

SANTERI JA MIELIMÖRRI

Satu masennuksen puheeksi ottamiseen lasten kanssa



Jani Havumäki

Opinnäytetyö, kevät 2011

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Diak Itä, Pieksämäki

Sosiaalialan koulutusohjelma

Diakonisen sosiaalityön

suuntautumisvaihtoehto ja

lastentarhanopettajan kelpoisuus

Sosionomi (AMK) + diakonin

virkakelpoisuus

TIIVISTELMÄ

Havumäki, Jani. Santeri ja mielimörri – Satu lasten masennuksen ennaltaehkäisyyn.
Diak Itä, Pieksämäki, kevät 2011, 49 s. 2 liitettä.

Diakonia-ammattikorkeakoulu, Diak Itä Pieksämäki. Sosiaalian koulutusohjelma, Diakonisen sosiaalityön suuntautumisvaihtoehto ja lastentarhanopettajan kelpoisuus, sosionomi (AMK) + diakonin virkakelpoisuus.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tehdä satukirja sellaisille alle kouluikäisille lapsille, joiden toinen tai molemmat vanhemmat ovat sairastuneet masennukseen. Satukirjan tavoitteena on ottaa masennus ja sen oireet puheeksi lasten kanssa.

Opinnäytetyön teoria koostuu masennuksen oireista, sen vaikutuksesta perhe-elämään, satujen tekemisestä, sadun vaikutuksesta lapseen ja lasten kanssa puhumisesta. Näiden teorioiden pohjalta on tehty satukirja ja sen vanhempainosio, jotka helpottavat masennuksesta ja masennuksen oireista puhumisesta lapsen kanssa.

Satukirjaa arvioi seitsemän lasta ja heidän vanhempansa. Näiden arvioiden kautta satukirjan vanhempainosiota muokattiin nykyiseen muotoonsa.

Opinnäytetyössä tultiin siihen tulokseen, että tällainen työväline masennuksen puheeksi ottamisessa on hyödyllinen. Satukirjan osalta tultiin siihen tulokseen, että satu on mielenkiintoinen ja hyvä. Sen henkilöistä ja tapahtumista pystyy puhumaan lapsen kanssa ja niiden avulla pystyy tarkastelemaan oikeita tapahtumia ja henkilöitä. Tulevaisuudessa satukirjaa voi laajentaa lisäämällä siihen uusia satuja erilaisista aiheista. Sen pohjalta voi tehdä tutkimuksen, kuinka useasti satukirjoja käytetään puheeksi ottamisen välineenä.

Asiasanat: Masennus, lapset, sadut, puhuminen.

ABSTRACT

Havumäki, Jani. Santeri and mielimörri – A fairy tale for preventing children's depression. Pieksämäki, spring 2011, 49 pages + 2 appendix

Diaconia University of Applied Sciences, Diak East, Pieksämäki. Degree programme in social services, option in Christian social work, degree: Bachelor of social services + deacon.

The purpose of this study was to make a storybook for children who are from 4 to 8 years old. The storybook was made to help professionals and parents talk about depression with the children in the families where one or both parents are having depression.

The theory consisted of symptoms of depression, how it is affecting family relations, how to make story, how story affects the children and how to speak with the children. These theories have been combined to make a storybook and a parental section to it. The parental section is helping to talk about the depression.

The storybook was assessed by seven children and their parents. From these assessments the parental section was changed to its new form.

The storybook's fairy tale was written combining the theories of prevention of depression, pastoral care, how to make a story and supporting child's development. The storybook was assessed by mirroring it for those theories.

The thesis concluded that such a tool to talk with the children about depression is useful. With its characters and storyline professionals and parents can talk about depression with the children. With the storybook the children can talk about real people and real happenings. In the future this storybook can be expanded by adding new stories on various subjects. In the future it can be also examined how much stories are used to talk with the children about various subjects.

Keywords: Depression, children, fairy tales, speaking.

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	6
2 PRODUKTION TAVOITTEET	7
2.1 Idea ja lähtökohdat.....	7
2.2 Tavoitteet.....	8
2.3 Aiheen rajaus.....	9
2.4 Toimintaympäristöt ja asiakasryhmät	9
3 MASENNUKSEN VAIKUTUS PERHEESSÄ	11
3.1 Masennus ja sen oireet.....	11
3.2 Masennuksen yleisyys	12
3.3 Vaikutus perhe-elämään	12
4 SADUN RAKENTAMINEN	15
4.1 Satu ja kuinka se toimii.....	15
4.2 Satu lapsen kehityksen tukena	17
5 LAPSEN KANSSA PUHUMINEN	19
6 OPINNÄYTETYÖPROSESSIN KUVAUS	20
6.1 Sadun henkilöt	20
6.2 Kriisi, muutos ja ongelmanratkaisu	21
6.3 Vanhempainosion kysymykset.....	22
6.4 Aikataulu ja tekeminen	23
7 POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET	24
7.1 Eettisyys.....	24
7.2 Tavoitteiden toteutuminen	25
7.3 Työelämälähtöisyys.....	25
7.4 Satukirjan käyttö diakonin työssä.....	26
7.5 Tutkimusaiheita ja hankeideoita tulevaisuuteen	26
7.6 Johtopäätökset.....	27
8 SATUKIRJAN ARVIONTI.....	29
8.1 Tarinan henkilöt	29
8.2 Tarina	30
8.3 Kysymykset vanhemmille.....	32
LÄHTEET.....	33

LIITE1: Santeri ja mielimörrä	36
LIITE2: Kysymykset lapsille ja vanhemmille	49

1 JOHDANTO

Aion tässä työssä paneutua masennukseen, sen oireisiin ja puheeksi ottamiseen lasten kanssa satukirjan avulla. Tarkoituksena on tehdä satukirja, joka auttaisi lapsen vanhempia ja työntekijöitä ottamaan masennuksen puheeksi lasten kanssa. Teoria osuudessa käydään läpi masennuksesta sen oireet ja vaikutus perhe-elämään. Saduista käydään läpi sadun tekeminen, miten lapset kokevat sadun ja miten satu auttaa puheeksi ottamisessa. Puheeksi ottamisesta käyn läpi, kuinka lapsen kanssa keskustellaan.

Tämän työn taustalla on ajatus saada työelämään apuväline, jolla voidaan ottaa masennus tai sen oireet puheeksi lapsen kanssa, ja tätä kautta selvittää esiintyykö lapsen elämässä vaikuttavilla aikuisilla kyseisiä oireita.

Masennus on vakava ja perhettä raastava sairaus, joka yleistyy koko ajan yleisemmäksi. Tämän vuoksi toivon tästä opinnäytetyöstä olevan hyötyä diakonista ja kunnallista perhetyötä tekeville ihmisille, sekä lasten vanhemmille, että lasten huoli ja hätä huomattaisiin ajoissa ja heidät, sekä heidän sairastuneet vanhempansa voisivat saada entistä nopeammin apua sairauteen.

Sadun maailma on ihmeellinen, astu kanssani siihen ja katsotaan mihin päädytään.

2 PRODUKTION TAVOITTEET

2.1 Idea ja lähtökohdat

Opinnäytetyön idea on lähtenyt liikkeelle jo keväällä 2007 kun aloitin tämän tutkintoni suorittamisen. Meille kerrottiin eritavoista millä opinnäytetyön voi suorittaa. Omalla kohdallani tieteellinen tutkimus ei tuntunut innostavan, mutta produktion tekeminen kyllä.

Koko ajan oli tiedossa, että aion tehdä lapsille suunnattua materiaalia, missä hyödynnetään kertomuksia jossain muodossa. Aluksi ajattelin, että produktion muoto olisi kuntouttava piirroselokuva. Sekin ajatus oli mielenkiintoinen, sillä pääsin ajatuksissani jo niin pitkälle, että piirroselokuvan tekijät olisivat olleet yläkouluikäisiä ja kohderyhmä elokuvalla alakoululaisia. Idea oli vain turhan pitkäkestoinen toteutettavaksi, joten sitä piti muuttaa ja paljon.

Sitten keksin idean mistä tein suunnitelmankin. Se oli satukirja, mikä antaa tietoa ja sen avulla on mahdollista käydä kuntouttavaa keskustelua. Tuolloin ideaan kuului, että tarinoita olisi enemmän kuin yksi ja käsiteltäviä ongelmia olisi yhtä monta kuin satuja. Satujen määrän pienentyessä yhteen satuun, pysyi idea silti samana.

Erinäisten vaiheiden kautta päädyin aiheessa masennukseen, josta minulla ei ollut tietoa ennen opinnäytetyöprosessin aloittamista. Aluksi masennus ei kuulunut sadunteemoihin. Kuitenkin lähdemateriaalia tutkiessani huomasin masennuksen olevan erittäin yleinen sairaus ja tein päätöksen tehdä opinnäytetyön siitä. Uskon satukirjastani olevan hyötyä sillä kentällä.

Kun selailin Diakonia-ammattikorkeakoulun, Pieksämäen kaupungin ja Kotkan kaupungin kirjastojen tietokantoja, huomasin, että tällaisia lasten masennusta ennaltaehkäiseviä satukirjoja ei löydy. Minä ainakaan en löytänyt, vaikka yritin etsiä useilla eri hakusanoilla. Tajusin, että tässä on mahdollisuus yrittää ja saada vaje täytettyä.

Huomasin myöhemmin, kun olin hankkinut lähdemateriaalia, kaksi muutakin asiaa. Toinen huomioni oli, että muiden ongelmien kuntouttavissa satukirjoissa oli hyvin harvassa ohjeet vanhemmille tai henkilökunnalle siitä miten satukirjaa voi käyttää apuna.

Idea työstettiin vielä eteenpäin ja satukirjasta alettiin tehdä masennuksen puheeksi ottamisen välinettä ja unohdettiin ennaltaehkäisy kokonaan. Tämä muutti työn luonnetta ja tavoitteita radikaalisti, mutta realistisemmiksi.

Näistä lähtökohdista aloin työstämään tavoitteitani tämän satukirjan suhteen.

2.2 Tavoitteet

Minulla on neljä tavoitetta satukirjalleni:

- Tehdä sellainen satukirja, jota lasten kanssa työskentelevät ammattilaiset ja vanhemmat voivat käyttää kun haluavat ottaa lapsen kanssa vanhemman masennuksen puheeksi
- Selvittää pystyykö sadun avulla auttaa lasta käsittelemään aikuisen masennuksesta johtuvia muutoksia ja niistä aiheutuvia tunteita
- Selvittää miten satu voi auttaa lasta käsittelemään aikuisen masennuksesta johtuvia muutoksia ja niistä aiheutuvia tunteita
- Tehdä kirjasta niin hyvä ja mielenkiintoinen, että lapset haluavat lukea sen.

Kolme ensimmäistä tavoitetta ovat sellaisia, että niihin tarvitsen paljon teoretietoa masennuksesta, siitä kuinka satukirja voi olla apuna puheeksi ottamisessa ja lapsen kehityksen turvaamisesta. Ensimmäiseen tavoitteeseen liittyen satukirjaan on tavoitteena tehdä työskentely osio, missä annetaan keskustelu vinkkejä vanhemmille ja ammattilaisille, siitä kuinka satukirjan kanssa voidaan lapsen kanssa keskustella.

Neljäs tavoitteeni onkin paljon vaikeampi kuin teoretiedon hankkiminen ja niiden yhdistäminen. Vaikka sadusta tulisi kuinka mielenkiintoinen omasta mielestäni, niin on aina riski, että muutin sitä kuinka paljon tahansa niin lapset eivät koe sitä viihdyttävänä ja näin ollen eivät halua kuulla sitä. Tarkoituksena on kuitenkin yrittää parhaani ja luottaa siihen, että pääsen tarpeeksi lähelle lapsen mieltä, jotta satu koskettaa hänen elämäänsä. Tämän vuoksi satua tulee myös testata ja työstää yhdessä lasten kanssa.

Tavoitteista nousee seuraavanlaisia kysymyksiä:

- Mitä on masennus ja kuinka yleistä se on
- Miten masennus vaikuttaa perhe-elämään
- Mitä ja miten lapselle puhutaan masennuksesta
- Miten sadut vaikuttavat lapsissa
- Miten satu tehdään
- Miten satukirjaa voi käyttää apuna masennuksen puheeksi ottamisessa
- Miten diakoniatyössä voidaan käyttää tätä satukirjaa apuna?

2.3 Aiheen raja

Opinnäytetyön aiheen raja

Opinnäytetyön aiheen raja

2.4 Toimintaympäristöt ja asiakasryhmät

Satukirjan olen tarkoittanut luettavaksi 4-8 -vuotiaille lapsille. Olen valinnut tämän ikähaarukan, koska Oikarisen (2002, 2-3) mukaan lapsen mielikuvitus alkaa kehittyä leikki-iässä. Ylönen (2000, 7) taas on samasta asiasta päässyt siihen tulokseen, että kaikkein tehokkainta saduista oppimisikä on juuri neljästä kahdeksaan vuotta. Ylönen (2000, 7) mukaan satuja voidaan lukea huoletta myös tätä nuoremmille ja vanhemmille. Yhdeksänvuotiaana lapsi alkaa olla sen verran vanha, että osaa lukea jo itse, joten heille ei tarvitse aikuisen enää lukea satuja.

Sadun voi lukea lapselle lapsen vanhempi tai työntekijä. Sen keskustelukysymyksiä voidaan pohtia lapsen kanssa kotona tai yhdessä työntekijän kanssa. Mahdollisia työn-

tekijöitä, jotka voivat lukea satua lapselle on esimerkiksi perhetyötä tekevä diakoni, lapsityönohjaaja tai vanhemman masennusta auttava kunnallinen työntekijä.

3 MASENNUKSEN VAIKUTUS PERHEESSÄ

Masennus on työni peruslähtökohta ja selkeä ydin siihen, mistä halutaan puhua. Käyn läpi masennuksen oireita ja yleisyyttä, että saisimme kuvan siitä kuinka vakavasta sairaudesta on kysymys, ja minkä takia sitä tarvitsee hoitaa. Kirjoitan myös masennuksen vaikutuksesta perhe-elämään, jotta tulisi selkeä kuva siitä miten se saattaa vaikuttaa lapseen. Toinen syy masennuksen oireisiin ja vaikutuksiin on se, että näiden pohjalta saan rakennettua uskottavampia henkilöhahmoja satuuni. Tapahtumat sadussa saavat oikeita vivahteita kun ne pohjaavat näihin teorioihin.

3.1 Masennus ja sen oireet

Masennuksen oireita voi kokea masennukseen sairastumatonkin, mutta sairautena masennuksesta puhua kun oireet muuttuvat pitkäkestoisiksi ja voimakkaiksi, ja tällaisena se haittaa selvästi ihmisen normaalia elämää. (Luhtasaari 2002, 10; Räsänen 2000, 191–204.)

Suomessa käytetään virallisesti ICD-10-luokitusta masennuksen määrittelyssä, joka jaottelee masennustilat neljään eri asteeseen. ICD on lyhenne international classification of disease, eli vapaasti suomennettuna sairauksien kansainvälinen luokittelu. Masennustilojen asteita ovat lievät, keskivaikeat, vaikeat ja psykoottiset masennustilat. (Luhtasaari 2010.)

Masennustilojen tyypillisiä oireita ovat mielialan lasku, toimeliaisuuden puute, nauttimisen ja mielenkiinnon tuntemisen kyvyn heikkeneminen, Vähäinen tai huono nukkuminen, vähentynyt ruokahalu, itsetunnon ja itseluottamuksen laskeminen, syyllisyyden ja arvottomuuden tunne sekä mielialojen muuttumattomuus. Oireisiin saattaa kuulua myös elimistöllisiä oireita kuten: mielenkiinnon ja mielihyvän katoamista, heräämistä liian aikaisin, masennuksen aamuista pahentumista, psykomotorista hidastumista, kiihtymystä, ruokahalun puutetta, painon laskua ja seksuaalisen halukkuuden vähenemistä. (Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus 1995, 205–206.)

Lievästä masennustilasta puhutaan kun edellä mainittuja oireita löytyy sairastuneelta kaksi tai kolme ja hän pystyy suorittamaan useimpia päivittäisiä toimintoja niistä huolimatta. (Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus 1995, 205–206.)

Keskivaikeassa masennustilassa sairastuneella on oireita neljä tai useampia ja hänen on erittäin vaikea suoriutua päivittäisistä toiminnoistaan. (Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus 1995, 205–206.)

Vaikeassa masennustilassa on useita edellä mainittuja oireita ja ne ovat voimakkaita. Vaikeassa masennuksessa itsetuhoiset ajatukset ja itsetuhoisen käyttäytyminen ovat yleisiä ja elimistöä koskevia oireita on paljon. (Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus 1995, 205–206.)

Psykoottisessa masennustilassa on samat oireet kuin vaikeassakin, mutta sen lisäksi on aistiharhoja, harhaluuloja, psykomotorista hidastumista ja sulkutiloja. Oireet ovat niin vaikeita, että päivittäiset toiminnot ovat mahdottomia. Sairastunut on yleensä hengenvaarassa itsemurha-ajatusten, juomattomuuden tai syömättömyyden vuoksi. (Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus 1995, 205–206.)

3.2 Masennuksen yleisyys

Mielenterveysongelmat olivat 2003 vuonna yleisin syy työikäisten työkyvyttömyyseläkkeelle jäämiseen. Mielenterveysongelmista varsinkin masennus on kasvanut suomalaisen väestön keskuudessa. Terveys 2000-tutkimuksen mukaan lähes 5 prosenttia väestöstä kärsii vakavan masennuksen oireista, masentuneesta mielialasta kärsii noin 15 % aikuisväestöstä ja lähes joka toinen suomalainen kärsii masennuksesta jossain vaiheessa elämäänsä. (Luhtasaari 2002, 7).

3.3 Vaikutus perhe-elämään

Vanhemman sairaus koskettaa koko perhettä, ei pelkästään sairastuneeseen henkilöön. Oireet heijastuvat hänen jokapäiväiseen käyttäytymiseensä ja puheisiinsa. Hänen tunne-

reaktionsa ja ajattelutapansa muuttuvat käytöksen mukana. Muut perheenjäsenet huomaavat muutokset yleensä sairastuneen koko olemuksesta ja toimeliaisuuden määrästä. (Solantaus & Ringbom 2004, 4.)

Sairastuneen vanhemman ihmissuhteet perheessä ovat koetuksella, koska sairastuminen vähentää henkilön voimavaroja panostaa niihin. Mielialojen vaihtelu, ärtyneisyys ja tunteettomuus voivat muista näyttää siltä, että sairastunut vanhempi ei enää välitä muista perheenjäsenistä. (Alasuutari & Solantaus 2004, 21; Solantaus & Ringbom 2004, 4.) Tämä aiheuttaa varsinkin lapsille turvattomuutta, sillä lapsi ei ymmärrä, että vanhemman käytös on sairaudesta johtuvaa. Kun perheessä ei kerrota lapselle tästä sairaudesta avoimesti, hänestä tulee hämmentynyt ja pelokas. Tämä lisää turvattomuuden tunnetta entisestään. (Ervast 2001, 70; Jähi 2004, 120; Koskisuu & Kulola 2005, 112.)

Perhe saattaa alkaa kokemaan häpeää vanhemman sairaudesta. Tämä haittaa perheen sosiaalisia suhteita, koska perhe alkaa eristäytyä muista ihmisistä, että heidän ei tarvitsisi olla häpeän kohteena. Eristäytyminen haittaa lasten tunne-elämää ja estää sosiaalisten ja puhetaitojen kehittymistä. (Solantaus & Ringbom 2005, 24)

Turvattomuudesta huolimatta lapset ovat vanhemmilleen lojaaleja ja haluavat auttaa näitä. Apu on vanhemmille tervetullutta, mutta voi johtaa siihen, että lapsen vastuu perheessä kasvaa liiallisen kuormittavaksi. Vanhempien ja lasten roolit menevät tällöin sekaisin ja lapsesta tulee vanhempansa hoitaja ja vanhemmasta lapsensa hoidettava. Lapsi alkaa tällöin huolehtia sairaan vanhempansa lisäksi itsestään, heidän kodistaan ja mahdollisista sisaruksista. (Ervast 2001, 40–41; Jähi 2001, 63; Lukkarinen 1999, 44–46.) Vastuun jäädessä vähäiseksi hänen ikäänsä nähden, se ei tuota ongelmia lapsen kehityksessä. Jos lapsi tuntee sairastuneen vanhemman käytöksen omaksi viakseen tai vastuun ollessa ikään nähden kohtuuton, tulee vastuusta lapselle taakka, joka haittaa hänen kehitystään. (Solantaus 2001, 45.)

Masennukseen sairastuneella ihmisellä on olemassa itsemurhavaara, josta pitäisi pystyä puhumaan perheen kesken. Varsinkin silloin, jos vanhempi on yrittänyt itsemurhaa aiemmin, olisi erittäin tärkeää puhua lapsen kanssa. Jos lapselle ei puhuta näistä asioista saattaa hän jättää harrastukset, ystävät ja koulunkäynnin varmistukseksi, että vanhempi ei tee mitään itselleen. (Solantaus 2001, 41; Solantaus & Ringbom 2005, 44–46.)

Vanhemman sairaus saattaa purkautua perheessä myös väkivaltana. Sairastunut voi olla väkivaltainen lasta, puolisoaan tai molempia kohtaan. (Jähi 2001, 66; Lukkarinen 1999, 35.)

4 SADUN RAKENTAMINEN

4.1 Satu ja kuinka se toimii

Satu on mielikuvitukseen, myytteihin tai uskomuksiin perustuva kirjoitus tai kertomus. Se on kertomataidetta, joka ylittää normaalitajunnan asettamia rajoja. Paikka, aika tai todellisuuden hahmottaminen voivat olla mitä tahansa. Se on tapa käyttää mielikuvitusta yhdessä arkitodellisuuden kanssa, jotta päästäisiin näiden kahden muodostamaan uuteen todellisuuteen. (Ylönen 2000, 9.) Masennuksesta puhumisen ja satujen yhdistäminen tätä kautta on mahdollista. Saduissa voidaan käsitellä masennusta ja sen aiheuttamia ongelmia ja etsiä lapselle sieltä keinoja selvitä kotona vallitsevasta tilanteesta.

Vaikka sadut ovat aikaa, paikkaa ja todellisuutta rikkovia, niin niissä on silti yleensä aina sama rakenne. Satu alkaa siitä kun päähenkilölle tulee jokin vaikea ja ylitsepääsemätön tehtävä, ongelma tai kriisi. Päähenkilön tulee selviytyä tästä ongelmasta, mutta hän ei kykene siihen juuri koskaan ilman apua. Saduissa päähenkilön apuna käytetään usein yliluonnollisia olentoja, esimerkiksi eläimiä, jotka osaavat puhua. Päähenkilön selviytymistä hankaloittaa yleensä jokin este. Este voi olla yliluonnollinen olento tai paha ihminen. Kun este on ilmaantunut päähenkilön ja ratkaisun väliin joutuu päähenkilö vaikeuksiin. Vaikeuksista päähenkilö oppii että hän ei pärjää itsekseen vaan tarvitsee apua. Pyytäessään hän saa sitä ja saattaa itsekin samalla auttaa muita. Kokemuksista rikkaampana päähenkilö saa itseluottamusta ja oppii luottamaan myös auttajiinsa. Auttajiensa tukemana hän selviää esteestä ja tulee muutos jonka jälkeen ongelmat ratkeavat. Ongelman ratkettua päähenkilö on hyväksytty ja rakastettu ja paha on saanut rangaistuksen. Lyhyesti ilmaistuna sadussa esitetään kriisi, muutos ja ongelman ratkaisu. (Ylönen 2000, 14.)

Hyvä satu aloitetaan etäännyttämällä kuuntelija pois arkitodellisuudesta muualle esimerkiksi näin:” Olipa kauan sitten kaukaisessa laaksossa.” Se on sama minne alussa lapsen mielikuvat ohjataan, kunhan ne ohjataan pois omasta todellisuudesta. Lapsen täytyy kokea olevansa jossain muualla, että hän ei ahdistu liikaa sadun kokemuksista. Hyvän sadun hahmot ovat aina selkeitä ja suoraviivaisia. Juoni on yksinkertainen ja selkeä, sellainen missä hyvä taistelee paha vastaan. Hyvässä sadussa hyvä voittaa aina

pahan. Hyvän voitto on tärkeää, koska lapsi samaistuu yleensä juuri sankariin ja hänelle on tärkeää tuntea, että sankari selviää vaikeuksista lopulta. Lapsen kehityksen kannalta on tärkeää, että aikuinen on mukana lukemassa satua lapselle, jotta lapsi saa näyttää kaikki sadun aiheuttamat tunteensa ja tulla hyväksytyksi. (Arvola & Mäki 2009, 38–39.) Puhuttaessa lapsen kanssa masennuksesta sadun lukemisen jälkeen, on tärkeää, että lapsi saa olla niissä tunteissa joita satu hänessä herätti. Lasta ei pidä yrittää ohjata sellaiseen suuntaan mihin hän ei selkeästi ole menemässä.

Onnistuneeseen satuun kuuluu, että se kehittää lapsen persoonaa ja vahvistaa hänen itsetuntoaan. Tähän vaikutukseen pääsee kun satu herättää uteliaisuutta, on mielenkiintoinen ja vilkastaa mielikuvitusta. Onnistunut satu tuo lapsen tietoisiksi tunteistaan, stimuloi hänen älyään, vastaa pelkoihin ja auttaa ongelmien ratkaisemisessa. Onnistunut satu tuo lapselle onnistumisen kokemuksia ja vahvistaa hänen voimavarojaan. (Bettelheim 1984, 10–13.) Onnistunut satu auttaa työntekijää tai vanhempaa ottamaan masennuksen puheeksi lapsen kanssa, koska silloin lapsi on tietoisempi omista tunteistaan ja puhuu niistä mieluummin. Onnistuneen sadun jälkeen lapsen tunteet eivät jää muiden tunteiden alle piiloon, vaan nousevat pintaan, joten lapsi saattaa antaa kysyttäessä yllättäviäkin vastauksia.

Lapsen ajattelu on hyvin kuvituksellista, koska hän täydentää tietämättömyytensä tapahtumista ja kuulemastaan mielikuvituksen avulla. Näin ollen lapsen todellisuus on enemmän täynnä mielikuvia kuin oikeaa todellisuutta. Tiedonsaannissa lapsi ei kyseenalaista lähdettä vaan uskoo sen olevan totuus. Tuottaessaan tietoa lapsi hyödyntää hänelle kerrottua ja oma keksimäänsä tietoa uudeksi tiedoksi. Tämän vuoksi lapsi tarvitsee turvallisen aikuisen seurakseen käsitellessään satujen kertomuksia. (Karlsson 2000, 28; Jokipaltio 1997, 16.) Turvallinen aikuinen on se henkilö, joka auttaa lasta hahmottamaan maailmaa oikeaan suuntaan. Masennuksen ollessa kyseessä, aikuinen auttaa lasta puhumaan vanhempien masennuksesta ja tätä kautta auttamaan lasta hahmottamaan perheen tilannetta.

4.2 Satu lapsen kehityksen tukena

Saduilla voidaan vaikuttaa lapsen kehitykseen. Ne voivat toimia tukena lapsen tunteiden, sosiaalisten taitojen ja puheen kehittymiseen. Satujen avulla saadaan vilkastettua lapsen mielikuvitusta ja opetettua hyviä tapoja ja normeja. (Murtonen & Purola 2008, 8.) Samoin lapselle saadaan opetettua masennuksesta ja sen aiheuttamista ongelmista perheessä. Ongelmanratkaisutaitoja voidaan harjoittaa sadun kautta, sekä jakaa tietoa mitä tehdään kun vanhemmat ovat masentuneita.

Onnellinen loppu on tärkeä sadussa, sillä lapsi tuntee olonsa turvalliseksi sadun maailmassa, sillä hän tietää sadussa käyvän lopulta hyvin. Lapsi pystyy kestävämpään paremmin pettymyksiä ja pahaa oloa jos hänelle suodaan aikaa levätä mielikuvituksen maailmassa. Saduissa lapsi saa levätä mielikuvituksen maailmassa, koska sadun tapahtumat ovat tarpeeksi kaukana arkitodellisuudesta. Saduissa lapsen on helpompi kohdata pelot ja vaikeudet, koska ne tapahtuvat etäämpänä ja lopusta on tulossa onnellinen. (Mäki & Kinnunen 2005, 28; Ylönen 2007, 8.) Koska lapsi on juuri kohdannut pelkonsa sadun kautta ja onnistunut voittamaan sadun hirviön, saattaa lapsi kokea omat pelkonsa arkitodellisuudessa voitettaviksi ja kertoo masennuksen aiheuttamista peloista helpommin aikuiselle. Tämä siitä syystä, että lapsi tietää ongelmassa olevan onnellisen lopun.

Sadut lohduttavat, kasvattavat itsetuntoa ja ilahduttavat sellaisia lapsia, jotka eivät koe onnistumisen kokemuksia omassa elämässään. Sadun tarina antaa turvaa tällaisille lapsille, koska lapsen tunteet elävät sadun sankarin mukana ja sankarin onnistuessa lapsi tuntee onnistumisen omana onnistumisenaan. Vaikutus ei jää satukirjan sulkemiseen vaan alkaa elää lapsen mielessä. Tällaiset lapset saavat mallin tunteidensa, etenkin pelon ja turvattomuuden, hallintaan ja siksi ne herättävät lapsessa toivoa paremmasta tulevaisuudesta. (Ylönen 2008, 4-7.)

Satujen kautta lapsen vuorovaikutus taitoja voidaan kehittää. Tällöin on tärkeää lukea lapselle satua kiireettömästi ja rauhallisesti. Lapselle tulee antaa tilaa puhua sadusta luenنان välissä. Lapsen sadun mukana elämistä ei tule estää vaan hänen eleensä, ilmeensä ja liikkeensä tulee antaa elää sadun mukana. Kun lapsi saa kommentoida satua ja liikkua ja elehtiä sen mukana niin lapsi elää vuorovaikutuksessa sadun kanssa. (Yliherva 2002, 47–57.) Kun aletaan puhua lapsen kanssa sadun jälkeen masennuksesta on lapselle tär-

keää saada vahvistettua vuorovaikutustaitojaan, että hän tulee kuuntelijan kanssa ymmärretyksi.

Sadut opettavat lapsille kaikenlaisia uusia asioita, uusia sanoja ja uusia tapoja puhua. Ongelmanratkaisu lisää lapsen loogista ajattelua. Näiden lisäksi sadut antavat tietoa kulttuurista ja elämyksistä. Satujen ongelmat ja hahmot kehittävät lapsen älyllistä mielenkiintoa ja auttavat hahmottamaan ympäröivää maailmaa. (Jääskeläinen & Kalliokoski 2001, 22–28.) Usein luettuna samoja ja eri satuja kehittävät sadut lapsen muistia. Tämä auttaa ja lisää oppimista. (Karvonen & Lehtinen 2009, 50–51.) Lapsien kuunnellessa satuja, heidän keskittymiskykynsä ja pitkäjänteisyytensä kehittyi. (Mäkelä 2002, 10).

Lapsi eläytyy ja samaistuu satuun sitä kuunnellessaan. Tällöin hän oppii sadusta arvoja ja asenteita, joita sadussa esiintyy. Lapsi oppii arvoja ja asenteita kaikkein parhaiten sellaisista saduista, jotka vastaavat hänen sen hetkistä elämäntilanneettaan, tarpeitaan ja kehitystasoaan. (Kivi 2009, 53–56.) Hyvässä sadussa on moraalinen opetus, josta lapsi voi oppia. Tämä opetus siirtyy lapsen todellisuuteen ja hän elää sitä uudelleen todeksi leikeissään ja mielikuvituksensa kautta. (Hakkarainen 2003, 4.) Näistä sadun opetuksista ja asenteista voidaan keskustella lapsen kanssa sadun lukemisen jälkeen.

5 LAPSEN KANSSA PUHUMINEN

Lapsen kanssa puhuminen on tärkeä osa puheeksi ottamisen prosessia, koska ilman sitä, emme voi tietää mitä lapsi on mieltä asioista. Tämän vuoksi teoria osassa käsittelemme myös lapsen kanssa puhumista ja sitä miten lapsi kokee hänen kanssaan puhumisen.

Lapsen kanssa täytyy keskustella eri asioista, sillä ilman keskustelua emme saa tietää miten lapsi kokee itsensä ja oman tilanteensa. Lasten kanssa keskustellessa hän kertoo pyydettyä mihin hänen tunteensa ja huomionsa perustuva. Lapsi kertoo myös miten hän käyttäytyy ongelmatilanteissa. (Bardy & Känkänen 2005, 66.) Aikuinen ei voi kertoa lapselle, miten lapsen tulisi tuntea tai kokea jokin asia, sillä lapsi tietää nämä asiat parhaiten. Aikuiselta vaaditaan tällaisissa tilanteissa kykyä havainnoida lapsen kokemusmaailmaa. (Väliavaara 2004, 12, 19.) Masennuksesta puhuttaessa lapsen kanssa täytyy siis huomioida, että lapsi saattaa kokea tilanteen eritavalla kuin aikuinen ja aikuisen kysymykset saattavat tuottaa vastauksia, joihin aikuinen ei ole varautunut. Lapsi saattaa näin ollen puhua myös ihan muista asioista mistä aikuinen ei ole alun perin halunnut keskustella.

Se, että lapsi keskustelee aikuisen kanssa, vaatii aikuisen ja lapsen väliltä luottamusta. Luottamuksen syntymisen jälkeen lapsi voi turvallisesti kertoa omasta elämästään. Luottamuksen saamisen jälkeen lapsi kokee tulleen kuulluksi keskusteluissa ja hyötyy työskentelystä auttajan kanssa. (Väliavaara 2004, 12.) Lapset luottavat yleensä vanhempiinsa, joten avoin keskustelu heidän kanssaan on helpompi aloittaa kuin ventovieraan ammattilaisen. Ammattilainen joutuu aloittamaan luottamuksen rakentamisen alusta, kun taas vanhemmat ovat rakentaneet luottamusta lapseensa jo monien vuosien ajan.

Se, että lapsi kykenee keskustelemaan asioistaan vanhempien tai auttajan kanssa, tarkoittaa, että lapsella tulee olla olemassa tunnetaitoja, joita hän pystyy käyttämään. Tunteiden ilmaisun vapaus keskusteluissa luo osaltaan turvallisuutta lasten kanssa keskusteltaessa ja auttaa lasta olemaan oma itsensä ja vastaamaan vanhempien ja auttajan kysymyksiin. (Peltonen & Kullberg-Piilola 2005, 12-15.) Tunteiden ilmaisun vapaus tulisi olla myös silloin kun masennuksesta ja sen oireista puhutaan lapsen kanssa, muuten lapsi ei voi aidosti keskustella vanhempiensa tai auttajan kanssa aikuisten masennuksesta.

6 OPINNÄYTETYÖPROSESSIN KUVAUS

Opinnäyteprosessin tarkoituksena on kehittää opiskelijan ammatillista osaamista, antaa opiskelijalle mahdollisuus osoittaa luovuuttaan, vahvistaa tutkivaa työtettä, opettaa opiskelijalle tutkimuksellista ajattelua, vahvistaa taitoja tehdä tutkimuksia ja tuotteita ja tehdä uusia käytäntöjä, tietoja, toimintamalleja ja tuotteita. Diakonia-ammattikorkeakoulussa opinnäytetöiden aiheet nousevat sen arvopohjasta (Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010, 23-24.)

6.1 Sadun henkilöt

Santeri on normaali poika, joka käy asuntonsa viereisessä kaukaisessa metsässä usein leikkimässä. (Liite1). Santeri voisi olla kuka tahansa lapsi. Hän edustaa tässä lasta itseään. Kaukainen metsä on Santerille hänen maailmansa, missä voi tapahtua mitä tahansa. Aivan kuin oikeassa elämässä lapsen mielestä oikeassa maailmassa voi tapahtua mitä tahansa.

Herra Karhu on kaikkien rakastama karhu. Hän ei tee koskaan pahaa kenellekään ja opettaa mielellään uusia asioita muille. Mielimörri on iskenyt Karhuun, joten se on muuttunut toisenlaiseksi, äreäksi, väsyneeksi ja äkkiarvaamattomaksi. (Liite1.) Karhu edustaa tarinassa sairastunutta vanhempaa, jonka käytös on muuttunut tutusta ja turvalisesta pelottavaksi ja surulliseksi. Karhu aiheuttaa Santerille hylkäämisen tunteita. Aivan kuin sairastunut vanhempi saattaa aiheuttaa omalle lapselleen.

Ystävällinen Pikku Siili on Santerin ja Karhun auttaja. Siili on nimensä mukaisesti pieni ja ystävällinen. (Liite1.) Hän edustaa tässä tarinassa turvallista aikuista tai perheen kanssa työskentelevää ammattilaista. Siilin runoilu tuo rohkeutta ja kuvan siitä, että huolet ovat hoidossa. Aivan kuin ammattiauttaja tuo rohkeutta ja toivoa perheeseen.

Mielimörri on metsässä vaeltelevia pilvenkaltaisia mustia olentoja. Ne ovat yksinkertaisia ja hitaita. Ne alkavat imeä uhrinsa elämänvoimaa kasvattaakseen itseään, jos saavat uhrinsa kiinni. (Liite1.) Mielimörri edustaa masennusta. Se on este, joka on voitetta-

va. Mielimörri ja masennus imevät molemmat elämänvoimaa ja kasvavat pikkuhiljaa suuremmiksi, kunnes ne hallitsevat henkilön kokoelämää. Masennusta ja mielimörrejä ei välttämättä havaitse itse ja ne eivät lähde itsestään pois.

6.2 Kriisi, muutos ja ongelmanratkaisu

Aivan ensimmäiset lauseet vievät kuuntelijan kaukaiseen aikaan kaukaisessa paikassa ja etäännyttää näin kuuntelijan pois omasta arjestaan. Satu on aina matka, mistä ei tiedä minne päätyy. Kun ensimmäiset sanat on luettu, voi tapahtua aivan mitä tahansa.

Sadun juoni koostuu kolmesta osasta. Niiden nimet ovat ”Karhu ja mielimörri”, ”Ystävällinen Pikku Siili” Ja ”Onnellinen loppu”. (Liite1.)

Ensimmäisessä osassa esitellään tarinan päähenkilö, Santeri, ja hänen ongelmansa. Santerin ongelmana on mielimörrin uhriksi joutunut herra Karhu, joka aiheuttaa Santerissa syyllisyyden ja pelon tunteita. Karhu oli aiemmin ollut Santerille aina mukava, mutta nyt hänen käytöksensä oli muuttunut. (Liite1.) Ongelma on johdettu lapsen suhtautumisesta masentuneeseen vanhempaan ja Karhun esikuvana on ollut masentunut vanhempi. Ensimmäisen osan tarkoituksena on hahmottaa vanhemman masennusta lapselle. Siinä käsitellään masennuksen oireita ja masentuneen käytöstä.

Toisessa osassa Santeri törmää Ystävälliseen Pikku Siiliin, joka alkaa auttaa Santeria tämän ongelmassa. (Liite1). Toisen osan tarkoituksena on näyttää, että ongelmien ratkaisemisessa tarvitaan muutosta ja tätä muutosta ei tapahdu helposti ellei saa apua. Siili on tässä tarinassa se, joka auttaa muutoksessa. Tosielämässä muutoksessa auttaja on joku turvallinen aikuinen, esim. toinen vanhempi, sielunhoitaja tai joku muu.

Kolmannessa ongelmassa tilanne on muuttunut. Santerilla on tukenaan Siili ja hän kohtaa Karhun ja mielimörrin uudestaan. Siili antaa Santerille neuvoja ja ohjaa hänen toimintaansa mielimörrin kukistamisessa. Tarinassa mielimörrin voi kukistaa vain olemalla kiltti, kärsivällinen ja ymmärtäväinen, sekä unohtamalla pelkonsa ja syyllisyyden. (Liite1.) Tähänkin tarvitaan tosielämässä apua. Onnellisen lopun saaminen ei ole helppoa. Masentuneen vanhemman lapsi tarvitsee ymmärrystä siihen, että hän ei ole syyppä van-

hempansa vihaisuuteen. Lapsen ei tarvitse myöskään pelätä menettävänsä vanhempansa rakkautta, vaan hänen täytyy olla kärsivällinen ja ymmärtäväinen. Siili kertoo mielimörin tavasta toimia ja Santeri oppii siitä ymmärtämään Karhun käyttäytymistä. Samalla tavalla lapsille täytyy opettaa vanhempien käytöksen muuttumisen syyt, että he osaavat suhtautua siihen pelottomasti ja syyllistämättä itseään.

6.3 Vanhempain osion kysymykset

Vanhempainosio tähtää siihen, että vanhemmat ja lapsi puhuisivat avoimesti omista tunteistaan ja kokemuksistaan. Olisi hyvä jos satua luettaisiin perheen kanssa työskentelevän työntekijän kanssa.

Vanhempainosio on jaoteltu kysymysten kanssa teemoihin. Teemoja ovat tarinan tapahtumat, lapsen kokemus itsestään, lapsi ja masentunut, sekä auttaja.

Tarinan tapahtumien tarkoituksena on saada lapsi ymmärtämään tarinan samankaltaisuudet oikean elämän kanssa ja pohtia mitä oikeassa elämässä voisi tapahtua, että asiat olisivat toisin. Kysymykset laittavat lapsen pohtimaan omaa elämäänsä tarinan tapahtumien valossa.

Lapsen kokemuksessa itsestään pyritään saada lapsi tietoiseksi omista tunteistaan ja kokemuksistaan, sekä kiinnittää lasta enemmän Santerin kokemusmaailmaan. Kysymykset auttavat lasta jäsentämään omia kokemuksiaan ja tunteitaan. Ne myös rohkaisevat turvallisuudessa ilmapiirissä lasta kertomaan omasta itsestään.

Lapsi ja masentunut teemassa aletaan puhua itse ongelmasta ja sen aiheuttavista henkilöistä ja pyritään pohtimaan mitä pitäisi muuttua, että ongelma poistuisi. Luottavaisessa ilmapiirissä lapsi huomaa yhtäläisyyksiä oikeiden henkilöiden ja Herra Karhun kanssa. Tämän jälkeen hänen kanssaan voidaan keskustella mielimörristä ja tuoda masennuksesta tietoa enemmänkin.

Auttaja teemassa haetaan lapsen tukiverkkoa ja turvallisia aikuisia. Niitä henkilöitä joihin lapsi luottaa. Tärkeää olisi löytää lapsen elämästä joku sellainen henkilö, joka osaisi auttaa lasta tarpeen tullen.

6.4 Aikataulu ja tekeminen

Opinnäytetyön tekeminen aloitettiin lukemalla lähdemateriaalia masennuksesta, kehityksen tukemisesta, satujen tekemisestä ja sielunhoidosta. Tämän jälkeen kirjoitettiin näiden pohjalta teoriaosuus. Teoriaosuudesta poistettiin esitarkastus vaiheessa jonkin verran turhia osia ja lisättiin tarpeellisia.

Teoriaosuuden valmistuttua alkoi sadun kirjoittaminen ja sen vanhempainosion työstäminen. Vanhempainosio tehtiin kokonaan uudestaan esitarkastuksen jälkeen ja muokkasin sitä, kun olin testannut satua lapsilla. Kun nämä olivat valmiit, tuli opinnäytetyön raportin muut osiot vuoroon.

Lähetin työn arvosteltavaksi kahdelle perhetyöntekijälle, yhdelle diakonisen perhetyön vastaavalle työntekijälle ja toimiva lapsi & perhe –hankkeen työntekijälle. Heiltä en saanut koskaan palautetta. Testasin satua lapsilla ja heidän vanhemmillaan.

7 POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET

7.1 Eettisyys

Opinnäytetyön tekemisessä tulee kiinnittää huomiota ihmisten kunnioittamiseen, tasa-arvoiseen vuorovaikutukseen ja oikeudenmukaisuuteen. Tämä ilmenee siinä, miten opinnäytetyön tekijä ja ohjaaja suhtautuvat opinnäytetyön tekemiseen, sen ongelmiin ja niihin henkilöihin joita opinnäytetyö koskee. Tarkemmin nämä eettiset kysymykset näkyvät aiheen valinnassa, tiedon hankinnassa, prosessin tekemisessä ja tuloksien soveltamisessa. Opinnäytetyön tulee tehdä niin, että se on tieteellisesti totta, yhteiskunnalle hyödyllistä ja sen menetelmät ja tieto ovat eettisesti oikeita. (Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010, 11-12).

Opinnäytetyö kunnioittaa ihmistä. Sairastunutta vanhempaa ei yritetä painaa alaspäin vaan korostetaan perheen tärkeyttä ja avun tarvetta. Aiheen valinta itsessään pyrkii estämään syrjäytymistä. Lähdemateriaalit on valittu tiedon paikkansa pitävyyden ja eettisyyden kannalta. Mielestäni lasten masennuksen ennaltaehkäisyyn tarkoitettuja keinoja on turhan vähän, joten tämänkaltainen työ on tervetullut lisä ennaltaehkäisevään työhön.

Opinnäytetyö on eettisesti läpinäkyvä. Toivon sen olevan yhteiskunnallisesti hyödyllinen, koska masennus on vakava ja laajalti levinnyt sairaus.

Koko opinnäytetyöprosessin ajan on kiinnitetty huomiota siihen, että onko tieto oikeaa ja käytetyt menetelmät eettisesti oikein.

Opinnäytetyön lähteiden valinnassa tulee käyttää analyyttistä ja tietoisin kriteerein tehtyä materiaalin seulontaa ammatillisista ja tieteellisistä materiaaleista. Lähteestä täytyy olla selvitettyä sen tekijä, tarkoitus ja aika jolloin se on tuotettu. Hyviä lähteitä ovat sellaiset, jotka ovat käyneet läpi vertaisarvioinnin. Viranomaistiedot ovat myös hyviä lähteitä. (Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010, 16).

Tämän opinnäytetyön lähteissä on käytetty sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten tekemää lähdekirjallisuutta. Lähteinä on artikkelikokoelmia, yliopistojen pro gradu –

tutkielmia, ammatillisia oppaita, internet –lähteitä luotettavilta instansseilta ja muita sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten kirjoittamia kirjoja. Lähdemateriaali on haettu Diakonia-ammattikorkeakoulun ja Pieksämäen kirjastojen tietokannoista ja niiden tekijöiden ammatti- ja koulutusnimikkeeseen on tutustuttu. Pääpiirteittäin tekijät ovat sosiaali-, terveys- ja kasvatusalalla toimivia vähintään maisteritason koulutuksen saaneita.

7.2 Tavoitteiden toteutuminen

Opinnäytetyössä on tarkoitus vahvistaa ja osoittaa omaa ajattelevaa ammattiotetta, jossa näkyy oma ajattelu ja harkinta, tilanteiden ja asioiden analyysi sekä päätösten järjellinen ja eettinen perustelu. (Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010, 24).

Opinnäytetyön tavoitteet ovat toteutuneet. Opinnäytetyön tuloksena syntyi satukirja ja sen vanhempainosio, joiden tarkoitus on ottaa aikuisen masennus puheeksi lapsen kanssa. Työssä on näytetty omaa ajattelua ja harkintaa lähteiden valinnassa ja aihe alue on rajattu järjellisesti ja eettisesti.

Satukirjasta tuli mielenkiintoinen ja jännittävä lasten mielestä, joten tähän tavoitteeseen päästiin. Vanhempainosiosta tuli myös käyttökelpoinen väline masennuksen oireiden puheeksi ottoon. Satukirja soveltuu työvälineeksi myös diakoniseen perhetyöhön aivan kuten halusinkin.

Santeri ja mielimörri –satukirja on lähetetty Lasten Keskukselle julkaistavaksi. Se on heillä arvioitavana, että haluavatko he kustantaa sitä vai eivät.

7.3 Työelämälähtöisyys

Diakonia-ammattikorkeakoulussa opinnäytetyön yhtenä keskeisenä periaatteena on opinnäytetyön työelämälähtöisyys. (Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010, 23.)

Diakonisen perhetyön ajatuksena on tukea perheitä ja lapsia, joilla on vaikeuksia elämässään. Tämä tuki tapahtuu henkisen, hengellisen, sosiaalisen ja taloudellisen kriisi-

auttamisen kautta. Toiminta muotoina käytetään keskusteluja. (Mikkelin seurakuntayhtymä i.a.) Työn luonteen vuoksi, se on käytettävissä diakonisessa perhetyössä ja sen lähtökohdat löytyvät diakonisesta ajattelusta.

Opinnäytetyön aihe ei ole tullut työelämän yhteistyökumppaneilta, vaan sen aihe nousee työelämästä suoraan. Lasten mielenterveys on tähdellinen osa yhteiskuntamme turvallista tulevaisuutta.

7.4 Satukirjan käyttö diakonin työssä

Satukirjaa voi käyttää diakonin työssä osana sielunhoidollista keskustelua. Diakoni voi käyttää sitä myös muussa tekemässään perhetyössä. Omalta osaltani aion käyttää sitä työssäni sopivien perheiden kanssa ja kehittää ja laajentaa sitä oman kokemukseni kasvaessa.

Jeesus sanoo raamatussa opetuslapsilleen, siitä että lasten tulee antaa tulla hänen luokseen, sillä Jumalan valtakunta on heidän kaltaistensa. Hän sanoi myös, että ne jotka eivät ota Jumalan valtakuntaa vastaan kuin lapsi, eivät pääse sinne. (Mark. 10:14-15.)

Lapset ovat tärkeä työkohte seurakuntatyössä. Heille pitää taata pääsy seurakunnan palveluihin ja seurakunnan tulee järjestää palveluita heille. Opinnäytetyön yhtenä lähtökohdana on ollut satukirjan käyttö osana diakonin perhetyötä, jotta lasten osallisuus seurakunnassa lisääntyisi.

7.5 Tutkimusaiheita ja hankeideoita tulevaisuuteen

Toisena tutkimusaiheena nousee mieleen tutkimus siitä kuinka laajalti satukirjoja käytetään lasten kanssa tehtävässä mielenterveystyössä. Tutkimusongelmana voisi olla: Kuinka paljon satukirjoja käytetään lasten mielenterveystyössä.

Satukirjaprojektia voisi jatkaa laajemmalle. Satukirjasta voisi tehdä useita satuja ja usei-

ta eri mielenterveysongelmia käsittävän oppaan. Siitä voisi tehdä useita opinnäytetöitä, jotka kaikki lisäisivät yhden sadun lisää varsinaiseen oppaaseen. Oppaan voisi koota ja sen vaikutusta tutkia uudella opinnäytetyöllä.

Ennen edellä mainitun oppaan tekemistä voisi opinnäytetyönä tehdä kirjan, joka kertoo kuinka mielenterveyttä edistävä satu ja sen toiminnallinen osio tehdään.

Nämä kaikki voisi sitoa yhdeksi isoksi hankkeeksi, jonka tarkoitus olisi lasten mielenterveysongelmien ennaltaehkäiseminen ja kuntoutus.

7.6 Johtopäätökset

Lasten maailma on paljon mielikuvituksellisempi kuin aikuisten. Heillä ei ole vielä kovinkaan paljon sitä tietoa, jota aikuisella on, joten he joutuvat keksimään oman tietonsa. Tämä tapahtuu yhdistelemällä erilaisia tiedonjyväsiä toisiinsa ja täyttämällä aukot heidän mielestään loogisilla ajatuksilla.

Sadun henkilöt ja pääpiirteittäinen juoni ovat helppoja keksiä, mutta henkilöiden saaminen kulkemaan uskottavasti tapahtumasta toiseen on vaikeampaa. Tämä johtuu siitä, että tehty henkilö alkaa elää omaa elämäänsä ja haluttuun lopputulokseen pääseminen saattaa olla jotain ihan toista kuin mitä sadun hahmo haluaisi tai mihin hän loogisesti päätyisi.

Sadun kirjoittaminen on vähän niin kuin metsän keskusta kävely. Alussa on monia eri polkuja joista voi aloittaa kävelyn ja matkan varrella tulee koko ajan lisää polkuja joista täytyy valita tiensä. Metsä pitää olla myös jollain tapaa tuttu, että osaa suunnistaa kohti keskustaa, eikä harhaudu väärille poluille. Loppua kohden valintojen määrä pienenee, koska ei ole enää niin paljon vaihtoehtoja mitä henkilöille ja juonelle voi tapahtua.

Puheeksi ottaminen sadun kautta voidaan toteuttaa, kun satu käsittelee puheeksi otettavaa asiaa ja lapselle tulee lukemisen ja keskustelun aikana turvallinen ja luottavainen olo.

Seurakunnan auttamistyö saattaa keskittyä välillä liiaksi perheessä perheen vanhempiin ja unohtaa lapsen tarpeet ja edun.

Sellaisia perheitä, joissa vanhempi on sairastunut masennukseen, täytyy auttaa. Heidän tulee saada riittävä hoito ja heidän lapsiaan pitää suojella, että he eivät sairastu itsekin. Ongelmien huomaaminen on vaikeaa, koska vanhemmat saattavat yrittää piilotella niitä. Pitäisikin tehdä enemmän työtä tällaisten piilossa olevien perheiden saamiseksi auttamisen piiriin.

Opinnäytetyön kirjoittaminen on ammatillisuuden kannalta tärkeää. Opinnäytetyön prosessi ja kirjoittaminen on yksin kuitenkin raskasta. Sen aloittaminen ja ideointi on helppoa ja teorioiden lukeminen mukavaa, mutta kirjoittaminen tuntuu alun jälkeen epäkiinnostavalta ja sekavalta. Aiheen rajaus on ongelmallista, sillä koko ajan tekisi mieli lisätä ja poistaa teoriatietoa. Työn tekeminen olisi ollut helpompaa parin tai ryhmän kanssa, koska silloin omia ideoita ja ehdotuksia olisi voinut heidän kanssaan peilata kokoajan työtä tehdessä.

Odotin, että masennus on yleistä, mutta selvisi, että masennus on vielä yleisempää kuin ajattelin. Masennuksen vaikutus perhe-elämään on laaja. Se estää perhettä toimivasta normaaliin tapaan ja sulkee perheen sosiaaliset suhteet. Voi olla, että tällainen perhe kärsii masennuksesta pitkään ennen kuin kukaan huomaa heidän hätänsä tai he itse etsivät apua.

8 SATUKIRJAN ARVIONTI

Satukirja luettiin yhteensä seitsemälle 4-9 -vuotiaalle lapselle. Satu luettiin lapselle ja sen jälkeen lapsi vastasi kysymyksiin sadusta. Kysely tuotettiin laadullisena kyselynä haastattelun keinoin. Sain internetin kautta yhteyden vanhempiin, jotka lukivat sadun lapsilleen. Tämän jälkeen vanhemmat kysyivät lapsille tarkoitettuja kysymykset ja minä kysyin vanhemmilta heille tarkoitettuja kysymykset. Vanhemmat lukivat sadun lapsilleen, koska minun olisi ollut vaikeampi saada ventovieraan ihmisenä avoimia vastauksia lapsilta kysymyksiini. Kysymykset löytyvät liitteestä 2

8.1 Tarinan henkilöt

Kysymykset Santerista oli tarkoitettu selvittämään kuinka tutuksi he kokivat Santerin itselleen ja tunnistavatko he piirteitä itsestään Santerissa. Lasten mielestä Santeri oli vanhanajan pojan oloinen, joidenkin mielestä jopa tylsä. Lapset kokivat kuitenkin samankaltaisuutta Santerin kanssa, varsinkin itsentä syyttämässä. Jotkut jopa juoksivat minne sattuu, aivan niin kuin Santeri. Lapset kokivat samankaltaisuutta myös Karhun rakastamisessa. He kertoivat, että toimisivat samalla lailla Santerin kanssa samassa tilanteessa. Jotta Santerista saataisiin läheisempi lapsille, niin hänen pitäisi olla joku oikea kaveri, eikä hänen pitäisi sienestää tai kalastaa.

Kysymykset Herra Karhusta oli tarkoitettu selvittämään löytyykö masennuksen oireista kärsiviä ihmisiä heidän lähipiiristään. Herra Karhusta lapset kuvailivat Karhun ulkonäköä. Toiset lapset ymmärsivät, että Karhu oli vihainen mielimörrin takia ja toisista oli ylipäättänsä outoa, että Karhu oli vihainen. Yksi lapsi sai Herra Karhusta liian vähän tietoa ja olisi kaivannut enemmän. Vastauksista käy ilmi, että useimmat lapset eivät tunne ketään Herra Karhun oloista ihmistä. Vanhemmat olivat tästä kuitenkin eri mieltä. He osasivat kuitenkin yhdistää Herra Karhun luonteenpiirteitä tuntemiinsa ihmisiin. Vastauksista käy ilmi, että nämä ihmiset eivät halua, Herra Karhun tavoin, tehdä asioita, joista ennen pitivät.

Ystävällisestä Pikku Siilistä oli tarkoitus selvittää, onko lapsella ketään turvallista aikuista, joka häntä auttaa hänen keskellä. Ensin lapsilta kysyttiin millainen Siili on tarkoituksena saada heidän huomionsa Siilin luonteenpiirteisiin. Lapset kuvailivatkin Siiltä kivaksi, iloiseksi ja empaattiseksi. Yhden mielestä Siili oli kiva, kun se oli niin pieni. Siili oli myös henkilö, joka hoiti kaiken kuntoon. Suurin osa mainitsi äitinsä Siilin kaltaiseksi henkilöksi. Muutamat sanoivat kaverinsa ja itse olevansa samanlaisia kuin Siili. Yhteistä näillä kaikilla henkilöillä lasten mukaan on se, että kaikki lohduttavat surullista.

Tarinan henkilöistä Santeri on ainut, jota pitäisi muuttaa. Hänestä pitäisi saada muutakin kuin tylsä. Tämä mielikuva saattaisi vaihtua, jos Santeri olisi lähdössä Karhun kanssa tekemään jotain jännittävämpää kuin käymään kalassa ja sienessä. Mahdollisesti kuuraketin testaaminen tai muu vastaava toiminta toisi Santerin elämästä jännittävämmän ja lapset kokisivat silloin myös Santerin itsensä jännittävämmäksi.

Yllätyin, että ystävällisestä Pikku Siilistä tulee äiti mieleen. Asiaa tarkemmin ajatellen se on ihan loogista, sillä lasten elämässä vanhemmat ovat yleensä niitä, jotka auttavat lapsiaan arjen ongelmissa. Kun vanhempi kärsii masennuksesta, voisi paneutua Ystävällisen Pikku Siilin luonteeseen enemmän ja keskustella siitä, ketkä muut ovat tämän kaltaisia.

Herra Karhusta voisin sadussa kertoa enemmänkin. Antaa lasten toiveitten mukaisesti hänestä ja hänen asuin ympäristöstään enemmän tietoa. Lapset toivat esille Karhun luonteenpiirteitä ja muutoksia käytöksessä. Näistä muutoksista voi alkaa keskustelemaan lapsen kanssa. Jos perheen vanhempi on masentunut, niin lapsen kanssa voi keskustella siitä huomaako lapsi vanhemmissaan samanlaista käytöstä.

8.2 Tarina

Tarinasta kysyttäessä oli tarkoitus selvittää tarinan mielenkiintoisuutta, sen ymmärrettävyyttä, lopun onnellisuutta ja muutos tarpeita.

Kaikkien lasten mielestä satu oli hyvä. Lapset kokivat sadun jännittävänä ja mielenkiintoisena. Satu oli osan mielestä myös surullinen, varsinkin kun Karhu käyttäytyi aggressiivisesti.

Lasten mielestä sadun loppu oli onnellinen, mutta se olisi voinut olla vieläkin onnellisempi. Sadun lopusta olisi tullut onnellisempi, jos mielimörri olisi saatu kokonaan pois tai se olisi lähtenyt pakoon, ja näin Karhu olisi parantunut kokonaan. Lapsille jäi myös epäselväksi, että menivätkö Santeri ja Karhu kalastamaan ja sienestämään kun kaikki oli ohi.

Lasten mielestä satu oli mielenkiintoinen, mutta siitä olisi saanut vieläkin mielenkiintoisemman lisäämällä sinne supersankareita ja Karhun pitäisi muuttaa luolasta mökkiin, koska luolassa on tylsää ja kylmää. Yhden lapsen mielestä henkilöiden nimet pitäisi muuttaa. Nimi ehdotukset olivat: Henri Karhu, Pave Siili ja Tino-poika.

Lasten vastauksista käy ilmi, että tarinassa ei ollut kielellisesti vaikeita kohtia. Mielimörri oli asiana vaikeasti ymmärrettävä. Toisaalta mielimörri on tehty masennuksen pohjalta, joka on lapsille muutenkin vaikea ymmärtää, niin en ihmettele yhtään. Yhden lapsen mielestä oli vaikea ymmärtää puhuvia eläimiä.

Useat lapset toivoivat kuvia nähtäväksi. Satukirjaan on tehty kolme kuvaa, mutta näitä kuvia ei näytetty lapsille, vaan heille luettiin pelkkä tarina. Ideana oli se, että lapset eivät saa kuvista vaikutteita vaan joutuvat pähkäilemään oman mielikuvituksensa turvin sadun tapahtumia. Myöhemmin kuvia pitää lisätä vielä enemmän.

Lasten vastausten perusteella muuttaisin sadussani loppua, niin että mielimörri saataisiin kokonaan pois. Mahdollisesti lisäisin keskelle tarinaa yhden supersankarin, joka ohimennen kävisi tarinassa. Kirjoittaisin myös enemmän siitä millainen Karhu on ja missä se asuu. Mielimörristä voisin kertoa enemmän.

8.3 Kysymykset vanhemmille

Vanhemmille osoitettujen kysymysten oli tarkoitus varmistaa, sitä että lapset tosiaankin ymmärsivät sadun eivätkä joutuneet kysymään epäselvissä kohdissa. Toinen syy oli lasten mielenkiinnon tarkkailu.

Yksikään lapsista ei joutunut keskeyttämään sadun lukemista sen takia että ei olisi ymmärtänyt jotain. Lapset olivat vanhempien mukaan istuneet hiljaa ja kuunnelleet mielenkiinnolla koko ajan. Monet lapset sanoivat vielä jälkeensäkin että oli tosi hyvä tarina.

Lasten käytös satua kuunnellessa oli vanhempien mukaan kilttiä ja kuuntelevaa. Muutamilla lapsilla tuli loppua kohden levottomampaa, mutta vanhemmat arvelivat tämän johtuvan kuvien puutteesta.

Näiden vastausten perusteella lisäisin kuvia lisää tarinaan useampia kuin kolme.

LÄHTEET

- Alasuutari, Maarit & Solantaus, Tytti 2004): Lapset ja aikuispsykiatria. Teoksessa: Rimpelä M. Ollila E. (toim.) Näkökulmia 2000-luvun terveystieteeseen. Aiheita -sarja. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus, Helsinki 2004.
- Arvola, Pirjo & Mäki, Silja 2009. Satu kantaa lasta. Opas lasten ja nuorten kirjallisuusterapiaan 1. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.
- Bardy, Marjatta & Känkänen Päivi 2005. Omat ja muiden tarinat. Ihmisyyttä vaalimassa. Helsinki: Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus
- Bettelheim, Bruno 1984. Satujen lumous, merkitys ja arvo. Suomentanut Mirja Rutanen. Porvoo: WSOY.
- Ervast, Sari-Anne 2001. Vanhemman psyykinen sairaus lapsen kokemana. Kuopion yliopisto. Sosiaalityön pro gradu-tutkielma.
- Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010. Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä – opas diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetöitä varten. 5. uudistettu laitos. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- Hakkarainen, Pertti 2003. Leikki lasten toimintana. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 20.3.2011 kasvunkumppanit.thl.fi/fi_FI/web/kasvunkumppanit-fi
- Jokipaltio, Johanna (toim.) 1997. Sadun voimat 2: Polunpäitä sadun maailmaan. Jyväskylä: Maahenki oy.
- Jähi, Rita 2001. Vanhemman sairaus lapsuusperheessä – aikuiset kertovat kokemuksistaan. Teoksessa Matti Inkinen (toim.) Näkymätön lapsi aikuispsykiatriassa. Helsinki: Tammi, 53–77.
- Jähi, Rita 2004. Työstää, tarinoida, selvitä. Vanhemman psyykinen sairaus lapsuudenkokemuksena. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy.
- Jääskeläinen, Hanna & Kalliokoski, Satu 2001. Iloinen aapinen satuna. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Pro gradu -tutkielma.
- Karlsson, Liisa 2000. Lapsille puheenvuoro – Ammattikäytännön perinteet murroksessa. Helsinki: Edita.
- Karvonen, Pirkko & Lehtinen Taisto 2009. Yhdessä - Leiki, liiku ja lue lapsesi kanssa. Helsinki: Helsingin seudun erilaiset oppijat ry.

- Kivi, Villa 2009. Lapsi, kirja ja maailmankuva. Teoksessa Leena Laulajainen (toim.)
Sanan taikaa. Esseitä ja artikkeleita. Helsinki: Books on Demand, 53–56.
- Koskisuus, Jari & Kulola, Tarja 2005. Yhdessä yksin? Mielenterveysongelma parisuh-
teessa ja perheessä. Helsinki: Edita.
- Luhtasaari, Sinikka 2002. Masennus. Helsinki: Duodecim.
- Luhtasaari, Sinikka 2010. Masennuksella on laatu ja syvyys. Viitattu 20.3.2011
http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=ama00007
- Lukkarinen, M. 1999. Vanhemman mielenterveysongelmien vaikutus perheen lapseen.
Kuopion yliopisto. Sosiaalitieteiden ja sosiaalityön pro gradu –tutkielma
- Mikkelin seurakuntayhtymä i.a. Diakoninen perhetyö. Viitattu 23.4.2011.
http://www.mikkelinseurakunnat.fi/fi/apua_elamaan/diakonia/seurakuntayhtyma/diakoninen_perhetyo/?id=375
- Murtonen, Lotta & Purola, Sanna 2008. Miten opettajat perustelevat satujen käytön esi-
opetuksessa? Oulun yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Kajaanin
opettajankoulutusyksikkö. Pro gradu -tutkielma.
- Mäkelä, Marja-Leena 2002. Satuseikkailu kirjastossa. Helsinki: Gummerus.
- Mäki, Silja. & Kinnunen, Pirjo 2005. Lapsi ja nuori sadun peilissä. Teoksessa Silja Mä-
ki & Terhikki Linnainmaa (toim.) Hoitavat sanat. Opas kirjallisuusterapi-
aan. Helsinki: Duodecim, 26–52.
- Oikarainen, Henna 2002. Erikssonin psykososiaalinen kehitysteoria-kouluikäisen kehi-
tys-vaiheen tulkintaa teorian mukaan. Viitattu 20.3.2011
<http://www.sampo2002.oulu.fi/koululaiset/erikson.html>
- Peltonen, Anne & Kullberg-Piilola, Tarja 2005. Tunnemuksu. Helsinki: Lasten keskus.
- Raamattu. Suomen evankelis-luterilaisen kirkon kirkolliskokouksen vuonna 1992 käyt-
töön ottama suomennos. Helsinki: Kirjapaja.
- Räsänen, Eila 2000. Mielialahäiriöt ja itsetuhokäyttäytyminen. Teoksessa Eila Räsänen,
Irja Moilanen, Tuula Tamminen & Fredrik Almqvist (toim.) 2000. Lasten
- Solantaus, Tytti. 2001. Lapset ja vanhemman mielenterveydenhäiriö. Teoksessa Inkinen,
Matti (toim.) Näkymätön lapsi aikuispsykiatriassa. Helsinki: Tammi, 41–
45.
- Solantaus, Tytti & Ringbom, Antonia 2004. Miten autan lastani? Opas vanhemmille,
joilla on mielenterveyden ongelmia. Helsinki: Omaiset mielenterveystyön
tukena, Uudenmaan yhdistys.

- Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus 1995. Tautiluokitus ICD-10. Ohjeita ja luokituksia. Helsinki: Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus.
- Välivaara, Christine 2004. Sijoitettu lapsi tunnepyörässä. Menetelmiä ja välineitä lapsilähtöiseen lastensuojeluun. Jyväskylä: Pesäpuu
- Yliherva, Anneli 2002. Piikkikantasista hipaksiin- Lapsen kielenkehitys ja sen tukeminen. Teoksessa Eila Ainali & Tuula Alin (toim.) Kirja kantaa – Tarina tukee. Helsinki: BJT kustannus, 47–57.
- Ylönen, Hilikka 2000. Loihditut linnut. Tampere: Tammi.
- Ylönen, Hilikka 2007. Satulaivan matkassa - sadut lapsen apuna erotessa. Helsinki: Suomen kasvatus ja perheneuvontaliitto ry.
- Ylönen, Hilikka 2008. Sadut hoitavat. Teoksessa Mikko Oranen, Anne Tiainen, Essi Lehtinen & Hilikka Ylönen (toim.) Satuviitta. Helsinki: Tekijät ja Ensi- ja turvakotien liitto, 4-7.

LIITE1: Santeri ja mielimörri

SANTERI JA MIELIMÖRRI



Teksti & Kuvat: Jani Havumäki

ENNEN SADUN LUKEMISTA

Hyvät vanhemmat ja työntekijät.

Tämä satukirja on tarkoitettu luettavaksi lapsille, joiden toinen tai molemmat vanhemmat ovat sairastuneet masennukseen. Sadun tarkoituksena on ottaa masennus puheeksi lapsen kanssa. Satukirjan on tarkoitus olla apuvälineenä perheessä joissa toinen vanhemmista sairastaa masennusta. Tämä kirja ei ole tarkoitettu masennuksen parantamiseen, vaan lapsen kanssa masennuksesta keskusteluun.

On suositeltavaa, että tämän kirjan lopussa olevia keskustelun aiheita käytetään yhdessä perhettä auttavan työntekijän kanssa. Tällainen työntekijä voi olla seurakunnan perheyötä tekevä diakoni, perheneuvolan työntekijä, psykiatri, terapeutti tai joku muu, joka perheen kanssa työskentelee.

Satua voi lukea sellaisenaankin ilman sen lopussa olevaa osiota. Satua voi lukea myös sellaisille lapsille joiden vanhempi ei ole sairastunut masennukseen.

Satukirja on ensisijaisesti tarkoitettu 4-8 –vuotiaille, mutta sitä voidaan lukea myös muun ikäisille.

Satukirjan lopusta löytyy auttavia kysymyksiä lapsen kanssa keskusteluun.

Satu on aina matka, mistä ei tiedä minne päättyy. Hyviä lukuhetkiä.

1 KARHU JA MIELIMÖRRI



Kauan sitten kaukaisen metsän laidalla oli pieni puista rakennettu mökki. Mökissä asui puunhakkaaja vaimoineen. Heillä oli kuusivuotias poika nimeltään Santeri.

Eräänä päivänä Santeri oli tapansa mukaan kävelemässä kaukaisessa metsässä. Hän oli matkalla tapaamaan ystäväänsä herra Karhua. Joka oli luvannut lähteä hänen kanssaan kalastamaan ja keräämään sieniä. Santerista oli mukava tavata herra Karhua, koska tämä oli aina ystävällinen, mukava ja hauska.

Herra Karhun luola oli kaukaisen metsän keskellä ja sinne oli Santerin mökiltä jonkin verran matkaa. Äiti ja isä olivat opettaneet Santerille, että kaukaisessa metsässä täytyy olla valppaana, sillä siellä vaanii pahoja mielimörrejä. Äiti oli kertonut Santerille että, mielimörriä olivat pilvenkaltaisia olentoja, joita oli syytä juosta pakoon. Santeri ei ollut koskaan nähnyt yhtään mielimörriä, mutta oli silti valppaana ja varuillaan, ihan niin kuin vanhemmat olivat käskeneet.

Santeri saapui luolansuulle. Hän näki suulla herra Karhun istuttamat kukat ja polun, joka lähti järvelle. Polun varrelle heidän oli tarkoitus lähteä sienestämään ja siitä jatkaa matkaa järvelle sienestämään. Santeri ei nähnyt herra Karhua luolansuulla odottamassa, vaikka herra Karhu yleensä teki niin.

– Herra Karhu! Oletteko siellä? Santeri huusi luolaan. Pienen hetken jälkeen luolasta kuului väsynyt ääni, joka sanoi:

– Mene pois! En halua tavata sinua tänään.

– Mutta sinä lupasit lähteä kalastamaan ja sienestämään minun kanssa! huusi Santeri takaisin, mihin herra Karhu ärähti takaisin:

– En jaksa nyt! Mene pois!

Santeria hämmästytti suuresti, sillä herra Karhu oli aina ollut ystävällinen ja mukava. Karhu ei ollut koskaan ärhennellyt hänelle ja Santeria alkoi hieman pelottaa. Santeri ei kuitenkaan halunnut antaa periksi vaan meni luolaan sisälle.

Luolan sisällä Santeri etsi herra Karhun saappaat, sieniämpärin ja ongen, ja vei ne herra Karhun viereen sanoen:

– Laitoin nämä valmiiksi. Sinun täytyy lähteä, koska lupasit minulle.

Karhu katsoi Santeria äkäisesti, mutta alkoi kuitenkin pukea saappaita jalkoihinsa.

– No ehkä me voimme käydä nopeasti sienestämässä niin pääsen sinustakin eroon. Sanoi herra Karhu ja otti ämpärin käteensä.

He lähtivät luolan pimennosta päivänvaloon, missä herra Karhu joutui peittämään silmiään. Hän oli viettänyt niin kauan luolan pimennossa aikaa, että sen silmiä sattui kirkas päivänvalo.

– En minä voi lähteä. sanoi herra Karhu suojaten silmiään ja jatkoi:

– Eikä minua kyllä huvittaisikaan.

– Mutta sinun täytyy. Sinun on pakko. Sinä lupasit. Et voi perua nyt. Aloitti Santeri puhetulvan ja toivoi näin saavansa herra Karhun lähtemään kanssaan.

– Etkö sinä usko, kun sanon että minua ei huvita? Minä en jaksa lähteä sinun kanssasi minnekään! Huusi herra Karhu niin kovaa, että Santeri säikähti.

Santeri oli säikähtänyt ja ymmällään. Hän ei ymmärtänyt miksi herra Karhu oli hänelle vihainen. Hän ei ollut omasta mielestään tehnyt mitään väärää. Hän oli vain tullut kalastamaan ja sienestämään. Tekemään juuri niitä asioita, mitkä herra Karhusta olivat mukavia.

– Minä lähden takaisin sisälle. Silmiä sattuu ja sinustakaan ei ole mitään hyötyä. Sanoi herra Karhu ja kääntyi lähteäkseen takaisin sisälle. Siinä samassa Santeri huomasi jotain vieläkin hämmentävää: Karhun niskasta roikkui mustan pilven kaltainen olento, joka tuijotti Santeria vihaisesti.

Santeri säikähti ja hän huusi:

– Sinussa on mielimörri herra Karhu! Sinun pitää päästä siitä eroon.

Herra Karhu suuttui ja karjaisi kuuluvasti:

– Mene pois täältä! Ei ole mitään mielimörrejä. Olet vain sinä, joka häiritset minun lepoani. Häivyy silmistäni, en jaksakaan nähdä sinua enää!

Herra Karhu astui askeleen eteenpäin ja osoitti vihaisena Santerille suuntaa samalla kun huusi hänelle. Santeri pelästyi herra Karhun käytöstä niin kovin, että lähti juosten paikoon Karhun osoittamaan suuntaan.

Santeri ei ollut osannut odottaa tällaista käyväksi ja juoksi peloissaan väärään suuntaan. Hän mietti matkalla koko ajan mitä oli tehnyt väärin. Santeri itki juostessaan, koska hänestä tuntui, että herra Karhu ei välittänyt hänestä ja se oli jotenkin hänen vikansa.

Santeri heittäytyi puunjuureen makaamaan kun hänen voimansa alkoivat loppua juoksemisesta.

2 YSTÄVÄLLINEN PIKKU SIILI



– Hei varoppas vähän! Tuh. Kun istut, niin katsoppas vähän! Tuhtuh. huusi pieni tuhiseva ääni, jostain Santerin lähistöltä. Hän ei nähnyt puhujaa, mutta kysyi itkusta värisevällä äänellä:

– Kuka siellä? En minä mitään pahaa.

– Ai kukako täällä. Tuh. Näet kun nouset minun päältä. Tuhtuh. Vastasi tuhiseva ääni.

Santeri nousi nopeasti ylös, kääntyi ja katsoi maahan. Maassa oli pieni piikikäs siili. Onneksi Santeri ei ollut istunut sen päälle kokonaan vaan hänen paidan helmansa oli osunut siiliin.

– Sinähän olet siili. Totesi Santeri siilille.

– Enkä mikä tahansa siili, tuh, vaan Ystävällinen Pikku Siili. Tuhtuh. Kukas sinä olet? Tuh. Ja mistäs sinä tulet? Tuhtuh. Oli siilin vastaus Santerin toteamukseen.

Ystävällinen Pikku Siili oli nimensä mukaisesti ystävällinen ja pieni. Hän oli ollut käymässä nukkumaan päiväunia lehtikasassaan, kun oli nähnyt Santerin juoksevan metsän keskeltä sen lempipuuta kohti. Siili oli aluksi ajatellut pojan juoksevan ohi, eikä siksi ollut kiinnittänyt tähän mitään huomiota. Kun Santeri melkein istui hänen päällensä,

aikoi hän torua poikaa, mutta nähdessään Santerin kyyneleet hän muutti mielensä ja päätti olla nimensä mukaisesti ystävällinen.

Santeri nosti siilin kädelleen ja esitteli itsensä. Hän kertoi, kuinka herra Karhu oli luvannut lähteä hänen kanssaan kalastamaan ja sienestämään, mutta oli vihaisena perunut molemmat. Hän kertoi, kuinka oli nähnyt mielimörrin, miten herra Karhu oli siihen suhtautunut ja miksi oli lähtenyt juoksemaan. Hän ei kuitenkaan kertonut kokemastaan syyllisyydestä tai pelosta.

– Näin minä siis jouduin tänne. Nyt olen eksynyt, enkä ole varma mistä suunnasta tulin ja minne minun pitäisi lähteä. Santeri lopetti kertomuksensa.

– Etkö pelännyt yhtään? Tuh. Etkö hämmentynyt mistään? Tuhtuh. Sanoi Siili Santerin kertomukseen.

– Nyt kun kysyit, niin kyllä minua vähän pelotti. Vastasi Santeri arasti.

– Mutta kai se oli minulle ihan oikein, kun minä tunnuin herra Karhua häiritsevän. Ja nyt minä häiritсен sinua. Ja varmaan, jos kysyn sinulta tietä, niin sinäkin suutut minulle, koska häiritсен sinua. Hän jatkoi.

Siili katseli aikansa Santeria, yhä tämän kädellä makoillen. Hän tuhisi ja tuumi. Välillä näytti siltä kuin hän olisi alkanut sanomaan jotain, mutta ei sanonutkaan. Sitten hänen silmiin syttyi outo hohde ja se sanoi ystävällisesti:

– En minä sinulle aio vihastua. Tuh. Kyllä sitä saa suunta kysyä. Tuhtuh. Taidan tietää, mikä herra Karhua vaivaa. Tuh. Mielimörri sen sydäntä kalvaa. Tuhtuh. Ei se ole sinun syyksi. Tuh. Vaikka herra Karhu poistumaan pyysi. Tuhtuh. Kuuleppas kaveri, mitäs jos tehtäisiin nyt näin. Tuh. Mennään herra Karhun luokse yhdessä, ettei kaikki käänny väärin päin. Tuhtuh. Minä nimittäin tiedän miten mielimörri voitetaan. Tuh. Tiedän varmasti miten se herra Karhusta irti saadaan. Tuhtuh.

– Onko tämä todella mielimörrin vika? Enkö minä häirinnytkään Karhua? Kyseli Santeri ihmeissään ja laski siilin maahan.

– Et tietenkään. Tuh. Et ollenkaan. Tuhtuh. Tule mennään. Tuh. Muuten myöhästyttään. Tuhtuh.

Sen sanottuaan Ystävällinen Pikku Siili ponkasi juoksuun, kohti sitä suuntaa, mistä oli nähnyt Santerin tulevan. Hän ei päässyt kuitenkaan kovin nopeaan tahtiä sillä Pikku Siili oli nimensä mukaisesti pieni ja pienillä siileillä on pienet jalat. Tämän takia Santerilla ei ollut vaikeuksia ottaa muutamaa nopeaa askelta ja seurata siiliä perästä.

Santerin tullessa Siilin rinnalle tasasivat he kävelyrytminsä yhteen ja alkoivat kävellä kohti herra Karhun pesäluolaa. Santeria pelotti hieman kohdata herra Karhu uudestaan, mutta Ystävällisen Pikku Siilin mukana olo toi sille rohkeutta. Siiliä taas ei näyttänyt pelottavan, päinvastoin, sillä oli päättäväinen ilme kasvoillaan ja se lyllesi tomerasti eteenpäin.

Kävellessään kohti herra Karhun luolaa, Siili kertoi lisää mielimörreistä. Hän kertoi mielimörrien olevan mustia pilvenkaltaisia olentoja, hitaita ja tyhmiä. Ne yrittävät tarrautua pahaa-aavistamattomien kulkijoiden niskaan kiinni ja imeä tältä elinvoimaa. Kulkijan elinvoimaa ne tarvitsevat, että niistä tulisi suurempia. Elinvoimaa imiessään ne saavat kulkijan väsyneeksi ja ärtyneeksi. Niiden puolustusmekanismiin kuuluu se, että heidän uhrinsa alkaa vähitellen unohtamaan mielimörrin olemassaolon.

3 ONNELLINEN LOPPU



Santeri ja Siili saapuivat herra Karhun luolan suulle. Herra Karhua ei näkynyt ulkona, joten he päättelivät Karhun olevan sisällä. Ennen sisälle menoa Santeri kysyi Siililtä:

- Miten mielimörri voidaan voittaa? Kukaan ei ole kertonut minulle siitä.
- Mielimörri ovat vaikeita tapauksia tosiaan. Tuh. Niitä ei ihan hetkessä voitetaakaan. Tuuh. Kuului Siilin vastaus.

Santeri olisi halunnut kysyä uudestaan ja tarkemmin, mutta hän ei ehtinyt, koska Siili oli astunut jo luolan hämärään. Santeri joutui tukahduttamaan kysymyksensä ja lähemmään sen perässä.

Luolassa he löysivät herra Karhun sängyssä vaikeroimasta. Herra Karhu ei ollut kuullut Santerin ja Siilin tuloa luolaan, sillä hän oli keskittynyt tuijottamaan seinään ja miettimään elämänsä hankaluuksia. Siilillä ei ollut ongelmia huomata mielimörriä, koska se oli yhä edelleen Karhun niskassa kiinni. Santerista näytti siltä, että mielimörri olisi kasvanut.

– Kaunista päivää taloon. Tuh. Iloista mieltä tänne pieneen koloon. Tuhtuh. Tervehti Siili herra Karhua. Herra Karhu säpsähti mietteistään ja vastasi ärtyneesti:

– Siili? Miksi häiritset minua pieni siili?

– Sitähän minä vain, että näen mielimörriin saaneen sinut hampaisiinsa. Tuh. Sitähän minä vain, että tämä siili tuli tarjoamaan apuansa. Tuhtuh. Oli Siilin hyväntuulinen vastaus.

Herra Karhun olisi tehnyt mieli vastata pahasti ja kiistää koko mielimörriin olemassa olo, mutta hän oli kuullut huhuja Ystävällisestä Pikku Siilistä, jonka sanottiin olevan viisas ja luotettava eläin. Herra Karhu ei ollut vielä niin mielimörriin vaikutuksen alaisena, että hän ei olisi luottanut Siilin sanoihin. Herra Karhulla ei ollut muuta vaihtoehto kuin todeta:

– Jos sinä niin sanot, niin minä uskon sinua. Mielimörri on saanut minut kiinni. Olen kuullut, että siitä ei pääse eroon, että tällaiseksi minä nyt jään. Joten miten sinä voisit minua muka auttaa?

– Ei se helppoa ole, sen minä sanon. Tuh. Tarvitaan aikaa ja paljon. Tuhtuh. Ensiksi haluaisin sinun kertovan Santeri-pojalle tässä. Tuh. Että vika ja syy eivät ole hänessä. Tuhtuh. Kerro hänelle myös tunteistasi. Tuh. Kerro, että et luovu ystävydestäsi. Tuhtuh.

Herra Karhu teki työtä käskettyä ja kertoi Santerille, että vika ei ollut pojassa. Hän kertoi myös, että Santeri on hänen kaverinsa vaikka hän kuinka sanoisi toisin. Siili kertoi tähän väliin mielimörriin toiminnasta ja siitä kuinka mielimörri saa ihmiset ja eläimet käyttäytymään toisin kuin ennen.

Kun Santeri sai kuulla herra Karhun ärhentelyn oikean syyn, hän rohkaistui ja lopetti syyttämästä itseään Karhun käytöksestä. Santerilla oli silti vielä kysyttävää:

– Mitä minä sitten voin tehdä, että voitamme mielimörriin?

– Sinun täytyy olla ymmärtäväinen ja kärsivällinen karhua kohtaan. Tuh. Vain niillä keinoin voit auttaa. Tuuh. Auttaa myös jos olet hänelle kiltti. Tuh. Niin juuri, oikein tosi kiltti. Tuuh. Siili vastasi ja jatkoi:

– Mutta Santeri ystävään. Tuh. Mielimörri ei katoa noin vain. Tuuh. Siihen tarvitaan aikaa ja ymmärrystä. Tuh. Kovaa työtä ja aherrusta. Tuuh. Sinä autoit jo tarpeeksi. Tuh. Kun toit minut tänne avuksi. Tuuh. Nyt alkaa Karhun tie parempaan. Tuh. Kohti mielimörritöntä elämää. Tuuh

Santeri oli paljon paremmalla mielellä kun oli kuullut, että herra Karhu saisi apua mielimörrin voittoon. Häntä arvelutti yhä, mutta hän luotti Siilin sanoihin. Hän halusi, että herra Karhu paranee ja Siili oli luvannut auttaa sitä.

– Anteeksi, että olin sinulle töykeä ystäväiseni. Lupaam tästä lähin yrittää olla jaksavampi sinun kanssasi. Herra Karhu sanoi vaisusti Santerille, mihin Santeri vastasi:

– Saat anteeksi ystäväni. Nyt kun tiedän miten mielimörriin pitää suhtautua, lupaan ottaa sen huomioon kun teemme jotain yhdessä. Omalta osaltani olen kärsivällinen ja ymmärtäväinen.

– Halataan. Tuh. Nyt kyllä halataan! Huusi siili kun kuuli Santerin ja herra Karhun puheet toisilleen.

Santeri ja herra Karhu yhtyivät Siilin ajatukseen ja halasivat. Siili oli sen verran pieni, että ei kyennyt kunnolla olemaan halauksessa mukana, niin se kiipesi Santerin vaatteita pitkin Santerin hatun päälle ja halasi sieltä molempia.

He viettivät vielä koko loppupäivän yhdessä, kun Siili antoi neuvoja ja keskusteli heidän kanssaan tästä ongelmasta. Kun tuli ilta, lähti Santeri takaisin kotiin. Siitä päivästä lähtien Santeri kävi usein tapaamassa herra Karhua ja teki sen kanssa ensin pieniä asioita yhdessä ja aina vain kuluttavimpia. Tätä jatkui niin kauan kunnes mielimörri saatiin kukistettua. Santeri tapasi säännöllisesti myös Ystävällistä Pikku Siiliä, joka neuvoi ja ohjasi häntä. Ystävällinen Pikku Siili tapasi myös useasti herra Karhua ja auttoi tätä voittamaan mielimörrin.

Näin kävi kauan sitten kaukaisessa metsässä puunhakkaajan aivan normaalille Santeripojalle ja hänen ystävilleen herra Karhulle ja Ystävälliselle Pikku Siilille.

VANHEMPAINOSIO

Kun olette lukeneet sadun lapsen kanssa, voitte alkaa keskustella hänen kanssaan siitä. Olen koonnut tähän loppuun kysymyksiä aiheittain. Voitte keskustella niistä kaikista, tai vain osasta sen mukaan mitä koette tarpeelliseksi.

Tarinan tapahtumat:

- Mitä sinusta tarinassa tapahtuu?
- Jäikö sinulle jotain kysyttävää tarinasta?
- Huomaatko samankaltaisuutta sinun elämässäsi ja tarinan tapahtumissa?
- Päätyikö tarina sinusta onnellisesti?
- Mitä olisi pitänyt lopussa tapahtua, että tarina olisi ollut onnellisempi?
- Mitä sinun elämässä pitäisi tapahtua, että se olisi onnellisempi?

Lapsi kokemus itsestään:

- Onko sinussa ja Santerissa mitään samaa?
- Mitä samaa teissä on?
- Mistä sinun mielestäsi johtuu Santerin käytös?
- Mistä sinun käytös johtuu?
- Miten Santerin käytös pitäisi muuttua?
- Miten sinun käytös pitäisi muuttua?

Lapsi ja masentunut:

- Miten Herra Karhu käyttäytyi?
- Mikä teki hänen käytöksestään erilaista kuin ennen?
- Huomaatko käytöksessä yhtäläisyyksiä tuntemasi henkilöiden kanssa?
- Keiden ja mitä?
- Miltä sinusta heidän käytöksensä tuntuu?
- Mistä heidän käytöksensä johtuu?
- Mitä sinä teet silloin kun he käyttäytyvät niin?
- Mitä sinun mielestäsi pitäisi muuttua, että heidän käytöksensä muuttuisi?

Auttajasta:

- Millainen oli Ystävällinen Pikku Siili?
- Tunnetko ketään hänen kaltaistaan?
- Mitä heissä on yhteistä?
- Miltä heidän käytöksensä sinusta tuntuu?
- Miten he voisivat auttaa sinua?
- Miten he voisivat auttaa Herra Karhun kaltaisia?

LIITE2: Kysymykset lapsille ja vanhemmille

Kysymykset lapsille:

- 1 Millainen tarina oli?
- 2 Oliko sadussa vaikeasti ymmärrettäviä kohtia?
- 3 Mitä sadusta pitäisi muuttaa, että se olisi mielenkiintoisempi?
- 4 Miten koit tarinan päähenkilön Santerin?
- 5 Oliko sinulla mitään yhteistä Santerin kanssa?
- 6 Mikä tekisi Santerista tutumman?
- 7 Millainen oli Herra Karhu?
- 8 Tunnetko ketään Herra Karhun kaltaista?
- 9 Mitä näillä henkilöillä on yhteistä Herra Karhun kanssa?
- 10 Millainen oli Ystävällinen Pikku Siili
- 11 Tunnetko hänen kaltaisia ihmisiä?
- 12 Mitä heillä on yhteistä?
- 13 Oliko Sadun loppu sinulle mieleinen?
- 14 Miten lopusta tulisi onnellisempi?

Kysymykset vanhemmille:

- 1 Joutuiko lapsi keskeyttämään sadun lukemisen, koska ei ymmärtänyt jotakin kohtaa?
- 2 Miten lapsi käyttäytyi kuunnellessaan satua?
- 3 Mitkä olivat lasten iät lukemisen aikana?