

SATUHIERONTA COSTA BLANCAN SKANDINAAVI- SESSA KOULUSSA

Reija Talikka

Opinnäytetyö, syksy 2016

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sosiaalialan koulutusohjelma

sosionomi (AMK) ja

LTO-pätevyys

TIIVISTELMÄ

Talikka, Reija. Satuhieronta Costa Blancan Skandinaavisessa koulussa. Syksy 2016. 63 s., 9 liitettä. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma, sosionomi (AMK)+ lastentarhanopettajan kelpoisuus.

Opinnäytetyön tavoitteena oli opettaa Costa Blancan Skandinaavisen koulun suomenkielisille opettajille ja oppilaille satuhierontaa kansainvälisen vaihtoni aikana. Tavoitteena oli tukea lasten arkea koulussa uudella menetelmällä ja kannustaa lapsia tutustumaan innokkaasti erilaisiin satuhierontatapoihin. Tavoitteena oli tarjota heille uusia kokemuksia satuhieronnan avulla. Opinnäytetyön tuotoksena olivat erilaiset satuhierontatuokiot, joita sovellettiin ryhmien tarpeiden mukaan.

Teoriaosuudessa perehdytään satuhierontaan, sen monipuolisiin vaikutuksiin, sadutukseen sekä myönteiseen koskettamiseen. Satuhieronta perustuu lapsilähtöisyyteen ja kosketukseen. Se on vuorovaikutusta ilon ja leikin kautta.

Opinnäytetyö on toiminnallinen. Toiminnallinen osuus toteutettiin maaliskuussa 2016 Costa Blancan Skandinaavisessa koulussa erikokoisissa oppilasryhmissä. Tuokioiden sisältö valikoitiin kunkin ryhmän tarpeen mukaan. Lisäksi kuunneltiin oppilaiden ja opettajien toiveita tuokioiden sisällöistä.

Palautetta kerättiin aina suullisesti heti tuokioiden jälkeen. Satuhierontatuokioista ja niiden sisällöistä keskusteltiin suurimman osan lasten vanhempien kanssa. Toiminta oli oppilaille mieluisaa ja he kokivat satuhierontatuokion odotetuksi hetkeksi. Opettajat voivat itse jatkaa toimintaa sellaisenaan jatkossakin tai muuttaa sitä oppilaiden tarpeiden mukaan. Johtopäätöksenä koettiin, että satuhieronta lisäsi yhteishenkeä ja myönteistä kosketusta luokassa. Satuhieronta rauhoitti varsinkin levottomia oppilaita.

Asiasanat: satuhieronta, myönteinen kosketus, sadutus, toiminnallinen opinnäytetyö

ABSTRACT

Talikka, Reija.

The fairytale massage in Costa Blanca Scandinavian School.

63 p., 9 appendices. Language; Finnish. Autumn 2016. Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Social Services, Option in Social Services and Education. Degree: Bachelor of Social Services.

The aim of this bachelor's thesis was to create lessons and teach fairytale massage at Costa Blanca Scandinavian School to Finnish-speaking pupils and teachers during my international exchange weeks. The aim was to support the children's daily life with a new method in the school and to encourage children to explore the fairytale massage different ways.

The theoretical part consisted of fairytale massage, the basic information and affects, story crafting both oxytocin and positive touching. Fairytale massage is based on a child-oriented approach and contact. It is through the interaction of joy and play.

This study was functional and the result of the study was various fairytale massage lessons which were fixed to the groups. The group sizes varied. The functional part was accomplished between March and May 2016 in Costa Blanca Scandinavian School. Fairytale massage moments were various, depending on what group needed and wanted. The teachers' and pupils' wishes were listened to.

Feedback was always collected orally immediately after the lessons. In addition, there were discussions with most of the children's parents. Lessons were pleasing to the pupils. Teachers can have the fairytale massage lessons according to the planned or to change when the group sizes vary. Fairytale massage increases team spirit and a positive contact with the class. Fairy tale massage reassured especially restless children.

Keywords: Fairytale massage, story crafting, positive touching, thesis of functional

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ	2
ABSTRACT	3
1 JOHDANTO	6
2 SATUHIERONTA	8
2.2 Satuhieronta menetelmänä	10
2.3 Satuhieronnan vaikutukset	12
3 SADUTUS OSANA SATUHIERONTAA	14
3.1 Mitä sadutus oikein on?	14
3.2 Sadutus ja satuhierontatuokio yhdessä	15
4 MITÄ ON KOSKETUS?	16
4.1 Myönteinen kosketus	16
4.2 Koskettaminen ja oksitosiini	17
4.3 Koskettaminen eri kulttuureissa	18
5 OPINNÄYTETYÖN TAVOITTEET JA TOTEUTUS	19
6 TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ MONIKULTTUURISESSA TOIMINTAYMPÄRISTÖSSÄ	20
6.1 Toiminnallinen opinnäytetyö	20
6.2 Monikulttuurinen koulutoimintaympäristö	21
7 SATUHIERONTATUOKIOT JA KOKEMUKSET NIISTÄ	26
7.1 Rentouttava satuhierontatuokio: Etanan matka	27
7.2 1.–3. luokkalaisten sadutus ja satuhieronta	29
7.3 Elämyksellinen satuhieronta: syntymäpäivälahja esikoululaiselle	31
7.4 4.–6.luokkalaisten tekemät sadut ja satuhieronta	32
7.5 4–6.luokkalaisten Emotion intelligence eli Tunneäly-tunti	33
7.6 Äitienpäivälahjaksi satuhieronta	35
7.7 Toiminnallinen tuokio: Autopesula	36
7.8 Viimeinen yhteinen satuhierontatuokio: tarina minusta, oppilaista ja yhteisestä keväästä	37
8 ARVIOINTI	39
8.1. Opettajien ja oppilaiden haastattelu	39
8.1.1. Opettajien haastattelu	40
8.2 Osallistuva havainnointi ja sen arviointi	43
9 POHDINTA	45
LÄHTEET	49

LIITE 1 SUUNNITELMA SATUHIERONTOIHIN 1.3-27.5.2016	52
LIITE 2 ETANAN MATKA	53
LIITE 3 1.-3. LUOKKALAISTEN SATUHIERONTA-SADUTUS	54
LIITE 4 SYNTYMÄPÄIVÄ	56
LIITE 5 4.-6. LUOKKALAISTEN TARINAT, JOISTA TEHTIIN SATUHIERONNAT	57
LIITE 6 MERIHEVONEN JA TÄHTI	60
LIITE 7 ETEEN JA YLÖS (ELASTINEN)	61
LIITE 8 ÄITIÄ HALAAN	62
LIITE 9 SATUHIERONTA 27.5.2016	63

1 JOHDANTO

Valitsin opinnäytetyön aiheeksi satuhieronnan, koska koen sen menetelmäksi, joka sopii moneen eri yhteyteen käytettäväksi. Itse olen alun perin käyttänyt satuhierontaa eri-ikäisillä lapsilla päiväkodissa, mutta opinnäytetyön myötä laajensin satuhieronnan opettamisesta opettajille ja oppilaille alakouluikäisille, Costa Blancan Skandinaaviseen koulussa, jossa olin kansainvälisessä vaihdossa kolme kuukautta keväällä 2016. Satuhieronta on menetelmä, joka sopii käytettäväksi kaikenikäisille. Satuhieronta on asiakaslähtöinen tapa toimia. Opinnäytetyön aihe on ajankohtainen, koska nykypäivänä puhutaan paljon kosketuksen merkityksestä lapsen kehityksessä.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli opettaa Costa Blancan Skandinaavisen koulun suomalaisille opettajille ja oppilaille satuhieronnan perustaidot. Costa Blancan Skandinaavisen koulun suomalaiset opettajat olivat kertoneet minulle olevansa kiinnostuneita oppimaan uuden menetelmän, ja että se sopii hyvin koulun arvoihin, joita ovat liikunta ja lapsen kokonaisvaltainen hyvinvointi. Costa Blancan Skandinaavinen koulu on ruotsalainen yksityiskoulu, jossa toimii tällä hetkellä kaksi suomenkielistä luokkaa. Lisäksi koulussa on kaksikielinen päiväkotitoiminta. Satuhieronta menetelmän kehittäjä Sanna Tuovinen oli myös kiinnostunut kuulemaan, kuinka satuhieronta toimii monikulttuurisessa koulussa.

Tämän opinnäytetyö on kehittämispainotteinen, sillä tarkoitetaan sitä, että kehitetään, toteutetaan ja arvioidaan uusia tuotteita, toimintatapoja tai työkäytäntöjä. Kehittämispainotteinen työ voidaan toteuttaa projektina, tuotekehityksenä tai kehittämishankkeena. Opinnäytetyön voi tehdä yksin, parityönä tai 3-4 hengen ryhmässä. Toiminnallinen opinnäytetyö, joka oli tavoitteellinen kehittämishanke sisältää ohjattujen satuhierontatuokioiden suunnittelun, toteutuksen ja arvioinnin.

Tuotoksena tässä on tämä opinnäytetyöraportti, joka perustuu Costa Blancan Skandinaavisessa koulussa opetettuun projektiin. Opinnäytetyön tavoitteena oli opettaa satuhierontaa opettajille ja oppilaille koululla. Kehittämispainotteisen

opinnäytetyön käytännön toteutus muodostui satuhierontatuokioista ja niiden aikana päätavoite oli opettaa opettajille ja oppilaille satuhieronnan perustaidot ja monipuolisuus niin, että satuhieronnasta muodostuisi pysyvä toimintatapa koulussa. Hyödynsin produktion aikana erilaisia satuhierontamenetelmiä, jotta toimintatapa opittaisiin mahdollisimman monipuolisesta.

Satuhierontatuokioilla on tarkoitus opettaa suomalaisille opettajille ja lapsille satuhierontaa, jossa tuodaan esille kosketuksen ja läsnäolon tärkeys. Näistä kaikista satuhierontatuokioista teen havaintoja ja kirjaan ne heti tuokioiden jälkeen. Havainnoissa olisi tarkoitus huomioida, kuinka oppilaat oppivat satuhieronnan ja kuinka se vaikuttaa lapsiryhmän yhteistoimintaan. Monikulttuurisessa kouluympäristössä korostuu kulttuurierot. Satuhieronnassa koskettaminen on tärkeässä osassa ja siksi käsittelen opinnäytetyössä myös kulttuurien eroja.

Opinnäytetyön tavoitteena on luoda Costa Blancan Skandinaaviseen kouluun satuhieronnasta pysyvä menetelmä, jota käytetään jatkossakin säännöllisesti. Syksyllä 2016 koulussa jatkavat samat opettajat, joten he pystyvät opettamaan oppilaille satuhierontaa edelleen koulussa. Satuhieronta on menetelmä, jota oppilaat voivat opettaa kotona vanhemmilleen ja muille perheenjäsenilleen, joten se kehittyy koko ajan. Tein koululle satuhierontakortteja, jossa on valmiita satuhierontasatuja. Niitä on helppo käyttää lyhyillä satuhierontahetkillä.

2 SATUHIERONTA

Satuhieronta on suomalainen menetelmä, jonka filosofiaan ovat vaikuttaneet Rosen-menetelmä, Theraplay ja Neuro Linqvistic Programming (NLP) eli suomeksi neuro-lingvistinenohjelmointi. Satuhieronnan juuret ovat syvällä suomalaisessa kulttuurissa, koska lapsia on aina pidetty sylissä ja heidän kanssaan on loruteltu. Satuhieronnassa on huomioitu läsnäolo ja koskettaminen siten, että pienillä asioilla on suuri merkitys. Satuhieronta on kehitetty niin, että se täydentyy jatkuvasti sitä mukaa kuin osaavia satuhierojia tulee lisää. (Tuovinen 2014, 8.) Satuhieronta on kosketuksen ja kevyen hieronnan yhdistämistä satuihin, tarinoihin ja mielikuviin. Satuhierontaa ei voi verrata tavalliseen fyysiseen hierontaan, koska kosketuksella ja tunteella on iso merkitys satuhieronnassa. Satuhieronnassa on tärkeätä muistaa olla läsnä. Ajatus ”Olen juuri tässä, sinun kanssasi”. (Tuovinen 14.9.2012) Satuhieronnassa kuvitetaan satuja ja tarinoita hierottavan keholle. Hierojan kädet toimivat tarinan kertojina samaan aikaan kun tarinaa kerrotaan. Käsillä voidaan kosketuskuvitusta tehdä selkään, käsiin, jalkoihin ja pään alueelle. Vatsa voi tuntua liian herkältä alueelta, koska se koostuu pehmytkudoksesta. Monella lapsella on kehossa jokin kohta, missä koskettaminen ei tunnu hyvältä. Hierojan pitää lukea tarkasti hierottavan reaktioita kosketukseen. (Tuovinen 2014, 12–14).

Satuhierontavalmennus on suomalaisen Sanna Tuovisen kehittämä menetelmä, joka on saanut alkunsa reilun kymmenen vuotta sitten. Satuhieronnan kehittänyt Sanna Tuovinen on opiskellut kasvatustieteitä, erilaisia hierontamenetelmiä ja taideopintoja. Hän on ammattihieroja, rakentavan vuorovaikutuksen ohjaaja, lapsihieroja, äärihieroja sekä rentoutusohjaaja. Lisäksi hänellä on kehoterapioiden perusopintoja. Näitä kaikkia yhdistelemällä on syntynyt satuhieronta. Sen avulla voi opetella empatiataitoja, oman itsensä ja toisten arvostamista. (Tuovinen 2014, 8)

Tärkeää satuhieronnassa on läsnäolo. Koska satuhieronnassa kerrotaan samalla tarinaa, kun hierotaan, on aikuinen/lapsi enemmän läsnä, kuin pelkästään hieroessaan. Hieroessaan toinen voi vaipua omiin ajatuksiinsa, mutta tarinaa kertoessaan, hänen on keskityttävä juuri siihen, mitä juuri nyt tekee. Käsi tekee samalla liikkeitä, kun kerrotaan tarinaa. (Tuovinen 2014, 124–125.)

Satuhieronnan filosofia perustuu Rosen-menetelmään, Theraplayterapiaan sekä neuro-lingvistinen prosessointiin (NLP). Sanna Tuovinen on kuvannut satuhierontaa sydämenkieleksi, koska siinä voi opetella empatiataitoja, oman itsensä ja toisten arvostamista. (Tuovinen 2014, 8)

Rosen-menetelmä ja Rosen-liikunta ovat saaneet nimensä terapian perustajan Marion Rosenin mukaan. Rosen-menetelmä on tapa päästä kosketuksiin tunteiden ja kokemusten kanssa kehon kautta. Rosen-terapeutin tavoitteena on poistaa lihasjännitystä ja tuoda niiden mahdollisia psykologisia mitä tietoiseen käsittelyyn. Syyt voivat liittyä menneisyyden kokemuksiin ja tapaan olla suhteessa ympäröivään maailmaan ja itseen. (Svennevig 2005, 106.) Rosen-menetelmän pääperiaatteet ovat laadukas pehmeä kosketus, hengitykseen keskittyminen, syvälle luotaaminen, yksinkertaisuudessa olevan voiman tiedostaminen ja säännöllinen hoitotyö. Terapeutin tehtävä on auttaa asiakasta oivaltamaan mistä hänen kipunsa ja kärsimyksensä johtuvat. (Rosen & Brenner 2005, 22-23.) – Kuten satuhieronnassa, myös Rosen-menetelmässä hyväksyvä läsnäolo on tärkeää (Tarina ja Kosketus työkirja 2012,10).

Theraplayterapia on lähtöisin Pohjois-Amerikasta. Theraplayn on kehittänyt tohtori Ann M. Jernberg 1960-luvulla. Chicagossa sijaitsee The Theraplay Institute. Yhdysvaltojen lisäksi Theraplayta käytetään Australiassa, Kanadassa, Saksassa, Isossa-Britanniassa, Hong-Kongissa, Israelissa, Japanissa, Etelä-Koreassa, Etelä-Afrikassa sekä meillä Suomessa. (Wettig, Franke & Fjordbak 2012, 121–123.) Theraplay on lyhykestoinen terapiamuoto, jossa hoitokertoja on yleensä 10–20. Theraplay on leikkisä, yhteyttä rakentava terapiamuoto, joka on yhtä aikaa fyysistä ja empaattista sekä sosiaalista. Vanhemmat ovat terapiassa mukana. Yleensä ensimmäisillä kerroilla vanhemmat seuraavat terapiaistuntoja ensin peilin takaa ja vasta myöhemmissä vaiheissa he liittyvät mukaan leikkituokioihin opettelemaan vuorovaikutusta. Theraplayssa ei käytetä leluja. Theraplayn viisi tärkeintä osa-aluetta ovat: yhteyden rakentaminen lapsen ja vanhempien välillä, hojyvivaaminen, haastaminen, jäsentäminen, leikkisyys sekä haastaminen. (Jernberg & Booth 2003, 29–51.)

Neuro Linqvistig Programm (NLP) on lyhenne suomeksi sanoista neuro, lingvistinen ja prosessointi. NLP on tietoisuuden kasvattamisen väline ja sisältää runsaasti tehokkaita menetelmiä henkilökohtaiseen muutokseen sekä sujuvaan vuorovaikutukseen. NLP:tä käytetään esimerkiksi erilaisissa koulutustilaisuuksissa, terapiassa, valmennuksissa, työnohjauksessa ja asiakaspalveluissa sekä johtamistehtävissä. NLP:ssä tärkeää on myös jokaisen valmennettavan oma henkilökohtainen kasvu. (NLP-Yhdistys ry. 2016 a.) NLP:n tarkoituksena on oppia hallitsemaan tunteita, motivoida ja opettaa, kuinka saavuttaa omat tavoitteet. Lisäksi NLP:ssä pyritään oppimaan hallitsemaan kipua ja särkytiloja. NLP:tä käytetään myös masennuksen ja unettomuuden hoitamiseen. (NLP-Yhdistys ry 2016, .b.)

2.2 Satuhieronta menetelmänä

Satuhieronta on luova, jatkuvasti täydentyvä menetelmä, joka antaa mahdollisuuden opetella muun muassa tunnetaitoja ja sosiaalista vuorovaikutusta. Satuhieronnalla tuetaan myönteistä vuorovaikutusta. Lisäksi sillä tuetaan oman itsen ja toisen ihmisen kunnioittamista ja opitaan erilaisia tapoja rentoutumiseen. Se on tärkeä opeteltavissa oleva taito. Satuhieronnalla tehdään tärkeää työtä hyvinvoinnin puolesta. Voimauttavilla saduilla on oma tärkeä tehtävänsä satuhieronnassa, ja sitä kautta lapsen tasapainoisen kehityksen tukemisessa. (Tarina ja Kosketus työkirja 2012, 10.)

Satuhieronnassa yhdistyy kaksi tärkeätä asiaa: koskettaminen ja satu. Satuhieronnassa kosketuksella kuvitetaan tarinaa hierottavan keholle. Läsnaolo on tiivistä ja samalla nämä satuhierontatuokioiden lähentävät hierojaa ja hierottavaa. Tällöin syntyy luottamuksellinen suhde toiseen ihmiseen. Tärkeintä on läsnäolo ja kosketuksen aistiminen, siksi kosketus on tärkeämpää kuin itse tarina. Satuhieronnassa käytetäänkin sellaisia satuja, tarinoita ja loruja, joissa jää luovuudelle tilaa. Satuhieronnassa kysytään aina lupa ennen hierontaa. Kun satuhierontaa tehdään päiväkodeissa tai kouluissa niin, kysytään lupa myös vanhemmilta. Lupaa kysymällä opitaan kunnioittamaan toista ja myös lapsi oppii miettimään rajojaan ja halujaan. Satuhieronnan tulee aina olla vapaaehtoista. Satuhieronnassa

on tärkeää miettiä myös sopiva aika ja paikka. Tilaksi sopii rauhoittava ympäristö, jossa pyritään välttämään häiriötekijöitä. Toisaalta spontaanit satuhierontahetket voivat olla myös todellisia helmiä. Hierojan kannattaa opetella pitämään silmät avoinna ja tunnustella tilanteita, joihin satuhieronta voisi sopia. (Tuovinen 2014, 15–16.)

Satuhieronta sopii erilaisiin tilanteisiin. Sen avulla voidaan pysäyttää päivän touhut hetkeksi tai jos tarvitaan erityistä keskittymistä. Satuhierontaa voidaan käyttää myös liikuntatuokion loppurentoutukseksi. Jos esimerkiksi pieni lapsi on kiukuinen, levoton tai pettynyt voidaan siihen käyttää satuhierontaa apukeinona. (Tuovinen 2014, 16.)

Satuhieronnassa selkä on paras satuhieronnin kohta, mutta myös kädet, jalat, pää sekä hiukset toimivat hyvinä kosketuspaikkoina. Usein vatsa on monelle liian herkkä alue, sillä se koostuu monista pehmytkudoksista. Toisaalta jokaisella hierottavalla voi olla jokin kehon kohta, jossa koskettaminen ei tunnu hyvältä. On siis oltava tarkkana, kun hieroo toista. Hierottavan lapsen kehonkieltä on tarkkailtava, koska satuhieronnin tarkoitus on rentouttaa. Lapsihieronnassa on sääntö, joka sopii hyvin myös satuhierontaan eli siinä missä työillä on bikinit ja pojilla uimahousut, alkaa oma yksityisalue. Tämä helppo ohjeistus on hyvä kertoa aina, kun aloittaa uusien lasten kanssa satuhieronnin. Satua luetaan tai kerrotaan rauhallisesti, koska mukana on kosketus. Sadunkertojan tulee muistaa myös äänensä-
vyn merkitys (Tuovinen 2014, 20—24.)

Satuhieronta on satujen, tarinoiden ja mielikuvien yhdistämistä kosketukseen ja kevyeen hierontaan. Se on samalla myös rauhoittumista ja rentoutumista. Satuhieronta on myös läsnäolevaa kohtaamista ilon ja leikin kautta sekä itsetunnon tukemista ja ihmisarvon kunnioittamista. Satuhieronnin tärkeimmät arvot ovat: arvostus, kunnioitus, ilo, leikki, ihmisyyys ja yhteisöllisyys. Satuhieronta vaikuttaa psyykkiseen, sosiaaliseen sekä fyysiseen hyvinvointiin. Satuhieronnassa kosketuksella kuvitetaan tarinaa hierottavan keholle. tarkoituksena on lähentää hierojaa ja hierottavaa, jolloin syntyy lyhyessä ajassa luottamuksellinen suhde toiseen ihmiseen (Tuovinen 2014, 12—15.)

2.3 Satuhieronnan vaikutukset

Satuhieronnassa yhdistyy rauhoittuminen, rentoutuminen, läsnä oleva kohtaaminen, itsetunnon tukeminen ja erilaiset arvot esimerkiksi luottamus, ilo, ihmisyyden ja yhteisöllisyys. (Tarina ja kosketus työkirja 2012, 10.) Satuhieronta vaikuttaa sosiaaliseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin.

Satuhieronta kehittää lapsen sosiaalisia taitoja. Lapsi oppii tunneilmaisua, jolloin esimerkiksi kiusaamistilanteita voidaan ennaltaehkäistä. Ryhmätilanteissa on koettu satuhieronnan lasten olevan rauhallisempia, ystävällisempiä ja yhteistyöhaluisempia. Satuhieronta lähentää lasten ja hoitajien välisiä suhteita. Lisäksi ryhmät ovat helpommin liikuteltavia. (Tarina ja Kosketus työkirja 2012, 30) Satuhieronta luo myönteistä ilmapiiriä lasten parissa ja antaa yhteisiä hyvänolon hetkiä. Lisäksi lapsi saa sosiaalisia kokemuksia, kun hän tulee nähdyksi ja kuulluksi (Tuovinen 2014, 13.)

Satuhieronnassa on paljon myönteisiä vaikutuksia psyykkiseen hyvinvointiin. Satuhieronta vahvistaa kiintymys- ja luottamussuhteita sekä tukee itsetuntoa ja tuo kokemuksen lapsen omasta arvokkuudesta. Lisäksi satuhieronta lieventää ahdistusta ja pelkoja sekä purkaa erilaisia traumaattisia tilanteita. Satuhieronta auttaa myös erilaisten tunnetaitojen opettelussa. Satuhieronta antaa jakamattoman huomion hetkiä, jotka parantavat elämänlaatua. Se kehittää luovuutta ja tukee oppimista (Tuovinen 2014, 12.) Päivittäin toteutetusta hieronnasta (15min.) on ollut selkeä apu ylivilkkaille ja tarkkaavaisuushäiriöisille lapsille. Kosketuksella ja läsnä olevalla kohtaamisella on mahdollista vaikuttaa lapsen tunnekokemuksiin myönteisesti. Tällä tavoin lapselle kehittyy positiivinen maailmankatsomus (Tarina ja Kosketus työkirja 2012, 26.)

Satuhieronta vaikuttaa unenlaatuun aktivoimalla rentoutumisjärjestelmää. Hieronta vapauttaa kehon omaa särkylääkettä. Myöskin psykosomaattiset oireilut vähenevät. Kun kosketuksesta ja miellyttävästä lämmöstä tietoa välittäviä hermosoluja ärsytetään, verenpaine ja stressihormonipitoisuudet laskevat. Kun lapsi

on levoton, hänen on vaikea hahmottaa oman kehonsa rajoja (Tarina ja Kosketus työkirja 2012, 24.) Satuhieronta kehittää motoriikkaa ja kehonhallintaa. Se auttaa myös lievittämään kipu- ja särkytiloja (Tuovinen 2014, 12.)

3 SADUTUS OSANA SATUHIERONTAA

Omassa opinnäytetyössäni sadutus nousi suurempaan rooliin satuhierontatuokioissa kuin aluksi olin ajatellut. Syynä tähän oli se, että halusimme opettajan kanssa yhdistää äidinkielen oppimisen satuhierontatuokioon, koska oppilailla oli hyvä mielikuvitus. Lisäksi heillä oli halu keksiä omia tarinoita. Kerroin omia satuja satuhierontatuokioilla sekä sadutin eri-ikäisiä oppilaita sekä pienissä ryhmissä että koko luokan voimin.

3.1 Mitä sadutus oikein on?

Sadutus on kaiken ikäisten – erityisesti lasten – kuuntelua ja osallisuutta korostava työväline niin käytännön työssä, kehittämisessä kuin tutkimuksessakin. Menetelmän avulla kuunnellaan lasta, nuorta tai aikuista. Myös aikuiset nauttivat sadutuksesta. Se on osoittautunut sopivan kenelle tahansa: iästä ja kulttuurista riippumatta. Sadutus on tutkittu ja arjessa koeteltu tapa lähestyä lasta, ja sen avulla voidaan muuttaa lasten ja aikuisten toimintakulttuuria. Sadutusta on kehitelty 1980-luvulta lähtien. (Karlsson 2014, 17—19.) Suomessa sadutusmenetelmän kehittämisen aloitti koulupsykologi, valtiotieteen tohtori Monika Riihelä. Hän keikeli kerrontaa terapeuttisena apuvälineenä lapsen itsetunnon ja osaamisen esille nostamisessa. (Karlsson 2000, 100—101.)

Sadutus antaa läheisyyden ja turvallisuuden tunteen tässä ja nyt. Sadutus on narratiivinen menetelmä, jossa uusi satu tai tarina syntyy kertojan ja saduttajan välillä. Sadutus on käyttökelpoinen dokumentointiväline myös eri tilanteissa. Sen avulla voidaan luoda esimerkiksi liikettä, kuvia ja musiikkia (Karlsson 2014, 83.) Sadutuksessa lapset kohdataan aidosti, ilman arviointia. Menetelmä tuo esille lasten ja nuorten oman kulttuurin. Menetelmän avulla voidaan tukea sadutettavan

ajatusmaailmaa. Samalla saduttaja saa tietoa sadutettavan ajatuksista, sanavarastosta, kielen kehityksestä sekä mielikuvitusmaailmasta (Piironen-Malmi & Strömberg 2008, 72–73.) Sadutuksessa on lyhyt ohjeistus. Siinä kerrotaan satu ja aikuinen kirjaa sen juuri niin kuin lapsi sen aikuiselle kertoo. Menetelmä poikkeaa siis sadunkerronnasta siinä, että lapsen tai lapsiryhmän kertoessa, aikuinen kirjaa tarinan sellaisenaan ja lukee sen kertojalle, jotta tämä voi tehdä korjauksia, mikäli haluaa. Lopuksi aikuinen lukee sadun ja sitä voi muuttaa tai korjata mikäli haluaa (Terveysten- ja Hyvinvoinninlaitos 2016.) Sadutustilanne alkaa aina sanoin ”Kerro satu...” Satuun kirjataan aina kertojan nimi, ikä, kerrontapaikka, kirjaaja ja kuulijat. Saduttaja ei anna sadun aihetta, eikä tee kysymyksiä sadun aikana, eikä myöskään puutu kertomuksen kulkuun. Sadutustilanteessa sadun kirjaajan on oltava läsnä ja kuunneltava (Karlsson 2014, 215–273.)

3.2 Sadutus ja satuhierontatuokio yhdessä

Sadut ovat piilotajuista viestintää, jossa välitetään kuulijalle omia ajatuksia. Satuhieronta on keino käsitellä lapsen mieltä askarruttavia asioita. Kun satu on lapsen oma keksimä, siinä tulevat esille lapsen mieltä painavat asiat. Satuhierontatuokiossa on merkitystä myös äänenpainoilla ja -sävyillä. Lapsen on helpompi sietää pettymyksiä, kun hän myös tarinassaan kokee niitä. Kun käytössä on sadutuksen ohessa satuhieronta, satu tuodaan kahta aistikanavaa pitkin, jolloin, sillä on voimaannuttava vaikutus. Satuhieronnan sadut ovat usein vähemmän draamallisia kuin tavalliset sadut. Tärkeintä on, että sadussa on onnellinen loppu, koska tällöin satuhieronnassakin on onnellinen, rentouttava loppu. Satuhieronnassa on paljon tilaa mielikuvitukselle ja sadutuksella tehdyissä saduissa näkyy, kuinka vilkas mielikuvitus lapsilla on. Lapselle on merkityksellistä luoda itse omat mielikuvansa. Jokainen lapsi kokee oman satunsa erilaisena. Satuhieronnassa jokainen saa käsillään loihtia siitä oman taideteoksen 100 prosenttisesti (Tuovinen 2014, 77–79.)

4 MITÄ ON KOSKETUS?

Tuntoaisti kehittyy ihmisille ensimmäisenä ja sammuu viimeisenä. Koskettamisesta ja sen merkityksestä on vähän tutkimuksia, mutta se tiedetään, kuinka tärkeätä pienelle lapselle on kiintymyssuhde heti vauvasta lähtien. Kosketus laskee stressihormonitasoa ja lisää mielihyvähormonien – dopamiinin, serotoniinin ja oksitosiinin – määrää. (Kinnunen 2013, 14–16.) Hyvä olo alkaa levitä kehoon ja mieleen. Kosketus on yhteyttä johonkin, joka on ulkopuolella. Kosketus voi olla konkreettista tai abstraktia, fyysistä tai tunnetasolla tapahtuvaa. Hoitavalla ja hyvää tarkoittavalla kosketuksella on tärkeää merkitys tasapainoisen tunne-elämän kehittymisessä. Kosketuksen merkitys on tärkeä, mutta siinä täytyy huomioida lapsen tahto. Jos lapsi ei halua kosketusta niin hänen voi antaa ensin vain katsella, aikuisen tulee edetä varoen. Useimmiten sadun kautta lapsi innostuu asiasta (Tarina ja Kosketus työkirja 2012, 20.) Meillä jokaisella on oma kosketushistoriamme ja se vaikuttaa siihen, kuinka meitä saa koskettaa. Kosketus on hyvin tunteita herättävä aihe. Kosketuksella voi tehdä hyvää ja pahaa. Kosketuksella on kauaskantoiset vaikutukset ihmisen tunne-elämään. (Tuovinen 2014, 32–34).

4.1 Myönteinen kosketus

Koskettaminen on vuorovaikutuksen voimakkain muoto. Aina kun kosketamme, tulemme itsekin kosketetuksi. Kosketus on huomioimista ja huomatuksi tulemista (Tuovinen 2014, 32–33.) Pieni lapsi tutustuu toisiin ihmisiin aluksi hyvin pitkälti kosketuksen kautta. Kosketusyhteys tuo lapselle turvaa, rauhoittaa itkun ja opettaa lapselle oman kehonsa hallintaa. Turva tuottavan ihmissuhteen rakentamistyöhön kuuluu kyky koskea ja rauhoittaa pieni lapsi fyysisesti (Kanninen & Sigfrids 2012, 98.) Koskettamista ja hellää huolenpitoa on pidetty jo pitkään edellytyksenä lapsen turvallisuudentunteen kehitykselle. Sitä on pidetty myös tärkeänä asiana oppimiskyvylle (Svennevig 2005, 47–55.)

Kosketus ja kevyt hieronta yhdistyvät satuhieronnassa leikkeihin, loruihin ja tarinoihin. Hoitava kosketus on tutkitusti tehokas keino tukea niin lapsen kuin aikuisenkin kokonaisvaltaista hyvinvointia. Satuhieronta sopii erityisen hyvin tilanteisiin, joissa lapsi tai koko perhe kokee muutoksia, tarvitsee hengähdystaukoa ja voimavaroja. Myönteinen kosketus on toista ihmistä arvostava sekä toisen ihmisen tahtoa ja toiveita kunnioittava. Jokainen rentoutumisen ja myönteisen kosketuksen kokemus vahvistaa stressinhallintaa. Tätä kautta on mahdollista vaikuttaa stressiperäisten ongelmien ennaltaehkäisyyn, opetella reittejä rentoutumiseen ja mahdollistaa jakamattoman huomion hetkiä. Kosketus itsessään ei pyydä, odota tai vaadi mitään. (Tuovinen 2014, 34.)

Käytännössä satuhieronta on lapsilähtöistä, luovaa ja helposti arkeen sovellettavaa. Satuhieronnan kautta niin lapset kuin aikuiset ovat saaneet positiivista vahvistusta kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille, sekä tavan rentoutua ja hengähtää yhdessä. (Tuovinen 2014, 34–35) Hoitavalla ja hyvää tarkoittavalla kosketuksella on tärkeä merkitys tasapainoisen tunne-elämän kehityksessä. Rentoutuminen ja rauhoittuminen ovat kaikkien opittavissa olevia taitoja. Kosketus on yksi tehokkaimmista keinoista aktivoida lapsen rauhoittumisjärjestelmä (Tarina ja kosketus työkirja 2012, 20.)

4.2 Koskettaminen ja oksitosiini

Kun oksitosiinia vapautuu elimistöön, sen vaikutukset leviävät myös muihin ympärillämme. Oksitosiinin vaikutukset ovat psyykkisiä, sosiaalisia sekä fyysisiä. (Tuovinen 2014, 51.) Oksitosiini on kehossa veren kautta välittyvä hormonia ja hermojärjestelmän välittäjäaine, joka yhdistetään imetykseen ja synnytykseen. Nykypäivänä oksitosiinia on tutkittu enemmän ja tutkimukset osoittavat, että sillä on merkitys monissa erilaisissa tilanteissa, joissa yhteinen tekijä on rentoutuminen ja rauha. Oksitosiinin vapautumiseen on helppo vaikuttaa: ajatuksilla, hieronnalla tai mielikuvilla. Oksitoniinilla on kiintymissuhdetta vahvistava vaikutus (Tarina ja Kosketus 2012, 22.) Oksitosiinin tiedetään lisäävän myötätuntoa toisia ihmisiä kohtaan. Nykyään oksitosiinia pidetään sellaisena hormonina, joka tekee

ihmisen sosiaaliseksi. Koskettaminen lisää oksitosiinin tuotantoa. On myös mielenkiintoista, että tutkimukset osoittavat, että oksitosiinin vapautuminen näyttää edellyttävän tunnesidettä (Kaaro 6.4.2013.)

4.3 Koskettaminen eri kulttuureissa

Jokainen ihminen tietää ja huomaa koskettamisen erot eri kulttuureissa. Kaikilla ihmisillä on omat tapansa koskettamiseen kulttuurin sisälläkin. Jokaisella on oma niin sanottu suojamuurinsa. Tuntemattoman tai suhteellisen vieraan ihmisen koskettaminen on kulttuurissamme lähes kiellettyä. Koskettaminen on hyvin kulttuurisidonnaista. Pohjoismaissa ja Japanissa ei ole totuttu olemaan paljon kosketuksissa toisen kanssa, kun taas Etelä-Amerikassa ja Etelä-Euroopassa koskettaminen on yleistä. (Tuovinen 2014, 33.)

Kosketus on kohtaamisen alun ja päättämisen merkki. Kätteleminen, halaus, poskisuudelmat ja erilaiset suudelmat ovat monissa maissa käytettyjä tapoja. Kätteleystä on siirrytty yhä enemmän Suomessa halaamiseen arkisissa kohtaamisissa varsinkin nuoremmassa sukupolvissa. Edelleenkin silti kohtamme usein sen tosiasian, että miehet eivät saisi koskettaa. Myös muualla maailmassa koskettaminen on sukupuolitettua (Kinnunen 2013, 20–25.) Lapsia on kautta aikojen hellellisesti ja pusuteltu eri tavoin kuin aikuisia on kosketeltu. Yhdysvalloissa on kuitenkin useissa päiväkodeissa koskettaminen kielletty. Monissa maissa lapsia kannetaan lähellä äitiä eikä lapsi nuku vaunuissa. Japanissa lapsi usein nukkuu murrosikänsä saakka vanhempiensa kanssa, vaikka aikuisten kosketuskulttuuri on hyvinkin niukkaa (Kinnunen 2013, 50–51.) Kosketuksen ja oksitosiinijärjestelmän tutkimusta tarvittaisiin enemmän. Suomi ei ole ainoa maa, jossa aihetta kierretään. Myönteisten ajatusten, rauhallisuuden, rakkauden ja kaiken kaikkiaan myötätunnon tutkimusta kartetaan edelleen tutkimuslähteenä (Kinnunen 2013, 188.)

5 OPINNÄYTETYÖN TAVOITTEET JA TOTEUTUS

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuoda nykyiseen monikulttuuriseen oppimisympäristöön uusi menetelmä ja opettaa se suomalaisille opettajille ja oppilaille. Opetuksen yhteydessä tavoitteena oli tehdä havaintoja sen toimivuudesta koulumaa-ilmassa. Kohderyhmänä olivat Costa Blancan Skandinaavisen koulun suomenkieliset opettajat ja oppilaat.

Satuhierontaa opetettiin eri tavoin Costa Blancan skandinaavisen koulun suomalaisille opettajille ja oppilaille. Toiminta tukee opettajien työtä ja lasten arkea koulussa. Se kannustaa myönteiseen kosketukseen, ja tarjoaa opettajille ja oppilaille kokemuksia ryhmässä toimisesta. Lisäksi lapset saavat hetkiä olla aidosti läsnä, samalla rauhoittuen ja rentoutuen.

Opinnäytetyön tavoitteena oli viedä satuhierontamenetelmän oppiminen Suomen rajojen ulkopuolelle, Costa Blancan skandinaaviseen kouluun niin, että tulevaisuudessa opettajat voivat opettaa itse sitä oppilaille ja oppilaat itse osaavat sitä jatkossa myös tehdä. Tavoitteena oli tuoda esille satuhieronnan monipuolisuus ja näyttää, kuinka se vaikuttaa oppilaisiin sosiaalisesti, psyykkisesti sekä fyysisesti. Lisäksi sillä on positiivisia vaikutuksia eikä se vie paljon aikaa päivä/viikko-ohjelmassa. Alunperin olin ajatellut opettaa satuhierontaa suomenkielisille päiväkotilapsille ja 1.–3.luokkalaisille mutta, koska 4.–6. luokkalaiset innostuivat itse asiasta, päätimme yhdessä opettajien kanssa ottaa satuhieronnan käyttöön kaikille suomenkieliselle lapsille.

6 TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ MONIKULTTUURISESSA TOIMINTAYMPÄRISTÖSSÄ

Opinnäytetyö toteutettiin Espanjassa Costa Blancan skandinaavisessa koulussa suomenkielisille oppilaille. Opinnäytetyöhön kerätyistä satuhierontatuokiosta viisi erilaista tuokiota pidettiin ainoastaan 1.–3. luokan oppilaille. Kaksi tuokiota pidettiin 4.–6.luokkalaisille. Yksi satuhierontatuokio oli yhteinen kaikille suomenkielisille päiväkotilapsille ja koulun oppilaille. Oppilaiden määrä satuhierontatuokiolla vaihteli kymmenen molemmin puolin tuokioiden aikana. Oppilaiden määrä vaihtelee luokissa koko ajan, sillä lyhin aika minkä koulussa voi olla on kuukausi. Alkuperäisestä suunnitelmasta poiketen pidin myös joitakin satuhierontatuokioita 4.–6.luokkalaisille, koska he itse sitä pyysivät. Yhdessä satuhierontatuokiossa oli myös mukana ruotsalaisia ja norjalaisia päiväkotikäisiä lapsia, joten käytössä oli suomen, ruotsin ja englannin kielet. Pidin muitakin satuhierontatuokioita, mutta ne olivat ennalta suunnittelemattomia tilanteita, joissa päätimme vain rauhoittaa tilannetta satuhieronnalla tai lapset saattoivat spontaanisti pyytää satuhierontaa iltapäiväkerhossa tai välitunnilla.

6.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnallisen opinnäytetyön tulee olla käytännönläheinen ja työelämälähtöinen. Toiminnallisessa opinnäytetyössä ratkaistaan jokin ongelma, kuvaillaan jokin prosessi ja analysoidaan sen vaiheita. Toiminnallinen opinnäytetyö voi olla palvelu, toimintatapa tai tuote. (Vilkkä 2015, 35.) Oman toiminnallisen opinnäytetyöni tarkoitus on opettaa opettajille ja oppilaille satuhierontaa. Lisäksi tein koululle joitakin valmiita satuhierontakortteja, joita he voivat halutessaan jatkossa käyttää lyhyillä satuhierontatuokiolla.

6.2 Monikulttuurinen koulutoimintaympäristö

Opinnäytetyöni toimintaympäristö sijaitsee Espanjassa, Costa Blancan Skandinaavisessa koulussa. Costa Blancan skandinaavinen koulu on perustettu vuonna 2000. Koulu on Ruotsin perusopetuslain alainen yksityiskoulu. Siellä noudatetaan ruotsalaista opetussuunnitelmaa. Suomalaisilla on mukana kaikki suomalaisen opetussuunnitelman sisällöt ja vaatimukset. Oppilaita koulussa on kaiken kaikkiaan noin 70. Oppilaat ovat suomalaisia, ruotsalaisia ja norjalaisia. Tällä hetkellä opetusta annetaan 1–6. luokkalaisille sekä esikoululaisille. Lisäksi etäopiskelu on mahdollista myös yläkoululaisilla. Koulun yhteydessä toimii myös monikansallinen päiväkotikielinen sekä iltapäiväkerho alle 10-vuotiaille. Opetuskielet ovat suomi, ruotsi ja englanti. Viikoittain lapsille on espanjankielen opetusta. Opetus tapahtuu lasten äidinkielellä (suomi/ruotsi) paitsi esimerkiksi liikunnassa ja taideaineissa on käytössä opetuskielenä englanti. (Costa Blancan skandinaavinen koulu i.a.) Monikulttuurisuus tulee päivittäin koulussa esille, sillä eri kulttuurien lapset ovat keskenään tekemisissä välitunneilla, ruokailuissa sekä yhteisillä tunneilla muun muassa liikunnassa ja kuvaamataidossa. Eri kulttuurien juhlapäiviä vietetään koululla ja lisäksi niitä opetetaan muille. Lisäksi koulussa vietetään espanjalaisia juhlapäiviä ja opetetaan espanjalaisia tapoja. Myös koulun oma kokki tekee niin suomalaisia, ruotsalaisia, espanjalaisia kuin muita monikansallisia ruokia. Monikulttuurisen päiväkodin ja koulun toiminta ja ilmapiiri heijastelevat ympäröivän yhteiskunnan ja yhteisön arvoja, asenteita ja kulttuuria. Toiminta vahvistaa lasten omaa kulttuuria sekä vieraita kulttuureja, joiden ympärillä lapset elävät. Monikulttuurisessa yhteisössä yhteistyö vanhempien kanssa luo luottamusta. (Paavola & Talib 2010, 226–235.)

Koulussa oppilaat saavat oppia asioita omaan tahtiin pienissä ryhmissä ja kaikille annetaan mahdollisuus olla oma itsensä. Kaikkia kannustetaan paljon ja koulun perussääntöihin kuuluu, että yhdessä tehdään ja toisia ei jätetä, kiusaaminen on kielletty ja siihen on puututtava heti. Isommat koululaiset pitävät huolen pienemmistä. Kaikilla pienemmillä lapsilla onkin oma kummi isommalta luokalta. Koululla on myös erilaisia teemoja ruotsalaisen opetussuunnitelman mukaan. Vihreä Lippu toiminta edellyttää huomioimaan kierrätyksen ja siinä oppilaat ovat innoissaan mukana. Lisäksi koulussa on liikunta vahvasti mukana. Jokaisella luokalla

on kaksi tuntia viikossa liikuntaa sekä maanantaisin on ”röris” eli noin 10 minuutin taukojumppa. Välitunneilla monet lapset pelaavat jalkapalloa ja vielä iltapäiväkerhossakin aika menee liikunnallisissa toiminnoissa. (Kivimäki 12.4.2016.)

Lapset oppivat käyttämään luonnollisesti englannin, ruotsin, suomen ja espanjan kieltä eri opettajien ja oppilaiden kanssa. Lisäksi vuorovaikutustaidot paranevat, kun oppilailla on oppiaineena ruotsalaisen opintosuunnitelman mukaan pakollista emotion intelligenceä (eq) eli tunneälytaitoja. Sanaton viestintä on myös koululla tärkeää, jos ei vielä ole hallussa toisen lapsen käyttämä kieli. Leikit sujuvat ja yleensä aina ongelmatilanteetkin ratkeavat ilman aikuista. (Kivimäki 5.5.2016.)

Lapsen äidinkielen opettaminen päiväkodissa/koulussa on tärkeätä. Kuitenkin lapsi oppii helposti myös toisen kielen. Koko lähiyhteisön pitää sitoutua tähän lasten kielten oppimiseen. Skandinaavisessa koulussa halutaan säilyttää lasten äidinkieli, mutta opettaa englantia ja espanjaa jo ensimmäisestä luokasta lähtien, jolloin kielet ovat osa-arkipäivää lasten elämässä. (Kivimäki 14.4.2016.) Sopeutumista uuteen maahan helpottaa, kun oppii valtaväestön käyttämää kieltä (Halme & Vataja 2011, 64). Äidinkieli on tunne- ja ajattelukieli. Usein se on myös perheen yhteinen kommunikointikieli, mutta ei aina. (Halme & Vataja 2011, 16.) Costa Blancan Skandinaavisen koulun päiväkodissa työskenteli sekä suomalainen että ruotsalainen työntekijä, joten lapset voivat kommunikoida omalla kielellään. Varhaiskasvattajan ammattitaitoa on kyky arvioida, missä työntekijää juuri eniten tarvitaan. Jokainen aikuinen on päivittäin vastuussa lapsen kielen oppimisesta ja hänen tulee myös arvioida omaa vuorovaikutustaan lapsen kanssa. (Halme & Vataja 2011, 23.) Kielen lisäksi tärkeässä asemassa on kehon kieli, jolla kommunikoidaan paljon koulussa, jossa lapsilla on eri äidinkielet. Varsinkin päiväkotikäisten keskuudessa leikit leikitään kehonkieltä mukana käyttäen. Keholliset ilmaisut otetaan käyttöön silloin, kun käsitteellinen kieli ei riitä, kun sitä ei osaa käyttää tai kun ihminen ei käsitteellisen kielen avulla tule kuuluksi. (Talib 2002, 85.)

Kasvattajan on tunnettava itsensä ja oma kulttuuritaustansa. Kulttuuritietoisuus on kasvattajan tärkeimpiä ominaisuuksia, koska oman itsensä ja taustansa tunteminen on onnistuneen vuorovaikutuksen perusta. (Hiltunen, Hyytiäinen, Lindroos & Matero 2008, 110.)

Monikulttuurisuuskasvatuksen perusteemat on kirjattu kasvatusta normittaviin asiakirjoihin eli niiden tulisi näkyä esimerkiksi päiväkotipäivän ja koulun arjessa. (Halme & Vataja 2011, 43.) Kasvattaja eheyttää sisältöjä huomioimalla kulttuurisia näkökulmia kasvatuksen sisältöorientaatiossa. On tärkeätä, kasvattaja auttaa lapsia ymmärtämään, miten tieto rakentuu eri kulttuurisista lähtökohdista käsin. Ennakkoluuloja pitää vähentää positiivisella asenteella. Lisäksi lapsille tulee opettaa oikeudenmukaisuutta sekä on myös tärkeätä muuttaa koulukulttuuria ja sosiaalisia rakenteita. Kulttuurisidonnaisuus tulee jättää taka-alalle ja kasvattajan pitäisi käyttää moninaisia opetusmenetelmiä (Halme ja Vataja 2011, 43–45.) Monikulttuurinen persoona on yhteisölle arvokas voimavara. Monikulttuurisessa ympäristössä kasvanut lapsi voi siirtää sekä omia kokemuksia että yleistä tietoa kulttuurista, omasta minästään, identiteetistään ja kielestään edelleen (Talib 2002, 48–50.) Monikulttuurisessa yhteisössä on tärkeätä tietää, miten oppilaan erilaiset minää määrittävät kulttuuriset tekijät vaikuttavat esimerkiksi ajatteluun, motivaatioon ja tunteisiin (Emt. 2002, 56.) Kasvattajan kannattaa käydä keskusteluja perheen ja oppilaan kanssa.

Monikulttuurisessa päiväkodissa/koulussa kasvattajan pitääkin omata monikulttuurinen ideologia eli hyväksyä kulttuurisesti erilaista käyttäytymistä ja arvoja sekä huomioida ne opetuksessa. Usein ajattelemme, että Suomi ja Ruotsi ovat samanlaisia kulttuurisesti, mutta ollessani koululla harjoittelussa, sain huomata, kuinka erilaiset kulttuurit ovat. Lisäksi kasvattajan pitää kulttuurierojen lisäksi huomioida perheiden omat käytöserot.

Skandinaavisessa koulussa monikulttuurisuuskasvatus näkyi hyvin, koska siellä yhdistettiin suomalainen, ruotsalainen ja espanjalainen kulttuuri. Lisäksi opettajat huomioivat myös lasten kulttuurierot, sillä jollain lapsilla oli vanhemmat jostakin muusta kulttuurista lähtöisin. Hyvin oleellinen asia on kielen lisäksi esimerkiksi tunteiden näyttäminen ja kuinka se tapahtuu. Mikä meillä Suomessa on kohteliasta, ei välttämättä toisessa kulttuurissa ole. Espanjassa suurimmat kulttuurierot Pohjoismaihin ovat aikakäsitys sekä koskettaminen. Juuri aikakäsityserot saattavat johtaa ristiriitoihin. Skandinaavisessa koulussa opetettiin näyttämään tunteita. Toisen koskettaminen oli selvästi normaalimpaa kuin Suomessa. Toisen lapsen tai aikuisen halaaminen kuului arkipäivään. Kulttuuriset käytännöt vaikuttavat myös tunteisiin: niiden ilmaisemiseen, kokemiseen ja voimakkuuteen (Talib 2002,

61.) Espanjassa tunteita ilmaistaan voimakkaammin kuin Suomessa ja yhteisö on paljon yhteisökeskeisempi kuin Suomessa. Skandinaavisessa koulussa aikakäsitystä helpotti se, että pohjoismaalaisilla on varsin samanlainen aikakäsitys keskenään, mutta ero espanjalaisiin on suuri.

Lapsilla saattaa ilmetä myös kulttuurishokkia. Sopeutuminen tapahtuu vaiheittain ja kestää muutamista kuukausista vuosiin. (Halme & Vataja 2011, 61.) Usein lapset miettivät kummassa maassa haluavat asua: kotimaassaan vai Espanjassa. Lisäksi keväällä lapset kokivat epävarmuutta, koska kaikilla ei ollut selvyyttä palaavatko he syksyllä samaan kouluun vai muuttavatko takaisin kotimaahan. Monet vanhemmat ehkä ajattelivat suojelevansa lapsia, kun asiasta ei puhuttu heille selvästi, vaikka todellisuudessa se aiheutti ahdistusta lapsissa. Lasten etuna on yleensä uteliaisuus ja avoimuus uusia asioita kohtaan. Se auttaa heitä kotoutumaan uuteen ympäristöön. Lapset eivät erottele oppimiaan asioita eri kulttuuriin liittyviksi, joten hän omaksuu uuden kulttuurin nopeammin kuin aikuiset.

Koulussa tärkeiksi henkilöiksi nousevat opettajat, jotka kertovat oppilaille ja perheille yleensä paikallisista tavoista ja mistä erilaisia palveluja saa. Myöskin silloin tällöin maan tavat saattoivat aiheuttaa ihmetystä, jolloin opettaja kertoi, miten tilanteessa tulee toimia. Koulussa on hyvin perhekeskeinen kasvatuskumppanuus. Vanhempien luottamus saavutetaan usein pienillä teoilla ja melko nopeasti pienessä yhteisössä, koska vanhemmat ovat tiiviimmin tekemisissä opettajien kanssa kuin tavallisesti kotimaassa. Halmeen ja Vatajan (2011, 75) mukaan luottamukseen tarvitaan aikaa, kohtaamisia ja vuorovaikutusta (Halme & Vataja 2011, 75.) Tämä toteutuu hyvin Costa Blancan Skandinaavisessa koulussa. Perheet ovat paljon tekemisissä keskenään myös koulun ulkopuolella.

Monikulttuurisessa ympäristössä myös uskonto on tärkeä asia. Suomessa ja Ruotsissa pääuskonto on evankelis-luterilainen ja niin on myös Costa Blancan Skandinaavisessa koulussa. Espanjassa, jossa koulu sijaitsee, suurin osa ihmisistä on katolisia. Koulujen uskonnonopetuksesta on keskusteltu vilkkaasti (Saukkonen 2013, 208–214). Costa Blancan Skandinaavisessa koulussa opetetaan oppilaille uskontoa.

Kulttuurien monimuotoisuus ei ole ainoastaan uskontoasioita vaan se on arjen kohtaamisia ja eri kulttuuristen ihmisten eroja. Nämä liittyvät usein ihmisten arvoihin, normeihin, tapoihin ja perinteisiin. Maassa eletään maan tapoja kunnioittaen. Paikallisen kielen opettelu on tärkeitä. Alakoulussa sanojen oppiminen alkaa nimeämisellä. Ennen tekstikappaleita lapsille opetetaan leikkejä ja loruja. Alakoululaisella on hyvä muisti, joten kuvien yhdistäminen vieraan kielen sanoihin on hyvä oppimiskeino. (Niitemaa 2014, 153–156.) Skandinaavisessa koulussa suomalaiset opettelivat kerran viikossa lorujen, laulujen, piirrosten ja leikkien avulla espanjan kieltä. Lisäksi päivittäin harjoiteltiin suomeksi, ruotsiksi, englanniksi ja espanjaksi viikonpäivä, päivämäärä ja kuukausi.

Nykyään päiväkotij- ja koulumaailmassa on usein kiireistä, mutta Costa Blancan skandinaavisessa koulussa se ei näkynyt. Opettajilla oli aina aikaa niin yksittäiselle oppilaalle, luokalle kuin vanhemmille. Ryhmät olivat pieniä ja opettajilla oli aikaa opettaa lapsia henkilökohtaisesti. Opetuksen suunnittelun tärkeimmät kysymykset ovat: Miksi? Miten? Mitä? Nämä kolme kysymystä ovat tärkeitä. Tavoitteet pitää asettaa ajatukseen: Miksi asiaa käsitellään. Miten opetettava asia kannattaa viedä oppijoille ja mitä opetettava asia sisältää (Jantunen & Haapaniemi 2013, 319–322.)

Costa Blancan skandinaavisessa koulussa vallitsi iloinen toimintatapa ja lapset tulivat hyvin toimeen keskenään, ikään katsomatta. Havaittiin myös, että siinä kouluyhteisössä lapsi sai olla lapsi pidempään kuin Suomen isoissa kouluissa. Isommatkin oppilaat leikkivät välitunneilla ja pelasivat erilaisia pelejä. He eivät maleksineet välitunneilla. Lisäksi jokaisella oli oikeus olla sellainen kuin itse haluaa olla. Tärkeässä asemassa ei oppilaiden keskuudessa olleet esimerkiksi merkkivaatteet tai muut pinnalliset asiat. Koulussa oli kuitenkin perheitä erilaisista oloista: Perheet olivat niin vähävaraisia kuin paremmin toimeentuleviakin. Osa ainoa toimeentulo oli työttömyyskorvaus ja toisilla oli hyvät tulot. Tärkeä arvo koulussa oli perhekeskeisyys. (Ritamäki 16.3.2016.)

7 SATUHIERONTATUOKIOT JA KOKEMUKSET NIISTÄ

Ennen kansainvälistä vaihtoani esittelin satuhierontamenetelmän lyhyesti ohjaukselle opettajalleni sähköpostitse, koska satuhieronta oli hänelle uusi menetelmä. Hänestä satuhieronta sopi hyvin Costa Blancan Skandinaavisen koulun ajatuksen lapsen kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnin ideologiasta. Minulla oli Espanjassa mukana Sanna Tuovisen tekemä Satuhieronta-kirja, jossa on erilaisia satuhierontatarinoita ja selkeät toimintaohjeet. Ennen Espanjaan lähtöä suunnittelin itselleni pohjan, kuinka tulen toteuttamaan satuhierontatuokioita. Tarkoitukseni oli pitää kerran viikossa tuokio päiväkotilapsille tai 1.–3. luokkalaisille. (Liite 1.) Suunnitelmassa oli kymmenen eri satuhierontatuokiota. Pohjana oli, että pitäisin yhden suunnitellun satuhierontatuokion viikossa. Perehdyin ennen Espanjaan lähtöä satuhieronnan erilaisiin tuokiomuotoihin, jotta saisin tehtyä mahdollisimman monipuolisen opetussuunnitelman kolmessa kuukaudessa. Sovimme 1.–3.luokan opettajan kanssa, milloin aloitamme satuhieronnan ja teimme yhdessä suunnitelman, kuinka usein satuhierontaa oppilaiden kanssa harjoittelemmme. Ennen ensimmäistä satuhierontatuokiota suunnittelin yhdessä 1.–3. luokan opettajan kanssa tarkemmin, miten opetan satuhierontaa opettajille ja oppilaille. Teimme pieniä muutoksia suunnitelmaan ja päätimme katsoa, miten oppilaat reagoivat satuhierontaan. Tämän jälkeen päätimme tehdä tarkemman jatkosuunnitelman, kuinka tulemme etenemään satuhieronnan parissa esimerkiksi kuinka usein ja millaisia tuokioita tulemme pitämään. Tarkoitus oli opettaa satuhierontaa päiväkotikäisille ja 1.–3.luokkalaisille oppilaille. 4.–6. luokkalaiset oppilaat halusivat kokeilla satuhierontaa ja myös heidän opettajansa kiinnostui asiasta, joten päätimme kokeilla satuhierontaa myös 4.–6.luokkalaisilla. Koska opettajia oli vain kaksi, he olivat tuokioilla mukana oppimassa ”yhtenä lapsena” eli tekivät samalla tavoin kuin lapset opetellessamme uusia satuhierontatapoja.

Jokaisen tuokion jälkeen haastattelin sekä oppilaita että opettajia. Haastattelin myös lasten vanhempien kanssa satuhieronnasta paljon. Jokaisen satuhieronta-

tuokion jälkeen kirjoitin kaikista satuhierontatuokioista itselleni raportin, koska pidin tuokiota jo keväällä 2016 ja pääsin kirjoittamaan teoriaosuutta vasta kesällä palatessani Suomeen. Päiväkirjaani olen kirjannut merkintöjä kaikkiaan 22 satuhierontatuokiosta harjoitteluni aikana. Lisäksi tein yksittäisille lapsille paljon satuhierontaa välitunneilla ja iltapäiväkerhossa. Koska suurin osa näistä on ollut spontaaneja, lasten pyytämiä, vain muutamalle lapselle suunnattuja tuokioita, rajasin ne pois opinnäytetyöstä. Otin opinnäytetyöhön mukaan vain opettajan kanssa suunnitellut tuokiota, jotta kehittämishanke ei laajene liiaksi.

Suomalainen opettaja oli kertonut vanhemmille tulostani ja satuhieronnasta keväällä koulussa. Lisäksi 1.–3 luokan opettaja kertoi minulle, että lapset pitävät hieronnasta siinä määrin, että leikkivät välitunnilla hierontaa: yksi on hieroja ja muut asiakkaita. Heille toisen lapsen koskettaminen ei tuntunut olevan vaikeaa. Huomasin heti ensimmäisinä päivinä, että kaverin halaaminen oli yleistä. Ensimmäisellä viikolla hieroin kaikkia oppilaita uskontotunnilla kuunnellessamme lasten virsiä, joten tiesin kuinka lapset reagoivat kosketukseen. Tämän luokan lapset olivat innoissaan satuhieronnasta. Heille koskettaminen on selkeästi paljon luonnollisempaa kuin monille suomalaisille Suomessa. Satuhierontaa oli helppo lähteä toteuttamaan 1.–3.luokkalaisten parissa.

7.1 Rentouttava satuhierontatuokio: Etanan matka

Ensimmäisen satuhierontatuokion tein 1.–3.luokkalaisten kanssa niin, että olin jakanut lapset pareittain. Koska olin ollut koululla vasta vähän aikaa, en tuntenut lapsia kunnolla, pyysin opettajaa kertomaan mielipiteensä parivalinnoistani ennen toteutusta. Hänestä parit olivat sopivat sellaisenaan, muutoksia ei tarvinnut tehdä. Suunnittelin ensimmäiseksi satuhieronnaksi Etanan matkan, joka on Sanna Tuovisen satuhieronta-kirjassa (Liite 2). Tässä, Sari Boljon kirjoittamassa sadussa kierretään maailmaa ja etsitään kotia. Muutin satua hieman, niin että se päättyi Espanjaan. Varasin satuhierontatilaksi koulun yhteydessä olevan päiväkodin lepohuoneen, johon levitin yhdessä oppilaiden kanssa patjat lattialle. Näin

ensimmäisessä satuhieronnassa tila on rauhallinen ja siellä ei ole mitään ylimääräisiä häiriötekijöitä. Etanan matka-sadun symboliset viestit ovat: kaikki, mitä tarvitsen, on tässä ja rakastava sydän säteilee kodin lämpöä. (Tuovinen 2014, 132–133). Tässä satuhieronnassa on tärkeitä käyttää aikaa hieronnan tekemiseen, myös tauoilla merkitystä, kun satua lukee.

Ensin oppilaat ottivat hyvän asennon lattialla patjoilla ja sen jälkeen kerroin heille, mitä tulemme tekemään ja mitä satuhieronta on. Kerroin oppilaille satuhieronnan perussäännöt. Kuinka toista saa koskea ja kuinka ei saa koskea. Kerroin myös sen, että aina pitää kysyä hierottavalta lupa. Muistutin, että hierottavaa ei saa kutittaa.

Jokainen lapsi teki hieronnan parilleen ja sitten tosin päin. Minulla oli luokanopettaja parina ja samalla kun luin satua, annoin ohjeita, kuinka voi hieroa. Etanan matka-sadussa hierotaan toista päästä varpasiin. Toisella kierroksella lapset vaihtoivat osio ja minä sain lapsen hierottavaksi ja opettaja hieroi myös yhtä lapsista. Samalla myös opettaja opetteli satuhierontaa.

Vaikka satuhierontatuokio oli lapsille ensimmäinen, kaikki pystyivät rentoutumaan ja hierovat lapset osasivat keskittyvä tekemään hierontaliikkeitä. Tätä auttoi toimintaympäristö, jossa ei ollut mitään muuta kuin patjat, joten oppilaiden oli helpompi keskittyä kuin omassa luokassaan.

Kun hierontatuokio oli ohi, keskustelimme lasten kanssa mitä mieltä he olivat tuokiosta. Kaikki halusivat satuhieronnan jatkuvan koko kevään ja halusivat oppia sitä lisää. Lapset kyselivät ”Onko aina sama satu?”. Kerroin, että ei ole. Kerroin, kuinka satuhieronnassa sadun voi keksiä itse, lukea kirjasta jne. Lisäksi mietimme yhdessä myös satuhieronnan sääntöjä, miksi ne ovat tärkeitä. Kaikki ymmärsivät, miksi toiselta lapselta pitää kysyä lupa, miksi ei saa satuttaa ja miksi ei saa esimerkiksi kutittaa.

Lapset osasivat koskettaa hierottavaa luokkakaveriaan oikealla tavalla heti ensimmäisellä satuhierontakerralla. Kun neuvoin hieromaan kevyesti, he tekivät niin. Kukaan ei naureskellut vaan olivat paikallaan keskittyneesti. Oppilaat todella kuuntelivat tarinaa ja kosketusohjeita.

Ensimmäisestä satuhieronnasta jäi koko luokalle; opettajalle ja oppilaille rentoutunut olo. Myös minä, tuokion ohjaajana pystyin havainnoimaan lasten rauhoittumisen satuhieronnan jälkeen. Luokanopettajan mielestä ensimmäinen satuhierontatuokio oli rauhallinen ja tunnelma oli rentoutunut. Lapset lähtivät rauhallisina kotiin. Oppilaat kysyivät heti ensimmäisen satuhierontatuokion jälkeen, koska olisi seuraavan satuhierontaa ”Onko sitä taas huomenna?”. ”Tähän voisi nukahdtaa.” ”Miksi satuhieronta kestää näin lyhyen aikaa? Voisko tätä olla vaikka koko päivän?”

7.2 1.–3. luokkalaisten sadutus ja satuhieronta

Halusin tehdä mahdollisimman monipuolisia satuhierontatuokioita, joista olisi hyötyä muullakin tavoin koulussa. Ehdotin 1–3.luokan opettajalle, että saduttaisimme luokkaa ja tekisimme heidän omasta sadustaan satuhieronnan. Suunnitelin, että saduttaisin oppilaita samalla viikolla, kun Suomessa juhlittiin Mikael Agricola. Näin saataisiin yhdistettyä historiaa, kulttuuria ja äidinkieltä samaan asiaan. Olin etsinyt Mikael Agricolan kuvan iPadille ja hieman tietoja hänestä. Keskustelimme tunnin alussa ensin, kuka on Mikael Agricola ja mikä on satu. Tämän jälkeen kerroin, mitä tulemme tekemään ja mitä sadutus on. Osalle asia oli jo ennestään tuttua, mutta luokassa oli muutamia, joille sadutus oli aivan uutta.

Sadutus sopii monen ikäisille, mutta oli hyvin mielenkiintoista ottaa se ryhmälle, jossa on lapsia ikähaarukassa 6–10-vuotiaita. Toiminnallinen tuokio pidettiin niin, että paikalla olivat kaikki suomenkieliset 1.–3. luokkalaiset oppilaat sekä suomalaiset päiväkotilapset. Sadutuksessa oli mukana yksi 5-vuotias, yksi eskarilainen, neljä ekaluokkalaista, yksi kakkosluokkalainen ja kolme kolmosluokkalaista. Lisäksi minun lisäksi paikalla oli kuuntelemassa lasten sadunkertomista suomalainen päiväkotityöntekijä ja luokanopettaja. Nauhoitin sadun suoraan iPadille, koska tiesin lapsilla riittävän satua nopeaan tahtiin, enkä halunnut olla hidasteena, kun kirjoitan sitä paperille. Kirjoitin sadun myös paperille, varmuuden vuoksi.

Kysyin oppilailta, millainen sadun pitäisi heidän mielestään olla, jotta voimme tehdä siitä myös seuraavalla viikolla satuhieronnan. Sain hyviä vastauksia: paljon asioita, mukava, hyvä, kiltti. Lapset ovat hyvin sisäistäneet kevään aikana millainen olo satuhieronnasta kuuluu jäädä. Oppilaat halusivat myös päättää ennen sadutuksen alkamista, kuka sadussa seikkailee. Yhdessä he päättivät, että sadussa ovat päähenkilöinä lammas, kettu, susi ja karhu. Nämä sanat kirjoitimme vielä taululle ylös. Lisäksi kirjoitimme taululle ylös Hyvä satu, koska joku lapsista huomautti, että näin kaikki muistaa, että satu pysyy hyvänä. Lapset sopivat keskenään kuka aloittaa sadun. Tämän jälkeen jokainen sai vapaasti kertoa satua ja nyökkäsi merkiksi kun antoi sadun jatkamiseen luvan seuraavalle.

Laitoimme pöydät sivuun ja otimme rennomman istuma-asennon lattialle istuintyynyjen päällä niin, että istuimme ympyrässä. Jokainen lapsi näki toisensa. Jos joku ei keksinyt mitään kerrottavaa juuri omalla vuorollaan, hän antoi vuoron seuraavalle ja taas seuraavalla kerralla halutessaan sai puheenvuoron. Lapset osasivat todella hyvin kertoa tarinaa. Tarinassa tapahtui paljon erilaisia asioita ja vain yhdessä vaiheessa puutuin sen verran, että kerroin, mitä edellinen lapsi oli kerhtonut, kun toinen lapsi ei kuullut. Muuten lapset kertoivat viidentoista minuutin kestoisen sadun pikkulampaan seikkailuista (Liite 3). Oli myös mukava nähdä, kuinka kaikki lapset, yhtä lukuun ottamatta pystyivät keskittymään tuokioon ja kertomaan satua. Kun satu oli valmis, kuuntelimme sadun heti iPadilta. Kysyin halusivatko he muuttaa satua, mutta lapset olivat tyytyväisiä omaan satuunsa. Sovimme, että kirjoitan sen paperille kotona ennen kuin satuhierontatuokio pidetään. Lisäksi mietimme, millaisen satuhierontatuokion pidämme. Yhdessä oppilaiden kanssa päädyimme sellaiseen satuhierontatuokioon, jossa lapset hierovat toisiaan pareittain eli satu luetaan kaksi kertaa. Kotona kirjoitin sadun tietokoneelle. Se oli melko haasteellista, koska sadutuksessa, satu kirjoitetaan ylös juuri sellaisena kuin se on kerrottu.

Satuhierontatuokio oppilaiden omasta sadutuksesta pidettiin seuraavalla viikolla. Olin kirjoittanut sadun paperille, jotta pystyin lukemaan sen heille. Oppilaat saivat itse valita parinsa. He istuivat lattialla pehmusteilla ja minä luin heidän itse kirjoittamansa tarinan metsän eläimien ystävyystä ja seikkailuista. Teimme saman toiseen kertaan, vaihtamalla hierottavan rentoutujan paikalle. Lopuksi keskustelimme, miltä satuhieronta omasta tarinasta oli tuntunut. Kaikki pitivät tilanteesta,

mutta heistä oma satu kuulosti hassulta. Samalla he kysyivät jo, koska seuraava satuhierontatuokio pidetään. Sadutus ja satuhierontatuokio veivät pidemmän ajan kuin pelkkä satuhierontatuokio olisi vinyt, mutta tämä oli monipuolinen projekti, jossa näimme opettajan kanssa, kuinka eri oppilailta sujuu myös tarinan kerronta. Kun tarinaa kerrotaan yhdessä, pitää osata tehdä yhteistyötä ja se ei ole itsestään selvä asia alle 10-vuotiaiden ryhmässä. Tarina eteni kuitenkin koko ajan selkeästi ja jokainen pääsi kertomaan oman mielensä mukaan siihen tapahtumia.

7.3 Elämyksellinen satuhieronta: syntymäpäivälahja esikoululaiselle

Koska koulussa oli vain yksi esikouluikäinen suomalainen lapsi tänä keväänä, hän oli aamuisin 1.–3.luokan tunneilla mukana. Tämä poika täytti seitsemän vuotta, joten oppilaat tekivät hänelle kortin ja lauloivat yhdessä paljon onnea vaan suomeksi, englanniksi ja espanjaksi. Lisäksi päätimme antaa hänelle lahjaksi satuhieronnan, joka löytyy Satuhierontakirjasta nimellä Syntymäpäivä (Liite 4). Suunnittelin etukäteen hierontatuokion pidettävän sellaisella hetkellä, että kaikki 1.–3.luokkalaiset ovat paikalla, jotta voimme kaikki onnitella syntymäpäiväsankaria. Tein myös kortin hänelle, jossa oli Satuhieronta kirjoitettuna. Toiset oppilaat seurasivat ja kuuntelivat satuhieronnan tarinaa, kun minä tein sen syntymäpäiväsankarille. Kosketus antaa huomatuksi tulemisen kokemuksen, joka etenkin tälle lapselle antoi suurta ilon aihetta. Satuhieronnan symbolinen viesti on se, että lapsi ymmärtää, kuinka hänen syntymänsä on iloinen asia ja hänellä on lupa vastaanottaa ihania toivotuksia ja asioita ystäviltaan. (Tuovinen 2014, 92–93.) Lahjasta tuli elämyksellinen ja kaikki muut saivat olla kokemuksessa mukana.

Satuhierontatuokio oli suunniteltu kestämään vain lyhyen hetken ja silti se rikkoi koulupäivän normaalin rytmin kokonaan. Saimme luokkaan tunnelman, aivan kuin olisimme juhlineet syntymäpäivää pidemmän aikaa. Lisäksi se oli mukava huomata, kuinka tärkeätä lapselle oli, että vain hän sai satuhieronnan ja muut katselivat ja kuuntelivat sen aikaa paikoillaan. En ollut aivan 100% varma suosituuko tämä lapsi satuhierontaan, koska hän oli ainut lapsi, joka välillä saattoi

kieltäytyä satuhieronnasta, mutta syntymäpäivänään hän halusi ehdottomasti lahjansa, joka oli satuhieronta. Kysyin, saanko hieroa ja vastaus oli ”tottakai”. Tämän satuhieronnan hyvä puoli oli se, että tämän jälkeen kyseinen lapsi ei enää kieltäynyt kertaakaan satuhieronnasta vaan halusi usein iltapäiväkerhossakin satuhierontaa.

7.4 4.–6.luokkalaisten tekemät sadut ja satuhieronta

Suunnittelin pitäväni 4.–6 emotion intelligence (eq)- tunnin, jossa suomenkieliset oppilaiden parit sovitaan etukäteen niin, että eivät saa itse valita parejaan, koska luokassa oli ilmennyt, että usein samat oppilaat työskentelivät keskenään. Halusimme luokanopettajan kanssa hieman sekoittaa ryhmää ja samalla tuoda ryhmäytymistä luokkaan erilaisilla toimintatavoilla.

Ensin 4–6.luokkalaiset saivat tehtäväkseen kirjoittaa emotion intelligence (eq) -tunnilla pareittain satuja sanapareista, jotka heille jaoin. Näitä sanoja tuli jollakin tavalla käyttää sadussa/runossa. Kun satu olisi valmis, siitä tehtäisiin satuhieronta, jonka vanhemmat oppilaat, saivat toteuttaa päiväkotilapsille ja 1.–3.luokkalaisille.

Satuihin oli annettu ohjeeksi ainoastaan se, että ne ovat osa satuhierontaa ja jokainen pari sai avukseen kaksi sanaa, joita tuli jollakin tavalla käyttää sadussa. Pareja oli yhteensä kuusi. Sovimme, että jokainen 4–6.luokkalainen tekee hieronnan yhdelle päiväkoti- ja 1–3.luokkalaiselle lapselle, koska tällöin hierontaparit menevät tasan. Kun oppilaat aloittivat satujen kirjoittamisen tuli hetken aikaa pientä vastustusta, kuinka tylsää on keksiä satuja. Poistuimme opettajan kanssa luokan toiseen päähän tekemään omia asioita ja annoimme oppilaille tilaa tehdä omassa rauhassa satuja, niin alkoi syntyä ideoita. Oppilaat innostuivat satujen kirjoittamisesta ja lopputunnista kyselivät jo ohjeita, miten voisivat toteuttaa omasta sadustaan satuhierontaa. Luokanopettaja antoi oppilaille luvan jatkaa seuraavana päivänä äidinkielen tunnilla satujen kirjoittamista. Näin yhdistimme taas enemmän oppiaineita.

Seuraavalla viikolla olimme isossa luokassa lattialla ja ryhmittäydyimme niin, että ympäri luokkaa olivat aina saduntekijäparit vierekkäin. Heidän edessään istui aina hierottava, nuorempi lapsi. Lapsilla oli alustoina pehmusteet, jotta lattialla oli mukavampi istua. Alussa kertasin vielä satuhieronnan perussäännöt, koska isommat eivät olleet koskaan tehneet satuhierontaa kenellekään. Joku mielti, mitä jos hierottava sanookin, että ei saa hieroa. Tässä luokassa kukaan ei varmasti kieltäydy, koska he ovat koko viikon odottaneet, koska isojen satujen hieronta oikein on. Jokainen sai aloittaa omaan tahtiinsa. (Liite 5) Kun satuhieronta oli ohi, olivat isommat niin innostuneita asiasta, että he halusivat tehdä sitä uudelleen muillekin. Päätimme yhdessä opettajien kanssa, että koska sadut olivat lyhyitä ja aikaa oli, niin pienemmät saivat vaihtaa paikkaa toiseen satuhierontapisteeseen. Lopuksi siellä kyllä hieroivat isot jo toisiaankin. He rupesivat myös kyselemään, eikö ole epäreilua, että kukaan ei hiero heitä. Tämä kysymys oli mukava, koska alkuvuikosta koko satuhieronta oli vielä hieman negatiivinen asia, kun aloitimme koko työskentelyn. Sovin, että seuraavalla eq-tunnilla voin opettaa heille satuhierontaa niin, että teemme vain isojen kesken rentouttavaa satuhierontaa. Kaikki olivat tästä mielissään. Oli mukava huomata, kuinka 4–6.luokkalaiset innostuivat asiasta. Tämä on todella tärkeää, koska sillä voidaan edistää myös luokan ryhmäytymistä.

Tämän projektin tärkeimmäksi asiaksi nousi 4.–6.luokkalaisten innostuminen satuhieronnasta sekä kaikkien suomalaisten oppilaiden yhdistäminen tekemään yhdessä omaa projektia. Siihen ei mennyt paljon aikaa, mutta sillä saatiin sekoitettua niin sanotut normaalit parit ja kaikkien ryhmä- ja parityöskentely sujui hyvin.

7.5 4–6.luokkalaisten Emotion intelligence eli Tunneäly-tunti

Pidin suomalaisille 4–6. luokkalaisten Emotion Intelligence (EQ) eli suomeksi Tunneälytunnin aiheesta voimალause ja satuhieronta. Tunneälytunneista käytettiin yleisesti opettajien ja oppilaiden kesken lyhyesti EQ-nimitystä. Aihe tuli lä-

hinnä siitä, että isommat oppilaat toivoivat aiemmalla viikolla saavansa myös satuhierontaa, kun olivat tehneet sitä pienemmille. Oli mukava saada innostunut vastaanotto tunnilla.

Suunnittelin tunnin etukäteen niin, että aloitimme sen kuuntelemalla Elastisen kappaleella Eteen ja ylös (Liite 6). Tämän jälkeen keskustelimme, mikä kappalessa on sanoma. Joku luokan työistä kuvaili, kappaletta voimabiisiksi, joten pääsimmekin hyvin siitä sanasta tunnin aiheeseen eli voimalauseeseen. Mietimme, mitä voimalause voisi tarkoittaa ja millainen voimalause voisi olla. Ajatuksilla ja sanoilla on suuri vaikutus paitsi itseemme myös muihin ympärillämme. Voimalauseen eli affirmaation avulla oli tarkoitus saada oppilaat näkemään ympärillä oleva hyvä ja omat mahdollisuudet selkeämmin. Omilla ajatuksilla ja sanoilla on suuri vaikutus paitsi jokaiseen itseen niin myös muihin ympärille (Tuovinen 2014, 130–131.) Jaoin kaikille kirkkaankeltaiset paperit, joihin jokainen sai kirjoittaa oman voimalauseensa. Sovimme, että oman voimalauseen saa pitää omana tietonaan tai sen voi kertoa muille. Kun jokainen oli kirjoittanut lauseen, sen sai kertoa luokalle ääneen jos halusi. Lähes kaikki oppilaista halusivat kertoa omia voimalauseitaan. Niitä oli esimerkiksi: ”Work hard, dream big!”, ”Olen hyvä tyyppi!”, ”Minua rakastetaan!”, ”Uskon itseeni!” ja ”Opin uutta joka päivä.” Hienoja ajatuksia oppilailta tuli lyhyessä ajassa. Sovimme, että seuraavana aamuna jokainen katsoo itseään peiliin ja sanoo ääneen: ”Olen hyvä tyyppi!”. Tulimme myös siihen tulokseen, että suomalaiselle se ei ole kovin helppoa, mutta oppilaiden mielestä esimerkiksi espanjalaiselle se on varmasti helpompaa. Olemme niin erilaisesta kulttuurista lähtöisin.

Tämän antoisan keskustelutuokion jälkeen oppilaat menivät lattialle rinkiin istumaan niin, että kukin sai satuhieronnan kaverilta. Samalla ryhmäytyminen tulee hyvin esille, kun ollaan kaikki yhdessä ja samaa juttua tekemässä. Luin heille Sanna Tuovisen Satuhieronta-kirjasta ”Merihevonen ja meritähti”-satuhieronnan ja samalla satua lukiessa neuvoin, miten voi hieroa edellä olevaa kaveria (Liite 7). Tämä siksi, että eivät olleet aiemmin tehneet muuta kuin oman satunsa satuhierontana. Merihevonen ja tähti-satuhieronnan symboliset viestit ovat luokalle tärkeitä eli voin luottaa kaveriin, yhdessäolo on täynnä iloa ja riemua sekä yhdessä selvitään haastavistakin tilanteista (Tuovinen 2014, 110—111.) Seuraavalla kerralla he osaavat jo käyttää omaa mielikuvitusta satuhieronnessa enkä

usko, että minun tai heidän oman opettajansa tarvitsee kertoa, miten hieroa. Kaikki pitivät tunnista ja olin oikein tyytyväinen tunnin päätyttyä myös luokan käyttäytymiseen. Oli mukavaa työskennellä oppilaiden kanssa. Luokassa oli tunnin jälkeen mukavan vapautunut ja rento tunnelma. Lisäksi huomasin saman kun aiemminkin satuhierontatuokioiden jälkeen, että luokasta poistuttiin rauhallisesti ilman hälinää ja meteliä.

7.6 Äitienpäivälahjaksi satuhieronta

Ensimmäinen asia mikä piti äitienpäivään liittyen suunnitella, oli päättää, koska vietämme koulussa oppilaiden ja äitien kanssa äitienpäivää. Päädyimme viettämään 1.–3. luokkalaisten kanssa äitienpäivää silloin, kun Suomessakin vietetään eli toukokuun toisena sunnuntaina. Espanjassa äitienpäivää vietetään viikkoa aikaisemmin, joka osui tänä vuonna Vappuun. Myös Ruotsissa äitienpäivää vietetään eri aikaan, joten koko koulussa ei järjestetty yhteistä äitienpäiväkahvitusta. Lahjaksi teimme 1–3.luokkalaisten kanssa äideille käsilaukunmalliset lahjakortit. Nämä lahjakortit sisälsivät Sirpa Hänninen-Sirosen kirjoittaman runon, johon minä hieman muutin sanoja yhteistyössä Sirpan kanssa (Liite 8). Tämä runo oli satuhieronta, jonka oppilaat tekivät äitienpäivänä lahjaksi äideilleen.

Opettelimme satuhierontaa oppilaiden kanssa viikolla ympyrässä istuen niin, että jokainen hieroi edessä istuvan oppilaan selkää. Yhdessä mietimme, millainen liike sopisi mihinkin kohtaan, kyseisessä runossa. Saimme siitä mukavan kokonaisuuden ja lasten oli vaikea olla kertomatta lahjasta ennen viikonloppua.

Haastattelin vanhempia äitienpäivälahjasta. Äidit olivat mielissään uudenlaisesta aineettomasta lahjasta. Monet Costa Blancan suomalaisista perheistä asuu vain väliaikaisesti Espanjassa, joten kaikki ylimääräinen tavara tuntuu hankalalta. Aineeton lahja tuo myös siksi lisäarvoa. Myös perheiden muut jäsenet olivat saaneet osuutensa satuhieronnasta, koska monissa perheissä lahjakorttihierontaa oli tehty muillekin, jopa perheen kissoille. Satuhieronnan positiivisena puolena pidettiin myös sitä, että siinä korostuu läsnäolo ja koskettaminen, jotka tuntuvat

juuri äitienpäivään sopivalta ideana. Monet äidit innostuivat kyselemään tarkemmin satuhieronnasta tämän lahjan jälkeen ja joihinkin kahteen perheeseen oli tilattu Internetin kautta satuhieronta-kirja kotiin, jotta he oppisivat käyttämään satuhierontaa kotonakin paremmin.

7.7 Toiminnallinen tuokio: Autopesula

Suunnittelin toiminnallisen tuokion, jossa oli mukana sekä suomalaisia, ruotsalaisia että norjalaisia lapsia. Tätä tuokiota piti suunnitella tarkemmin, koska ryhmä oli normaalia suurempia ja lapset pieniä. Lisäksi puolet lapsista oli ruotsin tai norjankielisiä, joten lapsilla ei ollut yhteistä kieltä. Olimme harjoitelleet suomalaisten 0.–3. luokkalaisten lasten kanssa Autopesula-leikkiä, joka on lapsihierontaa, joka soveltuu myös hienosti satuhierontaa. Autopesula on aktiivinen kosketusleikki, jossa lapset jaetaan kahteen osaan. Toinen puoli on auton pesukoneita ja toinen puoli autoja. Auton pesukoneet asettuvat vastakkainen lattialle riviin ja autot ajavat siitä välistä, jolloin pesukoneet pesevät heidät. Tämä mielikuvituksellinen leikki on todella hauska ja monille lapsille tämä on ensimmäinen satuhieronta leikki, jonka avulla lapsi antaa koskettaa itseään, koska lapsi ei huomaa varsinaista kosketusta leikin muodossa (Tuovinen 2014, 118–119.) Toiminnallisen satuhierontaleikit ovat omiaan tilanteessa, jossa satuhieronta ja kosketus ovat vielä uusia asioita ja satuhierontaan vasta tutustutaan (Tuovinen 2014, 20.) Päiväkotilapsille satuhieronta oli ennen tätä aivan vierasta. Olimme opetelleet leikin aiemmin oman luokan keskuudessa, jotta lapset osaavat leikin säännöt. Mietimme myös oppilaiden kanssa, miten toteutamme tämän Autopesula-leikin päiväkotilapsille. Päätimme, että suomalaiset 0–3.luokkalaiset ovat pesula ja pienet päiväkotilapset saavat olla hierottavina likaisina autoina. Lisäksi painotin lapsille satuhieronnassa tärkeitä asioita, että tässä korostuu koskettamisen merkitys, koska meillä ei ollut käytössä yhteisiä sanoja. Pitää osata seurata, miten toinen lapsi reagoi kosketukseen: tykkääkö vai eikö tykkää ilman sanoja.

Kirjoitimme taululle ennen päiväkotilasten tuloa suomeksi ja ruotsiksi autopesulasanastoa; pesu, saippuointi, vesi, kuivaus, vahaus. Kun lapset saapuivat luok-

kaan, kerroin suomeksi ja ruotsiksi, mitä tulemme leikkimään. Olin valinnut suomalaisista lapsista parit niin, että isommat ja pienimmät olivat aina yksi autopesulapari. Koska luokassa oli paikalla yhdeksän lasta, olin itse leikissä mukana yhtenä pesulan koneena. Samalla sain kommunikoida ruotsalaisten ja norjalaisien lasten kanssa, koska suomalaiset lapset eivät osaa ruotsia. Meillä oli mukava leikkituokio. Kielimuuria ei tullut vaan leikki sujui rattoisasti. Kaikki saivat mennä neljä kertaa pesulasta läpi ja sitten päiväkotilapset lähtivät iloisina omaan tilaansa. Meidän autopesulan väki pääsi yllätykseen makaamaan patjoille ja tein heille rentouttavan harjoituksen loppuun. Rentoutusmusiikin soidessa, teimme hengitysharjoituksia ja sitten sai rauhallisesti nousta, kun sulka koski poskea.

Vaikka Autopesula on toiminnallinen leikkituokio, niin rentoutumishetki leikin jälkeen rauhoitti luokan täysin. Oppilaat lähtivät rauhallisina syömään, vaikka vielä ennen rentoutustuokiota oli vielä aikamoinen vilinä päällä. Oppilaat olivat tyytyväisiä leikkiin. He kokivat onnistuneensa, koska päiväkotilapsilla oli ollut hauskaa. Myös päiväkotikäiset lapset olivat leikkineet leikkiä omassa tilassa keskenään myöhemmin päivällä. Tärkeimpänä uutisena lapset kertoivat Autopesulaleikin vanhemmilleen iltapäivällä eli se oli ollut erilainen kokemus, joka jäi mieleen.

7.8 Viimeinen yhteinen satuhierontatuokio: tarina minusta, oppilaista ja yhteisestä keväästä

Viimeinen satuhierontatuokio toteutettiin viimeisenä harjoittelupäivänäni perjantaina, toukokuun lopulla 2016, ennen kuin aloitimme minun Suomeen paluujuhlan. Tällä kertaa satuhierontaan osallistuivat päiväkodin suomalaiset lapset sekä 1–3.luokkalaiset, sillä heidän kanssaan olin viettänyt suurimman osan harjoittelujastani. Olin suunnitellut satuhierontatuokion lyhyeksi, rentouttavaksi yhteiseksi hetkeksi, johon kirjoitin itse oman satuhieronnan. Tarinassa (Liite 9) kuvasin kevään tapahtumia omasta näkökulmastani. En kuitenkaan käyttänyt nimiä

vaan puhuin luokasta ja tytöstä ja opettajasta. Halusin nähdä huomaavatko oppilaat, että tarina kertoo heistä.

Istuimme pehmusteiden päällä ringissä lattialla niin, että jokaisella oli hierottavana kaverin selkä. En kertonut lapsille etukäteen sadun aihetta vaan aloitin normaalisti kertomaan satua ja jokainen sai tehdä kaverin selkään rauhallisesti satuhierontaa. Kun satuhieronta oli ohi, kaikki oppilaat olivat tajunneet sadun idean. Innoissaan he kyselivät, oliko tarina kertonut heidän luokasta ja minusta. Niinhän se oli ollut. Oppilaista se oli todella hauska idea. Minustakin oli mukavaa antaa heille lahjaksi koulussa työskentelystä satuhierontatuokio, joka kertoi yhdessäolosta ja yhteisistä hetkistä heidän kanssaan satuhieronnan kautta, joka oli ollut tärkeä osa kevättämme. Myös itselleni tuli rentoutunut, rauhallinen ja hyvä mieli.

Tähän satuhierontatuokioon valmistautuminen oli itselle henkisesti raskasta, koska tiesin sen samalla tarkoittavan viimeisiä hetkiä Espanjassa kansainvälisessä vaihdossa. Toisaalta kirjoittamalla tämän tarinan, kävin läpi myös kolmen kuukauden tapahtumat. Siihen aikaan mahtui paljon tunteikkaita hetkiä oppilaiden kanssa. Oppilaat ja heidän perheet tulivat läheisiksi lyhyessä ajassa.

8 ARVIOINTI

Tämän opinnäytetyön arviointikeinona käytin avointa haastattelua yksin ja ryhmässä sekä opettajilla että oppilailla. Haastattelu on aineistonhankintamenetelmä, jossa tutkimusentekijä osallistuu vuorovaikutteisesti aineiston tuottamiseen. Haastattelutapoja voidaan tyypitellä sen mukaan, mikä on tutkijan rooli vuorovaikutustilanteessa. Strukturoimattomasta haastattelusta käytetään myös nimityksiä avoin haastattelu ja asiakaskeskeinen haastattelu. Tällaisessa strukturoimattomassa haastattelussa kysymyksillä ei ole tarkkaa muotoa eikä järjestystä ole määritelty, vaan haastattelun kysymykset ovat avoimia. Ryhmäkeskusteluilla voidaan kerätä sellaista tietoa, jota ei olisi mahdollista saada selville perinteisen kysymyksenasettelun avulla. Teemahaastattelu sopii moneen erilaiseen tutkimustapaan, myös kehitystyöhön, koska siinä yksityiskohtaisten kysymysten sijaan haastattelu etenee tiettyjen keskeisten teemojen varassa. (Hirsjärvi & Hurme 2009, 45–48) Teemahaastatteluun kuuluu haastattelujen tallentaminen. Haastattelijan on muistettava olevansa ihminen eikä pelkkä mittaväline. Hänen tavoitteena on pitää kommunikaatio luontevana. Tärkeimmät asiat haastattelijalla ovat informaation hankkiminen ja kommunikaation helpottaminen. (Hirsjärvi & Hurme 2009, 92–96)

8.1. Opettajien ja oppilaiden haastattelu

Haastattelin koulun oppilaita ja kirjasin haastattelun tulokset muistiin. Haastattelulla pyrin kartoittamaan oppilaiden kokemuksia satuhierontatuokioista. Aluksi tarkoitukseni oli kuvata satuhierontatuokioita iPadilla, mutta oppilaiden keskittyminen olisi mennyt videokuvaamiseen, joten jätin sen kokonaan pois. Tein haastattelut aina heti satuhieronnan jälkeen. Kirjasin palautteen heti vihkooni ylös. Opettajat haastattelin heti satuhierontatuokion jälkeen. Opettajien haastattelut kirjasin raporttivihkooni. Lisäksi meillä oli kerran viikossa ohjaavan opettajan kanssa yhteinen ohjauskeskustelu, jossa arvioimme satuhieronnan edistymistä luokissa. Omaa reflektointia olen tehnyt koko ajan jokaisen tuokion jälkeen.

8.1.1. Opettajien haastattelu

1.–3.luokan opettaja toimi ohjaavana opettajana, joten meillä oli kerran viikossa yhteinen ohjaustunti. Tällöin suunnittelimme tarkemmin satuhierontatuokioita ja kävimme myös läpi edellisten tuokioiden kokemukset. Opettaja toimi yhtenä oppilaana lähes kaikilla tuokioilla, koska hän koki oppivansa näin parhaiten. Kirjasin keskusteluja ylös, mutta lisäksi tein sähköpostihaastattelun vielä syksyllä 2016, koska halusin nähdä, onko opettajan mielipide pysynyt samana.

1.–3. luokan opettaja kertoi oppineensa parhaiten satuhieronnasta yhdessä lasten kanssa toimiessa eli kun opetin lapsille satuhierontaa ja opettaja sai olla tuokiolla mukana ”yhtenä lapsena”. Luokalla itsellään oli jo valmiiksi hyvä luokkahenki, mikä helpotti opettajan mielestä satuhieronnan tuomista luokkaan. Osa oppilaista oli myös tehnyt aiemmin sadutusta, satumaalausta ja hierontaa sekä rentoutumista. Satujen yhdistäminen hierontaan oli opettajan mielestä uutta ja kiinnostavaa. Kosketuksella on rauhoittava vaikutus, joten opettaja näki sen tekevän varsinkin levottomiin lapsiin erityisen hyvin. Projektin aikana parasta oli hänestä, kun 4.–6.luokkalaiset lapset satuilivat ja tekivät omat satuhierontansa pienemmille oppilaille ja pienet 1.–3. luokkalaiset tekivät autopesulan päiväkotilapsille.

1.–3.luokan opettaja kertoi, että sai kipinän satuhierontaan minun innostavan opetuksen ansiosta ja tutustumalla Satuhieronta-materiaaliin, joka löytyy Internetistä. neuvoin tämän materiaalin löytymisestä hänelle. Nyt syksyllä 2016 opettaja käyttää edelleen satuhierontaa Costa Blancan Skandinaavisessa koulussa rauhoittumishetkenä muun muassa pitkillä oppitunneilla ja EQ-tunneilla. Lisäksi luokassa on käytössä Syntymäpäiväsathieronta. Myös isänpäivälahjaksi oppilaat tekevät satuhieronnan lahjaksi, kuten keväällä äitienpäivänä. Opettajan mielestä oppilaat suhtautuivat satuhierontaan avoimen innostuneesti ja he pitivät siitä. Satuhierontaa jopa toivottiin, kun siihen oli totuttu. Opetus oli selkeätä ja organisoitu aina tilanteen mukaan sopivasti pareittain tai koko ryhmälle. (Kivimäki 29.10.2016)

4.–6.luokan opettajan mielestä satuhieronta sopii hyvin EQ-tunneilla käytettäväksi sekä katkaisemaan opetusta. Satuhierontaan kuuluvat erilaiset hengitys- ja

voimaleuseharjoitukset ovat tärkeitä oppilaille, koska alakouluikäisten on tärkeä oppia ajattelemaan omaa itsetuntoaan. Satuhieronnassa he voivat kuitenkin keskittyä rentoutumiseen ja vaipua samalla satujen maailmaan.

Myös 4.–6.luokan opettaja koki hyväksi yhteistyöprojektiksi satujen kirjoittamisen ja hieronnan tekemisen pienemmille. (Leppäaho 9.5.2016)

8.1.2 Oppilaiden haastattelu

Pyysin palautetta oppilailta aina suoraan satuhierontatuokion jälkeen. Satuhierontatuokion jälkeen keskustelimme, miltä tuokio oli tuntunut, mitä ajatuksia se oli herättänyt, millainen olo siitä oli jäänyt ja olisiko joku halunnut tehdä jotakin toisin. Kaikilla oppilailla oli vapaasana sanottavaan tuokioiden jälkeen. Kirjasin heidän tuntemuksiaan ylös ja kävin opettajien kanssa sitten palautetta läpi heti kun olimme kahden kesken. Näin saimme vaihdettua opettajien kanssa mielipiteitä tuokiosta ja lasten reaktioista tuokioihin. Alun perin olin suunnitellut opettavani satuhierontaa vain päiväkotikäisille ja 1.–3.luokkalaisille, mutta 4.–6.luokkalaiset suomenkieliset oppilaat pyysivät itse saada myös satuhierontaa, joten sovimme suomalaisten luokanopettajien kanssa, että opetan satuhierontaa myös 4.–6.luokkalaisille.

Tässä joitakin päiväkotikäisten ja 1–3.luokkalaisten lausahduksia satuhierontatuokioista. Heti ensimmäisellä satuhierontatuokiolla lapset onnistuivat rentoutumaan.

”Tosi rento olo. Tähän vois jäädä nukkuun.”- poika 7 vuotta

”Ajatus lentää. Kivaa!” – poika 7 vuotta

”Mä nukun loppupäivän täällä.” – poika 7 vuotta

”Taas satuhierontaa, bueno!” – poika 7 vuotta

”Mä en vaan nyt jaksais, mut se kyl rentoutti.” – tyttö 7 vuotta

”Meidän luokasta kertova stoori, wautsi! Sä oot se tarinan tyttö!” – poika 8 vuotta

”Me ollaan ihan mestareita kertoon tarinoita. Me voitaa kirjottaa oma kirja kokonaan.” – poika 8 vuotta

”Så fint!” – norjalainen tyttö 4 vuotta

”Jätte roligt” – ruotsalainen poika 4 vuotta

Kun 1.-3.luokkalaisten palaute oli ensimmäisestä kerrasta lähtien positiivista, niin 4–6.luokkalaisilta oppilailta palaute oli suurempaa. He sanoivat, että koko satuhieronta ei asiana kiinnosta pätkääkään, vaikka itse pyysivätkin alunperin satuhieronnan aloitettavan luokassa. Kun joka tapauksessa päätimme aloittaa satuhieronnan 4.–6. luokan opettajan kanssa, kaikki oppilaat lähtivät mukaan ja inostuivat siitä. Oppilailla on pakollisena aineena tunneilmaisua (EQ), jossa heillä on ollut rentoutusta käytössä. Satuhieronta oli myös tähän luokkaan helppo tuoda uutena menetelmänä. Luokassa oli vain noin kymmenen oppilasta ja kaikki tunsivat toisensa hyvin. Luokkahenki oli yleisellä tasolla hyvä. Halusimme luokan opettajan kanssa parantaa entisestään ryhmäytymistä. 4.–6. luokkalaisia oppilaita hämäsi aluksi sana satuhieronta, joka kuulosti heistä lapselliselta ja kun heidän piti yhdellä kertaa kirjoittaa itse satuja, oli tärkeätä painottaa, että satu voi olla minkälainen tahansa. Myös aikuiset lukevat ja kirjoittavat satuja ja tarinoita. Toisaalta oppilaat löysivät Sanna Tuovisen Satuhieronta-kirjasta itselleen mieluisia satuhierontoja, joita teimme luokassa. Tässä joitakin 4.-6.luokkalaisten mielipiteitä satuhieronnasta:

”Tulee sellanen flow-olo.” – tyttö 11 vuotta

”Nukuttavaa, tehdäänkö vielä toinen tähän perään?” – poika 10 vuotta

”Rentoo, tehdäänkö uudelleen?” – tyttö 11 vuotta

”Tästä tulee sellainen kiva fiilis.” – tyttö 12 vuotta

”Mua ei sitten yhtään kiinnosta mikään satuhieronta. Se on noitten pienten luokan juttu. Miks me kirjoitettais jotain satua?” – tyttö 12 vuotta

8.2 Osallistuva havainnointi ja sen arviointi

Osallistuva havainnointi on vapaasti tilanteessa muotoutuvaa. Usein täydellinen osallistuminen tutkijalle aiheuttaa ongelmia: kuinka tutkija toimia luonnollisesti ja aidosti havainnointitilaisuudessa samalla kun kerätään tieteellistä tietoa ryhmän toiminnasta. Tutkijan pitää muistaa pitää erillään havainnot ja omat tulkintansa omista havainnoista. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2010, 214–217)

Aloitin satuhieronnan periaatteessa jo kolmantena harjoittelupäivänäni uskonnotunnilla, kun kuuntelimme lasten virsiä. Yksi oppilaista pyysi minua hieromaan samalla selkäänsä. Kun olin hetken hieronut häntä, kysyi seuraava oppilas, voisinko hieroa myös häntä. Loppujen lopuksi kaikki tunnilla olleet saivat lyhyen hieronnan sen tunnin aikana ja näin olin saanut hiljaisen luvan koskettaa jokaista jo kolmantena työpäivänä. Minusta tämä oli luottamuslause oppilailta minua kohtaan nopeasti. Oppilaat tiesivät etukäteen, että tulen tekemään satuhierontaa heidän kanssaan, koska opettaja oli kertonut heille ja vanhemmille etukäteen asiasta. Oppilaat olivat todella kiinnostuneita asiasta. Kysymys oli esillä joka päivä. Niinpä aloitimmekin satuhieronnan nopealla aikataululla, koska asia oli minulle tuttua ja lapset innokkaita oppimaan uutta.

Satuhierontamenetelmänä oli toimiva myös kouluikäisille lapsilla. Aiemmin olen käyttänyt sitä vain päiväkotikäisillä lapsilla, mutta satuhierontatuokiot koulussa näyttivät, että satuhieronta rauhoittaa varsinkin levottomia lapsia kesken koulupäivän. Toinen uusi asia oli se, että, pystyin käyttämään myös voimauseajatuksia ja lisäksi sadutuksia ryhmässä enemmän kuin aiemmin, koska lapset olivat

vanhempia. Teimme satuhieronnasta isompia kokonaisuuksia ja koin sen sopivan hyvin koulumaailmaan. Satuhieronta voitiin yhdistää moniin eri oppiaineisiin. Satuhierontatuokioista tuli koko luokan yhteisiä produktioita, joissa ryhmähenki parani.

Myös oppilaiden vanhemmat ja sisarukset saivat osansa satuhieronnasta, joten satuhierontamenetelmä oli sopiva aihe valinta Costa Blancan skandinaaviseen kouluun. Aihe kiinnostaa edelleen itseäni ja jaksan muokata sitä tilanteisiin sopivaksi. Opinnäytetyötä tehdessäni ja sen jälkeen olen lukenut paljon teoriaa asiaan liittyen, vaikka asiasta onkin harmittavan suppeasti materiaalia saatavilla. Parasta antia on kuitenkin se, että edelleen nyt syksyllä 2016 Costa Blancan Skandinaavisessa koulussa opettajat jatkavat satuhierontaa oppilaiden kanssa. Se ei siis jäänyt vain muutaman kuukauden projektiksi, vaan onnistuin viemään uutta menetelmää eteenpäin pidemmällä aikavälillä.

9 POHDINTA

Eettisyys näkyy kriittisenä asenteena aihetta kohtaan. Kehittämiprosessissa eettisyys merkitsee sitä tapaa, jolla työntekijä ja ohjaaja suhtautuvat työhönsä, ongelmiin ja niihin henkilöihin, joiden kanssa kehittämistä tehdään. Eettisyys ilmenee myös siinä, miten työn aihe valitaan, miten tietoa hankitaan, miten prosessista ja tuloksista puhutaan ja miten niitä sovelletaan. (Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010, 11–12.) Opinnäytetyön aiheen valinnassa eettisyys näkyy tietojen hankinnassa, opinnäytetyön prosessissa ja haastattelujen tulkinnassa. Pysin opinnäytetyössäni suhtautumaan eettisesti suunnitellessani satuhierontatuokioita sekä toteuttaessani niitä. Lisäksi eettisyys näkyy haastatteluissa, sillä kunnioitin haastateltavan mielipiteitä, jolloin tasavertainen vuorovaikutus toteutuu.

Satuhieronta on aiheena uusi ja tutkimuksia on tehty aiheesta varsin vähän vain jotakin opinnäytetöitä ja graduja, lähinnä päiväkotikäisten lasten parissa. Koskettamisesta on jo enemmän uutta tutkittua tietoa. Satuhieronnan myönteiset kokemukset perustuvat enemmän ”minusta tuntuu”-tuntumaan kuin tutkittuun tietoon. Nämä mielipiteet ovat silti todella arvokkaita, koska satuhieronta on aiheena sellainen, johon ei valmista kaavaketta voi laatia. Lisäksi jokainen ihminen kokee kosketuksen omalla tavallaan riippuen omasta kosketushistoriastaan. Tämänkin kehityspainotteisen opinnäytetyön tulokset perustuvat haastattelutuloksiin, joiden vastaukset ovat opettajien ja oppilaiden omia mielipiteitä satuhieronnan oppimisesta ja vaikutuksesta. Tulokset ovat luotettavia, koska perustuvat opettajien ja oppilaiden omiin tuntemuksiin. Työn tarkoituksena oli opettaa menetelmä koululla ja saada se toimimaan jatkossakin yhteisössä.

Satuhieronta on aiheena koko ajan kehittyvä. Sitä voidaan kehittää myös muualla kuin lasten parissa hyvänä voimaannuttavana toimintatapana. Olen kokenut kasvaneeni ammatillisesti koko työurani ja opiskelujen aikana eri työympäristöissä ja työyhteisöissä. Satuhierontamenetelmän vieminen monikulttuuriseen yhteisöön,

alakouluun oli minulle uutta, mutta se sopi minusta koulun kokonaisvaltaista hyvinvointia kannattavaan ajatusmaailmaan. Tämän vuoksi minun oli melko helppo lähteä toteuttamaan tätä projektia vieraassa ympäristössä.

Koska koulussa jatkavat työssä samat opettajat kuin viime keväänä, he voivat halutessaan pitää lukujärjestyksessä satuhieronnan ja opettaa sitä uusille oppilaille. Lisäksi uskon, että Sanna Tuovinen on valmis uusille ideoille, joita syntyy erilaisessa ympäristössä. Jokainen ympäristö luo satuhieronalle omanlaisensa tunnelman. Eri-ikäisillä oppilailla on erilainen tarve satuhierontaan, mutta kosketaminen ja tarve tuoda esille omia ajatuksia on tärkeitä alakouluikäisille lapsille. Tämän vuoksi minusta kannattaa kehittää sitä, että käyttää paljon saduttamista, lasten omia runoja ja muuta lasten omaa materiaalia hierontojen lähtökohtana, jolloin kokonaisuudesta tulee lapsilähtöinen. Samalla lapset saavat kokea, kuinka heitä aidosti kuunnellaan.

Toisaalta Costa Blancan Skandinaavisessa koulussa lapsi saattaa olla vain kuu-kaudenkin oppilaana. Tällöin opettajan tarvitsee olla tarkkana ja herkistää ”tuntosarviaan”, onko oppilas valmis tällaiseen juttuun. Minua vastaan ei kuitenkaan tullut yhtään lasta, joka ei olisi suostunut satuhierontaan koko kevään aikana ja uskon, että tässä yhteisössä harvemmin niin tulee käymään. Koulussa on totuttu siihen, että luokassa vaihtuvat oppilaat vuoden aikana. Toisin sanoen ”halauksia on opittu vaihtamaan!”.

Satuhieronta on menetelmänä edullinen. Siihen ei ole laitettu kalliita lisenssimaksuja ja Sanna Tuovinen ottaa vastaan ihmisiltä uusia ideoita koko ajan. Koulutus satuhierojaohjaajaksi kestää kolme päivää. Satuhierontaa on paljon käytössä erilaisissa yhteisöissä, kouluissa, päiväkodeissa ja esimerkiksi kerhoissa, joten lapset ja vanhemmat oppivat sen. Näin satuhieronta voidaan ottaa käyttöön myös kotona. Internetsivuilla on ohjeita, kuinka satuhierontaa voidaan toteuttaa ilman

kurssiakin. Näin tämä menetelmä kasvaa ja kehittyy koko ajan. Satuhierontamenetelmä elää ajan hermolla ja samalla sitä voidaan kehittää kaikille ikäryhmille sopivaksi.

Satuhieronta on aihe, jossa kohdataan lapsi henkilökohtaisesti. Siinä pitää olla läsnä ja koskettaa. Ensimmäinen sääntö on kysyä koskemiseen jo lupa, muistaa alueet mihin saa koskettaa ja miten saa koskettaa. Myönteinen kosketus kertoo, että meistä välitetään ja meidät nähdään. Koskettaminen saattaa tuntua vieraalta, sillä suomalaisessa kulttuurissa on ollut tapana olla etäällä ja välttää kosketusta (Tuovinen 2014, 7.)

Pitäessäni satuhierontatuokioita muistutin aina lapsia ensin, että pitää muistaa kysyä lupa hierottavalta ja kerroin miksi niin pitää tehdä. Vanhemmille oli jo etukäteen ilmoitettu, että tulen koululle harjoittelijaksi ja teen opinnäytetyön satuhieronnasta koulussa eli opetan oppilaille satuhieronnan. Myös vanhemmat olivat kiinnostuneita aiheesta. Lapset muistivat aina kysyä luvan toiselta, myöskin perussäännöt kutittamisesta ja satuttamisesta muistettiin.

Toiminnallisen opinnäytetyön tekeminen on ollut mielenkiintoista ja antoisaa. Yhteistyö oppilaiden, opettajien ja lasten vanhempien kanssa oli ehdottomasti parasta koko opinnäytetyössä. Aihe on ollut mieleinen, koska se on kiinnostanut jo ennestään minua ja olen käyttänyt satuhierontaa paljon aiemmin työssäni nuorempien päiväkotikäisten lasten kanssa. Oli ilo huomata, kuinka isommatkin lapset haluavat, että heitä kosketaan ja samanaikaisesti kerrotaan satua. Yllätyin, että 4–6.luokkalaiset olivat niin innostuneesti satuhieronnassa mukana ja opinkin, että en saa rajata mielessäni satuhieronnan käyttäjäkuntaa. Se on tarkoitettu kaikille ja sopii kaikenikäisille. Toimintaympäristö oli minulle uusi, sillä olin tekemisissä vanhempien lasten kanssa kuin aiemmin ja kaiken lisäksi monikulttuurisessa ympäristössä ulkomailla. Satuhierontatuokioita myös ohjaaja oppii koko ajan itsestään paljon. Siinä oppii olemaan eri-ikäisten lasten kanssa tekemisissä ja huomaa, että tilanteet elävät joka hetki. Vaikka kuinka suunnittelee tuokiolle

rungon niin silti se voi muuttua ihan erilaisiksi riippuen satuhierottavien tunnetilasta ja muutenkin kaikesta ympärillä olevasta. Satuhierontaa voi käyttää kaikenikäisillä erilaisissa toimintaympäristössä, kun muistaa itse olla avoin uusille asioille. Itse opin, että ennakkoluulot kannattaa heittää roskakoriin esimerkiksi siinä, kenelle satuhieronta sopii.

LÄHTEET

- Costa Blancan Skandinaavinen koulu 2016. Costa Blancan Skandinaavinen koulu. Viitattu 10.5.2016. <http://www.skandinaviskaskolan.com/page-fin/skolan-finsk.htm>
- Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010. Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä: opas Diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetöitä varten. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja C. Katsauksia ja aineistoja. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- Halme, Katjamaria & Vataja, Anita 2011. Monikulttuurinen varhaiskasvatus ja esiopetus. Helsinki: Tammi.
- Hiltunen, Valma; Hyytiäinen, Merja; Lindroos, Sirpa & Matero, Marja 2008. Ohjaan ja avustan. Koulunkäyntiavustajan käsikirja. Helsinki: WSOY oppikirjat.
- Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena 2009. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus.
- Hirsjärvi, Sirkka; Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2010. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Jantunen, Timo & Haapaniemi, Rauno 2013. Iloa kouluun. Avaimia kouluviihtyvyyteen. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Jernberg, Ann M. & Booth, Phyllis B. 2003. Theraplay , vuorovaikutuksen käsikirja. Helsinki: Psykologien Kustannus.
- Kaaro, Jani 2016. Hyvä mieli hormoneilla. 6.4.2013. Viitattu 18.8.2016 http://www.hyvaterveys.fi/artikkeli/mieli/hyva_mieli_hormoneilla
- Kanninen, Katri & Sigfrids, Arja 2012. Tunne minut! Turva ja tunteet lapsen silmin. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Karlsson, Liisa 2000. Sadutus. avain osallistavaan toimintakulttuuriin. Opetus 2000. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Karlsson, Liisa 2014. Sadutus. Avain osallisuuden toimintakulttuuriin. Juva: PS-Kustannus.

- Kinnunen, Taina 2013. Vahvat yksin, heikot silytyksin. Otteita suomalaisesta kosketuskulttuurista. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Kivimäki, Rita 2016. luokanopettaja, vararehtori. Costa Blancan skandinaavinen koulu. Orihuela. Haastattelut Kevät 2016.
- Kivimäki, Rita 2016. luokanopettaja, vararehtori. Costa Blancan Skandinaavinen koulu. Orihuela. Haastattelu sähköpostitse 29.10.2016.
- Leppäaho, Laura 2016. luokanopettaja. Costa Blancan skandinaavinen koulu. Orihuela. Haastattelut kevät 2016.
- Niitemaa, Marja-Leena 2014. Teoksessa Päivi Pietilä & Pekka Lintunen Kuinka kieltä opitaan. Helsinki: Gaudeamus,138–164.
- Paavola, Heini & Talib, Tytti. 2010. Kulttuurinen moninaisuus päiväkodissa ja koulussa. Opetus 2000. Jyväskylä: PS-Kustannus
- Rosen, Marion & Brenner, Susan 2005. Rosenmenetelmä. Kosketusta keholle ja mielelle. Helsinki: Omega Books.
- Saukkonen, Pasi 2013. Erilaisuuksien Suomi. Vähemmistö- ja kotouttamispolitiikan vaihtoehdot. Helsinki: Gaudeamus.
- Suomen NLP-yhdistys ry. 2016. NLP lyhyesti. Viitattu 9.9.2016
<http://www.nlpyhdistys.fi/tietoa/>
- Suomen NLP-yhdistys ry. 2016. Mitä NLP on? Viitattu 9.9.2016
<http://www.nlpyhdistys.fi/>
- Svennevig, Hanna 2005. Kehon mieli. Kehontuntemuksesta itsetuntemukseen. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Talib, Mirja-Tytti 2002. Monikulttuurinen koulu. Haaste ja mahdollisuus. Helsinki: Kirjapaja.
- Tarina ja Kosketus Oy 2012. Satuhieronta. Rentoutumista ja rauhoittumista ilon ja leikin kautta–työkirja. Tarina ja Kosketus Oy.
- Terveys- ja hyvinvoinnin laitos 2016. Sadutus. Viitattu 17.4.2016.
<https://www.thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyomenetelmat-ja-valineet/tyomenetelmat/sadutus>

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

Tuovinen, Sanna 2012. satuhieronta-koulutus. Forssan ammatti-instituutti. Forssa. 14.9.2012.

Wettig, Herbert H.G, Franke, Ulrike & Fjordbak, Bess Sirmon. Theraplayn vaikuttavuuden arviointia. Kirjassa Schaefer, Charles E. & Kaduson, Heidi Gerard 2012. Leikkiterapia. Teoria, tutkimus ja käytäntö. Kuopio: Unipress.

Vilka, Hanna 2015. Tutki ja kehitä. Jyväskylä: PS-Kustannus.

1. viikko: Opetellaan varovasti koskettamaan ja käydään läpi satuhieronnan säännöt ja ohjeistus miten satuhierontaan tehdään. Vuorovaikutuksellinen satuhieronta, pareittain.
2. viikko: taas säännöt läpi alussa ja ohjeita, musiikkia ja joku rentouttava satuhieronta, sulka munana lopettamassa hieronta, pareittain.
3. viikko: Autopesula: voisiko ottaa päiväkotilapset mukaan toimintaan?
4. viikko: Meritähti ja hevonen, kerrataan säännöt, aiheena ystävyys, ympyrässä koko luokka.
5. viikko: joku pääsiäiseen liittyvä aihe, keksi oma tarina. kerrataan alussa säännöt
6. viikko: sadutus koko luokka, tulisiko myös suomenkieliset päiväkotilapset?
7. viikko: satuhieronta sadutukseen. kerrataan alussa säännöt.
8. viikko: rentouttava satuhieronta. pareittain musiikki taustalla.
9. viikko: lyhyt satuhieronta, pareittain tai koko ryhmä
10. viikko: mun oma satu vikana kouluviikkona? tehdään ympyrässä.

Etanan Matka

LIITE 2

Minne olet matkalla etana?

"Kotiin!" vastasi etana ja lähti etsimään kotiaan.

Niin se matkusti Egyptiin. Etana katseli ympärilleen ja näki upeat pyramidit. Mutta kotia se ei löytänyt.

Sieltä etanaa jatkoivat matkaansa Australiaan. Australia oli suuri ja laaja. Etana tapasi siellä kengurun, mutta kotia se ei sieltä löytänyt.

Sieltä etana jatkoivat Italiaan. Italiassa viihtyi hyvin, mutta ei löytänyt kotiaan.

Seuraavaksi etana matkusti Ranskaan. Ranskassa etana kiipesi Eiffel-torniin, mutta kotia se ei löytänyt.

Nyt etana matkusti Kiinaan. Kiinassa etana tutustui mukavaan pandaan, mutta ei löytänyt kotiaan.

Etana lähti Brasíliiaan etsimään kotiaan. Siellä se seikkaili sademetsässä ja tanssi sambakarnevaaleissa, mutta ei löytänyt kotiaan.

Sieltä etana jatkoivat Meksikoon etsimään kotiaan. Meksikossa etana söi herkullista tortillaa, mutta ei löytänyt kotiaan.

Sieltä etana matkusti Islantiin. Islannissa etana kylpi kuumissa lähteissä, mutta ei löytänyt kotiaan.

Seuraavaksi Etana matkusti Suomeen, jossa hän tapasi sukulaisia, ystäviä ja kävi eri kaupungeissa, mutta ei löytänyt kotiaan.

Viimeiseksi hän matkusti Espanjaan,

Costa Blancan skandinaaviseen kouluun. Sieltäkín hän etsi kotiaan.

mutta ei löytänyt sieltäkään kotiaan.

Kuule etana, kotisi on AINA MUKANASI!

KOTISI ON TÄÄLLÄ; SYDÄMEN PÄÄLLÄ! ja niin etana rauhoittui rakkaaseen kotikoloonsa. Se oli kotona aina, joka paikassa.

Pidä käsiä kevyesti selällä sydämen kohdalla.

Siirry vasenta käsivartta pitkin kämmeneen. Hiero kämmentä ja sormia.

Etene käsivartta pitkin vasempaan olkapäähän. Hiero olkapäätä, hartioita ja yläselkää.

Siirry alaselkään. Hiero kevyesti alaselkää.

Siirry vasenta jalkaa pitkin jalkaterään. Hiero jalkateriä, jalkapohjaa ja varpaita.

Siirry takaisin alaselkään. Hiero alaselkää.

Siirry oikeaan jalkaa pitkin jalkaterään. Hiero jalkateriä, jalkapohjaa ja varpaita.

Siirry taas takaisin alaselkään ja hiero alaselkää.

Siirry oikeaan olkapäähän. Hiero olkapäätä, hartiaa ja yläselkää.

Siirry oikeaa käsivartta pitkin kämmeneen. Hiero kämmeniä ja sormia.

Siirry päähän ja sivele hiuksia.

Kuljeta kädet selälle, sydämen päälle lämmitä, piirrä sydän ja silittele.

Paina kevyesti molemmat kädet selälle.

LIITE 3

1.-3. LUOKKALAISTEN SATUHIERONTA-SADUTUS

Olipa kerran pieni lammas, joka oli iloisena aitauksessa kavereittensa kanssa.

Mutta eräänä päivänä sieltä tuli kiltti paimen, joka vahingossa jätti portin auki ja pieni lammas lähti pakoon.

Ja lammas kierti metsää ja löysi suden. ja sitten susi löysi lampaan lähelle ja sitten susi yritti syödä lampaan ja sitten tuli, ja sitten lammas oli ihan vaan rauhallisesti, mutta kettu vaan tuli lähemmäksi ja lähemmäksi mutta sitten kävi ennen kuin susi ehti tehdä mitään niin sieltä tuli kettu ja karhu ja häätivät suden pois.

Kettu ja karhu olivat kavereita lampaan kanssa. He olivat olleet yhdessä kauan ja sitten ne lähtivät metsään ja järvelle ja sitten ne lähtivät lentokoneeseen ja matkustivat Afrikkaan. Ja sitten ne olivat Afrikassa ja lähtivät kävelemään ja olivat tulivuorella ja katsoivat alas ja laittoivat naaman laavareikän ja halusivat hypätä alas mutta eivät voineet paitsi saivat laskuvarjot. Siellä oli laava vastassa.

Sitten siellä oli kiltti laavalisko joka auttoi lampaan, karhun ja ketun ylös laavaliskoystäviensä kanssa ja sitten, sitten, sitten he: lammas, karhu ja kettu lensivät takaisin Suomeen metsään ja järvelle ja lammas meni takaisin aitaukseen ja sitten kettu ja karhu lähti kävelemään eteenpäin ja sitten lammas vain pyöri aitauksessa eteenpäin.

Sitten kaikki lampaan ystävät iloitsivat pikkulampaan paluusta ja sitten lammas hyvästeli ketun ja karhun. Kettu ja karhu tuli kylään joka päivä. Ja sitten eräänä päivänä ne rakensivat talon sisäjuttuja ja sitten kun se oli valmis ne meni lepäämään.

No sitten lammas oli odottamassa ja hän mietti menisikö kylään omiensa kavereittensa luokse ja sitten lähti ja hän halusi elää ikuisesti ja sanoa hyvästi, olla yksin.

Eräänä päivänä susi tuli takaisin ja sanoi karhulle ja ketulle että halusi vain ystäviä. Sitten karhu ja kettu oli tosi pahoillaan ja he kutsuivat lampaan suden luokse. Kettu ja karhu olivat tienneet, että lammas oli tulossa kylään ja sitten lammas meni kylään ja sitten kun ne kaikki olivat siellä talossa ja ne tekivät ruokaa.

Lammaksella oli niin kova nälkä että se halusi syödä kokonaisen hevosen. Sitten lammas lähti takaisin kotiinsa ja tuli laitumelle ja pikkuinen hiiri tuli kanssa jota lammas pelästyi. Ja sitten hiiri sanoi "Ei minussa ole mitään pelättävää. Itse sinä olet niin pelottava kun olet niin iso" Sitten hiiri tuli lampaan selkään ja kutitti sitä. Sitten lammas..öö..puri sitä ja sitten lammas lähti juoksemaan aitausta pitkin, että se saa liikuntaa lisää. Se lähti karkuun hiirtä ja meni kavereiden luo kylään. Sitten lammas juoksi liikaa ympäri ja hän vaan juoksi niin kettu ja karhu tuli hänen luokseen kylään käymään. Ja sitten he lähtivät. Sitten kun lammas, kettu

ja karhu olivat lähteneet kotiinpäin lammas lähti yksin metsään hakemaan ruokaa itselleen ja vastaan tulikin susi. Ja susi sanoi, että haluaa vaan leikkiä ja lammas uskoi ja susi toi lampaan kotiinsa. Ennen kuin toi lampaan kotiinsa, hän kysyi leikitäänkö hippaa ja kiipesi puuhun. Sitten hyppäsi alas suden niskoille ja susi lähti juoksemaan. sitten susi oli niin pelästynyt että sekin pelkäsi ja hyppäsi puuhun. Sitten kumpikin koko ajan hyppäsi puuhun eikä saanut toisiaan kiinni.

Yksi meni puuhun ja toinenki meni puuhun ja sitten lammas lojui sen susin selässä ja sitten se puraisi sen hännästä ja se susi alkoi pyöriä ihan liikaaja tuli pyörremyrsky ja molemmat lähti lentämään ja pyörremyrsky jatkui.

Pyörremyrsky meni ohi ja lammas lähti iloisena. Kaikki muut metsän asukkaat ihmetteli paitsi susi miksi susi on paikallaan. Susi oli vaan niin järkyttynyt koko loppuikänsä. Sitten kun lammas meni tapaamaan uudelleen susia, susi ei sanonut mitään lampaalle, susi vaan seiso.

Sitten lammas meni ketun ja karhun luo kylään ja rakensivat keinun. Sitten he meni kaikki keinumaan ja keinu ei kestänyt. Ne romahti. Keinun romahti kokonaan. Se meni ylös ja alas ja putos puskaan. Ja susi oli aina vaan järkyttynyt ja halusi olla yksin.

Kettu suuttui karhulle, kun karhu oli laittanut vahingossa naulat väärin ja karhu suuttui ketulle, koska kettu suuttui karhulla. Susi oli kuisteski menny ottamaan naulat oikeista kohdista pois ja laittanu ne väärin. karhu ei ollut laittanut väärin.

Paimen tuli laittamaan aitauksen kiinni juuri kun pikkulammas oli tullut takaisin aitaukseen.

LOPPU.

Miska, Aapo, Aku, Hannes, Myrsky, Kasper, Kimi, Stella ja Eve. tarinan kertomiseen meni aikaa noin 15 minuuttia. Satu nauhoitettiin ipadille, josta kirjoitettiin tietokoneelle. Satu kuunneltiin heti sen jälkeen, kun se oli valmis.

7.4.2016

LIITE 4

Syntymäpäivä

Tuuli salaisuuden kuiskasi: on sinulla tänään synttärit. Kokonaista seitsemän vuotta täytät. Ja ihan päivänsankarilta näytät.

Metsän eläimet tahtovat lahjoja antaa.

Jokainen jotain tärkeä mukanaan kantaa.

Jänöjussin loikkivan kuulen, se tuo tullessaan hyvän tuulen.

Nallekarhu hitaasti askeltaa, rohkeutta otso sydämeen lahjoittaa.

Pikkulinnut iloiset, ripottelevat päällesi onnen siemenet.

Orava juhlistaa onnenpäivää, iloa antaa, ei ole huolen häivää.

Nyt kerron vielä,

mitä sait hyvää tuulta,

rohkeutta sydämeen,

onnen siemeniä sädehtivää iloa.

Näitä lahjoja ei voi nähdä: ne tuntee vaan!

Nämä kaikki sinulle tänään annetaan. Hyvää syntymäpäivää _____!!

Tee tuulen liikkeitä olkapäille ja selkään.

Pysäytä kädet olkapäille. Piirrä lapsen ikä selkään. Voit laskea kädet selän päälle ja keinuttaa hieman.

Tee rauhallisia silityksiä selkään.

Pompi jäniksen jälkiä selkään.

Tee karhun tassun painalluksia selkään.

Naputtele hiuksia sormilla, olkapäitä ja käsivarsia.

Piirrä selkään oravan reittejä.

Pidä käsiä hetki selän päällä.

Tee tuulen liikkeitä.

Piirrä sormella sydän selkään.

Naputtele sormenpäillä kevyesti.

Tee pyörittävää liikettä kämmenillä.

Halaa!

Sano lapsen nimi.

Tekijät: Päivi Kaski ja Sanna Tuovinen

LIITE 5

4.-6. LUOKKALAISTEN TARINAT, JOISTA TEHTIIN SATUHIERONNAT

TARINA YSTÄVYYDESTÄ (Siiristä ja Saarasta) sanat: Ystävyys-Ranta

Siiri ja Saara kävelivät kouluun iloisina pomppien. Koulussa he päättivät, että he menevät koulun jälkeen ratsastamaan yhdessä ja rannalle uimaan. Aluksi he pomppivat iloisesti, sen jälkeen he laahustivat raskaasti ja marssivat reippaasti ja löntystivät norsun askeleita ja loppumatkan he luistelivat.

Uimarannalla Saara lähti ostamaan jäätelöä. Siiri päätti mennä uimaan sillä välin. Hän ei kyllä osannut uida kovin hyvin. Hän halusi silti yrittää. Aluksi uiminen meni ihan hyvin hän yritti uida koiraa ja sammakkoa, mutta sitten tapahtui jotakin...Hän alkoi upota veden syvyyksiin. Siiri huusi "Apua!!" niin kovaa kuin pystyi ja onneksi Saara kuuli sen. Saara ui nopeasti Siirin luokse ja auttoi hänet rantaan.

Siiri kiitti Saaraa helpottuneena. Sitten he lähtivät kotia kohti.

-Mimmi N. ja Vanilla-

POIKIEN TARINA sanat: Seikkailu-Linna ja Kauppa-Yhdessä

Olipa kerran linna. Se sijaitsi Brysselissä. Linnassa oli paljon vessoja. Eräänä päivänä linnassa asuva Pönttö-hirviö lähti seikkailulle. Pönttö-hirviö parkkourasi Bryselin keskustassa kapeiden katujen välissä. Yhtäkkiä Pönttö-hirviötä vastaan tuli Kimus-kissa. Kimus-kissa oli Ismo Laitelan uskollinen kumppani. Ismo oli metsästäjänä Pönttö-hirviötä. Kimus-kissa söi Pönttö-hirviön kokonaisuena, mutta Ismo antoi Kimukselle kyytiä ja Pönttö-hirviö heilutti viereiseltä parvekkeelta. Pönttö-hirviö hyppäsi komean benzi-hypyn sillalta ylös, mutta Kimus meni Mercadonaa. Kimus osti Hauhau purkkiruokaa neljä ostoskärryllistä. Kimus meni kassalle. Kassalla ei ollut ketään, joten Kimus vain lähti menemään. Pönttö-hirviö tuli Consumin ovella vastaan ja kävi ostamassa yhden porkkanan, joka sekin oli homeessa. Kassalla Donald Trump myi räjähteitä meksikolaisille. Trumppi pyysi Pönttö-hirviöltä 3000 euroa yhdestä porkkanasta, mutta Pönttö-hirviö hyppäsi ikkunasta ulos James Bondin perässä. Ulkona Gabe Newel yritti tehdä

Pönttö-hirviöstä CS:GO-riippuvaisen. Pönttö-hirviö puri Gabenin kädet irti. Sitten Pönttö-hirviötä jahtasi 100 000 lamacornia. Ne halusivat porkkanan, joka oli jo tuore. Yhtäkkiä Jeesus ilmestyi Pönttö-hirviön eteen, mutta litistyi ensin porkkanan alle. Sitten Pöntön alle ja sitten Pepin, joka ratsasti lamacornilla ja sitten Mimmin alle, joka tuli Roope-sedän rahasäiliöstä ulos, koska Mimmi oli ollut Roopen kanssa hakkaamassa Playstation 4 pesäpallomailalla. Yhtäkkiä joulupukki ilmestyi Petteri Punakuonon kanssa viemäristä. Hän oli kuulemma asunut kolme vuotta Dubain viemäreissä.

Keskellä katua ilmestyi nether-portaali, josta ilmestyi Minecraft-ukkeli. Minecraft-ukkeli sanoi, että oli tullut Little big planet-maailmasta. Pönttö-hirviö, Kimus-kissa, Ismo Laitela, Mercadonan johtaja, Consumin siivooja, elävä hauhau purkkiruokapurkki, Donald Trump, jälleen homeinen porkkana, kasa Meksikölaisia räjähteiden kanssa, James Bond, Gabe Newel, Kolmas CS:GO, Peppi, Mimmi, Roope-setä, Joulupukki, Petteri Punakuono, mäsä Playstaiton 4, Minecraftukkeli, Aleksanteri Suuri, Zeus, Heikki Haahka, Aleksander Putin lähtivät kaikki mehulle Nether-portaalin kautta...

The End.

-Lauri, Kenny, Niko ja Sten -

HEVOSET

Olipa kerran parhaat ystävykset. He pitivät ratsastuksesta. Eräänä päivänä he lähtivät ratsastusretkelle. Heidän hevostensa nimet olivat Jupiter ja Seri. He lähtivät kovassa laukassa mutta matkan alusa alkoi satamaan. Ystävykset menivät hevosten alle sadetta suojaan. Yhtä'äkkiä ukkonen jyrisi ja hevoset lähtivät juoksemaan pois. Sade loppui. Taivaalla näkyi sateenkaari. Ystävykset lähtivät toista päätä kohti. He näkivät sateenkaareen pään ja sen alla seisoivat heidän omat hevoset. Niinpä he pääsivät onnellisena omaan kotiinsa.

- Mimmi J. ja Milla-

SATUHIERONTA

Olipa kerran kaksi ystävää. Ystävät menivät pyörillä rannalle. Rannalla tuuli. Taivaalla oli pilviä ja vesi lainehti. Tytöt jäivät rannalle makaamaan. Tytöt näkivät merenneidon. Se hyppäsi kauniissa kaarella. Tytöt olivat ihmeissään, sillä merenneito halusi tutustua tyttöjen kanssa. He juoksivat lähelle rantaan. Merenneito oli todella kaunis ja sen pyrstö säkenöi. Toisen tytön oli aika mennä kotiin, eikä toinen tyttö halunnut jäädä yksin meren rantaan. Kun tytöt olivat kotona, he halusivat heti kertoa muille, mutta eivät voineet, sillä he lupasivat merenneidolle, etteivät he kerro asiasta kenellekään.

-Helmi ja Vilma-

ELÄINSATU

Olipa kerran karhu, hirvi ja pupu. He menivät uimaan ja surffasivat aalloilla. Sitten he lähtivät kotiin ja unohtivat surffilaudat rannalle. Eläimet lähtivät hakemaan surffilautoja ja jäivät rannalle. He apalsivat väsyneinä kotiin. Sitten seuraavana päivänä satoi lunta ja he menivät luistelemaan ja unohtivat luistimet rannalle. Taas he joutuivat menemään hakemaan luistimet rannalta. Sitten eläimet menivät nukkumaan.

-Peppi ja Saimi-

Tässä sadussa oli kirjoitettuna vain alustava tarina. Tytöt halusivat keksiä samalla kuin hieroivat tarinaan lisää toimintaa. Heille se oli helpompi ratkaisu. Sainoin, että he voivat tehdä myös niin jos tuntuu vaikealta kirjoittaa satua valmiiksi.

Merihevonen ja Tähti

Olipa kerran pieni merihevonen, joka oli mahdolloman hyvä uimari.

Se rakasti tehdä kuperkeikkoja turkoosisinissä vedessä.

Merihevosen paras ystävä oli Meritähti. Meritähtien kanssa he keksivät aina kaikkein parhaimmat leikit.

Kerran he kiipesivät rantakalliolle. Kallion peitti pehmeä, vihreä sammal.

He laskivat kalliolta hurjaa vauhtia alas mereen. Hui, mikä vauhti!

Yhtäkkiä nousi kova tuuli ja toi tullessaan sadepilviä. Laineet alkoivat kasvaa. Meritähteä alkoi pelottaa. Merihevonen, joka oli mestariuimari, sanoi sille: "Älä pelkää, pidä minusta kiinni!".

Tähti otti merihevosta kaulasta, ja he lähtivät uimaan. Laineet olivat valtavia, välillä ne heittelivät ystävyksiä ympäri ämpäri.

Pian Meritähtikin alkoi nauttia laineiden vauhdista. hehän olivat kuin huvipuistossa! He nauroivat kuin ja pitivät tiukasti kiinni toisistaan!

Yhtäkkiä Merihevonen näki ylhäällä jotain pientä ja kimaltavaa. Ystävykset lähtivät nousemaan vedenpintaan.

Siellä, lumpeenlehden päällä, oli säihkyvä simpukka. Merihevonen raotti sitä pikkuisen. Simpukan sisällä oli suuri, valkoisena hohtava helmi.

Ystävykset tiesivät löytäneensä oikeaan aarteen. Mutta he tiesivät myös, että ystävyys oli suurin kaikista aarteista.

LIITE 6

Laske kämmen lapsen selälle.

Piirrä etusormella silmukoita pitkin selkää.

Piirrä sormella tähtikuvi selkään.

Kiipeä kämmenillä lapsen selkärankaa ylös pääläelle.

Laske käsillä kuin liukumäkeä pääläelta alas selkään muutamia kertoja.

Tee pyörivää liikettä ja isoja laineita.

Vie käsi hellästi lapsen olalle.

Tee sormenpäillä silmukoita selkään ja jalkoihin.

Piirrä pieni ympyrä niskaan.

vedä sormella selästä niskaan.

Piirrä edellistä suurempi ympyrä selkään.

Silitä selkään sydän.

Voit laskea hetkeksi kädet lapsen selän päälle.

Tekijä: Terhi Jokiaho

Eteen ja ylös (Elastinen)

(woo-oo-ooah)
 mul ei ollu mitään muut ku mahdollisuus
 (mahdollisuus)
 ja tieto siitä että mitä tahdon voın saavuttaa
 (woo-oo-ooah)
 koval duunil asiat vaan onnistuu
 (onnistuu-uu-uu)
 kokeillaan ja sit taas noustaan jos kaadutaan
 hanskat ei tipahda
 periks ei anneta
 ne sanoo: et pysty, et voi, ei kannata
 mun korvissa se kaikki kuulostaa haasteelt
 ne saa luun kurkkuunsa, kun tulosta taas
 teen
 jatkan jaksan vaikka väkisin
 jos ois helppoo, kaikki tekis niin
 mus on voima, jota en voi vaimentaa
 pusken täysii aina vaan
 mun ei täydy, vaan mä saan

 katse eteen ja suupielet ylöspäin
 teen vastoinkäymisistä voimaa
 katse eteen ja suupielet ylöspäin
 antaa tulla, kestän kyllä,
 periks en tuu antamaan

 murehtiminen ei takas eilistä tuo

LIITE 7

(ei tuo ei tuo)
 ja huominenkin tulee vaan jos selvittää tänään
 mun pahin vastukseni kattoo peilistä mua
 (peilistä mua mua mua mua)
 se haastaa ja aina pyrkii mun pään kääntämään
 hakenu näkemystä mun meininkini saa
 monacon väpeistä slummeihin keniaan
 kaiken sen jälkeen oon vaan positiivisempi
 asenne ratkasee, oon nähny omin silmin
 senki
 aitoo iloo vaikeei ympäril oo muut ku pahaa
 ja toiset taas niin köyhii et ei niil oo muut ku
 rahaa
 alotan ittestäni, korjaan mun mielen
 nostan mun katseen ja mun suupielet

 katse eteen ja suupielet ylöspäin
 teen vastoinkäymisistä voimaa
 katse eteen ja suupielet ylöspäin
 antaa tulla, kestän kyllä,
 periks en tuu antamaan

 (woo-oo-oo-ah)
 katse eteen ja suupielet ylöspäin
 teen vastoinkäymisistä voimaa (woo-oo-oo)
 katse eteen ja suupielet ylöspäin
 antaa tulla, kestän kyllä,
 periks en tuu antamaan!

LIITE 8

ÄITIÄ HALAAN

Äidin selkään silitän

Aurinkoa lämmitän.

Lintuna liitelen

tuolla ja täällä.

Hiirenä hipsutan hangen päällä.

Jäniksen askelin hellästi lompsin.

Äitiä halaan pitkin poikin.

Hyvää Äitienpäät!

Tekijä: Sirpa Sironen-Hänninen

SATUHIERONTA 27.5.2016

LIITE 9

Olipa kerran tyttö,
 joka lensi vieraaseen maahan.
 Vieraassa maassa paistoi aurinko.
 Häntä vähän pelotti ja jännitti.
 Hän käveli uuteen paikkaan.
 Aurinko lämmitti ja vähän tuuli.
 Tyttö kiipesi raput ylös ja koputti
 oveen.
 Hän avasi oven ja luokka oli täynnä
 iloisia oppilaita
 ja mukava opettaja.
 Oppilaat esittelivät itsensä ja lauloi-
 vat tytölle.
 Melkein heti alkoi maanantain röris.
 Mukava päivä ja ihanat oppilaat.
 Joka päivä tehtiin paljon kivoja asi-
 oita.
 Matikassa laskettiin ja opittiin nume-
 roita,
 Äidinkielessä luettiin, kirjoitettiin ja
 opittiin kirjaimia.
 Oli paljon liikuntaa ja kävelyä.
 Kävimme retkillä ja lauloimme.
 Oli aurinkoa ja iloiset oppilaat läm-
 mittivät tytön mieltä.
 Piirsimme ja ompelimme. Tans-
 simme ja lauloimme. Leivoimme.
 Aika kului. Lapsia tuli Suomesta ja
 lähti takaisin Suomeen.
 Nyt oli tytön aika lähteä takaisin ko-
 tiin, Suomeen.

Opimme myös jotakin ihan uutta ja
 erilaista, satuhierontaa eli:

Toivon teille kaikille aurinkoa,
 tuulet huolenne vieköön.
 Sileitä kiviä
 tassujen astua.
 Ilon pipareita,
 onnen papanoita.
 Valoa ja rakkautta,
 siivet, joilla voi lentää!
 Toivon teille myös ilon kyyneliä
 ja onnenhalauksia!
 Kiitos teille kaikille!!!!

Tekijä: Reija Talikka