

SATUHIERONTA VARHAISKASVATUKSESSA

Varhaiskasvattajien näkökulmasta



Ammattikorkeakoulututkinnon opinnäytetyö

Sosionomi (AMK)

Syksy 2023

Maria Ruskelin

Koulutuksen nimi		Tiivistelmä
Tekijä	Maria Ruskelin	Vuosi 2023
Työn nimi	Satuhieronta varhaiskasvatuksessa	
Ohjaaja	Mikko Romppanen	

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, miten satuhierontaa käytetään varhaiskasvatuksessa lasten voimauttamiseen ja miten ammattilaiset näkevät satuhierontatuokiot. Näitä kysymyksiä selvitettiin kvalitatiivisen tutkimuksen menetelmällä, avoimin kysymyksin ja analyysin perusteella muodostettiin tietoperustaa satuhierontaoppaan tekemiseen varhaiskasvatuksen ammattilaisten käyttöön.

Tällä tutkimuksella ei ollut tilaajaa, mutta satuhieronnasta tehdyn Webropol-kyselyn tulosten mukaan satuhieronta auttaa lapsia rauhoittumaan ja vahvistaa kasvattajan ja lapsen välisen luottamussuhteen luomisessa. Kyselyyn vastanneet kahdeksan varhaiskasvatuksen ammattilaista olivat käyttäneet menetelmää hyvin vaihtelevia määriä, mutta kaikki kahdeksan vastaajaa kokivat satuhieronnan olevan positiivinen kokemus niin itselle kuin lapsille. Negatiivisia kokemuksia menetelmän käytöstä ei vastausten perusteella ilmennyt.

Opinnäytetyön kyselyn vastausten perusteella opinnäytetyöntekijä suunnitteli ja toteutti satuhierontaoppaan, johon hän kirjoitti itse kehittämiään satuhierontatarinoita kuusi kappaletta ja muutamia vinkkejä satuhierontojen toteuttamiseen liittyen. Satuhierontatarinoita on testattu pienimuotoisesti eräässä Uudellamaalla sijaitsevassa ensiopetusryhmässä. Tästä kokeilusta saatu palaute ryhmän toiselta opettajalta on muokannut satuhierontaoppaaseen kirjoitettujen tarinoiden sisältöä ja muotoa sekä satuhierontojen toteuttamiseen liittyviä oppaassa olevia ohjeita.

Avainsanat Hieronta, lapsi, satu, satuhieronta, varhaiskasvatus
Sivut 16 sivua ja liitteitä 3 sivua

Name of Degree Programme

Abstract

Author Maria Ruskelin

Year 2023

Subject Story massage in early childhood education

Supervisors Mikko Romppanen

The aims of this thesis are to find out how story massage can use in early childhood education to power children and how professional in early childhood education sees story massage moments. These questions were clarified using the method of qualitative research, open-ended questions, and based on the analysis, a knowledge base was formed for making a story massage guide for use by early childhood education professionals.

This thesis did not have a subscriber, but according to the results of the Webropol survey on story massage, story massage helps children calm down and strengthens the relationship of trust between the educator and the child. The eight early childhood education professionals who responded to the survey had used the method in widely varying amounts, but all eight respondents felt that the story massage was a positive experience for both them and the children. Based on the answers, there were no negative experiences of using the method.

Based on the answers to the thesis survey, the thesis worker designed and implemented a story massage guide, in which she wrote six story massage stories she had developed herself and some tips related to the realization of story massages. The story massage stories have been tested on a small scale in a primary education group in Uusimaa. The feedback received from this experiment from the other teacher in the group has modified the content and form of the stories written in the story massage guide and the instructions in the guide related to the implementation of story massages.

Keywords Message, child, story, story massage, early childhood education

Pages 16 pages and appendices 3 pages

Sisälllys

1 Johdanto	1
2 Opinnäytetyön tausta, tarve ja tavoitteet.....	1
3 Opinnäytetyön tietoperusta	2
3.1 Satuhieronta ja positiivinen kosketus	3
3.2 Varhaiskasvatus ja varhaiskasvatusta säätelevät lait	4
3.3 Kognitiivinen kehitys, vuorovaikutus ja lasten stressi	5
3.4 Opinnäytetyössä tietoperustan tukena käytettyjä satuhierontakirjoja.....	6
3.5 Aiempia opinnäytetöitä satuhieronta-aiheesta.....	7
4 Opinnäytetyön tarkoitus, toteutus ja prosessin kuvaaminen.....	8
4.1 Laadullinen tutkimus ja kysely.....	9
4.2 Aineiston analysointi ja tulkinta	10
4.2.1 Varhaiskasvattajien ajatukset satuhieronnasta ja Varhaiskasvattajien huomiot satuhieronnan vaikutuksista lapsiin	10
4.2.2 Satuhierontatilanne.....	11
4.2.3 Satuhieronnan aloittaminen ja lopettaminen	12
4.3 Opinnäytetyön eettiset kysymykset	12
4.4 Opinnäytetyön riskien hallinta	13
5 Pohdintaa ja johtopäätöksiä	14
Lähteet.....	16

Liitteet

- Liite 1. Opinnäytetyön aineistonhallintasuunnitelma
- Liite 2. Webropol-kysely

1 Johdanto

Satuhieronta on hierojan ja hierottavan välistä kunnioittavaa kosketusta hierontatarinan satua tukien ja rauhoittaen hierottavaa kuuntelemaan omaa kehoaan ja tunteitaan hierojan luodessa sadunomaista tunnelmaa. Marjatta Kalliala (2008) kirjoittaa Kato mua! Kohtaako aikuinen lapsen päiväkodissa? kirjassaan, kuinka lapsen ja aikuisen suhde voi olla haastava ja kiintymyksen osoittaminen voi olla vaikeaa niin kotona oman perheen parissa kuin päiväkodissa kasvattajien ja lasten välillä. Tämä ajatus vie satuhierontaan ja sen mahdollisuuksiin muokata lapsen ja aikuisen suhdetta sekä lapsen suhdetta toisiin lapsiin ja omaan kehoonsa. Satuhieronta antaa myös mahdollisuuksia kokea positiivisia kokemuksia kosketuksesta, miten saada kosketuksia ja miten antaa niitä toisille. Satuhieronta on menetelmä, mikä opettaa lapsia hellään ja hyväksyvään kosketukseen. Hieronnan avulla lapset oppivat myös kohtaamaan toisiaan kunnioittavasti ja tuntemaan omia voimiaan ja voimankäyttöään.

Tässä satuhieronta-menetelmää käsittelevässä tutkimuksessa tutustutaan varhaiskasvattajien huomioihin satuhieronnasta ja sen vaikutuksista lapsiin varhaiskasvatusympäristössä sekä tehdään satuhierontaopas. Opas on kohdennettu varhaiskasvatuksen käyttöön, mutta sitä voidaan myös käyttää muissakin toiminta ympäristöissä. Satuhieronta menetelmänä tuo varhaiskasvatukseen positiivisen kosketuksen voimaa ja sadun taikaa.

2 Opinnäytetyön tausta, tarve ja tavoitteet

Satuhieronta on koko ajan lisääntymässä varhaiskasvatuksessa menetelmänä, mutta sen käyttö ei vielä ole saanut kunnollisia juuria työntekijöiden menetelmäsalkussa. Siksi opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa varhaiskasvatukseen sopiva lyhyt ja helppo opas, jolla satuhierontaa voi tehdä matalalla kynnyksellä kuka tahansa siitä kiinnostunut. Oppaan tavoite on tehdä satuhieronnan käytöstä nopea ja helppo menetelmä varhaiskasvatuksen henkilökunnalle, mutta opasta voidaan käyttää helposti muissakin ympäristöissä kuten kotona ja kerhotoiminnassa.

Tässä opinnäytetyössä tarkoituksena oli pureutua satuhieronnan maailmaan ja satuhieronnan vaikutuksiin lapsen omakuvan kehityksessä, hieronnan ja tarinoiden voimauttavasta vaikutuksesta lapsen elämässä. Satuhieronnassa ei ole kysymys vain sadun lukemisesta ja hieronnasta vaan tarinoiden elävöittämisestä ja rikastuttamisesta sekä lapsen positiivisen kontaktin luonnista. Hetket luovat pohjaa lapsen mielenhallinnalle, mielikuvitukselle ja hänen itsensä hyväksynnälle omana yksilönään.

Yhtenä tämän opinnäytetyön pyrkimyksenä oli selvittää, miten varhaiskasvatuksen ammattilaiset käyttävät satuhierontaa osana varhaiskasvatuksen toimintaa ja millaisia vaikutuksia he ovat huomanneet satuhieronnalla olevan lapsiin. Tämän tiedon perusteella opinnäytetyössä luotiin satuhierontaopas, jossa hierontatarinoiden lisäksi on myös helpot ohjeet hierontojen suorittamiseen, kuvaus satuhieronnan vaikutuksista lapsiin ja apukysymyksiä, joiden avulla tarinoiden aiheita voidaan myös jälkikäteen käsitellä lapsien kanssa. Tavoitteena on saada satuhieronta helposti lähestyttäväksi työvälineeksi kaikille varhaiskasvatuksessa työskenteleville ja samalla lisätä satuhieronta-menetelmän hyvien vaikutusten tuntemista alalla, jolloin yhä useammassa varhaiskasvatusyksikössä alettaisiin käyttämään satuhierontaa osana arkea ja lasten voimauttamista. Opinnäytetyössä julkaistiin ennalta valituissa Facebook-yhteisöissä Webropol-kysely satuhierontaa ammatissaan käyttävien varhaiskasvattajien vastauksien saamiseksi ja näitä vastauksia käytettiin hyödyksi satuhierontaoppaan kirjoittamiseksi ja oppaan tietoperustan luomiseksi.

3 Opinnäytetyön tietoperusta

Varhaiskasvatusikäiset lapset kehittyvät jokaisella osa-alueella nopeammin kuin tulevat ikinä elämänsä aikana kehittymään ja siksi varhaiskasvatuksen laadukkaalla ja osaavalla toiminnalla on tärkeä rooli lapsen oppimisen ja kehityksen tukemisessa. Varhaiskasvatuksen henkilökunnalla on myös oma roolinsa lasten henkisen kehityksen ja sosiaalisten taitojen sekä itsesäätelyn kannalta. Miten lapsi kokee itsensä suhteessa muuhun maailmaan ja ihmisiin, tulee osaksi hänen kokemuksistaan kanssakäynnistä, jolloin sekä perheen että varhaiskasvatushenkilöstön ja lapsiryhmän yhteistyön merkitys korostuu? (Koivula ym., 2017, ss. 12–14, 82–83)

Opinnäytetyössä tutkittiin satuhieronta menetelmää kasvattajan näkökulmasta ja luotiin tietoperustan avulla satuhierontaopas, jonka avulla varhaiskasvatuksen henkilökunta pystyy vaikuttamaan suhteisiinsa lapsiryhmän jäseniin ja tukemaan lapsien kehitystä sekä henkisesti että fyysisellä tasolla. Tietoperustana on käytetty kasvatusalan kirjallisuuden lisäksi satuhierontakirjoja, varhaiskasvatuksen henkilökunnalle suunnattua Webropol-kyselyä, opinnäytetyön tekijän omaa varhaiskasvatuksen ammattitaitoa.

3.1 Satuhieronta ja positiivinen kosketus

Hieronnalla on monenlaisia positiivisia vaikutuksia hierottavaan henkilöön. Hieronta vaikuttaa verenkiertoon ja auttaa rentoutumaan, mutta myös stressihormonien erittyminen vähenee ja unen laatu paranee. Hieronnan aikana verenpaine alenee ja serotoniinihormonin, joka vaikuttaa mielen rentouteen, erittyminen lisääntyy. Vaikutukset voivat olla tunneista aina päiviin, mutta joskus jopa kuukausienkin päästä saattaa näkyä hieronnan vaikutukset ihmisen elämässä. (Pihlman ym., 2017, ss. 8–9, 104)

Satuhieronta muun muassa rentouttaa ja mahdollistaa ilon ja hyvän olon hetkiä sekä yhdessä oloa. Lapsiryhmissä se on auttanut myös sosiaalisten taitojen oppimisessa. Kosketus tyyntyy sekä voimistaa sanojen kertomaa. Tärkeää on pysähtyminen lapsen äärelle sekä läsnäolo, jolloin voidaan tukea lapsen tunnetaitojen ja positiivisen kehosuhteen kehitystä sekä lisätä stressihallintaa, tervettä itsetuntoa ja perusturvallisuutta. Hierontakokemusta voi lisätä hierojan oman äänen käytöllä ja eläytymisellä satuun. (Tuovinen & Uusi-Kakkuri, 2020, s. 4) Satuhierontaa voi hyödyntää esimerkiksi muutos- ja kriisitilanteiden käsittelyyn, sosiaalisten taitojen ja empatiakyvyn oppimiseen sekä pelkojen ja ahdistuksen lievitykseen. Myös aikuiselle satuhieronnasta on hyötyä muun muassa yhteyden luomisessa lapsen kanssa ja luottamussuhteen vahvistamisessa. Myös aikuisen omaan henkilökohtaiseen kasvuun voi vaikuttaa satuhieronnan avulla. (Tuovinen & Uusi-Kakkuri, 2020, s. 5)

Ensimmäiseksi satuhierontaa aloittaessa on hyvä muistaa kysyä lupa hierottavalta, sillä hieronta ei saa olla epämiellyttävää ja hierottavalla pitää aina olla lupa kieltäytyä hieronnasta. On myös tärkeää poistaa mahdolliset häiriötekijät kuten älylaitteet pois tai

äänettömälle, jos satua lukee äylaitteelta. Tunnelmaa voi luoda rentouttavalla taustamusiikilla ja valoja himmentämällä sekä asettumalla mukavalta tuntuvalle alustalle siten, että hierottava joko makaa tai istuu hierojan edessä. Satuhieronnassa ei ole tarkoitus hieroa lihaksia, vaan hieronta on hellää koskettelua, joka tapahtuu vaatteiden päälle. Yleensä satuhieronta tehdään selkään, mutta joskus se voi ulottua pään alueelle ja raajoihin, kunhan hieroja kunnioittaa hierottavan rajoja. Laajemman alueen hieronnan etuina on hierottavan oman kehon tuntemuksen lisääntyminen. Oman kehon hahmottamisen taidot kasvavat, mikä auttaa motoristen taitojen kehittämisessä. (Tuovinen & Uusi-Kakkuri, 2020, ss. 6–7)

Hierontaa tehtäessä on hyvä luoda selkeä aloitus ja lopetus, mikä onnistuu esimerkiksi asettamalla kädet hetkeksi hellästi hierottavan selkään. Tämä auttaa rauhoittumiseen ja hieronnasta palautumiseen. Tarinankerronta tapahtuu rauhassa, ja hiljaisia hetkiä voi pitää lauseiden välillä, jolloin hierottava saa tuntee kosketusta ja kuunnella omaa kehoaan. Kerronnan tahti voi olla jopa 3–5 kertaa normaalia hitaampi. Kiireettömyys auttaa mielikuvitusta lentämään ja purkaa psyykkistä jännitystä niin kehosta kuin mielestä. (Tuovinen & Uusi-Kakkuri, 2020, ss. 6–7)

3.2 Varhaiskasvatus ja varhaiskasvatusta säätelevät lait

Varhaiskasvatusta säätelevät ja määrittelevät useat eri lait ja asetukset. Tähän lukuun on poimittu muutamia, jotka ovat tämän opinnäytetyön kannalta oleellisimpia ja antavat ymmärrystä siitä, kuinka tärkeää laadukkaan varhaiskasvatuksen järjestäminen on lasten monipuoliselle oppimiselle ja kehitykselle. Nämä lait ja asetukset luovat reunaehdot varhaiskasvatuksen suunnittelulle ja toteutukselle, mutta myös sille, miksi on merkityksellistä vahvistaa lapsen kiintymyssuhteita ja positiivista minäkuvaava, luoda arvostavaa ja kunnioittavaa kosketusta sekä tukea lapsen kielen kehitystä. Edellä mainitut osa-alueet ovat läsnä satuhieronta-menetelmää käytettäessä.

Varhaiskasvatuslaissa säädetään muun muassa varhaiskasvatuksen järjestämisestä, mutta myös lapsen oikeudesta varhaiskasvatukseen. Varhaiskasvatuksella tarkoitetaan varhaiskasvatussyksiköissä tapahtuvan toiminnan lisäksi avointa varhaiskasvatusta sekä

perhepäivähoitoa. Varhaiskasvatuksen tavoitteita lain mukaan on muun muassa mahdollistaa myönteiset kokemukset ja edistää lasten kehitystä ja oppimista.

(Varhaiskasvatuslaki 540/2018)

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet ovat opetushallituksen laatimat ja ne määrittelevät valtakunnallisesti varhaiskasvatuksen suunnittelua ja toimintaa sekä arvoja, että velvoitteita. Jokainen kunta laatii oman varhaiskasvatussuunnitelmansa valtakunnallisen suunnitelman mukaan ja varhaiskasvatuksen yksiköt omansa sekä valtakunnallisen että kunnallisen mukaan ottaen huomioon yksikön toimintaympäristön sekä asiakaskunnan. Yleensä tiimit laativat omat suunnitelmansa tiimikohtaisesti ja sisällyttävät siihen jokaisen ryhmänsä lapsen varhaiskasvatus suunnitelmasta nousseita tarpeita. Edellä mainittujen suunnitelmien tarkoituksena on taata laadukasta ja lasten kehitystä tukevaa varhaiskasvatustoimintaa. Lapset ja heidän tarpeensa ovat keskiössä ja ohjaavat toimintaa ja sen suunnittelua.

(Opetushallitus, 2023)

Lastensuojelulain tehtävänä on suojella lapsen oikeuksia. Jokaisella lapsella on oikeus turvalliseen kasvu ympäristöön, erityiseen suojeluun sekä monipuoliseen ja tasapainossa olevaan kehitykseen. Lapsen vanhemmilla ja muilla huoltajilla on vastuu taata nämä asiat ja perheen kanssa toimivien viranomaisten tehtävänä on tukea kasvatustehtävässä ja tarjota tarvittavaa apua mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Mikäli lapsen kehitys vaarantuu tai huolenpito ei ole riittävä, voidaan lapsen turvaamiseksi, hänet sijoittaa kodin ulkopuoliseen hoivaan. (Lastensuojelulaki 417/2007 § 1, § 2)

3.3 Kognitiivinen kehitys, vuorovaikutus ja lasten stressi

Ihmisen kehityksen kannalta varhaislapsuus on hyvin merkityksellinen vaihe elämässä ja niin kodin kuin varhaiskasvatuksen merkitys korostuu lapsen kehityksen muotoutumisessa. Lapsen ja hänestä huolta pitävien henkilöiden välinen suhde vaikuttaa lapsen ihmissuhteiden ja oman kuvan kehitykseen joko suopeasti tai haitallisesti, ja luottamussuhteen rakentaminen lapseen onkin oleellista lapsen kehityksen kannalta. Kehityspsykologi Jean Piaget on jakanut kehityksen neljään vaiheeseen. Näistä ensimmäinen on sensomotorinen vaihe, joka on noin nollasta kahteen ikävuoteen. Noin kahdesta ikävuodesta seitsemään vuoteen olevaa

kehitysvaihetta Piaget kutsuu esioperationaaliseksi vaiheeksi. (Nurmi ym., 2010, ss. 18–20) Tässä luvussa käsitellään vain näitä kahta ensimmäistä kehitysvaihetta, sillä opinnäytetyön tutkimusaihe käsittää nämä ikävuodet.

Lapsuuden kehitys luo pohjaa maailmankuvan muodostumiselle ja sille, miten lapsi kokee ympäristön ja millaisia valmiuksia hänellä on kohdata uusia asioita ja haastaa itseään. Se, millaiset lapsen kyvyt tulevat olemaan ja millaisia itsesäätelykeinoja lapselle muotoutuu, tapahtuu pitkälti lapsuuden kehityksen ja kokemusten avulla. Lapsi oppii myös kommunikoinnin sanallisia ja sanattomia taitoja harjoittamalla niitä sekä seuraamalla esimerkkiä. Muisti ja kielelliset taidot kehittyvät lapsen päästessä ruokkimaan niitä erilaisin menetelmin. (Nurmi ym., 2010, ss. 20–68)

Varhainen vuorovaikutus on tärkeä elementti tunteiden säätelyn kehittymisessä ja muotoutumisessa ja jo äidin vatsassa ollessa vauvan aivot ottavat vastaan tietoa ympäristöstään. Onko äidillä stressiä? Millaisia ääniä kohtuvauva kuulee? Millaisille aivoja edistävälle tai niiden kehitystä haittaaville asioille vauva altistuu? Ensimmäisten kymmenen ikävuoden aikana aivot ovat muokkautuvimmillaan ja ensimmäisten vuosien aikana aivojen hermostot ja eri yhteyksien muodostuminen mahdollistavat eri aivoalueiden laajan ja tehokkaan yhteistyön. Herkän ja turvallisen vuorovaikutuksen kokemukset kehittävät otsalohkoa ja sen kuorikerroksen kehitystä. Muun muassa toistuvat ja rauhalliset kosketuksen kokemukset vähentävät stressiä, kehittävät lapsen stressinsäätelykykyä ja muokkaavat pitkäaikaisesti keskushermostoa. Tämä kaikki vaikuttaa lapsen koko elämän ajan vuorovaikutukseen muiden kanssa sekä sosiaaliseen ilmaisuun ja stressaavien tilanteiden hallintaan. (Kokkonen, 2010, ss. 79–83)

3.4 Opinnäytetyössä tietoperustan tukena käytettyjä satuhierontakirjoja

Nora Lehtinen ja Jenni Skyttä-Forsell ovat kirjoittaneet kaksi satuhierontakirjaa, joissa lyhyiden tarinoiden rinnalla kulkevat ohjeet, joiden mukaan voidaan lapsen selkään piirtää tarinan edetessä. Hattaratuuli ja Taika-aurinko -kirjojen tavoitteena on luoda yhteiseen satuhetkeen rauhoittumisen ja yhdessäolon elementtejä. *Hattaratuuli* on julkaistu vuonna 2021 ja heti seuraavana vuonna 2022 julkaistiin kyseisten kirjailijoiden toinen kirja

Taikaaurinko. Kirjoissa on alle kaksikymmentä satuhierontatarinaa ja hyvin lyhyet ohjeistukset satuhieronnan aloittelijalle.

Nuutti pikkukuutti - Maailman suloisin satuhieronta-tarina on Satu Pusan ja Sanna Tuovisen vuonna 2021 kirjoittama kirja pienen kuutin elämästä aina syntymästä lähtien. Kirja sisältää aluksi ohjeistuksen satuhierontaan. Kirjan tarina on jaettu osiin, joita voi jatkaa aina seuraavalla hierontakerralla, jolloin lapsi oppii samalla myös ymmärtämään jatkumon käsitettä. Kirjan lopussa on kaksi lyhyempää erityisesti nukkumaan menoa varten tehtyä tarinaa.

Sanna Tuovinen on kirjoittanut satuhierontakirjan, *Pikkupupun ensimmäinen talvi*, yhdessä Noora Uusi-Kakkurin kanssa vuonna 2020. Kirjassa on 24 lukua, joita kirjailijat ehdottavat käytettäväksi joulukalenterina. *Pikkupupun ensimmäinen talvi* kirjassa käytetään useampia sivuja satuhieronnan taustoihin ja toteuttamiseen sekä kuvaillaan satuhieronnan käyttömahdollisuuksia. Kirjoittajat ovat lisänneet myös kymmenen melko yksinkertaista, mutta hauskalta vaikuttavaa, luontotehtävää, mitkä varmasti lisäävät yhdessä oloa hierojan ja hierottavan välillä ja tuovat satuhierontaan jatkumoa luontokasvatuksen muodossa.

Piirrän sinuun tarinan -kirjassa Kaisa Aitlahti ja Satu Reinikainen (2020) kertovat, ettei kirja ole satuhierontakirja vaan sen tarkoitus on kertoa Raamatun kertomuksia, rukouksia sekä loruja kokonaisvaltaisesti, minkä takia he ovat lisänneet kosketuksen osaksi kirjaa. Kirjaa voi käyttää hyvin muun muassa seurakunnan varhaiskasvatuksessa ja perhetoiminnassa, mutta se soveltuu myös kotona käytettäväksi.

3.5 Aiempia opinnäytetöitä satuhieronta-aiheesta

Marjaana Talka ja Sanni Sulkamoniemi ovat tehneet opinnäytetyön Satuhieronta menetelmäksi päiväkotiin (2017). Talka ja Sulkamoniemi pitivät Mikkelissä varhaiskasvatusyksikössä satuhierontatuokioita alle kolmevuotiaille lapsille, joiden huoltajilta oli saatu kuvauslupa, ja hierontatuokiot videoitiin. Tuokioiden videointien tarkoituksena oli lasten havainnointi, jota tehtiin myös itse toiminnan aikana. Ennen satuhierontojen alkua opinnäytetyön tekijät olivat pitäneet varhaiskasvattajille perehdytystuokion kyseistä

menetelmästä ja sen käytöstä. Satuhierontatuokioita pidettiin viitenä päivänä ja jälkeenpäin työntekijöille lähetettiin kyselylomakkeet, joissa selvisi työntekijöiden pitävän menetelmää hyödyllisenä ja tahtovan ottaa satuhieronnan käyttöönsä. Myös lapset pitivät satuhieronnasta ja odottivat innolla kyseisiä hetkiä sekä rauhoittuivat hyvin hierontaan.

Opinnäytetyössään, Satuhierontaa varhaiskasvatuksessa (2019), Julia Haataja kuvaa, kuinka varhaiskasvatuksen työntekijät kokevat arjen kiireellisyyden ja ryhmäkokojen olevan haaste satuhierontatuokioiden järjestämisessä, mutta toisaalta tuokioiden koetaan rauhoittavan lapsia ja olevan heille mielekkäitä. Haatajan opinnäytetyö toteutettiin toiminnallisena kvalitatiivisena eli laadullisena tutkimuksena, jonka tuotoksena oli opaskirjanen. Opinnäytetyön tutkimuskysymykset olivat, miten satuhierontaa voidaan toteuttaa varhaiskasvatuksessa? sekä Mitä satuhieronnan toteutuksessa tulee huomioida?

4 Opinnäytetyön tarkoitus, toteutus ja prosessin kuvaaminen

Opinnäytetyö toteutettiin kvalitatiivisen tutkimuksen menetelmin. Aineisto kerättiin kolmessa Facebook-ryhmässä julkaisulla kyselyllä varhaiskasvatuksen ammattilaisille, jotka käyttävät tai ovat joskus käyttäneet satuhierontaa menetelmänä lasten kanssa toiminnassa. Kysely sisälsi kymmenen avointa kysymystä, jolloin saatiin paremmin vastaajien näkemyksiä esiin. Vähäisestä vastaajien määrästä huolimatta aineisto oli riittävä vastaamaan tutkimuskysymyksiin Vastaajien henkilötietojen keräämisellä ei ole vastausten kannalta merkitystä, joten kysely toteutettiin mahdollisimman anonyymisti. Kyselyyn vastaajien henkilöiden osallistuminen oli täysin vapaaehtoista, ja heillä oli myös mahdollisuus vastata vain haluamiinsa kysymyksiin, minkä osa vastaajista tekikin.

Aineiston analysoinnin jälkeen tehtiin satuhierontaoppaaseen kuusi satuhierontatarinaa, joita testattiin Uudellamaalla sijaitsevassa kaksivuotisessa esikouluryhmässä, jossa satuhieronta menetelmänä oli jo ennestään tuttua. Ryhmän toiselta opettajalta saatu palaute hierontatuokioista auttoi muovaamaan lopullisen satuhierontaoppaan lopulliseen muotoonsa.

4.1 Laadullinen tutkimus ja kysely

Tämä opinnäytetyö on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus kvantitatiivisen eli määrällisen tutkimuksen tai toiminnallisen tutkimuksen sijaan. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa tutkimusmenetelmiä voi olla monia. Tässä opinnäytetyössä aineistonhankintamenetelmänä oli avoin kysely, joka mahdollisti vastaajien anonymiteetin. Toisin kuin kvantitatiivisessa tutkimuksessa kvalitatiivisessa tutkimuksessa otos on melko pieni, jolloin yleistyksiä saaduista vastauksista ei voida tehdä, mutta vastaukset auttavat ymmärtämään paremmin käsiteltävää aihetta (Puusa & Juuti, 2011, ss. 73–75).

Kvalitatiivisen tutkimuksen avulla pyritään ymmärtämään kohteena olevan asian tai toiminnan laatua, ominaisuuksia sekä merkityksiä kokonaisvaltaisesti. Tutkimusta voidaan toteuttaa monin eri tavoin ja se voi olla muun muassa kvantitatiivisen tutkimuksen kanssa yhdessä rakentamassa ymmärryspohjaa tutkimuskohteesta. Kvalitatiivisessa tutkimusmenetelmässä on hyvä antaa tilaa tutkimukseen osallistuvien henkilöiden ajatuksille ja omalle kerronnalle sekä heidän kokemuksilleen. (Puusa & Juuti, 2011, ss. 73–75; Metsämuuronen, 2008, ss. 9–16)

Opinnäytetyön tutkimuskysymyksiksi valikoitui, miten satuhierontaa käytetään varhaiskasvatuksessa lasten voimauttamiseen ja miten ammattilaiset näkevät satuhierontatuokiot. Nämä kysymykset kuvaavat varhaiskasvatuksen satuhierontamenetelmän käyttömahdollisuuksia ja luovat pohjaa opinnäytetyön lopputuotoksena syntyneeseen satuhierontaoppaaseen. Opas on tarkoitettu varhaiskasvatuksen henkilöstön käyttöön, mutta sitä voidaan hyödyntää myös kotiloissa sellaisenaan tai muokkaamalla sen sisältöä omiin tarpeisiin sopivaksi.

Kysely ja sen analysointi tehtiin kvalitatiivisin keinoin, mutta opinnäytetyö itsessään sisälsi myös toiminnallisen opinnäytetyön ominaisuuksia satuhierontatarinoiden kokeiluiden ja satuhierontaoppaan laadinnan myötä. Varhaiskasvatuksen henkilöstölle suunnattu kysely tehtiin Webropol-kyselytyökalulla, ja se käsitti kymmenen kysymystä satuhierontaan ja sen käyttöön liittyen. Kysely julkaistiin Facebook-ryhmissä, joiden nimet olivat

Varhaiskasvatuksen henkilöstö, Varhaiskasvatuksen opettajat sekä Varhaiskasvatuksen lastenhoitajat. Kyselyyn vastaajiksi toivottiin varhaiskasvatuksen ammattilaisia, jotka käyttävät satuhieronta-menetelmää työssään tällä hetkellä tai ovat sitä joskus käyttäneet. Kysymykset olivat avoimia, ja vastaaja pystyi valitsemaan tarvittaessa, haluaako tiettyyn kysymykseen vastata lainkaan. Kyselyssä ei kysely mitään henkilötietoja, joten vastaajien anonymiteetti oli suojassa.

4.2 Aineiston analysointi ja tulkinta

Koska aineisto kerättiin kvalitatiivisin menetelmin avoimilla kysymyksillä, luontevaa oli analysoida kyselyn vastauksia teemoittelemalla. Aineiston analyysin tuloksena syntyi viisi teemaa:

- varhaiskasvattajien omat ajatukset
- varhaiskasvattajien huomiot satuhieronnasta lapsiin
- satuhierontatilanne
- satuhieronnasta aloittaminen
- satuhieronnasta lopettaminen

Kaikki kahdeksan kyselyyn osallistunutta henkilöä eivät vastanneet kaikkiin kyselyyn kohtiin, mutta analysoidessa materiaalia huomattiin, että kysymyskohtaan vastaamatta jättäneet olivat vastanneet jo aiemmissa kysymyskohdissa kyseiseen aiheeseen, joten siksi kaikkiin kysymyksiin ei ollut kahdeksaa vastannutta vaan joissakin vastauksen antaneina näkyi kuusi tai seitsemän henkilöä.

4.2.1 Varhaiskasvattajien ajatukset satuhieronnasta ja Varhaiskasvattajien huomiot satuhieronnasta lapsiin

Kaikki kyselyyn vastanneet kertoivat omien kokemuksiansa satuhieronta-menetelmästä olevan hyviä, ja kuusi kahdeksasta kirjoitti menetelmän hyödyttävän lapsiryhmän toimintaa. Kaksi vastaajista kertoi menetelmän olevan helppo mukauttaa tilanteisiin ja sopivan kaiken

ikäisille. Vastauksissa ilmeni, että satuhieronta kasvattaa lapsen ja kasvattajan välistä luottamussuhdetta. Kolmessa vastauksessa kirjoitettiin, että satuhieronta lisää positiivista kosketusta, ja yksi vastaaja mainitsi myös aikuisen ja lapsen roolien vaihtamisesta hierontatilanteessa. Puolet vastaajista mainitsi satuhierontojen rauhoittavan kaikkia osapuolia.

Seitsemän kyselyyn vastanneista kirjoittivat vastauksissaan lasten olevan innoissaan satuhierontatilanteista. Seitsemän vastaajaa kertoi tilanteiden olevan odotettuja, vaikka neljä vastaajaa mainitsikin, ettei osa lapsista ensimmäisillä kerroilla halunneet osallistua tilanteisiin. Nyt kuitenkin lapset olivat vastaajien mukaan rohkaistuneet, ja kolme vastaajaa kertoo lasten jopa pyytävän arjessa satuhieronta hetkiä. Kolmessa vastauksessa ilmenee, että lapset ovat alkaneet tehdä satuhierontoja myös toisilleen. Viisi kyselyyn vastaajista kuvaa, miten satuhieronta rentouttaa ja rauhoittaa lapsia. Yksi vastaaja oli kertomansa mukaan havainnut lepo hetkelle siirtymisen olevan satuhieronnan jälkeen helpompaa. Yhdessä vastauksessa mainittiin myös lasten kodeista tulleen positiivista palautetta satuhieronnan käytöstä.

4.2.2 Satuhierontatilanne

Seitsemässä seitsemästä vastauksessa kerrottiin satuhierontojen tapahtuvan pääsääntöisesti ryhmätiloissa ja kolmessa vastauksessa kirjoitettiin ympäristön rauhallisuuden ja hiljaisuuden merkityksestä. Muutamissa vastauksissa kirjoitettiin lasten istuvan paikoillaan joissain makaavan mahallaan ja kolmessa vastauksessa mainittiin alustan pehmeiden tärkeydestä.

Alustoina mainittiin muun muassa matot, tyynyt ja patjat. Satuhieronta-menetelmän käyttö ei ollut jatkuvassa käytössä kuin kolmella kahdeksasta vastaajasta ja kyseiset vastaajat kertoivat tekevänsä satuhierontoja ennen lepo hetkeä tai korvaamaan satuhetkeä. Kolmessa vastauksessa ilmeni menetelmän olevan vaihtelevasti tai satunnaisesti käytössä, ja kahdessa mainittiin satuhierontojen kuuluvan lapsen syntymäpäivän juhlintaan syntymäpäiväsankarille tehtynä.

Itse satuhierontatarinan valintaan vastanneet kertoivat vaikuttavan vuodenajat ja käsillä olevat juhlat, muun muassa juhlina mainittiin äitienpäivä ja isovanhempienpäivä. Viidessä seitsemästä vastauksessa kirjoitettiin vuoden ajan vaikuttavan tarinan valintaan ja neljässä vastauksessa kerrottiin aiheen vaikuttavan valintaan. Kolmessa vastauksessa ilmeni myös satuhierontatarinan pituuden vaikuttavan tarinan valinnassa, ja kolme vastaajista kirjoitti lasten saavan valita tarinan.

4.2.3 Satuhieronnan aloittaminen ja lopettaminen

Kaikki kuusi, jotka vastasivat tätä aiheita käsittelevään kysymykseen, kirjoittivat usein käyttävänsä jo ennestään tuttua satuhierontatarinaa ja tutustuvansa aina ennen tuokion aloitusta tarvittaviin materiaaleihin. Puolet vastanneista mainitsi järjestävänsä tuokiolle sopivan paikan ja tunnelman. Kahdeksasta vastauksesta puolessa kerrottiin hyvän asennon ottamisesta tyynyille, matoille tai patjoille ja tuokion aloituksesta joko satuhieronnan ohjeistuksen kertauksella tai aloitussanoilla. Hierojan käsien asettaminen hierottavan selälle tai olkapäille mainittiin kolmessa kahdeksasta vastauksesta.

Satuhieronnan lopetukseen oli vastausten perusteella vaihtelevia tapoja, ja kolme seitsemästä vastauksesta mainitsi venyttelyn tuokion lopetuksena. Kolmessa vastauksesta kirjoitettiin rauhoittavasta kosketuksesta joko selkään tai halauksesta tai korvaan kuskattavista positiivisista sanoista hierottavalle. Myös lopussa keskustelu tuntemuksista ja senhetkisestä olosta ilmeni kolmen vastaajan kirjoituksista.

4.3 Opinnäytetyön eettiset kysymykset

Opinnäytetyössä ja sen tuottamisessa pyrittiin kunnioittamaan ihmisoikeuksien ja itsemääräämisoikeuksien lisäksi eettisiä tutkimukseen liittyviä muita kysymyksiä kuten muun muassa, miten tietoja käsitellään ja miten tiedot hävitetään tutkimuksen toteutuksen jälkeen. Näissä asioissa opinnäytetyön tekijä noudattaa Hämeen ammattikorkeakoulun ohjeistuksia (HAMK-Hämeen ammattikorkeakoulu, 2023). Kyselyä toteuttaessa ei vastaajien henkilötietoja tai muita henkilöjä tunnistavia tietoja kerätty vaan pyrittiin mahdollisimman anonyymeihin kysymyksiin. Kyselyssä kerättiin vain tarvittavat ja oleelliset tiedot koskien

satuhieronta-menetelmää, mikä tarkoittaa kysymyksiä menetelmän käytöstä ja vaikuttavuudesta lasten ja varhaiskasvatuksen arkeen.

Satuhierontatarinoiden aiheet ja niiden käsittelytavat olivat huolenaiheena suunniteltaessa satuhierontaopasta opinnäytetyön prosessissa. Se, miten ottaa tarinoiden aiheita ja kirjoittaa niistä voimauttavia ja lasten kehitystä tukevia, oli tärkeää pohtia perinpohjaisesti, jotta niiden suhteen ei tulisi ristiriitoja lasten ja heidän perheidensä arvomaailman kanssa. Satujen lapsilähtöisyys oli hyvä miettiä kunnolla jo ennen satujen kirjoittamisen aloitusta ja pohdintaa herätti myös saduissa olevien hahmojen henkilöisyydet. Onko parempi, että saduissa esiintyisivät eläimet eivätkä ihmiset, jolloin välttyttäisiin ehkä tietynlaisilta stereotypioinneilta vai onko parempi luoda monenlaisia ihmishahmoja, jolloin samaistuminen hahmoon voimistuu?

Hahmojen henkilöisyyksien valinta pohjautui opinnäytetyön tekijän muistikuvaan erään kirjailijan haastattelun lukemiseen. Kirjailija kertoi, kirjoittavansa hänelle tutuista aiheista, jolloin kirjat kirjoittavat kuin itse itsensä. Niin kävi myös tämän opinnäytetyön satuhierontaoppaan tarinoiden kanssa. Kun tarinoiden henkilöt ja aiheet olivat tuttuja ja tekijälleen rakkaita sekä tavoitteet tarinoiden tautalla selkeitä, tarinat tulivat kuin itsestään paperille.

4.4 Opinnäytetyön riskien hallinta

Riskinä opinnäytetyön toteutuksena kvalitatiivisena kyselynä oli, ettei vapaaehtoisia varhaiskasvatuksen ammattilaisia löydetä tarpeeksi tai saatu materiaali jää niukaksi. Tällöin olisi pitänyt miettiä uutta lähestymistapaa asiaan ja tarvittaessa suunnitelmaa olisi voitukin muokata siten, että kyselyyn osallistujiksi olisi pyydetty myös alan kirjailijoita, joita löytyy muutama, mutta jotka vaikuttavat hyvin sitoutuneilta satuhieronta-menetelmään ja joilla voisi olla ajatuksia myös varhaiskasvatuksen saralta. Lopulta Webropol-kyselyyn vastasi kahdeksan varhaiskasvatuksessa työskentelevää henkilöä, jotka käyttävät tai ovat käyttäneet satuhieronta-menetelmää lapsiryhmässä. Vastajien kirjoittamat vastaukset olivat laajoja, joten niukasta vastausmäärästä huolimatta vastauksien pohjalta pystyttiin tekemään analyysiä, jota käytettiin lopullisen Satuhieronta-oppaan teossa.

Ajankäyttö oli myös riskinä, sillä helposti käyttää aikaa väärin asioihin, jolloin toisiin opinnäytetyön vaiheisiin ei jää aikaa tarpeeksi. Tässä auttoi kunnollinen aikataulutusta ja aikataulutuksen jatkuva tarkastelu ja tarpeen mukainen joustaminen sekä uudelleen suunnittelu. Välillä myös opinnäytetyön tekemiseen vaikuttivat tekijän oman elämäntilanteen vaihtelut, jolloin pyrkimys opinto-ohjauksellisiin tapaamisiin osallistuminen antoi osaltaan mahdollisuuden keskittää ajatuksia työn edistämiseen.

Satuhierontaoppaan kirjoittamisessa oli myös omat riskinsä, joihin lukeutui riski siitä, että materiaalia ei ole tarpeeksi ja että opas jää tästä syystä vaillinaiseksi. Tämän takia oli tärkeää lukea mahdollisimman paljon satuhieronnoista ja niiden toteutuksesta, mutta myös saada omakohtaista kokemusta hierontojen teosta. Koska oppaan satuhierontatarinat olivat opasta varten luotuja, niitä kokeiltiin erään päiväkodin kaksivuotisen esiopetuksen ryhmässä heidän varhaiskasvattajiensa toimesta ja heiltä kerättiin palautetta ja kehittämisideoita ennen oppaan lopullisen version tekoa, jolloin pystyttiin tekemään vielä muutoksia tarinoin tai niiden ohjeistuksiin.

5 Pohdintaa ja johtopäätöksiä

Koska vastaajia kyselyyn oli vain kahdeksan, vastausten perusteella ei voida tehdä yleistyksiä tai saada kattavaa tietoa satuhieronta-menetelmän käytöstä ja sen vaikutuksista lapsien kehitykseen. Vastaukset kuitenkin antavat osviittaa siitä, miten kyseinen menetelmä voi vaikuttaa lapsien oloon positiivisesti monin erilaisin tavoin ja lisätä yleistä hyvinvointia sekä rauhoittaa hektistä varhaiskasvatuksen arkea. Vastauksista voi myös päätellä, että satuhieronnan avulla voidaan vahvistaa aikuisen suhdetta lapseen tai lasten välisiä suhteita ja tuoda mielihyvää lapsille positiivisen kosketuksen ja tarinoiden kerronnan keinoin.

Kahdeksan vastaajan ollessa kyseessä materiaali oli kuitenkin suhteellisen kattava ja antoi hyvän pohjan Satuhierontaoppaan ohjeistuksiin ja satujen kirjoitukseen, joihin sai vielä tukimateriaalia alan kirjallisuudesta ja aiemmista satuhierontaa käsittelevistä opinnäytetöistä. Vaikka tässä opinnäytetyössä ei kohdennettu kysymyksiä niinkään

satuhierontatarinoiden sisältöön, voi materiaalista havaita myös tarinan merkityksen hieronnan vaikutuksissa lapsiin sekä aikuisiin, sillä osa tarinoista kosketti myös lukijoitaan kyyneliin asti.

Opinnäytetyön tutkimuskysymykset miten satuhierontaa käytetään varhaiskasvatuksessa lasten voimauttamiseen ja miten ammattilaiset näkevät satuhierontatuokiot, saivat osaksi vastaukset, mutta jälkikäteen ajateltuna kysymyksiä olisi voinut muotoilla vielä hieman erilaiseen muotoon, jolloin vastaukset olisivat olleet ehkä helpommin jäsenneltäviä ja siten tutkimuskysymyksiin oltaisiin saatu kattavammasta vastaukset ja toisaalta kyselyn muodon muokkaaminen olisi voinut lisätä vastausten määrää entisestään.

Opinnäytesuunnitelmaa tarkasteltiin prosessin edetessä ja muokattiin tarpeen mukaan. Tavoitteena oli opinnäytetyön jatkuva tarkastelu ja kriittinen reflektointi, jotta opinnäytetyö edistyisi aikataulussaan ja fokuksittaisi asetettujen tutkimuskysymysten ympärille. Ohjaavan opettajan kanssa reflektointia tapahtui ohjauspalavereissa ja tarvittaessa matalalla kynnyksellä, jotta työskentely sujuisi jouhevasti eikä opinnäytetyön kirjoittamiseen niin sanotusti sokaistu vaan saa palautetta siitä, mikä on hyvää ja mitä pitää muokata.

Opinnäytetyö oli suhteellisen laaja ja useammassa tilanteessa työn edetessä täytyi reflektoida toimintaa ja miettiä, mikä työssä on oleellista ja minkä voi jättää pois ilman, että sillä on merkitystä työn lopulliseen tulokseen. Aiheen mielekkyyden takia prosessi tuntui mukavalta, mutta myös vaateet lopputuloksesta ehkä kasvoivat ja saivat kuormittumaan. Kokonaisuudessaan opinnäytetyö aiheen pohdinnasta alkaen kesti vuoden, sillä kaiken muokkaaminen haluttuun muotoonsa vei aikaa eikä prosessia haluttu kiirehtiä.

Tarkoituksena kyselyn julkaisemisella internet-yhteisöissä, oli helpottaa vastaajien löytymistä, mutta jälkikäteen ajateltuna materiaalia olisi voinut kerätä myös esimerkiksi ottamalla yhteyttä suoraan varhaiskasvatusyksiköihin. Kyselyssä olevien kysymysten määrää olisi ehkä voinut myös karsia, jotta useampi vastaaja olisi innostunut vastaamaan kyselyyn, mutta toisaalta nämä kymmenen kysymystä olivat kaikki vapaaehtoisia ja kaikkiin ei tarvinnut vastata, mikäli ei niin halunnut. Itse tutkimuksen teko oli vierasta, mutta hyvin palkitsevaa ja mielenkiintoista sekä omaan uteliaaseen mieleen soveltuvaa. Prosessi haastoi pohtimaan

aihetta monelta kantilta ja kyselyn kysymysten asettelu tuntui hieman vaikealta ja oleellisen löytäminen kysymyksissä mietitytti paljon. Jatkossa olisi hyvin mielenkiintoista tutkia eri tyylisten satuhierontatarinoiden vaikutusta lapsien hieronnan jälkeisiin tunteisiin ja ottaa selvää, saadaanko erilaisilla satuhieronnoilla erilaisia tuloksia lasten käytöksessä ja jos saadaan, miten tätä tietoa voitaisiin hyödyntää varhaiskasvatuksessa lasten hyvinvoinnin lisäämisessä. Kiinnostavaa olisi myös selvittää, millaiset hahmot tarinoissa olisivat optimaalisia ja pystyvätkö lapset samaistua satujen hahmoihin ja näiden edesottamuksiin tai että millaisin erilaisin tavoin satuhierontatarinoita pystyttäisiin hyödyntämään tehokkaammin lapsien itsetunnon kehittymisessä.

Lähteet

Aitlahti, K. & Reinikainen, S. (2020). *Piirrän sinuun tarinan*. Lasten keskus.

Haataja, J. (2019). *Satuhierontaa varhaiskasvatuksessa* [opinnäytetyö, Lapin ammattikorkeakoulu].

<https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/267287/Opinn%C3%A4ytety%C3%B6%20HaatajaJulia%20.pdf?sequence=2&isAllowed=y> HAMK-Hämeen ammattikorkeakoulu.

(2023). Opinnäytetyö.

<https://www.hamk.fi/opiskelijan-ohjeet/opinnaytetyo/>

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. (2009). *Tutki ja kirjoita*. Tammi.

Kalliala, M. (2008). *Kato mua! Kohtaako aikuinen lapsen päiväkodissa?* Gaudeamus.

Koivula, M., Siippainen, A. & Eerola-Pennanen, P. (2017). *Valloittava varhaiskasvatus – Oppimista, osallisuutta ja hyvinvointia*. Kustannusosakeyhtiö Vastapaino Oy.

Kokkonen, M. (2010). *Ihastuttavat, vihastuttavat tunteet – Opi tunteiden säätelyn taito*. PSkustannus.

Lastensuojelulaki 417/2007. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417> Lehtinen, N. & Skyttä-Forsell, J. (2021). *Hattaratuuli*. Otava.

Lehtinen, N. & Skyttä-Forsell, J. (2022). *Taika-aurinko*. Otava.

Metsämuuronen, J. (2008). *Laadullisen tutkimuksen perusteet*. International Methelp.

Nurmi, J.-E., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. (2010). *Ihmisen psykologinen kehitys*. WSOYpro Oy.

Opetushallitus. (2023). *Varhaiskasvatuksen perusteet pähkinänkuoressa*.

<https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/varhaiskasvatussuunnitelmanperusteet-pahkinankuoressa>

Pihlman, M., Heiskanen, J., Luomala, T. & Kaaretsalo, A. (2017). *Hieronnan käsikirja*. Sanoma Pro Oy.

Pusa, S. & Tuovinen, S. (2021). *Nuutti pikkukuutti - Maailman suloisin Satuhieronta-tarina*. Tarina ja kosketus Oy.

Puusa, A. & Juuti, P. (2011). *Menetelmäviidakonraivaajat – Perusteita laadullisen tutkimuslähestymistavan valintaa*. Johtamistaidon opinto.

Talka, M. & Sulkamoniemi, S. (2017). *Satuhieronta menetelmäksi päiväkotiin*. [opinnäytetyö, Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu].

www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/130721/TalkaMariaanaSulkamoniemiSanni.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Tuovinen, S. & Uusi-Kakkuri, N. (2020). *Pikkupupun ensimmäinen talvi – Tunnelmallinen Satuhieronta-tarina*. Tarina ja kosketus Oy.

Varhaiskasvatustalvi 540/2018. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2018/20180540>

Liite 1. Opinnäytetyön aineistonhallintasuunnitelma

OPINNÄYTETYÖN AINEISTONHALLINTASUUNNITELMA

1 Tutkimusaineiston tallennus ja säilytys

Opinnäytetyön kysely toteutetaan sosiaalisen median (internetin Facebook-ryhmät) kautta eikä siinä kysytä mitään henkilökohtaisia tietoja kuten ikää, paikkakuntaa tai nimeä, joten vastaajien anonymiteetti pysyy koko tutkimuksen ajan. Kyseisellä opinnäytetyöllä ei ole toimeksiantajaa.

Tutkimusmateriaali säilytetään opinnäytetyöntekijän henkilökohtaisella muistitikulla.

2 Henkilötietojen ja arkaluonteisten tietojen käsittely

Linkitä tähän tietosuojailmoitus, johon perustat tietojen käsittelyn. Samaa tietosuojailmoitusta käytät, kun informoit tutkittavia heidän henkilötietojensa käsittelystä esimerkiksi kyselylomakkeeseen yhteydessä.

<https://www.hamk.fi/tietosuoja/tietosuojailmoitus-tutkimusluvat/>

3 Opinnäytetyöaineiston omistajuus

Tämän opinnäytetyön aineiston ja tulokset omistaa opinnäytetyön tekijä, Maria Ruskelin, eikä muilla tahoilla ole oikeuksia omistaa tai käyttää aineistoa ilman Marian lupaa. Maria Käyttää aineistoa osana opinnäytetyönä valmistuvaa satuhierontaopasta.

4 Opinnäytetyöaineiston jatkokäyttö työn valmistumisen jälkeen

Tutkimusaineistoa ei jatko käytetä valmistumisen jälkeen. Opinnäytetyön tekijä säilyttää aineiston tietoturvallisesti vuoden ajan opinnäytetyön hyväksymispäivästä, jotta opinnäytetyön tulokset voidaan tarvittaessa varmistaa ja hävittää tämän jälkeen aineiston tietoturvallisesti.

Liite 2 / 1

Liite 2. Webropol-kysely

Hyvä kyselyyn vastaaja! Tämä kysely on osa Hämeen ammattikorkeakoulussa sosionomiksi opiskelevan Maria Ruskelinin opinnäytetyötä aiheesta satuhieronta varhaiskasvatuksessa. Kyselyyn vastaaminen on anonyymia ja vapaaehtoista ja milloin tahansa halutessasi voit lopettaa vastaamisen kesken. Kysymyksiä on kymmenen ja ne kaikki ovat avoimia kysymyksiä.

Vastauksia toivotaan varhaiskasvatuksessa Satuhieronta-menetelmää käyttäviltä ammattilaisilta. Vastatessasi tähän kyselyyn annat opinnäytetyön tekijälle oikeudet käyttää vastauksia opinnäytetyön teossa, minkä jälkeen vastaukset hävitetään HAMKin ohjeistusten mukaisesti. Kysymysten herätessä opinnäytetyön tekijän tavoittaa sähköpostitse maria.ruskelin@student.hamk.fi.

Kiitos paljon, että olet kiinnostunut kyselystä! Ystävällisin terveisin Maria Ruskelin

KYSYMYKSET

1. Miten usein satuhierontaa toteutetaan ryhmässänne?
2. Millaisia kokemuksia sinulla on satuhieronnasta?
3. Kuinka lapset suhtautuvat satuhierontatilanteisiin?
4. Millä tavoin satuhierontaan osallistuminen näkyy lapsissa?
5. Miten aloitatte tuokiot?
6. Miten lopetatte tuokiot?
7. Millaisessa ympäristössä satuhierontaa teette?

8. Miten valmistaudut satuhierontatuokioihin?
9. Miten valitset satuhierontasadun, jota käytät?
10. Miten itse koet satuhieronnän käytön varhaiskasvatuksessa?