

Niina Hiltunen
Mari Koski

Kouluosteopaatti

Yhteistyö osteopaattien ja kouluyhteisön välillä

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Osteopaatti AMK

Osteopatia

Opinnäytetyö

15.12.2016

Tekijät Otsikko	Niina Hiltunen, Mari Koski Kouluosteopaatti. Yhteistyö osteopaattien ja koulu yhteisön välillä
Sivumäärä Aika	27 sivua + 5 liitettä 15.12.2016
Tutkinto	Osteopaatti AMK
Koulutusohjelma	Osteopatia
Suuntautumisvaihtoehto	Osteopatia
Ohjaajat	tuntiopettaja Kaisa Hartikainen yliopettaja Pekka Paalasmaa
<p>Opinnäytetyön tavoite oli luoda yhteistyö osteopaattien ja koulu yhteisön välille alakouluikäisten lasten hyvinvoinnin lisäämiseksi. Yhteistyökumppani oli Vantaan seudun steinerkoulu, jota edusti 4. vuosiluokan opettaja ja rehtori sekä joukko hänen luokkansa oppilaiden vanhempia. Tämänkaltaista yhteistyötä koulu yhteisön kanssa ei tiettävästi ole aikaisemmin tehty Suomessa.</p> <p>Opinnäytetyö oli toiminnallinen opinnäytetyö, jossa menetelminä käytettiin osallistuvaa havainnointia ja ryhmäkeskustelua. Niiden pohjalta muodostettiin kuvaus yhteistyöstä sekä pyrittiin vastaamaan kysymyksiin: "Miten osteopaatti sopisi osaksi koulu yhteisöä?", "Millaisia hoidollisia tarpeita kouluikäisillä on?" "Mitä tehtäviä kouluosteopaattilla voisi olla koulussa?" ja "Millaista voisi olla yhteistyö osteopaattien ja koulu yhteisön välillä?" Ryhmäkeskustelun ja koululuokan observoinnin perusteella muodostettiin kirjallinen, kolmiosainen kuvaus, joka on yksi opinnäytetyön tuotoksista. Toinen tuotos oli konkreettisen yhteistyön luominen.</p> <p>Kuvauksen muodostamisessa korostui osteopaattisen filosofian sekä osteopatian sisäisen tiedon, opinnäytetyön tekijöiden, yhteistyöluokan vanhempien ja opettajan kokemuksellisen tiedon kohtauttaminen sekä käsitteellistäminen. Työ perustuu ymmärrykseen lastenosteopatiasta, osteopatian filosofiasta, steinerpedagogiasta sekä lasten kehitysvaiheista, ja niistä muodostui työn teoreettinen ja sisällöllinen perusta.</p> <p>Osteopaatti voisi toimia yhteistyössä koulun terveydenhuollon ammattilaisten, luokanopettajan sekä Steinerkoulussa antroposofisten terapeuttien kanssa. Työnkuvaan voisi kuulua myös opetustehtäviä esimerkiksi terveystieteen, kehontuntemuksen, anatomian, fysiologian, somatiikan ja rentoutumismenetelmien parissa.</p> <p>Yhteistyön luominen oli suunnitelmaan perustuvaa, opinnäytetyömme raameissa tapahtuvaa työskentelyä ja spontaanisti ihmisten välillä tapahtuvaa vuorovaikutusta. Koska kyseessä oli uuden yhteistyön avaaminen ja täysin uuden suhteen luominen, oli tärkeässä osassa hyvä kommunikaatio ja yhteydenpito. Opinnäytetyö antaa suuntaviivoja sille, miten kehittää yhteistyötä jatkossa osteopaattien ja koulu yhteisön välillä. Se voi rohkaista uusiin yhteistyöavauksiin ja laajentaa osteopaattien työnkuvaa sekä toimintaympäristöä.</p>	
Avainsanat	lastenosteopatia, steinerpedagogiikka, kouluterveyden edistäminen

Authors	Niina Hiltunen, Mari Koski
Title	School Osteopath. Cooperation between Osteopaths and the School Community
Number of Pages	27 pages + 5 appendices
Date	Autumn 2016
Degree	Bachelor of Health Care
Degree Programme	Osteopathy
Specialisation option	Osteopathy
Instructors	Kaisa Hartikainen, Senior Lecturer Pekka Paalasmaa, Principal Lecturer
<p>The objective of this thesis was to establish cooperation between osteopaths and the school community in order to increase primary school-aged children's well-being. The partner in the thesis was Vantaa Region Waldorf School. This kind of cooperation with the school community is not known to have previously been conducted in Finland.</p> <p>The thesis was practice-based, in which the methods used were participant observation and group discussion. A description of cooperation was formed based on the outcome using these methods and also in aim to answer the following questions: "How would an osteopath fit into the school community", "What kind of therapeutic needs do primary school-aged children have? ", "What kind of work could an osteopath have in the school?", and "What could the cooperation be like between osteopaths and the school community?". A description consisting of three parts was formed based on the group discussion and the participant observation of the class, which is one of the two outputs of the thesis. The other output was the creation of the actual event of cooperation.</p> <p>In the process of forming the description, the emphasis was on combining and conceptualising the knowledge from osteopathic philosophy, osteopathic profession, the thesis authors as well as the teacher and the parents of the cooperating class. In preparation for the work, understanding was acquired on the following topics: children's osteopathy, the philosophy of osteopathy, Waldorf education and child development.</p> <p>An osteopath could work in collaboration with the school's health care professionals, the teachers and in Waldorf schools with the anthroposophic therapists. Health and body awareness education, teaching of anatomy, physiology and somatics as well as relaxation techniques could be part of an osteopaths' work in schools.</p> <p>Although establishing the cooperation was based on a carefully a constructed plan, it also comprised of spontaneous human interaction taking place in the context of the thesis. Good communication was important because this was an opening act for a new cooperation and the start of a completely new relationship between two counterparts. This thesis can guide the development of further cooperation between osteopaths and schools. It can encourage new cooperation and expand work opportunities for osteopaths.</p>	
Keywords	children's osteopathy, Waldorf education, school health promotion

Sisällys

1. Johdanto	1
2. Opinnäytetyön tietoperusta	4
2.1. Osteopatia	4
2.2. Osteopatian juuret ja ihmisen kolme olemuspuolta: keho, mieli ja sielu	5
2.3. Lastenosteopatia	6
2.4. Steinerpedagoginen ihmiskäsitys ja ikäkausijattelu	10
3. Työn toteuttaminen	12
3.1. Osallistuva havainnointi	13
3.2. Ryhmäkeskustelu	14
4. Kuvaus yhteistyöstä	15
4.1. Osa 1: Ryhmäkeskustelu	16
4.2. Osa 2: Yhteistyöluokan observointi	19
4.3. Osa 3: Kohtauttaminen	20
5. Pohdinta	23
Lähteet	26
Liitteet	
Liite 1. Keskustelun pohjaksi	
Liite 2. Suostumusasiakirja vanhemmalle	
Liite 3. Suostumusasiakirja opettajalle	
Liite 4. Tutkimushenkilötiedote vanhemmalle	
Liite 5. Tutkimushenkilötiedote opettajalle	

1. Johdanto

Opinnäytetyössä pyritään luomaan yhteistyö osteopaattien ja kouluyhteisön välille. Idea työn toteuttamiseen lähti halusta tuoda osteopaattinen hoito mahdolliseksi lapsille Suomessa muun terveydenhuollon rinnalle. Osteopaatti, joka työskentelisi osana kouluyhteisössä, voisi manuaalisen terapian ammattilaisena tuoda hyödyllisen lisän koululaisten terveydenhuoltoon ja terveystasvatukseen.

Suomessa lastenosteopatiaa ovat tarjonneet yksityiset ammatinharjoittajat. Lapset asiakkaina ovat löytäneet osteopaatille vanhempien aloitteesta ja riippuen siitä, tuntevatko vanhemmat osteopatiaa. Toivoisimme osteopaattien olevan osa kouluyhteisössä, jotta lapsilla olisi tasapuolisemmat mahdollisuudet päästä osteopaattisen hoidon ja terveystasvatuksen pariin riippumatta perheen sosioekonomisesta statuksesta.

Uuden työympäristön avaaminen osteopaateille tukisi osteopatian tunnettavuuden lisäämistä ja uusien työpaikkojen muodostumista sekä moniammatillista yhteistyötä. Yhteiskunnallisesti osteopatian integroiminen kouluyhteisöön olisi merkittävä teko ennaltaehkäisevän terveydenhuollon kannalta ja edistää suomalaislasten terveyttä.

Osteopatian parissa on mahdollista tehdä terveystasvatusta ja tukea lasta kasvussa ja kehityksessä hänen kehontuntemustaan lisäten. Tällä voi olla merkittävä vaikutus terveen itsetunnon muodostumisessa ja tasapainoisten ihmissuhteiden luomisessa.

Varhainen puuttuminen toiminnallisiin häiriöihin ja esimerkiksi ryhti ongelmien ennaltaehkäiseminen on nähdäksemme kannattavaa koko terveydenhuoltojärjestelmän kuormittumisen kannalta. Osteopaatit ovat osa terveydenhuollon kenttää jakaen vastuuta myös terveyden edistämisestä yhdessä koulun terveydenhoitajan kanssa.

Osteopaatti tarkastelee lasta kokonaisuutena hänen välittömässä elinympäristössään, koulussa, jossa lapsi viettää suuren osan päiväänsä. Lasten terveyttä ja kehotietoisuuden kehittymistä voidaan tukea aikana, jolloin lasten fyysinen aktiivisuus on vähentynyt esimerkiksi älypuhelin- ja tietokoneiden käytön takia ja arki voi olla hyvinkin aikataulutettua ja kuluttavaa lapselle.

Tämä aihe on tärkeä meille, koska olemme kiinnostuneita lastenosteopatiasta ja kouluikäisten lasten hyvinvoinnista. Halusimme edistää tätä avaamalla yhteistyön osteopatian kentän (me opiskelijoina) ja koulu yhteisön välille. Jatkossa olisi hienoa mahdollistaa osteopaattinen hoito koululaisille siinä ympäristössä, jossa he viettävät suuren osan päiväänsä.

Yhteistyökumppanimme oli Vantaan seudun steinerkoulu, jonka edustajia olivat 4. vuosiluokan opettaja ja rehtori Paula Nieminen sekä joukko hänen luokkansa oppilaiden vanhempia. Työskentelemällä yhteistyötahomme kanssa tarkastelimme miten osteopatia ja osteopaatti sopisivat koulu yhteisöön. Keskustelemalla aiheesta opettajan sekä oppilaiden vanhempien kanssa saimme tietoa osteopatian soveltuvuudesta koulu yhteisöön. Subjektiiivinen näkemyksemme projektista ja siitä miten osteopaatti sopii osaksi koulu yhteisöä, luo tässä opinnäytetyössä ammattiryhmän sisäistä tietoa jonka tuomme näkyväksi kirjoittamalla kuvauksen yhteistyöstä. Kokemuksellinen tietomme työn toteuttajina ja yhteistyön fasilitoijina kommunikoi projektin lukijoille.

Toiminnallinen opinnäytetyöhanke kehittää työelämää käytännöllisellä tavalla tavoitteenaan oman alansa tiedon, taidon ja sivistyksen kehittäminen. (Vilka 2006: 76.) Toiminnallisessa opinnäytetyössä on kyse toiminnassa syntyvän tiedon hankkimisesta, käsittelemisestä ja jakamisesta. Olemalla mukana jossakin, tietämättämmeekin, tuotamme tietoa josta osallisia ovat kaikki mukana olevat toimijat. Kokemuksen ja toiminnan myötä syntynyt tieto on tärkeää voida jakaa myös muiden tahojen kanssa, jotta siitä olisi laajalaisempaa hyötyä. Tämä toteutuu opinnäytetyömme tuotoksessa, joka on kuvaus yhteistyön muodostamisesta.

Opinnäytetyömme oli toiminnallinen opinnäytetyö, jossa kehittävinä menetelminä käytimme osallistuvaa havainnointia ja ryhmäkeskustelua. Yhteistyössä olivat koulu yhteisö (opettaja ja lapset), osteopaattioiskelijat sekä perheet (vanhemmat ja lapset). Opinnäytetyön tavoite, yhteistyön luominen, on uusi avaus osteopaattien ja koulu yhteisön välillä. Suomessa tällaista opinnäytetyötä ei tätä ennen olla toteutettu.

Tässä opinnäytetyössä haasteena oli kokemustiedon ja osaamisen kohtauttaminen, kun osallisina olivat koulu yhteisö ja opinnäytetyön tekijät. Yhteistyön luominen ja kehittäminen jatkossa voi perustua tälle kohtauttamiselle ja sen yhteydessä syntyvälle kokemuk-

selliselle tiedolle, jota edelleen pyritään sanallistamaan, käsitteellistämään ja kommunikoimaan eteenpäin. Tämä kohtauttamisen haaste perustelee osallistuvan havainnoinnin ja ryhmäkeskustelun käytön opinnäytetyössä.

Opinnäytetyön käytännön osuus toteutettiin koulun tiloissa keskustelemalla opettajan ja vanhempien kanssa sekä observoimalla luokan työskentelyä. Meillä oli mahdollisuus tarkastella lapsia heidän välittömässä elinympäristössään, koulussa, jossa he viettävät suuren osan päiväänsä.

Ideoimme yhteistyössä koululaisten vanhempien ja opettajan kanssa minkälaisia mahdollisuuksia osteopaateilla olisi tulla osaksi koulu yhteisöä. Tässä toiminnallisessa työssä tulevaisuuteen suuntautuva kysymyksemme kuului: Millaista voisi olla osteopaattien ja koulu yhteisön yhteistyö?

Opinnäytetyömme tavoite oli luoda yhteistyö osteopaattien ja koulu yhteisön välille alakouluikäisten lasten hyvinvoinnin lisäämiseksi.

Osteopaattisen hoidon tarjoaminen koulu ympäristössä voi lisätä yksittäisten koululaisten hyvinvointia ja sitä kautta myös edesauttaa ryhmässä toimimista. Lasten tarpeiden tunnistaminen ja monipuolinen tukeminen eri kasvuvaiheissa hoitoverkoston lisäämällä on hyödyllistä koko koulu yhteisölle sekä perheille. Koulu yhteisön ja osteopaattien yhteistyö voi tulevaisuudessa muodostaa merkittävän lisän kouluterveydenhuoltoon ja lasten terveyskasvatukseen.

2. Opinnäytetyön tietoperusta

Opinnäytetyömme keskeisiä teoreettisia käsitteitä ovat osteopatia, lastenosteopatia ja steinerpedagoginen ihmiskäsitys. Opinnäytetyömme toteuttamisen aikana pohdimme kysymyksiä ”Miten osteopaatti sopisi osaksi koulu yhteisöä?”, ”Millaisia hoidollisia tarpeita kouluikäisillä on?” ”Mitä tehtäviä kouluosteopaattilla voisi olla koulussa?” ja ”Millaista voisi olla yhteistyö osteopaattien ja koulu yhteisön välillä?”. Tämä tapahtui yhteistyön luomisen kautta keskustelemalla ja yhdessä vanhempien ja opettajan kanssa hahmotellen.

2.1. Osteopatia

Osteopatia on manuaalinen hoitomuoto, jonka avulla voidaan vaikuttaa kehon eri järjestelmien toimintaan, mm. hengitykseen, aineenvaihduntaan, nestekierto, hormonitoimintaan ja hermostoon. Tavoitteena on lisätä ja ylläpitää kehossa tapahtuvaa luonnollista liikettä. Hoito suunnitellaan aina kunkin asiakkaan toiveiden ja tarpeiden mukaan hänen potilashistoria ja senhetkinen terveydentila huomioiden. Tyypillisesti osteopaatin hoitoon hakeudutaan jonkinlaisen kiputilan takia. Esimerkiksi selkäkipu, päänsärky tai urheiluvammat ovat yleisiä vaivoja vastaanotolla. Osteopaattinen lähestymistapa sopii kuitenkin hyvin moneen tilanteeseen: helpotusta voi saada esimerkiksi krooniseen stressiin, uniongelmiin, turvotukseen sekä yleiseen huonovointisuuteen. (Suomen osteopaattiliitto n.d.)

Osteopaatti lähestyy kehoa rakenteen ja toiminnan kautta. Osteopaatin koulutuksessa korostuvat anatomian ja fysiologian tuntemus sekä palpaatio eli käsin tunnustelemisen taito. Ne mahdollistavat monipuolisen ymmärryksen kehon tilasta ja sen hoitamisen niin, että kehon itseparantamismekanismit voivat toimia optimaalisesti. Keho pyrkii pitämään yllä tasapainotilaa eli homeostaasia näiden mekanismien avulla. Osteopaatin tehtävä on auttaa poistamaan esteet, jotka rajoittavat kehon normaalia toimintaa. (Glossary of Osteopathic Terminology 2016: 33–34.)

Palpaatiotaidon kehittyminen edellyttää anatomian syvällistä osaamista ja sen integroimista elävän kehon kanssa työskentelyyn. Palpaatiossa osteopaatti laittaa kätet tai sor-

met kevyesti keholle löytääkseen mahdollisia muutoksia pehmytkudosten, lihasten, luiden, nivelten tai elimien normaalissa kudostuntumassa. (Suomen osteopaattiliitto n.d.; Nelson–Glonek 2015: 16–17.)

Yhdysvalloissa lääkärit saavat joko Medical Doctor- tai Doctor of Osteopathy -nimikettä vastaavan koulutuksen, jotka ovat sisällöltään samoja lukuun ottamatta kolmensadan tunnin ylimääräistä opetusta manuaalisessa käsittelyssä osteopaattisiksi lääkäreiksi valmistuvilla. (Kuchera 2016). Euroopassa lääkärin ja osteopaatin koulutus ovat erillisiä. Suomessa osteopaatti on Valviran hyväksymä terveydenhuollon suojattu ammattinimike. Suomessa osteopaatin koulutus kestää neljä vuotta.

Educational Council on Osteopathic Principles (ECOP) määrittelee osteopaattisen filosofian terveydenhuollon käsitteeksi, jota tukee laajeneva tieteellinen tieto, joka vaalii käsitystä elävän organismin rakenteen (anatomia) ja toiminnan (fysiologia) ykseydestä. Osteopaattinen filosofia painottaa seuraavia periaatteita:

1. Ihminen on dynaaminen toimiva kokonaisuus.
2. Keholla on itsesäätelymekanismeja, jotka ovat luonnostaan itseparantavia.
3. Rakenne ja toiminta ovat vuorovaikutuksessa kaikilla tasoilla.
4. Rationaalinen hoito perustuu näille periaatteille.

(Glossary of Osteopathic Terminology 2016: 33; Chila 2011: 3-4.)

2.2. Osteopatian juuret ja ihmisen kolme olemuspuolta: keho, mieli ja sielu

Osteopatia syntyi Pohjois-Amerikassa 1874 lääkäri Andrew Taylor Stillin toimesta. Still ei omien sanojensa mukaan kuitenkaan perustanut osteopatiaa vaan löysi sen. Stillin kolme perheenjäsentä menehtyivät aivokalvontulehdukseen ja nämä menetykset vaikuttivat suuresti siihen, että Still hylkäsi perinteisen lääketieteen ja alkoi etsiä vastauksia terveyden ja sairauden perustaviin kysymyksiin. (Frymann 2000: 189.)

Omaelämäkerrassaan Still sanoo etsineensä tietoa ihmiskehon toiminnasta edistääkseen terveyttä. Still korosti rakenteen ja toiminnan peruseriaatteiden ja yhteistoiminnan ymmärtämistä kehossa ja esitti tästä analogian filosofisen toiminnan alueella. Stillin mukaan peruseriaatteiden täytyy aina edeltää jokaista filosofista päätelmää:

"Thus you have a center, and with a string you can draw a circle, inside of which all evidences of the truth you wish to establish may be found." (Still 1897: 164)

(suom. Siispä sinulla on keskusta, jonka ympärille voit piirtää ympyrän, jonka sisältä voidaan löytää kaikki todisteet totuudelle, jota olet perustamassa.)

Still etsi parantamisen praksiksen lisäksi, tai samansuuntaisesti, filosofian paikkaa omasta maailmastaan. Ehkäpä juuri tämän omakohtaisen alun tuloksena osteopatian metodologia ja sen kommunikoitu filosofinen perusta vaikuttavat olevan niin läheisessä yhteydessä käytännön hoitotyöhön. Stillin alkuperäisestä osteopatian määritelmästä välitty luottamus ilmiömaailman peruseräiteiden luomaan vakauteen kaikessa:

"that science which consists of such exact, exhaustive, and verifiable knowledge of the structure and function of the human mechanism, anatomical, physiological and psychological, including the chemistry and physics of its known elements, as has made discoverable certain organic laws and remedial resources, within the body itself, by which nature under the scientific treatment peculiar to osteopathic practice, apart from all ordinary methods of extraneous, artificial, or medicinal stimulation, and in harmonious accord with its own mechanical principles, molecular activities, and metabolic processes, may recover from displacements, disorganizations, derangements, and consequent disease, and regained its normal equilibrium of form and function in health and strength."

(Still 1897)

Ihmisen näkeminen kehon, mielen ja sielun muodostamana kokonaisuutena on ollut osteopatian ytimessä sen perustamisesta alkaen. Still kuvaili sielun vaikuttavan mieleen ja voimistavan sitä, ja mielen taas saavan aikaan materiaalisessa kehossa tapahtuvan liikkeen. Stillin kirjoituksissa ja osteopaattisessa filosofiassa keskeinen käsite onkin kehon ulkopuolelta kehoon virtaavan elämänvoiman aikaansaama liike. Tämä liike ylläpitää kehon eri osien ja elinjärjestelmien normaalia toimintaa. Still sai vaikutteita erityisesti 1700-luvulla eläneeltä filosofi, anatomisti ja teologi Emanuel Swedenborgilta, joka hänkin kuvaili ihmisen koostuvan kolmesta eri olemuspuolesta. Molemmat, Still ja Swedenborg kuvailivat ihmisolemuksen myös mikrokosmoksena joka heijastaa universumin makrokosmosta. (Nelson–Glonek 2015: 6-7.)

2.3. Lastenosteopatia

Osteopaattinen hoito on erityisen tehokasta lapsilla. Lapsen keho kasvaa ja on muovautuvainen. Tämän vuoksi hoitovasteet ovat yleensä nopeita ja hoito ohjaa kasvua oikeaan suuntaan. Lapsen kehoon kohdistuneet traumat (esim. syntymätrauma, erilaiset tapaturmat kuten putoamiset ja kaatumiset) ovat tuoreita ja niiden pikainen hoitaminen on tärkeää, jotta keho voisi rentoutua niiden yhteydessä syntyneistä jännityksistä. Myös kivun takia opittuja kompensatorisia liikemalleja voidaan korjata. Hoitamalla lasta voidaan ennaltaehkäistä vaikeammin hoidettavia vaivoja myöhemmin elämässä, jotka ovat seurausta lapsuudessa sattuneista tapaturmista tai syntymän yhteydessä tulleista jännityksistä. (Moeckel – Noori 2008: 4.)

Osteopaatti hoitaa lasten kohdalla samoja vaivoja ja oireita kuin aikuisillakin. Erilaiset tuki- ja liikuntaelimestön kiputilat, huimaus, päänsärky, migreeni, purentavirheet, kasvukivut, unettomuus ja stressi ovat esimerkkejä vaivoista, joihin voidaan saada helpotusta osteopaattisella hoidolla (Osteopaattiliitto n.d.).

Hoitotekniikat ovat lempeitä ja kivuttomia (Moeckel – Noori 2008: 6). Hoidossa otetaan aina huomioon lapsen ikä ja kehitysvaihe, sekä niiden mukanaan tuomat mahdollisuudet. Parhaimmillaan osteopaattinen hoito vaikuttaa positiivisesti lapsen koko kehon hyvinvointiin ja sitä kautta kehontuntemuksen kehittymiseen ja terveen itsetunnon muodostumiseen.

Kouluikäistä lasta hoidettaessa on tärkeää ymmärtää hyvän kommunikaation merkitys. Tämä on osa lapsilähtöistä lähestymistapaa. Moni alakouluikäinen voi ujoilla esimerkiksi hoitotilanteessa riisuuntumista, joten sen tarpeellisuus on syytä selittää hänelle. Hoito voidaan usein tehdä vaatteet päällä, mutta tutkimisvaiheessa saattaa olla tarpeellista katsoa esimerkiksi selkärangan asentoa. (Moeckel – Noori 2008: 10.)

Alakouluikäinen ymmärtää selityksiä ja käsitteitä, joten hänelle täytyy kertoa asiat totuudenmukaisesti. On hyvä pitää mielessä, että kouluikäinen voi olla vielä jossain määrin arka ja pelokas lapsi, joka esittää reipasta ja urheaa. (Ivanoff – Kitinoja – Rahko – Risku – Vuori 2001: 101.)

On myös tärkeää kiinnittää huomiota siihen, miten löydöksistä kertoo lapselle. Ei ole mielekästä kuvailla niitä negatiivisin sanavalinnoin ("lantiosi vaikuttaa olevan vinossa"), vaan saman asian voi ilmaista korostaen positiivisia puolia ("voimme hoitaa lantiota niin,

että se on tasapainoisempi ja rakenteet pääsevät pinteestä”). (Moeckel – Noori 2008: 10.)

Kanadalainen osteopaatti Alain Bouchard on tutkinut osteopaattisen hoidon vaikutusta lasten koulumenestykseen ja oppimisvalmiuksiin. Hän on saanut lupaavia tuloksia kraniaaliseen mobiliteettiin, eli kallon alueen kudosten rentouteen tähtäävän osteopaattisen hoidon vaikutuksesta oppimisvalmiuksiin alakouluikäisillä. (Bouchard n.d.) Muuten varsinaista tutkimusta kouluikäisten osteopaattiseen hoitoon liittyen on tehty hyvin vähän. Lastenosteopatiaa käsittelevät tutkimukset koskevat enemmänkin pieniä lapsia tai yksittäisten oireiden tai sairauksien, kuten astman, hoitoa kouluikäisten lasten kohdalla.

Kouluikäinen on tyypillisesti utelias ja kokeilunhaluinen. Motorinen kehitys on nopeaa ja hän oppii uusia taitoja helposti esimerkiksi kiipeilemällä, juoksemalla ja hyppien. Lapsen fyysinen olemus muuttuu jatkuvasti ja ajoittain myös hyvinkin nopeasti. Koulun aloittamisen aikoihin 6-8-vuotiaana pituuskasvu normaalisti kiihtyy, mutta muuten se pysyy suhteellisen tasaisena alakouluvuosien ajan. Lapsi kasvaa silloin pituutta noin 2-5 cm vuodessa ja painoa kertyy n. 2-3 kg per vuosi. Kasvupyrähdys on yleensä huipussaan tytöillä keskimäärin 12-vuotiaana ja pojilla 14-vuotiaana. (MLL).

Myös hienomotoriikka kehittyy vähitellen aikuisen tasolle. Lapsi harjoittelee ja kehittää uusia taitoja ahkerasti ja kokeilee rajojaan mm. ajamalla pyörällä ilman käsiä ja kiipeämällä korkealle puuhun. Kouluikäinen ei yleensä ajattele omaa kuolemaansa tai vammautumisen riskiä, mikä voi johtaa uhkarohkeaan käyttäytymiseen. (Ivanoff – Kitinoja – Rahko – Risku – Vuori 2001: 94.) Tämän takia lapselle voi helposti sattua erilaisia vahinkoja, kuten putoamisia ja kaatumisia. Kehoon voi jäädä trauman jäljiltä jännitteitä, jotka rajoittavat kehon normaalia liikettä ja sitä kautta sen toimintaa (Cutler 2015). Osteopaatti voi purkaa näitä traumaperäisiä jännitteitä ja auttaa kehoa paranemaan ja palautumaan paremmin. Erityisen tärkeää varsinkin lasten kohdalla on ennaltaehkäisyä lisäksi varhainen puuttuminen sattuneisiin uusiin tapaturmiin.

Kouluikäisten lasten tapaturmista n. 30% on haavoja. Muita yleisiä vammoja ovat mm. nyrjähdykset ja murtumat. Suurin osa vahingoista tapahtuu koulussa tai pihalla, kun taas kotona sattuvien tapaturmien määrä on n. 10%. (Ivanoff – Kitinoja – Rahko – Risku – Vuori 2001: 95.) Kouluhenkilökunnan ensiaputaidot ja akuuttien traumausten hoitotaito on tästä syystä erittäin tärkeää.

LL Terhi Luntamon väitöskirjatutkimuksesta selviää, että lapsilla on 2000-luvulla kaksi kertaa useammin mm. päänsärkyä, vatsakipuja sekä uniongelmia ja väsymystä kuin vuonna 1989 (Turun yliopisto 2013). Tällaiset yleisvointiin vaikuttavat oireet häiritsevät koulunkäyntiä ja oppimista. Osteopaattisella hoidolla voidaan pureutua oireen alkuperään ja hoitaa lasta niin, että hänen kehonsa pääsee toimimaan optimaalisesti ja sitä kautta tulla kivuttomaksi.

Osteopaatti voi helpottaa myös astmasta kärsiviä lapsia. Astma voi olla hyvinkin vaikea sairaus, jonka seurauksena lapsi voi joutua usein jäämään pois koulusta tai hänen voi olla joskus mahdotonta osallistua opetukseen. Osteopaatti voi hoitaa astmapotilasta lisäämällä rintakehän nivelten liikkuvuutta, parantamalla pallean toimintaa sekä vaikuttamalla hengitysteiden puhtaana pitämiseen. Toisinaan astmalle tyypilliset patologiat jäävät hoitamatta perinteisen koululääketieteen avulla, mutta osteopaattisin tekniikoin niihin on mahdollista vaikuttaa. Tällaisia ovat esimerkiksi luontaisesti hengityksen rytmissä tapahtuva rintakehän liike ja negatiiviset somatoviskeraaliset refleksit. (Guiney – Chou – Vianna – Lovenheim 2005.)

Osteopatiassa ajatuksena on hoitaa ihmistä kokonaisuutena, eikä niinkään keskittyen pelkästään oirealueeseen. Lasta hoidettaessa tämä näkökulma korostuu entisestään, sillä kehon ollessa jatkuvassa kasvun ja muutoksen tilassa sen eri osien toimintaa ei ole mielekästä eritellä. Osteopaatin huomio keskittyy löytämään lapsesta terveyttä ja hän pyrkii hoidollaan antamaan kehon toiminnalle sellaista tukea mitä se tarvitsee. Lapsen mahdollinen sairaus tai oireet eivät ole hoitotilanteessa suurennuslasin alla, vaan ne nähdään enemmänkin osana kokonaisuutta. Hoitosuunnitelma tehdään jokaisen lapsen kohdalla yksilöllisesti.

Edellä mainitut asiat ovat avoimen kommunikaation lisäksi keskeinen osa lapsilähtöistä lähestymistapaa. Tarvittaessa osteopaatti konsultoi toista osteopaattia, lääkäriä tai muuta ammattihenkilöä. Lisäksi suunnitelmasta keskustellaan vanhemman kanssa ja myös lapsen itsensä kanssa huomioiden hänen kehitysvaiheensa.

Myös steinerpedagogiassa kasvatuksen lapsilähtöisyys on tärkeää. Sen perustana on tieto lapsen terveestä kehityksestä; miten kehitystä kulloinkin tuetaan tai ohjataan. Tarvitaan myös kykyä nähdä lapsi erityisenä ja lukea lapsesta itsestään pedagogiaa. Myös lastenosteopatian kontekstissa voidaan kysyä: Mitä juuri tämä lapsi kysyy minulta juuri

nyt? Vain lapsen aito kohtaaminen johtaa ymmärtämiseen, joka on kunnioittavaa ja rakastavaa. (Paalasmaa 2011:139.)

2.4. Steinerpedagoginen ihmiskäsitys ja ikäkausijattelu

Steinerkoulujen ja niissä harjoitettavan steinerpedagogiikan lähtökohta on itävaltalaisen kasvatustieteilijän Rudolf Joseph Lorenz Steinerein (1861-1925) elämäntyössä. Steinerein pääteos Vapauden filosofia (1894) hahmottelee Steinerein koko myöhempää tuotantoa määrittävän epistemologisen perustan ja käsityksen eettisyydestä. Teosta voidaan siis pitää johdatuksena steinerkasvatuksen ytimeen ja steinerkoulun oppimis- ja tiedonkäsitteeseen. (Paalasmaa 2011: 113.)

Steiner tunnetaan myös antroposofisen hengentieteen eli antroposofian perustajana. Antroposofia tarkoittaa Steinerein mukaan "tietoisuutta ihmisyydestä" eli sellaista tutkimista ja pohdintaa ihmisen fyysisistä, psyykkisistä, henkisistä ja sosiaalisista kehitysmahdollisuuksista jonka avulla ihminen voi tiedostaa asemansa maailmassa (Dunderfelt 1992: 238).

Steinerpedagoginen ihmiskäsitys pohjautuu antroposofiseen hengentieteeseen, jota ei kuitenkaan opeteta steinerkoulussa. Myöskään vanhemmilta ei vaadita antroposofian tuntemusta heidän valitessaan steinerkoulun lapselleen. (Pemberton 2007.)

Steinerpedagogisessa ihmiskäsityksessä ja sen taustalla olevassa antroposofiassa ihminen nähdään kokonaisuutena, josta kuitenkin voidaan erottaa kolme tai neljä eri perusominaisuutta:

Ihminen ruumiillisena olentona on fyysinen, käsinkosketeltava ja silminnähtävä ihmisen olemuksen taso, joka on altis kasvatukselle. Steinerpedagogiikassa tämä taso on fyysikehollinen ja se voidaan vielä jakaa fyysiseen ja elolliseen, joista edelliseen liittyvät esimerkiksi luusto ja lihaksisto ja jälkimmäiseen mm. aineenvaihdunta, verenkierto, hengitys, lisääntyminen ja erilaiset kasvuprosessit.

Ihminen sielullisena olentona vastaa ihmisen olemuksen psyykkistä tasoa eli olemuksen kokevaa tasoa, joka on myös altis kasvatukselle ja johon kuuluvat sieluntoiminnot: tahto, tunne ja ajattelu. Ihmisen sielullinen kehitys on samalla tietoisuuden kehitystä, joka tapahtuu noudattaen yleisiä kehitysrytmejä. Sielullisen nähdään muodostuvan perimän ja

ympäristön lisäksi henkisen yksilöllisyyden vaikutuksesta. Steinerpedagogiikassa tämä taso on tajunnallinen eli tietoisuuden taso johon viitataan myös termein sielu, mieli ja psyyke.

Ihminen henkisenä olentona vastaa ihmisen olemuksen tasoa joka muodostuu ihmisen yksilöllisyyden ytimeä, itsetajunnasta ja minuudesta. Näiden kautta ihminen saavuttaa identiteetin tunteen. Tämä erityisesti ihmiselle ominainen itsetajunnallinen taso on henkisen itsetietoisuuden ja arvotajunnan taso, johon myös perustuu ihmisen vapaus ja vastuu. (Pemberton 2007; Paalasmaa 2011: 123–125.)

Nykyään tunnetuin käytännön sovellus Steinerin ideoista on steinerpedagogiikka ja sitä toteuttavat steinerkoulut sekä steinerpäiväkodit joista maailmalla käytetään nimitystä waldorfpedagogiikka ja waldorfkoulu (Paalasmaa 2011: 114–115).

Steinerkoulussa toimii terveydenhoitajan ja koululääkärin lisäksi antroposofisen laajennetun lääketieteen terapeutteja. Steinerkoulun puolesta lapsilla on tavallisesti mahdollisuus saada mm. eurytmia-terapiaa ja maalausterapiaa. Steinerkoulussa tarjottavia terapioiden yhdistää steinerpedagoginen ihmiskäsitys ja pyrkimys ihmisen eri olemuspuolien (fyysinen, henkinen, sielullinen) integroimiseen lapsen kasvun ja hyvinvoinnin lisäämiseksi (Pemberton 2007; Paalasmaa 2011: 123–125).

Osteopatian periaatteiden mukaisesti ihminen on fyysisen kehon, mielen ja sielun muodostama kokonaisuus (Glossary of Osteopathic Terminology 2016: 33; Chila 2011: 3–4). Manuaalisena terapiana osteopatia voi tuoda oman lisänsä koulun tarjoamien terapioiden joukkoon.

Steinerpedagogiikkaan kuuluu lapsen kehitystä kuvaava ikäkausijattelu, joka osaltaan ilmentää laajempaa, useassa kasvatuksen traditiossa esiintyvää elämänkaariajattelua. Steiner piti kehityksen perusrytmiksi seitsemänvuotiskausia, joiden murroskohdissa vuosien aikana kerääntyneet kasvuvoimat kulmineituvat ja saavat aikaan ikään kuin syntymän uuteen kehitysvaiheeseen. (Dunderfelt 1992: 246–247.)

Elämänkaariajattelun perusta on siinä, että ihmisen kehitys jatkuu koko elämän ajan ja että jokaisen yksilön elämä on ainutlaatuinen. Myös aikuisuuden ja kypsyden elämänsä vaiheissa syntyy ihmistä uudistavia voimia. Yksilöllisistä eroista huolimatta elämänkaariajattelu tunnistaa yleisiä lainalaisuuksia, jotka yhdistävät ihmisen kehitystapahtumia.

(Dunderfelt 1992: 13.) Ainutlaatuinen kokemusmaailma ja yksilön kehitystapahtumat nähdään siis osana kehittyvää ja dynaamista kokonaisuutta.

Suomessa koulu aloitetaan tavallisimmin sinä vuonna, kun lapsi täyttää seitsemän vuotta. Koulukypsyyden ajatellaan vaativan tiettyjä valmiuksia jotka liittyvät fyysiseen kasvuun, hermostolliseen kypsytyteen ja sosiaaliseen kehittyneisyyteen. Yhteistyöluokamme on 4. vuosiluokka (syksyllä 5.) ja sen oppilaat ovat luokkavuotensa aikana 9-11 vuotiaita.

Ikäkausi, jossa lapsi on 6/7-13/14 vuotta, nähdään steinerpedagogisesti tajuisuuden kehittymisen päävaiheena. Ikävuosina 7-9 ajattelu nojaa vahvasti kuvitteelliseen ja on mielikuvien hallitsema. Steinerpedagogiassa puhutaan usein yhdeksän ikävuoden taitteesta. Vaiheeseen liittyy erillisyyden voimakas kokemus, kriittisen ajattelun herääminen ja kokemus yksilöllisyydestä. Lähestyttäessä kahdettatoista ikävuotta ajattelu kehittyy käsitteellisemmäksi ja lapsi siirtyy pikkuhiljaa kohti seuraavaa, itsetajuisuuden, vaihetta. (Paalasmaa 2011:126–128.)

3. Työn toteuttaminen

Yhteistyökumppanimme oli Vantaan seudun Steinerkoulu, jonka edustajia olivat neljännento vuosiluokan opettaja Paula Nieminen ja joukko hänen luokkansa oppilaiden vanhempia. Opinnäytetyömme oli toiminnallinen opinnäytetyö, joka kehittää työelämää käytännöllisellä tavalla (Vilkka – Airaksinen 2004: 9). Opinnäytetyömme tavoite oli luoda yhteistyö osteopaattien ja kouluyhteisön välille alakouluikäisten lasten hyvinvoinnin lisäämiseksi. Opinnäytetyön tuotos on tämä yhteistyön luominen sekä kuvaus yhteistyön muodostumisesta toiminnallisen opinnäytetyön kontekstissa sellaisena kuin se ryhmäkeskustelun ja osallistuvan havainnoinnin pohjalta ilmenee. Työssä mukana olevat osapuolet olivat koululaisten vanhemmat, opettaja sekä opinnäytetyön tekijät.

Ryhmäkeskustelun ja osallistuvan havainnoinnin kautta hankimme ymmärrystä ja ideoita siitä, miten osteopaatti voisi sopia osaksi kouluyhteisöä. Orientaatiomme oli kehittävä, ei tutkimuksellinen. Ryhmäkeskustelu ja osallistuva havainnointi tapahtuivat yhteistyökoululla vanhempien ja opettajan tapaamisen yhteydessä sekä yhteistyöluokan työskente-

lyyn tutustumalla. Tapasimme yhteistyöluokan oppilaiden vanhempia erillisessä tapaamisessa koululla ja esittelimme heille opinnäytetyömme sekä kerroimme osteopatiasta tämän työn teoriaosuutta lähteenä käyttäen.

Opettajan tapaamisen, ryhmäkesustelun, yhteistyöluokan havainnoinnin sekä oman pohdintamme pohjalta tuotoksena syntyi kuvaus yhteistyön luomisen ensiaskelista, joka toimii esimerkkinä siitä, miten osteopaattien ja koulu yhteisön yhteistyötä voi lähteä kehittämään. Jokaiseen asiaan on enemmän kuin yksi näkökulma, joten kaikkien keskusteluun osallistuneiden tiedot, kokemukset ja näkökulma ovat tärkeitä. Kehittävässä orientaatioissa tärkeää on tuoda näkyväksi tätä opettajan, vanhempien ja meidän vuorovaikutuksesta kummunnutta kokemuksellista tietoa sekä suhteuttaa sitä tulevan ammattiryhmämme sisäiseen tietoon.

Koko työn ajan oli tärkeää huolehtia lapsiystävällisyydestä ja etiikasta. Osallistujien suostumukset tutkimukseen saimme erillisillä suostumuslomakkeilla vanhemmilta ja opettajalta. Tätä edelsi tutkimushenkilötiedotteen jakaminen kaikille tutkimukseen osallistuville. Osallistuminen oli kaikille vapaaehtoista. (Hirsjärvi – Remes – Sajavaara 2004: 25–28.) Opinnäytetyön tekijöinä huolehdimme siitä, että vapaaehtoisuus toteutui myös vuorovaikutustilanteissa (TENK 2009: 7).

Tietosuojasta huolehdimme säilyttämällä asiapapereita huolellisesti. Suostumuslomakkeet säilytettiin ainoastaan opinnäytetyön tekijöiden hallussa ja ne hävitetään asianmukaisesti opinnäytetyön valmistuttua. Yhteistyökoulun opettaja on työstä tunnistettavissa ja tietoinen siitä. Tietosuojasta huolehtimiseen kuuluu myös se, miten yhteistyöhenkilöiden kanssa puhuttiin, miten havainnoinnit ryhmäkesustelusta kirjattiin ja miten ne säilytettiin. (Vilkkä 2006: 61–62.)

Tutustuimme Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ihmistieteitä koskeviin eettisiin periaatteisiin. Opinnäytetyössämme ei ollut tarvetta eettiselle ennakkoarvioinnille, koska tutkimusasetelma ei ollut neuvottelukunnan määrittelemien eettisesti vaikeiden tilanteiden kaltainen. Koska kyseessä oli ammattikorkeakoulun perustutkinto, oli vastuu eettisten periaatteiden tulkinnasta opinnäytetyön ohjaajilla. (TENK 2009: 1–2.)

3.1. Osallistuva havainnointi

Opinnäytetyöhön kuulunut yhteistyöluokan observointi toteutettiin osallistuvan havainnoinnin keinoin. Tämä kehittämisen väline sopi opinnäytetyöhömme hyvin, sillä havainnoimme koulu yhteisöä ja siinä toimivia henkilöitä, mutta samalla myös osallistuimme itsensä toimintaan osteopaattipiskelijoina luodaksemme pitkäjänteisen yhteistyömahdollisuuden osteopaattien ja koulu yhteisön välille. (Vilka 2006: 37-38.)

Luonnollisessa ympäristössä tehdyn havainnoinnin etu on se, että se tapahtuu aina siinä kontekstissa, jossa asia ilmenee. Havainnointi on lisäksi toimiva metodi silloin, kun tarkastellaan tilanteita, joita on vaikea ennakoida tai ne muuttuvat nopeasti, kuten lasten kanssa työskennellessä. Toimivan yhteistyön luominen koulu yhteisön ja osteopaattien välille edellyttikin, että pääsimme itse osallistuen havainnoimaan 4. luokkalaisia lisätäksemme ymmärrystä heidän ikävaiheestaan ja kehitystasostaan, sekä koulu ympäristössä toimimisesta. (Vilka 2006: 38.)

3.2. Ryhmäkeskustelu

Koululuokan havainnoinnin lisäksi käytimme ryhmäkeskustelua yhteistyön luomisen välineenä ja kuvauksen muodostamisen lähteenä. Ryhmäkeskustelusta nousee parhaimmillaan esiin uusia, luovia ja asiakaslähtöisiä ideoita. Tämä on tärkeää, koska kyseessä oli uuden yhteistyön luominen ja pyrimme olemaan tilanteessa yhdenvertaisia keskustelukumppaneita vanhempien ja opettajan kanssa. Silti tiedostimme asemamme keskustelun luotsaajina ja alullepanijoina, sekä kuvauksen muodostajina. (Puusa–Juuti 2011: 88-100.)

Järjestimme yhteistyökoululla tunnin kestävän ryhmäkeskustelun aiheesta ”lastenosteopatiaa koulu ympäristössä”, johon opettaja oli kutsunut opinnäytetyöstämme kiinnostuneet vanhemmat. Käytännössä opettaja otti yhteyttä luokan vanhempiin ja kysyi kiinnostuksesta lähteä yhteistyöhön kanssamme. Ryhmäkeskustelutilaisuudessa koululla keskustelimme opettajan ja tilaisuuteen osallistuneiden ja suostumuksensa antaneiden vanhempien kanssa osteopaatin mahdollisesta roolista koulu yhteisössä ja pohdimme yhdessä mitä kouluosteopaatin työnkuva voisi pitää sisällään, voisiko osteopaatti osallistua tulevaisuudessa lasten terveyskasvatukseen, minkälainen kasvun ja kehityksen vaihe, millaisia hoidollisia tarpeita alakoululaisilla on ja lisäksi pohdimme voisiko osteopatiasta olla hyötyä koulu ympäristössä. Keskustelun aikana kirjoitimme muistiinpanoja. Pohjana keskustelulle toimi keskustelulomake, jossa oli neljä kysymystä (liitteenä). Keskustelusta kokosimme kuvauksen keskustelupohjan teemojen mukaisesti.

Sosiaaliset vuorovaikutustilanteet ovat tärkeitä yhteistyön luomisen ja yhteisen ideoinnin kannalta. Osallistamiseen perustuvana menetelmänä ryhmäkeskustelu loi pohjan opinnäytetyömme yhteistyön osapuolten yhteiselle tiedonmuodostamisprosessille. (Tuomi – Sarajarvi 2002: 84–85.) Käytännössä tämä tarkoitti opinnäytetyömme kehittävään orientaatioon liittyvien kysymysten pohtimista yhdessä. Ryhmässä keskustellen asian eri puolet tulevat parhaiten esille.

4. Kuvaus yhteistyöstä

Opinnäytetyömme tavoite oli luoda yhteistyö osteopaattien ja koulu yhteisön välille alakouluikäisten lasten hyvinvoinnin lisäämiseksi. Toiminnallisessa opinnäytetyössä tuotetaan aina konkreettinen tuotos, joita työssämme on kaksi: luotu yhteistyö sekä sen kuvaus (Vilkkä 2004: 51). Toinen konkreettisista tuotoksista, eli yllä mainittu käytännössä luotu yhteistyö on osa kokonaisuutta, jonka pohjalta kuvaus on muodostettu. Tässä luvussa esittelemme kuvauksen yhteistyöstä, joka tekstinä muodostuu kolmesta osasta: Osa 1: Ryhmäkeskustelu, Osa 2: Yhteistyöluokan observointi ja Osa 3: Kohtauttaminen. Niissä pohditaan millaista osteopaattien ja koulu yhteisön yhteistyö voisi olla.

Toiminnallisessa opinnäytetyössä kerättyä tietoa voidaan käyttää kuin lähdeaineistoa: argumentoinnin, pohdinnan ja ideoinnin tukena. Tässä opinnäytetyössä ryhmäkeskustelua ja yhteistyöluokan observointia käytetään kuvauksen muodostamisen lähteenä. Toiminnallisessa opinnäytetyössä muistiinpanoja ja havaintoja ei ole tarpeen analysoida samalla tavalla kuin jos kyseessä olisi tutkimuksellinen opinnäytetyö. (Vilkkä 2004: 57–58.) Opinnäytetyössämme ei käytetä määrällisiä tai laadullisia tutkimusmenetelmiä sellaisenaan, eikä sen tarkoitus ole olla tieteellinen tutkimus vaan pikemminkin ammatillinen kehittämistyö jossa luodaan konkreettinen tuotos: yhteistyö eri osapuolten välille.

Kuvauksen muodostamisessa korostuu osteopaattisen filosofian sekä osteopatian sisäisen tiedon, opinnäytetyön tekijöiden, yhteistyöluokan vanhempien ja opettajan kokemuksen tiedon kohtauttaminen sekä käsitteellistäminen. Yhteistyön luominen ja kehittäminen jatkossa voi perustua tälle kohtauttamiselle ja sen yhteydessä syntyvälle tiedolle. Tiedostamme roolimme aiheen fasilitoijina, vaikka edustamme vain yhtä osapuolta yhteistyön muodostamisessa. Tässä kappaleessa, kuten jo teoriaosuudessa,

tuomme näkyväksi oman alamme sisäistä tietoa. Rinnastamalla ja yhdistämällä tätä tietoa ryhmäkeskustelussa ja osallistuvassa havainnoinnissa tuotettuun tietoon (kts. Osa 3: Kohtauttaminen) voimme hahmotella vastauksia opinnäytetyön alussa esitettyihin kysymyksiin. Kohtauttamisella tekona viittaamme tämän kappaleen yhteydessä mainittuihin rinnastamiseen, yhdistämiseen, hahmottamiseen, ideoimiseen ja käsitteellistämiseen.

Kaikkien opinnäytetyön vaiheiden aikana olemme pyrkineet hahmottamaan yhteistyön sisällöllisiä ehtoja (ilmiöt, maailmakuvat, käsitykset, käytännöt, perinteet) ja tuomaan yhteistyön osapuolia lähemmäs toisiaan.

Ryhmäkeskustelusta ja sen aikana tehdyistä muistiinpanoista kokosimme kuvauksen keskustelupohjan kysymysten mukaisesti. Koululuokan havainnoinnista koostimme yhtenäisen kuvauksen muistiinpanoihimme perustuen. Observoimme yhteistyöluokan työskentelyä ymmärtääksemme lasten elämää kouluympäristössä ja voidaksemme hahmottaa aiheitamme lapsista itsestään nousevan havaintomateriaalin avulla.

4.1. Osa 1: Ryhmäkeskustelu

Opinnäytetyöhömmä liittyvä ryhmäkeskustelu toteutettiin 27.4.2016 klo 18:33-19:08. Paikalla Vantaan Seudun Steinerkoululla yhteistyöluokassa olivat lisäksi (Niina Hiltunen ja Mari Koski) yhteistyöluokan opettaja Paula Nieminen sekä kolme yhteistyöluokan lapsen vanhempaa. Kutsu keskusteluun ja yhteistyöhön kulki meiltä opettajan kautta vanhemmille. Odotimme paikalle suurempaa osallistujamäärää, mutta saimme aikaan ryhmäkeskustelun koolle kerääntyneellä joukolla.

Aloitimme tilaisuuden esittelemällä itsemme. Sen jälkeen kerroimme vanhemmille ja opettajalle opinnäytetyöstämme sekä osteopatiasta ja lastenosteopatiasta perustuen tässä opinnäytetyössä oleviin lukuihin kustakin aiheesta. Tämän jälkeen jaoimme vanhemmille ja opettajalle tutkimustiedote- ja tutkimussuostumuslomakkeet allekirjoitettaviksi.

Ryhmäkeskustelun aloittamiseksi jaoimme vanhemmille ja opettajalle keskustelun tueksi laaditut kysymykset paperilla (liite 1). Kerroimme toivovamme vapaata keskustelua, kommentointia sekä omien kokemusten ja mielipiteiden jakamista. Kaikki paikallaolijat,

myös me osteopaattipiskelijoina, osallistuivat keskusteluun tasapuolisesti. Samalla kirjaimme tietokoneella ja käsin kirjoittamalla muistiin keskustelussa esiin tulleita asioita käyttäen niitä sanamuotoja ja lauseita, joilla asioista puhuttiin.

Keskustelu aloitettiin pohtimalla mitä hyötyä osteopatiasta voisi olla osana koulussa tarjottavia terapioidia ja terveydenhuoltoa (kysymys 1, liite 1). Heti aluksi kävi ilmi, että kaikki kaikki paikalla olevat vanhemmat ja opettaja kokivat osteopatian kokonaisvaltaisen ihmiskäsityksen arvona ja käytäntönä tärkeäksi. Perinteistä kouluterveydenhuoltoa kokonaisvaltaisempi lähestymistapa terveyteen olisi vanhempien mielestä tervetullut. Osteopatian uskottiin olevan oiva apu hektiseen ja lapsilta voimavaroja vaativaan maailmaan. Vanhempien puheenvuoroista kävi ilmi, että lapsen koulunkäyntiin voi liittyä myös paineita pärjäämisen ja erilaisten vastuiden kautta. Päättelimme yhdessä, että niiden aiheuttama stressi ja ahdistuneisuus voivat ilmetä fyysisinä oireina kehossa, joiden purkamiseen nimenomaan osteopatialla voidaan vaikuttaa.

Osteopatiassa oleellinen kosketus nähtiin tärkeänä kasvun ja kehityksen kannalta. Kerroimme, että kosketuksen merkitys hyvinvoinnille on yleisesti tunnustettu ja osteopatialla voidaan tukea kehon toimintaa ennaltaehkäisevästi. Vanhemmat totesivat, että osteopatiasta voisi olla hyötyä mahdollisten fyysisten traumojen, kuten kaatumisten tai putoamisten aiheuttamien oireiden hoidossa.

Eräs vanhemmista toi esille, että lapsella voi olla myös traumoja, joista hän itse tai aikuiset hänen ympärillään eivät ole tietoisia. Kerroimme, että esimerkiksi syntymätrauma on tästä hyvä esimerkki, ja että osteopaatti voi kehoa kuunnellen löytää syyn vaivalle ja hoitaa traumoja joista lapsi, vanhempi tai opettaja ei ole tietoinen. Totesimme yhdessä, että tarpeellisen tiedon keräämiseen osteopaattista diagnoosia ja hoitosuunnitelmaa varten liittyy myös haaste: miten saada tietoa lapselta, jos hän ei itse osaa kertoa vaivastaan. Yleensä lasten hoitamisen kohdalla vanhemman tai muun huoltajan rooli korostuu haastatteluvaiheessa.

Vanhemmat pohtivat, että terveystieteiden kasvatusta voisi olla linjassa steinerkasvatuksen kanssa. Osana työmme esittelyä kerroimme, että samansuuntaiset ihmiskäsitykset yhdistävät osteopatiaa ja steinerpedagogiaa. Vanhemmat keskenään jakoivat näkemyksen, että ihminen, jolla olisi aikaa keskittyä jokaiseen yksilönä, olisi ihanteellinen Steinerkoulun terveydenhuoltoon.

Seuraavaksi keskustelussa siirryimme pohtimaan 4. luokkalaisten lasten kasvun ja kehityksen vaihetta sekä heidän hoidollisia tarpeitaan (kysymys 2, liite 1). Alakouluikäinen lapsi on suuressa muutostilassa. Itsen ja toisten intensiivinen havainnointi kuuluu tähän ikään. Olimme kaikki samaa mieltä kuitenkin siitä, että samaan kehitysvaiheeseen voidaan saapua eri tahdissa ja samat kehitysvaiheet voidaan kokea eri tavoin ja yksilöllisesti.

Vanhemmat ilmaisivat huolensa siitä, että lasten odotetaan olevan vastuullisia ja selviävän monista toimista yksin, vaikka 4. luokkalaiset ovat kuitenkin vielä melko pieniä. Yhdessä opettajan kanssa he kertoivat, että monilla lapsilla vaikuttaa olevan stressiä ja paineita heihin kohdistuvista vaatimuksista mm. koulun suhteen ja se voi aiheuttaa suurta kuormitusta lapselle. Lapsuuden ja nuoruuden rajapinnalla oleva lapsi voisi hyötyä läsnä olevasta ja kuuntelevasta aikuisesta sekä kosketuksesta.

Vanhemmat kertoivat, että lapsilla on päänsärkyjä sekä kasvukipuja. Kaikki olivat sitä mieltä, että hyvä ryhti ja oikeanlainen hengitys ovat merkityksellisiä hyvinvoinnin kannalta. Ideoimme, että osteopaatti voisi antaa ohjausta henkilökohtaisesti oikean ryhdin löytämisestä sekä hengitysharjoitteita. Yksilöllisyys tässäkin asiassa koettiin tärkeäksi niin, että oma ”hyvän olon asento” voisi löytyä. Terveyskasvatukseen liittyen vanhemmat toivat esille myös mahdollisuuden tarjota ymmärrystä ja tukea kuhunkin ikävaiheeseen liittyvistä terveysasioista (esim. kuukautiset).

Kysyimme vanhemmilta, miten osteopaatti voisi osallistua lasten terveyskasvatukseen (kysymys 3, liite 1). Keskustelussa tuli selkeästi esille se, että vanhemmat suhtautuvat hyvin positiivisesti ja innolla ajatukseen osteopatiasta osana kouluterveydenhuoltoa ja osteopaattiseen terveyskasvatukseen.

Vanhemmat esittivät, että osteopaatti voisi tukea keho-mieli-tietoisuuden kehittymistä. Omaan kokonaiseen itseen tutustuminen nähtiin suurena mahdollisuutena. Olimme samaa mieltä siitä, että oman tunne-elämän tiedostaminen ja esiin tuominen sekä tunteista irti päästämisen opettelu voisi tukea kokonaisvaltaista hyvinvointia.

Kerroimme lyhyesti omasta ideastamme opettaa lapsille anatomiaa osana terveyskasvatusta, esimerkiksi kosketuksen kautta tutustuen omaan kehoon. Vanhemmat ja opettaja pitivät ideaa kiinnostavana.

4.2. Osa 2: Yhteistyöluokan observointi

Osana opinnäytetyötämme vietimme päivän yhteistyökoulumme 4. luokan mukana toukokuussa 2016. Käytännössä tämä tapahtui niin, että istuimme luokan perällä olevalla tuolilla havainnoiden päivän tapahtumia ja kirjaten muistiinpanoja. Havainnoimme erityisesti lasten tapaa olla luokassa, heidän liikkumistaan, vuorovaikutustaan sekä toistensa että opettajan kanssa, eroja saman ikäisten eri yksilöiden välillä sekä koulunkäyntiä 4. luokalla ylipäätään. Aluksi esittelimme itsemme koko luokalle, mutta muuten emme osallistuneet päivän toimintaan muuten kuin seuraamalla luokkaa eri oppitunneilla, välitunneilla sekä ruokatauolla. Olemme koonneet työhömmme yhteen molempien havainnoinnin perusteella tehtyjä muistiinpanoja niitä toisistaan erottelematta.

Aamu luokassa alkoi yhteisellä runolla, aamurytmeillä tai huilunsoitolla. Myös keskellä päivää, esimerkiksi kielten- tai musiikinopettajan kanssa tunnit aloitettiin yhteisellä hetkellä. Tämä vaikutti rauhoittavan ryhmää ja saavan sen yhteisen keskittymisen tilaan. Koulutuntien aikana lapset liikkuvat tilassa jatkuvasti, lähinnä omassa tuolissa kurkotellen tai kääntyillen eri suuntiin. Opetuksen aikana oli luvallista myös käydä teroittamassa roskakorin luona ja sille tuntui olevan tarvetta hyvinkin paljon; istuminen pakoillaan pitkiä aikoja ei vaikuttanut olevan helppoa. Steinerkoulussa ensimmäiset kaksi lukuvuotta käytössä ovat pitkät siirreltävät penkit ja niiden ympärillä liikutaan. Kolmannella luokalla käyttöön tulevat perinteiset puupulpetit ja tuolit. Pulpetit ja tuolit ovat samankokoisia, vaikka lapset ovat keskenään erikokoisia ja -mallisia. Steinerkoulussa suuri osa oppimismateriaalista tehdään itse kirjoittamalla ja piirtämällä. Vihkotyöskentely vaatii kärsivällisyyttä ja se vaikutti olevan lapsille luonteva tapa oppia. Päivää rytmittivät välitunnit ja ruokailu. Keskittyminen ja kärsivällisyys laskivat merkittävästi iltapäivällä.

Observointipäivän aikana terveydenhoitaja tuli luokkaan kertomaan jo samana päivänä alkavista terveystarkastuksista. Terveystarkastusten alkaminen herätti paljon kiinnostusta ja oli lapsista selvästi jännittävää. Lasten mielenkiinto heräsi myös koulupsykologin hakiessa yhden lapsen vastaanotolleen. Kysymykset ja vaikutelmat terveystarkastuksiin liittyen olivat ilmassa koko loppupäivän ja opettajan kanssa keskusteltiin koulun eri henkilökunnan tehtävistä (terveydenhoitaja, psykologi, lääkäri, kuraattori).

Esittäytymisen yhteydessä lapset olivat uteliaita ja kysyivät osteopatiasta. Ne, joilla oli kokemusta osteopaattisesta hoidosta, toivat esille kokemuksiaan.

4.3. Osa 3: Kohtauttaminen

Tässä kappaleessa otamme käsittelyyn ryhmäkeskustelun ja osallistuvan havainnoinnin sisältöjä ja kohtautamme niitä tulevan ammattikuntamme sisäisen tiedon kanssa pohdiaksemme ja ideoidaksemme edelleen mahdollisuuksia kouluyhteisön ja osteopaattien väliselle yhteistyölle alakouluikäisten lasten hyvinvoinnin lisäämiseksi. Kohtauttamisesta olemme kertoneet luvun Kuvaus yhteistyöstä alussa.

Ryhmäkeskustelun materiaalista tulee hyvin esille, millaisia ovat vanhempien odotukset ja toiveet lasten terveyden ja hyvinvoinnin suhteen. Osteopatian suhteen esiin nousee kosketus ja erityisasiantuntijuus nimenomaan sen kautta, että tehdään käsillä ja ollaan läheisessä kontaktissa reagoiden kehon viesteihin.

Osteopatiassa kosketusta ei nähdä pelkästään käsillä työskentelyn seurauksena, vaan lisäksi tärkeänä osana terapeutista kohtaamista. Palpaatiotaitoja aletaan kehittää heti opintojen alusta lähtien. Herkkä käsillä kuuntelu on osteopaattien erityisosaamista, samoin kuin jokaiseen tilanteeseen ja kehoon sopivan kosketustavan löytäminen.

Kosketus on tärkeää hyvän potilassuhteen luomisessa ja empatian kehittymisessä. Sillä on myös vaikutus asiakkaan hormonien eritykseen, joka puolestaan voi vaikuttaa hoitovasteeseen. (Nelson – Glonek 2015: 21.)

Osteopaatin ammattitaitoa on osata lukea tilannetta ja hoitaa asiakasta hänelle sopivalla tavalla. Asiakkaan lähelle tultaessa (personal space) on hyvä kysyä siihen lupa tai ainakin kertoa mitä aikoo tehdä. Tämä vaikuttaa siihen, miten hän kokee fyysisen kosketuksen. Hellä ja välittävä kosketus koetaan todennäköisimmin miellyttävänä. (Nelson – Glonek 2015: 22.)

Opintojen alussa osteopaattiopiskelija oppii tunnistamaan eroja eri kudosten lämpötilassa, jännittyneisyydessä, paksuudessa ja ymmärtämään niitä kokonaisuuksina. Hän oppii palpoiden tutkimaan kudoksen liikettä, aktiivista tai passiivista, liikkeen laatua sille kudokselle ominaisessa liikelaajuudessa ja liikkeen lopputuntemusta (end feel). Kun nämä asiat ovat tulleet tutummiksi, opiskelija oppii koskettamaan asiakasta niin, ettei se saa aikaan ”suojareaktiota”. Suojareaktiolla tarkoitetaan yleensä tahatonta lihasten jän-

nittymistä reaktiona kosketukseen. Hellävaraisesti palpoiden keho alkaa jokin ajan kuluessa tottua kosketukseen, ja käyttäytyy niin kuin sitä ei kosketettaisi juuri ollenkaan. Tämä on erityisen tärkeää kraniaalirytmien tutkimisessa. (Nelson – Glonek 2015: 22.)

Manuaalisena hoitomuotona osteopatia voi vastata lapsen yksilöllisiin, vielä sanoittamattomiinkin tarpeisiin. Yhtenä esimerkkinä keskustelusta nousivat keholliset traumat ja niiden vaikutukset terveydentilaan. Osteopatiassa voidaan tunnistaa ja hoitaa kehollisia kompensatioita, jotka fyysinen tai emotionaalinen trauma on saanut aikaan. Kun lapsi tai vanhemmat eivät ole tietoisia terveydentilaan vaikuttavasta traumasta, voi osteopaatti auttaa sen tunnistamisessa ja ymmärtämisessä. Tähän voi liittyä myös sanoittaminen.

Sekä fyysisiä että emotionaalisia traumoja voidaan hoitaa osteopaattisilla tekniikoilla. Osteopatiassa ajatellaan, että kehon ulkopuolelta tulevan voiman aiheuttama trauma jää kehoon, kun kineettinen energia muuttuu potentiaalienergiaksi horjuttaen kehon homeostaasia. Tämä aiheuttaa muutoksia kudoksissa ja erilaisia patologisia tiloja ellei traumavoimaa avusteta pois kehosta hoidollisella interventiolla tai ellei traumavoima pääse purkautumaan kehosta spontaanisti. Lihaskalvot ja muut kehon sidekudoksenteet eli faskiat reagoivat jännittymällä ja hermot näissä kudoksissa järjestyvät uudelleen trauman seurauksena. Ulkoisia traumavoimia edustavat mm. kaatumiset, putoamiset, iskut, kolarit, väännöt, murtumat ja muut onnettomuuksiin tai tapaturmiin luettavat tapahtumat mutta myös suunnitellut toimenpiteet kuten leikkaukset. Trauma ymmärretään osteopatiassa laajasti tapahtumana joka vaikuttaa kehon homeostaasiin eli tasapainotilaan negatiivisesti aiheuttaen kehon itsesäätelymekanismien kuten immuunijärjestelmän häiriöitä. Traumat voivat edelleen kehittyä patologioiksi. Traumat voivat aiheuttaa oireita sekä välittömästi, että vuosia myöhemmin. (Rosen, 2008.)

Kivuliaat, henkeä uhkaavat tai toivottomilta tuntuvat tilanteet koetaan traumaattisina. Tähän voi liittyä puolustuskyvyttömyyden tunne ja henkilökohtaisten rajojen rikkoutuminen tai loukkaaminen. Lapsi, joka kohtaa traumaattisen tilanteen voi reagoida niin sanotusti jäätyneellä. Autonominen hermosto on tärkeässä roolissa traumojen synnyssä ja niitä hoidettaessa, koska trauman yhteydessä se reagoi voimakkaasti. Trauman kokemiseen ja haitallisuuteen vaikuttavat suuresti sitä edeltävän tilanteen luonne ja se miten tilanne käsitellään jälkepäin. Osteopaattisella käsittelyllä voidaan vaikuttaa autonomisen hermoston reaktioihin ja tasapainoon. Kosketuksen kautta voidaan luoda turvallinen tila, jossa keho ei enää tarvitse kokea hermostollista stressireaktiota. (Agustoni, 2013: 321-322)

Vastasyntyneiden vauvojen tai isompien lasten traumat ja somaattiset dysfunktiot ovat monesti syntymän aiheuttamia tai varhaislapsuudessa tapahtuneiden onnettomuuksien seurauksia. Epäsymmetria kehossa voi aiheutua syntymän jälkeen ympäristön vaikutuksesta, tai se voi johtua jo lapsen mahdollisesti epäsymmetrisestä asennosta kohdussa. Tällainen jo sikiövaiheessa alkunsa saanut epäsymmetria yhdistettynä vauvan kehoon kohdistuviin fyysisiin haasteisiin syntymän aikana voivat saada aikaan somaattisen dysfunktion vauvoilla tai pienillä lapsilla. (Nelson – Glonek 2015: 115.) Tämän takia osteopaattinen hoito heti syntymän jälkeen ja edelleen lapsuusiässä on hyödyllistä.

Osteopatiassa yksilöllisyys voidaan huomioida perusteellisella tavalla. Jokainen yksilö kohdataan sellaisena kuin hän on. Vaikka osteopaatti käyttää työssään erilaisia malleja kliinisen päättelyn yhteydessä, lähtökohta jokaisessa terapeutisessä kohtaamisessa on aidosti tunnistaa ihmisen senhetkinen tila ja tarpeet.

Lasten kohtaamisessa korostuu erityisesti hetkessä olemisen tärkeys. Lapset kasvavat ja kehittyvät nopeasti ja tilanne on aina uusi jokaisella hoitokerralla. Lapset reagoivat osteopaattiseen hoitoon nopeammin kuin aikuiset. Myöskin muutokset kehoon jokapäiväisessä elämässä ovat nopeampia, sillä lapsen kehitys vaatii dynaamista vuorovaikutusta ympäristön kanssa.

Keskittymiskyvyn kehittyminen liittyy myös vuorovaikutukseen ympäristön kanssa. Koulutyö ja sen asettamat vaatimukset havainnointi- ja keskittymiskyvylle tukevat vastavuoroisesti lapsen selektiivisen havainnointikyvyn kehittymistä.

Sekä ryhmäkeskustelussa, että koululuokan observoinnissa tuli esille, että neljäsluokkalaisilla lapsilla on koulupäivän aikana suuri tarve liikkua säännöllisesti ja paikallaan oloa vasta harjoitellaan. Neljäsluokkalaisilla keho kasvaa ja muuttuu nopeasti ja voi aiheuttaa jännityksiä. Uudenlaisen, muuttuneen kehon ymmärtäminen voisi ehkä olla helpompaa, jos kasvua tuettaisiin manuaalisella terapialla jossa lapsi oppisi tunnistamaan rentouden ja jännittyneisyyden eron ja saisi positiivista palautetta kehonsa tilasta. Läsä oleva kosketus voisi auttaa myös kehon omien rajojen tunnistamisessa. Jos oleminen omassa kehossa tuntuu hankalalta se vaikuttaa myös keskittymiskykyyn. Kehon tilan tunnistaminen ja rentous voivat vapauttaa resursseja koulutyöhön.

Ryhmäkeskustelussa tuli esille, että vanhemmat toivoisivat perinteisen kouluterveydenhuollon rinnalle kokonaisvaltaisempaa lähestymistapaa terveyteen. Osteopatian ja antroposofisen ihmiskuvan samansuuntaisuus nähtiin mahdollisuutena kouluterveydenhuollon ja terveystkasvatuksen konteksteissa.

Osteopatiassa sairaus nähdään seurauksena kehon sisäisten itseparantamismekanismien häiriytymisestä. Osteopaatti ei etsi sairautta, vaan terveyden ilmenemistä rajoittavia tekijöitä kehossa. Nämä kehon normaalia toimintaa rajoittavat tekijät osteopaatti pyrkii tunnistamaan. Osteopaattisessa hoidossa kehoa lähestytään tiedostaen kehon eri osien ja elinjärjestelmien muodostamaa kokonaisuus. Hoitosuunnitelma ja hoitotapah-tuma ovat aina yksilölliset. (Johnston 2015: 7–11.)

Steinerpedagogiassa lapsi pyritään huomioimaan yksilönä, jota pyritään tukemaan eri kehitysvaiheiden aikana lapsen yksilöllistä temperamenttia ja ominaislaatua kunnioittaen. Ihmisyyden eri olemuspuolien integraatio nähdään tärkeänä kehitystehtävänä yksilön elämänkaaren aikana. Osteopatiassa ihminen nähdään kehon, mielen ja sielun muodostamana kokonaisuutena, jonka sisäinen eheys ohjaa sitä, miten terveys hänessä ilmentyy. Steinerpedagogian ja osteopatian taustoilla vaikuttavat ajatukset ihmisyydestä ovat samansuuntaisia ja lähentävät niitä. Tämän perusteella ajattelempa, että yhteistyö osteopaattien ja Steinerkoulujen välillä olisi mielekäästä molemmille osapuolille.

5. Pohdinta

Opinnäytetyömme tavoitteena oli luoda yhteistyö osteopaattien ja kouluyhteisön välille. Opinnäytetyömme oli toiminnallinen opinnäytetyö, jonka puitteissa saavutimme tavoitteen avaamalla keskustelun sekä yhteistyön osteopatian kentän ja kouluyhteisön välillä. Yhteistyökumppanimme oli Vantaan seudun Steinerkoulun, jota edustivat joukko 4. luokan vanhempia ja luokanopettaja, rehtori Paula Nieminen. Valitsimme Steinerkoulun yhteistyökumppaniksi, koska steinerpedagogian taustalla oleva antroposofinen ihmiskuva on hyvin samansuuntainen osteopatian ihmiskuvan kanssa. Keskustelimme osteopatian mahdollisuudesta työskennellä kouluympäristössä osana alakouluikäisten terveydenhuoltoa ja terveystkasvatusta.

Ryhmäkeskustelu yhteistyön luomisen keinona oli sisällöllisesti antoisa ja vakuutti meidät opinnäytetyömme tarpeellisuudesta. Yhteistyön luominen ja edelleen kehittäminen voi mielestämme jatkossakin perustua keskustelulle.

Ryhmäkeskustelun ja koululuokan observoinnin perusteella muodostimme kirjallisen, kolmiosaisen kuvauksen, joka on yksi opinnäytetyömme tuotoksista. Siinä olemme hyödyntäneet laajasti työmme tietoperustaa. Toinen tuotos oli konkreettisen yhteistyön luominen. Tämänkaltaista yhteistyötä koulu yhteisön kanssa ei tiettävästi ole aikaisemmin tehty Suomessa. Koska kyseessä oli uuden yhteistyön avaaminen ja täysin uuden suhteen luominen, oli tärkeässä osassa hyvä kommunikaatio ja yhteydenpito.

Yhteistyö oli luonteeltaan positiivista, kannustavaa ja innostavaa. Tuli kuitenkin yllätyksenä, että yhteistyökumppanin valikoituminen kesti melko pitkään. Vaikka yksittäisiä innostuneita ihmisiä onneksi on, voi koko koulu yhteisön mielenkiinnon herättäminen olla haasteellista. Opinnäytetyöhön ja sen toteuttamiseen liittyvät lupa-asiat on hyvä selvittää heti aluksi, jos suunnittelee työtä, johon liittyy lasten kanssa toimimista. Itse päädyimme työskentelemään lasten vanhempien ja opettajan kanssa.

Oli tietoinen valinta nostaa yhteistyön luominen konkreettisenä tekona tuotokseksi muodostamamme kuvauksen rinnalle. Se antaa itseisarvon luodulle yhteistyölle. Mielestämme asetimme alussa tavoitteen, jonka olemme tämän opinnäytetyöprosessin aikana saavuttaneet. On haasteellista tuoda näkyväksi sitä mitä konkreettisesti on tapahtunut ihmisten välillä. Sen lisäksi, että yhteistyön luominen oli suunnitelmaan perustuvaa, opinnäytetyömme raameissa tapahtuvaa työskentelyä, oli se spontaanisti ihmisten välillä tapahtuvaa vuorovaikutusta. Osteopatian kentän ja koulu yhteisön yhteistyön jatkuminen on sekin ihmisten välisen kommunikaation ja keskinäisen vuorovaikutuksen varassa.

Ideoimme, että osteopaatti voisi hoitaa koululaisia heidän tarpeidensa mukaan terveyden ylläpitämiseksi. Osteopaatin läsnäolo koulussa voisi olla hyödyllistä myös koulupäivän aikana tapahtuvien pienten tapaturmien kuten nyrjähtämisten, kaatumisten, kolhujen tai muiden vastaavien pienten traumojen akuutissa hoidossa ja eteenpäin ohjaamisessa terveydenhoitajalle, lääkärille tai sairaalaan. Työnkuvaan voisi kuulua myös opetustehtäviä esimerkiksi terveystieteen, kehontuntemuksen, anatomian, fysiologian, somatiikan ja rentoutumismenetelmien parissa. Osteopaatti voisi toimia yhteistyössä koulun terveydenhuollon ammattilaisten, luokanopettajan sekä Steinerkoulussa antroposofisten terapeuttien kanssa.

Osteopaattisen hoidon tarjoaminen voi lisätä yksittäisten koululaisten hyvinvointia ja sitä kautta myös edesauttaa ryhmässä toimimista. Lasten tarpeiden tunnistaminen ja monipuolinen tukeminen eri kasvuvaiheissa hoitoverkostoa lisäämällä on hyödyllistä koko kouluyhteisölle sekä perheille. Kouluyhteisön ja osteopaattien yhteistyö voi tulevaisuudessa muodostaa merkittävän lisän kouluterveydenhuoltoon ja lasten terveyskasvatukseen. Lasten osteopaattinen hoito ja terveyskasvatus on aidosti uusi avaus ja ensimmäinen vastaava Suomessa.

Opinnäytetyömme voi antaa suuntaviivoja sille, miten kehittää yhteistyötä jatkossa osteopaattien ja kouluyhteisön välillä. Se voi rohkaista uusiin yhteistyöavauksiin ja laajentaa osteopaattien työnkuvaa sekä toimintaympäristöä. Tämä työ lisää osteopatian tunnettavuutta, mutta tulevaisuudessa uudet samansuuntaiset yhteistyöhankkeet voivat edelleen vahvistaa osteopatian paikkaa osana ihmisten yleistä terveydenhuoltoa. On tärkeää, että kouluikäisten lasten hyvinvointiin kiinnitetään huomiota. Yhteistyökumppaniksi valikoitui koulu, jonka toiminnassa lasten hyvinvointiin panostetaan jo erityisellä tavalla. Tässä työssä hyödynnettiin osteopatian ja steinerkoulun arvomaailmojen yhteneväisyyksiä. Jatkossa tällainen synergia on edelleen eduksi kouluosteopaatin työnkuvan hahmottelemiseksi.

Lähteet

Agustoni, Daniel 2013: Craniosacral Therapy for Children. Kalifornia: North Atlantic Books.

Bouchard, Alain n.d. Does cranial mobility and OMT influence academic performance of children? Université Laval, Collège d'études ostéopathiques de Montréal Poster (pdf) <<http://osteopathiequebec.ca/wp-content/uploads/2015/10/25AM-E-Bouchard-Doc-Ang2.pdf>> Luettu 29.3.2016.

Chila, Anthony G. (toim.) 2011: Foundations of Osteopathic Medicine. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.

Cutler, Nicole 2015. Learn How to Unlock Tissue Memory. Institute for Integrative Healthcare. Verkkodokumentti. <http://www.integrativehealthcare.org/mt/archives/2007/04/understanding_a.html> luettu 2.4.2016

Dunderfelt, Tony 1991: Elämänkaaripsykologia. Helsinki: WSOY.

Frymann, Viola 2000: The collected Papers of Viola Frymann, DO. Legacy of Osteopathy to Children. (Toim. Hollis Heaton King, DO, PhD.) Michigan: American Academy of Osteopathy.

Glossary of Osteopathic Terminology, verkkosivu (luettu 1.4. 2016)
<<https://www.aacom.org/docs/default-source/insideome/got2011ed.pdf?sfvrsn=>>

Guiney, Peter A. – Chou, Rick – Vianna, Andrea – Lovenheim, Jay 2005. Effects of Osteopathic Manipulative Treatment on Pediatric Patients with Asthma: A Randomized Controlled Trial. The Journal of American Osteopathic Association.
<<http://jaoa.org/article.aspx?articleid=2093071>>

Hirsjärvi, Sirkka – Remes, Pirkko – Sajavaara, Paula 2004: Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi

Hirsjärvi, Sirkka – Remes, Pirkko – Sajavaara, Paula 2007: Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosake-yhtiö Tammi.

Johnston, Robert 2015: General Osteopathic Treatment. An Introduction to the Principles of Classical Osteopathic Treatment. Canada: CAO Press.

Kuchera, Michael. Luento Metropolia Ammattikorkeakoulussa. 31.3. 2016
MLL Vanhempainnetti. Lapsen kasvu ja kehitys. 9-12-vuotias.
<http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/9_12-vuotias/> luettu 30.3.2016

MLL Vanhempainnetti. Lapsen kasvu ja kehitys. 7-9-vuotias.
<http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/7_9-vuotias/fyysinen_kehitys/> luettu 31.3.2016

Moeckel, Eva – Mitha, Noori 2008. Textbook of Pediatric Osteopathy. Edinburgh: Elsevier Limited.

Nelson, Kenneth E.–Glonek, Thomas (toim.) 2015: Somatic Dysfunction in Osteopathic Family Medicine. Philadelphia: Wolters Kluwer Health.

Osteopaattiliitto. Mitä osteopaattisessa hoidossa tapahtuu. n.d. <<http://osteopaattiliitto.fi/osteopatia-ja-osteopaattinen-hoito/>> luettu 31.3.2016.

Paalasmaa (toim.) 2011: Lapsesta käsin. Kasvatuksen ja opetuksen vaihtoehtoja. Juva: PS-kustannus.

Pemberton, Taina: Terminologinen projekti, harjoitustyö 2007. Vaasan yliopisto, Viestin-tätieteiden laitos
<<http://lipas.uwasa.fi/termino/WasaTerm/steinerkoulu/steinerpedagoginenihmisk.html>> luettu 7.1.2016

Puusa, Anu–Juuti, Pauli (toim.) 2011: Menetelmäviidakon raivaajat. Perusteita laadullisen tutkielähestymistavan valintaan. Vantaa: JTO Johtamistaidon opisto.

Rosen, Mark E.: The Nature of Trauma, 2008. Nettilähde <<<http://www.osteodoc.com/trauma.htm>>> luettu 23.9. 2016

Still, A. T. 1897: Autobiography Of Andrew T. Still: With History of The Discovery And Deveploment Of The Science Osteopathy. (kirjastokappaleesta puuttuvat nidetiedot)

Suomen osteopaattiliitto, kotisivut (<http://www.suomenosteopaattiliitto.fi/osteopatia.htm>) luettu 10.1.2016

TENK Tutkimuseettinen neuvottelukunta: Humanistisen, yhteiskuntatieteellisen ja käytäytymistieteellisen tutkimuksen eettiset periaatteet ja ehdotus eettisen ennakoarvioinnin järjestämiseksi. PDF 2009. <<http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/eettisetperiaatteet.pdf>> (luettu 19.4. 2016)

Tuomi, Jouni–Sarajärvi, Anneli 2002: Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Turun yliopisto. <<https://www.utu.fi/fi/Ajankohtaista/mediatiedotteet/vaitostiedotteet/Sivut/lasten-kipuoireet-ja-uniongelmat-lisaantyneet-selvasti-.aspx>> (luettu 5.3. 2016)

Vilkka, Hanna–Airaksinen, Tiina 2004: Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Vilkka, Hanna 2006: Tutki ja havainnoi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Keskustelun pohjaksi

osallistujat: osteopaattipiskelijät Niina Hiltunen ja Mari Koski sekä opettaja/rehtori Paula Nieminen, oppilaiden vanhemmat

Keskustellaan vanhempien kanssa Vantaan seudun Steinerkoululla.

1. Osteopatia osana koulussa tarjottavia terapioida ja terveydenhuoltoa. Mitä hyötyä siitä voisi olla?
2. Minkälainen kasvun ja kehityksen vaihe lapsilla on 4. luokalla? Millaisia hoidollisia tarpeita koululaisilla on?
3. Miten osteopaatti voisi osallistua lasten terveystasvatukseen?
4. Voisiko osteopaatti mielestäsi työskennellä osana kouluyhteisöä?

Suostumusasiakirja vanhemmalle

Suostumus tutkimukseen osallistumiseen

Olen saanut, lukenut ja ymmärtänyt Kouluosteopaatti opinnäytetyötä koskevan tutkimushenkilötiedotteen. Tiedotteesta olen saanut riittävän selvityksen opinnäytetyön tarkoituksesta, tietojen keräämisestä ja säilytyksestä, ja minulla on ollut mahdollisuus saada lisätietoja suullisesti.

Ymmärrän, että osallistuminen opinnäytetyöhön on vapaaehtoista ja voin perustelematta keskeyttää osallistumisen tutkimukseen milloin tahansa. Keskeytyksen ilmoitan opinnäytetyön tekijälle Mari Koski tai Niina Hiltunen joko suullisesti tai kirjallisesti. Opinnäytetyön tekijän yhteystiedot löytyvät tämän suostumuslomakkeen alalaidasta.

Paikka ja aika

Suostumuksen antajan allekirjoitus

Paikka ja aika

Suostumuksen vastaanottajien allekirjoitukset

Mari Koski

mari.koski@metropolia.fi

p. 050 36 95 603

Niina Hiltunen

niina.hiltunen@metropolia.fi

p. 040 82 18 451

Suostumus allekirjoitetaan kahtena kappaleena, yksi suostumuksen antajalle ja yksi suostumuksen vastaanottajille.

Suostumusasiakirja opettajalle

Suostumus tutkimukseen osallistumiseen

Olen saanut, lukenut ja ymmärtänyt Kouluosteopaatti -opinnäytetyötä koskevan tutkimushenkilötiedotteen. Tiedotteesta olen saanut riittävän selvityksen opinnäytetyön tarkoituksesta, tietojen keräämisestä ja säilytyksestä, ja minulla on ollut mahdollisuus saada lisätietoja suullisesti.

Ymmärrän, että opinnäytetyöhön osallistuminen on vapaaehtoista ja voin perustelematta keskeyttää osallistumisen tutkimukseen milloin tahansa. Keskeytyksen ilmoitan opinnäytetyön tekijälle Mari Koski tai Niina Hiltunen joko suullisesti tai kirjallisesti. Opinnäytetyön tekijän yhteystiedot löytyvät tämän suostumuslomakkeen alalaidasta.

Paikka ja aika

Suostumuksen antajan allekirjoitus

Paikka ja aika

Suostumuksen vastaanottajien allekirjoitukset

Mari Koski
mari.koski@metropolia.fi
p. 050 36 95 603

Niina Hiltunen
niina.hiltunen@metropolia.fi
p. 040 82 18 451

Suostumus allekirjoitetaan kahtena kappaleena, yksi suostumuksen antajalle ja yksi suostumuksen vastaanottajalle.

Tutkimushenkilötiedote vanhemmalle

Tervetuloa mukaan Kouluosteopaatti -opinnäytetyöhön. Opinnäytetyön tarkoituksena on yhteistyön luominen osteopaattien ja koulu yhteisön välille lasten hyvinvoinnin lisäämiseksi. Osallistu-van havainnoinnin sekä keskustelujen kautta hankimme tietoa siitä, miten osteopaatti sopii osaksi koulu yhteisöä.

Tapaamme vanhemmat ja kerromme osteopatiasta ja opinnäytetyöstämme. Keskustelemme heidän kanssaan lasten hoidollisista tarpeista ja osteopaatin mahdollisesta roolista koulu yhteisössä.

Kehittämistyö on osa Metropolia Ammattikorkeakoulun osteopatian AMK-tutkinnon opintoja. Kehittämistyön tutkimussuunnitelman ovat hyväksyneet opinnäytetyömme ohjaajat osteopatian lehtori Kaisa Hartikainen ja yliopettaja Pekka Paalasmaa.

Opinnäytetyöhön osallistuminen perustuu vapaaehtoisuuteen ja jokaisella osallistujalla on oikeus keskeyttää osallistumisensa milloin tahansa syytä ilmoittamatta. Kaikki kerätävä tieto käsitellään luottamuksellisesti eikä ketään yksittäistä henkilöä, pois lukien opettaja Paula Nieminen, voida tunnistaa lopullisesta raportista. Tutkimusaineiston analysointiin ei osallistu ulkopuolisia henkilöitä ja kaikki materiaali hävitetään opinnäytetyön valmistuttua. Valmis työ on saatavissa elektronisena versiona Metropolia Ammattikorkeakoulun kirjaston Theseus -tietokannasta ja se löytyy myös kansittuna koulun kirjastosta.

Annamme mielellämme lisätietoa opinnäytetyöstä. Yhteystietomme ovat tämän tiedotteen alalaidassa.

Allekirjoitus _____

Yhteystiedot
Mari Koski
mari.koski@metropolia.fi
p. 050 36 95 603

Niina Hiltunen
niina.hiltunen@metropolia.fi
p. 040 82 18 451

Tutkimushenkilötiedote opettajalle

Tervetuloa mukaan Kouluosteopaatti opinnäytetyöhön. Opinnäytetyön tarkoituksena on yhteistyön luominen osteopaattien ja koulu yhteisön välille lasten hyvinvoinnin lisäämiseksi. Osallistuvan havainnoinnin sekä keskustelujen kautta hankimme tietoa siitä, miten osteopaatti sopii osaksi koulu yhteisöä.

Keskustelemme luokan opettajan Paula Niemisen kanssa luokasta ja yhteistyöstä. Keskustelemme lasten kehitysvaiheesta, lasten hoidollisista tarpeista ja osteopaatin mahdollisesta roolista koulu yhteisössä ja pohdimme mitä kouluosteopaatin työnkuva voisi pitää sisällään.

Tapaamme vanhemmat opettajan läsnä ollessa ja kerromme osteopatiasta ja opinnäytetyöstämme. Keskustelemme heidän kanssaan lasten hoidollisista tarpeista ja osteopaatin mahdollisesta roolista koulu yhteisössä. Opettaja (Paula Nieminen) on tunnistettavissa ammattinsa puolesta lopullisessa opinnäytetyössä.

Kehittämistyö on osa Metropolia Ammattikorkeakoulun osteopatian AMK-tutkinnon opintoja. Kehittämistyön tutkimussuunnitelman ovat hyväksyneet opinnäytetyömme ohjaajat osteopatian lehtori Kaisa Hartikainen ja yliopettaja Pekka Paalasmaa.

Opinnäytetyöhön osallistuminen perustuu vapaaehtoisuuteen ja jokaisella osallistujalla on oikeus keskeyttää osallistumisensa milloin tahansa syytä ilmoittamatta. Kaikki kerättävä tieto käsitellään luottamuksellisesti eikä ketään yksittäistä henkilöä voida tunnistaa lopullisesta raportista. Tutkimusaineiston analysointiin ei osallistu ulkopuolisia henkilöitä ja kaikki materiaali hävitetään opinnäytetyön valmistuttua. Valmis työ on saatavissa elektronisena versiona Metropolia Ammattikorkeakoulun kirjaston Theseus -tietokannasta ja se löytyy myös kansittuna koulun kirjastosta. Annamme mielellämme lisätietoa opinnäytetyöstä. Yhteystietomme ovat tämän tiedotteen ala-laidassa.

Allekirjoitus _____

Yhteystiedot
Mari Koski
mari.koski@metropolia.fi
p. 050 36 95 603

Niina Hiltunen
niina.hiltunen@metropolia.fi
p. 040 82 18 451