

Nina Keränen
Eevamaija Kukkala

SATUHIERONTA KIRJASTOSSA

SATUHIERONTA KIRJASTOSSA

Nina Keränen ja Eevamaija Kukkala
Opinnäytetyö
Kevät 2019
Kirjasto- ja tietopalvelualan tutkinto-
ohjelma
Oulun ammattikorkeakoulu

TIIVISTELMÄ

Oulun ammattikorkeakoulu
Kirjasto- ja tietopalvelualan tutkinto-ohjelma

Tekijä(t): Nina Keränen ja Eevamaija Kukkala

Opinnäytetyön nimi: Satuhieronta kirjastossa.

Työn ohjaaja: Teija Harju

Työn valmistumislukukausi ja -vuosi: Kevät 2019

Sivumäärä: 44 + 12

Opinnäytetyömme tarkoitus on selvittää, soveltuuko satuhieronta kirjaston palveluksi. Tämän opinnäytetyön tekijät ovat käyneet satuhierontakoulutuksissa, toinen on satuhierontaosaaja ja toinen satuhierontaohjaaja. Opinnäytetyön idea syntyi lähtökohdasta, miten yhdistää kirjastotyö ja satuhieronta. Työn toimeksiantaja on Tyrnävän kirjasto, missä tämän toiminnallisen opinnäytetyön kolme satuhierontatuokiota pidettiin. Toimeksiantaja voi hyödyntää opinnäytetyön tuloksia oman toimintansa kehittämiseen ja toisaalta koko suomalainen kirjastokenttä voi hyötyä tämän opinnäytteen tuloksista.

Opinnäytetyömme viitekehys muodostuu satuhieronnan periaatteista ja vaikutuksista, suomalaisesta kosketuskulttuurista, tapahtuman järjestämisestä ja ryhmän ohjaamisen teoriasta. Tämän opinnäytteen tutkimusmenetelmät ovat kvalitatiivisia eli laadullisia. Tutkimusaineisto koostuu kirjastovirkailijan teemahaastattelusta, satuhierontatuokioihin maaliskuussa 2019 osallistuneiden vanhempien lomakehaastattelusta sekä lasten tuntemusten selvittämisestä satuhierontatuokioiden jälkeen Mahti-tunnekorttien avulla.

Kirjastovirkailijan ja lasten vanhempien teemahaastattelut tukevat sitä ajatusta, että satuhierontaa kannattaa tarjota kirjaston palveluna. Satuhierontaa kannattaa tarjota ensisijaisesti perheille, päiväkodeille ja perhepäivähoitajille. Tärkeä tekijä on, että lapsella on mukanaan tuttu ja luotettava aikuinen satuhieronnassa. Satuhieronnalla on selkeitä hyvinvointia edistäviä vaikutuksia. Kirjasto voi satuhierontaa tarjoamalla vaikuttaa positiivisesti lapsen ja aikuisen väliseen suhteeseen sekä tarjota heille uusia keinoja selvitä arjen tuomista haasteista.

Kirjastoista täytyy löytyä osaamista ja tahtoa, jos satuhierontaa halutaan tarjota palveluna. Tämän opinnäytetyön tulos on se, että satuhieronta soveltuu palveluksi kirjastoon. Näitä tuloksia ja kokemuksia voidaan hyödyntää, kun suunnitellaan kirjastoihin uusia yksilöiden ja perheiden hyvinvointia tukevia työmuotoja ja palveluita.

Asiasanat: satuhieronta, tarinahieronta, toiminnallinen opinnäytetyö, kosketus, kirjaston palvelut

ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences
Library and information sciences

Author(s): Nina Keränen, Eevamajja Kukkala

Title of thesis: Story massage in the library

Supervisor(s): Teija Harju

Term and year when the thesis was submitted: Spring 2019 Number of pages: 44 + 12

The purpose of the thesis is to find out if the story massage is appropriate to be a library service. The authors of this thesis have participated in story massage trainings. The idea for the thesis originated from starting point of how to combine library services and story massage. The commissioner of this project-based thesis is the library of Tyrnävä, where the functional part of the thesis took place in March 2019. The commissioner can use the results of thesis to develop their services in the library. This can also benefit the entire library network in Finland.

Theoretical background consisted of the principles regarding story massage, the effects of the story massage and the touching behavior culture in Finland. Theory of instructing groups and organizing events was also part of the theoretical framework. The thesis is a qualitative study. Theme interviews were conducted to the librarian and the children's parents who participated in the story massage sessions in the Tyrnävä library. The feelings and emotions of the children were also investigated after the story massage sessions.

The theme interviews supported the fact, that story massage is a beneficial addition to library services. Furthermore, story massage is a useful tool for families, day-care centres and private family day care providers. Important factor is that the child has a familiar and trustworthy adult a companion in story massage. In compliance with the theory, story massage has many good effects on the wellbeing. If the library can provide story massage as a service, this will contribute to creating trustworthy relationship between children and adults. Families get new tools to cope in their day-to-day lives.

There have to be competence and will in the libraries if they wish to offer story massage as a service. Result of this thesis is that story massage is suitable as a service in the libraries. The results of this thesis can be used when libraries are planning new services with the intention to support the individuals and families.

Keywords: fairy tale massage, story massage, touch, functional thesis, library services

SISÄLLYS

JOHDANTO.....	6
1 KOSKETUSKULTTUURI.....	8
1.1 Kosketuksen merkitys.....	8
1.2 Oksitosiini.....	10
1.3 Suomalainen kosketus	10
2 SATUHIERONTA.....	12
2.1 Satuhierontaa säätelevät periaatteet.....	12
2.2 Satuhieronnan vaikutukset ja tavoitteet.....	13
2.3 Satuhieronta lukemaan innostajana	15
2.4 Ryhmän ohjaaminen.....	16
4 KIRJASTO MUUTOSVAIHEESSA	17
4.1 Kirjasto tapahtuman järjestäjänä.....	18
4.2 Tapahtuman järjestämisen vaiheet.....	20
4.3 Satuhieronnan järjestäminen kirjastossa.....	21
5 SATUHIERONNAN JÄRJESTÄMINEN TYRNÄVÄN KIRJASTOSSA.....	23
6 TUTKIMUSMENETELMÄT	25
6.1 Haastattelut.....	25
6.2 Lasten haastattelemine	26
7 TUTKIMUSTULOKSET	28
7.1 Kouvolan Haanojan kirjaston kirjastovirkailijan haastattelu	28
7.2 Satuhierontatuokioihin osallistuneiden vanhempien haastattelu.....	29
7.3 Satuhierontaan osallistuneiden lasten tunnelmat tuokioiden jälkeen.....	31
8 JOHTOPÄÄTÖKSET.....	32
9 POHDINTA	35
LÄHTEET.....	39
LIITTEET	44

JOHDANTO

Tämän opinnäytetyön tarkoitus on selvittää satuhieronnan soveltuvuutta kirjaston uudeksi työmuodoksi. Aiheen valintaan vaikutti oma kokemuksemme ja kiinnostuksemme satuhieronnasta ja sen positiivisista vaikutuksista ihmisiin kaikissa ikäluokissa. Tutkimusosuudessa haastattelimme satuhierontaa tarjonneen kirjaston työntekijää.

Toteutimme opinnäytetyön toiminnallisen osuuden, kolme satuhierontatuokiota, Tyrnävän kirjastossa. Osallistujat ilmoittautuivat tuokioihin etukäteen. Toivomuksemme oli, että jokainen osallistuja pääsee jokaiselle kolmelle kerralle mukaan, jotta saamme tutkimuskysymykseemme mahdollisimman pätevän vastauksen. Viimeisen satuhierontatuokion jälkeen teimme teemahaastattelun satuhierontaan osallistuneille vanhemmille. Lasten tuntemuksia selvitimme tuokioiden jälkeen Mahti-tunnekorttien avulla.

Tänä päivänä puhutaan yhä enemmän lapsiperheiden kiireestä ja siitä johtuvasta lasten pahoinvoinnista. Perheissä on myös aikaisempaa enemmän aikasyöppöjä, mobiililaitteita ja pelejä, jotka vievät tilaa aidolta läsnäololta ja hyvältä kosketukselta. Toisaalta myös lukemaan innostaminen on tällä hetkellä asia, josta mediassa puhutaan paljon. Kaikki aikuiset eivät enää lue ääneen lapsilleen ja tällä tavoin tuleva luontainen läsnäolo ja kosketus aikuisen ja lapsen välillä on vähentynyt. Toisaalta tänä päivänä vanhemmat ovat hyvin kiinnostuneita lasten kohtaamisesta ja heidän tunnetaidoistaan. Vanhemmat ja kasvattajat kaipaavat elämäänsä erilaisia työkaluja, joiden avulla tavalliset arjen haasteet ovat helpommin ratkaistavissa. Kirjasto on paikka, joka on tasavertaisesti kaikille kansalaisille avoin ja sinne on jokainen tervetullut. Kirjasto on myös paikka, joka voi tarjota tilan ärsykeettömälle kohtaamiselle aikuisen ja lapsen välillä vahvistaen heidän keskinäistä suhdettaan.

Lukemisella, tarinoilla ja kosketuksella on todettu olevan useita hyviä vaikutuksia lapsen kehityksen kannalta. Kirjastoissa on perinteisesti järjestetty satutunteja, jotka ovat kaikille avoimia tilaisuuksia. Tietävästi ensimmäiset satutunnit on järjestetty jo vuonna 1909 Helsingin kaupunginkirjastossa. Säännöllisiä satutunteja Helsingissä on ollut vuodesta 1920- alkaen (Mäkelä, M. 2002, 10). Mäkelän mukaan satutunnit ovat useimmiten yksisuuntaisia, eli lukija lukee ja lapset kuuntelevat. Satutunteja on toki elävöitetty monin erilaisin tavoin rooliasuista nukketeatteriin. Satuhieron-

ta on yksi keino, jolla satutunteja voidaan elävöittää ja saada satutunnista kokemuksellinen ja läheisyyttä lisäävä hetki.

Satuhieronta yhdistää lapsen kehityksen kannalta kaksi tärkeää elementtiä. Tarinan ja kosketuksen. Satuhieronta vaikuttaa leikkisyydestään huolimatta ihmiseen todella vahvasti, kosketuksen avulla aivot erittävät oksitosiinia ja tarinat vahvistavat mielikuvia. Satuhieronnalla voidaan siis vahvistaa mielikuvien ja kosketuksen kautta yksilön kokemuksia hyvästä ja turvallisesta ympäristöstä. Useissa aikaisemmin tehdyissä opinnäytteissä on todettu, että lapset ja lapsiryhmät ovat rauhallisempia, kun satuhieronta on heillä säännöllisesti käytössä. Tässä opinnäytteessä saimme samansuuntaisia palautteita, vaikka emme varsinaisesti satuhieronnan vaikuttavuutta tutkineetkaan.

Kirjastojen tulee jatkuvasti kehittää palveluitaan asiakkaiden odotuksia kuunnellen. Toisaalta kirjastolta odotetaan perinteistä kirjastomaista hiljaisuutta ja rauhallisuutta ja toisaalta taas ajan hermolla pysymistä erilaisine viihdetapahtumineen. Kaikkien odotusten keskellä, kirjastojen ei tulisi unohtaa sille annettua perustehtävää tasavertaisen sivistyksen tarjoajana ja lukemaan innostajana. Kirjasto voi palveluillaan välillä myös yllättää ja tarjota jotakin sellaista mitä asiakkaat eivät ole edes osanneet odottaa. Kirjasto voi hyödyntää palveluita suunniteltaessa myös siitä luotua mielikuvaa rauhallisuuden työssijana ja tarjota asiakkaille rauhoittumisen ja rentoutumisen keinoja vahvistavia palveluita, kuten satuhierontaa.

Satuhierontaa on toteutettu tähän päivään saakka lähinnä päiväkodeissa ja kerhoissa. Opinnäytetöitä on tehty enimmäkseen varhaiskasvatuksessa toteutetusta satuhieronnasta. Kirjastoissa satuhierontaa vaikuttaa olevan vaihtelevasti ja säännöllisen epäsäännöllisesti käytössä. Kirjasto ja satuhieronta- aiheesta ei ole tätä ennen tehty opinnäytteitä. Mielenkiintoinen aiheen avaus on myös Saara Heikkilän opinnäytetyö satuhieronnasta mielenterveyskuntoutujien kuntoutumisen tukena. Satuhieronta yhdistettynä kirjastoon sekä mielenterveyskuntoutujien tai ikääntyneiden parissa tarjoaa vielä aiheita opinnäytetöihin jatkossakin.

1 KOSKETUSKULTTUURI

Jokainen varmasti tunnistaa itsessään välillä ilmenevän ”halipulan”, eli läheisyyden kaipuun toisen ihmisen kainaloon. Lämmin kosketus on tarpeen, koska hyvällä ololla on positiivinen vaikutus ihmisen terveyteen. Hidas, tasainen ja mukava kosketus välittyy erikoistuneiden hermosäikeiden välityksellä aivojen syvempiin kerroksiin. ”Halipula” voi johtua juuri tästä verkkaisemman silittävän koskettamisen tarpeesta. Sinne, mihin aivojenosaan viesti kosketuksesta välittyy, määrittyy ihmiskehon ja oman itsen hahmottaminen. Tässä aivojen osassa määrittyy myös se, miten ihminen käsittää yhteydet muihin sekä miltä oma oleminen ja maailma tuntuvat. (Tiessalo 2016, viitattu 18.1.2019.)

1.1 Kosketuksen merkitys

Kosketus on tärkeää lapselle heti syntymän jälkeen. Aivokuvantaminen on osoittanut, että kun vanhemmat silittelevät hellästi lastaan, se aktivoi lapsen aivojen tunteisiin liittyviä alueita jo yhden kuukauden ikäisellä vauvalla. Vanhemmat voivat edistää vuorovaikutusta hellän kosketuksen avulla. Lapsen synnyttyä aivot ja ääreishermosto kehittyvät nopeasti, ensimmäisenä elinvuotena kehittyy tuntoaisti. Göteborgin yliopistossa tutkijoiden uusi löydös on erityinen myeliinitön CT-hermosolutyyppi, ”joka välittää hellää silittämistä eli sosiaalista kosketusta”. CT-solut tulevat aktiivisiksi, kun hellän silittämisen nopeus on kolmesta kymmeneen senttimetriä sekunnissa. (Hoffman 2017, viitattu 21.1.2019.)

Jokaisen ihmisen ensimmäinen kokemus maailmasta syntymän jälkeen on kosketus. Gothónin mukaan ihmisen ensimmäinen tieto maailmasta on ihon tieto ja ensimmäinen kieli on kehonkieli. Kosketuksen kautta pieni vauva oppii maailmasta ja toisista ihmisistä. Kosketuksella ja sen puutteella on selvä yhteys elämässä selviämiseen ja hengissä pysymiseen. (Gothóni, 54).

Koskettamalla voidaan kommunikoida äänettömästi niin hyvässä kuin pahassakin. Jokainen varmasti tunnistaa hyvän ja pahan kosketuksen eron. Hellä silittäminen viestittää meille rakkautta ja hyväksyntää, kuin taas äkäinen riuhtaisu tai lyöminen viestittää meille vihaa ja halveksuntaa. (Gothóni, 2012, 61-72.)

Koskettamisen merkitys ei lopu, kun lapsi kasvaa ja varttuu. Kirjassaan Gothóni (2012,54) kirjoittaa, että leikki-ikäiselle hyvä kosketus lieventää kipua ja antaa luottamusta. Myös murrosiässä on tärkeää, että vanhempi silittää niskoittelevaakin lasta hellästi ja tuo hänelle tällä tavalla hyväksymisen tunteen. Lastenpsykiatri Raisa Cacciatore toteaa, että aikuisten on hyvä antaa haleja tai vaikka hierontaa murrosikäisen vetämiä rajoja kunnioittaen (Pitkänen, 2012). On olemassa myös satuhierontatarinoita, jotka soveltuvat erityisen hyvin murrosikäisille ja sitä vanhemmille toteutettavaan satuhierontaan.

Kosketuksen vaikutus hyvinvointiin ei lopu murrosikään eikä täysi-ikäistymiseen. Aikuinen ihminen tarvitsee kosketusta siinä kuin lapsikin. (Pitkänen, 2012). Meidän oman kokemuksemme mukaan satuhieronta antaa hyviä työkaluja niin murrosikää lähestyvien lasten kuin ikäihmistenkin kanssa toimimiseen. Kosketuksen voima on niin valtava, että kun kaikki muu loppuu, jäljelle jää kosketus. Gothóni (2012,59) kuvailee kirjassaan, kuinka kuolevaa läheistä pidetään yleensä kiinni kädestä ja häntä silitetään.

Lapsuuden kokemukset ja muistot kosketuksesta tai koskemattomuudesta kulkevat mukamme aikuisuuteen. Näillä varhaisilla muistoilla on vaikutuksensa siihen, kuinka me itse kosketamme toisia ja kuinka me kykenemme antamaan läheisyyttä toisille ihmisille. Satuhieronnalla voidaan korjata mahdollisia aikaisempia negatiivisia kosketusmuistoja. Korvaavia kokemuksia läheisyydestä ja hellästä kosketuksesta voi saada myös aikuisena, vaikka lapsena olisikin jäänyt niitä vaille. (Tuovinen 2014, 73.)

Siitä huolimatta, että myönteinen kosketus on yksi elinehto elämässämme, sen kanssa tulee kuitenkin olla tarkkana. Kaikista ihmisistä koskettaminen ei ole miellyttävää. Jos koskettava ihminen on vieras, kosketus ei ehkä ole toivottua. (Tiessalo 2016, viitattu 18.1.2019.) Kosketuksen välttelyn taustalla voi olla myös aikaisempi negatiivinen kokemus koskettamisesta tai erilaisten ärsykkeiden voimakas aistiminen eli erityisherkyys. Koskettamista voi kuitenkin opetella siinä kuin muitakin taitoja. Ensimmäinen kosketus voi olla pieni hipaisu tai silitys, joka luo turvallisuuden tunnetta kosketusta välttelevälle. (Kurvinen, 2016.)

1.2 Oksitosiini

Oksitosiini on aivojen välittäjäaine ja voimakas hormoni, jota kutsutaan myös hyvänmielen hormoniksi. Se vaikuttaa sosiaalisissa suhteissa ja lisääntymisessä. Oksitosiinilla onkin tärkeä rooli äidin ja lapsen kiintymyssuhteessa. Se vaikuttaa myös empatiakykyyn ja anteliaisuuteen. Oksitosiinitaso nousee, kun ihminen halua rakastamaansa ihmistä. Oksitosiini on perusta sosiaaliselle luottamukselle sekä vastalääke masennuksen tunteille. (Psychology Today 2019, viitattu 15.1.2019.)

Korkeampi oksitosiinin määrä yhdistetään rentoutumiseen, kykyyn luottaa muihin sekä yleiseen psyykkiseen tasapainoisuuteen. Oksitosiini auttaa vähentämään stressireaktiota sekä ahdistusta. Se on tärkeä hormoni stressiin vaikuttaessa, koska se vähentää myös kortisolin vaikutusta elimistössä. (Psych Central 8.10.2018, viitattu 24.1.2019) Oksitosiinipitoisuus on erityisen korkealla synnytyksen aikana, sen jälkeen ja imetyksen aikana. Oksitosiini toimii kuitenkin kaikilla ihmisillä samalla tavalla. (Tarina ja Kosketus Oy, 18.) Ihminen voi omalla toiminnallaan vaikuttaa omaan tapansa nähdä ja kokea maailmaa. Sosiaalisuuteen ja pelon tunteeseen voi vaikuttaa oksitosiinin avulla. Kosketus, fyysinen läheisyys ja hellä hoiva sekä miellyttävät ajatukset käynnistävät oksitosiinin tuotannon. (Sama.)

1.3 Suomalainen kosketus

Yleinen käsitys on, että suomalainen ei puhu eikä pussaa. Myöskään toisiin ei kosketa, jotta emme ylitä henkilökohtaisia rajoja tahtomattamme. Suomalainen kosketuskulttuuri on siis lyhyesti luonnehdittuna jopa karu. Koskettaminen osoittaa suomalaisille useimmiten erityistä läheisyyttä ja tapamme tervehtiä toisia on hyvin etäinen. (Gothóni 2012, 59.)

Kätteleminen on meillä perinteinen ja hyväksyttävä tervehtimismuoto, korrekti tapa osoittaa läheisyyttä ja hyväksyntää. Useissa muissa Euroopan maissa perinteinen poskisuudelma voidaan kokea meillä turhan lähenteleväksi ja jopa seksuaalisesti virittyneeksi. Liian usein unohdetaan, ettei kosketus kuitenkaan ole yleensä seksuaalista ja sillä ei ole moiset tarkoitusperät alkuunkaan. Esimerkiksi opetustyössä on välillä välttämätöntä koskettaa oppilasta oppilaan oppimisen tukemiseksi. Tällaisetkin tilanteet voidaan tulkita seksuaaliseksi häirinnäksi ja se on opettajien ja kasvatustyöntekijöiden kannalta ongelmallista. (Gothóni 2012, 64.)

Koskettamalla toisiamme viestimme aina jotakin. Esimerkiksi läheisensä menettänyttä halataan tai kätellään, tällä tavalla ositetaan lohdutusta ja rohkaisua, kannustetaan jaksamaan elämässä eteenpäin. Koskettaminen voi vahvistaa tai lannistaa, riippuen siitä mitä viestimme kosketuksellemme ja miten sen teemme. Merkityksensä on sillä, kosketammeko rakkaudella vai vihalla ja kuinka kosketuksen vastaanottaja kokee ja tuntee kosketuksen. (Gothoni 2012, 61, 64.)

”Ihmisen kokonaisuus merkitsee sitä, että hän osaa tulkita sekä hyvän että pahan kosketuksen. Hän tuntee hellyyden hyvää tekevän lämmön, mutta myös kivun ja rajojen epämiellyttävän ylityksen.” (Gothóni 2012, 62)

Tutkija Taina Kinnunen kertoo Kalevan artikkelissa, että ”toiset syntyvät hellyyden kultalusikka suussa”. Koskettamisen kulttuuri on yhteydessä ympäröivän yhteiskunnan kulttuuriin. Se on myös tilannesidonnainen asia, siihen vaikuttavat ikä, sukupuoli sekä henkilön oma kosketushistoria. Kosketuksen tarkoitus voidaan tulkita eri tavoin riippuen siitä, miten on sen kasvatuksessa omaksumanut. Kinnusen mukaan ”pohjoisella pallonpuoliskolla” ei ole rikasta kosketuskulttuuria ja niin ollen toisen ihmisen koskettaminen voi tuntua hankalalta. Mahdollista on, että vanhemmat siirtävät lapsilleen omia traumojaan. ”Kotoa saatu tunnepääoma kantaa tai kaataa”, Kinnunen toteaa. (Kaitasuo 2019.)

Satuhieronta on hyvä tapa opettaa ja opetella koskettamista. Toisille lapsille halaukset ja silitykset ovat luontevampia kuin toisille. Jo pelkästään oleskelu samassa tilassa, jossa tehdään satuhierontaa rauhoittaa ja rentouttaa kosketusta välttelevää lasta. Leikinomaisuus ja sadut antavat kosketukselle uuden merkityksen ja arempikin lapsi voi mallin kautta rohkaistua mukaan satuhierontaan. (Tuovinen 2014, 116.) Satuhieronta -kirjassa on paljon valmiita satuhierontoja liikkeen. Osa niistä on toiminnallisempia ja toimivat hyvin lapsiryhmien kanssa tehtäviksi. Kirjasta löytyy myös rauhoittavia hierontoja, jotka toimivat paremmin pareittain tehtyinä. (Tuovinen 2014, 118.)

2 SATUHIERONTA

Satuhieronta on Sanna Tuovisen vuonna 2014 kehittämä menetelmä, jossa yhdistyvät satu ja kosketus. Tuovisella on aikaisempaa kokemusta ja koulutusta monelta ihmisen hyvinvointiin vaikuttavalta osa-alueelta. Näiden kokemusten ja Tuovisen henkilökohtaisen osaamisen kautta syntyi uusi menetelmä: satuhieronta. Satuhieronta on saanut vaikutteita myös Rosen-terapiasta, Theraplaysta ja NLP:stä. Satuhieronta on luova menetelmä, joka täydentyy sen toteuttajan mukana (Tuovinen 2014, 8).

Satuhieronta on aiheena vielä sen verran uusi, ettei sitä ole tutkittu suunnitelmallisesti, mutta useita opinnäytteitä aiheesta on kuitenkin tehty etupäässä sosiaali- ja terveysalalla. Päiväkodin työntekijät ovat kokeneet, että ovat saaneet satuhieronnalla uusia työkaluja yhä haastavampaan arkeen. Koska satuhieronta on käytännössä lorujen, tarinoiden ja myönteisen kosketuksen yhdistelmä, se sopii siksi hyvin toteutettavaksi myös kirjastoissa. Satuhieronnalla ei ole nimestään huolimatta tarkoitus hoitaa lihasjumeja klassisen hieronnan tapaan. (sama.)

Kaiken virikkeellisyyden ja erilaisten ärsykkeiden keskellä satuhieronta on keino, jolla voidaan tukea lapsen stressinhallintaa, tunneilmaisua ja itsetuntoa. Satuhieronta on nähty myös lastenhoidon ja lasten psykiatrian saralla tärkeäksi ja merkittäväksi työkaluksi, koska sen avulla lapsen kehityksen kannalta kaksi tärkeää elementtiä, tarina ja kosketus. (Tuovinen 2014, 7.) Useat päiväkodit käyttävät arjessaan satuhierontaa esimerkiksi päiväunille rauhoittumisen yhteydessä.

Psykiatri Jukka Mäkelä toteaa Savon Sanomissa (12.12.2017), että satuhieronnasta tulee vielä iso juttu. Hän on havainnoinut satuhierontaa lasten lisäksi myös mielenterveyskuntoutujien kuntouttamisen yhteydessä. Mäkelä sanoo, että satuhieronnalla saadaan samanaikaisesti kehoon ja mieleen hyvä kokemus, joka on ainutlaatuisista verratessa satuhierontaa muihin erilaisiin rentoutusmenetelmiin. Se, että satuhierontaa voidaan toteuttaa myös matalalla kynnyksellä, lisää metodin mahdollisuuksia. (Porakka 2017. viitattu 16.1.2019.)

2.1 Satuhierontaa säätelevät periaatteet

Satuhieronta on Tarina ja Kosketus -nimisen yrityksen suojattu tuotenimi. Tarina ja Kosketus pidättää itsellään oikeuden kouluttaa satuhieronnan osaajia ja ohjaajia, jotka voivat käyttää satuhierontaa virallisesti omassa työssään. Tarina ja Kosketus järjestää satuhieronnan osaajakoulu-

tuksia, Hoivapuu ja Taikapuu, ympäri Suomen. Taikapuu –koulutus on suunnattu varhaiskasvatuksen ja opetusalan ammattilaisille, joiksi myös kirjastolaiset lasketaan. Osaajakoulutuksen käynyt satuhierontaosaaja voi järjestää kirjastossa satuhierontahetken. (Tuovinen 2014,18.) Satuhierontahetket ovat kokemuksemme mukaan erityisen mukavia ja toimivia kirjaston satutunneille.

Satuhieronta- ohjaajia koulutetaan harvemmin ja heillä on oikeus järjestää toiminnallisia satuhierontatuokioita, joiden tarkoitus on ohjata ja opastaa vanhempia ja muita satuhieronnasta kiinnostuneita tarkemmin satuhieronnan maailmaan. Tuokiot ovat hieman pidempiä kuin hetket ja ne toteutetaan valitun teeman mukaisesti. Teemoja voivat olla esimerkiksi viidakko, intiaanit tai värit, joiden mukaan tuokio rakennetaan. (Sama)

Satuhieronta on aina vapaaehtoista eikä se saa tuottaa kokijalle kipua tai muita epämiellyttäviä tuntemuksia. Satuhieronnan voivat lapset tehdä toisilleen, aikuinen lapselle tai lapsi aikuiselle. Satuhieronta tehdään pääasiassa selkään, päähän, käsiin ja jalkoihin. Yleinen ohje on, että satuhierontaa ei tehdä alueelle, jolla pidetään uimapukua. (Sama)

Satuhieronta avaa oven satujen maailmaan ja sitä voidaan improvisoida vapaasti. Tarinoita voi keksiä itse ja muokata omaan suuhun sopivaksi. Toisaalta lapset yleensä muistavat tarinat tarkasti ja niiden muuntelu voi sen vuoksi osoittautua haasteelliseksi. Myös lapsi voi kertoa tarinan, jonka aikuinen hänelle hieroo. Tärkeintä on kuitenkin keksittyä oleelliseen, uppoutua tunnelmaan ja luottaa kosketuksen voimaan. (Sama)

2.2 Satuhieronnan vaikutukset ja tavoitteet

Iho, suurin elimemme, on luotu tuntemaan. Iho tuntee niin kivun kuin hellän kosketuksenkin. Iho muistaa miten meitä on kosketettu. (Tuovinen 2014, 62.) Iholla voimme tuntea ympäristön ja saada siitä ihon kautta selvää erilaisista asioista, vaikka silmillä emme näkisi tai korvilla kuulisi. Koska iho ja aivot toimivat yhdessä, pienikin kosketus saa paljon aikaan aivotoimintaa. (Tuovinen 2014, 63.) Toistuvilla tuntoaistimuksilla on pysyvä vaikutus aivoihin ja tämän vuoksi satuhieronnalla ja lempeällä kosketuksella voidaan helpottaa esimerkiksi lapsen stressiä ja auttaa häntä rentoutumaan. (sama.)

*”Kysy keneltä tahansa
varhaisimpia lapsuusmuistoja:*

*onnelliset ihmiset muistavat
päälimmäisenä
että joku piti sylissä
onnettomat vain sen
ettei pidetty.”*

Maaria Leinonen

Satuhieronnan kehittäjä, Sanna Tuovinen, on itse ollut havainnoimassa päiväkotiryhmässä satuhieronnan vaikutusta lapsiryhmän dynamiikkaan ja rauhallisuuteen. Aikaisemmassa kappaleessa (Kosketuskulttuuri) olemme käsitelleet kosketusta sekä sen merkitystä ja vaikutusta ihmiselämään. Satuhieronalla halutaan tarjota perheille ja kasvatustyön ammattilaisille keinoja, joilla läsnäolevaa ja hyväksyvää kosketusta voidaan vahvistaa ja tuoda luontevaksi osaksi arkea kaikissa elämän tilanteissa ja vaiheissa. (Tuovinen 2014, 66.)

Satuhieronnan leikinomaisuus antaa paljon mahdollisuuksia sen toteuttamiseen lasten kanssa. Toisaalta on myös hyvä huomioida, että leikinomaisuudesta huolimatta satuhieronta vaikuttaa lapsen tunteisiin ja kokemusmaailmaan vahvasti. Myönteinen kosketus luo luottamusta aikuisen ja lapsen välille, joten satuhieronta on hyvä keino auttaa pelokasta ja stressaantunutta lasta luottamaan häntä hoitavaan aikuiseen. (Tuovinen 2014,66-67.) Satuhieronnessa yhdistyvät saman aikaisesti kosketuksen ja kuulon aistikanavat, jolloin sekä hierottavan että hierojan läsnäolon kokemukset vahvistuvat huomattavasti verrattuna perinteiseen sadun luentaan. (Tarina ja Kosketus Oy 2018, viitattu 11.3.2019.)

Satuhieronta koostuu kolmesta osasta: liikkeestä, intentiosta ja mielikuvasta. Satuhieronta ei ole satuhieronta ilman intentiota eli tarkoitusta, joista yleisin on rauhoittuminen ja rentoutuminen. (sama) Paikallaan oleminen voi tuntua niin lapsista kuin aikuisistakin usein tuskastuttavalta, satuhieronta antaa myös vanhemmalle luvan rentoutua. Aikuinen voi harjoitella läsnäoloa ja rentoutumista tehdessään satuhierontaa lapselle tai toiselle aikuiselle. Satuhierontaa tehdessä oksitoisiin erittyminen tapahtuu niin hierottavan kuin hierojankin aivoissa. (sama)

2.3 Satuhieronta lukemaan innostajana

Lapsen lukutaidon ja lukuinnon perusta luodaan jo hyvin varhaisessa vaiheessa. Lapsen kieli ja puhe kehittyvät varhaisessa vuorovaikutuksessa. Lapsi oppii mallin kautta lukutaidon ja innon lukemiselle. Kun lapsi kuulee ja näkee läheisten aikuisten lukevan, hänelle kehittyy myönteinen asenne kirjoja ja lukemista kohtaan. Vaikka lukemisen merkitys lapsen kasvuun ja kehitykseen on todettu, kaikissa perheissä lukeminen ei edelleenkään ole usein toistuva rutiini. ”Tutkimusten mukaan vain neljännes vanhemmista lukee usein lapsilleen”. (Hakulinen, [viitattu](#) 12.2.2019.)

Lukemisen rutinoitumista vanhemmat voivat harjoitella jo raskausaikana. Lasta voidaan helliä kohdun läpi ensimmäisen kielen eli kosketuksen kielen ja lorujen kautta. Vasta syntynyt ja pieni lapsi nauttii, kun hänelle jutellaan ja kerrotaan tarinoita ja kosketellaan. Lapsen hellä koskettelu lorun tahdissa edistää vauvan hermoston kypsymistä ja säätelyä. (Heikkilä-Halttunen, P. 2015, 13-14.)

Lasten lukutaitoa tutkitaan säännöllisesti kansainvälisellä PIRLS- tutkimuksella. Tuoreimman PIRLS- tutkimuksessa vuonna 2016 Suomi oli sijalla 5. Osallistujamaita tutkimuksessa oli yhteensä 50. Tutkimuksen mukaan hyvien lukijoiden määrä on pysynyt ennallaan mutta heikkojen lukijoiden määrä on lisääntynyt prosentoin, mikä tarkoittaa tilastollisesti merkitsevää määrää. (PIRLS- raportti, [viitattu](#) 12.3.2019.)

Tänä päivänä on paljon tietoa lukemisen hyödyistä ja vaikutuksesta lapsen kehitykseen ja kasvuun. Muiden muassa lukukeskus on koonnut verkkosivuilleen kattavasti tietoa lukemisen vaikutuksista ja merkityksestä lapsen ja nuoren elämää. Lukukeskuksen mukaan lapsesta, jolle luetaan, tulee itsevarmempi ja reilumpi kaveri. Tutkijoiden mukaan lapsi, jolle on luettu säännöllisesti, on kuullut jo kolmevuotiaana 20 miljoonaa sanaa enemmän kuin lapsi, jolle ei ole luettu säännöllisesti. Lukemisella on myös vaikutus lapsen ja nuoren koulumenestykseen ja yleiseen elämässä pärjäämiseen. (Lukukeskus, [viitattu](#) 12.2.2019)

Vaikka satuhieronnan tarkoitus on ensisijaisesti opettaa ja vahvistaa läsnäolon ja rentoutumisen taitoja sitä voidaan yhtä lailla käyttää työkaluna lukemaan innostamisessa. Satuhieronnan keinoin voidaan innostaa lapsia lukemaan ja avata myös kirjaston aineistoja. Kirjastoissa pidettävissä satuhierontahetkissä ja -tuokiossa voidaan tehdä satuhierontoja valmiiden satuhierontojen sijaan myös perinteisistä runokirjoista ja avata näin kirjaston kokoelmaa asiakkaille. Selkään kuvitettuna

perinteinen runo saa aivan uudenlaisen ulottuvuuden ja merkityksen. Kirjastoissa pidettäviin sa-
tuhierontahetkiin ja -tuokioihin voidaan liittää erilaisia kirjanäyttelyitä valitun teeman mukaisesti.
Toiminnallisissa tehtävissä voidaan halutessaan tuoda esille kirjaston tieto- ja askartelukirjoja.

2.4 Ryhmän ohjaaminen

Ryhmän ohjaamisessa on oltava mukautumiskykyinen ja tarvittaessa olemaan valmis toimimaan toisin kuin oli alun perin ajatellut. Ryhmänohjaajalla on hyvä olla "herkät tuntosarvet". Suunnitellut tehtävät eli harjoitteet toimivat eri tavalla erilaisilla ryhmillä ja ohjaajan ei tarvitse tästä menettää toivoansa. Vaikka harjoitteet eivät toteutuisikaan suunnitellusti, uusien taitojen omaksumista tapahtuu. (Leskinen 2009, 17.)

Ryhmän ohjaajan kannattaa tehdä perusteellinen ja yksityiskohtainen suunnitelma. Hyvä ohjaaja huomioi ryhmään osallistuvien ihmisten mielipiteet, osaa käsitellä kaikenlaista palautetta ja osaa toimia tilanteen ja palautteen mukaan. Kun ohjaaja panostaa vapaaseen tunnelmaan ja korostaa luovaa tekemistä, hän rohkaisee osallistujia rohkaistumaan ja innostumaan. Luovan toiminnan ryhmässä on tärkeää, että tunnelma koetaan turvalliseksi. Osallistumista tukeva ohjaaja ei pyri hallitsemaan, vaan on samanarvoinen muiden ryhmään osallistuvien kanssa, vaikka ohjaakin ryhmätoimintaa. (Karkkulainen, Airaksinen, Ala-Vannesluoma, Kastu & Pirhonen 2015, 20-22.)

Ryhmätoiminnan ohjaajan tehtävä on sytyttää omalla innostuksellaan ryhmään osallistujat. Tätä tukee, kun ryhmän ohjaaja on itse kiinnostunut ja hänellä on omia kokemuksia ryhmässä käsiteltävistä aiheista. Luovan ryhmän toiminnan tuloksena on yleensä jokin tuotos. Lopputulos on tuloista ryhmään osallistuvien ihmisten yksilöllisestä toiminnasta, sitä ei saa arvostella. Tärkeää on nimenomaan ryhmäläisten yhteistoiminta ja elämykset, jotka yhdistävät ryhmää. (Sama.)

Ohjaajan velvollisuus on varmistaa, että ryhmässä ei tapahdu syrjintää tai nolaamista. Hänen on toimittava tasapuolisesti ja ohjauksen on oltava järjestelmällistä. Hyvä ohjaaja käyttää havaintokykyään ohjatessaan, eri osallistujilla on erilaisia tarpeita. Ohjaajan on hyödyllistä kerätä ryhmään osallistujilta palautetta. Palaute on hyödyllistä tulevien ryhmien suunnittelussa sekä oman ohjaamistyöskentelyn kehittämisen takia. Ryhmään osallistujilta saattaa saada hyviä kehittämissuhteita myös spontaaneissa tilanteissa. (Sama.)

4 KIRJASTO MUUTOSVAIHEESSA

Suomen yleiset kirjastot ovat eläneet jo useamman vuoden ajan murrosvaihetta, jolloin on etsitty kirjastolle uusia palveluita perinteisen kirjallisuustyön lisäksi. Uusi kirjastolaki, joka tuli voimaan tammikuussa 2017, on tuonut kirjastotyöhön paljon uusia mahdollisuuksia. (Laki yleisistä kirjastoista 2016.) Jo ennen uutta kirjastolakia useimmissa kirjastoissa on järjestetty erilaisia tapahtumia, joiden perimmäinen tarkoitus on avata aineistoja asiakkaille (Yleisten kirjastojen tilastot, viitattu 29.1.2019).

Uusia kirjastorakennuksia on suunniteltu ja rakennettu uuden kirjastolain antamat mahdollisuudet huomioiden. Helsingin keskustakirjasto Oodi on tästä hyvä esimerkki. Sen kolmannessa kerroksessa sijaitsevassa lasten maailmassa on lasten kirjastoaineiston lisäksi satuhuone ja lastenhoituhuone. Lasten maailmassa järjestetään lastentapahtumia, muiden muassa satutunteja. (Oodi-helsinki.fi, viitattu 10.1.2019) Oodissa on muutoinkin paljon avaraa tilaa oleskelua ja ajan viettämistä varten. Oodiin on rakennettu myös Helsingin kaupungin leikkipuisto Loru (Helmet.fi, viitattu 10.1.2019). Leikkipuisto Lorusssa toteutuu uuden kirjastolain ajatus yhteisöllisyydestä ja toiminnasta kunnan eri toimijoiden kanssa, esimerkkinä neuvolan järjestämä vauvaperhetoiminta (Helsingin kaupunki, viitattu 10.1.2019).

Kirjastot ja niitä ympäröivä maailma on koko ajan muutoksessa. Tämä vaatii kirjastoammattilaisilta muutoksen kyydissä pysymistä. Kirjaston käyttäjien epäyhtenäisyys ja kulttuurien monipuolisuus Suomessa lisääntyy. Kirjaston asiakkaiden toiveista ja tarpeista pitää ottaa selvää. (Ristikartano & Virrankoski 2011, 10.) Palvelu tehdään käytettäväksi ja vastaamaan asiakkaan toiveisiin. Palvelu ei ole itsetarkoitus, se tehdään käytettäväksi. (Ristikartano & Virrankoski 2011, 95,100-101,108-109, 128.)

Kirjastojen täytyy pysyä lähellä asiakkaitaan. Tämä auttaa kirjastolaisia tuntemaan ihmisten päämäärät ja näin kirjastot voi tarjota asiakkailleen keinoja ja palveluita, joilla he saavuttavat päämääränsä nopeammin. Kirjaston ei pidä markkinoida palvelua vaan tuotetta ja etua. Palvelulla pitää olla tarkoitus saavuttaa jotakin. Kirjaston tehtävä on tarjota palveluiden sisältöjen kautta ratkaisuja. Kirjastoalan ammattilaiset voivat jatkaa sen tekemistä, mitä he arvostavat, mutta käyttää hyödyksi kirjaston palveluiden esiintuonnissa kirjaston palveluiden käyttäjien arvoja. (Potter 2012, 2–4; Ristikartano & Virrankoski 2011, 10).

Helle Kannila mainitsi jo vuonna 1919 kirjastoalan tarpeesta uudistua näin: "Meidän on uskallettava katsoa kauas tulevaisuuteen, on uskallettava ajatella suuresti ja rohkeasti". Kirjastosta ja sen tarjoamista palveluista on pidettävä huolta ja niitä on kehitettävä tulevaisuuteen suuntaavalla ajattelulla. Kirjastot ovat joutuneet osaksi yrityskulttuuria, tämä tarkoittaa sitä, että kirjastojen on osattava ennakoida asiakkaidensa toiveet jo ennen kuin ne on tuotu esille. Ennakointi sekä kyky uudistaa omaa toimintaa ovat suorastaan ehtoja olemassaololle. Kehittämällä uusia palvelumuotoja kirjasto pystyy säilyttämään asiakkaidensa kiinnostuksen. Kirjastot voivat uudistaa palveluvalikoimaansa etsimällä uusia yhteistyökumppaneita ja tarttumalla uudenlaisiin haasteisiin. (Sallmén 2007, 15-19).

4.1 Kirjasto tapahtuman järjestäjänä

Kirjastot järjestävät yhä enemmän erilaisia tapahtumia asiakkaiden houkuttelemiseksi ja aineiston esille tuomiseksi. Kirjastotilastojen mukaan Suomen yleisissä kirjastoissa järjestettiin vuonna 2017 yhteensä 12 623 erilaista tapahtumaa tai näyttelyä. (Suomen yleisten kirjastojen tilastot, viitattu 29.1.2019.) Parhaimmillaan tapahtumat tavoittavat niitä henkilöitä, jolle kirjasto on ollut tähän saakka vieras paikka ja kirjasto saa näin uusia käyttäjiä. Kirjastolehdestä kerrotaan Rantasalmen kirjaston karaokeilloista, joiden myötä kirjasto on saavuttanut myös sellaisia asiakkaita, jotka eivät ole aikaisemmin kirjastossa käyneet. (Vaarne 2017a, 12.)

Kirjastot ovat halukkaita kehittämään toimintaansa tapahtumilla ja tapahtumatiilojen järjestämisellä myös hankkeiden kautta. Yleisten kirjastojen hankerekisteristä löytyy yhteensä 34 erilaista hanketta hakusanalla tapahtumat vuosien 2012 -2018 välillä. Näistä hankkeista mainittakoon esimerkiksi lisälmen kirjaston hanke, jonka tarkoitus on muuttaa kirjaston toinen kerros tilaksi, jossa on sekä tapahtuma-areena että työtiloja asiakkaiden käyttöön. Vihdin kirjastossa on hanke, jonka tarkoituksena on järjestää tapahtumia lapsille ja nuorille, ja luoda näin jo varhaisessa vaiheessa positiivinen asiakaskontakti. (Hankerekisteri, viitattu 11.1.2019.)

Kirjastojen tapahtumat ovat lähtökohtaisesti kaikille ilmaisia ja avoimia. Laajalla tapahtumavaikeimalla voidaan houkutella erilaisia ihmisiä uusiksi asiakkaiksi. Kuitenkaan ei tulisi tuijottaa liiaksi vain tapahtumien määrään ja järjestää tapahtumia vain järjestämisen vuoksi. Keravan kirjastojohdaja Jari Paavonheimon mielestä on paljon tärkeämpää panostaa tapahtumien laatuun kuin niiden määrään. (Vaarne 2017b, 15.)

Kirjastojen palveluita suunniteltaessa ja tapahtumia järjestettäessä on kyse segmentoinnista eli palveluiden kohderyhmän määrittelystä. Jokainen asiakasryhmä on erilainen toisiin nähden. Palveluiden suunnittelijoiden täytyy ottaa huomioon palvelun kohderyhmän toiveet ja näkemykset. Heidän täytyy ikään kuin astua "asiakkaan kenkiin" ja samaistua. Segmentoinnissa täytyy uskaltaa rohkeasti kysyä mitä palveluita asiakkaat haluaisivat ja käyttää tätä saamaansa tietoa aidosti toiminnan suunnittelussa. (Leskinen 2017.)

Toisin kuin taloudellista voittoa tavoittelevat tahot, kirjasto ottaa huomioon myös heikommassa asemassa olevat ryhmät. Kirjastojen palvelut ovat tasapuolisia ja huolimatta maantieteellisestä sijainnista pitäisi palveluiden olla tarjolla samalla tavalla kaikille. Toisaalta taas, jos sama on tarjolla kaikille, vaarana on se, että palveluita ei ole suunniteltu millekään tietylle kohderyhmälle. Kirjaston pitää tietää, ketkä sen palveluita käyttävät. (Almgren & Jokitalo 2010, 122.)

Yleisten kirjastojen suunta 2016-2020 –julkaisu antaa selkeitä ohjenuoria tapahtumien järjestämiseen. Suomessa ihmisten eriarvoisuus, yksinäisyyden tunne sekä koulutuksen epätasainen jakautuminen lisääntyvät. Kirjaston arvoihin kuuluu tasa-arvoisuus ja maksuttomuus. Kirjasto tukee ihmisten oikeutta osallistumiseen, siksi jokaiselle kansalaiselle tulee mahdollistaa kirjastopalveluiden saavuttaminen. Saavutettavuutta tukee tarpeeksi laaja-alainen kirjastojen verkosto sekä erityisryhmille tarjolla olevat palvelut. (Yleisten kirjastojen suunta 2016-2020, 5,10-13.)

Yhteisöllisyys on yksi kirjaston arvoista. Palveluja tulee kehittää niin, että ne osallistavat kaikenlaisia ihmisiä jo suunnitteluvaiheessa. Kirjastojen tilojen käyttö tulee vapauttaa ja mahdollistaa asukkaille ja heidän yhteisöilleen, järjestöille sekä erilaisille kulttuurituottajille yli toimialarajojen, lakia kunnioittaen. (Yleisten kirjastojen suunta, 14–15.)

Kirjastot voivat järjestämiensä tapahtumien avulla tuoda esille omaa toimintaansa ja palveluitaan. Tapahtumat ovat myös hyvä tapa vaikuttaa siihen, miten ihmiset näkevät kirjaston ja sen tuottamat palvelut sekä houkuttaa uusia kirjastonkäyttäjiä. Hyvällä strategialla ja organisoinnilla on tärkeä rooli kirjaston tilaisuuksien suunnittelussa. Ymmärrettävä asialista siitä, mitä kaikkea pitää muistaa tilaisuuksia järjestettäessä on hyödyllinen olla olemassa kirjaston henkilökuntaa varten. (Ronimus ja työryhmä 2016, 16).

4.2 Tapahtuman järjestämisen vaiheet

Kirjaston tapahtuma on tapahtuma silloin, kun sillä on selkeä alkua ja loppu ja siitä on tiedotettu virallisissa tiedotuskanavissa (Kaleva-Langinkoski 2017). Erilaiset tapahtumat ovat osa jokaisen ihmisen elämää. Ne ovat myös osa organisaatioiden elämää. Kirjassaan Vallo vertaa tapahtuman järjestämistä aikataulutettuun talonrakennusprojektiin, jossa jokaisella suunnittelijalla ja tekijällä on oma tärkeä roolinsa. Näin on myös tapahtuman järjestämisessä, jossa jokaisella vaiheella on tärkeä merkityksensä tapahtuman onnistumisen kannalta. (Vallo 2016, 16.)

Kirjastojen on hyvä tehdä tiedottamissuunnitelma ja valita tiedotusvastaava. Tilaisuuden järjestäjien pitää päättää mille kaikille tahoille tilaisuudesta tiedotetaan ja mitä kanavia käytetään. Päälekkäisyyksien välttämiseksi tulisi ottaa selvää, onko samaan ajankohtaan lähistöllä muita tilaisuuksia. Pitää myös tehdä suunnitelma siitä, missä vaiheessa tilaisuudesta ryhdytään antamaan tietoa julkisuuteen. Mikäli kirjaston työntekijöiden on tarkoitus osallistua tilaisuuden järjestämiseen, työtehtävät pitää jakaa. Tapahtumasta kertovat ilmoitukset tehdään hyvissä ajoin ja tapahtumatilan sisustus suunnitellaan. Vastuu ilmoitusten tekemisestä ja sisustamisesta annetaan tehtävään valituille henkilöille. (Ronimus ja työryhmä 2016.)

Tilojen ja laitteiden soveltuvuus, toimivuus ja turvallisuus tapahtumaa ajatellen pitää tarkistaa. Tilaisuuden kannalta oleellisten lupien ja lakien huomioon ottaminen on annettava jonkun vastuualueeksi. Etukäteen on suunniteltava, ketkä henkilökunnan jäsenistä ovat paikalla itse tapahtumassa ja tarvitaanko lisäksi turvallisuuden varmistavaa henkilökuntaa. Kaikilla tilaisuuden järjestämiseen osallistuvilla on oltava selvillä tilaisuuden kulku ja omat tehtävänsä. (Ronimus ja työryhmä 2016.)

Tapahtuman järjestämisessä voidaan puhua myös tapahtumaprosessista, joka pitää sisällään suunnitteluvaiheen, tapahtuman toteutuksen ja jälkimarkkinoinnin. Jos tapahtumaprosessissa on mukana monta eri tahoa, olisi hyvä nimetä koko prosessille yksi tai kaksi vastuuhenkilöä, jotka tietävät koko ajan prosessissa tapahtuvista asioista (Vallo 2016, 189-199.) Tapahtumia suunniteltaessa on hyvä huomioida myös mahdolliset muutujat ja ennalta arvaamattomat tekijät, jotka voivat vaikuttaa tapahtumaan sen toteutusvaiheessa (Vallo 2016, 191).

Suunnitteluvaihe on tapahtumaprosessin aikaa vievin vaihe. Suunnittelu on enimmäkseen ajatustyötä, joka lähtee liikkeelle tapahtumaideasta. (Vallo, 2016, 189.) Tapahtumat voivat olla joko

kertakäyttöisiä tai toistuvia. Kirjastoseuran organisoima Lainan-päivä on hyvä esimerkki kirjastoissa vuosittain toistuvasta tapahtumasta. Suunnitteluvaihe pitää sisällään myös ennakkomarkkinoinnin ja sen suunnittelun. Kirjastojen perinteisiä markkinointikanavia ovat niiden omat ilmoitustaulut ja nettisivut. Useimmat kirjastot markkinoivat tapahtumiaan myös sosiaalisessa mediasa.

Tapahtumaprosessin toinen eli **toteutusvaihe** on vaihe, jolloin suunnitelma muuttuu todeksi. Toteutusvaiheeseen kuuluvat tapahtuman rakennusvaihe, itse tapahtuma ja purkuvaihe. Suunnitteluvaiheessa on suunniteltava tarkasti myös tapahtuman rakennusvaihe aikataulutuksineen, tilojen ja tekniikan varauksineen ja paikalle kuljetuksineen. (Vallo 2016, 198.)

Tapahtumaprosessi ei pääty tapahtuman päättymiseen ja purkamiseen. Tapahtumaprosessin viimeinen vaihe on jälkimarkkinointi. **Jälkimarkkinointi** on yksinkertaisimmillaan kaikkien osallistujien kiittämistä jollakin tavalla, vaikka sähköpostilla tai postikortilla. Jälkimarkkinointi vaiheessa kannattaa kerätä palautetta tapahtumasta, siihen osallistuneilta. Palautteen keräämisen yhteydessä voidaan hyödyntää tapahtumaan osallistujia myös uusien ideoiden keräämiseen. Koko tapahtumaprosessi ja siinä tehdyt huomiot ja saadut palautteet on hyvä käydä läpi kaikkien järjestyksessä mukana olleiden kanssa tulevien tapahtumaprosessien kehittämisen kannalta. (Vallo 2016,220,225.)

”Jokainen tapahtuma jättää mukanaolijalle muistijäljen ja tunteen siitä, täyttikö tapahtuma odotukset vai ei. Tapahtuman tehtävänä on yksinkertaisuudessaan täyttää tai mieluiten ylittää odotukset. Jos palautetta ei kerätä, ei odotusten täyttämistäkään saada tietoa.”

(Vallo, 2016, 224.)

4.3 Satuhieronnan järjestäminen kirjastossa

Satuhierontahetket ovat hyvin leikinomaisia ja rentouttavia hetkiä, järjestetäänpä ne kotona, päivähoitossa tai kirjastossa. Kirjastossa sopivia paikkoja hieronnan järjestämiseen ovat erilaiset satusopet ja suljetut huoneet, joihin voidaan luoda rauhallinen ja häiriötön ilmapiiri. Avoimet tilat, erilaiset parvet ja katsomot, eivät toimi optimaalisella tavalla satuhieronnassa. (Tuovinen 2014,15)

Satuhieronnan on oltava aina kaikkien osapuolien mielestä mukavaa eikä siihen tule pakottaa ketään. Sanna Tuovinen on kirjoittanut kirjaansa ”Satuhieronta” yleispätevät ohjeet siitä, mitä satuhierontaa järjestettäessä tulee yleisesti ottaa huomioon. (Sama)

Ensimmäisenä **valitaan hieronnan tekijä ja kokija**. Satuhieronta sopii kaikille ja kaikenikäisille, hierottavana ja hierojana voivat olla yhtä lailla lapset, vanhemmat kuin isovanhemmatkin. Satuhieronta luo parhaimmillaan eri sukupolvia yhdistäviä kohtaamishetkiä. (Sama)

Hierottavalta tulee aina **kysyä lupa** ennen satuhieronnan tekemistä. Satuhieronta opettaa lapselle omien rajojen kunnioittamista ja asettamista, ja se on hyvä tapa opettaa lapselle toisen kosketamisen sääntöjä ja muiden arvostamista. Yksinkertaisimmillaan lupa kysytään asettamalla kädet hierottavan selän päälle ja kysymällä häneltä, että saanko tehdä satuhieronnan. Satuhieronta on **vapaaehtoista**, joten houkuttimia satuhieronnan tekemiseen ei tule käyttää. (Sama)

Rentouttavan tunnelman luomiseksi on hyvä tehdä **esivalmistelut** ajatuksella. Satuhierontahetkissä olisi hyvä olla jokin tuttu juttu, esimerkiksi musiikki, joka toistuu jokaisella satuhierontakerralla ja ikään kuin ankkuroi lapsen ja aikuisen rauhoittumisen äärelle. Kirjastossa toteutettavaan satuhierontahetkeen voidaan yhdistää myös kirjojen lukemista. (Sama)

5 SATUHIERONNAN JÄRJESTÄMINEN TYRNÄVÄN KIRJASTOSSA

Opinnäytetyömme on toiminnallinen ja sen toimeksiantajana on Tyrnävän kunnan kirjasto. Tyrnävä on Oulun eteläpuolella oleva 6730 asukkaan maatalouskunta, (Kuntaliitto, viitattu 26.2.2019). Tyrnävän kunnan ikärakenne on varsin nuori, asukkaista 31,8% eli 2140 asukasta on alle 15 vuotiaita. (Tilastokeskus 2017, viitattu 12.3.2019.) Tyrnävän kunnan asukasrakenne tuki päätöstemme toteuttaa opinnäytetyön toiminnallinen osuus juuri Tyrnävän kirjastossa.

Tutustuimme etukäteen tilaan, jossa pidimme satuhierontatuokiot. Kirjaston kivipirtin neuvottelutila soveltui tähän tarkoitukseen hyvin, koska sinne oli oma sisäänkäynti ja tilassa on myös oma WC ja keittonurkkaus. Viime hetkellä tuli kuitenkin muutos paikkaan keskimmäisen tuokion osalta, tämä ei kuitenkaan vaikuttanut tuokioiden sujuvuuteen mitenkään.

Satuhierontaan pyysimme ilmoittautumaan etukäteen. Teimme ensin vapaamuotoisen ilmoituksen Facebookiin Tyrnävän puskaradio -sivustolle. Täältä saimme muutaman ennakoilmoittautumisen. Tämän jälkeen tiemme mainoksen (liite 1), joka oli esillä kirjastossa, kirjaston Facebook -sivuilla ja kaupan seinällä. Ilmoittautumiset otimme vastaan sähköpostilla, puhelimitse sekä tekstiviestillä. Ryhmä täyttyi tätä kautta kahdessa päivässä. Ilmoittautuneille lähetimme sähköpostissa kutsukirjeen (liite 2), jossa toimme vielä esiin uudelleen satuhierontatuokioiden ajankohdat, paikan sekä muuta tärkeää ennakkotietoa osallistujille. Toivoimme, että osallistujat voisivat osallistua jokaiselle tuokiolle parhaan tuloksen saavuttamiseksi niin satuhieronnan omaksumisen kuin meidän tutkimuskysymyksemme kannalta. Kaikki eivät kuitenkaan päässeet kaikilla kerroilla mukaan sairastumisten ja yhteensattumien vuoksi. Yksi ilmoittautunut ei tullut satuhierontaan ollenkaan ja hän ei ilmoittanut poissaolostaan.

Satuhieronnan onnistumisen kannalta on oleellista, että vanhempi tietää mistä satuhieronnassa on kyse ennen kuin hän tekee sitä omalle lapselleen. Tämän vuoksi ensimmäisen tuokion aluksi satuhierontaosaaja luki lapsille kirjoja toisessa tilassa sen aikaa, kun satuhierontaohjaaja teki vanhempien kanssa mielikuvaharjoituksen ja kertoi satuhieronnan vaikutuksista. Tämä jälkeen pidimme pääsiäisaiheisen tuokion, joka koostui alkupiiristä, askartelusta, satuhieronnasta ja loppupiiristä. Kaikki saivat loppuksi omat askartelut ja yhden satuhieronnan kotiin vietäväksi (liite 4). Osallistujia ensimmäisellä kerralla oli kahdeksan aikuista, joista jokaisella oli yksi lapsi mukana. Taustalla soi joka kerralla rauhoittavaa musiikkia. Itse satuhierontaosuuksissa jompikumpi meistä

ohjaajista luki satuhieronnan ääneen ja vanhemmat tekivät satuhieronnan lapselleen ohjeiden mukaisesti.

Toisen satuhieronnan teema oli metsä. Tähän tuokioon ei päässeet osallistumaan kaikki ilmoittautuneet ja otimme tilalle yhden äiti – lapsi -parin, jotka eivät olleet kahdella muulla kerralla mukana. Tämän tuokion jouduimme pitämään eri paikassa, kirjaston aikuisten osastolla, kuin kaksi muuta tuokiota. Tuokio vietettiin samassa järjestyksessä kuin aikaisempi tuokio: alkupiiri, toiminnallinen tehtävä, satuhieronnat ja loppupiiri. Kaikki saivat lopuksi omat askartelut ja yhden satuhieronnan kotiin vietäväksi. (liite 4) Osallistujamäärä oli viisi aikuista ja sekä kuusi lasta, yhdellä vanhemmalla oli mukanaan kaksi lasta.

Kolmas tuokio pidettiin samassa tilassa kuin ensimmäinenkin. Tuokio pidettiin yhden ohjaajan voimin toisen ohjaajan sairastumisen vuoksi, tämä muutti osittain suunnitelmiamme, mutta ei kuitenkaan merkittävästi. Tähän tuokioon pääsivät kaikki, jotka olivat ensimmäisessäkin ja lisäksi yksi äiti – lapsi -pari, jotka olivat ilmoittautuneet, mutta olivat edellisiltä kerroilta pois sairastumisen vuoksi. Tuokio sujui samalla tavoin kuin edellisetkin tuokiot, sisältäen alkupiirin, satuhieronnat ja loppupiirin. Askartelun jätimme tältä kerralta pois, koska lopuksi saimme nauttia kirjaston tarjoamat keksit, mehut ja kahvit. Lopuksi jokainen sai mukaansa yhden uuden satuhieronnan (liite 4). Kolmannessa tuokiossa oli mukana yhdeksän aikuista ja 10 lasta.

Toteutettujen satuhierontatuokioiden intentio oli rauhoittuminen. Satuhierontatuokioiden tarkoitus oli tehdä tutuksi satuhierontaa vanhemmille ja lapsille. Tämän vuoksi luimme tuokioissa tehtävät satuhieronnat ja teimme ne esimerkkinä toisen opiskelijan lapselle, joka oli mukana tuokiossa. Tuokioissa tehdyt satuhieronnat olivat sekä Satuhieronta- kirjasta (Tuovinen, 2014. 29, 59, 146.) että meidän itse keksimiämme. Kaksi hierontaa suunnittelimme itse Jukka Itkosen kirjoittamiin runoihin (liite 3) ja yhden hieronnan suunnittelimme itse kokonaan.

Lapset saivat tuokioissa askarrella vanhempansa avustuksella, askartelumateriaali oli kirjaston kustantama. Ensimmäisellä kerralla lapset värittivät kartongista leikatun pääsiäismunan, toisella kerralla he askartelivat taikapuun. Kaikki satuhierontatuokioihin lapsensa kanssa osallistuneet vanhemmat olivat äitejä. Satuhierontatuokiossa oleellinen osa on rauhallinen musiikki, me käytimme kirjastosta lainattua cd-levyä Forest of dreams: ambient music with New Zealand native birds. (Sambodhi 1999.)

6 TUTKIMUSMENETELMÄT

Tutkimuksemme tarkoitus oli selvittää, soveltuuko satuhieronta kirjaston uudeksi toimintamuodoksi. Järjestimme kolme satuhierontatuokiota Tynävän kirjastossa. Tuokioiden jälkeen kysimme lomakehaastattelun avulla osallistujilta heidän mielipiteitään satuhieronnasta ja sen soveltuvuudesta kirjastoon. Selvitimme lasten tuntemuksia jokaisen satuhierontatuokion jälkeen Mahtitunnekorttien avulla (liite 5). Teimme myös Kouvolan Haanojan kirjaston kirjastovirkailijalle teema-haastattelun satuhieronnasta sähköpostitse (liite 6). Haanojan kirjastossa järjestetään säännöllisesti satuhierontaa.

Valitsimme tutkimusmenetelmäksemme laadullisen eli kvalitatiivisen menetelmän. Laadullista tutkimusta tehtäessä ei ole tarkoitus tehdä tilastollisia yleistyksiä, vaan saada käsitys jostakin tietystä ilmiöstä. Laadullisessa tutkimuksessa kootaan tietoa ihmisiltä, jotka tietävät tutkittavasta asiasta jotakin tai heillä on kokemusperäistä tietoa. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 97–99.) Haastattelumme teema oli satuhieronnan soveltuvuus kirjaston uudeksi palveluksi. Teimme kysymykset tämän ennalta valitun teeman mukaisesti. Kysymysten tulee olla tutkittavan asian kannalta oleellisia, joten mitä tahansa ei voi haastateltavalta kysyä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 85).

6.1 Haastattelut

Haastattelututkimus on pätevä ja perusteltu silloin, kun halutaan tietää mitä ihminen ajattelee. Tämän opinnäytetyön haastattelussa halusimme saada selville mitä vanhemmat ja Haanojan kirjaston kirjastovirkailija ajattelevat satuhieronnan soveltuvuudesta kirjastoon. Tuomen mukaan haastattelu on menetelmä, jossa haastattelija esittää kysymykset suullisesti ja merkitsee haastateltavan vastaukset muistiin. Helpoin ja varmin tapa on tallentaa vastaukset nauhurilla ja litteroida haastattelu. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 84, 85.) Haastattelun tavoite on saada tutkittavasta asiasta mahdollisimman paljon tietoa.

Joustavuutta voi ja kannattaa hyödyntää myös kysymysten esittämisjärjestykseen, koska kaikille haastateltaville ei ole välttämättä viisasta ja tarpeellista esittää kysymyksiä samassa järjestykses-

sä. (Tuomi ja Sarajärvi 2018,85.) Me toteutimme lomakehaastattelun, jossa vanhemmille esitettiin kysymykset samanlaisella lomakkeella. Kirjassa Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi mainitaan, että ”kuudesta kahdeksaan haastateltavaa” on riittävä määrä. Mikäli halutaan enemmän tutkimustuloksia, on suositeltavaa tehdä useampia haastatteluita sen sijaan, että pidentäisi niitä. (Tuominen & Sarajärvi 2018, 99.) Tämän opinnäytetyön tutkimukseen saimme vastauksen yhdeksältä satuhierontatuokioihin osallistuneelta vanhemmalta. (sama)

6.2 Lasten haastattelemine

Nykyään korostetaan ajatusta lapsista ”aktiivisina toimijoina”. Tärkeä seikka haastattelutilanteessa on vuorovaikutteisuus. Haastattelija on oleellisessa asemassa siinä, miten lapsen oma ääni saadaan esiin, kun keskustellaan lapsen kanssa. Nonverbaalista viestintää käyttävät sekä lapset että haastattelija. (Alasuutari 2005, 145–162.)

Haastattelutilanteessa onkin haasteena lapsen nonverbaalisen kommunikaation tallentaminen. Lasten haastattelemisessa on erityispiirteensä. Eräs on se, että haastattelu ei toteudu ainoastaan lasten luvalla. Haastattelusta pitää sopia aina huoltajien kanssa. Haastattelijan tulee kertoa myös lapsille, miten ja mihin hänen kertomiaan asioita käytetään. Haastattelutilanteessa on otettava huomioon, että haastattelijalla on omat näkökantansa tutkimastaan asiasta, joista hän ei voi kokonaan luopua. (sama.)

Aikuisten ja lasten yhteiskunnallinen epätasa-arvo ilmenee myös haastattelutilanteissa. Tämä voi aiheuttaa sen, että lapsi haluaa antaa haastattelijalle tämän haluamat vastaukset. Haastattelijan on ilman kontrolloimisen halua yritettävä ymmärtää lapsen tapaa kokea asia. Haastattelussa on oltava tarpeeksi tilaa lapsen omalle ilmaisulle ja sen pitää olla pääasia haastattelussa. Haastattelijan on yritettävä tavoittaa lapsen oma tapa ilmaista asioita ja sovitettava oma puheensa sen mukaan. Haastattelussa tulisi ottaa huomioon lapsen ikä, koska eri-ikäiset lapset toimivat eri tavoin. Haastattelijan tulee olla herkkä ja joustava vuorovaikutuksellisuudessa. (Alasuutari 2005, 145-162.)

Haastattelijan tulee kohdella arvostavasti lapsia. Haastattelutilanteessa arvostus ilmenee siinä, että lapsen ikä otetaan huomioon eikä häneltä kysytä ikätasoonsa nähden liian hankalia kysymyksiä. Lapsen antamille ja aikuisen mielestä hauskoille vastauksille ei saa nauraa. Lasta haastattellessa läsnä pitäisi olla täysi-ikäinen henkilö, jonka lapsi ennestään tuntee. Tutun henkilön läsnäolo saa lapsen tuntemaan olonsa turvalliseksi. Läsnä oleva täysi-ikäinen henkilö ei saa hallita haastattelutilannetta, vaan lapsen on annettava rauhassa vastata kysymyksiin. (Ojala 2011, 5. viitattu 30.1.2019.)

7 TUTKIMUSTULOKSET

7.1 Kouvolan Haanojan kirjaston kirjastovirkailijan haastattelu

Lähetimme tiedusteluviestin satuhieronnan järjestämisestä kahteen kirjastoon, jotka löysimme käyttämällä Googlen hakutoimintoa. Haun perusteella pystyimme päättämään, että näissä kirjastoissa oli ainakin jossain vaiheessa järjestetty satuhierontaa. Sähköpostitiedustelun tuloksena saimme selville, että Kouvolan Haanojan kirjastossa on järjestetty ja tullaan järjestämään jatkosakin satuhierontaa. Isokyrön kirjastossa oli järjestetty satuhierontaa kirjastossa olleen hankkeen myötä. Satuhieronta on kuitenkin ainakin toistaiseksi jäänyt henkilöstövaihdosten vuoksi. Tähän opinnäytteeseen haastattelimme Haanojan kirjaston kirjastovirkailija Tuula Kuikkaa liittyen satuhierontaan kirjastossa. Haastattelu tehtiin sähköpostitse. (liite 6)

Haanojan kirjaston Kirjastovirkailija Tuula Kuikan mukaan satuhierontatuokiot Haanojan kirjastossa pitää lastentarhanopettaja Kirsi Lonka, joka työskentelee eräässä Kouvolan päiväkodissa. Kirsi Lonka on Tarina & Kosketus Oy:n kouluttama satuhierontaohjaaja. Satuhierontahetket on järjestetty lehtisalin perällä tilassa, joka voidaan erottaa liukuovella muusta tilasta erilliseksi tilaksi. Kirsi Lonka on halunnut tilaksi rauhallisen paikan, minne voi tuoda satupenkin, johon mahtuu kaksi istujaa. Toiveena on ollut myös se, että tilassa on tilaa katsojille.

Kysymykseen millaisia tapoja ja rutiineja satuhierontahetkeen liittyy, Tuula Kuikka vastasi, että kirjaston satuhierontahetket järjestetään yhteistyössä avoimen varhaiskasvatuksen kanssa. Hän kertoi myös, että kirjaston kanssa samassa rakennuksessa toimii päiväkotiki, mistä oli kirjastossa satuhierontahetkessä mukana 3 aikuista ja 7 lasta (1-3—vuotiaita). Muut satuhierontaan osallistujat olivat kotona olevia äitejä lastensa kanssa, yhteensä kaksikymmentä osallistujaa.

Kirjasto saama palaute satuhierontahetkistä on ollut positiivista ja niistä on tykätty. Aikuiset ovat kertoneet, että lapseen sai läheisyyden tunteen. Sadut olivat lyhykäisiä, näin pienetkin lapset jaksoivat. Kotona olevilta äideiltä ei ole tullut palautetta. Tuula Kuikan kokemuksen mukaan satuhieronta sopii kirjastossa toteutettavaksi. Satuhieronta on kirjallisuutta ja satuhieronnan kautta kirjasto tulee tutuksi, *“niistä pienistähän tulee meidän asiakkaita tulevaisuudessa toivottavasti”*.

Eräs kysymyksistämme oli henkilökohtainen, koskien sitä, mitä satuhieronta on tarjonnut vastatavalle henkilökohtaisesti. Tähän Tuula Kuikka ei ole vastannut, todennäköisesti siksi, koska ei ole henkilökohtaisesti ollut mukana satuhierontahetkissä. Vastauksistahan kävi ilmi, että satuhierontaa pitää päiväkodissa työskentelevä lastentarhanopettaja. Kysymykseen siitä, onko kirjaston työntekijöitä koulutettu satuhierontaosaajiksi, Kuikka vastaakin, että ei ole.

Satuhieronta on jatkuvaa toimintaa Kouvolan kirjastoissa. Keväälle 2019 on suunniteltu, että Kirsi Lonka kiertää seitsemässä Kouvolan kirjastossa pitämässä satuhierontaa. Aiemmin satuhierontaa oli Haanojan ja Korian kirjastossa lokakuussa 2018, satuviikolla, jolloin satuhierontahetken kesto oli 1,5 tuntia.

Kuikka kertoi meille avoimessa kysymyksessämme omia havaintojaan satuhieronnasta ja sen vaikutuksesta sen kokijalle.

”Satuhieronnassa sadun kertoja kertoo sadun ja samalla tekee käsillään sadunmukaisia liikkeitä lapsen keholla. Toimii varsinkin levottomille ja niille, joiden on vaikea saada sanallisista viesteistä selvää”.

Tuula Kuikka mainitsee, että satuhierontahetkissä Kirsi Longan tarkoitus on ohjata vanhempia tekemään omalle lapselleen satuhierontaa. Lapsen hoitaja voi myös tehdä satuhierontaa ja jos lapsi on rohkea, tämä antaa Kirsin tehdä satuhieronnan. Satuhierontahetkien pitäjä on ohjeistanut kirjastoa, että mainoksissa olisi hyvä mainita, että satuhieronta on perhetoimintaa.

7.2 Satuhierontatuokioihin osallistuneiden vanhempien haastattelu

Teimme satuhierontatuokioihin osallistuneille vanhemmille lomakehaastattelun. (liite 7) Haastattelu koostui neljästä avoimesta kysymyksestä. Vastauksia saimme kymmenen kappaletta, yhtä monta kuin oli tuokioihin osallistujia. Kaikki vastaajat olivat yksimielisiä kirjaston soveltuvuudesta satuhieronnan järjestämispaijaksi. Osa vastaajista näki tilan liian pienenä, mutta toisaalta yksi vastasi, että paikka oli sopivan pieni ja kotoisa. Jokaisessa vastauksessa korostui kuitenkin se, että tilan tulee olla rajattu muusta kirjastotilasta. Yksi vastaaja nosti esille myös sen, että samalla voi lainata kirjaston aineistoja.

Kaikki vastaajat olivat innostuneet satuhieronnasta niin paljon, että tulisivat myös jatkossa kirjastossa pidettäviin satuhierontatuokioihin. Toisaalta, yksi vastaaja koki oman lapsensa olleen tällä hetkellä vielä liian nuori tuokioon, jossa kaikki lapset olivat eri ikäisiä.

”Kyllä, mutta lapsen ollessa hiukan vanhempi (3 v. oli mielestäni liian nuori).”

Kaikki vastaajat olivat kuulleet tai lukeneet satuhieronnasta internetistä tai lehdestä. Kaksi vastaaja oli kuullut satuhieronnasta Mannerheimin lastensuojeluliiton järjestämässä perhekahvilassa. Kolme vastaajaa kertoivat tutustuneensa satuhierontaan lapsen hoitopaikan tai oman työpaikan (päiväkoti) kautta. Kukaan ei kuitenkaan kertonut käyttävänsä satuhierontaa työssään tai omassa arjessaan lasten kanssa.

”MLL:n perhekahvilassa on ollut esittely vuosia sitten. Silloin se ei jäänyt elämään tekoina, mutta ”kummitteli” ajatuksissa.”

Kysyimme myös, kuinka satuhieronta on vaikuttanut heidän arkeensa. Kaikki vastaajat kertoivat saaneensa satuhieronnasta myönteisiä kokemuksia arkeen ja korostivat, että satuhieronta tulee olemaan lapsen kanssa kahdenkeskeisen ajan työväline. Vastaajat olivat huomanneet muun muassa, että satuhieronta auttaa nukahtamaan lasta paremmin ja jopa uni on ollut sikeämpää.

”Myönteisesti vaikuttanut. Olen tietoisesti yrittänyt arjessa pysähtyä kotiaskareiden keskellä ja antaa kiireetöntä läsnäoloa lapselle satuhieronnan merkeissä. Satuhieronnalla on ollut selvästi rauhoittava ja rentouttava vaikutus.”

Vanhemmat olivat oivaltaneet jo kolmen tuokion jaksolla satuhieronnan merkityksen ja sen mihin sitä voi ihan arkisissa tilanteissa käyttää. Läsnäolon ja lapsen ja aikuisen kahden keskeinen aika korostui joissakin vastauksissa. Varsinkin perheissä, joissa on useampi lapsi, voi olla haasteita jakamattoman huomion saamisessa ja toisaalta myös sen tarjoamisessa, mutta satuhieronta on hyvä työväline juuri tähän ongelmaan. Satuhieronnan ottaminen osaksi päivittäistä ohjelmaa ja arkea vaatii harjoittelua samalla tavalla kuin hampaiden pesukin. Toistot vahvistavat niin satuhieronnan omaksumista kuin sille paikan löytämistä omassa arjessa.

”Ihana, rentouttava hiljentyminen kahden kesken lapsen kanssa. Lapsi saa oman hetken vanhemman kanssa. Vielä vaatii aktiivisuutta, että satuhieronta löytää arjessa paikkansa, mutta aiotaan jatkaa kotona.”

7.3 Satuhierontaan osallistuneiden lasten tunnelmat tuokioiden jälkeen

Kysyimme lapsilta jokaisen tuokion lopuksi tunnelmia ja tuntemuksia Mahti-tunnekorttien avulla (liite 5). Lapsille annettiin valittavaksi omia tuntemuksiaan vastaava kortti 50 tunnekortin joukosta. Emme halunneet rajoittaa valintaa valitsemalla ennakoon pienempää määrää, koska emmehän voineet tietää, miltä lapsista tuntuisi. Jokaisella kerralla lapset valitsivat hyvin iloiset kortit. Muutama lapsi kuitenkin valitsi kortin suden silmienväriin takia eivätkä sen ilmeen tai eleen perusteella. Mahti-tunnekortit olivat muutamille lapsille tuttuja jo päiväkodista.

Suunnittelimme tekevämme lapsille myös haastattelun, jonka olisimme nauhoittaneet. Sairastumisen vuoksi lasten haastattelut jäivät kuitenkin tekemättä. Ryhmän ohjaaminen yksin oli riittävä suoritus muutoinkin, koska vanhemmille annettujen haastattelulomakkeiden (liite 7) täyttämisen ajaksi ohjaaja joutui keksimään lapsille ohjelmaa ilman ennakkosuunnitelmaa. Emme olleet varautuneet siihen, että lapset kaipaavat oman tehtävänsä, kun vanhemmat täyttävät lomakkeita. Onneksi ohjaaja löysi kuitenkin kassistaan paperia ja värikyniä, jotka olivat riittävä aktiviteetti.

8 JOHTOPÄÄTÖKSET

Opinnäytetyömme tutkimuskysymyksenä on, että soveltuuko satuhieronta kirjaston palveluksi. Haastatteluissa saamiemme vastausten perusteella voidaan todeta, että soveltuu. Kirjasto on matalankynnyksen paikka, mihin kaikki ihmiset ovat tervetulleita. Toisaalta myös kirjaston arvoihin kuuluu kansalaisuuden ja yhteiskunnassa toimimisen vahvistaminen. Tämän vuoksi kirjasto on mielestämme paikka missä on perusteltua tarjota myös palveluita, joilla voidaan vahvistaa yksilön itsetuntemusta ja rauhoittumisen keinoja ja tukea tällä tavoin yksilön hyvinvointia.

Kirjastot kilpailevat ihmisten vapaa-ajasta useiden muiden toimijoiden ja erilaisten digilaitteiden kanssa. Kaikkiällä on ihmisten keskittymiskykyä haastavia virikkeitä. Tämän päivän arjessa vanhemmat joutuvat välillä jopa etsimällä etsimään rauhallista aikaa lasten kanssa. Kirjastot ovat tarjonneet aina ja tarjoavat edelleen asiakkaille tiloja rauhalliseen työskentelyyn ja rentoon olemiseen. Rauhoittuminen ja rentoutuminen ovat taitoja, joita on tarpeen opettaa lapsille ja vahvistaa niitä myös aikuisilla. Koska kirjasto mielletään useimmiten paikaksi missä ollaan rauhassa ja hiljaa, emme näe mitään syytä miksi tätä yleistä mielikuvaa ei voisi hyödyntää tarjoamalla palveluisa satuhierontahetkiä ja -ohjausta.

Toisaalta myös ääneen lukeminen ja sitä kautta tuleva luonteva läheisyys ovat vähentyneet viime vuosina. Satuhieronta on keino, jolla voidaan vastata samaan aikaan näihin kahteen lapsen kehityksen kannalta oleelliseen asiaan, ääneen lukemiseen ja läsnäolevaan kosketukseen. Kirjasto on luonteva paikka tarjota kansalaisille tietä sadun ja kosketuksen taianomaiseen maailmaan, missä saadaan aitoja läsnäolon kokemuksia. Satuhieronnat ovat sopivan lyhyitä, mutta kuitenkin riittävän pitkiä ja verkkaisia läsnäolonkokemuksen syntymiseen. Kysymykseemme, kuinka satuhieronta on vaikuttanut arkeenne, eräs äiti vastasi näin:

“Myönteisesti on vaikuttanut. Olen tietoisesti yrittänyt arjessa pysähtyä kotiaskareiden keskellä ja antaa kiireetöntä läsnäoloa lapselle satuhieronnan merkeissä. Satuhieronnalla on ollut selvästi rauhoittava ja rentouttava vaikutus.”

Lasten ilmeet ja kommentit tuokioissa sekä niiden päätteeksi valitsemat Mahti-tunnekortit kertoivat meille, että lapset nauttivat tuokioista ja niiden tunnelmasta. (liite 5) Useimmiten lapset kom-

mentoivat olotilansa rennoksi ja hyväksi. Saimme vanhemmilta myös paljon suullista palautetta siitä, miten satuhieronta on vaikuttanut heidän arkeensa. Yksi äiti kertoi toisella satuhieronta kerralla, että lapsi oli rauhoittunut nukkumaan paremmin, kun hänelle tehtiin ensimmäisellä kerralla mukaan saatu satuhieronta. Äiti kertoi havainneensa jopa, että lapsen uni oli ollut jotenkin si-keämpää. Toisen tuokion jälkeen saimme ihan palautteen WhatsApp-viestillä:

“Tyttö oli mielissään! Ehdotti, että meidän pitää pitää satuhierontakerho, jossa askarrellaan joka kerta, kun mulla on vapaapäivä.”

Havaitsimme, että kaikkein pienimmille lapsille eli kolmevuotiaille Mahti-tunnekortit eivät soveltuneet parhaalla mahdollisella tavalla. Tämän huomasi siitä, että he valikoivat kortin sen mukaan, koska se näytti kivalta. Toisin sanoen, eräässä kortissa sudella on punaiset silmät, mikä lapsen mielestä oli hassua. Kuva vei huomion pyynnöstä valikoida omaa tunnelmaa vastaava kortti. Vanhemmille lapsille Mahti-tunnekortit soveltuivat hyvin, koska heillä oli malttia keskittyä.

Lapset valitsivat myöskin negatiivissävytteisiä tunnekortteja. Eräässä tapauksessa lapsen vanhempi mainitsi ensimmäisen tuokion jälkeen, että hän ei ollut keskustellut lapsensa kanssa min-kälaiseen tuokioon he olisivat tulossa. Tälle lapselle rauhoittuminen oli vaikeampaa ja äiti joutui keskittymään lähinnä ohjaamaan lastaan, jotta tämä ei häiritsisi muiden rauhoittumista. Lasta ei valmisteltu kohtaamaan hänelle uutta tilannetta. Johtopäätöksenä voidaan esittää, että tämä lapsi turhautui liioista vaatimuksista, joita ei pystynyt täyttämään, etenkin kun hänelle ei ennakoon kerrottu mitä häneltä odotetaan. Muutoksen huomasi seuraavalla kerralla, lapsi osasi jo rauhoit-tua paremmin. Eräs vanhempi taas kuivaili lastaan ujoksi ja kertoi, että tämä oli jännittynyt, koska tuokioissa oli niin paljon lapselle tuntemattomia ihmisiä.

Kirjastojen tulee kehittää toimintaansa jatkuvasti ja pysyä niin sanotusti ajan hermoilla. Palveluita kehitetään asiakkaiden tarpeita ja odotuksia vastaaviksi. Toisaalta palveluita ei tule kehittää vain kehittämisen vuoksi, vaan kehittämisellä tulee olla jokin tarkoitus myös kirjaston näkökulmasta. Hyvillä palveluilla voidaan joskus myös yllättää asiakas, kun hän saa ratkaisun asiaan, johon hän ei edes osannut odottaa saavansa ratkaisua kirjastosta. Satuhieronnan keinoin voidaan helpottaa monien tavallisten lapsiperheiden arkea ja vanhemmat voidaan parhaimmillaan yllättää, kun kir-jastossa on tarjolla satuhierontaa.

Satuhierontahetkien kautta voidaan tuoda myös kirjaston arvokasta kirjallista aineistoa esille tekemällä satuhierontoja valmiisiin runoihin. Satuhieronta voi toimia tätä kautta myös hyvänä lukemaan innostamisen keinona. Yksinkertaisten ja riimiteltyjen satuhierontojen kautta voidaan avata lapsille tie tarinoiden maailmaan. Erityisesti lasten, joilla on lukivaikeus, on helpompi tavoittaa tarinat ja sanat, kun se on ääneen lukemisen lisäksi kuvitettu selkään. Satuhieronnasta on olemassa useampia kirjoja, joita kirjastojen kannattaa hankkia kokoelmiinsa.

Ennen satuhierontatuokioiden järjestämistä perehdyimme jonkin verran ryhmänohjaamiseen. Toinen meistä on ohjannut aikaisemmin aikuisia ja ikäihmisiä erilaisissa ryhmissä. Toisella meistä on enemmän kokemusta lasten kanssa olemisesta ja lapsiryhmien ohjaamisesta. Opintoihimme on kuulunut viiden opintopisteen verran pedagogisia opintoja. Tällä kurssilla saatua tietoa ja kokemusta olemme voineet hyödyntää opinnäytetyömme toiminnallista osuutta suunnitellessamme. Toisaalta myös toisen opiskelijan opinnäytetyöprosessin kanssa samaan aikaan käymä satuhierontaohjaajakoulutus antoi meille paljon keinoja ryhmänohjaamisen suunnitteluun. Satuhierontatuokioissa on omat erityispiirteensä, jotka tulee huomioida oikealla tavalla, kun on käynyt Tarina & Kosketuksen ohjaajakoulutuksen. Olemme kumpikin yhtä mieltä siitä, että kirjastoalalla työskentelevällä on hyvä olla pedagogisia valmiuksia erilaisiin ohjaamis- ja opettamistilanteisiin.

9 POHDINTA

Tänä päivänä lapsiperheiden arki on hyvin haasteellista erilaisten vaatimusten ja odotusten keskellä. Satuhierontatuokiolla voidaan parhaimmillaan tarjota lapsiperheille levähdystaukoja kiireisessä ja vaativassa arjessa. Tavalliset perheet voivat saada satuhieronnan kautta elämäänsä paljon hyvää ja rakentavaa, joka kantaa hedelmää tulevaisuudessa. Satuhieronnan ydinviesteihin kuuluu lapsen hyväksyminen sellaisena kuin hän on. Satuhierontatarinoissa toistuvat usein lauseet: ”oli hyvä ja lämmin olla” tai ”hänen oli turvallinen ja hyvä olla”. Näillä lauseilla halutaan viestiä, että satuhieronnan vastaanottaja saa kokea hyväksyntää ja turvaa.

Satuhierontatuokion ohjaaminen vaatii ohjaajalta paljon tietoa niin ryhmän ohjaamisesta kuin satuhieronnasta ja sen vaikutuksista. Tämän vuoksi on hyvin perusteltua, että satuhierontatuokioita pitävät vain Tarina & Kosketuksen kouluttamat satuhierontaohjaajat. Satuhierontaohjaajuus on enemmän kuin tekninen taito, se on mielentila ja sisäinen vahvuus. Vaikka olemme aikaisemmin ohjanneet erilaisia ryhmiä, jokaisessa ryhmässä on omat erityspiirteensä, joihin on hyvä perehtyä etukäteen. Tämän hetkellä kokemuksella selvisimme ohjaamisesta hyvin, mutta tulevaisuudessa voimme tahoillamme opiskella lisää pedagogiikkaa, mikä helpottaa tulevia ryhmänohjaamisia.

Joustavuus ja herkkä intuitio ovat tarpeellisia taitoja satuhieronnassa sekä ryhmän ohjaamisessa. Ryhmä koostuu erilaisista yksilöistä, joilla on erilaiset lähtökohdat. Toiset ihmiset ovat yksilöinä avoimempia uusille tilanteille kuin toiset. Jotkut ovat arempia kohtaamaan uusia ihmisiä kuin toiset. Ryhmätilanteissa ohjaaja todellakin tarvitsee ”herkät tuntosarvet”. Ohjaaja voi luoda ahdistavia tilanteita ihmisille, jos painostaa heitä ryhmässä johonkin, mitä he eivät halua tehdä. Etenkin lapsille tämä voi olla ikävää ja joskus jopa traumaattista. Ryhmän osanottajia pitää kuunnella aktiivisesti ja jokaisen osanottajan tunteet pitää huomioida. Ohjaajan pitää myös osata muuttaa toimintaansa ja ryhmän harjoitteita joustavasti. Meidän satuhierontatuokioissamme tila vaihtui yllättäen, osanottajien määrä vaihteli, ryhmässä oli levottomiakin lapsia ja tila vaati yllättävän paljon ennakoivalmistelua. Ohjaajan pitää valmistautua oikeastaan kaikkeen mahdolliseen.

Tuokioihin osallistuneet lapset olivat iältään kolmesta kahdeksaan vuotta ja tämä oli mielestämme liian iso ikäjakauma. Kolmevuotiaiden kanssa tulee pelata paljon enemmän tilanteen mukaan kuin kahdeksanvuotiaiden kanssa ja tämä toi ryhmässä toimimiseen omat haasteensa. Vilkkaammat

ja/tai nuoremmat lapset tarvitsevat enemmän yksilöllistä huomiota saadakseen hyödyn satuhieronnasta ja oppiakseen rauhoittumisen taidon. Opimme järjestämistämme tuokioista sen, että lasten ikä pitää ottaa paremmin huomioon. Nuorempien ja vanhempien lasten on hyvä olla omis-
sa satuhierontaryhmissään. Nuoremmille tulee järjestää lyhyempiä tuokioita, kun taas vanhemmat lapset pystyvät jo paremmin keskittymään pitempiin tuokioihin.

Nuoremmista eli noin kolmevuotiaista lapsista on hyvä muodostaa pienempiä ryhmiä, jolloin yksilöllisempi ohjaus on mahdollista ja lapset eivät turhaudu, kun heidän ikäryhmänsä asettamat vaatimukset voidaan huomioida. Satuhieronnan tavoitteet eri ikäisille lapsille voivat myös poiketa toisistaan. Nuoremmat opettelevat vasta rauhoittumaan ja vanhempien lasten satuhieronnassa voidaan ottaa rauhoittumisen lisäksi muita intentioita.

Satuhieronnan kautta voidaan tehdä työtä yli kunnan toimialarajojen ja säästää mahdollisesti sitä kautta taloudellisia resursseja jollakin muulla sektorilla. Satuhierontaa saaneet lapset osaavat esimerkiksi rauhoittua koulussakin paremmin verrattuna lapsiin, jotka sitä eivät ole saaneet. Toisaalta myös kiusaamistilanteet ovat vähäisempiä ryhmissä, joissa käytetään satuhierontaa verrattuna ryhmiin, joissa sitä ei käytetä. Satuhieronnan keinoin voidaan esimerkiksi säästää koulussa opettajien resursseja opetukseen kiusaamistilanteiden selvittelyn sijaan.

Suomalainen kosketuskulttuuri on ollut aina melko etäinen ja korrekti. Satuhieronnalla voidaan opettaa lapselle sekä omia kosketuksen rajoja että toisen kunnioittavaa koskettamista. Toisaalta lapsi, joka on oppinut oikean koskettamisen tavat ja rajat, voi välttyä myöhemmin erilaisilta häiriökosketuksilta tai muutoin vääränlaisilta ihmissuhteilta. Keho muistaa mikä on hyvää ja oikeaa ja mikä väärää ja haitallista kosketusta.

Läsnäoleva kosketus, ilman digilaitteita, voi olla tänä päivänä haasteellista niin aikuisille kuin lapsillekin. Satuhieronta tarjoaa mahdollisuuden sekä lapselle että vanhemmalle vain olla ja nauttia toisen läheisyydestä ja läsnäolevasta vuorovaikutuksesta. Aikaisemmissa opinnäytteissä ja ohjaajakoulutuksessa kuulluissa kokemuksissa on kerrottu useiden lasten avautuneen puhumaan tunteistaan satuhieronnan keinoin. Vanhemmallakin on oikeus ottaa satuhierontahetki omaksi rentoutumisen hetkeksi.

Tapahtumatuotannon kautta kirjastot haluavat tiloihinsa uusia palveluita ja toimijoita. Uusien mahdollisuuksien ja tapahtumien keskellä on tärkeää kuitenkin muistaa, ettei perinteinen kirjasto-

työ eli lukemaan innostaminen unohdu ja menetä kirjastolaisten mielessä merkitystään. Kirjastojen resurssit ovat tänä päivänä usein vähäiset niin taloudellisesti kuin henkilöstömitoitukseltaankin. Satuhieronta on yksi työmuoto, jota kannattaa kunnissa ajatella laajempaan kokonaisuuteen kuin vain kirjaston palveluna, vaikka se kirjastossa toteutettaisiinkin.

Kirjaston toimintaa mitataan erilaisilla mittareilla. Perinteiset tuotos, panos ja tulos –mittarit eivät kerro kirjaston vaikuttavuudesta asiakkaiden elämään. Pisa-tutkimuksissa on todettu, että paljon lukevat lapset menestyvät koulussa paremmin kuin vähän lukevat lapset. Kirjojen määrällä kotona on suora yhteys lapsen lukutaitoon. Kirjastolla on merkittävä rooli kirjallisuuden saavuttamisessa, koska kaikki vanhemmat eivät voi ostaa kaikkia kirjoja kotiin. Satuhieronta on myös tieto ja taito, jonka tulisi olla kaikkien vanhempien ja lasten tavoitettavissa, jotta lapsilla ja vanhemmillä olisi tasavertainen mahdollisuus päästä kokemaan satuhieronnan edut, riippumatta siitä onko lapsi päivähoitossa tai missä hän on hoidossa. Joissakin päiväkodeissa satuhieronta on käytössä, mutta ei läheskään kaikissa päiväkodeissa.

Järjestäessämme satuhierontatuokioita, huomasimme että oli vaikea löytää kirjaston kokoelmista sopivaa musiikkia tuokioiden taustalla soitettavaksi. Löysimme ainoastaan 2-3 cd-levyä, jotka voisivat soveltua rauhalliseksi taustamusiikiksi. Kirjastovirkailija sanoikin, että Oulun pääkirjastossa on vain vähän harmonista, rauhoittavaa ja mielenrauhaa edistävää musiikkia tällä hetkellä. Naxos- musiikkikirjaston palveluita emme tarkistaneet. Spotify on toki olemassa, mutta tässä tapauksessa emme voineet sitä käyttää. Toki vanhemmille voimme opastaa sieltäkin löytyvää sopivaa rauhoittavaa musiikkia.

Satuhierontaa voidaan tuoda aikuisille esille nimellä ”tarinahieronta”. Mielenterveyskuntoutujien parissa tehty opinnäyte osoittaa, että satuhieronta soveltuu täydellisesti myös aikuisille ja erityisryhmille. Tarinat, jotka hierotaan sekä intentiot täytyy valita kohderyhmän mukaan. Tarinahieronnan keinoin voidaan varmasti vahvistaa yksilöiden muutosvalmiutta, itsetuntemusta ja resilienssiä eli sinnikkyyttä. Satuhierontaa on tähän saakka toteutettu lähinnä lasten ja erityisryhmien parissa. Ei ole mitään syytä, miksi sitä ei voitaisi toteuttaa enemmän aikuistenkin kanssa.

Käytännössä on niin, että satuhierontaa on tehty jo vuosikymmeniä tietämättä sen nimeä. Aikuiset ovat jo kauan piirtäneet lasten selkiin aakkosia ja lempeästi hieroneet satuja lukiessaan. Päiväkodeissa satuhierontaa on käytetty rauhoittumiskeinona ja läsnäolon välineenä tietämättä sen

nimeä. Tarina ja Kosketus on yhdistänyt perinteen ja teorian välittävästä kosketuksesta. He ovat kehittäneet menetelmää tarkoituksenmukaisesti ja tehneet siitä opetuksellisia kokonaisuuksia.

Tutkimuksissa haastattelimme vain vanhempia ja Haanojan kirjaston kirjastovirkailijaa, joten ohjaajien ääni ja kokemukset eivät pääse tässä opinnäytteessä kuuluviin. Omien kokemustemme perusteella kyky rauhoittua ja rentoutua kehittyy. Lisäksi on palkitsevaa huomata, miten satuhieronnan vastaanottaja pystyy rentoutumaan ja rauhoittumaan. Satuhieronnan tekijä kokee oman työnsä mielekkäämmäksi saadessaan paremman yhteyden hierottavaan sekä kokee välittävänsä kosketuksensa välityksellä tietoista läsnäoloa. Tämä lisää motivaatiota tehdä ohjaajan työtä jatkossa yhä enemmän.

Kiire ja koskettamisen puute ovat usein otsikoissa esimerkiksi vanhustenhoidosta uutisoitaessa. Satuhieronnan tai tarinahieronnan tietoisella opiskelulla, ohjaamisella ja tekemisellä voidaan vaikuttaa tähänkin ongelmaan. Silloin tarinalle ja kosketukselle on varattu oma hetkensä, jota ei saa häiritä. Tänä päivänä on paljon myös muita ihmisiä, kuin vanhuksia, jotka jäävät vaille lempeää ja huomioivaa kosketusta. Satuhieronta sopii erinomaisesti hoitotyöhön täydentäväksi menetelmäksi.

Sivusimme jo aihetta, että satuhieronnan ydin täytyy sisäistää. Se ei ole pelkkää satunnaista hipsuttelua ja tarinointia, vaikka se perehtymättömästi saattaa siltä vaikuttaa. Satuhieronta on vaikuttava ja tietoinen menetelmä yksilön hyvinvoinnin edistämiseksi. Edellytys sille, että voisi tehdä satuhierontaa niin, että vaikutuksen tuntevat sekä hieroja että hierottava, vaatii tiettyjen seikkojen toteutumista. Se vaatii opiskelua, omaksumista sekä toteuttamista. Kun itse tekee toisille satuhierontaa, sen hyödyt itselle ja hierottavalle tulevat ilmeisemmäksi. Täytyy tietää mitä tekee, miten tekee ja miksi tekee. Intentio on tärkeä tekijä. Omien kokemustemme perusteella satuhieronnan opiskelu saa aikaan sen, että satuhieronnan ytimen ymmärtää. Koulutuksissa on aivan erityinen tunnelma ja olemme kokeneet saman tunnelman myös itse pitämässämme satuhierontatuokioissa.

LÄHTEET

Alasuutari, M. 2005. Mikä rakentaa vuorovaikutusta lapsen haastattelussa? Teoksessa J. Ruusu-vuori & L. Tiittula (toim.) Haastattelu: tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Jyväskylä: Gummerus, 145—162.

Almgren, P. & Jokitalo, P. 2010. Kirjasto 2011: Vaikutteita maailmalta. Helsinki: BTJ Finland Oy.

Anttonen, A. & Inkala, K. 2013. Riimikissa kikattaa. Helsinki: Tammi.

Findikaattori 20.4.2018. Kirjastokäynnit. Viitattu 24.1.2019. <https://findikaattori.fi/fi/85>

Gothóni, R. 2012. Kosketuksia arjessa, hoidossa ja pyhässä. Helsinki: Kirjapaja.

Haapakoski, A. 2014. ”Toivon sinulle”. Teoksessa S. Tuovinen. Satuhieronta: Läsnaolevan koske-tuksen ja sadun taikaa. (ei painopaikka): WSOY, 147.

Hakulinen, T. 2019. Vanhemmat lukekaa pienelle lapsellenne. Lukuliike. Opetus- ja kulttuuriminis-teriö. Viitattu 12.2.2019. <https://lukuliike.fi/vanhemmat-lukekaa-pienelle-lapsellenne>

Heikkilä- Halttunen, P. 2015. Lue lapselle! Opas lasten kirjallisuuskasvatukseen. Atena.

Helmet. 2018. Keskustakirjasto Oodi. Juttuja kirjastosta. Viitattu 22.1.2019. [http://www.helmet.fi/fi-FI/Kirjastot_ja_palvelut/Keskustakirjasto_Oodi/Juttuja_kirjastosta/Leikkiopisto_Loru_ilahduttaa_Oodissa\(175374\)](http://www.helmet.fi/fi-FI/Kirjastot_ja_palvelut/Keskustakirjasto_Oodi/Juttuja_kirjastosta/Leikkiopisto_Loru_ilahduttaa_Oodissa(175374))

Helsingin kaupunki. 2019. Helsingin varhaiskasvatus. Vauvaperheet. Viitattu 10.1.2019. <https://www.hel.fi/varhaiskasvatus/fi/leikkiopistotjaperhetalot/loru/vauvaperheet/>

Hoffman, L. 2017. Nyfödda ska smekas och beröras - hjärnan reagerar direkt. Svenska Yle. Viitattu 21.1.2019. <https://svenska.yle.fi/artikel/2017/11/16/nyfodda-ska-smekas-och-beroras-hjarnan-reagerar-direkt>

Huhtala, V. 2014. "Linnunsulka". Teoksessa S.Tuovinen. Satuhieronta: Läsnaölevan kosketuksen ja sadun taikaa. (ei painopaikka): WSOY, 59.

Itkonen, J. 2011. Leikkihaitari. Valitut lastenrunot 1986-2010. Helsinki: Otava.

Kaitasuo, P. 2019. Tunnetaidot mullistavat työelämän. Kaleva 13.2.2019. Viitattu 18.3.2019. <https://www.epress.fi/reader/issue/1907/204666/26>

Kaleva-Langinkoski, S. 2017. Kirjastonhoitaja, Oulun kaupunginkirjasto. Tapahtumatuotanto kirjastossa -opintojakson luento 8.9.2017. Sisäinen lähde.

Kuntaliitto, Kaupunkien ja kuntien lukumäärät ja väestötiedot, 2.1.2019. Viitattu 26.2.2019. <https://www.kuntaliitto.fi/tilastot-ja-julkaisut/kaupunkien-ja-kuntien-lukumaarat>

Karkkulainen, M., Ala-Vannesluoma, T., Pirhonen, P. & Kastu, R. 2015. Toimii! Hoitajan opas luoviin menetelmiin. Helsinki: Edita.

Kehitysvammaisten Tukiliitto ry. 2017. Mahti-tunnekortit. Viitattu 9.5.2019. <https://www.tukiliitto.fi/tukiliitto-ja-yhdistykset/kehittamistoiminta/paattyneet-hankkeet/mahti-projekti/mahti-tunnekortit/>

Kurvinen, K. 4.3.2016, Talentia-lehti. Halaten tulee hyvää. Viitattu 22.1.2019 <http://www.talentia-lehti.fi/halaten-tulee-hyvaa/>

Laki yleistä kirjastoista. 29.12.2016/1492. Viitattu 24.1.2019. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20161492>

Leinonen, M. 1996. Unet kukkina tielle. Helsinki: Kirjapaja.

Leskinen, E. 2009. Ryhmä toimimaan! Jyväskylä: PS-kustannus.

Leskinen, M. 18.10.2017. Mitä segmentointi tarkoittaa ja mitä sillä tekee. Taloustutkimus. Viitattu 20.1.2019. <https://www.taloustutkimus.fi/ajankohtaista/uutisia/mita-segmentointi-tarkoittaa-ja-mita-silla-tekee.html>

Lukukeskus. 2019. Lue lapselle. Faktoja lapselle lukemisesta. Viitattu 12.2.2019.
<https://luelapselle.fi/faktatietoa/>

Mäkelä, M. 2002. Satuseikkailu kirjastossa. Helsinki: BTJ Kirjastopalvelu.

Oodi. 2019. Palvelut. Mitä Oodissa voi tehdä? Viitattu 10.1.2019.
<https://www.oodihelsinki.fi/palvelut/>

Ojala, U. 2011. Opas lasten haastatteliijoille ja kuvaajille. Lastensuojelun keskusliitto. Viitattu 30.1.2019.
https://www.lskl.fi/materiaali/lastensuojelunkeskusliitto/Opas_lasten_haastatteliijoille_ja_kuvaajille.pdf

Pitkänen, V. Kosketus luo itsetuntoa ja muuttaa asenteita. Turun Sanomat, 23.4.2012. Viitattu 16.1.2019. <https://www.ts.fi/teemat/337398/Kosketus+luo+itsetuntoa+ja+muuttaa+asenteita>

Potter, Ned. 2012. The Library Marketing Toolkit. London: Facet Publishing.

Porakka, S. 12.12.2017, Savon Sanomat. Sivele satua selälle. Viitattu 16.1.2019.
<https://www.epress.fi/reader/issue/1969/166988/34>

Psych Central 8.10.2018. About oxytocin. Viitattu 24.1.2019. <https://psychcentral.com/lib/about-oxytocin/>

Psychology Today 2019. Oxytocin. Viitattu 15.1.2019.
<https://www.psychologytoday.com/intl/basics/oxytocin>

Ristikartano, V. & Virrankoski, A. 2011. Eräpäivä! Voimasanoja kirjastosta. Helsinki: BTJ Finland Oy

Ronimus M-L ja työryhmä. 2016. Yhteistyöllä hyvään kirjastoon – pienten kirjastojen pieni laatu-käsikirja 2016. Viitattu 29.1.2019.
<https://www.keuruu.fi/images/kirjastot/dokumentit/Laatukäsikirja.pdf>

Sallmén, P. 2007. Kirjastotyö muuttuu, muuttuuko kirjastotyöntekijä? Teoksessa J.Korpisaari & J.Saarti (toim.) Kirjastonhoitaja tulevaisuudessa – Millaista osaamista kirjastot tarvitsevat? (ei painopaikkaa): Kirjastohoitajien säätiö, 15—21.

Sambodhi, P. 1999. Forest of dreams: ambient music with New Zealand native birds. Århus: Fønix Musik. CD.

Suomen NLP-yhdistys. 2019. Viitattu 26.2.2019. <https://www.nlpyhdistys.fi/>

Suomen yleisten kirjastojen tilastot, Kirjastot.fi, Viitattu 29.1.2019. <http://tilastot.kirjastot.fi/?orgs=1&years=2017&stats=107#results>

Tarina ja Kosketus Oy (ei julkaisuvuotta). Satuhieronnan käsikirja. (ei painopaikkaa: ei painajaa mainittu).

Tarina ja Kosketus Oy. 2018. Rauhota mut-verkkokurssi. Viitattu 11.3.2019. <https://www.rauhotamut.fi/>

Tiessalo, P. 2016. Pajjaaminen vastaa eri tarpeeseen kuin seksi – ”halipula” kannattaa hoitaa pois. Yle uutiset. Viitattu 18.1.2019. <https://yle.fi/uutiset/3-9242142>

Tilastokeskus, kuntien avainluvut. Viitattu 12.3.2019. <https://www.stat.fi/tup/alue/kuntienavainluvut.htm#?year=2017&active1=85>

Tuomi, J. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos. Helsinki: Tammi.

Tuovinen, S. 2014. Satuhieronta: Läsnaolevan kosketuksen ja sadun taikaa. (ei painopaikkaa): WSOY

Vaarne, V. Kirjastosta tuli tapahtumien koti. Kirjastolehti, 5/2017a.

Vaarne, V. Tapahtumat avaavat kirjaston aineistoja. Kirjastolehti, 5/2017b.

Vallo, H. & Häyrynen, E. 2016. Tapahtuma on tilaisuus. Helsinki: Tietosanoma.

Yleisten kirjastojen hankerekisteri, Kirjastot.fi viitattu 11.1.2019. <http://hankkeet.kirjastot.fi/>

Yleisten kirjastojen suunta 2016-2020. Kansalaisen kirjasto - Olennainen osa suomalaista osaa-
mista.

LIITTEET

Liite 1. Mainos

Liite 2. Kutsukirje

Liite 3. Satuhieronnat, jotka suunnittelimme valmiisiin runoihin.

Liite 4. Satuhieronnat, jotka annoimme mukaan kotiin.

Liite 5. Mahti-tunnekortit, jotka lapset valitsivat tuokioiden loppuksi.

Liite 6. Haastattelukysymykset Kouvolan kaupungin Haanojan kirjaston kirjastovirkailijalle Tuula Kuikalle.

Liite 7. Haastattelukysymykset vanhemmille.

Onko lapsellasi nukahtamisongelmia?
Tuntuuko arki liian kiireiseltä ja stressaavalta?
Useat perheet ovat saaneet satuhieronnasta avun
haastaviin tilanteisiin ja kiireiseen elämään.

Etsimme opinnäytetyönä järjestämiimme
SATUHIERONTA –tuokioihin sadun ja
kosketuksen merkityksestä kiinnostuneita
vanhempia lapsen kanssa. Järjestämme
Tyrnävän kirjastossa kolmen tuokion
kokonaisuuden su 24.3. pe 29.3. ja su 31.3.
Toivomme, että voitte osallistua jokaiselle
kerralle. Osallistuminen on maksutonta.

Mukaan mahtuu 10 aikuis-lapsi –paria. Ryhmä soveltuu
3-vuotta täyttäneille. Lisätiedot ja ilmoittautumiset:
0400 740 949 taic6keni00@students.oamk.fi.

Kirjasto- ja tietopalveluopiskelijat
Eevamaija Kukkala ja Nina Keränen





Tervetuloa satuhierontatuokioihin Tyrnävän kirjaston kivipirtin neuvottelutilaan!

sunnuntaina 24.3. kello 17-18

perjantaina 29.3. kello 17-18

sunnuntaina 31.3. kello 17-18

Jokainen tuokio on noin tunnin mittainen toiminnallisuutta ja satuhierontaa sisältävä kokonaisuus. Toivomme teidän tulevan kiireettömästi, hyvissä ajoin paikalle, koska satuhieronnassa on oleellista kiireettömyys ja läsnäolo.

Sunnuntaina kirjasto on avoinna myös muuta asiointianne varten. Perjantaina kirjasto ei valitettavasti ole satuhierontatuokion aikana avoinna ja silloin pääsemme neuvottelutilaan sen omasta ulko-ovesta.

Ensimmäisellä kerralla tuokion aluksi on 15 minuutin mittainen informaatiohetki, jonka aikana lapsille luetaan kivipirtissä tuokion teemaan liittyvää kirjaa tai kirjoja.

Mitä tarvitsette mukaan?

- jumppamatjan tai muun alustan
- villin
- villasukat
- innostunutta mieltä

Mikäli teillä on kysyttävää tai haluatte meidän huomioivan joitakin erityistarpeitanne tai toiveitanne, ottakaa rohkeasti yhteyttä!

Terveisin,

Eevamaija, p. 0400 740 949

Nina, c6keni00@students.oamk.fi



LUMEEN LOIKITTU RUNO

Kuka pomppi pellon poikki? Jänöjussi	<i>kahdella etusormella selällä hyppien</i>
juosta loikki, piirsi lumeen uuden runon tassuillaan.	<i>kahdella etusormella hyppien nopeammin</i> <i>vapaata piirtelyä</i>
Nyt se istuu kuusen alla, karhunpesän seinustalla, katsoo kuinka hiutaleita sataa aina vaan.	<i>kämmenosa ja sormet selällä paikallaan</i> <i>sormenpäillä lumihutaleita selkään kevyesti</i>
Sataa, sataa lunta. Metsä, puiden valtakunta peittyi illan tullen vaippaan valkeaan.	<i>kaikilla sormilla selkään ympäriinsä lumihutaleita</i> <i>kämmenellä & sormilla selkään puu ja oksat alhaalta ylöspäin</i> <i>kummallakin kämmenellä ylhäältä alas selkää pitkin</i>
Sataa, sataa lunta, karhu näkee unta karpaloista, noista raikasammalosoista, joille kurjet laskeutuvat muuttomatkoihinsa.	<i>kaikilla sormilla selkään ympäriinsä lumihutaleita</i> <i>marjoja selkään kummankin käden etusormilla</i> <i>lasketaan kämmeniä vuorotellen selän päälle</i>
Jänöjussi	<i>kahdella sormella selällä hyppien</i>
juosta loikki piirsi lumeen uuden runon tassullaan.	<i>vapaata piirtelyä</i>
Jänöjussi nautti kevään lämmöstä.	<i>pysäytetään kätet selälle</i>

(Itkonen 2011, 66. viimeinen säe muutettu)

Tuulisessa puussa
 raaka käpy suussa
 roikkui kesäkuussa
 kypsä orava.

tuulen liikettä selässä kämmenillä

Rip – rap -rip – rop,
 ripi – rapi – ripi - rapi – ripi - rop.

ripinää ja ropinaa selässä sormenpäillä

Tiellä juoksi mopsi
 joka luuta popsi
 jalat sen kun katua kopsi
 pitkin katua.

sormenpäillä juoksua

koiran haukkauksia

sormenpäillä kävelyä

Kip – kap - kip – kop,
 Kipi – kapi – kipi – kapi – kipi – kop.

kip ja kop

Pintaan nousi särki
 joka melkein märki
 särjen päätä särki
 ja evä väpätti.

kämmenellä ylös selkää pitkin

pään hierontaa

Lit – lät – lit -lot,
 liti – läti – liti – läti – liti – lot.

kämmenillä selkään taputtelua

(Anttonen & Inkala 2013, 108).

TAIKAPUU

Olipa kerran pieni orava, joka keräsi metsässä marjoja, pähkinöitä ja siemeniä.

Yhden pienen siemenen orava piilotti maahan.

Se olikin taikapuun siemen.

Siemen alkoi kasvaa, ja siitä tuli taimi.

Se kasvoi suureksi, kauniiksi puuksi.

Ympäri runkoa ilmestyi oksia, jotka olivat täynnä vihreitä lehtiä.

Puu kasvoi niin suureksi, että sen latva ulottui melkein pilviin asti.

Puu oli taikapuu, ja se osasi puhua. Puu sanoi pilville: ”minulla on jano, antakaa minulle vettä.”

Ensimmäiset sadepisarat tippuivat taikapuun oksille, rungolle ja lehdille.

Sade voimistui, ja kohta vettä tuli kaatamalla.

Puu imi vettä juuriin asti. Puu sai juoda raikasta vettä niin paljon kuin halusi.

Seuraavaksi puu sanoi auringolle:

”Lämmitä minua, tarvitsen valoasi.”

Ensimmäiset auringonsäteet tulivat heti esiin pilvien takaa ja alkoivat kuivattaa sadepisaraita lehdiltä. Puu imi auringonvaloa itseensä ja nautti lämmöstä.

Auringon paiste kutsui linnut lentämään, ja ne laskeutuivat yksitellen puun oksille.

Puu oli onnellinen kuunnellessaan lintujen laulua sekä tuulen suhinaa oksistossaan.

Sen pituinen se.

Kävele sormilla pitkin selkää rauhallisesti välillä pysähdellen.

Tee alaselkään selkärangan kohdalle sormen painallus.

Kuljeta käsiä läheltä selkärankaa pikkuhiljaa ylöspäin, voit painaa jonkin verran.

Vedä selkärangasta sivulle päin.

Tee rauhallisia vetoja ylöspäin käsiä, jos kädet ovat pään yläpuolella. Jos kädet ovat sivuilla kehon vieressä, liikkeitä voi tehdä päälaelle.

Sateen ropinaa sormilla pitkin selkää.

Valele sormilla pitkin selkää, päätä ja käsiä kuin rankkasade.

Vedä jalkoja pitkin alaspäin.

Tuo kädet takaisin selälle.

Pyörittäviä, lämmittäviä liikkeitä koko selälle.

Paina kämmenellä aina siihen, mihin kukin lintu laskeutuu.

Pyöriäviä, tuulimaisia liikkeitä sormilla.

Laske kädet selän päälle ja paina selkää kevyesti lopettamisen merkiksi.

(Tuovinen 2014, 29)

LINNUNSULKA

Olet meren rannalla, lämpimällä hiekalla *Tee pitkiä sivelyjä selkään.*
Lempeä kesätuuli kieputtaa hiuksiasi. *Tee sormilla tuulen liikettä hiuksiin.*
Ylitsesi lentää lintu. *Lennä kämmenillä selän poikki.*
Näet, miten yksi linnun sulista irtoaa.
Se leijaillee rauhallisesti tuulen mukana *Kuvaa sormella sulan kevyttä leijailua*
ja tipahtaa maahan ihan lähellesi. *hiuksilta ja yläselältä alaselkään asti.*
Otat sulan käteesi ja kiität lintua. Alat
piirrellä sulalla kauniita kuvioita kuivaan *Piirrä kuvioita selkään.*
hiekkään. Piirret kolmioita, ympyröitä,
viivoja, kiemuroita, aaltoja, sydämiä.
Välillä tuuli pyyhkii kuviot ja *Tee pyyhkiviä liikkeitä.*
tekee hiekasta tasaista.
Istahdat rannalla olevalle kivelle, *Sivele selkää ylhäältä alaspäin.*
se on auringosta lämmin.
Katselet meren aaltoja, *Keinuttele lasta rauhallisesti.*
jotka keinuvat tasaisesti.
Lähdet hyvillä mielin kävelemään *Kävele kämmenillä.*
kotia kohti. Mikä ihana kesäpäivä!
Et malta odottaa, että pääset
kertomaan aarteestasi.
Sen on lahja linnulta sinulle. *Laita kämmenet selän päälle hetkeksi.*

(Huhtala 2014.)

TOIVON SINULLE

Toivon sinulle aurinkoa,
tuulet huolesi viemään.

*Pyöritä kämmenellä iso ympyrä selkään.
Vedä sormilla kevyesti mutkitellen niskasta alas selkään.*

Sileitä kiviä
tassujen astua

*Vedä kämmenellä tasaisesti selkärankaa pitkin alas,
Askella kämmenellä takaisin ylös.*

Ilon pipanoita,
onnen papanoita.

*Naputtele sormenpäillä pääläelle ympyrä yhteen suuntaan.
Naputtele ympyrä toiseen suuntaan.*

Valoa
ja rakkautta.

*Piirrä puolikas sydän sormella selkään.
Piirrä sydämen toinen puolisko.*

Siivet,
joilla voit lentää.

*Kädet ovat ensin kuin suljetut siivet, ranteista ristissä
selän päällä. Paina lapaluiden kohdalta kädet lentoon.*

(Haapakoski 2014)







(Kehitysvammaisten Tukiliitto ry 2017.)

HAANOJAN KIRJASTON KIRJASTOVIRKAILIJALLE TUULA KUIKALLE

1. Kuka teillä pitää satuhierontahetket/- tuokiot?
2. Millaisessa tilassa satuhieronta pidetään?
3. Millaisia tapoja, rutiineja tms. hetkeen liittyy? (Musiikki, viltit tms.)
4. Kuinka paljon osallistujia on satuhierontahetkissä ollut?
5. Mille asiakasryhmille on satuhierontaa järjestetty? Minkä ikäisille?
6. Millaiset asiakkaat tulevat satuhierontaan?
7. Millaista palautetta olette saaneet satuhierontaan osallistuneilta?
8. Mikä on mielipiteenne satuhieronnan soveltumisesta kirjastoon?
9. Mitä satuhieronta on tarjonnut sinulle?
10. Onko kirjaston työntekijöitä koulutettu satuhierontaosaajiksi?
11. Onko satuhieronta jatkuvaa toimintaa kirjastossanne?
12. Haluatteko kertoa vielä jotakin muuta?

1.Miten kirjasto soveltuu mielestäsi satuhieronnan ohjaamiseen ja opastamiseen?

2.Tulisitko kirjastoon uudelleen satuhierontaan?

3.Onko satuhieronta ennestään tuttu? Mistä?

4.Onko satuhieronta vaikuttanut arkeenne? Kuinka/miten?