

Minttu Tarkka-Kiljander & Essi Tikkanen-Sipola

SATUHIERONTA TUKENA ERITYISLAPSIPERHEIDEN ARJESSA

SATUHIERONTA TUKENA ERITYISLAPSIPERHEIDEN ARJESSA

Minttu Tarkka-Kiljander & Essi Tikkanen-Sipola
Opinnäytetyö
Syksy 2017
Sosiaalialan koulutusohjelma
Oulun ammattikorkeakoulu

TIIVISTELMÄ

Oulun ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan koulutusohjelma

Tekijät: Minttu Tarkka-Kiljander & Essi Tikkanen-Sipola

Opinnäytetyön nimi: Satuhieronta tukena erityislapsiperheiden arjessa

Työn ohjaajat: Päivi Tervasoff & Aira Vähärautio

Työn valmistumislukukausi ja -vuosi: Syksy 2017

Sivumäärä: 52 + 5

Opinnäytetyömme tarkoituksena on kuvailla erityislapsiperheiden vanhempien kokemuksia siitä, miten satuhieronta tukee erityislapsiperheen vuorovaikutusta jaksamisen, läsnäolon ja osallisuuden näkökulmasta. Opinnäytetyömme tavoitteena oli syventää omaa ammatillista osaamistamme ja tuottaa tietoa Oulun seudun omaishoitajat ry:lle erityislapsiperheiden kokemuksista satuhieronnasta arjen tukimenetelmänä. Opinnäytetyön tilaaja voi hyödyntää tuloksia esimerkiksi satuhierontakurssin ja muun aiheeseen liittyvän toiminnan kehittämiseen (Oulun seudun omaishoitajat ry/ Tarina ja Kosketus Oy). Lisäksi opinnäytetyön tilaaja voi hyödyntää työn tuloksia satuhierontakurssin markkinoinnissa ja kohdentamisessa uusiin toimintaympäristöihin. Opinnäytetyömme tilaaja on Oulun seudun omaishoitajat ry ja saimme aiheen järjestön perhetoiminnan kehittäjältä.

Opinnäytetyön teoreettinen viitekehys muodostuu satuhieronnasta ja perheen hyvinvointiin liittyvästä teoriasta. Käsitlemme satuhierontaan oleellisesti liittyvää kosketusta, vuorovaikutusta, sekä erityislapsiperheiden hyvinvointia.

Opinnäytetyömme on kvalitatiivinen eli laadullinen työ. Aineisto kerättiin teemahaastattelulla, joka toteutettiin ryhmä- ja puhelinhaastatteluna haastattelella Oulun seudun omaishoitajat ry:n Satuhierontakurssille syksyllä 2016 osallistuneita erityislapsiperheiden vanhempia. Haastatteluaineiston analysointimenetelmänä käytettiin aineistolähtöistä sisällönanalyysia. Luokat, jotka aineiston analyysissa nousivat esiin, ovat: satuhieronta arjessa, osallisuus, jaksaminen, läsnäolo ja vanhempien ajatuksia palveluntuottajille.

Opinnäytetyön tuloksista ilmeni, että vanhemmat kokivat satuhieronnan hyvänä menetelmänä heidän perheensä arjessa. Satuhieronta oli muokkautunut vastaamaan perheiden yksilöllisiä tarpeita. Perheet käyttivät satuhierontaa erityisesti rauhoittumiseen, rentoutumiseen, kiireettömään yhdessäoloon sekä ristiriitatilanteiden purkamiseen.

Opinnäytetyössämme saimme kerättyä erityislapsiperheiden vanhempien kokemuksia satuhieronnasta. Satuhieronnan tutkimista voitaisiin jatkaa selvittämällä miten pidempikestoinen satuhierontakurssi vaikuttaa perheisiin.

Asiasanat: satuhieronta, erityislapsiperhe, kosketus, hyvinvointi, osallisuus, läsnäolo, jaksaminen

ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences
Social services

Authors: Minttu Tarkka-Kiljander & Essi Tikkanen-Sipola

Title of thesis: Storymassage as support in daily routine for families with children with special needs

Supervisors: Päivi Tervasoff & Aira Vähärautio

Term and year when the thesis was submitted: Fall 2017

Number of pages: 52 + 5

The purpose of our thesis was to describe the experiences of parents who have children with special needs about how storymassage had supported interaction in their families' daily routine, taking a perspective of coping, presence and participation. The goal of our thesis is to further deepen our own occupational competence and to produce information for Oulun seudun omaishoitajat ry of what the experience storymassage as a method has been for families with special needs.

The commissioner of this thesis is Oulun seudun omaishoitajat ry, a Finnish non-profit welfare organization. They can use the results for example to improve their courses of storymassage and other related events. The commissioner of the thesis can use the results to allocate new operational environment and marketing.

The knowledge base of this thesis consists of the concepts of theory about storymassage and the wellbeing in families who have children with special needs. Our concepts are touch, interaction, presence, participation and coping.

This thesis was a qualitative study. The data was collected using a face-to-face group interview and a phone interview with one interviewee. The data of interviews was transcribed and then analyzed by themes. Qualitative research content analysis was used in this thesis. The classes that rose from analyzing the material were storymassage in daily routine, participation, coping, presence and parents' thoughts for service providers.

According to the results parents felt that storymassage is a good method in their day to day life. Storymassage was adapted to meet individual needs of each family. Families used storymassage specially to calm, to relax, to have peaceful time together and to solve conflict situations.

In our thesis we collected experiences of storymassage from parents of families with children with special needs. The effects of storymassage could be further expand by studying how would a longer storymassage-course show on families' day to day life.

Keywords: Storymassage, families with children with special needs, touch, wellbeing, participation, presence, coping

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	6
2	SATUHIERONTA ERITYISLAPSIPERHEIDEN HYVINVOINNISSA	8
2.1	Hyvinvoinnin määritelmiä.....	8
2.2	Lapsiperheen hyvinvointi	9
2.3	Erityislapsiperheen hyvinvointi	11
2.4	Satuhieronta	12
2.4.1	Vuorovaikutus	15
2.4.2	Kosketus	17
3	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN.....	19
3.1	Opinnäytetyön tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymys.....	19
3.2	Metodologiset lähtökohdat.....	20
3.3	Kohderyhmä ja aineistonkeruu	22
3.4	Aineiston analysointi.....	24
3.5	Luotettavuus ja eettisyys	26
4	OPINNÄYTETYÖN TULOKSET	29
4.1	Satuhieronnan toteutus arjessa	29
4.2	Rentoutuminen ja nukahtaminen	31
4.3	Osallisuus.....	32
4.4	Läsnäolo.....	33
4.5	Jaksaminen	34
4.6	Vanhempien ajatuksia	36
5	JOHTOPÄÄTÖKSET	38
6	POHDINTA	42
	LÄHTEET.....	48
	LIITTEET	54

1 JOHDANTO

Lasten ja perheiden hyvinvointi on ollut keskeinen puheenaihe viimeiset viisitoista vuotta. Tutkimusten mukaan jopa joka kolmas lapsi voi huonosti Suomessa. Lasten lisääntynyt levottomuus on herättänyt keskustelua kouluissa ja päiväkodeissa. Lastensuojelun, erityisentuen ja psykiatrisen hoidon tarve on lisääntynyt. (Määttä & Rantala 2016, 17.) Lapsiperheiden hyvinvoinnin kannalta haitallisia muutoksia on ollut useita. Työelämän tahti on kiristynyt ja vanhemmat joutuvat entistä enemmän tasapainoilemaan työn ja kodin välillä. Lisääntyneiden ongelmien ja taloudellisten seikkojen takia terveidenhuollon voimavarat eivät riitä lasten pahoinvoinnin hoitamiseen. (Määttä & Rantala 2016, 18–19.)

Emma & Elias on avustusohjelma, jonka päämääränä on edistää perheiden ja lasten terveyttä ja sosiaalista hyvinvointia. Avustusohjelmaan valittujen projektien kautta pyritään vahvistamaan vanhemmuutta, lisäämään aikuisten yhteistä vastuuta sekä edistämään lasten osallisuutta. Oulun seudun omaishoitajat ry:n Hyvinvoiva perhe HYPE-hanke on yksi Emma & Elias -avustusohjelmaan valituista projekteista (Emma & Elias 2016b, viitattu 5.12.2016.) Sen tavoitteena on tukea perheen kokonaisvaltaista hyvinvointia läsnäolon, jaksamisen ja osallisuuden alueilla (Emma & Elias 2016a, viitattu 16.9.2016). Satuhieronta on yksi menetelmistä, joiden avulla HYPE-hankkeessa pyritään edistämään erityislapsiperheiden hyvinvointia, muun muassa tukemalla vanhemmuutta sekä vanhempien ja perheen muiden lasten välistä suhdetta. Kurssin avulla pyritään myös tukemaan erityislasten vapaa-ajan viettoa, lisäämään koko perheen yhteenkuuluvuutta ja vahvistamaan sisaruussuhteita. (Jämsén 2016.)

Satuhieronta on leikinomainen menetelmä, jossa yhdistetään sadut, tarinat ja mielikuvitus kosketukseen ja kevyeen hierontaan. Satuhieronnan avulla on mahdollista vaikuttaa ihmisen fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin. (Tuovinen 2014, 12–13.) Satuhieronta on myös aikuisen hyvinvoinnin tukemista, he voivat saada siitä voimaa ja apua jaksamiseen (Tuovinen 2014, 124). Satuhieronta antaa paljon myös hierojalle: myönteinen kosketus rauhoittaa ja verenpaine sekä sydämensyke laskevat. Hieroja ankkuroituu käsillä olevaan hetkeen, kun kosketus kuvittaa ja tarinoi. Syliä ja hellyyttä voi huomata tarjoavansa paljon useammin kuin ennen. Myös suhde lapseen voi muuttua. Aikuiset saattavat tiedostamattaan kylvää levottomuutta lapseen. Rauhoituessaan itse satuhieronnan vaikutuksesta, he peilaavat rauhan myönteisesti lapseen. (Tuovinen 2014, 124.)

Oulun seudun omaishoitajat ry järjesti vuonna 2016 satuhierontakurssin erityislapsiperheille. Tällaisten perheiden kokonaisvaltainen tukeminen on erittäin tärkeää, sillä erityistä tukea tarvitseva lapsi on usein haaste koko perheen hyvinvoinnille. Tutkimusten mukaan vanhemmilla, joilla on vammaisen lapsi, on keskimääräistä vähemmän sosiaalisia kanssakäymisiä, suurempi todennäköisyys eroihin sekä mielenterveysongelmiin. Kognitiivinen kehitys ja tasavertaiset kaverisuhteet ovat keskimäärin alhaisempia lapsilla, joiden sisaruksilla on jokin krooninen sairaus. (Reichman, Corman & Noonan 2008, 680.) Vanhemmuus erityislapsiperheessä koetaan usein haastavana. Arkea voi kuormittaa emotionaaliset-, sosiaaliset- ja taloudelliset tekijät. Vanhemmat voivat uupua ja huoli lapsista saattaa vaikuttaa koko perheen arkeen. Vanhemmilla on aina vastuu kaikista sisaruksista. (Oulun seudun omaishoitajat ry 2016, viitattu 12.9.2016.)

Opinnäytetyömme tarkoituksena on kuvailla erityislapsiperheiden vanhempien kokemuksia siitä, miten satuhieronta tukee erityislapsiperheen vuorovaikutusta jaksamisen, läsnäolon ja osallisuuden näkökulmasta. Tavoitteenamme on syventää omaa ammatillista osaamistamme ja tuottaa tietoa Oulun seudun omaishoitajat ry:lle erityislapsiperheiden kokemuksista satuhieronnasta arjen tukimenetelmänä.

Kuulimme ensimmäistä kertaa satuhieronnasta ensimmäisenä opiskeluvuonna Oulun ammattikorkeakoulun vapaavalinnaisella kurssilla. Satuhieronnasta kävi luennoimassa itse menetelmän kehittäjä Sanna Tuovinen. Innostuimme välittömästi ja tiesimme haluavamme työskennellä jatkossa satuhieronnan parissa. Noin vuotta myöhemmin Salla Jämsén kävi kertomassa Hyvinvoiva Perhe eli HYPE-hankkeesta syventävällä erityisen tuen tarve lapsilla ja nuorilla -kurssilla ja hän kertoi satuhieronnasta menetelmänä erityislapsien kanssa. Hän vinkkasi, että aiheesta olisi mahdollisuus tehdä opinnäytetöitä ja siitä prosessi käynnistyi.

Osallistuimme itse satuhierontakurssin jokaiselle toimintakerralle, jotta pääsisimme vanhempien kanssa tutuiksi. Kerroimme heti ensimmäisellä tapaamiskerralla opinnäytetyön aiheesta ja se tuntui saavan positiivisen vastaanoton vanhempien keskuudessa. Lähtökohtana opinnäytetyölle on ollut erityislapsiperheiden kokemusten kuvailu satuhierontakurssista. Haastattelimme yhtä vanhempaa perheestä. Toteutimme satuhierontakurssilla käyneiden vanhempien haastattelun teemamuotoisena ryhmähaastatteluna ja puhelinhaastatteluna. Opinnäytetyömme on kvalitatiivinen ja kuvaileva.

2 SATUHIERONTA ERITYISLAPSIPERHEIDEN HYVINVOINNISSA

Hyvinvointi on keskeinen termi opinnäytetyössämme, joten määrittelemme sitä tämän luvun alussa. Määrittelemme hyvinvointia aluksi yleisemmin ja sen jälkeen kerromme lapsiperheen hyvinvoinnista ja erityislapsiperheen hyvinvoinnista. Hyvinvointi on hyvin laaja käsite, joten selvennämme lopuksi, miten hyvinvointi on tähän opinnäytetyöhön rajattu. Tässä luvussa kerromme myös teoriaa satuhieronnasta, mitä se on ja millä tavoin satuhieronnalla voidaan vaikuttaa ihmiseen ja hyvinvointiin. Käsittelemme kappaleen lopussa myös vuorovaikutusta ja kosketusta, jotka ovat satuhieronta-menetelmän pohjalla. Vuorovaikutus ja kosketus –osioiden tarkoituksena on syventyä satuhierontaan.

2.1 Hyvinvoinnin määritelmiä

Yleisellä tasolla puhuttaessa hyvinvoinnilla (engl. well-being) tarkoitetaan ihmisen onnellisuuden, terveyden, tai menestyksen tilaa ja termiä on tietävästi käytetty ensimmäisen kerran jo vuonna 1582 (Merriam-Webster 2016, viitattu 4.12.2016). Hyvinvoinnille ei ole olemassa yhtä määritelmää, joka olisi hyväksytty maailmanlaajuisesti. Voidaan kuitenkin sanoa, että hyvinvointiin liittyy positiivisia tunteita ja mielialoja, tyytyväisyys omaan elämään, sekä onnistuminen joka päiväisissä toiminnoissa. Yksinkertaistettuna, hyvinvointia voidaan kuvata positiivisella elämänasenteella ja hyvillä tuntemuksilla. Eri alojen tutkijat ovat tutkineet hyvinvointia ainakin seuraavista lähtökohdista: fyysinen hyvinvointi, taloudellinen hyvinvointi, sosiaalinen hyvinvointi, tunnepohjainen hyvinvointi, psykologinen hyvinvointi ja tyytyväisyys omaan elämään. (National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion 2016, viitattu 5.12.2016.)

Yhteiskuntatasolla hyvinvointia mitataan usein objektiivisesti aineellisten ja rahallisten tekijöiden näkökulmasta. Yhden henkilön kokemaan subjektiiviseen hyvinvointiin liittyy kuitenkin paljon muitakin osa-alueita, kuten esimerkiksi ihmissuhteet ja ympäristötekijät. (Hoffrén, Lemmetyinen & Pitkä 2010, 8.) Suomessa yleisesti hyväksytyn hyvinvointi-käsitteen on määritellyt Erik Allardt vuonna 1976. Allardtin mukaan hyvinvoinnilla on kolme ulottuvuutta: having (elinolot ja elintaso), loving (yhteisöön liittyvät suhteet) ja being (mahdollisuudet toteuttaa itseään ja olla arvostettu). Tämän määritelmän pohjalla on ihmisen perustarpeet, joiden on tultava tyydytetyiksi, jotta ihminen voisi hyvin. Elintason ulottuvuuteen kuuluu muun muassa ihmisen terveydentila, varallisuus ja työllisyys.

Ihmissuhteet ja tarve kuulua johonkin liittyvät yhteisyyssuhteiden ulottuvuuteen. Ihmisellä on tarve kokea olevansa ihmisenä arvokas ja turvassa sekä olla arvostettu muiden silmissä. Myös mahdollisuus toteuttaa itseään harrastusten ja työn kautta sekä osallistuminen ja vaikuttaminen yhteiskuntaan ovat ihmisen perustarpeita ja liittyvät itsensä toteuttamisen ulottuvuuteen. (Forss & Vatula-Pimiä 2014, 21.)

Minkkinen (2011) on puolestaan käsitellyt hyvinvointia nimenomaan lasten näkökulmasta ja jakanut hyvinvointikäsitteen seuraaviin neljään toisiinsa vaikuttavaan osa-alueeseen: fyysinen hyvinvointi, sosiaalinen hyvinvointi, materiaallinen hyvinvointi ja psyykkinen hyvinvointi. Fyysinen hyvinvointi käsittää lapsen terveydentilan, fysiologisten perustarpeiden tyydytyksen ja psykosomaattiset tuntemukset. Sosiaalinen hyvinvointi käsittää lapsen sosiaaliset suhteet ja kanssakäymiset. Materiaalisella hyvinvoinnilla viitataan käytettävissä oleviin materiaallisiin resursseihin. Psyykkinen hyvinvointi käsittää psyykkisen toimintakyvyn, emootiot ja kognitiiviset toiminnot. Sen voidaan myös nähdä toimivan välittävänä tekijänä muiden hyvinvoinnin osa-alueiden välillä. (Minkkinen 2011, 63–64.)

2.2 Lapsiperheen hyvinvointi

Määttä ja Rantalan mukaan lapsiperheen hyvinvoinnin lähteitä ovat äidin, isän ja lasten hyvinvointi, vanhemmuuden ja parisuhteen laatu, perheet elinolot ja toimeentulo, sekä perheen läheisten ihmisten tuki. Lapsen kasvuympäristön arjella on merkittävä vaikutus sekä lasten että vanhempien hyvinvointiin. (Määttä & Rantala 2010, 66, 23.)

Lapsen ja perheen hyvinvointi koostuu useista eri tekijöistä, mutta yksi perusedellytyksistä on turvallisuuden tunne. Sinkkosen mukaan turvallinen kiintymyssuhde syntyy lapsen eläessä ennakoitavassa maailmassa, joka sisältää arjen joustavaa säännöllisyyttä sekä hoivaajan reaktioiden johdonmukaisuutta. Turvallisuutta on se, että lapsi voi ilmaista kaikki tunteensa ja luottaa, että aikuinen auttaa häntä selviytymään lapsen tunnekuohuista hylkäämättä tätä. Lasta tulee suojella liialta stressiltä ja ylistimulaatiolta. (Sinkkonen 2008, 270.) Lapsi tarvitsee niin fyysistä, psyykkistä kuin sosiaalistakin turvaa. Turvan tarjoamisen keskitien perustuu lapsen ja aikuisen väliseen luottamussuhteeseen, jolloin pystytään määrittämään muun muassa mikä on tarpeeksi ja milloin turvaa tarvitaan. (Tamminen 2004, 81.)

Yleisesti ottaen osallisuudella tarkoitetaan sitä, että ihminen toimii osana jotakin yhteisöä, kuten koulu, työpaikka tai harrasteporukka. Osallisuus ilmenee yhteisön jäsenten arvostuksena, luottamuksena ja tasavertaisuutena. Myös mahdollisuus vaikuttaa omassa yhteisössään on tärkeää osallisuuden tunteen kannalta. Yhteiskunnan mittakaavassa osallisuudella tarkoitetaan tasavertaista mahdollisuutta koulutukseen, työhön, toimeentuloon, asuntoon, terveyteen, ja sosiaalisiin suhteisiin. (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2016, viitattu 7.11.2016.) Samoja periaatteita noudattaen osallisuus perheen sisällä liittyy siis yhdessä tekemiseen sekä tasapuolisuuteen. Lasten tasapuolista kohtelua korostettaessa on muistettava, että jokainen perheeseen syntynyt lapsi tulee ”erilaiseen” perheeseen. Perheeseen vaikuttaa aina sen hetkinen taloudellinen ja sosiaalinen tilanne, lapsen persoonallisuus, lasten lukumäärä, vanhempien ikä ja kokemukset. Jokaiseen perheen lapseen rakennetaan yksilöllinen suhde. (Pihlaja & Viitala 2004, 18–19.) Lasten osallisuuden edistämiseen liittyvässä VALOSA-hankkeessa osallisuus on jaoteltu kotiosallisuuteen, kouluosallisuuteen ja kuntaosallisuuteen. Kotiosallisuuteen liittyen vanhempainillassa syksyllä 2013 kysyttiin vanhemmilta käsityksiä siitä, mitä kotiosallisuus on ja mitä se ei ole. Esiin nousi muun muassa lapsen huomioiminen, yhteisen ajan vietto, kannustaminen ja rohkaisu, kuulluksi ja nähdyksi tuleminen ja henkinen läsnäolo: kuunnellaan lasta, eikä samalla katsota tv:tä. Yleisesti vastauksissa toistui yhdessä oleminen ja yhdessä tekeminen. (Suomen Vanhempainliitto ry 2016, viitattu 10.11.2016.)

Kouluikäisille lapsille tehdyssä lapsiasiavaltuutetun toimiston kyselyssä ilmeni, että aikuisten läsnäolo on tärkeää lasten hyvinvoinnille (Aula 2011, 14). Läsnäolosta puhuttaessa käytetään usein termiä ”tietoinen läsnäolo”, jolla tarkoitetaan sitä, että ihminen on täysin tietoinen siitä, mitä tapahtuu juuri nyt eikä läsnäoloon liity minkäänlaisia suodattimia tai arvostelua. Tietoinen läsnäolo koostuu kehon ja mielen tiedostamisesta ja hetkessä elämisestä, se on tapa olla välittömässä yhteydessä omaan elämään. (Stahl & Goldstein 2011, 37, 40.) Ihminen on tietoisesti läsnä tekemisen hetkessä, kun mieli on mukana tekemisessä (Takanen 2013, 17).

Riittävät perheen sisäiset voimavarat ovat tärkeä edellytys perheen hyvinvoinnille. Perheen sisäisiin voimavaroihin lukeutuu tiedot, luottamus, selviytymiskeinot, kokemukset ja elämänhallinnan tunne. Perheenjäsenten yhteenkuuluvuuden tunne ja luottamus perheenjäsenten tukeen ovat voimavarojen perusta. Keskinäinen luottamus kehittyy perheessä, josta se välittyy lapselle. Perheen ulkoisia voimavaroja ovat sosiaaliset tukiverkostot kuten esimerkiksi lähisuku, päiväkotitoiminta, koulu ja kuntoutuksen eri muodot. Yksilö määrittelee oman hyvinvointinsa perheensä ja läheistensä kautta (Ojanen, Ritmala, Sivén, Vihunen & Vilén 2013, 14–15.) Vanhempien voimavaroja kuormittaa muun muassa stressi, epävarmuus vanhempana, vanhemmuuden roolin sovittaminen arkielämään ja

työelämään, parisuhdeongelmat sekä vaikeiden tunteiden hallinta. Myös monet viimeaikaiset muutokset, kuten perherakenteiden ja perheen arjen monimutkaistuminen, ovat haaste erityisesti perheen voimavaroille. (Määttä & Rantala 2010, 66.)

Sinkkosen (2008, 18) mukaan muun muassa kansalaisilla ja järjestöillä on tärkeä tehtävä tiedon ja tuen jakamisessa perheille ja vanhemmille. Sinkkosen mukaan lasten vanhempia pitäisi säästää liialliselta stressiltä ja esimerkiksi järjestöjen pitäisi toimillaan mahdollistaa se, että perheet voisivat viettää riittävästi aikaa yhdessä. Perheiden tukemiseen tarvitaan kuitenkin yhteiskunnan eri tasojen toimijoiden panostus. (Sinkkonen 2008, 18.)

2.3 Erityislapsiperheen hyvinvointi

Erityislapsiperheessä on määritelmän mukaan yksi tai useampi erityistä tukea tai hoivaa tarvitseva lapsi tai nuori (Oulun seudun omaishoitajat ry 2016, viitattu 12.9.2016). Tämä määritelmä ei ole kuitenkaan kovin täsmällinen, sillä ei ole olemassa yksiselitteistä määritelmää sille, millainen lapsi on erityislapsi ja siten erityisen tuen tarpeessa. Esimerkiksi eri asiantuntijoilla on asiasta erilaisia näkemyksiä, eikä Suomen laissa suoraan määritellä millainen lapsi tarvitsee erityistä hoitoa. Erityislapsen määrittely on selkeämpää, jos lapselle on tehty kuntoutussuunnitelma, tai hänellä on avustaja tai jokin muu tukitoimi (Heinämäki 2004, 22–23.)

On olemassa vain vähän tutkimustietoa siitä, mitä vaikutuksia erityislapsella on koko erityislapsiperheen hyvinvointiin. Tutkimusten mukaan avio-, ja asumiseron todennäköisyys kasvaa perheillä, jossa vastasyntyneellä lapsella on vakava sairaus tai terveysriski. Erään tutkimuksen mukaan vanhemmilla, joilla on vammaisen lapsi, on vähemmän sosiaalisia kanssakäymisiä kuin vanhemmilla joilla ei ole vammaista lasta. Psykologian kirjallisuuden mukaan on lisäksi viitteitä siitä, että eräillä lastensairauksilla on yhteyksiä vanhempien ja sisaruksien mielenterveysongelmiin. Myös kognitiivinen kehitys ja tasavertaiset kaverisuhteet ovat keskimäärin alhaisempia lapsilla, joiden sisaruksilla on jokin krooninen sairaus. (Reichman, Corman & Noonan 2008, 680.)

Vaikka erityistä hoivaa tarvitsevan lapsen vaikutusta perheen hyvinvoinnille ei tunnetakaan kovin tarkasti, voidaan sanoa, että vanhemmuus erityisperheessä on usein haastavaa ja monille vanhemmille osaamattomuus vanhempana voi tulla jo varhain vallitsevaksi tunteeksi. Arkea voivat

kuormittaa entisestään emotionaaliset-, sosiaaliset- ja taloudelliset tekijät. Vanhemmat voivat uupua ja huoli lapsista saattaa vaikuttaa koko perheen arkeen. Vanhemmilla on aina myös suuri vastuu vammattomista sisaruksista. (Oulun seudun omaishoitajat ry 2016, viitattu 12.9.2016.)

Oulun seudun omaishoitajat pitävät arjen sujuvuutta keskeisenä seikkana erityislapsiperheen hyvinvoinnin kannalta (Oulun seudun omaishoitajat ry 2016, viitattu 12.9.2016). Myös Määttä ja Rantala (2010, 23) painottavat lasten kasvuympäristön sujuvuuden vaikutusta lapsen hyvinvointiin. Kun kotona arki on sujuvaa, vanhempien voimavaroja riittää lasten kehityksen tukemiseen sekä omasta ja parisuhteen hyvinvoinnista huolehtimiseen (Oulun seudun omaishoitajat ry 2016, viitattu 12.9.2016). Vanhempien vointi heijastuu puolestaan lapsen toimintaan ja monesti vanhempia tukemalla voidaan parhaiten auttaa pientä lasta (Pihlaja & Viitala 2004, 18–19; Määttä & Rantala 2010, 23).

Tässä opinnäytetyössä keskitytään erityislapsiperheen hyvinvointiin erityisesti HYPE-hankkeen hyvinvointimallin näkökulmasta, jossa keskiössä on läsnäolo, jaksaminen ja osallisuus. (Emma & Elias 2016a, viitattu 16.9.2016). Tutkimusten mukaan näistä erityisesti jaksaminen nousee tärkeäksi teemaksi erityislapsiperheiden tapauksessa.

2.4 Satuhieronta

Satuhieronta on Sanna Tuovisen kehittänyt menetelmä, jossa on haluttu yhdistää kaksi lapsen kasvun ja kehityksen kannalta tärkeää asiaa: satu ja hyvä kosketus. Satuhieronta on lapsen ja turvallisen aikuisen yhteistä aikaa ja läsnäoloa. Satuhieronta antaa mahdollisuuden opetella muun muassa tunteiden ilmaisua ja ymmärrystä, itsensä ja muiden arvostamista ja sosiaalisia vuorovaikutustaitoja. (Tuovinen 2014, 7–8.)

Satuhieronta on leikinomainen menetelmä, jossa yhdistetään sadut, tarinat ja mielikuvitus kosketukseen ja kevyeen hierontaan. Satuhieronnassa kosketuksella kuvitetaan tarinaa hierottavan kehoon. Kosketuskuvitusta voi tehdä selkään, käsiin, jalkoihin ja pään alueelle. Hierottavan ja hierojan on helpompi pysyä läsnä hetkessä, kun tarinaa kerrotaan kahden eri aistikanavan kautta. Nämä läsnäolon hetket lähentävät hierojaa ja hierottavaa, syntyy luottamuksellinen yhteys. (Tuovinen 2014, 12–13.)

Satuhieronnalla voidaan kuvitella olevan psyykkisiä, fyysisiä ja sosiaalisia vaikutuksia. Satuhieronnalla voi olla psyykkisiä vaikutuksia henkilön hyvinvointiin. Se vahvistaa luottamus- ja kiintymyssuhdetta hierojan ja hierottavan välillä ja antaa jakamattoman huomion hetkiä. Menetelmä tukee itsetuntoa ja antaa oman arvon kokemuksia. Kyseessä on menetelmä, joka kehittää luovuutta ja tukee oppimista. Saduilla voidaan lievittää pelkoa, ahdistusta ja opetella tunnetaitoja. Satuhieronnalla on mahdollisuus vaikuttaa fyysiseen hyvinvointiin. Sen avulla voidaan esimerkiksi kehittää motoriikkaa ja kehonhallintaa sekä lievittää kipu- ja särkytiloja. Tätä menetelmää voidaan myös käyttää rauhoittumiseen ja rentoutumiseen, stressinhallintaan sekä nukahtamisen apuna ja unenlaadun parantamiseksi. Satuhieronnan avulla voidaan vaikuttaa sekä hierojan, että hierottavan sosiaaliseen hyvinvointiin. Menetelmä luo positiivista ilmapiiriä ja yhteisiä hyvän olon hetkiä, jolloin toisen läsnäolosta nautitaan. Sen avulla voidaan kehittää lapsen sosiaalisia taitoja ja antaa nähdä ja kuulla tulehmissen kokemuksia. (Tuovinen 2014, 12–13.)

Satuhierontaa voi käyttää erilaisissa tilanteissa: rauhoittumiseen ja auttamaan lasta kiukun, levottomuuden ja pettymyksen hetkinä. Näihin tilanteisiin on myös erilaisia satuja, joissa liikkeet aktivoivat tai rentouttavat. Satuhieronta voi auttaa ylikierroksilla käyvää lasta rauhoittumaan. Tuovinen toteaa kirjassaan, että juuri vilkkaat ja levottomat lapset voivat saada nopeasti hyötyä satuhieronnasta. (Tuovinen 2014, 15, 19, 21.)

Kosketuksen kautta huomioimme toista ja tulemme itse huomatuksi. Kuulija myös vastaanottaa puhutun viestin paremmin, jos häntä samalla koskettaa. Vain vastavuoroisuuteen perustuen, kosketus voi toimia rentouttavana ja positiivisena. Hierottavan on ilmaistava lupa kosketukseen joko sanallisesti tai eleellä. Satuhieronnassa on kyse vain myönteisestä kosketuksesta. (Tuovinen 2014, 32–33.)

Suurin turvallisuuden tunteen tuoja on kiintymys läheisiin ihmisiin. Lapselle turvallinen yhteys on sitä, että aikuinen vastaa lapsen tunnetarpeisiin ja luottamusta siihen, että on aikuiselle tärkeä ja arvokas. Lapsen kiintymyssuhde muodostuu siitä, kuinka ennustettavasti ja luotettavasti aikuinen vastaa lapsen läheisyyden tarpeisiin. Parhaimmillaan lapsi voi luottaa vanhemman rakkauteen, jolloin muodostuu perusturvallisuus, mikä on varhaislapsuuden tärkein kehitystehtävä. Aikuisen kyky ilmaista aitoja ja myönteisiä tunteita liittyy turvallisen kiintymyssuhteen luomiseen. Kosketuksella ja jakamattomalla huomiolla lapselle osoitetaan rakkautta. Satuhieronnan avulla voidaan vahvistaa kiintymyssuhdetta. (Tuovinen 2014, 41–43.)

Lapsella stressi voi näyttäytyä pidättyväisyytenä, eli lapsi ei päästä aikuista lähelleen, tai riippuvuutena, jolloin lapsi ei päästä aikuista silmistään. Stressiä voi ilmentää myös syrjään vetäytyminen, passiivisuus, ylivilkkaus, levottomuus, ilottomuus tai aggressiivisuus. Tällöin lapsi tarvitsee apua, hänen hermostonsa on vasta kehittymässä ja lapsen on hyvin vaikea selvitä stressaavasta tilanteesta ilman aikuisen tukea. Satuhieronnalla voi auttaa lasta stressaavissa tilanteissa. Kun stressitaso laskee, lapsella on mahdollisuus innostua, luoda uutta ja oppia. Lapsi ei välttämättä pysty itsenäisesti rentoutumaan, vaan saattaa esimerkiksi motorisella yliaktiivisuudella saada itsensä jaksamaan väsymyksestä huolimatta. Tällöin rauhoittumiseen tarvitaan pysäyttävä aistikokemus. Säännöllisellä, myönteisellä kosketuksella kehitetään lapsen stressinhallintaa, sillä kosketus rakentaa aivoihin soluyhteyksiä. Hoitava kosketus vahvistaa myös keskushermoston tervettä kehittymistä. Turvallisuuden kokemus on inhimillisen kasvun ja kehityksen perusta. Yksi tehokkaimmista keinoista vahvistaa lapsen turvallisuudentunnettaan, on myönteinen kosketus. (Tuovinen 2014, 46, 51–52, 63.)

Lapsen fyysisiin, psyykkisiin ja emotionaalisiin tarpeisiin vastaaminen on erityisen tärkeää, koska lapsen minuus rakentuu fyysisten kokemusten varaan. Lapsen ympäristö niin kotona kuin kodin ulkopuolella välittää viestin siitä, kuullaanko lapsen viestit ja vastataanko lapsen tarpeisiin. (Karjalainen, Sinervo & Rajala 2016, 36–37.) Tuovinen (2014, 142) kirjoittaa kuulleensa, että muutosten ja haasteiden keskellä lapset ovat omaehtoisesti pyytäneet satuhierontaa, ikään kuin olisivat sisäisesti tunnistaneet, että läsnäolo, kosketus, ja satujen viestit auttavat heitä kestämaan paremmin elämän stressitekijöitä.

Rajalan ja Sinervon opinnäytetyön tuloksissa kerrotaan, että varhaiskasvatuksessa säännöllisesti toteutettuna satuhieronta luo positiivista kasvatusilmapiiriä. Satuhieronta rauhoittaa vilkasta ja rohkaisee herkkää lasta, sekä tukee ryhmässä sosiaalisten taitojen opettelua. Menetelmän avulla lapset oppivat hyväksymään ja ottamaan toiset huomioon. Opinnäytetyön tulosten mukaan myös lasten keskittymiskyky parani ja he saivat apua stressaavissa tilanteissa. (Karjalainen, Sinervo & Rajala 2016, 36–37.)

Myös hierojaa rauhoittuu myönteisestä kosketuksesta, jolloin verenpaine ja syke laskevat. Hieroja syventyy käsillä olevaan hetkeen, kun hän kuvittaa kosketuksella ja tarinoi. Syliä ja hellyyttä voi huomata tarjoavansa paljon useammin kuin ennen. Myös suhde lapseen voi muuttua. Aikuiset saattavat tiedostamattaan kylvää levottomuutta lapseen. Rauhoituessaan itse satuhieronnan vaikutuksesta, he peilaavat rauhan myönteisesti lapseen. (Tuovinen 2014, 124.)

Satuhieronnasta on olemassa erilaisia variaatioita ympäri maailman. Satuhieronta ei aina ilmene satuhieronta-termillä, mutta teoksia ja tutkimuksia löytyy kosketuksen, hieronnan ja sadun yhdistävillä hauilla. Atkinson ja Hooper (2014) ovat kirjoittaneet teoksen *Once Upon a Touch...: Story Massage for Children*. Teoksessa kerrotaan satuhieronnan olevan yksinkertainen, hauska ja vuorovaikutuksellinen tapa jakaa positiivisen vuorovaikutuksen hyötyjä kaikenikäisten, eri kehitystasoisten lasten kanssa. Hyötyjä ovat muun muassa mielen ja kehon rauhoittuminen, jännityksen lieventyminen sekä kumulatiivisten stressioireiden helpottuminen. Lisäksi teoksessa puhutaan satuhieronnasta välineenä kasvattaa lapsen sanavarastoa, lisätä huomio- ja keskittymiskykyä sekä kehittää lapsen itsetuntoa, itsetietoisuutta ja itsevarmuutta. (Atkinson & Hooper 2014, viitattu 30.10.2017.)

Ruotsissa on tehty tutkimusta positiivisen kosketuksen vaikutuksesta lapseen. Satuhieronta on tunnettu Ruotsissa nimikkeillä *massagesaga* tai *barnmassage*. Ruotsissa on tehty jonkin verran opinnäytetöitä, joista ilmenee samoja positiivisen kosketuksen vaikutuksia kuin mitä Suomessa on todettu. Muun muassa Ahlander, Cederlund ja Holmqvistin tutkimuksessa tekijät kokivat, että hieronta tai kosketus tukevat lapsen sosiaalista kehittymistä. Lapsen empatiakyky ja usko muihin kehittyvät ja luo pohjaa yhteistyölle. Kosketus koetaan tärkeänä, koska se rentouttaa ja rauhoittaa. Lapsihieronta tai kosketus on tekijöiden mielestä hyvä väline kaikille lapsille, erilaisiin tarpeisiin. (Ahlander ym. 2008, viitattu 30.10.2017.)

2.4.1 Vuorovaikutus

Vuorovaikutus on ihmisen välistä kanssakäymistä, jossa on vähintään kaksi ihmistä. Vuorovaikutus koostuu sanallisesta ja sanattomasta viestinnästä. Viestinnän avulla luodaan suhde toiseen ihmiseen. Sanallisen viestinnän lisäksi ihminen käyttää vuorovaikutustilanteissa esimerkiksi eleitä, ilmeitä, äänenpainoja ja kosketusta. (Kauppila 2005, 28.)

Kauppilan (2005) mukaan eräiden tutkijoiden mukaan sosiaalisesta kanssakäymisestä keskimäärin 60 prosenttia on sanatonta viestintää. Ihmisen eleet ja ilmeet ovat voimakas tapa ilmaista omaa mielentilaa. Ihminen oppii varhain tunnistamaan eri ilmeitä. Sanattomaan viestintään kuuluu kosketus, jonka avulla välittyy muun muassa turvallisuuden ja rakkauden viestit. Kosketukselle on aikojen saatossa syntynyt kulttuuriin sidonnaiset normit. (Kauppila 2005, 33.)

Lapsi kehittyy ja kasvaa sosiaalisissa vuorovaikutussuhteissa häntä hoitavien henkilöiden kanssa. Vuorovaikutussuhteiden määrä ei korvaa laatua. Laadukkaan vuorovaikutuksen merkitys on keskeistä lapsen kehityksessä. (Pihlaja & Viitala 2004, 12.)

Pienen lapsen luontainen tapa olla vuorovaikutuksessa on toimia koko kehollaan. Lapsi hakee kosketusta ja rauhoittuu kosketuksesta. Vauva alkaa muodostaa muistiinsa kuvaa omista rajoistaan, kun häntä kosketetaan. Lapsen hyväileminen, silitely ja suukottelu välittävät lapselle, että hänen ruumiinsa on hyvä. Koskettelu ei lakkaa lapsen ohitettua vauvaiän, vaan hyväily ja koskettelu ovat tärkeitä lapsen kaikissa kehitysvaiheissa. Erittymisen tärkeyttä koskettelu on lapselle silloin, jos jokin muu aisteista on vaillinaisen, kuten näkövammaisilla. (Kurvinen, Neuvonen, Siven, Vartiainen, Vihunen & Vilén 2006, 142.)

Vanhempien hoivan pitää olla lapsen ikäkauden ominaisiin tarpeisiin mukautuvaa ja siinä tulee huomioida ajankohtaiset kehityshaasteet. Lapsen viesteille pitää olla sensitiivinen, tunnistaa tunteita ja niiden tarkoitukset ja virittäytyä niihin. Sanaton vuorovaikutus on tärkeää ja lasta tulee suojella vahingoilta sekä rajoittaa tämän vapautta. (Sinkkonen 2008, 269.)

Dunderfeltin mukaan erityisesti lapset kokevat tunneilmapiiirin ympärillään hyvin voimakkaasti. Sanojen ja tekojen lisäksi perheen vuorovaikutuksessa välittyvät tunnelmat, tunteet sekä voimien viestinnän ilmiöt. (Dunderfelt 2016, 82.) Arjen kiireessä voi usein käydä, että kiinnitämme huomiota ihmisen puheeseen ja kehon viestien analysoimiseen, emmekä ehdi kiinnittää huomiota omiin tai muiden ihmisten sisäisiin kokemuksiin tai vuorovaikutuksen laatuun. Toisen ihmisen ajatusmaailman syvempään tuntemiseen vaaditaan empatiakykyä ja eläytymistä, joka taas vaatii paneutumista sekä tietoista läsnäoloa. Lähemmäksi ihmistä voi päästä, jos huomio suunnataan katseella, kuuntelulla ja läsnäololla. (Dunderfelt 2016, 123–124.)

Lapsi kokee turvallisuutta pienissä toistuvissa arkipäiväisissä vuorovaikutustilanteissa, nämä tilanteet tukevat lapsen kasvua. Hyvät, toistuvat vuorovaikutustilanteet opettavat lapselle arvostamista, nähdäksi tulemistä, luottamista elämään ja hyvän vuorovaikutuksen rajoja. Kaiken vuorovaikutuksen pohjalla on lapsen persoonan kunnioittaminen. (Mattila 2011, 23.)

2.4.2 Kosketus

Myla ja Jon Kabat-Zinn (2011, 193) toteavat kirjassaan kosketuksen olevan elinehto. Kosketus voi olla yhdistävä kokemus, sillä emme voi koskettaa olematta kosketettuja. Se on myös yksi tapa tietää, että emme ole yksin. Kosketus asettaa meidät yhteyteen maailman kanssa ja luo tietoisuutta. Esimerkiksi hellässä syleilyssä oleminen juurruttaa meidät kehoihimme ja herättää yhteyden aistimuksen. Vanhempi kunnioittaa lapsen koko olemusta, kun häntä kosketetaan tietoisesti, hellyydellä ja kunnioituksella. Kosketuksen tavasta riippuen, voimme tuntea itsemme rakastetuiksi, hyväksytyiksi, arvostetuiksi, jopa sivuutetuiksi, halveksituiksi tai loukatuiksi. Tämä nuorena koettu positiivinen kosketus, turvallisuuden ja välittämisen tunne opettaa lapsen olemaan kosketuksissa omien tunteidensa kanssa.

Kosketus ja ihmisten välinen kehollinen läheisyys tuottavat turvallisuutta, rentoutta ja rauhaa. Ihminen voi hyvin ollessaan lähellä niitä, joista pitää. Lapsi, joka etsii äidin tai isän sylistä turvaa, tarvitsee läheisyyttä ja kosketusta. Jopa aikuiset tarvitsevat suhteissaan kehokontaktia tunteakseen itsensä pidetyksi. (Moberg 2007, 122.) Rakkautta voi osoittaa lapselle antamalla hänelle jakamattoman huomion ja mahdollisuuden nauttia myönteisestä kosketuksesta. Kun on läsnä hetkessä ja pysähtyy tarkkailemaan lapsen ja aikuisen välistä viestintää, josta suurin osa on sanatonta, huomaa, että katseella voi myös kertoa välittämisestä. Kun täyttää lapsen tunne-elämän tarpeita, esimerkiksi kuulluksi ja nähdyksi tulemisen tarpeen, katsekontaktin osuus on ratkaiseva. (Tuovinen 2014, 42.)

Kosketus on yksi tavoista, jotka viestivät ihmisten välisestä yhteydestä. Tietynlainen kosketus tyynyttää ja vähentää stressiä, toisenlaiset nostavat vireystasoa. Eniten rauhoittaa tasainen, rytminen silittäminen. Kosketusärsykkeet kulkevat syvällä aivoissa oleviin alueisiin, kun alueiden hermoverkopiirit aktivoituvat yhdessä ja niiden välinen toiminta vakiintuu, jäsentyy oman kehon ja sen ulottuvuuksien kuva. Kosketusärsykkeet kulkevat myös sydämeen ja keuhkoihin. Syke hidastuu ja joustavoituu, mikä hidastaa ja syventää hengitystä, tämä rentouttaa koko elimistöä. (Sajaniemi, Suhonen, Nislin & Mäkelä 2015, 93).

Ihmisen kosketusviestintä alkaa jo sikiöaikana, kun vatsassa oleva sikiö tuntee silitykset vatsanpeitteiden läpi. Kosketus pysyy merkityksellisenä kuolemaan asti, jopa senkin jälkeen, kun muut aistit ovat pettäneet. (Sajaniemi, Suhonen, Nislin & Mäkelä 2015, 93).

Lapset tarvitsevat kosketusta sekä kivun, hätäannuksen ja väsymyksen tuomien pahojen tunteiden rauhoittamiseen, että yhteisen ilonpidon ja mielihyvän vahvistamiseen. Mielihyvä, joka tuntoaistin kautta välittyy iholta, samalla sitoo lasta yhteisöön. Yhteisöllisyyden vahvistaminen on myös apinoiden keskinäisen rapsuttamisen ja muiden sosiaalisille eläimille tyyppillisten kosketusmuotojen ydintehtävä. (Mäkelä 2011, 30.)

Kosketuksen rauhoittavaa ilmiötä selittää oksitosiini. Englantilainen tutkija Sir Henry Dale löysi vuonna 1906 aivoista aineen, joka nopeutti synnytystä. Hän nimesi löytämänsä hormonin oksitosiiniksi. Tällä hormonilla on todettu eläinkokeissa olevan monia positiivisia vaikutuksia. Matalilla oksitosiinipitoisuuksilla rohkeus ja uteliaisuus heräävät. Oksitosiinin ansioista yksilöiden välille syntyy enemmän sosiaalisia kontakteja. Korkeilla oksitosiinipitoisuuksilla on rauhoittava ja nukuttava vaikutus. Myös kivuntunto alentuu, jos oksitosiinin erittyminen on toistuvaa, kivunlievitys on voimakkaampi ja pitkäkestoisempi. Oksitosiinin ansioista oppiminen helpottuu niillä yksilöillä, joilla normaalisti on oppimisvaikeuksia. Uskotaan, että useimmat näissä eläinkokeissa ilmenneistä vaikutuksista ilmenevät myös ihmisessä. Koska ihmiskokeita ei yleensä tehdä, ihmisiä koskevat havainnot perustuvat oksitosiinin luonnolliseen vapautumiseen ja sen mukanaan tuomiin muutoksiin. (Moberg 2007, 79-86.)

Eläinkokeissa on todistettu, että sekä veren että aivojen oksitosiinipitoisuudet nousevat erityyppisten positiivisten toistettujen ihoärsykkeiden, eli kosketuksen, yhteydessä. Jos kosketusta toistettiin, vaikutus oli voimakkaampi. Rauhoittavat vaikutukset, joita kosketus sai aikaan, syntyi tietyllä viiveellä ja ne voivat kestää pitkään viimeisen käsittelyn jälkeen. Helpoiten rauhoitusvaikutus saatiin aikaan vatsapuolelta silittämällä verrattuna selkäpuolen silitykseen. Tätä selittää se, että takapuolella olevaa ei näe, mikä käynnistää puolustusreaktion, sillä vaaran arviointi on vaikeaa. (Moberg 2007, 115–116.) Kosketuksen suotuisat vaikutukset ihmislapsen kasvulle ja terveydelle on havaittu. Useissa lastenkotilapsista tehdyissä tutkimuksissa on osoitettu, että lasten kasvuun ei vaikuta ainoastaan ruoka. Ilman kosketusta lapsen kehon ravinnon varastointi kärsii ja lapsi pysyy laihana, vaikka saisi riittävästi ruokaa. (Moberg 2007, 117.)

Toista koskettaessa huomioimme hänet ja tulemme itse huomatuksi. Parhaimmillaan kosketus onkin juuri huomioimista ja huomatuksi tulemista. Kuulijalle välittyy myös paremmin sanallinen viesti, kun samanaikaisesti koskettaa. Silloin kun sanoja ei ole, kosketuksen kautta voi kommunikoida. (Tuovinen 2014, 32.)

3 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN

Opinnäytetyömme toimeksiantaja on Oulun seudun omaishoitajat ry. Toteutimme opinnäytetyön kvalitatiivisena tutkimuksena, jossa aineisto kerättiin haastattelemalla erityislapsiperheiden vanhempia, jotka osallistuivat syksyllä 2016 toimeksiantajamme järjestämälle satuhierontakurssille yhdessä lapsensa kanssa. Haastattelumenetelmänä käytimme teemahaastattelua, joka toteutettiin sekä ryhmähaastatteluna että puhelinhaastatteluna. Tässä luvussa kerromme opinnäytetyön tarkoituksen, tavoitteet ja tutkimuskysymyksen sekä käsittelemme opinnäytetyön metodologisia lähtökohtia, kohderyhmää ja aineistonkeruuta sekä aineiston analysointia. Lopuksi selvennämme työn luotettavuutta ja eettisyyttä.

3.1 Opinnäytetyön tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymys

Opinnäytetyömme tarkoituksena on kuvata erityislapsiperheiden vanhempien kokemuksia siitä, miten satuhieronta tukee erityislapsiperheen vuorovaikutusta jaksamisen, läsnäolon ja osallisuuden näkökulmasta. Aiheemme rajautui yhteistyötahomme kautta erityislapsiperheiden kokemuksiin satuhieronnasta, sillä tästä näkökulmasta ei ole tietämyksemme mukaan aiemmin tehty tutkimusta. Me rajasimme vielä tutkimusteemaa siten, että keskityimme ainoastaan vanhempien näkökulmaan, sillä opinnäytetyön laajuuden rajoissa ei ollut mahdollista haastatella sekä vanhempia että lapsia.

Opinnäytetyömme tavoitteena on saada erityislapsiperheiden kokemukset kuuluviin ja tuottaa tietoa, miten satuhieronta toimii erityislapsiperheiden arjen tukimenetelmänä. Työn tuloksia voidaan hyödyntää esimerkiksi satuhierontakurssin ja muun aiheeseen liittyvän toiminnan kehittämiseen (Oulun seudun omaishoitajat ry/ Tarina ja Kosketus Oy). Opinnäytetyön tilaaja voi hyödyntää työn tuloksia myös satuhierontakurssin markkinoinnissa ja kohdentamisessa uusiin toimintaympäristöihin. Perheiden kokemusten jakaminen ja saadun hyödyn näyttäminen voivat myös lisätä perheiden osallistumista tuleville kursseille. Myös yhteistyötahot ja rahoituskumppanit näkevät, mitä tuloksia satuhieronnalla saadaan aikaan. Lisäksi työ voi antaa lasten ja nuorten parissa työskenteleville uusia näkökulmia satuhieronnan merkityksestä ja satuhieronnasta työmenetelmänä.

Opinnäytetyöprosessin aikana tavoitteenamme on kehittää osaamistamme sosiaalialan tutkinto-ohjelman (AKM) kompetensseissa. Arvioimme kehittyneemme erityisesti seuraavissa sosiaalialan tutkinto-ohjelman kompetensseissa eli osaamistavoitteissa: eettinen osaaminen, kriittinen ja osallistava yhteiskuntaosaaminen sekä tutkimuksellinen kehittämis- ja innovaatio-osaaminen. (Innokylä 2017, viitattu 19.10.2017.) Opinnäytetyömme tietoperusta ja etenkin haastattelujen tuottamat kertomukset vahvistivat käsityksiämme epätasa-arvoa ja hyvinvointia edistävästä rakenteista ja prosesseista. Haastattelut tuottivat tietoa koskien erityislapsiperheiden toiveita, tarpeita ja kehittämisajatuksia. Haluamme tutkimuksellamme puolustaa haavoittuvassa asemassa olevien ihmisten etua, sekä tuoda vastuullisille toimijoille julki erityislapsiperheiden kohtaamaa epäoikeudenmukaisuutta. Olemme työllämme yrittäneet edistää erityislapsiperheiden osallisuutta ja mahdollisuuksia vaikuttaa tuomalla heidän äänensä kuuluviin. Olemme tutkimuksellamme tuottaneet tietoa yhteistyökumppanillemme toimintakäytäntöjen kehittämiseksi. Eettisten periaatteet ja ohjeet ovat työmme perusta.

Tutkimuskysymys vastaa siihen, mitä käsiteltävästä aiheesta halutaan tutkia tai tietää. (Puusniekka & Saaranen-Kauppinen 2006, viitattu 24.11.2017). Opinnäytetyön tutkimustehtävään etsittiin vastausta satuhierontakurssin kävijäperheiden vanhempien kokemusten avulla. Tutkimuskysymyksemme on:

Miten satuhieronta tukee perheen vuorovaikutusta jaksamisen, läsnäolon ja osallisuuden näkökulmasta?

3.2 Metodologiset lähtökohdat

Opinnäytetyömme on laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus. Lähtökohtana laadullisessa tutkimuksessa on todellisen elämän kuvaaminen. Valitsimme kvalitatiivisen tutkimusmenetelmän, sillä halusimme opinnäytetyössämme paljastaa ja tuoda esille mahdollisimman kokonaisvaltaisesti kohdehenkilöidemme havaintoja ja kokemuksia. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 157.) Lisäksi määrällinen tutkimuksen toteuttaminen ei olisi ollut käytännössä mahdollista rajallisen osallistujamäärän takia.

Satuhierontaa on tutkittu, mutta aiempaa tutkimustietoa nimenomaan erityislapsiperheiden kokemuksista satuhieronnasta ei ole. Laadullista tutkimusta käytetään pääsääntöisesti silloin, kun ei ole teorioita, jotka selittäisivät tutkimuksen kohteena olevaa ilmiötä (Kananen 2014, 16). Kohdejouk-
komme valikoitui tarkoituksenmukaisesti. Työn kohdejoukkona olivat erityislapsiperheet, jotka osal-
listuivat syksyllä 2016 järjestetyille satuhierontakurssille. (Hirsjärvi ym. 2007, 160.)

Olemme opinnäytetyössämme esittäneet haastateltavien näkemykset mahdollisimman autentti-
sina. Tämän vuoksi valitsimme aineistonhankintametodiksi haastattelun, joka toteutettiin kahden
henkilön ryhmähaastatteluna sekä yhden henkilön puhelinhaastatteluna. Haastattelu oli alun perin
tarkoitus toteuttaa ryhmähaastatteluna. Eräs haastateltava henkilö kertoi meille kuitenkin etukä-
teen, ettei pääse osallistumaan ryhmähaastatteluun määrättynä päivänä. Meille osoittautui mah-
dollisuus tehdä puhelinhaastattelu hänen kanssaan. Haastattelu on menetelmänä joustava ja se
tukee hyvin tutkittavien omia kokemusten esilletuomista (Hirsjärvi & Hurme 2001, 34). Haastatte-
lutilanteessa ollaan kielellisessä vuorovaikutuksessa haastateltavan kanssa, tämän vuoksi haas-
tattelussa on mahdollisuus motivoida henkilöitä ja täsmentää kysymyksiä. Haastattelun avulla oli
myös mahdollisuus saada kuvaavia esimerkkejä, joita yhteistyökumppanimme pyysi. (Hirsjärvi &
Hurme 2001, 34–36.) Yksilöhaastatteluun verrattuna ryhmähaastattelu helpottaa haastattelukerto-
jen aikojen sopimista, haastattelujen toteutusta ja haastatteluaineiston litterointiin kuluva-aikaa.
Haastattelun luotettavuutta saattaa heikentää, jos haastateltavat antavat niin sanotusti sosiaalisesti
suotavia vastauksia. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 35, 63.) Ryhmähaastattelussa saadaan paljon tietoa
samanaikaisesti usealta vastaajalta. Ryhmän positiivinen puoli on se, että muut jäsenet voivat aut-
taa, jos kysymys on muistinvaraisista asioista. Haasteena on, että ryhmässä saattaa olla domi-
noivia henkilöitä, jotka pyrkivät määräämään keskustelun suunnan, seikat täytyy huomioida tulok-
sia tulkittaessa ja johtopäätöksiä tehdessä. (Hirsjärvi, Remes ym. 2009, 211.) Puhelinhaastattelun
etuna on, että haastattelijan eikä haastateltavan tarvitse matkustaa aineistonkaruun vuoksi. Tästä
ei silloin aiheudu myöskään matkakustannuksia. Puhelinhaastattelun suunnittelussa haastetta tuo
aikataulujen sovittaminen siten, että haastattelu aika olisi haastateltavalle paras mahdollinen (Ju-
vakka & Kylmä 2007, 88).

Valitsimme opinnäytetyöhömmme haastattelumenetelmäksi teemahaastattelun. Teemahaastatte-
lussa keskitytään tiettyihin teemoihin, joista keskustellaan haastattelun aikana. Tarkoituksenamme
on selvittää haastateltavien subjektiiviset näkemykset ja mahdollisesti syventää saatuja tietoja. Ky-
seessä oli aihe-alue, josta ei ole tehty paljon tutkimusta ja halusimme kartoittaa tuntematonta tut-
kimusaluetta. Puolistrukturoidussa haastattelumenetelmässä eli teemahaastattelussa kysymykset

ovat kaikille samat, mutta vastauksia ei ole annettu vastausvaihtoehtojen mukaan. Tämä tarkoittaa sitä, että haastateltava voi vastata omin sanoin. Kohdennetun haastattelun ominaispiirteisiin kuuluu, että haastateltavat ovat kokeneet tietyn tilanteen ja haastattelu suunnataan tutkittavien henkilöiden subjektiivisiin kokemuksiin. Mielestämme teemahaastattelu mahdollistaa sen, että haastattelussa mahdollisesti esiin nousevia ennalta määäämättömiä teemoja voi lisätä myöhemmin opinnäytetyön teemoihin. (Hirsijärvi & Hurme 2001, 35, 47–48.) Teemahaastatteluun ei varsinaisesti kuulu tarkasti määritetyt kysymykset, riittää että päälinjoja on hahmoteltu ja on valmiiksi laadittuja tukikysymyksiä. Kysymykset voidaan jakaa niiden sisällön mukaan karkeasti kahteen ryhmään: tosiasiakysymyksiin ja mielipidekysymyksiin. Teema-haastattelussa on periaatteena, että kaikki kysymykset ovat avonaisia. (Hirsijärvi & Hurme 2001, 106.)

Jotta tutkija voisi laatia teemahaastattelun aiheet, täytyy hänellä olla ennakonäkemys ilmiöstä. Teemoilla varmistutaan siitä, että tutkija keskusteluttaa haastateltavia kaikista niistä asioista, jotka liittyvät ilmiöön. (Kananen 2014, 77.) Ennen haastattelua olimme laatineet opinnäytetyöllemme tietoperustan, minkä pohjalta laadimme haastattelua varten alustuskysymykset (liite 1) ja teemahaastattelurungon (Liitteet 2 ja 3). Alustuskysymykset ovat laajoja ja helppoja, niillä on tärkeä rooli siinä, että haastateltava kokee osaavansa vastata kysymyksiin. Kun haastateltava saa puhua itseään kiinnostavista asioista ja hänen valitsemastaan näkökulmasta, se motivoi hänet haastatteluun. (Hirsijärvi & Hurme 2001, 107.)

3.3 Kohderyhmä ja aineistonkeruu

Tutkimuksemme kohdistui Oulun seudun omaishoitajat ry:n Satuhierontakurssille syksyllä 2016 osallistuneisiin erityislapsiperheisiin. Päädyimme jättämään lapset pois kohderyhmästä, sillä heitä varten olisi pitänyt etsiä muita menetelmiä kerätä kokemuksia. Koemme saavamme riittävästi tietoa vanhempia haastatteleamalla, sillä he pystyvät tuomaan esille omia ja perheidensä kokemuksia.

Osallistuimme osana opinnäytetyön prosessiamme Oulun seudun omaishoitajat ry:n järjestämälle satuhierontakurssille, joka pidettiin 11.10.- 8.11.2016 välisenä aikana. Kurssikertoja perheille oli viisi. Kurssi oli erityislapsiperheen vanhemmalle ja lapselle. Tavoitteenamme oli kokea kurssi, oppia satuhieronnasta ja tulla tutuksi perheille, joita meidän oli tarkoitus haastatella. Ensimmäinen kurssikerta oli tarkoitettu vain vanhemmalle, siellä tutustuttiin satuhierontamenetelmään ja muihin kurssilaisiin, sekä hälvennettiin huolia, joita vanhemmilla oli kurssille osallistumiseen liittyen. Kerroimme heti ensimmäisellä tapaamiskerralla opinnäytetyön aiheesta ja se tuntui saavan positiivisen

vastaanoton vanhempien keskuudessa. Kokeilimme vanhemmille suunnatulla kerralla toisillemme satuhierontoja, jotta idea olisi tuttu, kun vanhemmat saapuvat kurssille lastensa kanssa. Ensimmäisen satuhierontakerran jälkeen kurssille osallistui myös lapset. Kurssille kuului aina alkujooga, leikkiä ja erilaisia satuhierontoja sekä iltapala.

Yhteistyötaho oli suunnitellut haastattelun toteutuvan aikaisemmin, kuin olimme itse ajatelleet. Haastattelukysymysten ja opinnäytetyön suunnitelman laatimisessa tuli kiire. Olisimme kaivanneet opinnäytetyön suunnitelman laatimisessa enemmän tukea ja ohjausta, jotta olisimme saaneet suunnitelman nopeammin ohjaajillemme. Saimme ohjaajalta suullisen hyväksynnän suunnitelmaan ja luvan toteuttaa haastattelu. Kun olimme saaneet ohjaavilta opettajilta luvan hakea tutkimuslupaa, otimme yhteyttä yhteistyökumppaniimme, lähetimme heille opinnäytetyön suunnitelman ja laaditut kysymykset. Yhteistyötahon kommenttien jälkeen muokkasimme hieman kysymyksiä. Tutkimusluvan saatuaamme toteutimme haastattelut.

Olimme kysyneet kurssille osallistuneilta vanhemmilta sopivinta haastattelun ajankohtaa ja valinneet päivän, mikä sopi mahdollisimman monelle. Lähetimme haastattelukutsun sähköpostitse kaikille kurssille osallistuneille. Satuhierontakurssille osallistui yhteensä seitsemän perhettä, haastattelimme kolmea satuhierontakurssille osallistunutta vanhempaa. Kaksi näistä haastateltavista pääsi ryhmähaastatteluun. Tarjosimme puhelinhaastattelun mahdollisuutta ensimmäisen kerran joulukuussa 2016, jolloin vanhemmat saivat valita heille sopivimman haastatteluajan 7.-21.12.2016 välisenä aikana kello 8-19. Yksi vanhemmista osallistui puhelinhaastatteluun joulukuussa 2016. Yhteistyökumppanin toiveesta tarjosimme puhelinhaastattelumahdollisuutta uudelleen tammikuussa 2017. Tammikuussa yksi vanhemmista ehdotti haastatteluajankohtaa, mutta muista koulumenoista johtuen emme pystyneet tuolloin järjestämään haastattelua. Haastattelimme yhteensä kolmea vanhempaa eri perheistä.

Ryhmä- ja puhelinhaastattelukerroilla kertosimme haastattelun alussa opinnäytetyömme aiheen, kerroimme menetelmästä ja aineistonkeruusta sekä opinnäytetyön anonymiteetista. Varmistimme haastateltavilta, että heille sopii haastattelun tallentaminen ääninauhurille selventäen, että nauhoitteet tulevat vain meidän käyttöömme. Kerroimme myös poistavamme äänitteet opinnäytetyön valmistuttua. Selvitimme opinnäytetyömme aikataulun ja sovimme, että yhteistyötaho laittaa osallistuneille sähköpostia vielä opinnäytetyön valmistuttua. Jaoimme haastatteluissa roolit siten, että en-

simmaisessa haastattelussa toinen meistä oli haastattelijana ja toinen huolehti, että kaikki kysymysrunгон kysymykset käytiin läpi ja teki samalla muistiinpanoja. Puhelinhaastattelussa vaihdoin rooleja. Näin molemmat saivat olla haastattelijoina.

Ryhmähaastattelun tilaksi sovittiin ennalta yhteistyötahomme toimitilat, jossa satuhierontakurssi oli myös järjestetty. Muut työntekijät olivat jo lähteneet, joten tila oli ilta-aikaan erittäin rauhallinen ja haastatteluun sopiva. Haastateltavia odoteltaessa tarjolla oli iltapalaa. Pyrimme haastatteluissa saamaan ilmapiiriin mahdollisimman rennoksi ja avoimeksi. Nauhoitimme ryhmämuotoisen haastattelun audiotallentimella, joka oli sijoitettu haastateltavien ja haastattelijoiden keskelle, jotta kaikkien ääni kuuluisi yhtä hyvin. Yhteistyökumppanimme edustaja istui hieman etäämmällä. Testasimme tallentimen toimivuuden ennen haastattelua. Ryhmähaastattelussa pyrimme saamaan osallistujien kokemukset kuuluviin tasapuolisesti. Haastatteluissa pyrimme pysymään aiheen käsitelyssä neutraalina ja jättämään tilan haastateltaville sekä esittämään tarvittaessa tarkentavia kysymyksiä.

Puhelinhaastattelun tilaksi saimme koululta meluttoman ja haastattelun tekemiseen soveltuvan audiovisuaalisen työskentelyn tilan. Puhelinhaastattelun äänittämiseen käytimme ACR-sovellusta, joka tallensi puhelun. Olimme ennakkoon testanneet puhelinhaastattelun tekoa varten puhelimen nauhoitus-ominaisuutta. Puhelinhaastattelussa selvensimme enemmän kysymyksiä, kuin ryhmähaastattelussa.

3.4 Aineiston analysointi

Tallennetut aineistot litteroimme sanatarkasti tietokoneille, eli kirjoitimme laadullisen aineiston sananaisesti puhtaaksi. Aineiston kirjoittaminen sana sanalta on tavanomaisempaa kuin päätelmien tekeminen suoraan äänitteiltä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 222.) Äännähdyksillä, äänensävyillä ja pienillä tauoilla puheessa ei ollut merkitystä asian sisällön kannalta, joten jätimme ne pois litteroinnista. Jaoimme haastattelumateriaalit niin, että kumpikin sai litteroitavaksi yhden haastattelukerran. Olimme jakaneet haastatteluvastuun molemmilla kerroilla ja nyt litteroimme sen materiaalin, missä olimme itse muistiinpanojen tekijänä, emme haastattelijoina. Litteroinnin teimme tahoillamme tietokoneillemme hyödyntäen Microsoft Office Word –tekstinkäsittelyohjelmaa. Koko aineiston litterointiin kului yhteensä 14 tuntia ja suoritimme työn 11 päivässä. Litteroitua tekstiä

syntyi 46 minuutin ja 58 sekunnin sekä 47 minuutin ja 32 sekunnin pituisista haastattelu-materiaaleista yhteensä 21 sivun verran. Noudatimme litteroidessa ja analysoidessa tutkimuksen eettisiä periaatteita, ja suojelimme haastatteluun osallistuneita henkilöitä siten, ettei haastateltavien tai heidän perheenjäsentensä nimet ilmene materiaaleissamme (Juvakka & Kylmä 2007, 153).

Valitsimme opinnäytetyöhömmme aineistolähtöisen sisällönanalyysin, sillä halusimme saada haastateltujen kertomukset mahdollisimman hyvin esille. Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissa ei ole etukäteen sovittuja tai harkittuja analyysiyksiköitä, vaan ne valitaan aineistosta tutkimuksen tarkoituksen ja tehtävänasettelun mukaisesti. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 94.) Analysoimme aineiston induktiivisella sisällönanalyysilla, jonka Miles ja Huberman (1994) kuvaavat kolmivaiheiseksi prosessiksi, johon kuuluu 1) aineiston redusointi eli pelkistäminen, 2) aineiston klusterointi eli ryhmittely sekä 3) abstrahointi eli teoreettisten käsitteiden luominen (Tuomi & Sarajärvi 2009, 108).

Aineiston analyysi alkoi, kun kuuntelimme haastattelut läpi ja litteroimme eli kirjoitimme ne auki. Luimme molemmat haastattelut ja perehdyimme niiden sisältöihin. Pelkistimme aineistoa korostamalla aineistosta tutkittavaa ilmiötä kuvaavia tekstinosia, eli miten satuhierontaa toteutetaan arjessa, miten jaksaminen, osallisuus ja läsnäolo ilmenevät aineistossa (Juvakka & Kylmä 2007, 117). Käytimme apuna pelkistämisessä ja ryhmittelyssä Microsoft Office Word –ohjelmaa ja eri värejä käyttämällä korostimme litteroidusta tekstistä ilmaisuja, jotka liittyivät tutkimustehtäväämme. Siirsimme korostetut kohdat uudelle Word-asiakirjalle (Juvakka & Kylmä 2007, 117). Aineistosta pelkistyi helposti tekstinpätkät, mitkä liittyivät tutkimuskysymykseemme, sillä tutkimuskysymyksemme on melko rajaava. Samalla kun pelkistimme tekstiä, merkkasimme pelkistyksen kohdalle omilla tahoillamme luokituksen, joka kuvasi pelkistystä. Ryhmittelimme tekstinosat, joille olimme jo antaneet alustavat luokitukset. Alustavien luokitusten avulla etsimme aineistosta samankaltaisuuksia koskevia käsitteitä (Tuomi & Sarajärvi 2009, 108, 110-112).

Aineiston analyysin tarkoituksena on järjestää aineisto tiiviiseen ja selkeään muotoon, jotta tutkitavasta ilmiöstä voidaan tehdä luotettavia ja selkeitä johtopäätöksiä. Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissa saadaan tutkimustehtävään vastaus yhdistämällä käsitteitä, tätä yhdistelyä jatketaan niin kauan kuin se on aineiston sisällön näkökulmasta mahdollista. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 108, 110-112.) Lähdimme analyysiin avoimin mielin. Abstrahointi, eli teoreettisten käsitteiden luonti ja aineiston luokittelu syntyivät kuitenkin hyvin nopeasti, sillä haastattelukysymyksissämme oli esillä tärkeitä työmme käsitteitä. Nämä käsitteet nousivat vahvasti myös aineistosta esille, joten

meidän ei tarvinnut jatkaa käsitteiden luokittelua pitkään (Liite 4). Ennen tulosten laatimista ja johtopäätöksiä kirjaamista, olimme lukeneet aineiston useita kertoja läpi ja tehneet muistiinpanoja. (Eskola 2001, 145).

3.5 Luotettavuus ja eettisyys

Laadullista tutkimusta arvioidaan kokonaisuutena, joten sen sisäinen johdonmukaisuus, eli koherenssi, on tärkeää: tutkimusraportin osilla täytyy olla suhde toisiinsa. Laadullisessa tutkimuksessa tutkimuksen kohteena on ilmiö, ei tutkittavien määrä. Luotettavuuden arvioinnin vuoksi on syytä myös miettiä, miksi tutkimus on omasta mielestä tärkeä. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 140.) Olemme pyrkineet johdonmukaisuuteen ja asioiden selkeään ilmaisuun opinnäytetyötä raportoidessamme. Opinnäytetyöstämme ilmenee myös, miksi aiheemme on perusteltu ja mielestämme tärkeä. Tutkimuksen luotettavuustarkastelun edellytyksenä on opinnäytetyön riittävä dokumentaatio, lisäksi täytyy muistaa valintojen ja ratkaisujen perustelu. (Kananen 2014, 150-151.)

Hirsjärven, Remeksen & Sajavaaran (2009, 232-233) teoksessa kerrotaan ydinasioiksi laadullisessa tutkimuksessa henkilöiden, tapahtumien ja paikkojen kuvaukset. Olemme perustelleet tekemiämme ratkaisuita ja kuvanneet prosessin mahdollisimman tarkasti. Tutkijan tarkka selostus tutkimuksen toteuttamisesta kohentaa laadullisen tutkimuksen luotettavuutta. Tarkkuus koskee tutkimuksen jokaista vaihetta. Aineiston tuottamisen olosuhteet tulee kertoa selvästi ja totuudenmukaisesti. Toteutimme haastattelututkimuksen, minkä osalta on tärkeää kertoa olosuhteista ja paikoista, joissa aineistot kerättiin samoin kuin haastatteluihin käytetty aika, mahdolliset häiriötekijät, virhetulkinnat haastattelussa ja tutkijan oma itsearviointi tilanteesta. Myös tulosten tulkintaan pätee sama tarkkuuden vaatimus, lukijalle on kerrottava ja perusteltava millä perusteella tutkija esittää tulkintoja, mihin päätelmät perustuvat. Lukijoita auttaa, jos tutkimusta rikastutetaan suorilla haastatteluotteilla. (Hirsjärvi, Remes & Sajaravaara 2009, 232-233.) Mielestämme edellä mainitut luotettavuuteen vaikuttavat tekijät on otettu opinnäytetyön raportoinnissa huomioon ja ne ilmenevät raporttia luettaessa.

Olemme tietoisia siitä, että ryhmähaastatteluun osallistunut yhteistyökumppanimme on saattanut vaikuttaa saamiimme vastauksiin. Myös haastateltavien sen hetkinen mieliala ja haastattelun ai-

heidän henkilökohtaisuus ovat voineet vaikuttaa haastatteluiden luotettavuuteen ja sitä kautta aineistosta saataviin tuloksiin. Ryhmähaastattelulle varattu aika saattoi luoda osallistujille kiireen tuntua, eikä välttämättä anna hiljaisimmille osallistujille aikaa avautua.

Laadullisessa tutkimuksessa validiutta voidaan tarkentaa käyttämällä tutkimuksessa useita menetelmiä. Tätä tutkimusmenetelmien yhteiskäyttöä kutsutaan triangulaatioksi. Tutkijatriangulaatio tarkoittaa, että tukijoita on useampia aineistonkerääjinä ja erityisesti tulosten analysoijina ja tulkitsoijina. Litteroinnin jälkeen vaihdoimme aineistot ristiin, eli toteutimme tutkijatriangulaatiota, ja kävimme läpi materiaalia induktiivisesti. Molemmat tutkijat tekivät omalla tahollaan korostuksia, pelkistämistä ja ryhmittelyä. (Hirsjärvi ym. 2009, 233.) Haastattelujemme luotettavuutta lisää se, että olemme molemmat olleet paikalla haastatteluissa. Haastattelutilanteessa toisella oli aina vastuu haastattelun vetämisestä ja toinen toimi muistiinpanojen tekijänä ja kysymysrungon seuraajana.

Satuhierontakurssin esittelykerralla esittelimme itsemme vanhemmille ja kerroimme mistä korkeakoulusta tulemme, miksi olemme satuhierontakurssilla. Jo tämän ensimmäisen kerran jälkeen meille ilmaistiin kiinnostus osallistua tutkimukseen. Ennen haastattelua olimme sähköpostitse yhteydessä haastateltaviin, lähetimme heille saatekirjeen (liite 5), jossa selvennettiin opinnäytetyön tarkoitus, aineistonkeruun toteutustapa ja aineiston käsittely. Saatekirje lähetettiin kaikille syksyllä 2016 satuhierontakurssille osallistuneille vanhemmille. Saatekirjeen perusteella haastatteluun osallistuvat tiesivät mistä haastattelussa on kysymys sekä miten haastattelun tietoja säilytetään ja käytetään. Myös haastateltavien ja heidän perheenjäsentensä anonymiteetin varmistaminen ilmaistiin selvästi. (Hyvärinen, Nikander & Ruusuvaara 2017, 32.) Saatekirjeessä perusteltiin myös, miksi vastaanottajaa pyydetään osallistumaan opinnäytetyötä varten toteutettavaan tutkimukseen. Näiden tietojen perusteella vastaanottajat pystyivät päättämään, halusivatko osallistua haastatteluun.

Virheiden tekeminen haastattelututkimuksen aikana on mahdollista, sillä kummallakaan meistä ei ole aiempaa käytännön kokemusta haastattelujen teosta. Tutkijoiden objektiivisuuteen liittyy se, että tutkija-subjektin odotetaan tarkastelevan kokoamiaan tutkimustuloksia kiihottomasti ja tasapuolisesti sekä sovittavan kielenkäyttönsä sen mukaisesti, häivyttäen persoonansa. Objektiivisuuden parantamiseksi etäisyyden ottaminen aineistoon oli perusteltua, sillä satuhierontakurssin päätyttyä ja haastattelun tehtyämme olimme kumpikin erittäin innoissamme satuhieronnasta ja sen mahdollisuuksista. Opinnäytetyön raporttia kirjoittaessamme olemme pyrkineet objektiivisuuteen

myös siten, että tekstissä huomio pysyy itse asiassa, emmekä kielen avulla kiinnitä lukijoiden huomiota itseemme tai kieleen. (Hirsjärvi ym. 2009, 310.)

4 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET

Opinnäytetyömme tutkimuskysymyksellä pyrimme vastaamaan siihen, miten satuhieronta tukee erityislapsiperheen vuorovaikutusta jaksamisen, läsnäolon ja osallisuuden näkökulmasta. Seuraavaksi esittelemme haastatteluidemme tuloksia teemoittain jäsenneltyinä. Havainnollistamme tuloksia aineistosta nostettujen suorien lainauksien avulla. Suorien lainauksien tarkoitus on vahvistaa tulosten ymmärrettävyyttä ja luotettavuutta. Valitsemamme aihepiirit jaksaminen, läsnäolo ja osallisuus sitoutuvat toisiinsa vanhempien vastauksissa.

4.1 Satuhieronnan toteutus arjessa

Vastauksista kävi ilmi, että perheissä pääosin lapset saivat satuhierontaa ja vanhemmat antoivat sitä. Eräässä perheessä lapset olivat joskus antaneet vanhemmalle satuhierontaa. Toisessa perheessä vanhempi oli saanut päähierontaa lapselta, mikä oli kuitenkin harvinaista.

”No, aikuiset lapsille. Meillä ainaki.”

”Niin se on meilläki. Samallai.”

”Paitsi että kyllä ite asiassa nyt ku mä muistelen niin se halus sen naamahieronnan...kukahan sen mulle teki. Kyllä meillä lapset aikuiselleki. Ylleensä ne haluaa sitte kans tehdä.”

”- - esimerkiksi, joskus hän, niin kuin...ei aivan satuhierontaa, mutta antaa päähieronnan minulle. Joskus hän pitää siitä. Mutta sen (hieronnasta) antaminen ei ole yleistä.”

Kahdessa perheessä molemmat vanhemmat osallistuivat satuhierontakurssille ja näissä perheissä molemmat vanhemmat olivat myös antaneet lapselle satuhierontaa.

”No, pääosin minä teen. Joskus puoliso, mutta enimmäkseen se on minun hommani.”

Kysyttäessä, ovatko puoliset antaneet toisilleen satuhierontaa, vastauksista kävi ilmi, että yhdessä perheessä puoliset olivat aiemmin antaneet satuhierontaa toisilleen ja se oli koettu hyväksi. Muut

haastateltavat kertoivat, että eivät olleet kokeilleet satuhierontaa puolisoidensa kanssa, mutta ajatus kuulosti mielenkiintoiselta.

” - - Se (satuhieronta) ois kauheen hyvä, ois, tosi, enemmän. Kyllä mä aina ajattelen, että se ois hyvä. Mutta sitte ei vaan tuu alettua. Kauheen hyvä ois. - - Joo, se oli kyllä oikeen miellyttävä kokemus.”

”Ei oo tullu kokeiltua, ei varmaan huonompi idea.”

”- - joskus me annamme hierontaa toisillemme, mutta emme tarinan kanssa, se voisi olla mielenkiintoista oikeastaan, tiiättkö.”

Vastauksista selvisi, että perheet olivat muokanneet satuhieronnasta omia, tilanteeseen ja lapsen tarpeisiin mukautettuja satuhieronnan muotoja. Satuhieronnan koettiin esimerkiksi sopivan hyvin jo käytössä olevien hoitotilanteiden jatkeeksi.

” - - kun allergian takia hieroskelen jalkoihin öljyä ja se tulee siinä vähän sitte jatkona. Ei tarvii olla syytä ennää sitte.”

”Meillä sitte aamulla tai illalla, semmonen aika millon... Tai sit vaan kuuluu aamulla sillon kun lapsi herää, ni: (kuiskaten): ”äiti – hämähäkki”.”

”- - se on kato ollu semmonen kotijuttu, mutta sitte siihen kato näitä muita vähän lisäksi sitte. Sama onko toiminnallista vai sillain et maataan sängyssä ja äiti piirtelee ja kuvittelee tarinaa sille siihen, että ihan kumpanenki käy.”

- - tällä hetkellä käytämme vain hierontaa, kuten sanoin, hän ei pysty seuraamaan tarinaa.
- - hän keskittyy vain siihen, että mieli hyppii paikasta toiseen. Tiedätkö, saatat kertoa lapsen lempi tarinaa - - ja yhtäkkiä hän kysyy voiko mennä aamulla pyörällä kouluun. Mutta tämä olisi ehdottomasti hyvä juttu tehdä päivittäin, kun hän pystyy, kun me pystymme, yhdistämään tarinan ja hieronnan, tiedätkö. Nyt teemme vain hieronnan. Mutta satu puuttuu. Mutta pian se onnistuu. - -

No, hän pitää kaikenlaisista hieronnoista. Mutta luulen että, tai terapeutti suositteli meille rentouttamiseksi, että painaisimme enemmän käsillämme, jotta hän rauhoittuu. Niin kuin

voimakkaampaa hierontaa. Ei enää kevyttä kosketusta, kuten kutittelu, vaan voimakkaampaa. Mutta viime aikoina hän ei ole enää pitänyt tällaisesta. Hän sanoo: ”Ei, ei tällaista”. Hän haluaa hieronnan tehtävän rakkaalla pehmolelullaan. Joten nyt hän pyytää: ”- - antaisitko hieronnan lempi pehmolelulla?” - - enemmän rentouttavasta, ei enää voimakkaasta hieronnasta.

4.2 Rentoutuminen ja nukahtaminen

Perheet käyttävät satuhierontaa ja hierontaa rentoutukseen. Eräs haastateltavista kertoi, että rentoutushetki päiväkodista kotiutumisen jälkeen, ennen syömistä auttoi lasta keskittymään ruokaan ja syömiseen. Perheet kokivat hieronnan helpottavan nukahtamista ja nukkumista. Yhdessä perheessä satuhieronnasta kerrottiin olevan hyötyä etenkin erityislapselle rentoutuksessa, sillä lapsella on kehossa jännitystiloja ja jäykkyyttä, joihin hieronta auttaa.

Erityisesti iltaisin ja sitten jos hänellä on ollut tosi huono päivä päiväkodissa. Meillä on kiistoja päivittäin, tai ei kiistoja, vaan lasta turhauttaa. - - Kun hän tulee päiväkodista tosi nälkäisenä ja väsyneenä. Ollaan huomattu, että jos me annetaan hänelle aluksi... Me tehtiin ennen silleen, että syötiin heti kotiin tultua, mutta hän valitti tosi paljon, koska ei halunnut syödä. Se oli tosi stressaavaa hänelle ja nyt me ollaan huomattu, että kotiin palattua, jos annetaan hänen levätä, esimerkiksi jos annetaan hänelle joku pikkuinen hieronta, niinku rapsutetaan selkää. Ollaan sohvalla tai matolla tai lattialla hetken aikaa. Tehdään jotakin rentouttavaa. Sitte lapsella on helpompi keskittyä ruokaan ja syömiseen.

Kokkeilin sitä kasvohierontaa, ku meillä on narskuttelu joka yö semmonen. Ja tuntuu, että se on kauheeta. - - sen seuraavana yönä niin ei sitte narskutellu hampaitaan. Niin siitä ois, sitä jos jatkais niin varmaan ois... niin sitte kokkeilin sitä kaikille muilleki lapsille meillä ja ne kyllä jotenki rentoutu siihen. Se oli, sitä me kokkeilitiin nyt vasta ja oon mä muita kokkeillu sillon aikasemmin.

”- - Ja sitten iltaisin, hieronta on aina ollut vähän niinku pakollista, jotta hänet saa rentoutumaan.”

Ehkä jos aattelee sitä erityislasta silleen, että meillä on vähän semmosia jännitystiloja ja kehossa semmosia jäykkyyttä ehkä ja semmosta vähän kömpelyyttä, niin rentouttaa sitte kuitenkin joo. Et semmosta jos miettii, niin on siitä silleen erityisesti erityislapselle tietenki hyötyä ja sitte just niinkö suun motoriikka ja niinkö että saa eriytettyä niinku vaikka niitä puhetta et se ois selkeämpää ja kyllähän se niinkö rentouttaa ja se tuo lapselle sitä tietosuutta, että missä on vaikka posket ja et oon mä sitä muutenki tehny joskus aikasemminki sitä niinkö luetellu: kulmakarvat ja tälleen niinkö sille mutta sit tuoki on sit omalla lailansa semmonen - - Kasvohieronta ja kehohieronta muutenki, et tulee se, että ainaki meillä just ku on neurologisia juttuja niin, niin semmosta eriytymättömyyttä ja muuta niin se, kyllä se siihen varmasti auttaa. Niinku erityisesti meillä.

4.3 Osallisuus

Perheet kokivat osallisuuden tärkeäksi. Eräs vanhempi kuvaili osallisuutta inhimilliseksi perustarpeeksi. Eräs haastateltava tunsi osallisuutta satuhierontakurssilla. Vanhemmat kokivat osallisuutta perheidensä sisällä, mutta myös mahdollisuus vaikuttaa omassa yhteisössään koettiin tärkeäksi osallisuuden tunteen kannalta.

Osallisuus on mulle tosi tärkeää. Musta tuntuu, että mun pitää olla osallisena asioissa. Olkoon se sitte vapaaehtoistyö tai kurssit. Tai osallisuus mun lapsen ja puolison elämään. - - Musta osallisuus on vähän niin kuin erittäin inhimillinen, perustarve. - - Musta tuntui, että tunsin osallisuutta satuhierontaryhmässä jollain tasolla. Se on tosi mukavaa, että ihmiset osallistuvat ryhmässä. - - Ja sitte kun tulee tunne, että en ole vain yksinäinen yksilö, vaan ympärillä on ihmisiä. Ja sitä on aina vuorovaikutuksessa muitten ihmisten kanssa jollain tavalla. Eli osallisuus on mulle erittäin merkityksellistä.

Lapsen osallisuuden tunteen kannalta on tärkeää, että hänellä on keinoja kommunikoida ja kokee tulevansa nähdyksi ja kuulluksi. Satuhierontaa käytetään vuorovaikutuksen tukena lapsella, jolla on kuulo ja näkövamma. Vuorovaikutus välittyy kosketuksen avulla.

- - kyllä me lapsen kanssaki niitä käytetään, ku on, et lapsi niinkö kuulolaitteella voi kuulla ja sitte näkee lukea ja muuta mutta on sillee kuitenkin kuulonäkövammanen, että niist on tosi paljo hyötyä niistä kosketusviesteistä. Et meki jos mää lapsen herätän aamulla, ni mää sitte piirrän sille tämmösen niinkö hymynaaman ja sitte näin niin sit se tietää et nyt pittää herätä ja silleen niin, niin tässä on jotaki aika paljon sammaa että just niinkö. Et se varmaan on lapselle - - kaukoaistit on niinkö pois käytöstä niin se varmaan on kiva sitte. Se varmaan merkittee hälle vielä enemmän ku meille tervenäkösille se satuhieronan, et se. - - mut sit se tuntoaistit yhtäkkiä toimii sitte. Niin siinä voi tosi paljon viestiä lapselle tuntoaistilla. Oon huomannu lapsen kanssa et tosi paljon.

Perheet kertoivat lasten lähteneen mielellään satuhierontatunnille. He kertovat myös lasten viihtyneen ryhmässä. Eräs vanhempi koki lapsensa tulleen hyväksytyksi omana itsenään.

”Ei ne ehkä oo sitä silleen ääneen puhuneet, mutta musta se kertoo aika paljon että ne tänne mielellään lähtee. Että varmasti se on niille semmonen ihana asia.”

”Ja halusivat tulla sillon, ku olis se pitempi kurssi sillon aikasemmin ja siinä kerkes kaikki lapset käyä täällä. Niin ne jokinainen halus vuorollan tulla.”

Hän tykkää mennä sinne, vaikka hän ei ollut hiljainen siellä ollessaan, niin hän silti kysyy minulta: ”Hei, mennäänkö me tänään satuhierontaan tiistaina?” Hän tykkää käydä siellä, hieronta itsestään on todella mukavaa ja musta tuntuu, että satuhieronnan seuraaminen olisi helpompaa, jos hän olisi vähän vanhempi. - - On haaste saada hänet pysymään paikoillaan edes kahta minuuttia.

Musta tuntuu, että lapsi on saanut tästä hyvän kokemuksen. Hän tykkäsi mennä ja hän sanoi, että on tykännyt käydä siellä (satuhierontakurssilla). - - Hän todella tykkäsi olla siellä ja musta tuntuu, että se oli siksi, kun sai olla oma ittensä eikä häntä arvosteltu. - - On ihan ymmärrettävää, että jos kuulee kieltoja ja toruja miljoonia ja miljardeja kertoja päivässä, se voi olla uuvuttavaa. Musta on tuntunut, että hän on ajatellu monesti että ”Voi ei, minkälainen lapsi mää oon”, ”En voi olla täysin oma itseni missään”. En voi kuvitella miltä se voi tuntua, että joku sanoo miten pittää olla ja käyttäytyä joka tilanteessa. - - Musta tuntuu, että tää oli se isoin juttu. Niinku hänestä oikeesti tuntu siltä, ettei häntä arvosteltu siellä. Ja hän viihtyi ja hyväksyntää sellaisena kuin on. Kukaan ei vaatinu häneltä liikoja.

4.4 Läsnaolo

Puhuessaan läsnäolosta, eräs vanhempi kuvasi läsnäoloa erittäin tärkeäksi ja kertoi, että heillä on ikään kuin kasvatusfilosofia, minkä mukaan pyritään olemaan aidosti läsnä lapselle. Läsnäoloksi kuvattiin myös sitä, että on oikeassa paikassa oikeaan aikaan ja rauhoitetaan läsnäololla myös lapsi.

Mun mielestä se (läsnäolo) on erittäin tärkeää. Vois sanoa, että me harjoitellaan sitä, ei pelkästään satuhieronnalla vaan monilla tavoilla, mitä me tehdään lapsen kanssa. Meillä on tällainen ikään kuin kasvatusfilosofia meidän lapselle. Meistä on tosi tärkeää pysyä ihan aidosti läsnä hänen kanssaan. - - sillä aktiviteetilla ei niinkään oo lapselle väliä, vaan se että me ollaan aidosti läsnä. - - Esimerkiksi elokuvaa katsottaessa, jos olen sanonut, että nyt on meidän hetki, lapsi ei halua, että mää vastailen viesteihin, vaan että olen läsnä. Ja niin se on, minun keho on läsnä mutta mieli on jossain muualla. Ja hän tietää, että en ole hänen kanssa. Ja se saattaa suututtaa lasta. Hän saattaa sanoa ”Lopeta, nyt lopeta.” ”Äiti lopeta, me katsotaan elokuvaa.” Ja niin, ok se on totta, minä en ole täysillä läsnä täällä. Mutta musta se on tosi tärkeää, olla läsnä.

”Kyllä se oikeassa paikassa oikeaan aikaan ja sit varmaan sekin, et sit on siinä joka hetki et se ei oo koko ajan ajattelemassa et mitä mää seuraavaksi teen, et se pysähtyy myös lapsikin siihen.”

Haastatteluissa ilmeni, että läsnäoloa ja tietoista pysähtymistä koettiin aamuisin, kun oli aikaa olla rauhassa sängyssä ennen heräämistä päivään. Myös satuhierontakurssin koettiin mahdollistaneen läsnäolon hetkiä lapsen kanssa.

”Aamulla venytään ennen ku nousta sieltä sängystä, niin tässä nyt vielä vietellään aikaa, ei tarvii lähtä mihinkään.”

”Tai ainaki sillon aina ku olen ollut täällä lapsen kanssa, niin on tuntunu siltä, että voi olla läsnä ja saa olla läsnä. Että saa niinku olla siinä hetkessä.”

Yhdessä perheessä satuhieronnasta koettiin olleen tukea vanhemmuuteen. Vanhempi kertoi satuhieronnalla olleen vaikutus ristiriitatilanteiden purkamisessa.

No on, minusta. Mutten tiää, ainaki meillä on sillai että ei välttämättä koko ajan - - tiää mikä sitä, jos sitä lapsella on joku huonosti, että mikä sitä vaiva - - Kaikkia vaivaa joku ja sit se on vähän hankalaa ja se on vähän semmonen, vähän niinkö suoraan sinne pinnan alle niinku se satuhieronta - - Ei sitä tartte niinkö niin juurta jaksan sit kaikkea tonkia ja selvittää ja ossaako ne lapset aina ja ossaako sitä itekään et sitte se vähän niinkö semmonen oikotie onneen. - - Sitte niinkö on rennompaa kaikilla ja mukavampaa että. Eikä tartte, ja jos on vähän semmonen niinkö kränä siinä ollut tai muuta niin ylleensä sitte jos, no ”Saako äiti tehdä sulle satuhierontaa?” ”No tee sitte”.

Se on se kosketus ja sit toisaalta siinä ei mennä niinkö henkilökohtasuuksiin, eikä et siinä niinkö minän rajoja ei ruveta rappaamaan eikä henkisiä eikä mittään rajoja ruveta siinä tökkimään, eikä niinku monesti jos alkaa jututtamaan lasta: ”No mikä sulla on?” Ja mitä niin sitte se vaan ärsyttää enemmän. Tuo on semmonen niinkö, siinä saa sen kosketuksen - - Ja ku siin on ne sanat ja se kosketus niin se on semmonen, se ei oo niin semmonen henkilökohtanen, mut kuitenkin voi sen läheisyyden siinä saaha.

4.5 Jaksaminen

Kun haastateltavilta vanhemmilta kysyttiin jaksamista, he toivat esille osallisuuden merkityksen heidän jaksamisessaan ja hyvinvoinnissaan. Vastauksista kävi myös ilmi, että vastaajat käsittelivät perheen jaksamista monilla eri tavoilla. Vastaajat kertoivat perustarpeiden tyydyttymisestä, stressin vaikuttamisesta jaksamiseen ja palveluiden riittämisestä.

Sellanen, että saa olla osallisena, et on joku rooli yhteiskunnassa. Semmonen niin, se on kauheen tärkeätä. - - Et tuntuu et nykyään - - kotiäitiyttä ei sillai, et se ei oo mikään rooli, et se ei niinku riitä. Yhteiskunnalle. Se on vähän niinku kiroana. Jos on kotiäiti, tai PELKKÄ omaishoitaja. - - on ihan järkyttävää, et jos on niinku omaishoitaja ja kotiäiti, niin se on aivan niinku hylkiö.

”Semmonen osallisuus, tunne siitä osallisuudesta. Ei sen tarvtt olla mitään ihmeellistä, mutta tunne siitä että on tärkeä, kaikesta huolimatta. - - Jaksamista tuottaa se, että kokee olevansa tärkeä.”

”Että on muutaki sisältöä, ku se oman erityislapsen elämän koordinointi ja asioitten hoitaminen. Niin, ja tietenki perustarpeet. Pittää sitä saaha nukkua kuitenkin tarpeeksi - - ”

” Ja sit toisaalta jos on hirveesti stressiä, niin sit se lyhentää yöunia ja jotenkin. - - Se on semmonen monisyinen juttu. Musta tuntuu nyt että, et seki lisää jaksamista just et saa vammaispalveluista riittävästi palveluita lapselle. Sekihän lissää, sehän avaa ihan uusia ikkunoita suorastaan.”

”Niin mut sittehän siitä saa sen evään et sää teet vaikka sen pienen hetken siellä kotona, ei tarvii olla se tunti. - - Pieni hetki hampaidenpesun jälkeen.”

”Niin ja aatteleppa, sitä et se (erityis)lapsi ei narskuttanu silloin yhtenä yönä ollenkaan hampaita, niin kuinka paljon siitä saa jaksamista. - - Kyllä, niin ja sehän on konkreettista jaksamista, et saa nukuttua täyen yön.”

Eräs vanhempi kertoi, että muut vanhemmat, jotka ovat samanlaisessa elämäntilanteessa kuin he, antoi hänelle voimaa jollain tasolla. Hän koki saaneensa kurssilla hyviä vinkkejä. Pelkästään satuhierontakurssilla käynti ja yhdessäolo lapsen kanssa, yhteisen harrastuksen parissa, toi tunteen jaksamisesta.

”Mutta mulle vanhempana se, että pääsin tapaamaan muita vanhempia samantyyppisessä tilanteessa kuin mää oon, se antoi mulle jollakin tasolla voimaa. Ja tietysti sain vinkkejä, miten käyttäytyä ja mitä tehdä, ”tee tällaista liikettä, voit käyttää tätä.”

Pelkästään se, että tänne sai tulla. Niin, kyllä se ainaki. Semmonen ilo ja yhdessäolo, semmonen. Ja sit se, että on niinku läsnäoloa, hyvää oloa oman lapsen kanssa. Sehän on ihan, sehän tuo ihan hirveesti jaksamista. Et vaikkei sitä niin hirveesti kotona ois tehnykään, niin ne on ihan huippuhetkiä just ku täällä on ollu sitte.

Haastattelussa vanhempi kertoi tukiverkon puutteesta ja jatkuvasta läsnä pysymisen vaatimuksesta, jotka haastavat vanhemman jaksamista.

”Ja sitten... ku meillä ei oo kettään, esimerkiksi isovanhempia täällä. Meillä ei ole mittään tuttava-perhettä, läheistä perhettä tai kettään läheistä ystävää joka voisi vahtia lasta pari tuntia aina silloin tällöin. Se on ollu melko haastavaa.”

Meidän lapsi on kaikin tavoin erittäin vaativa. Hän tarvitsee tosi paljon tukea kaikissa perusasioissa. Esimerkiksi syömisessä, - - Ja aivan perusasioissa, ihan tavanomaisissa asioissa meillä on isoja haasteita, koska meidän pitää pysyä hänen rinnallaan, meidän pitää olla läsnä. - - Meidän pitää koko ajan muistuttaa häntä ja tukea. - - Ja se on tosi kuluttavaa.

4.6 Vanhempien ajatuksia

Haastattelemamme vanhemmat nostivat esille joitain asioita tutkimuskysymyksen ulkopuolelta, joita haluamme opinnäytetyöllämme tuoda esille. Vanhemmat toivat esille palveluiden riittävyyden perheen arjessa. Heidän puheistaan ilmeni, että erityislapsiperheitä ei aina tiedoteta palveluista, jotka edistäisivät heidän jaksamistaan. He kokivat, että usein voi olla vaikeaa saada selville, mihin palveluihin perhe olisi oikeutettu, mistä palveluita haetaan ja kuka niihin voi osallistua. Vanhempien vastauksista nousi esille, että tällä hetkellä palvelut eivät vastaa perheen tarpeita siten, että se edistäisi riittävästi perheen hyvinvointia.

”Syrjäytyminen vähentää jaksamista. Musta mä oon ollu välillä syrjäytynyt, koska, en omasta, omista valinnoistani johtuen, vaan siitä että ei oo tarpeeksi saanu palveluita esimerkiksi lapselle.”

Vastaajilla nousi ajatus satuhieronnan viemisestä vanhustyön kentälle. Erityisesti vanhemmat pohivat sitä, että satuhieronta täytyisi saada sairaaloihin lastenosastoille. He kokivat, että satuhieronta voisi olla sairaalamaailmassa rentoutumisen ja rauhoittamisen työväline.

- - ehkä tätä vois sairaalassa tieteenki johonki ilmotustaululle tai muuta niinku jotaki, että vaikka ei ois kurssia. Mutta vois netistä käydä kattoon, tai jotaki. Siellähän ihmiset on paljon jaksoilla lasten kanssa, niinku että vanhemmat saattaa hengata siellä, lapsi on jossaki terapioissa, siellä kuluu ni vanhemmilla on aikaa siellä kaikkea plarata, kaikkia esitteitä ni. Ni sieltä varmaan sitte, varmaan innostus ihmiset. Ja sitte jos jotenki lahjotuksena tai muuten vois, et niillä on niitä kummeja näillä, ni jos ne ostais niitä satuhieronta kirjoja

vaikka sinne niin siinä on kuiteski sitä oottelua lapsenki kanski jos vaikka on niinku vuodeosastolla niin sitte siinä on niitä hetkiä ni sitte vois sitä kirjaa sairaanhoitajat vois vaikka vähän, että ”haluatteko tämmöstä kattoo.

Eräs vastaaja koki, että kaikkia satuhierontaryhmään osallistuneita vanhempia ei ollut informoitu riittävästi satuhieronnan periaatteista. Kaikki satuhierontaryhmään osallistuneet vanhemmat eivät päässeet ensimmäiseen vanhemmille suunnattuun infotilaisuuteen. Tilaisuudessa kerrottiin, että lapsi saa tulla omana itsenään, eikä vanhempien tarvinnut rajoittaa heidän tekemisiään, sillä vanhemman rauhallisuus välittyy myös lapseen. Vastaajasta tuntui, ettei tieto ollut saavuttanut kaikkia vanhempia.

Eräs haastateltava nosti esiin, että hän puolisoineen oli pitänyt siitä, miten satuhierontakurssin oli organisoitu ja suunniteltu. Vanhemmat kokivat, että ohjaaja, joka on innostunut työstään välittää samaa innostusta myös osallistujiin.

Haastateltava vanhempi koki, että Oulun kaupungilla on harrasteryhmiä ja erityisryhmiä. Vanhempi koki, että hänen lapsellaan on erityisiä tarpeita, mutta ei samanlaisia tarpeita kuin muilla erityisryhmissä harrastavilla on. Hän toivoisi harrastusmahdollisuuksia, jotka vastaisivat tähän välimaaston tarpeeseen. Vanhempi ilmaisi myös toivovansa ryhmiä, joissa vanhempi ja lapsi voivat harrastaa yhdessä. Haastattelussa selvisi, että satuhierontakurssi vastasi näihin vanhemman toiveisiin.

Haluaisin joskus kokeilla jotain urheiluharrastusta lapsen kanssa. Mutta sellasta on hankala löytää. Yleensä normaaleissa ryhmissä ei oteta vanhempia mukkaan. - - On olemassa kaikenlaisia resursseja, on kaikkia normaaleja esimerkiksi jumpparyhmiä ja sitten on erityisryhmiä. - - Koska sen pitäisi mennä henkilön tarpeiden mukaan. Musta tuntuu, että näissä erityisryhmissä ihmisten tarpeet ovat laidasta laitaan ja ryhmässä voi olla lapsia joilla on erittäin haastava vammautuminen. - - Tuntuu, että Oulussa puuttuu se jokin siltä väliltä. - - Nää oot joko normaali ja menet normaaliin ryhmään tai olet erityisen tuen henkilö ja meet erityisen tuen ryhmään. On mustaa ja valkoista. Välillä ei oo harmaata aluetta. Mun mielestä esimerkiksi se satuhieronta oli harmaalla alueella.

5 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tässä luvussa esittelemme opinnäytetyömme johtopäätöksiä. Opinnäytetyömme tilaaja on Oulun seudun omaishoitajat ry ja saimme aiheen järjestön perhetoiminnan kehittäjältä. Oulun seudun omaishoitajat ry järjesti erityislapsiperheille satuhierontakurssin, jolla oli tarkoitus tukea heidän hyvinvointiaan. Opinnäytetyömme tavoitteena on vastata tutkimuskysymykseen: miten satuhieronta tukee perheen vuorovaikutusta jaksamisen, läsnäolon ja osallisuuden näkökulmasta. Opinnäytetyön tilaaja voi hyödyntää tuloksia esimerkiksi satuhierontakurssin ja muun aiheeseen liittyvän toiminnan kehittämiseen. Lisäksi opinnäytetyön tilaaja voi hyödyntää työn tuloksia satuhierontakurssin markkinoinnissa ja kohdentamisessa uusiin toimintaympäristöihin.

Tärkeä huomio satuhieronnan toteutuksesta oli, että opinnäytetyöhömmme osallistuneet perheet olivat muokanneet satuhieronnasta omia, tilanteeseen ja lapsen tarpeisiin mukautettuja satuhieronnan muotoja. Satuhieronnan koettiin esimerkiksi sopivan hyvin jo käytössä olevien hoitotilanteiden jatkeeksi. Kaikki satuhierontaa saaneet lapset olivat ilmaisseet halunsa saada satuhierontaa ja hierontaa, mikä on edellytys positiiviselle ja hyvälle kosketukselle. Tuovinen (2014, 142) kirjoittaa kuullessaan, että muutosten ja haasteiden keskellä lapset ovat omaehtoisesti pyytäneet satuhierontaa, ikään kuin olisivat sisäisesti tunnistanee, että läsnäolo, kosketus ja satujen viestit auttavat heitä kestämään paremmin elämän stressitekijöitä. Lapset myös ilmaisivat millaisesta hieronnasta pitivät. Tuovinen huomauttaa (2014, 77), että lapset tunnistavat itse mitä satua he tarvitsevat ja pyytävät sitä yhä uudestaan, kunnes viesti on sisäistetty. Lasten kuunteleminen on siis erittäin tärkeä osa myös satuhieronnan onnistumista.

Kahdessa perheessä molemmat vanhemmat osallistuivat satuhierontakurssille ja näissä perheissä molemmat vanhemmat olivat myös antaneet lapselle satuhierontaa. Molempien vanhempien osallistuminen satuhierontaan on tärkeää, sillä useat ammattilaiset, muun muassa Määttä & Rantala (2010, 23) ovat todenneet vanhempien voinnin heijastuvan lasten toimintaan, ja vanhempia tuemalla autetaan parhaiten pientä lasta. Tuovisen (2014, 124) mukaan satuhieronta tukee myös aikuista jaksamisessa ja voi antaa voimia. Tuovinen jatkaa, että aikuiset voivat tiedostamattaan siirtää levottomuutta lapseen, minkä vuoksi on tärkeää, että aikuisella on keinoja rauhoittua ja rauhoittaa kiireistä arkea. Tuovisen mukaan satuhieronta voi myös olla yksi tapa harjoittaa tietoista läsnäoloa, ja rauhoittuessaan satuhieronnan vaikutuksesta, vanhemmat peilaavat rauhan myös lapsiin.

Yksi huomio satuhieronnan toteutuksesta on myös se, että tähän opinnäytetyöhön osallistuneet aikuiset eivät juurikaan olleet kokeilleet satuhierontaa vastaanottavana osapuolena kotona. Haastatellut vanhemmat kuitenkin pohtivat, että satuhieronnan antaminen puolisolle olisi hyvä idea. Myla ja Jon Kabat-Zinn kertovat kirjassaan (2011, 193) että kosketus on keino tietää, että emme ole yksin. Satuhieronta voisikin olla yksi keino lisätä yhteyden aistimuksia parisuhteessa ja näin tukea myös vanhempien jaksamista ja sitä kautta vaikuttaa positiivisesti lasten hyvinvointiin.

Haastattelemamme perheet käyttävät satuhierontaa ja hierontaa rentoutukseen. Eräs haastateltavista kertoi, että rentoutushetki päiväkodista kotiutumisen jälkeen, ennen syömistä auttoi lasta keskittymään ruokaan ja syömiseen. Perheet kokivat hieronnan helpottavan nukahtamista ja nukkumista. Yhdessä perheessä satuhieronnasta kerrottiin olevan hyötyä etenkin erityislapselle rentoutuksessa, sillä lapsella on kehossa jännitystiloja ja jäykkyyttä, joihin hieronta auttoi. Yksi merkittävä tekijä satuhieronnan rentouttavassa voimassa on oksitosiini, jota kehittyy elimistössä, kun ihmistä kosketetaan (Moberg 2007, 79-86). Osa lapsista rentoutui nimenomaan kevyestä kosketuksesta. Sajaniemi ym. kertovat (2015, 93) tietynlaisen kosketuksen tyynnyttävän ja vähentävän stressiä, kosketuksen avulla voi rentouttaa koko elimistön. Sajaniemen mukaan, isoin rauhoittava vaikutus on tasaisella, rytmisellä silittämällä. Vanhemmat pohtivatkin sitä, että satuhieronta täytyisi saada sairaaloihin lastenosastoille. He kokivat, että satuhieronta voisi olla sairaalamaailmassa rentoutumisen ja rauhoittamisen työväline.

Haastattelemamme perheet kokivat osallisuuden tärkeäksi. Eräs vanhempi kuvaili osallisuutta inhimilliseksi perustarpeeksi. Vanhemmat kokivat osallisuutta perheidensä sisällä, mutta myös mahdollisuus vaikuttaa omassa yhteisössään koettiin tärkeäksi osallisuuden tunteen kannalta. Perheet kertoivat lasten lähteneen mielellään satuhierontatunnille. He kertovat myös lasten viihtyneen ryhmässä. Eräs vanhempi koki lapsensa tulleen hyväksytyksi omana itsenään. Osallisuus on tärkeä osa ihmisen hyvinvoinnin yhteisöllistä ulottuvuutta. Ihmiselle on tärkeä kokea olevansa arvokas, turvassa ja arvostettu muiden silmissä. (Forss & Vatula-Pimiä 2014, 21.)

Lapsen osallisuuden tunteen kannalta on tärkeää, että hänellä on keinoja kommunikoida ja kokea tulewansa nähdyksi ja kuulluksi. Sosiaalisesta kanssakäymisestä suurin osa on sanatonta viestintää kuten eleitä, ilmeitä, äänenpainoja ja kosketusta (Kauppila 2005, 28.) Kosketuksen avulla välittyy erityisesti turvallisuuden ja rakkauden viestit (Kauppila 2005, 33.) Kosketus on erityisen tärkeä vuorovaikutuksen tukena lapsella, jolla on kuulo ja/tai näkövamma (Kurvinen ym. 2006, 142).

Haastatteluista selviää, että vanhemmat hakevat satuhieronnasta pysähtyneitä läsnäolon hetkiä lapsen kanssa. Vanhemmat kokivat, että tietoisella läsnäololla on merkitys lapsen yleiseen olemiseen, keskittymiseen ja rauhoittumiseen. Vanhempi tarjoaa lapselle satuhieronnalla tuen läsnäoloon ja sitä kautta mahdollisuuden yhteiseen jaettuun aikaan, rentoutumiseen ja sanattomaan vuorovaikutukseen, jolla luodaan positiivista tunnetta ja turvallisuutta. (Stahl & Goldstein 2011, 37, 40; Tuovinen 2014, 12–13.)

Vanhemmat olivat kokeneet satuhieronnalla olleen tukea vanhemmuuteen. Haastattelussa selvisi, että satuhieronta on toiminut ikään kuin sanattomana välineenä perheessä olleiden ristiriitatilanteiden ratkomisessa. Lapset voivat hakea vanhemmiltaan kehollista läheisyyttä, kun perheen keskinäinen erimielisyys on voinut luoda jännitystä perheenjäsenten välille. (Moberg 2007, 122.) Läsnäolon merkitys ja hyväksyvä kosketus ovat perheen vuorovaikutuksessa apuna, jos sanallinen viestintä ei tuo tilanteeseen ratkaisua tai saattaa pahentaa tilannetta. (Myla & Kabat-Zinn 2011, 193.) Myös Tuovisen (2014, 66) mukaan pelkkä läsnäolo ja myönteinen kosketus riittävät kertomaan lapselle vanhemman tuesta silloin kun lapsi kokee hämmennystä, pelkoa, pettymystä tai kiukkua.

Tutkimuksessamme kävi ilmi, että juuri näille vanhemmille osallisuus oli tärkeä jaksamisen ja hyvinvoinnin osa-alue. Perheet käsittelevät jaksamista eri tavoilla (Hoffrén ym. 2010, 8.) Haastatteluissa kerrottiin perustarpeiden tyydyttymisestä, stressin vaikuttamisesta jaksamiseen ja palveluiden riittämisestä. Perheet kuvailivat arjessa olevia haasteita, jotka vaikuttavat perheen hyvinvointiin. (Forss & Vatula-Pimiä 2014, 21.) Satuhieronta tuki perheiden sisäisiä voimavaroja antamalla arjesta tilanteisiin selviytymiskeinoja. Lisäksi satuhierontakurssille osallistuminen toi vanhemmille lisää tietoa, kokemuksia ja luottamusta omiin kykyihin vanhempana. Vanhemmat toivat myös esille ulkoisia voimavaroja kuten vertaistuen sekä palvelujärjestelmän riittävät palvelut heidän jaksamisensa tukena. (Ojanen ym. 2013, 14-15.)

Osa vastaajista kokivat, että heidän jaksamiseensa vaikuttaa myös tukiverkon puute. (Ojanen ym. 2013, 14-15). Vanhemmat vastasivat, että stressi, työelämästä ulkopuolisuus ja syrjäytyneisyys heikentävät jaksamista. (Määttä & Rantala 2010, 66.) Riittävät perheen sisäiset ja ulkoiset voimavarat ovat edellytys perheiden hyvinvoinnille. Tieto siitä, mihin palveluihin perheet ovat oikeutettuja, kuuluu sisäisiin voimavaroihin. Ulkoisiin voimavaroihin kuuluu riittävä määrä palveluita. (Ojanen ym. 2013, 14-15.)

Tutkimuksestamme nousi esille asioita, joita täytyisi kehittää, jotta erityislapsiperheiden tarpeisiin voitaisiin vastata entistä paremmin. Osallistuneet vanhemmat nostivat esille palveluiden tarpeellisuuden heidän arjessaan. He kokivat, että usein voi olla vaikeaa saada selville, mihin palveluihin perhe olisi oikeutettu, mistä palveluita haetaan ja kuka niihin voi osallistua. Vanhempien vastauksista nousi esille, että tällä hetkellä palvelut eivät vastaa perheen tarpeita siten, että se edistäisi riittävästi perheen hyvinvointia. Erityislapsiperheiden arkeen liittyy vahvasti arjen sujuminen, kun kotona arki on sujuvaa, vanhempien voimavaroja riittää lasten kehityksen tukemiseen sekä omasta ja parisuhteen hyvinvoinnista huolehtimiseen (Oulun seudun omaishoitajat ry 2016, viitattu 12.9.2016). Perheiden hyvinvoinnin haastajana arjessa ovat palveluiden riittämättömyys, väärin suunnatut palvelut sekä töiden, omaishoidon ja virasto-asioiden yhteensovittaminen niiden aukioloaikojen puitteissa.

Hyvinvoinnin määritelmien mukaan ihmisellä tulisi olla mahdollisuus toteuttaa itseään harrastusten kautta (Forss & Vatula-Pimiä 2014, 21). Haastateltava vanhempi koki, että Oulun kaupunki ei vastaa kaikkien erityislapsiperheiden harrastustarpeisiin. Hänen kokemansa mukaan on tarjolla harrasteryhmiä ja erityisryhmiä mutta kumpikaan niistä ei tunnu sopivalta vaihtoehdolta heidän tarpeisiinsa. Vanhempi koki, että hänen lapsellaan on erityisiä tarpeita, mutta ei samanlaisia tarpeita kuin muilla erityisryhmissä harrastavilla on. Hän toivoisi harrastusmahdollisuuksia, jotka vastaisivat hänen välimaaston tarpeeseen. Vanhempi ilmaisi myös toivovansa ryhmiä, joissa vanhempi ja lapsi voivat harrastaa yhdessä. Haastattelussa selvisi, että satuhierontakurssi vastasi näihin vanhemman toiveisiin. Sinkkosen (2008, 18) mukaan muun muassa kansalaisilla ja järjestöillä on tärkeä tehtävä tiedon ja tuen jakamisessa perheille ja vanhemmille. Sinkkosen mukaan lasten vanhempia pitäisi säästää liialliselta stressiltä ja esimerkiksi järjestöjen pitäisi toimillaan mahdollistaa se, että perheet voisivat viettää riittävästi aikaa yhdessä. Perheiden tukemiseen tarvitaan kuitenkin yhteiskunnan eri tasojen toimijoiden panostus. (Sinkkonen 2008, 17-18.)

6 POHDINTA

Opinnäytetyömme tarkoituksena on kuvailla erityislapsiperheiden vanhempien kokemuksia siitä, miten satuhieronta tukee erityislapsiperheen vuorovaikutusta jaksamisen, läsnäolon ja osallisuuden näkökulmasta. Tavoitteenamme on syventää omaa ammatillista osaamistamme ja tuottaa tietoa Oulun seudun omaishoitajat ry:lle erityislapsiperheiden kokemuksista satuhieronnasta. Lisäksi tavoitteenamme oli syventää omaa ammatillista kompetenssiamme erityisesti eettisen osaamisen ja tutkimuksellisen kehittämis- ja innovaatio-osaamisen alueilla. Opinnäytetyössämme oli yksi tutkimuskysymys. Mielestämme opinnäytetyömme tulokset vastaavat tutkimuskysymykseemme, sillä niistä käy ilmi, millä tavalla satuhieronta on ollut tukimenetelmänä perheiden arjessa. Lisäksi tuloksista nousi esille perheiden ajatuksia siitä, missä toimintaympäristöissä satuhierontaa tarvittaisiin.

Valitsimme kvalitatiivisen eli laadullisen opinnäytetyömme menetelmäksi teemahaastattelun, joka suoritettiin ryhmämuotoisena haastatteluna ja puhelinhaastatteluna. Tarkoituksenamme oli alun perin pitää vain ryhmähaastattelu, mutta pienen haastateltavamäärän vuoksi tarjosimme haastattelun jälkeen kurssin osallistujille lisämahdollisuuden osallistua toisena päivänä puhelinhaastatteluun. Tarjosimme myös puhelinhaastattelua, sillä tiesimme, että kaikki halukkaat eivät päässeet paikalle ryhmähaastattelupäivänä.

Teemamuotoinen ryhmähaastattelu osoittautui hyväksi aineistonkeruutavaksi, koska pyrkimyksemme oli kerätä nimenomaan kokemuksia satuhierontakurssilla käyneiltä vanhemmilta. Myös teemamuotoinen puhelinhaastattelu sopi kokemusten keräämiseen. Yksilöhaastattelu oli itsessäänkin erittäin antoisa, mutta ryhmän positiivinen reflektointivaikutus olisi voinut laajentaa haastattelun antia entisestään. Koimme, että ryhmähaastattelussa mahdollistuva yhdessä pohtiminen helpotti haastateltavia, haastateltavat täydensivät toistensa näkemyksiä ja jatkoivat niistä. Ryhmähaastattelussa läsnä olleen yhteistyökumppanimme vaikutusta hyväksyttäviin vastauksiimme emme tiedä. Puhelinhaastattelun etuna oli, että haastateltavalla ei ollut pyrkimystä vastata tavalla, jolla haastateltava olisi olettanut, että pitäisi vastata. Uskomme, että osallistumisemme satuhierontakurssille oli eduksemme, sillä olimme vanhemmille tuttuja.

Opinnäytetyöprosessi käynnistyi syksyllä 2016, jolloin päätimme työn aiheen ja näkökulman. Olimme saaneet aiheen opinnäytetyön tilaajalta jo kesällä. Innostus opinnäytetyömme aiheeseen syntyi jo ensimmäisenä opiskeluvuotena, kun kuulumme ensimmäistä kertaa satuhieronnasta

kurssillamme. Innostus kasvoi toisena opiskeluvuotenaamme, kun Oulun seudun omaishoitajat ry:n perhetoiminnan kehittäjä kävi kertomassa Hyvinvoiva Perhe eli HYPE-hankkeesta syventävällä erityisen tuen tarve lapsilla ja nuorilla -kurssilla ja hän kertoi satuhieronnasta menetelmänä erityislapsien kanssa. Hän vinkkasi, että aiheesta olisi mahdollisuus tehdä opinnäytetöitä. Aihe kuulosti tuoreelta, sillä olimme aiemmin ymmärtäneet, että satuhierontaa on viety päiväkodeihin ja lapsiperheille, mutta nyt nousi esiin uusi asiakaskunta, jolle satuhieronnasta voisi olla hyötyä. Syksyn 2016 aikana tutustuimme aiheeseemme liittyvään kirjallisuuteen nopealla aikataululla, ja laadimme opinnäytetyön suunnitelman. Osallistuimme syksyllä yhteistyökumppanimme järjestämälle erityislapsiperheiden satuhierontakurssille, missä syvensimme satuhieronnan tuntemustamme ja tulimme haastateltaville tutuiksi. Satuhierontakurssin loppuvaiheessa suunnittelimme teemahaastattelun kysymysrungon ja laadimme saatekirjeen (Liite 5). Esitestasimme kysymysrunгон ja lähetimme saatekirjeet marraskuussa. Suoritimme ryhmämuotoisen haastattelun marraskuussa ja puhelinhaastattelun joulukuussa. Litteroimme aineiston elokuussa ja syyskuussa 2017. Aloitimme analysoinnin lokakuussa. Teimme johtopäätökset ja kirjoitimme raportin valmiiksi syksyllä 2017. Esitimme opinnäytetyön jouluna 2017.

Opinnäytetyön tekeminen on ollut erittäin haastava ja opettavainen prosessi. Olemme aiemmin tehneet vain ammattikoulutasoiset opinnäytetyöt, joten opeteltavaa oli paljon. Olemme perehtyneet kvalitatiivisen tutkimuksen tekemiseen monen lähteen avuin. Olisimme halunneet käyttää enemmän aikaa tutkimuksen suunnitteluun ja kysymysrunгон kehittämiseen, suurin haasteemme oli koulun ja tilaajatahon aikataulujen yhteensopimattomuus. Jos toteuttaisimme tutkimuksemme uudelleen, jättäisimme tutkimuskysymyksen avonaisemmaksi, pyrkisimme muotoilemaan myös avoimet haastattelukysymykset sekä hioisimme varalle hyvät tukikysymykset siltä varalta, että avoimet kysymykset eivät tuottaisi vastauksia. Koemme, että opinnäytetyössä olisi ollut hyvä olla erillinen tutkimuskysymys vanhempien omia kehitysajatuksia varten.

Opinnäytetyön suunnittelun vaiheessa perehdyimme opinnäytetyömme teemoihin, mihin saimme paljon vinkkejä ja tukea opinnäytetyön tilaajaltamme. Teimme suunnittelutyön alkuvaiheissa ajatuskartan keskeisimmistä käsitteistä ja nämä käsitteet ovat kulkeneet mukanaamme koko prosessin ajan. Tietoperustamme hyvinvointi-käsite aiheutti haastetta alusta alkaen sen moniulotteisuuden vuoksi. Lopullinen tietoperustamme vastaa tarkoitustaan ja olemme tyytyväisiä siihen.

Teimme opinnäytetyötämme pitkälti erillään sen vuoksi, että toinen meistä oli opiskelijana vain osapäikaisesti hoitaen samalla lasta. Niiltä osin kuin opinnäytetyötä pääsimme tekemään yhdessä, yhteistyö oli erinomaista ja täydensimme toistemme ajatuksia hyvin. Opinnäytetyön tekeminen erillään onnistuu nykyään kuitenkin tehokkaasti ja hyvin teknologian avulla ja osa-alueita jakamalla. Olemme molemmat perehtyneet kaikkiin opinnäytetyömme osa-alueisiin ja täydentäneet tarvittavin osin toistemme työalueita.

Opinnäytetyömme on ajankohtainen, sillä lasten ja perheiden hyvinvointi on ollut keskeinen puheenaihe viimeiset viisitoista vuotta. Tutkimusten mukaan joka kolmas lapsi voi huonosti Suomessa (Määttä & Rantala 2016, 17). Tulevina sosiaalialan ammattilaisina olemme huolissamme etenkin erityislapsiperheiden hyvinvoinnista ja sen vuoksi tartuimme opinnäytetyömme aiheeseen. Lapsiperheet tarvitsevat apua hyvinvoinnin tukemiseksi. Satuhieronta on kohtalaisen uusi menetelmä, jota on viety muun muassa varhaiskasvatuksen kentälle. Menetelmän kohdentaminen erityislapsille ja heidän perheilleen on tuorempi toiminnan muoto. Myös opinnäytetyömme tulokset puhuvat sen puolesta, että satuhierontaa on syytä viedä sekä erityislapsiperheiden pariin, että muillekin sosiaalialan eri osa-alueille.

Opinnäytetyön tilaaja oli erittäin suuri tuki kaikkine tietoineen. Mahdollisuutemme päästä mukaan heidän järjestämälleen erityislapsiperheiden satuhierontakurssille tarjosi arvokasta kokemusta. Aiempi kiinnostuksemme opinnäytetyön aiheitamme kohtaan on tukenut ja auttanut jaksamaan pitkässä opinnäytetyön prosessissa. Ymmärryksemme aiheestamme on syventynyt ja saamamme tulokset ovat herättäneet paljon uusia ajatuksia siitä, miten satuhierontaa voi tulevina sosiaalialan ammattilaisina käyttää.

Opimme kvalitatiivisen eli laadullisen opinnäytetyön tekemisen lisäksi, minkälaiset asiat tukevat erityislapsiperheitä jaksamaan, tuntemaan osallisuutta ja läsnäoloa. Opimme, minkälainen rooli satuhieronnalla on tässä kaikessa ja minne satuhierontaa tulisi jatkossa viedä. Koko opinnäytetyömme prosessi, tietoperustan laatimisesta johtopäätösten tekoon, on vahvistanut uskoamme satuhieronnan vaikuttavuudesta hyvinvointiin.

Olemme pyrkineet objektiivisuuteen opinnäytetyötä tehdessämme. Uskomme, että haastattelutilanteissa oli hyötyä siitä, että olimme tutustuneet haastateltaviin. Opinnäytetyömme luotettavuuteen vaikuttaa haastateltavien pieni määrä, joten saatuja tuloksia ei tule tulkita yleisiksi totuuksiksi satuhieronnan merkityksestä erityislapsiperheille. Haastateltavien pieni määrä mahdollisti kuitenkin

sen, että pystyimme paneutumaan jokaiseen haastatteluun ja analysoimaan tuloksia ajan kanssa. Oppimisemme kannalta on ollut suuri etu siitä, että pääsimme kokemaan satuhierontakurssin yhdessä perheiden kanssa, mutta toisaalta toiminnassa mukana oleminen saattaa haastaa kyvyn suhtautua objektiivisesti.

Opinnäytetyöprosessin aikana arvioimme kehittyneemme erityisesti seuraavissa sosiaalialan tutkinto-ohjelman kompetensseissa: eettinen osaaminen, kriittinen ja osallistava yhteiskuntaosaaminen sekä tutkimuksellinen kehittämis- ja innovaatio-osaaminen. Opinnäytetyömme tietoperusta ja etenkin haastattelujen tuottamat kertomukset vahvistivat käsityksiämme epätasa-arvoa ja hyvinvointia edistävästä rakenteista ja prosesseista. Haastattelut tuottivat tietoa koskien erityislapsiperheiden toiveita, tarpeita ja kehittämisajatuksia. Halusimme tutkimuksellamme puolustaa haavoittuvassa asemassa olevien ihmisten etua, sekä tuoda vastuullisille toimijoille julki erityislapsiperheiden kohtaamaa epäoikeudenmukaisuutta. Olemme työllämme yrittäneet edistää erityislapsiperheiden osallisuutta ja mahdollisuuksia vaikuttaa tuomalla heidän äänensä kuuluviin. Olemme tutkimuksellamme tuottaneet tietoa yhteistyökumppanillemme toimintakäytäntöjen kehittämiseksi. Koko työmme pohjalla on eettisten periaatteiden ja ohjeiden mukaan toimiminen.

Opinnäytetyön prosessi on kartuttanut kehittämis- ja innovaatio-osaamistamme siten, että meillä on valmius tehdä tutkimustyön menetelmiin pohjautuvia kehittämishankkeita, joissa hyödynnetään olemassa olevaa alan tietoa. Teimme opinnäytetyöprosessin aikana yhteistyötä tilaajatahon ja haastateltavien perheiden kanssa, mikä on tukenut ammatillisten vuorovaikutustaitojemme kehittymistä.

Koemme, että opinnäytetyöstämme on hyötyä työelämän edustajalle. Opinnäytetyömme tulosten perusteella yhdistys voi kehittää yhdistyksen tarjoamaa toimintaa, muun muassa satuhierontakurssia ja siten tukea erityislapsiperheiden hyvinvointia ja edistää heidän toimintakykyään huomioimalla heidän ajatuksensa. Lisäksi tutkimuksemme on tuottanut arvokasta tietoa siitä, minne haastateltavat toivoisivat satuhierontaa vietävän. Haastattelussa kävi myös ilmi erityislapsiperheiden palvelutarvetoiveita. Yhdistys voi näin omalla edunvalvontatyöllään edistää asiakkaidensa asemaa tuomalla esiin haastateltujen vanhempien mielipiteitä ja ajatuksia.

Pohdimme, että satuhieronta vastaa hyvin perheiden toiveisiin harrastaa yhdessä lasten kanssa. Yhteisiä harrastuksia voisi olla erilaisia, urheilusta käsitöihin, mutta satuhieronta on omiaan vastaamaan lasten tarpeisiin saada kiireetöntä läsnäoloa vanhemmilta. Satuhieronnassa vanhempi ja

lapsi ovat ja tekevät yhdessä intensiivisemmin kuin esimerkiksi yhteisessä jumpassa. Satuhieron-
takurssi vastasi mielestämme myös osallisuuden tarpeisiin siten, että perheillä oli harrastusmah-
dollisuus, jossa voi tavata vertaisperheitä ja saada heiltä tukea. Perheiden oli mahdollisuus ottaa
kurssille erityislapsi tai hänen sisarus, joten kaikilla perheenjäsenillä oli yhtäläinen mahdollisuus
osallistua. Uskomme, että perheiden jaksamista vahvistaa positiiviset kokemukset yhdessä viete-
tystä ajasta. Tulosten mukaan satuhieronta on menetelmä, joka auttaa perheitä lasten nukuttami-
nessa, rentouttamisessa ja on hyvä menetelmä rauhan sovittelussa ristiriitatilanteiden jälkeen.

Jäimme pohtimaan, että satuhierontakurssin onnistumiseen vaikuttaa se, että vanhemmat kokevat,
että he ja heidän lapsensa voivat olla kurssilla omana itsenään. Onkin erittäin tärkeää, että tätä
seikkaa korostetaan esittelykerralla ja esimerkiksi sähköpostissa, jotta tieto saavuttaa myös van-
hemmat, jotka eivät pääse esittelykerralle. Pohdimme myös, että erityislapsiperheet voisivat hyötyä
siitä, jos perheitä autettaisiin personoimaan satuhierontoja lapsen kiinnostuksen mukaisiksi.

Mietimme myös, miten hyvin palvelujärjestelmä pystyy tällä hetkellä vastaamaan erityislapsiperhei-
den toiveisiin palveluita suunniteltaessa. Onko palveluiden suunnittelu asiakaslähtöistä vai ihmis-
lähtöistä? Ketä palveluiden suunnittelulla palvellaan ja vastaavatko palvelut ihmisten tarpeita? Pal-
velujärjestelmä on usein joustamaton uusien toimintatapojen edessä. On tietenkin ymmärrettävää,
että uusien toimintatapojen ja menetelmien käyttöönotto voi olla hidas prosessi, mutta mieles-
tämme oman työn kehittäminen kuuluu jokaiselle työntekijälle toimintalasta huolimatta. Tulevina
sosiaalialan ammattilaisina haluamme, että meillä on ammatillista osaamista ja kehittämisosa-
amista. Haluamme olla asiantuntevia omassa työssämme ja kehittää työtämme siten, että se vastaa
asiakkaidemme inhimillisiin tarpeisiin.

Työhömme olisi voinut vielä lisätä käsitteen elämänlaadusta ja miten erityislapsiperheiden vanhem-
mat ovat kokeneet satuhieronnan vaikuttaneen heidän elämänlaatuunsa. Mielestämme sen tutki-
minen vaatisi kuitenkin ajallisesti pidempää ja intensiivisempää satuhierontajaksoa. Opinnäytetyö-
tämme voitaisiin jatkaa tutkimalla, miten erityislapsiperheet kokevat hyvinvoinnin ja elämänlaadun
ja miten satuhieronta on vaikuttanut niihin.

Opinnäytetyömme aiheen tutkimista voisi jatkaa myös selvittämällä miten pidempikestoisen satu-
hierontaryhmän vaikutukset näkyisivät perheissä. Oma työtämme ajatellen pohdimme, järjestet-

tiinkö haastattelu liian pian kurssin loputtua. Kokemuksia voisi kerätä avoimin kysymyksin esimerkiksi nettikyselynä. Tiedon keruu voisi olla hyvä toteuttaa esimerkiksi pari kuukautta kurssin loppumisen jälkeen, jotta satuhieronta on ehtinyt olla perheillä käytössä pidemmän aikaa.

LÄHTEET

Ahlander, L., Cederluund, E. & Holmqvist, M. 2008. Barnmassage – En studien om hur beröring kan påverka barn i förskolan. Viitattu 30.10.2017, https://gupea.ub.gu.se/bitstream/2077/18498/1/gupea_2077_18498_1.pdf.

Atkinson, M. & Hooper, S. 2016. Once upon a Touch... Story Massage for Children. London: Singing Dragon, viitattu 30.10.2017, https://books.google.fi/books?hl=fi&lr=&id=I5qDCgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT12&dq=story+massage&ots=4hHJVyWRSi&sig=fl-fEEC_9CLDOI9ofFwN5U4XEk0&redir_esc=y#v=onepage&q=story%20massage&f=false.

Aula, M-K., 2011. Mistä saataisiin aikaa kasvatukselle? Teoksessa Nivala, E. (toim.) Kymmenen kysymystä kasvatuksesta. Helsinki: Premedia Helsinki Oy, 14-19. Viitattu 7.11.2016, http://lapsiasia.fi/wp-content/uploads/2015/04/10_kysymysta.pdf.

Dunderfelt, T. 2016. Läsnaoleva kohtaaminen. Jyväskylä: PS-kustannus.

Emma & Elias 2016a. Hyvinvoiva Perhe. Viitattu 16.9.2016, <http://www.emmaelias.fi/projektit/hyvinvoiva-perhe>.

Emma & Elias 2016b. Pidetään huolta lapsista. Viitattu 16.9.2016, <http://www.emmaelias.fi/emmaelias>.

Eskola, J. 2001. Laadullisen tutkimuksen juhannustaiat – Laadullisen aineiston analyysi vaihe vaiheelta. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2 – näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus.

Forss, P. & Vatula-Pimiä, M-L. 2014. Sosiaalinen turva ja hyvinvointi. Porvoo: Edita Publishing Oy. 5. painos.

Heinämäki, L. 2004. Erityinen tuki varhaiskasvatuksessa. Erityispäivähoitolapsen mahdollisuus. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. Opas 58. Helsinki: Stakes.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2001. Tutkimushaastattelu: teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. 13. osin uudistettu painos. Helsinki: Tammi.

Hoffrén, J., Lemmetyinen, I. & Pitkä, L. 2010. Esiselvitys hyvinvointi-indikaattoreista. Mittareiden vertailu ja kehittämiskohteet. Sitran selvityksiä 2010/ 32. Helsinki. Viitattu 9.11.2016, <http://www.sitra.fi/julkaisut/Selvityksi%C3%A4-sarja/Selvityksi%C3%A4%2032.pdf>.

Hyvärinen, M., Nikander, P. & Ruusuvuori, J. 2017. Tutkimushaastattelun käsikirja. Kustannusosakeyhtiö vastapaino.

Innokylä 2016a. Hyvinvoiva Perhe HYPE-hanke. Toteutussuunnitelma. Viitattu 30.9.2016, https://www.innokyla.fi/web/hanke873631/etusivu?p_p_id=projects_WAR_projectsportlet&p_p_lifecycle=0&p_p_state=normal&p_p_mode=view&p_p_col_id=column-1&p_p_col_count=1&projects_WAR_projectsportlet_projectId=1035136&projects_WAR_projectsportlet_action=viewImplementation.

Innokylä 2016b. Hyvinvoiva Perhe HYPE-hanke. Päämäärä ja tavoitteet. Viitattu 30.9.2016, https://www.innokyla.fi/web/hanke873631/etusivu?p_p_id=projects_WAR_projectsportlet&p_p_lifecycle=0&p_p_state=normal&p_p_mode=view&p_p_col_id=column-1&p_p_col_count=1&projects_WAR_projectsportlet_projectId=1035136&projects_WAR_projectsportlet_action=viewGoals.

Innokylä 2017. Sosiaalialan kompetenssit. Sosionomin (AMK) kompetenssit. Viitattu 19.10.2017, <https://www.innokyla.fi/documents/1167850/5e8f1ef1-7a5b-4dfb-a629-0ea09dbfe904>.

Juvakka, T. & Kylmä, K. 2007. Laadullinen terveystutkimus. Helsinki: Edita Prima.

Jämsén, S. 2016. Satuhierontaryhmän tavoitteet –materiaali.

Kabat-Zinn, M. & J. 2011. Jokapäiväiset ilonaiheet – vanhemmuus ja tietoinen läsnäolo. Helsinki: Basam Books Oy.

Kananen, J. 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä – miten kirjoitan kvalitatiivisen opinnäytetyön vaihe vaiheelta. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja –sarja. Juvenes Print.

Karjalainen, A-L., Sinervo, T. & Rajala, H. 2016. Satuhieronta tukee lapsen hyvinvointia. *Talentia* 43 (1), 36-37.

Kauppila, R. 2005. Vuorovaikutus- ja sosiaaliset taidot, vuorovaikutusopas opettajille ja opiskelijoille. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Kurvinen, A. & Neuvonen, S. & Siven, T. & Vartiainen, J. & Vihunen, R. & Vilen, M. 2006. Lapsuus: erityinen elämän vaihe. Helsinki: WSOY.

Mattila K-P. 2011. Lapsen vahvistava kohtaaminen. Jyväskylä: PS-kustannus.

Merriam-Webster 2016. Well-being. Viitattu 4.12.2016, <http://www.merriam-webster.com/dictionary/wellbeing>.

Minkkinen, J. 2011. Opettaja ja lasten hyvinvointi. Teoksessa Oksanen, A. & Salonen, M. (toim.) Toiminnallisia loukkuja – Hyvinvointi ja eriarvoisuus yhteiskunnassa. Tampere: Tampere University Press, 63–87.

Moberg, K. 2007. Rauhoittava kosketus Oksitosiinin parantava vaikutus kehossa. Helsinki: Edita Publishing Oy. 1. painos.

Mäkinen, P., Raatikainen, E., Rahikka, A. & Saarnio, T. 2009. Ammattina sosionomi. Helsinki: WSOYpro Oy.

Mäkelä, J. 2011. Mihin kosketus on hävinnyt aikuisten ja lasten suhteista? Teoksessa Nivala, E. (toim.) Kymmenen kysymystä kasvatuksesta. Helsinki: Premedia Helsinki Oy, 28–30. Viitattu 7.11.2016, http://lapsiasia.fi/wp-content/uploads/2015/04/10_kysymysta.pdf.

Määttä, P. 2001. Perhe asiantuntijana: Erityiskasvatuksen ja kuntoutuksen käytännöt. 2. painos. Jyväskylä: Atena Kustannus Oy.

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

Määttä, P. & Rantala, A. 2016. Tavallisen erityinen lapsi – Onnistuneen yhteistyön arvoitusta ratkomassa. Jyväskylä: PS-kustannus.

National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion 2016. Health-Related Quality of Life: Well-being Concepts. Viitattu 5.12.2016, <http://www.cdc.gov/hrqol/wellbeing.htm#three>).

Ojanen, T., Ritmala, M., Sivén, T., Vihunen, R. & Vilén, M. 2013. Lapsen aika. Helsinki: Sanoma Pro Oy. 12.-15. painos.

Oulun seudun omaishoitajat ry. 2016. Tietoa erityisperheistä. Viitattu 12.9.2016, <http://www.osol.fi/perheille/tietoa-erityisperheista/>.

Pihlaja, P. & Viitala, R. 2004. Erityiskasvatus varhaislapsuudessa. 1. painos. Juva: WS Bookwell Oy.

Puusniekka, A. & Saaranen-Kauppinen, A. 2006. KvaliMOTV – Menetelmäopetuksen tietovaranto. Viitattu 24.11.2017, http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L2_3_1.html.

Reichman, N.E., Corman, H. & Noonan, K. 2008. Impact of Child Disability on the Family. *Maternal and Child Health Journal*. 12:679. doi:10.1007/s10995-007-0307-z

Sajaniemi, S., Suhonen, E., Nislin, M. & Mäkelä J. E. 2015. Stressin säätely. Kehityksen, vuorovaikutuksen ja oppimisen ydin. PS-kustannus. Juva: Bookwell Oy.

Sinkkonen, J. 2008. Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun. Helsinki: WSOY.

Stahl, B. & Goldstein, E. 2011. Stressinhallinnan käsikirja. Tietoisien läsnäolon menetelmä. Basam Books Oy.

Suomen Vanhempainliitto ry. Mitä kotiosallisuus on ja mitä se ei ole? Lue vanhempien näkemys osallisuudesta –pdf –tiedosto. Viitattu 10.11.2016, http://www.vanhempainliitto.fi/filebank/1801-Vanhemmat_kotiosallisuudesta_Kiviniemi_2013.pdf.

Takanen, K. 2013. Päästä irti - vapaudu läsnäoloon. Kirjapaja Helsinki.

Tamminen, T. 2004. Olipa kerran lapsuus. Helsinki: WSOY.

Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. 2016. Osallisuus. Viitattu 7.11.2016, <https://www.thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/osallisuus>.

Tuomi J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Tuovinen, S. 2014. Satuhieronta. Helsinki: WSOY.

Tukikysymyksiä haastattelun tueksi:

Alustuskysymykset haastatteluun (tosiasiakysymykset):

Miten löysitte tänne kurssille?

Oletteko ensimmäistä kertaa tällä satuhierontakurssilla?

Oletteko tehneet satuhierontoja kotona?

Onko hierontoihin osallistunut erityislapsi ja/tai sisarukset?

Ketkä tekevät satuhierontaa perheessä ja ketkä saavat satuhierontaa?

Millaista tukea satuhieronnasta on saanut vanhemmuuteen?

Millaisia ahaa-elämyksiä olet kokenut kurssin aikana ja sen jälkeen?

Satuhierontoja on erilaisia, aktivoivia ja rentouttavia. **Minkälaiset hieronnat ovat olleet lapsellenne mieleen?** (Lyhyet, pitkät, aktiiviset, leikkistä, teemalliset (=merirosvot)).

Kertoisitteko vapaasti omia ja perheenne kokemuksia sekä ajatuksia tältä satuhieronta-matkalta?

Mielipidekysymykset:

1. Jaksaminen

- a. Yksi teemoistamme on jaksaminen ja haluaisimme kuulla, miten te määrittelette jaksamisen.
- b. Koetteko, että satuhieronta voisi olla menetelmä tai keino, joka helpottaa arkea? Miten?
(Miten satuhieronta vaikuttaa rauhoittumiseen?)

2. Läsnäolo

- a. Toinen teemoistamme on läsnäolo. Mitä läsnäolo teille on?
- b. Millaisissa tilanteissa lapsi on ilmaissut haluavansa satuhierontaa?
- c. Millaisissa tilanteissa koette, että satuhieronnasta olisi tukea?
- d. Onko lapsi halunnut hieroa teitä? Millaisissa tilanteissa, hetkinä? (Tämä liittyy myös osallisuuteen).

3. Osallisuus

- a. Kolmas teemamme on osallisuus, miten käsitätte osallisuuden?
- b. Miten lapsi on kokenut satuhieronnan?

Onko jotain lisättävää aiheeseen?

Mielipidekysymykset:

1. **Jaksaminen** (Vanhemmuuden tukeminen, yhdessäolon lisääminen, parisuhteen hoitaminen)
 - a. Oletteko tehneet satuhierontaa kumppanillenne?
 - b. Oletteko huomanneet, että teette enemmän yhdessä perheen kanssa?
2. **Läsnäolo** (Perheen muiden lasten huomiointi)
 - a. Perheen muiden lasten huomiointi
 - b. Tuleeko enemmän pysähtymisen hetkiä?
3. **Osallisuus**
 - a. Ketkä tekevät satuhierontaa perheessä ja ketkä saavat satuhierontaa? (Tekevätkö sisarukset toisilleen satuhierontoja?)
 - b. Oletteko huomanneet, että sisaruussuhteet olisivat muuttuneet? Millä tavoin?

Alkuperäisilmaukset	Pelkistetty ilmaus	Luokka
<p>Mun mielestä se (läsnäolo) on erittäin tärkeää. Voisi sanoa, että me harjoitellaan sitä ei pelkästään satuhieronnalla vaan monilla tavoilla, mitä me tehdään lapsen kanssa. Meillä on tällainen ikään kuin kasvatusfilosofia meidän lapselle. Meistä on tosi tärkeää pysyä ihan aidosti läsnä hänen kanssaan. - - sillä aktiviteetilla ei niinkään oo lapselle väliä, vaan se että me ollaan aidosti läsnä. - - Esimerkiksi elokuvaa katsottaessa, jos olen sanonut, että nyt on meidän hetki, lapsi ei halua, että mää vastailen viesteihin, vaan että olen läsnä. Ja niin se on, minun keho on läsnä mutta mieli on jossain muualla. Ja hän tietää, että en ole hänen kanssaan. Ja se saattaa suututtaa lasta. Hän saattaa sanoa "Lopeta, nyt lopeta." "Äiti lopeta, me katsotaan elokuvaa." Ja niin, ok se on totta, minä en ole täysillä läsnä täällä. Mutta musta se on tosi tärkeää, olla läsnä.</p>	<p>Vanhemman ajatuksia läsnäolon tärkeydestä.</p>	<p>Läsnäolo</p>
<p>"Kyllä se oikeassa paikassa oikeaan aikaan ja sit varmaan sekin, et sit on siinä joka hetki et se ei oo koko ajan ajattelemassa et mitä mää seuraavaksi teen, et se pysähtyy myös lapsikin siihen."</p>	<p>Mitä läsnäolo tarkoittaa</p>	
<p>"Aamulla venytään ennen ku noustaan sieltä sängystä, niin tässä nyt vielä vietellään aikaa, ei tarvii lähtä mihinkään."</p>	<p>Esimerkki läsnäolosta ja pysähtymisestä.</p>	
<p>"Tai ainaki sillon aina ku olen ollut täällä lapsen kanssa, niin on tuntunu siltä, että voi olla läsnä ja saa olla läsnä. Että saa niinku olla siinä hetkessä."</p>	<p>Satuhierontakurssin yhteys läsnäoloon.</p>	
<p>No on, minusta. Mutten tiä, ainaki meillä on sillai että ei välttämättä koko ajan - - tiä mikä sitä, jos sitä lapsella on joku huonosti, että mikä sitä vaiva - - Kaikkia vaivaa joku ja sit se on vähän hankalaa ja se on vähän semmonen, vähän niinkö suoraan sinne pinnan alle niinku se satuhieronta - - Ei sitä tartte niinkö niin juurta jaksaa sit kaikkea tonkia ja selvitellä ja ossaako ne lapset aina ja ossaako sitä itekään et sitte se vähän niinkö semmonen oikotie onneen. - - Sitte niinkö on rennompaa kaikilla ja mukavampaa että. Eikä tartte, ja jos on vähän semmonen niinkö kränä siinä ollut tai muuta niin yleensä sitte jos, no "Saako äiti tehdä sulle satuhierontaa?" "No tee sitte".</p>	<p>Esimerkki vanhemman läsnäolosta ristiriitatilanteessa.</p>	

Saatekirje

Arvoisa vastaanottaja,

Laadullisen opinnäytetyömme tarkoituksena on kuvailla erityislapsiperheiden kokemuksia satuhierontakurssista. Haastattelu on kohdennettu juuri teille sen vuoksi, että osallistutte syksyllä 2016 Oulun seudun omaiset ja läheiset ry:n järjestämälle satuhierontakurssille.

Olemme 3. vuoden sosiaalialan (AMK) opiskelijat Minttu Tarkka-Kiljander ja Essi Tikkanen-Sipola Oulun ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäytetyömme Oulun seudun omaiset ja läheiset ry:lle. Satuhieronnasta on tehty tutkimuksia, mutta ei erityislapsiperheiden näkökulmasta. Jotta tietoa saadaan erityislapsiperheiden näkökulmasta, on tärkeää, että kurssille osallistuvat ottavat osaa haastatteluun.

Tiedonkeruumenetelmänä on ryhmähaastattelu. Nauhoitamme haastattelut, jotta voimme myöhemmin purkaa ja analysoida ne. Käsittelemme kaikkia tietoja nimettömänä eikä nimenne tule missään vaiheessa esiin opinnäytetyössämme. Keräämämme materiaali on vain meidän kahden käyttöön, ja tuhoamme materiaalit opinnäytetyön valmistuttua. Valmis opinnäytetyö julkaistaan kansallisessa Theseus-verkkokirjastossa.

Jos teillä on kysyttävää opinnäytetyöhöemme liittyen, alkää epäröikö ottaa yhteyttä.

Yhteistyöstä etukäteen kiittäen,

Toisen yhteystiedot, + yhteistyökumppani jos hän tahtoo tietonsa.