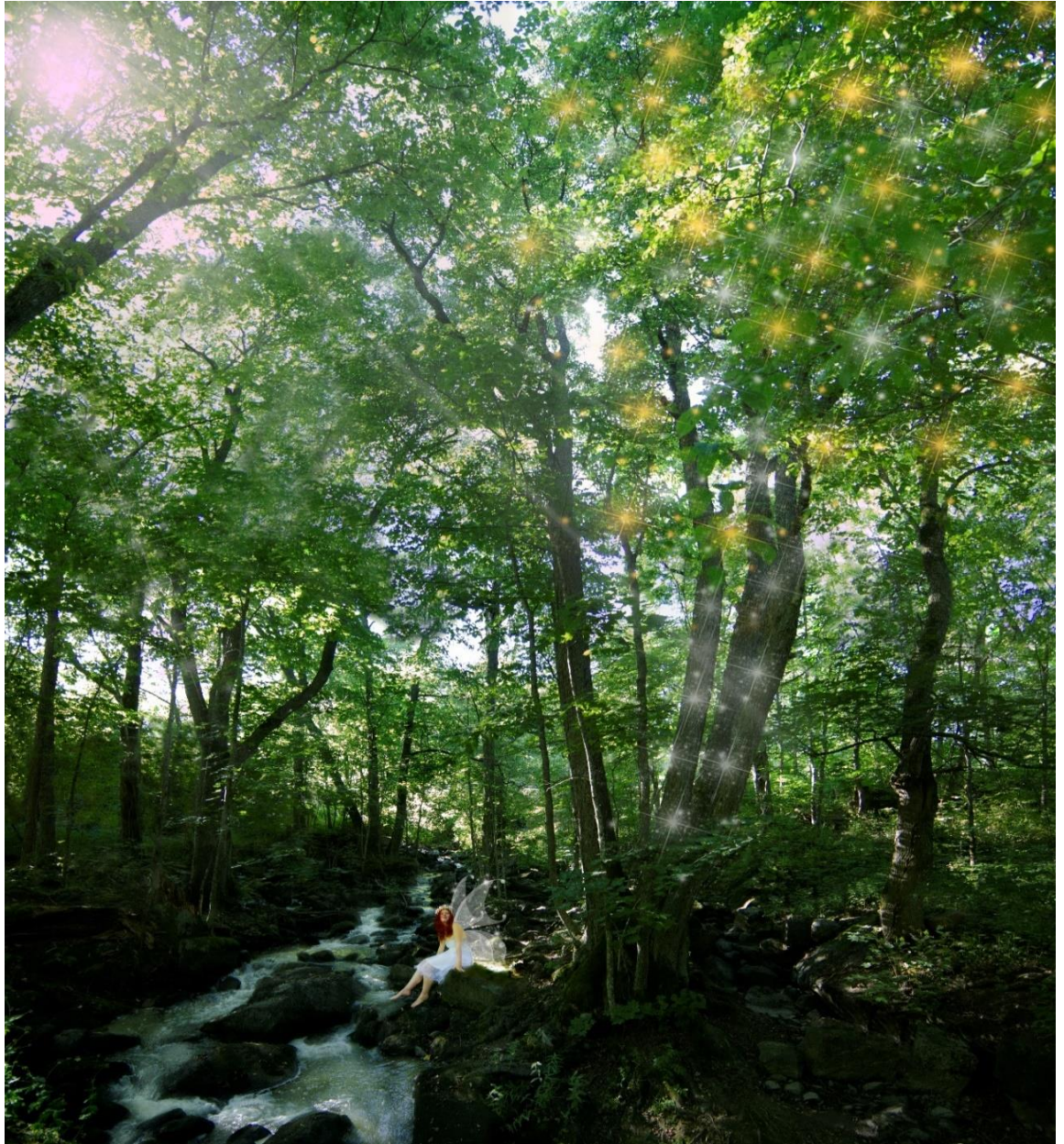
*Anna iso halaus!”*

Anne Vesterinen, Taija Paakkonen, Pirkko Kärki ja Inka Nummi-Heikonen

Kirjasta: Satuhieronta, Läsnaolevan kosketuksen ja sadun taikaa

# SAGOMASSAGE

SOM STÖD FÖR BARNETS VÄLMÅENDE



Tuula Lindholm och Sari Kalliosaari  
CENTRIA YRKESHÖGSKOLA  
2014–2016  
Illustrerat: Tanja Kalliosaari

## Vad är sagomassage?

- I sagomassage förenas sagor, berättelser, fantasi, beröring och lätt massage.
- I sagomassage är den vuxna aktivt med och berör barnet samtidigt som den berättar en saga.
- Sagomassage är ett samspel med glädje och lek.
- Också den vuxna blir lugn av sagomassage



## Fördelar med sagomassage

Sagomassage påverkar barnets fysiska-, psykiska- och sociala utveckling:

- barnets sociala färdigheter utvecklas
- barnet får en bättre bild av sin kropp
- barnets självkänsla förbättras
- barnets fantasi växer och utvecklas
- barnet lugnar ner sig och slappnar av vid sagomassage
- sagomassage minskar bl.a. orolighet och stress



## Hur genomförs sagomassage

- Sagan berättas med en behaglig röst samtidigt som barnet masseras på ett sätt som känns skönt.
- Man kan också hitta på en egen saga och förse den med passande sagomassagerörelser
- Sagomassage kan göras på många olika sätt, exempelvis med barnet sittande på en stol eller så att barnet ligger.
- Barnen kan också ge sagomassage åt varandra eller åt nån vuxen.
- Kom alltid ihåg att fråga lov av barnet!



Här hittar du mera om sagomassage på finska:

Satuhieronta lapsesi hyvinvoinnin tukena.

Linkki: <https://www.youtube.com/watch?v=gZG4F--Pnc4>.

**MASSAGE SÅNG AV IMSE VIMSE SPINDEL**

Imse vimse spindel klättrar  
uppför trä́n.

Ner faller regnet spolar spindeln bort.  
Upp stiger solen  
torkar bort allt regn.

Imse vimse spindel  
klättrar upp igen.

*Klättra med fingrarna från ryggen  
till huvudet.*

*För händerna växelvis neråt.*

*Gör cirkelformade rörelser på ryggen.*

*För händerna fram och tillbaka sidledes över  
ryggen.*

*Klättra med fingrarna från ryggen till  
huvudet. Låt händerna stanna på ryggen.*





**SOL BERÄTTELSE**

Det var en gång ett sagoland  
där solen lyste varm och skön och  
värmde alla träden, blommorna  
fåglarna och människorna.

Solens strålar var varma och  
kändes sköna.

Plötsligt var himlen full av många  
stora tjocka moln. Molnen täckte  
hela himlen.

Det började blåsa. Först lite grann och  
sedan allt mer. Det blev en riktigt stor  
storm. Träden böjdes och bladen snurrade  
i vinden.

Det började regna lite och sen mera och  
mera. Regnet slutade småningom.

Solen tittade fram bakom molnen  
och värmde upp jorden igen. I Sagoland  
var det skönt igen.

*Gör större och större cirklar från mitten  
av ryggen med handflatorna.*

*Fortsätt lika men med fingertopparna.*

*Tryck med handflatorna överallt på ryggen.*

*Blås lite i nacken.*

*Gör stora cirkelrörelser över hela kroppen.*

*Studsas med fingertopparna på huvudet,  
axlarna, armarna och ryggen.*

*Gör större och större cirklar från mitten av  
ryggen med handflatorna.*

*Lämna händer på ryggen och stanna där.*

-Sari Kalliosaari ja Tuula Lindholm-

**Sari Kalliosaari & Tuula Lindholm**

**SATUHIERONTAPROJEKTI KOKKOLAN PÄIVÄKOTIIN**

**Projektisuunnitelma  
CENTRIA AMMATTIKORKEAKOULU  
Sosiaalialan koulutusohjelma  
Huhtikuu 2015**

**SISÄLLYS**

<b>1. JOHDANTO</b>	1
<b>2. PROJEKTIN KUVAUS JA TAVOITTEET</b>	2
2.1 Tarkoitus ja tavoitteet	2
2.2 Tulosten määrittely ja laatu	4
2.3 Projektissa huomioon otettavat säädökset, lait ja standardit	4
<b>3. TIETOPERUSTA</b>	5
3.1 Hyvinvoiva lapsi	5
3.2 Lapsen tunne-elämä satuhierontaprojektissa	5
3.3 Kosketus ja lapsi satuhierontaprojektissa	6
<b>4. PROJEKTIORGANISAATIO</b>	7
4.1 Projektin yhteistyötahot ja ohjausryhmät	7
4.2 Projektiryhmä, työryhmä ja projektipäällikkö/- vastaava	7
4.3 Tukihenkilöt: asiantuntijat ja yhteishenkilöt	7
<b>5. TOTEUTUSSUUNNITELMA</b>	8
5.1 Tehtäväluettelo ja aikataulu	8
5.2 Tehtävien työvaiheet ja muodot	8
5.3 Projektin potentiaaliset ongelmat ja riskit	9
<b>6. PROJEKTIBUDJETTI</b>	11
<b>7. OHJAUSSUUNNITELMA</b>	12
7.1 Ohjausryhmän, projektiryhmän ja työryhmien kokoukset	12
7.2 Projektin tiedottaminen ja dokumentointi	12
7.3 Projektin laadunvarmistus	12
<b>LÄHTEET</b>	13
<b>LIITTEET</b>	

## 1 JOHDANTO

Teemme projektiopinnäytetyömme yhteen Kokkolan kaupungin päiväkotiin. Toteutamme satuhierontaprojektin päiväkodissa interventioiden avulla keväällä 2015 alkaen. Tämän päivän yhteiskuntamme muutokset ovat hyvin nopeita ja ne heijastuvat monella eri tapaa lasten elämään. Yhteiskuntamme on muuttunut lyhytjänteiseksi, kiireiseksi ja stressaavaksi. Lasten pitää saada olla joskus rauhassa ja heitä pitää opettaa rauhoittumiseen jo silloin, kun he ovat pieniä. Päiväkotielämässä aikuiset vaihtuvat, meteliä on liikaa, lapsiryhmät ovat suuria ja taistelu omasta paikasta on jokapäiväistä. Nämä edellä mainitut asiat voivat aiheuttaa osalle lapsista kestostressiä, joka näkyy mm. levottomuutena, ärtyisyytenä ja somaattisina ongelmina. (Sinkkonen 2008, 128–129.) Opinnäytetyömme tuo esille yhden menetelmän, jonka avulla lasten hyvinvointia voidaan lisätä. Mielestämme lasten hyvinvoinnin lisääminen on osa tämän päivän laadukasta varhaiskasvatusta.

Asiasanat: Hyvinvointi, varhaiskasvatussuunnitelma, lapsi, satuhieronta, kosketus

## **2 PROJEKTIN KUVAUS JA TAVOITTEET**

### **2.1 Tarkoitus ja tavoitteet**

Teemme projektiopinnäytetyömme varhaiskasvatukseen, koska haemme varhaiskasvatuskelpoisuutta. Työmme tarkoituksena on lapsen hyvinvoinnin lisääminen satuhieronnan avulla. Tavoitteenamme on tuoda satuhierontamenetelmä osaksi päiväkodintoimintaa ja selvittää, mitä mieltä lapsi itse on satuhieronta hetkistä. Projektimme toiminnallinen osuus sijoittuu yhteen Kokkolan kaupungin päiväkotiin. Tavoitteista olemme tehneet taulukon (TAULUKKO 1), jossa olemme eritelleet oppimistavoitteet, prosessitavoitteet sekä tulostavoitteet. Edellä mainitut tavoitteet koskevat lasta/vanhempia, organisaatiota ja meitä opiskelijoita. Opinnäytetyössämme lasten tavoitteet liittyvät kokemukseen satuhierontahetkestä. Tavoitteena on myös se, että lapsi oppii koskettamaan sekä vastaanottamaan kosketusta. Organisaation tavoitteena on ottaa vastaan satuhierontamenetelmä osaksi päiväkodin toimintaa. Omat tavoitteemme liittyvät valmiiseen opinnäytetyöhön, jolla syvennämme varhaiskasvatusosaamistamme. Tutkimuksemme on kvalitatiivinen tutkimus, johon liittyy kartoittavan tutkimuksen piirteitä (Hirsjärvi ym. 2013, 138).

TAULUKKO 1. Projektioinnäytetyön tavoitteet

	<b>LAPSI/ VANHEMMAT</b>	<b>ORGANISAATIO</b>	<b>OPISKELIJA</b>
<b>OPPIMIS- TAVOITTEET</b>	-Lapsi tutustuu/koee satuhierontahetken. -Lapsi oppii rauhoittumaan hetkeksi. Mittarit: Osallistuva ryhmähavainnointi ja päiväkirja.	-Satuhierontamene- telmä tutuksi päiväko- tiin. Mittari: palautelo- make perehdytystilai- suudesta.	-Projektityöskentelyn sisäistäminen. - Onnistuneet inter- ventiot ja niiden orga- nisointi. -Ohjaamistaitojen ke- hittyminen. -Lapsen mielipide esille satuhierontahet- kestä -Sosionomin VAKA kompetenssien kehiti- tyminen.
<b>PROSESSI- TAVOITTEET</b>	-Lapsille kerrotaan kosketuksesta. - Lapset oppivat koskettamaan ja vastaanottamaan kosketusta leikkien, lorujen ja laulujen avulla aikuisen tu- kemana.	-Perehdyttämistilai- suus satuhieronnasta päiväkodin henkilö- kunnalle. -Satuhieronta osaksi lapsiryhmän toimintaa interventioiden avulla.	-Teemme opinnäyte- työmme projektin muodossa. -Suunnitteleme, oh- jaamme ja arvioimme interventiot ja niiden toteuttamisen. -Huomioimme lapsen ikä- ja kehitystason. -Kohtaamme lapsen yksilönä ja kunnioi- tamme lasta ja hänen mielipiteitään.
<b>TULOS- TAVOITTEET</b>	-Lapsi saa kokea satu- hierontahetken ja ai- kuisen läsnäoloa. -Vanhemmille opas satuhieronnasta.	-Päiväkodille opas sa- tuhieronnasta ja yh- teenveto henkilökun- nan sekä lasten palau- telomakkeiden tulok- sista.	-Valmis opinnäytetyö, joka mahdollistaa var- haiskasvatuskelpoi- suuden. -Tuotetaan opas satu- hieronnasta.

## 2.2 Tulosten määrittely ja laatu

Interventioissa oppimistavoitteita mitataan osallistuvalla havainnoinnilla (Hirsjärvi 2013, 216–217). Pitämissämme interventioissa osallistumme itse ryhmän toimintaan. Opinnäyte-  
työssämme toteutamme itsearviointia ja keräämme palautetta sekä lapsilta että aikuisilta. Palautetta keräämme sekä suullisesti että kirjallisesti. Keskustelemme myös lasten kanssa

interventioiden päätyttyä, kuinka he tilanteen kokivat, sekä keräämme kirjallisen palautteen pienryhmän lapsilta. Henkilökunnalta keräämme kirjallisen palautteen pitämämme satuhierontaperehdytyksen jälkeen, sekä palautteen ohjaamistaidoistamme työelämäohjaajalta viimeisen intervention jälkeen.

### **2.3 Projektissa huomioon otettavat säädökset, lait ja standardit**

Opinnäytetyösopimuksen ja muut tarvittavat sopimukset teemme työelämäedustajan kanssa. Ennen interventioiden alkamista kysymme luvat myös lasten vanhemmilta kirjallisesti. Tärkein opinnäytetyötä ohjaava asiakirja on varhaiskasvatuksen sisältöä linjaava varhaiskasvatussuunnitelman perusteet.

Opinnäytetyössämme meidän täytyy huomioida myös laki lasten päivähoidosta 19.1.1973/36. Opinnäytetyömme kohdistuu kunnalliseen päivähoitoon, joka on yksi hoitomuoto lasten päivähoidosta. Päivähoidon tavoitteena on tukea lapsen tasapainoista kehitystä, tarjota lapselle jatkuvat, turvalliset ja lämpimät vuorovaikutussuhteet sekä tarjota monipuolista lapsen lähtökohdat huomioon ottavaa toimintaa. Päivähoidon tulee myös edistää lasten fyysistä, sosiaalista ja tunne-elämän kehitystä. (Laki lastenpäivähoidosta 19.1.1973/36.)

Lastensuojelulaille turvataan lapsen oikeus turvalliseen kasvu ympäristöön, sosiaalisiin suhteisiin ja vanhempien kasvatusvastuuseen. Lastensuojelulaki velvoittaa puuttumaan perheen ongelmiin, jossa lasten hyvinvointi on vaarassa. Hyvinvointia pyritään turvaamaan mm. moniammatillisella yhteistyöllä sekä kuntien laatimalla hyvinvointisuunnitelmalla. (Lastensuojelulaki 13.4.2007/417.)

### **3 TIETOPERUSTA**

#### **3.1 Hyvinvoiva lapsi**

Varhaiskasvatuksen tavoitteena on edistää lapsen kasvua, kehitystä ja oppimista yhdessä vanhempien ja varhaiskasvatuksen ammattilaisten kanssa. Valtakunnallinen varhaiskasvatussuunnitelman perusteet ohjaavat kaikkia varhaiskasvatuksessa työskenteleviä henkilöitä. Varhaiskasvatuksen perusteissa on esteettinen orientaatio, jossa lapselle tuodaan tutuksi menetelmiä, joihin luetellaan kuuluviksi muun muassa havaitseminen, kuunteleminen, luominen, tunteminen ja kuvittelu. Esteettisessä orientaatioissa lapselle tarjotaan mahdollisuutta aistia, tuntea ja kokea omakohtaisesti erilaisia asioita, jotka hahmottavat lapsen omia arvoituksen kohteita ja näkemyksiä. (Stakes 2005, 7–8, 28.)

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa yhtenä tavoitteena on hyvinvoiva lapsi. Kun lapsi voi hyvin, hänellä on hyvät kasvun, oppimisen ja kehittymisen edellytykset. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 15). Tavoitteeseen päästään kunnioittamalla ja huomioimalla lapsi yksilönä. Yksilön hyvinvointi toteutuu silloin, kun lapsi saa toimia ja kehittyä omaksi persoonaksi. Terveen itsetunnon vahvistaminen on yksi huomion arvoinen seikka. Tärkeää on huomioida, niin vertaisryhmän, kuin aikuistenkin vuorovaikutuskokemusten merkitys lapsen itsetunnolle. Varhaiskasvatuksen perusteissa ilmaistaan myös lämpimien ja pysyvien ihmissuhteiden tärkeys, sekä aikuisen kyky reagoida lapsen tarpeisiin. Aikuisten sensitiivisyys nousee esille monella tasolla ohjekirjoissa. (Kalliala 2008, 231–232, 258–259.)

Sinkkosen (2008) mukaan rutiinit ja säännönmukaisuus sekä turvallisuuden kokemukset ja varhaiset vuorovaikutuskokemukset vaikuttavat lasten hyvinvointiin. Aikuisten täytyy huolehtia lasten perustarpeista, jotta lapsi voi hyvin. Myös rajoilla, tapakasvatuksella, ikätove-reilla ja leikillä on merkitystä lapsen hyvinvointiin. Hyvinvoiva lapsi tarvitsee kokemuksia siitä, että on hyvä ja rakastamisen arvoinen sellaisenaan.



### **3.2 Lapsen tunne-elämä satuhierontaprojektissa**

Psyko-sosiaaliseen kehitykseen kuuluu tunne-elämän kehitys. Sinkkosen (2008) mukaan ilman tunnetta lapsi ei pysty oppimaan. Tiedollinen kehitys edellyttää tunnesuhdetta ja turvallisuuden kokemusta. Varhaisilla vuorovaikutuskokemuksilla on merkitystä lapsen myöhemmälle kehitykselle ja sanattomat viestintäväylät vahvistavat lapsen myönteisiä tunteita. Lapsella on kiintymyssuhteita ensin omiin vanhempiinsa, myöhemmin tärkeisiin aikuisiin. Kiintymyssuhteilla on merkitystä lapsen tunne-elämän kehitykseen. Lapsi saa turvallisuuden tunteen fyysisestä läheisyydestä.

Lapsi tulee nähdä kokonaisvaltaisena ihmisenä, jossa tunteiden ja tunnetaitojen osuus on osattava huomioida. Kasvuympäristö ja yksilön aikaisemmat kokemukset vaikuttavat tunnekokemuksiin ja taitoihin. Tunteilla on suuri merkitys lapsen ihmissuhteissa, onnellisuudessa ja oppimisessa. (Opetushallitus 2013.)

### **3.3 Kosketus ja lapsi satuhierontaprojektissa**

Kosketuksen kautta lapsi kokee rauhoittumista, lohdutusta ja hoitoa (Pitkänen 2012). On tutkittu, että toistuvat rauhoittumisen koskettamisen kokemukset vaikuttavat ihmisen hermoston kehitykseen koko eliniän ajan. Kosketuksen kautta vuorovaikutussuhteet muihin ihmisiin paranevat ja erityisesti kosketushieronnalla on saatu positiivisia tuloksia aikaan. (Mäkelä, 2005.) Lapsi tarvitsee vuorovaikutuksellista aikuista kehittyäkseen. Kosketus on yksi vuorovaikutuksen muoto, jonka avulla lapsi muodostaa kokonaiskuvan itsestään ja omasta kehostaan. Kosketuksella onkin suuri merkitys siihen, millaiseksi lapsi itsensä tuntee. Kosketus auttaa lasta luottamaan toisiin ihmisiin. Hellä kosketus opettaa lapsille sosiaalisuutta ja vuorovaikutustaitoja. (Räinä 2015.)

Tuntoaistinsa avulla lapsi aistii ihon kautta saatuja tuntoaistimuksia, esimerkiksi kosketusta. Hellä ja rakastava hoito vaikuttaa lapsen myönteiseen fyysiseen ja emotionaaliseen kasvuun. Siksi onkin tärkeää, että lapsi saa aikuisilta paljon läheisyyttä, kosketusta, syliä ja halausta. Kun lapsi hahmottaa oman kehonsa, hän käyttää tuntoaistijärjestelmää oman minän ja ympäristön rajaamiseen. Lapsen on tärkeä oppia hahmottamaan kehonsa, sillä sen avulla lapsi oppii leikkimään ja kohtaamaan uusia haasteita elämässään. (Leppäkases 2006.)

## **4 PROJEKTIORGANISAATIO**

### **4.1 Projektin yhteistyötahot ja ohjausryhmä**

Yhteistyökumppanimme on Kokkolan kaupungissa sijaitseva päiväkotit. Päiväkodissa on sekä suomen- että ruotsinkielisiä lapsiryhmiä. Kokkolan varhaiskasvatussuunnitelmassa (2005–2006) on kirjattu lapselle ominaiseksi tavaksi toimia taiteellinen kokeminen ja ilmaiseminen. Edellä mainituissa toiminnoissa tulee esille tunteet, mielikuvitus ja luovuus. Pyrkimyksenä on tuottaa lapselle monipuolisia ja positiivisia elämyksiä. Myös toiminta-ajatuksessa ja arvopohjassa tulee esille halu tarjota hyvää perushoitoa, oikeus kiireettömyyteen ja turvallisen aikuisen syliin. Edellä mainitut asiat näkyvät painopistealueina yhteistyöpäiväkodin varhaiskasvatussuunnitelmassa.

### **4.2 Projektiryhmä, työryhmät ja projektipäällikkö/vastaava**

Projektiryhmäämme kuuluvat opinnäytetyönohjaaja, työelämänohjaaja päiväkodista, ryhmän työntekijät sekä muu päiväkodin varhaiskasvatushenkilöstö. Me, sosionomiopiskelijat, Tuula Lindholm ja Sari Kalliosaari, toimimme projektipäällikköinä. Projektissamme ohjaamme sekä isoa ryhmää että pienryhmää. Keskustelemme ryhmien koosta päiväkodin henkilökunnan kanssa.

### **4.3 Tukihenkilöt: asiantuntijat, yhteistyöhenkilöt**

Asiantuntijana projektissamme käytämme satuhierontavalmennuksen kehittäjää, kouluttajaa Sanna Tuovista, opinnäytetyöohjaajaa, kiertävää erityislastentarhanopettajaa, työelämänohjaajaa ja muuta päiväkotiryhmän henkilökuntaa.

## **5 TOTEUTUSSUUNNITELMA**

### **5.1 Tehtäväluettelo ja aikataulu**

Aloitimme miettimään opinnäytetyötämme syksyllä 2014 ja melko pian löysimme mielenkiintoisen aiheen. Joulukuussa 2014 kävimme keskustelua Kokkolan kaupungin varhaiskasvatuskoordinaatin kanssa, joka antoi hyväksynnän suunnitelmallemme. Keväällä 2015 otimme yhteyttä päiväkotiin, jonka kanssa teimme yhteistyösopimuksen.

Keväällä 2015 tulemme käymään tarkempia keskusteluja työelämänohjaajamme kanssa projektimme eri vaiheista. Huhtikuussa 2015 osallistumme suunniteltuun satuhierontakoulutukseen. Kevään 2015 aikana teemme hyväksytyyn projektisuunnitelman, jonka jälkeen saamme tarvittavat luvat projektimme eteenpäin viemiseksi. Aloitamme interventiot henkilökunnan perehdyttämällä mahdollisesti jo kevään 2015 aikana tai ainakin Elokuussa 2015. Elokuun aikana tulemme myös jakamaan lasten vanhemmille tiedotteet, jossa kerromme projektistamme ja pyydämme lupaa työskennellä heidän lastensa kanssa. Elokuusta 2015 aloitamme interventioiden pitämisen päiväkotiryhmässä, jotka tulevat kestäämään noin neljä viikkoa. Alustavan suunnitelman mukaan interventioita tulisi olemaan lasten kanssa kuusi kertaa. Viimeisessä interventiossa esitämme henkilökunnalle kyselyjen tulokset koskien satuhierontaa. Puolessa välissä interventioita tulemme tekemään väliarvioinnin keskustelemalla työelämänedustajan kanssa projektimme edistymisestä. Loppu syksyn 2015 olemme varanneet opinnäytetyömme kokoamiselle.

Opinnäytetyössämme käytämme osallistuvaa havainnointia, tarkkailua, keskustelua ja kyselyjä. Lapsilta keräämme palautetta keskustelemalla. Näillä aineistonkeruumenetelmillä saamme näkyviin lasten omat mielipiteet satuhierontahetkestä, sekä henkilökunnan näemyksen satuhieronnasta lapsen hyvinvoinnin edistäjänä ja mahdollistajana.

### **5.2 Tehtävien työvaiheet ja muodot**

Projektissamme tulee esille aloitus, toteutus ja lopetus. Aloitusvaiheessa olemme suunnitelleet projektimme aiheen, asettaneet tavoitteet projektillemme sekä huolehtineet käytännön

järjestelyistä projektin eteenpäin viemiseksi. Toteutus tapahtuu interventioilla, jotka suunnittelemme, toteutamme ja arvioimme. Interventioissa käytämme satuja, jotka pohjautuvat Sanna Tuovisen kirjaan Satuhieronta, läsnä olevan kosketuksen ja sadun taikaa. Olemme kysyneet luvan satujen käyttöön Tuoviselta. Lopetusvaiheeseen kuuluvat palautteen kerääminen ja esille tuominen. Dokumentointi ja reflektio seuraa mukana koko prosessin ajan. Reflektointi on tärkeää projektille, koska projekti tarvitsee reflektointia välitavoitteiden ja lopullisten tavoitteiden saavuttamiseen (Virtanen 2000, 198).

Projektimme tulee sisältämään koko lapsiryhmän interventioita ja pienryhmäinterventioita. Interventiot ovat kaavamaisia, joissa tulee esille aloitus, toteutus ja lopetus. Kaavamaisuus muodostuu samoista elementeistä ja ne tuovat turvallisuutta ja selkeyttä interventioihin. Toteutusvaiheessa keskitymme satuhierontahetkeen, jota seuraa rutiininomainen lopetus.

Ensimmäisen intervention suoritamme henkilökunnan perehdyttämisen muodossa. Lasten interventiot tulevat muodostumaan kahdesta tutustumiskerrasta, jotka koskettavat koko lapsiryhmää. Näiden kahden kerran tarkoituksena on tulla tutuksi aikuisten ja lasten kesken sekä luoda luottamussuhteita. Kolme seuraavaa kertaa toteutamme satuhierontainterventioita pienryhmässä. Pienryhmä satuhierontainterventio koskee aina neljää samaa lasta, joilta kysymme palautetta keskustelemalla. Viimeinen seitsemäs kerta pitää sisällään lopetuksen, jolloin koko lapsiryhmä on mukana. Silloin kerromme kyselyjen tuloksista henkilökunnalle.

Osallistuvaa havainnointia ja tarkkailua suoritamme jokaisen intervention aikana. Henkilökunnalle suunnatun kyselylomakkeen toteutamme pitämämme koulutuksen jälkeen. Kyselyn omista ohjaamistaidoistamme suoritamme viimeisen intervention jälkeen.

### **5.3 Projektin potentiaaliset ongelmat ja riskit**

Koska olemme suunnitelleet aloittavamme projektimme elokuussa, koemme riskiksi ajankohdan, joka ajoittuu kesälomakauteen. Osa päiväkodinhenkilökunnasta voi olla vielä lomalla ja henkilökunnan vaihtuvuus voi olla mahdollista. Ajankohdan vuoksi lapset ja aikuiset voivat olla toisilleen vieraita, jolloin yhteisiä toimintamuotoja ei ole vielä päässyt kehittymään. Tiedämme, että projektipäiväkodissämme on myös johtajavaihdokset edessä.

Koska projektimme edellyttää ryhmän jakamista, koemme haasteeksi lapsilukumäärän suhteessa henkilökunnan määrään ryhmässä. Projektimme toteutetaan yhteistyössä työelämän kanssa, joten aikataulu voi muuttua jostain syystä, joka voi olla riski opinnäytetyömme edistymiselle.

## 6. PROJEKTIBUDJETTI

Projektissamme on kiinteä budjetti, jonka arvioimme projektimme alussa. Projektin lopussa vertaamme tulosta aikaisempaan arviointiin. Laskemme omantyömme osuudeksi noin 400h, jolle emme laske rahallista arvoa. Olemme menossa satuhierontakoulutukseen, joka maksaa 300€. Kokkolan kaupunki rahoittaa osan satuhierontakoulutuksesta 150€, loput maksamme itse. Projektityömme tulee sisältämään oppaan päiväkotiin sekä lapsiryhmän vanhemmille. Arvioimme oppaiden kustannusten olevan niin pieniä (6€), että päiväkotit osallistuu kustannuksiin.

TAULUKKO 2. Budjetti

MENOT	€
satuhierontakoulutus	150€
bensiini	60€
monisteet/materiaalit	10€
<b>YHTEENSÄ</b>	<b>220€</b>

## **7. OHJAUSSUUNNITELMA**

### **7.1 Ohjausryhmän, projektiryhmän ja työryhmän kokoukset**

Projektimme alussa otimme yhteyttä Kokkolan kaupungin varhaiskasvatuskoordinaattiin, jonka kanssa keskustelimme projektimme ideasta. Samalla kertaa tapasimme erityislastentarhaopettajan, jolla on tietoa ja taitoa satuhieronnasta. Edellä mainitut hyväksyivät projektimme idean ja pitivät sitä toteuttamiskelpoisena. Otimme yhteyttä päiväkodin johtajaan, jolta tiedustelimme mahdollisuutta toteuttaa projektimme kyseisessä päiväkodissa. Sovimme tapaamisen, jossa teimme yhteistyösopimuksen ja kartoitimme hieman projektimme suunnitelmaa. Tarkoituksenamme on keskustella mahdollisimman pian projektistamme, jossa selvitämme enemmän projektimme sisältöä, tavoitteita ja tarkoitusta sekä aikataulua.

### **7.2 Projektin tiedottaminen ja dokumentointi**

Tutkimispäiväkirjan avulla edistämme ja seuraamme projektimme kulkua (Hirsjärvi ym. 2009, 45). Tässä projektissa käytämme päiväkirjaa, mikä auttaa meitä refleктоimaan tekemisiämme projektin aikana. Tiedottamista tapahtuu päiväkodin, Centria ammattikorkeakoulun ja meidän opiskelijoiden välillä säännöllisesti. Projektimme puolessavälissä pidämme väliarvioinnin, jolloin varmistamme tavoitteissa pysymisen. Väliarvioinnin tuleamme suorittamaan keskustelemalla työelämänedustajan kanssa.

### **7.3 Projektin laadun varmistus**

Projektissamme laadun varmistamme käymällä satuhierontakoulutuksen, tekemällä yhteistyötä ammattihenkilöiden kanssa sekä käyttämällä laadukkaita lähteitä. Laatua projektiimme tuo myös lapsilta sekä henkilökunnalta kerätyt palautteet.

**LÄHTEET**

- Hakala, T. 2006. Nettineuvo. Lapset/ Lapsen kehitys/ Sensomotorinen kehitys. (Lapsen liikkumisen kehitys) Www-dokumentti. Saatavissa: <http://www.nettineuvo.fi/index.asp?link=55&klik=2>. Luettu 18.3.2015.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2013. Tutki ja kirjoita. 18., uudistettu painos. Porvoo: Bookwell Oy.
- Kalliala, M. 2008. Kato mua! Kohtaako aikuinen lapsen päiväkodissa? Helsinki: Yliopistopaino.
- Kokkolan varhaiskasvatussuunnitelma. Pdf-tiedosto. Saatavissa: [https://www.kokkola.fi/palvelut/opetus\\_ja\\_kasvatus/paivahoito/fi\\_FI/paivahoito/fi-les/91640319769909823/default/kokkola\\_vasu\\_2010.pdf](https://www.kokkola.fi/palvelut/opetus_ja_kasvatus/paivahoito/fi_FI/paivahoito/fi-les/91640319769909823/default/kokkola_vasu_2010.pdf). Luettu 18.12.2015.
- Laki lasten päivähoitolaista. 19.1.1973/36. Www-dokumentti. Saatavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1973/19730036>. Luettu 21.3.2015.
- Lastensuojelulaki. 13.4.2007/417. Www-dokumentti. Saatavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417>. Luettu 21.3.2015.
- Leppäkaskes, T. 2006. Nettineuvo. Lapset/ Lapsen kehitys/ Aistien kehitys/ Tuntoaisti. Www-dokumentti. Saatavissa: <http://www.nettineuvo.fi/index.asp>. Luettu 18.5.2015.
- Mäkelä, J. 2005. Kosketuksen merkitys lapsen kehityksessä. Suomen lääkäri-lehti 14/2005, 1543-1549. Www-dokumentti. Saatavissa: [http://files.kotisivukone.com/pirpana2.kotisivukone.com/tiedostot/kosketuksen\\_merkitys\\_artikkeli.pdf](http://files.kotisivukone.com/pirpana2.kotisivukone.com/tiedostot/kosketuksen_merkitys_artikkeli.pdf). Luettu 17.3.2015.
- Opetushallitus. 2013. Tunteesta tunteeseen. Ihmismielen tarinat kuvin ja sanoin. Tunteet mitä ne ovat? Www-sivut. Saatavissa: [http://www.edu.fi/tunteesta\\_tunteeseen/tunteet\\_mita\\_ne\\_ovat](http://www.edu.fi/tunteesta_tunteeseen/tunteet_mita_ne_ovat). Luettu 12.4.2015.
- Pitkänen, V. 2012. Kosketus luo itsetuntoa ja muuttaa asenteita. Turun sanomat 23.4.2012. Www-dokumentti. Saatavissa: <http://www.ts.fi/teemat/terveys/337398/Kosketus+luo+itsetuntoa+ja+muuttaa+asenteita>. Luettu: 16.3.2015.
- Räinä, J. 2015. Lastenpsykiatri: ”Kosketus on lapselle yhtä tärkeää kuin uni.” Meidän perhe 9.2.2015. Www-dokumentti. Saatavissa: [http://www.meidanperhe.fi/artikkeli/kasvu/kasvatus/kosketus\\_on\\_lapselle\\_yhta\\_tarkeaa\\_kuin\\_uni](http://www.meidanperhe.fi/artikkeli/kasvu/kasvatus/kosketus_on_lapselle_yhta_tarkeaa_kuin_uni). Luettu 16.3.2015.
- Sinkkonen, J. 2008. Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun. Juva: WS Bookwell Oy.



Stakes. 2005. Varhaiskasvatuksen perusteet. Www-dokumentti. Saatavissa: <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/77129/Varhaiskasvatussuunnitelmanperusteet.pdf?sequence=1>. Luettu 19.3.2015.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. 2005. Stakes. Oppaita 56. Saatavissa: <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/77129/Varhaiskasvatussuunnitelmanperusteet.pdf?sequence=1>. Luettu 29.4.2015.

Virtanen, P. 2000. Projektityö. Porvoo: Bookwell Oy.

## OHJATUN TOIMINNAN SUUNNITTELULOMAKE

	TAVOITTEET	TOTEUTUS
1. INTERVENTIO/ Päiväkodin varhaiskasvatus- henkilöstö	-Tutustuminen päiväkodin henkilökuntaan -Satuhieronta tutuksi -Motivaation luominen -Tiedon ja taidon lisääminen satuhieronnasta	-Satuhierontaperehdytyksen kautta viemme tietoa ja taitoa henkilöstölle -Tuomme ja luomme positiivisen kuvan satuhierontamenetelmästä
2. INTERVENTIO/ Koko lapsiryhmä	-Vastavuoroinen tutustuminen (lapset/me) -Askartelu ( nimilintu)	-Projektista kertominen ja meidän esittely lapsille -Tutustumisleikkejä, nimilintu sa- tupuuhun
3. INTERVENTIO/ Koko lapsiryhmä	-Lapsille kerrotaan kosketuk- sesta -Lapsi ilmaisee sanallisesti tunteitaan ja ajatuksiaan	-Luetaan kosketuksesta kertova kirja -Keskustelua aiheesta
4. INTERVENTIO/ Pienryhmä	-Antaa lapselle aikuisen läsnä- oloa	- Satuhierontahetki
5. INTERVENTIO/ Pienryhmä	- Antaa lapselle rauhoittava hetki	- Satuhierontahetki
6. INTERVENTIO/ Pienryhmä	- Mahdollistaa lapselle voi- maannuttavan kokemuksen	-Satuhierontahetki

## OHJATUN TOIMINNAN SUUNNITTELULOMAKE (jatkuu)

	TAVOITTEET	TOTEUTUS
7. INTERVENTIO/ Lopetuskerta, koko lapsiryhmä	-Yhteenkuuluvuuden tunteen ja turvallisuuden tunteen lisääminen -Projektin päättäminen	-Kosketusleikkejä ja lauluja -Jaetaan nimilinnut kotiin -Kyselyistä saadun tiedon kertominen henkilökunnalle.

Interventioissa näkyy alku, toteutus ja loppu. Aloitamme interventiot kokoontumalla yhteen, jonka aikana katsomme ketä lapsista on paikalla. Satupuu ja askartelemamme nimilinnut toimivat konkreettisina merkkeinä läsnäolijoista. Interventiot alkavat aina samalla alkulaululla ja loppuvat pitämässämme pienryhmissä loppurunoon. Yleistavoite interventioille on opettaa lapsille koskettamista ja kosketuksen vastaanottamista.

Toiminnallisten tavoitteiden mittareina ovat ryhmän tarkkailu ja havainnointi, joista kirjaamme päiväkirjaa. Interventioiden jälkeen keskustelemme yhdessä interventioiden herättämistä ajatuksista ja tunteista. Aikuisilta keräämme palautteen kirjallisesti perehdytyksen jälkeen ja pienryhmän lapsilta keräämme palautteen jokaisen pienryhmäintervention jälkeen.

**OHJATUN TOIMINNAN SUUNNITELMA****VKO: 32**

**Toiminnan aihe:** Ryhmän henkilökunnan ja satuhierontaprojektin toteuttajien tutustuminen toisiinsa, satuhieronnan tutuksi tuominen ryhmän henkilökunnalle ja henkilökunnan mieliala satuhieronnasta

**Toimintamuoto:** Satuhierontaprojektista kertominen, ryhmäntyöntekijöiden perehdyttäminen satuhierontaan (perehdyttäminen sisältää tietoa satuhierontamenetelmästä ja sisältää konkreettisia satuhierontaharjoituksia) Palaute kerätään palautelomakkeella.

**Osallistujat:** 3–4 ryhmän aikuista

**Tavoitteet:** Motivaation, tiedon ja taidon lisääminen satuhieronnasta

**Materiaalit/välineet:** Tietokone, diat, tekemämme opas, makuualusta, patterikynttilät, pöytälamppu, musiikki, palautelomake

**Ohjatun toiminnan toteutus:** Tila laitetaan valmiiksi etukäteen. Patterikynttilät, pöytälamppu, patjat ja musiikki asetetaan valmiiksi paikoilleen. Esitellään itsemme ja projektimme. Tutustutaan henkilökuntaan esittelykierroksella ja jaetaan itse työstetty kaksikielinen satuhierontaopas. Kerrotaan satuhieronnasta, kuinka sitä toteutetaan käytännössä ja siihen liittyvät säännöt. Kerrotaan myös satuhieronnan merkityksestä lapselle sekä aikuiselle. Katsoaan tietokoneelta Satuhieronta lapsesi hyvinvoinnin tukena- linkki. Tämän jälkeen ohjataan kaksi erilaista satuhierontaa Taikapuu-hieronta ja Merirosvolaiva-hieronta.

Motivointikeinoina tila järjestetään rauhoittavaksi ja helposti toteutettavaksi. Tilaisuudessa tuodaan esille tietoa, joka tukee ajatusta satuhieronnasta lapsen hyvinvoinnin edistäjänä. Itse perehdyttämistilaisuus tehdään tunteita herättäväksi ja rennoksi ja valitaan rentouttavat ja voimaannuttavat sadut, jotka on helppo toteuttaa myöhemmin myös lasten kanssa. Jätetään yleiseen keskusteluun aikaa ja jaetaan palautelomake. Omaa työskentelyä arvioidaan omassa oppimispäiväkirjassa.

**OHJATUN TOIMINNAN SUUNNITELMA****VKO: 33**

**Toiminnan aihe:** Lasten ja projektintoteuttajien tutustuminen toisiinsa leikin avulla, alkulauluun tutustuminen ja askartelu

**Toimintamuoto:** Leikin kautta tutustuminen ja sadun kautta mielikuvien luominen askarteluhetkeen.

**Osallistujat:** 3–5 vuotiaat lapset, noin 23.

**Tavoitteet:** Projektista kertominen lapsille, luottamuksen rakentaminen projektin toteuttajiin leikin ja keskustelun avulla. Tavoitteena on askarrella Nimilintu satupuuhun.

**Materiaalit/välineet:** Alkulaulun sanat, pehmolelu, kartonkia, kyniä, saksia, liima, hilettä, Satulintu-satu

**Ohjatun toiminnan toteutus:** Interventio aloitetaan itsemme ja projektimme esittelyllä, jonka jälkeen lauletaan alkulaulun. Seuraavaksi leikitään tutustumisleikki, jossa jokainen lapsi vuorollaan kertoo oman nimensä ja mitä sillä hetkellä haluaa sanoa. Leikissä käytetään apuna pehmolelua. Pehmolelu kiertää lapselta lapselle määritellen puheenvuoron. Tällä tavalla otetaan jokainen lapsi huomioon. Seuraavaksi luetaan lapsille satu Satulinnusta, jonka jälkeen lapset askartelevat oman Satulinnun satupuuhun.

Ennen intervention alkua valmistetaan askartelutila valmiiksi. Varataan jokaiselle lapselle tuolipaikka ja tarpeeksi askarteluvälineitä saksia, paperia, liimaa ja hileitä. Askartelua tehdessä huomioidaan, että joku lapsi voi tarvita piirtämisapua tai leikkausapua. Koska lapsia on paljon, pyydetään ryhmän aikuisia osallistumaan askarteluhetkeen. Huomioidaan, että kaikki lapset eivät saa askartelua valmiiksi yhtä aikaa. Sovitaan henkilökunnan kanssa, että

yksi ryhmän aikuinen lähtee valmiiden lasten kanssa ulos. Varataan tarpeeksi aikaa askarteluhetkeen, jolloin jokainen lapsi saa rauhassa tehdä lintunsa valmiiksi.

Motivointi keinoina askarteluun luetaan satu, joka herättää lapsille mielikuvia Satulinnusta. Muutoin suunnitellaan interventio lapsen ikä ja kehitystaso huomioiden. Toivotaan sanallista palautetta henkilökunnalta, jotka ovat mukana interventiossa. Oma työskenntelyä arvioidaan oppimispäiväkirjassa.

**OHJATUN TOIMINNAN SUUNNITELMA****VKO: 33**

**Toiminnan aihe:** Kerrotaan lapsille kosketuksesta ja keskustellaan asiasta lasten kanssa. Tutustutaan alkulauluun ja loppuloruun sekä tehdään satuhieronta yhdessä.

**Toimintamuoto:** Kirjan lukeminen ja keskustelu, Merirosvolaiva-satuhieronta

**Osallistujat:** 3–5-vuotiaita lapsia, noin 23

**Tavoitteet:** Lapsi oppii koskettamaan ”oikein”. Lapsi ymmärtää koskettamisen rajat ja miten kosketetaan. Opetellaan pyytämään lupa koskettamiseen.

**Materiaalit/välineet:** Sinä olet suloisin- kirja, itsepiirretty lapsen hahmo, loppulorun sanat

**Ohjatun toiminnan toteutus:** Aloitetaan intervention alkulaululla. Laulun jälkeen katsotaan Satulintujen avulla, ketkä lapset ovat paikalla. Luetaan kirjan Sinä olet suloisin ja keskustellaan lasten tuomista ajatuksista kirjan pohjalta. Otetaan huomioon jokaisen lapsen mielipide ja yritetään saada jokainen lapsi tuomaan esille omia ajatuksiaan. Käytetään itsepiirrettyä hahmoa havainnollistamaan lapselle, mihin saa koskea. Tehdään pareittain Merirosvo-satuhieronnan. Lopussa leikitään loppuloru.

Luettu kirja ja hahmo toimivat motivointikeinoina lasten ajatuksille, jonka pohjalta herää keskustelua kosketuksesta. Toivotaan sanallista palautetta henkilökunnalta, jotka ovat mukana interventiossa. Omaa työskentelyä arvioidaan oppimispäiväkirjassa.



**OHJATUN TOIMINNAN SUUNNITELMA****VKO: 34**

**Toiminnan aihe:** Aamupäivän jäsentäminen ja satuhierontahetki osalle lapsista

**Toimintamuoto:** Kokoonnutaan yhteiseen aamuhetkeen, jonka jälkeen on pienryhmän satuhierontainterventio. (Ryhmän henkilökunta on valinnut projektiin neljä lasta ja heidän kanssaan tehdään satuhieronnat seuraavat kolme kertaa.)

**Osallistujat:** 3–5-vuotiaita lapsia mukana noin 23, joista neljä lasta osallistuu satuhierontainterventioon.

**Tavoitteet:** Koko lapsiryhmän tavoitteena: jäsentää aamupäivän toiminta.  
Pienryhmän tavoitteena: satuhierontahetki, jossa lapsi saa aikuisen läsnäoloa.

**Materiaalit/välineet:** Satulintu-satu, patjat, pikkulamppu, patterikynttilät, musiikki, alkulaulun ja loppulorun sanat, palautekysymykset

**Ohjatun toiminnan toteutus:** Lauletaan alkulaulu ja katsotaan ketkä lapsista on paikalla. Neljä lasta, joilta on aikaisemmin kysytty halukkuutta ja lupaa osallistua satuhierontainterventioihin, ohjataan toiseen tilaan. Tila on valmisteltu etukäteen satuhierontaa varten. Henkilökunta ohjaa muiden lasten toimintaa. Asiasta on keskusteltu aikaisemmin ryhmän aikuisten kanssa. Satuhierontainterventio tehdään rauhallisessa tilassa. Lapset valmistellaan interventioon kertomalla satuhierontamenetelmästä ja varmistetaan lupa kosketukseen. Toteutetaan satuhieronta Satulintu-sadun avulla. Satuhierontahetki loppuu loppuloruun. Hieronnan loputtua keskustellaan lasten kanssa satuhieronnan tuottamista ajatuksista, lapsille suunnattujen kysymysten pohjalta. Palaute ohjaamistaidoista kysytään mukana olevalta päiväkodin työntekijältä suullisesti. Omaa työskentelyä arvioidaan oppimispäiväkirjassa.

**OHJATUN TOIMINNAN SUUNNITELMA****VKO: 34****Toiminnan aihe:** Aamupäivän jäsentäminen ja satuhierontahetki**Toimintamuoto:** Kokoontuminen yhteiseen aamuhetkeen, josta seuraa pienryhmän satuhierontainterventio**Osallistujat:** 3–5-vuotiaita lapsia mukana noin 23, joista neljä lasta osallistuu satuhierontainterventioon.**Tavoitteet:** Koko lapsiryhmän tavoitteena: jäsentää aamupäivän toiminta.

Pienryhmän tavoitteena: satuhierontahetki, jossa lapsi kokee rauhoittavan hetken.

**Materiaalit/välineet:** Pikkumehiläinen-satu, patjat, pikkulamput, patterikynttilät, musiikki, alkulaulun- ja loppulorunsanat, palautekysymykset**Ohjatun toiminnan toteutus:** Lauletaan alkulaulu ja katsotaan ketkä lapsista ovat paikalla. Neljä lasta, joilta on kysytty halukkuutta ja lupaa osallistua satuhierontainterventioihin, ohjataan toiseen tilaan. Henkilökunta ohjaa muiden lasten toimintaa. Lapset valmistellaan interventioon muistelemalla edellistä kertaa. Lupa koskettamiseen varmistetaan tälläkin kertaa. Tehdään Pikku mehiläinen-satuhieronta. Satuhieronnan lopuksi leikitään loppuloru. Hieronnan loputtua keskustellaan lasten kanssa satuhieronnan tuottamista ajatuksista lapsille suunnattujen kysymysten pohjalta. Palaute ohjaamistaidoista kysytään mukana olevalta päiväkodin työntekijältä suullisesti. Omaa työskentelyä arvioidaan oppimispäiväkirjassa.

**OHJATUN TOIMINNAN SUUNNITELMA****VKO: 35**

**Toiminnan aihe:** Aamupäivän jäsentäminen ja satuhierontahetki

**Toimintamuoto:** Kokoontuminen yhteiseen aamuhetkeen, josta seuraa pienryhmän satuhierontainterventio.

**Osallistujat:** 3-5-vuotiaita lapsia mukana noin 23, joista neljä lasta osallistuu satuhierontainterventioon.

**Tavoitteet:** Koko lapsiryhmän tavoitteena: jäsentää aamupäivän toiminta.

Pienryhmän tavoitteena: satuhierontahetki, joka mahdollistaa lapselle voimaannuttavan kokemuksen.

**Materiaalit/välineet:** Taikapuu-satu, patjat, pikkulamppu, patterikynttilät, musiikki, alkulaulun- ja loppulorun sanat, palautekysymykset

**Ohjatun toiminnan toteutus:** Lauletaan alkulaulu ja katsotaan ketkä lapsista ovat paikalla nimilintujen avulla. Neljä lasta, joilta on aiemmin kysytty halukkuutta ja lupaa osallistua satuhierontainterventioihin, ohjataan toiseen tilaan. Henkilökunta ohjaa muiden lasten toimintaa. Valmistetaan lapset interventioon muistelemalla edellistä kertaa. Varmistetaan lupa kosketukseen tälläkin kertaa. Tehdään Taikapuu-satuhieronta ja leikitään loppuloru. Hieronnan loputtua keskustellaan lasten kanssa satuhieronnan tuottamista ajatuksista lapsille suunnattujen kysymysten pohjalta. Palautteen ohjaamistaidoista kysytään mukana olevalta päiväkodin työntekijältä suullisesti. Omaa työskentelyä arvioidaan oppimispäiväkirjassa.

**OHJATUN TOIMINNAN SUUNNITELMA****VKO: 35**

**Toiminnan aihe:** Yhdessä tekeminen sekä yhteenkuuluvuuden- ja turvallisuudentunteen lisääminen

**Toimintamuoto:** Kokoontuminen yhteiseen aamuhetkeen, jonka jälkeen leikitään ja lauletaan yhdessä

**Osallistujat:** 3–5 vuotiaita lapsia, noin 23.

**Tavoitteet:** Yhteenkuuluvuuden tunteen ja turvallisuuden tunteen lisääminen ja projektin päättäminen

**Materiaalit/välineet:** Itsepiirretty hahmo, Merirosvolaiva-satu, loppuloron sanat, leikkien- ja laulujen sanat, palautekooste kyselyistä

**Ohjatun toiminnan toteutus:** Lauletaan alkulaulu ja katsotaan, ketkä lapsista ovat paikalla. Muistellaan itsepiirretyn hahmon avulla aikaisempaa kertaa, mihin saa koskea ja miten kosketetaan. Muistellaan Merirosvo-satuhierontaa, jaetaan lapset pareittain ja tehdään hieronta parin kanssa. Yhdessä leikkien ja laulujen avulla luodaan yhteenkuuluvuuden tunnetta ja lopussa leikitään loppuloru. Viimeiseksi kerrotaan projektin päättymisestä ja jaetaan satulinnut lapsille kotiin vietäviksi. Intervention päätyttyä sopivassa kohdassa kerrotaan ryhmän henkilökunnalle pienryhmäinterventioissa esille tulleista lasten ajatuksista ja perehdyttämis-tilaisuudessa kerätystä palautteesta. Lapsia motivoidaan toimintaan ohjaamalla lapsille heille sopivia ikä- ja kehitystasoisia leikkejä ja lauluja. Palautetta kysytään mukana olevilta päiväkodin työntekijöiltä suullisesti. Työelämänohjaajalle annetaan kirjallinen arviointilomake, jolla ohjaaja arvioi ohjaamistaitomme pitämiemme interventioiden osalta. Omaa työkentelyä arvioidaan oppimispäiväkirjassa.

**PEREHDYTTÄMISSUUNNITELMA SATUHIERONNASTA PÄIVÄKOTIIN  
(VKO: 32)**

Perehdytystilaisuus pidetään Kokkolan kaupungin päiväkodissa keväällä tai syksyllä 2015. Perehdytys koskee sen ryhmän henkilökuntaa, jonne interventiot toteutetaan. Perehdyttämisen arvioidaan kestävän noin yhden tunnin. Tilaisuus alkaa itsemme ja satuhierontaprojektin esittelyllä. Perehdytyksessä kerrotaan satuhieronnasta, ohjataan satuhierontaharjoituksia ja satuhierontamenetelmän käyttöä ja jaetaan osallistujille itse työstetty satuhierontaopas. Perehdytystilaisuuden jälkeen osallistujilta kerätään kirjallinen palaute satuhierontaperehdytyksestä ja mielipide satuhieronnasta.

## TAIKAPUU

”Olipa kerran pieni orava, joka keräsi metsässä marjoja, pähkinöitä ja siemeniä.

Yhden pienen siemenen orava piilotti maahan.

Se oli taikapuun siemen.

Siemen alkoi kasvaa, ja siitä tuli taimi.

Se kasvoi suureksi kauniiksi puuksi.

Ympäri runkoa ilmestyi oksia, jotka olivat täynnä vihreitä lehtiä.

Puu kasvoi niin suureksi, että sen latva ulottui melkein pilviin asti.

Puu oli taikapuu, ja se osasi puhua. Puu sanoi pilville: ”Minulla on jano, antakaa minulle vettä.”

Ensimmäiset sadepisarat tippuivat taikapuun oksille, rungolle ja lehdille.

Sade voimistui, ja kohta vettä tuli kaatamalla.

Puu imi vettä juuriin asti. Puu sai juoda raikasta vettä niin paljon kuin halusi.

Seuraavaksi puu sanoi auringolle: ”Lämmitä minua, tarvitsen valoasi.”

Ensimmäiset auringonsäteet tulivat heti esiin pilvien takaa ja alkoivat kuivattaa sadepisaroita lehdiltä. Puu imi auringonvaloa itseensä ja nautti lämmöstä.

Auringonpaiste kutsui linnut lentämään, ja ne laskeutuivat yksitellen puun oksille.

Puu oli onnellinen kuunnellessaan lintujen laulua sekä tuulen suhinaa oksistossaan.

Sen pituinen se”.

-Sanna Tuovinen- Kirjasta: Satuhieronta, läsnäolevan kosketuksen ja sadun taikaa

*”Kävele sormilla pitkin selkää rauhallisesti välillä pysähdellen.*

*Tee alaselkään selkärangan kohdalle sormen painallus.*

*Kuljeta käsiä pitkin selkärankaa pikkuhiljaa ylöspäin, voit painaa vähän.*

*Vedä selkärangasta sivuille päin.*

*Rauhallisia vetoja ylöspäin pitkin käsiä, jos kädet ovat ylöspäin.*

*Käsien alhaalla ollessa, kosketaan päälakeen.*

*Sateen ropinaa sormilla ympäri selkää.*

*Vetele sormilla pitkin selkää, päätä ja käsiä kuin rankkasade.*

*Vedä jalkoja pitkin alaspäin.*

*Tuo kädet takaisin selälle.*

*Pyörittäviä, lämmittäviä liikkeitä koko selkään.*

*Paina kämmenellä aina siihen, mihin kukin lintu laskeutuu.*

*Pyöriviä, tuulimaisia liikkeitä sormilla.*

*Laita kädet selän päälle kevyesti.”*

**MERIROSVOLAIVA**

”Neljä merirosvoa lähti kaukaiselle saarelle.  
 Laiva keinui aaltojen mukaan. Merellä oli isoja  
 aaltoja ja pieniä aaltoja.  
 Alkoi sataa vettä.  
 Ensin vettä tuli kaatamalla. Sitten sade hiljeni.  
 Aurinko alkoi paistaa lämpimästi.

Edessä näkyi saari. Laiva ajoi sen rantaan.  
 Merirosvot nousivat maihin ja lähtivät  
 seuraamaan karttaa.

He tiesivät, että saarella oli kallisarvoinen aarre,  
 ja he tahtoivat löytää sen.  
 He kulkivat ylös ja alas ja etsivät.  
 He kulkivat pitkin rantoja ja kalliota.

Sitten he löysivät sen.  
 Tiedätkö, mikä se aarre on?  
 Se olet SINÄ!”

*”Laita kädet selän päälle.  
 Tee isoja aaltoja alaselästä olkapäihin  
 asti ja pieniä aaltoja yläselälle.  
 Naputa sormilla sateen ropinaa.*

*Kämmenillä auringon lämmittävää  
 pyöritystä.*

*Pidä käsiä paikoillaan selällä.  
 Askella kämmenillä pitkin selkää.*

*Piirrä selkään ruksi.  
 Tee askeleita ruksin luo.  
 Askella kämmenillä pitkin selkää.*

*Askeleet pysähtyvät.  
 Kysytään lapselta.  
 Anna iso halaus!”*

Anne Vesterinen, Taija Paakkonen, Pirkko Kärki ja

Inka Nummi – Heikonen

Kirjasta: Satuhieronta, läsnäolevan kosketuksen ja sadun taikaa

**PALAUTELOMAKE PEREHDYTTÄMISTILAISUUDESTA**

1. Kerro oma mielipiteesi satuhierontaperehdytyksestä. Mitä mieltä olit perehdytyksen hyödyllisyydestä?

---

---

---

2. Millaisena näet satuhierontamenetelmän toimivuuden ja sopivuuden päiväkotiin?

---

---

---

3. Mitä mieltä olet satuhieronnasta lapsen hyvinvoinnille?

---

---

---

4. Miten näet omat mahdollisuutesi sitoutua tällaiseen suunnitelmalliseen ja ohjattuun toimintaan?

---

---

---

5. Millaisia ideoita sinulla on satuhieronnan eteenpäin viemiseksi?

---

---

---

**KIITOS TIEDOSTA!**

TUULA JA SARI



**HYVÄT VANHEMMAT**

Olemme kolmannen vuoden sosionomiopiskelijoita Centria Ammattikorkeakoulusta, Pietarsaaren yksiköstä. Teemme opinnäytetyömme Kokkolan kaupungin varhaiskasvatuksen yksikköön ja tavoitteenamme on satuhieronnan avulla lisätä lapsen hyvinvointia päiväkotiryhmässä ja selvittää, miten lapsi itse kokee satuhieronnan.

Suunnittelemme ja ohjaamme X päiväkodin X lapsiryhmälle ohjattua ryhmätoimintaa, jossa satuhieronta tulee tutuksi. Perehdytämme myös henkilökunnan satuhierontamenetelmän käyttöön. Projektimme aikana tulemme tekemään pienen oppaan myös teille vanhemmille, jonka avulla voitte halutessanne toteuttaa satuhierontaa myös kotona.

Lyhyesti kerrottuna, satuhieronnassa aikuinen kertoo sadun ja samalla koskettaa lasta kevyesti. Satuhierontahetki tukee lastenne hyvinvointia, mahdollistaen hänelle rauhallisen, kii-reettömän ja rentouttavan hetken päiväkotiarjen keskelle.

Ohjatut toimintatuokiot alkavat syksyllä 2015. Pyydämme teitä täyttämään tämän lapun, jolloin tiedämme, saako lapsenne osallistua satuhierontahetkiin.

Lapseni \_\_\_\_\_

\_\_\_ saa osallistua ryhmätoimintaan

\_\_\_ ei saa osallistua ryhmätoimintaan

Vanhemman allekirjoitus \_\_\_\_\_

Palautathan tämän lomakkeen päiväkodin työntekijöille viim. \_\_\_\_\_ mennessä.

## ALKULAULU

Käsi oikea sanoo: ”Hyvää huomenta, hyvää, hyvää huomenta!”

Tässä vasen käsi toivoo päivää iloista, päivää, päivää iloista!

La-la-laulella saan, na-na-naurella saan, sanon ”Tere, tere, terve vaan!” \* 2

*(Vilkutetaan ensin oikealla kädellä,*

*sitten vasemmalla kädellä.*

*Kertosäkeistössä taputetaan käsiä yhteen.)*

**LOPPULORU**

Ensin noustaan seisomaan, aurinkoa katsomaan.

*(seisotaan)*

Aurinko on korkealla, yllämme sinne vain vaivalla.

*(noustaan varpaille ja kurotetaan käsillä ylöspäin)*

Sitten yks` kaks` ruohonkortta, muurahainen kiipeää,

*(kuljetetaan toisen käden sormia omaa käsivartta pitkin)*

mennään aivan pieneksi, ettei se meitä huomaisi.

*(kyykistytään pieneksi)*

Noustaan ylös, aivan hiljaa,

*(noustaan seisomaan hitaasti)*

niin kuin tuuli keinuttaisi viljaa.

*(huojutetaan käsiä ylhäällä puolelta toiselle)*

Nyt on tuuli tyyntynyt,

samoin leikki/ satuhieronta päättynyt.

*(lasketaan kädet alas, seisotaan paikoillaan)*

## SATULINTU

”Olipa kerran satulintu, joka muni viisi kultaista linnunmunaa.

Satulintu hautoi ja vaali kultaisia muniaan, se hoiti ja lämmitti niitä huolella.

Sitten tuli linnunpoikasten kuoriutumisen aika.

Ensimmäisestä munasta kuoriutui punaoranssi satulintu, jonka höyhenet säkenöivät ja välkehtivät kuin tulen liekit.

Lintu lauloi lauluja loimuavasta tulesta ja salamoiden välkkeestä.

Toisesta munasta kuoriutui satulintu, jonka höyhenet sädehtivät kirkkaan keltaisina.

Tämä satulintu lauloi lauluja keltaisena hohtavasta auringosta ja suurista keltaisista rypsipelloista.

Kolmannesta munasta kuoriutui sininen satulintu. Sen höyhenet välkehtivät sinisen eri sävyistä.

Sininen lintu lauloi lauluja sinisestä kesätaivaasta, sinisistä järvistä ja sinisistäkin sinisemmistä mustikoista.

Neljännestä munasta kuoriutui vihreä ja viidennestä violetti satulintu.

Linnut kasvoivat ja alkoivat lentää.

Ne kohosivat ylös taivaalle ja kaarsivat vieretysten taivaankannen halki.

Jos joku lapsi sattui tuolloin katsomaan taivaalle, hän näki siellä upean hehkuvan sateenkaaren.

Sen pituinen se”

-Sanna Tuovinen- Kirjasta: Satuhieronta, läsnäolevan kosketuksen ja sadun taikaa

”Piirrä selkään viisi ympyrää.

*Tee lämmittävää, pyörivää liikettä kämmenillä tai heijaa tyynnyttävästi.*

*Tee selästä käsiin vetoja kuin piirtäisit linnunsiipiä.*

*Piirrä sormilla selkään tulen tanssia ja kämmensyrjällä salamakuvioita.*

*Piirrä kämmenellä suuri aurinko.*

*Piirrä linnun siivet tehden vetoja selästä käsiin.*

*Tee laajoja silityksiä, laineiden liikettä, pieniä sormen painalluksia.*

*Piirrä linnunsiivet tehden vetoja selästä käsiin.*

*Paina kädet selkään siiviksi, ja tee lentävää liikettä.*

*Vedä kaari vasemmalta oikealle koko selän leveydeltä.*

*Paina hetkeksi kädet selän päälle.”*

**PIENI MEHILÄINEN**

”Olipa kerran pienen pieni mehiläinen, jonka nimi oli\_\_\_\_\_.

Mehiläinen tykkäsi eniten maailmassa lentämisestä! Se halusi vain kierrellä ja kaarrella.

Yhtenä päivänä mehiläinen lenteli ylös ja alas, ylös ja alas, sivuille ja ympäri. Sitten se lensi taivaaseen asti. Se syöksi sieltä vauhdilla alas ja kurvasi juuri ennen maata taas takaisin ylös. Lentely oli niin raskasta, että\_\_\_\_\_ väsyi ja halusi levätä.

\_\_\_\_\_ löysi kauniin punaisen kukan ja kävi kukan päälle pitkälleen. Mehiläinen laittoi silmät kiinni ja nukahti.

Tuuli keinutti kukkaa edestakaisin.

Mehiläinen tunsu auringon lämmittävän siipiään, jotka olivat päivän lentelystä väsyneet.

\_\_\_\_\_ näki unta. Unessa se kasvoi niin isoksi, että jaksoi lentää koko maapallon ympäri.

Se uneksi tapaavansa taitolentäjiä, jotka opettaisivat lisää erilaisia kierroksia ja kaarroksia.

Kesken unien\_\_\_\_\_ tunsu, että hänen päälleen alkoi tippua sadepisaroida. Ensin muutama tippa ja sitten paljon lisää.

Pikkuinen\_\_\_\_\_ -mehiläinen lensi heti kotiin.

Se kömpi sänkyyn ja tunsu, kuinka äiti laski peiton varovasti sen päälle.

Uni maailmanympärysmatkasta jatkui oman, lämpimän peiton alla.”

- T. Poutola-

Kirjasta: Satuhieronta, läsnä olevan kosketuksen ja sadun taikaa

”Kädet ovat selän päällä.

*Kiertele ja kaartelee sormella pitkin selkää, käsiä ja päätä.*

*Kuvita sormella mehiläisen lentoa.*

*Laske kädet selän päälle.*

*Piirrä sormella kukka, laske kädet kukan päälle.*

*Keinuttele lasta.*

*Sivele käsivarsia.*

*Kuvita sormella mehiläisen lentoa.*

*Tee pisaroita sormilla.*

*Tee lentokuvioita sormilla.*

*Peittele lapsi kämmenillä.*

*Laske kädet selän päälle ja keinuta kevyesti.”*

**PALAUTEKYSYMYKSET LAPSILLE**

1. Millaiselta kosketus sinulta tuntui?

---

---

---

---

2. Miltä tuntui kuunnella satua samalla, kun sinua kosketettiin?

---

---

---

---

3. Miltä sinusta tuntui satuhierontahetken jälkeen?

---

---

---

---

**AUTOPEsula**

- Lapsiryhmä jaetaan kahteen ryhmään, jolloin toiset lapset ovat autoja ja toiset auton pesijöitä.
- Pesijät asettuvat polvilleen vastakkain, väliin jäävä patja toimii pesuhihnana.
- Autot konttaava jonossa hihnan läpi, jolloin autonpesijät tekevät käsillä erilaisia liikkeitä liikkumatta itse paikoiltaan.
- Ensimmäinen vastakkainen lapsipari ovat pesijöitä, jolloin heidän kätensä koskettavat konttaavaa lasta varovasti kehon eri kohdista, samalla kuin pesijät tekevät suullaan pesun ääntä.
- Toinen vastakkainen lapsipari voi toimia vaahdottajana, jolloin lasten kädet tekevät hieromisliikettä konttaavalle lapselle.
- Kolmas lapsipari ovat kuivaajia, jotka puhaltavat suustaan ilmaa samalla kun koskettavat konttaavaa lasta ja neljäs lapsipari voi kiillottaa auton käsillään kiiltäväksi.
- Myöhemmin leikin jatkuessa lapsiryhmät vaihtavat paikkoja, jolloin kaikki lapset saavat olla halutessaan pesijöitä ja autoja. Leikissä voi keksiä erilaisia rooleja auton pesijöille.

**ARVIOINTILOMAKE OPISKELIJOIDEN OHJAAMISTAIDOISTA**

1. Miten hallitsimme lapsiryhmää interventioiden aikana?

---

---

---

---

---

2. Miten vuorovaikutus onnistui lasten/ henkilökunnan kanssa?

---

---

---

---

---

3. Kuinka voimme parantaa ohjaustaitojamme?

---

---

---

---

---

**KIITOS!**



Satuhieronta rauhoittaa niin aikuisen kuin lapsenkin

# Ilo ja leikki hetkessä läsnä

**Maisa Järvelä**

Hyväntuulinen satu, kertojan lämmin ääni ja selässä leikkivät lempeät kädet – niistä on tehty satuhieronta. Sosionomiksi valmistuvat **Tuula Lindholm** ja **Sari Kalliosaari** ovat tehneet opinnäytetyönsä satuhieronnasta.

– Saimme vinkin opettajaltamme ja se kolahti meihin heti. Se sopi opinnäytetyökseksi, joka mukavalla tavalla syvensi omaa varhaiskasvatustietämistämme, Lindholm ja Kalliosaari kertovat. Satuhieronnassa yhdistyvät sadut, tarinat, mieliku-

vat, kosketus ja kevyt hieronta.

– Se on läsnäolevaa kosketusta, jossa aikuinen on lasta varten, Lindholm toteaa.

Kalliosaari painottaa, että satuhieronta on myös vuorovaikutusta, jossa ovat ilo ja leikki läsnä.

– Samalla rauhoittuvat niin aikuinen kuin lapsikin.

**Satuhieronnan** on kehittänyt Sanna Tuovinen. Lindholm ja Kalliosaari tutustuivat tarinankerrontatapaan viikonlopun koulutuksessa.

– Eihän tämä ihan uutta ole. Kysehän on vähän sa-

masta kuin vanhassa tutussa *Kukko puuron keittäjä* ja muissa vastaavissa loru-leikeissä.

Käytännössä satuhieronta tapahtuu siten, että satua luettaessa samalla ”piirretään kuvia” painellen, silittellen ja hyppelähien sormilla selkään, käsivarsiiin tai jalkoihin: Laivan keinuntaa kuvaillaan tekemällä aaltoja, sade ropisee sormen päällä naputtaen ja auringonpaiste pyöritellään kämmenillä.

– Nämä ovat hauskoja leikkejä josta lapsikin helposti innostuu. Aina pitää kosketukseen pyytää kuitenkin

lapselta lupa eikä kutittaa saa.

Sadun ei tarvitse olla pitkä. Kalliosaari toteaa, että jo viidestä kymmeneen minuuttia riittää. Osia voi myös vaihtaa eli antaa lapsen tehdä aikuiselle satuhierontaa.

– Lapset ovatkin luovia. Heiltä ei ideoita puutu, Lindholm toteaa.

**Koekantuneina** Lindholmilla ja Kalliosaarella opinnäytettään varten on ollut kokkolalaisen päiväkodin lapsia. Kokemus osoitti menetelmän toimivan ja olevan positiivinen.

Lapset oppivat vastaanottamaan kosketusta ja kosketelemaan itse.

– Satuhieronta on hyvä menetelmä, jolla helposti voi rauhoittaa ja rentouttaa isonkin lapsiryhmän. Eikä maksa mitään.

Satujen avulla lapsen mielikuviutus lähtee lentoon, kasvaa ja kehittyy. Satuhieronta puolestaan auttaa lasta hahmottamaan kehonsa paremmin.

– Hänen itsetuntonsa paranee, sosiaaliset taidot kehittyvät ja levottomuus ja stressikin vähenevät, Kalliosaari toteaa.

Samaa ideaa naisten

mielestä voi käyttää muillakin ikäryhmillä tarinaa ja tapaa hiukan varioiden ja muokaten kohderyhmän mukaan.

– Uskon, että esimerkiksi vanhukset voisivat pitää tarinoinnista ja siihen liittyvästä hellästä hiusten tai poskien silittelystä.

**Pääkirjaston** *Syltellen ja sepitellen* -satutuokiokokonaisuuteen kuuluvassa satuhieronnassa tulee vanhemman olla mukana. Tapahtuma on ensi tiistaina puoli kuudelta.

Toinen satuhierontahetki on luvassa keväällä.



Lindholm (vas.) ja Sari Kalliosaari johdattavat satuhieronnan jäljille. Hierottavana kuvassa Lindholmien Ivar-poika. Kuva: Maisa Järvelä