



GÖTEBORGS UNIVERSITET

Massagesagor- En del av undervisningen?

En studie i hur massage och sagor kan kombineras för att gynna ett
gott lärande klimat

Caroline Broqvist och Elin Törnberg

LAU370

Handledare: Tobias Pettersson

Examinator: Mats d Hermansson

Rapportnummer: HT07-1190-07



GÖTEBORGS UNIVERSITET

Abstrakt

Examensarbete inom lärarutbildningen

Titel: Massagesagor - En del av undervisningen?

Författare: Caroline Broqvist & Elin Törnberg

Termin och år: ht- 07

Kursansvarig institution: Institutionen för kultur, estetik och medier

Handledare: Tobias Pettersson

Examinator: Mats d Hermansson

Rapportnummer: HT07-1190-07

Nyckelord: Massage, Barnmassage, Massage i skolan, Massage och lärande.

Syfte, huvudfråga, metod och material, resultat, betydelse för läraryrket

Syftet med examensarbetet är att konstruera massagesagor utifrån vald massageteknik, pedagogisk teori, barnboksteori samt att motivera bruket av massagesagor i skolan utifrån tidigare forskning om massagens fysiologiska, sociala och emotionella effekter. Via en rad olika massagesagor har vi valt att undersöka massagesagans olika inverknings aspekter och effekter.

Massagens fysiologiska, emotionella och sociala effekter redogörs för samt kopplas till styrdokument och lärandeteorier. Examensarbetet utgår ifrån fyra av de massagesagor vi skrivit både ur görande perspektiv samt innehållsperspektiv. Vi fokuserar på rörelsernas betydelse samt sagans uppbyggnad. Flera forskare talar för att massagen har positiva effekter på individen vilket bidrar till ett gott lärandeklimat i klassrummet.

Examensarbetet fokuserar på våra massagesagor ur olika perspektiv. Dessa är förankrade i pedagogiska teorier, barnboksteori samt massagens fysiologiska, sociala och emotionella aspekter.

Vi belyser massagen ur ett historiskt perspektiv för att sedan övergå till hur den utvecklats fram till idag. Den massageteknik vi främst belyser är klassisk svensk massage, då vi anser att detta är den tekniken vi främst utgår ifrån i våra massagesagor. Arbetet är upplagt så att det finns en tydlig struktur från massage i allmänhet till massage i skolan. Störst fokus ligger dock på massage ur ett skolperspektiv då vi anser att det är viktigast för vår kommande yrkesprofession. I arbetet finns kopplingar till styrdokument samt annan relevant litteratur. Vi har en gedigen litteraturgenomgång där vi redogör för all den litteratur, samt förlag och författare vi använt oss av.

Innehållsförteckning

Abstrakt.....	2
Innehållsförteckning.....	3
1. Inledning.....	4
2. Syfte.....	4
3. Metod och material.....	4
4. Arbetets delar – uppsatsens struktur.....	5
5. Koppling till styrdokument.....	5
5.1. Lpo 94.....	5
6. Tidigare forskning – Litteraturgenomgång.....	7
6.1. Litteratur om massage.....	7
6.2. Pedagogisk teori.....	10
6.3. Barnlitteraturteori.....	10
7. Massage i teori och praktik.....	10
7.1. Definition av begreppet massage.....	11
7.2. Massagens historia och spridning.....	11
7.2.1. Massagens filosofi och teknik.....	12
7.2.2. Svensk massage.....	13
7.3. Massage i skolan.....	14
7.3.1. Massagens effekter.....	14
7.3.2. Massage i skolan.....	18
7.3.3. Massage och massagesagor ur pedagogiskt perspektiv.....	19
7.4. Messagesagor ur litterärt perspektiv.....	21
7.4.1. Berättandet.....	22
8. Messagesagor i teori och praktik.....	24
8.1. Introduktion till messagesagorna.....	24
8.1.1. Analys av messagesaga rymden.....	24
8.1.2. Analys av messagesaga drakar.....	28
8.2. Messagesagorna ur pedagogiskt perspektiv.....	32
9. Slutdiskussion.....	34
Referenser.....	36

1. Inledning

I jämförelse med många andra länder är Sverige ett beröringsfattigt land, kanske på grund av en gammal fördom att barnet kan bli osjälvständigt av att få sitta för mycket i knät och av att få för mycket uppmärksamhet. I själva verket fungerar det tvärtom. Ju mer beröring och närhet ett barn får när det växer upp, desto mer självständigt blir det (Ellneby, 1999:133).

Vi är två lärarstudier vid Göteborgs universitet som, då vi läste inriktningen *Skapande verksamhet för tidigare åldrar* tillsammans, kom i kontakt med fenomenet massagesagor. Massagesagan blev ett brinnande intresse som vi ville ta med oss ut och använda i verksamheten. Vi hade föreställningen om att massage och massagesagan skulle vara frekvent använd ut i skolan och förskolan. Vi upptäckte att så inte var fallet och det kändes väldigt naturligt att skriva vårt examensarbete inom detta område. Tidigare forskning på området har visat att massage har positiva effekter på lärandemiljön (Björkqvist 2006:46f). Med detta arbete vill vi utveckla och verka för att massagen ska bli mer integrerad i den dagliga verksamheten och vi har därför skapat en serie massagesagor. Vårt slutliga mål med arbetet är att trycka en lärarhandledning inom ämnet massagesagor, där läraren kan få hjälp och stöd vid införandet av massage i sitt arbete.

2. Syfte

Syftet med examensarbetet är att konstruera massagesagor utifrån vald massageteknik, pedagogisk teori, barnboksteori samt att motivera bruket av massagesagor i skolan utifrån tidigare forskning om massagens fysiologiska, sociala och emotionella effekter.

Med detta examensarbete strävar vi efter att inspirera till studier i massage och barnboksteori så att fler pedagoger konstruerar sina egna massagesagor.

3. Metod och material

Vi har arbetat fram flera olika massagesagor och valt ut två, vilka vi har presenterat i examensarbetet. Sagorna vilar på tre byggstenar: massageteknik, pedagogisk teori och barnboksteori. Som en inkörsport till arbetet började vi att studera diverse massagetekniker. Vi bestämde oss slutligen för klassisk svensk massage då denna kändes naturligast att arbeta med. Vi har även konstruerat massagesagorna utifrån barnboksteori. Detta är ett led i en strävan att skapa sagor som kan fånga barns intresse och fantasi. Massagesagorna är också förankrade i pedagogisk teori, och utgår ifrån en sociokulturell syn på lärande.

När det gäller massagesagornas innehåll valde vi olika teman vi frekvent stött på ute i verksamheten, detta för att få en relevans i det vi skrev. Vi har konstruerat två typer av innehåll. Dels ett faktabaserat och ett sagobaserat. En poäng med det är att visa på möjligheten till olika innehåll i massagesagor.

Bredvid sagokonstruktionen vilar arbetet på litteraturstudier. När det gäller massagen är huvuddelen av den litteratur vi funnit till största delen erfarenhetsbaserad, med texter skrivna av människor som länge varit verksamma på fältet. Dock har de ofta integrerat andras forskningsresultat i sina studier och de har ofta oberoende av varandra kommit fram till samma resultat. Vi har också systematiskt gått igenom forskarnas olika litteraturlistor för att se vilka influenser de har och vilka eventuella sammankopplingar som kan finnas mellan de

olika forskarna/skribenterna. Målet har varit att få en så objektiv bild som möjligt på massagen och dess effekter. Vi har även använt oss av Internetkällor.

Tillförlighet av en studie beskrivs av Staffan Stukát i hans bok *Att skriva examensarbete inom utbildningsvetenskap* som arbetets giltighet vad gäller studier och undersökningar förekommande i arbetet. Viktigt är att den undersökning som genomförts säkerligen undersöker det den påstår sig undersöka (Stukát, 2005:125f). Vi hävdar att vår genomförda studie har en god tillförlitlighet, då vi har använt oss av flera olika källor vilka oberoende av varandra visar på liknande resultat. Vi har en god bredd i litteraturvalet när det gäller erfarenhetsbaserad samt vetenskaplig kunskap.

4. Arbetets delar – uppsatsens struktur

Detta examensarbete består av två delar: en teoretisk del, där utgångspunkterna för sagornas uppbyggnad presenteras, och en praktisk del, där messagesagorna analyseras och presenteras i sin helhet.

Uppsatsen består av 9 kapitel. Kapitel 1-7 är bakgrundskapitel till det stora huvudkapitlet, kapitel 8, där messagesagorna presenteras. Ovan har vi redogjort för syftet med arbetet och för metod och material. I kapitel 5 förankras arbetet i Lpo94. I kapitel 6 presenteras tidigare forskning.

Kapitel 7 är teorikapitlet. Detta är uppdelat i tre delar. I den första delen, *Massage i teori och praktik*, definieras begreppen massage och beröring och massagen belyses ur historiskt perspektiv, med fokus på massagetekniker och filosofiska utgångspunkter i olika traditioner. Där beskrivs de fysiologiska effekter massagen har på människokroppen. I del två, *Massage ur pedagogiskt perspektiv*, motiveras massagen som en del av skolans verksamhet utifrån de sociala och emotionella effekter som massage ger. Där presenteras också det sociokulturella lärandeperspektivet, den lärandeteori vi tagit som utgångspunkt i detta arbete. Valet motiveras dels utifrån att massage i sig bygger på social interaktion, dels utifrån att massagen ger sociala effekter som främjar ett gott lärandeklimat. I del tre, *Messagesagorna ur litterärt perspektiv*, behandlas barnlitteraturens grundpelare samt hur man kan strukturera en barnsaga. Även berättandets roll i sagan lyfts fram.

I kapitel 8, *Messagesagor i teori och praktik*, är det våra messagesagor som ligger i fokus. Varje saga har givits en redogörelse vad gäller vilka rörelser som används och hur sagorna är uppbyggda. Som avslutning har vi i diskussionen benämnd kapitel 9 sammankopplat messagesagorna med den sociokulturella lärandeteorin, styrdokumentet samt våra resultat.

5. Koppling till styrdokument

En pedagog måste följa de krav och riktlinjer regeringen formulerat i Lpo94 och i de olika kursplanerna. Under denna rubrik lyfts argument ur dessa texter vilka senare i examensarbetet kopplas till det aktuella ämnet.

5.1. Lpo 94

I dagens skola är det för många elever ofta ett stort kliv att lämna den fria leken i förskolan för att stiga in i den styrda undervisningen i skolan. Det är viktigt att alla elever klarar denna

förändring utan att tappa lusten inför lärandet. I Lpo 94 belyses leken som en otroligt viktig del i ett barns liv, även då det kommit upp i skolåldern:

Särskilt under de tidiga skolåren har leken stor betydelse för att eleverna skall tillägna sig kunskaper (Skolverket 2006:6).

Varje barn skall känna lust inför skolan och lust inför lärandet, att vilja lära. Det är ett av de viktigaste uppdrag vi som pedagoger har enligt regeringen och detta finns formulerat i Lpo 94. Då det finns ett samband mellan lust och kunskapsinhämtning är det extra viktigt att lusten och glädjen ”vattnas” i det syfte att det berikar undervisningen. Kunskap blir inte kunskap förrän barnet tagit till sig den och gjort den till sin egen och därför är det otroligt viktigt att barnet upplever lärandet som något lustfyllt. I följande citat ur Lpo94 uppmärksammas just vikten av att barnen känner lust inför lärandet:

Skolan skall sträva efter att vara en levande social gemenskap som ger trygghet och vilja och lust att lära (Skolverket 2006:7).

Alla barn lär på olika sätt och har olika behov och därför är det viktigt att man som pedagog varierar sin undervisning så att alla både praktiska och teoretiska moment balanseras. Regeringen har belyst detta genom att formulera Lpo 94 på följande sätt:

Skolans arbete måste inriktas på att ge utrymme för olika kunskapsformer och att skapa ett lärande där dessa former balanseras och blir till en helhet (Skolverket 2006:6).

I Lpo 94 uppmärksammas även vikten av att man som pedagog måste skapa en undervisning som engagerar flera olika sinnen eftersom barn tar till sig kunskap på olika sätt. Det står skrivet att skolan har som uppdrag att arbeta på ett sätt så att alla sinnen uppmärksammas vilket följande citat visar:

I skolarbetet skall de intellektuella såväl som de praktiska, sinnliga och estetiska aspekterna uppmärksammas (Skolverket 2006:6)

Genom att integrera leken som en del i undervisningen är ett sätt till att nå fler elever på den nivå de befinner sig. Det faktum att barn behöver en varierad undervisning, är något som uppmärksammas på flera ställen i Lpo 94.

Hänsyn skall tas till elevernas olika förutsättningar och behov. Det finns också olika vägar att nå målen [...] därför kan undervisningen aldrig utformas lika för alla (Skolverket 2006:4).

Skolan skall främja elevernas harmoniska utveckling. Detta skall åstadkommas genom en varierad och balanserad sammansättning av innehåll och arbetsformer (Skolverket 2006:6).

I dagens samhälle är det väldigt viktigt att ha en egen identitet samtidigt som det är lika viktigt att vara del av en grupp. Skolan och förskolan är den första arena där barnet möter andra individer i samma ålder och därför är det väldigt viktigt att barnen redan från första början lär sig hur man beter sig tillsammans med andra. Alla som arbetar på skolan skall bidra till att barnet känner trygghet och samhörighet med de övriga i gruppen. Detta är något som följande citat ur Lpo 94 belyser:

Alla som arbetar i skolan skall medverka till att utveckla elevernas känsla för samhörighet, solidaritet och ansvar för människor också utanför den närmaste gruppen, i

sin verksamhet bidra till att skolan präglas av solidaritet mellan människor (Skolverket 2006:8).

I både skolans värdegrund och i Lpo 94 finns det mängder av punkter som berör olika former av kränkande behandling. Barn skall i tidig ålder lära sig att alla människor är olika och att detta är något positivt. Skolan skall arbeta aktivt med att utveckla en förståelse hos varje barn, där öppenhet inför varandras olikheter är i fokus. Varje barn skall känna trygghet i skolan och må bra då han/hon är där. Det är varje anställds uppdrag att se till att detta uppfylls. I skolan präglas och fostras kommande generationer och för att ett solidariskt samhälle skall kunna skapas, där alla integreras och känner samhörighet, är skolan den arena då alla barn får ta del av dessa visioner. Barnen skall lära sig visa hänsyn och respekt i samspel med andra, vilket även det kan läsas i följande citat:

Skolan skall främja förståelse för andra människor och förmågan till inlevelse (Skolverket 2006:5).

Skolan skall sträva efter att varje elev respekterar andra människors egenvärde, tar avstånd från att människor utsätts för förtryck och kränkande behandling, samt medverkar till att bistå andra människor, kan leva sig in i och förstå andra människors situation och utvecklar en vilja att handla också med deras bästa för ögonen och visar respekt för och omsorg om såväl närmiljön som miljön i ett vidare perspektiv (Skolverket 2006:8).

Skolan skall sträva efter att varje elev känner trygghet och lär sig att ta hänsyn och visa respekt i samspel med andra (Skolverket 2006:9).

En annan viktig aspekt i frågan om lärandet är vikten av att lära av varandra. I en grupp med individer, där alla barn har olika erfarenheter och intressen, finns den otroliga möjligheten att alla kan lära av varandra. Genom att skapa en trygg och förtroendefull lärandemiljö vågar barnen öppna sig och dela med sig av sina erfarenheter. Genom att barnen får lära sig utifrån de saker som intresserar dem skapas lust och glädje i lärandet. I Lpo 94 uppmärksammas vikten av barnens gemensamma erfarenhetsvärld som utgångspunkt i lärandet:

Gemensamma erfarenheter och den sociala och kulturella värld som skolan utgör skapar utrymme och förutsättningar för ett lärande och utveckling där olika kunskapsformer är delar av en helhet, (Skolverket 2006:6)

För att en individ skall kunna verka och ta del av det informationssamhället som existerar idag krävs en grundlig kunskap i olika kommunikationsmedel. Enligt regeringen är det skolans uppdrag att förse barnen med dessa och hjälpa dem att utveckla ett effektivt kommunikationssätt, samt att stärka deras självförtroende inom detta område. Detta finns formulerat på följande vis i Lpo 94:

Genom rika möjligheter att samtala, läsa och skriva skall varje elev få utveckla sina möjligheter att kommunicera och därmed få tilltro till sin språkliga förmåga (Skolverket 2006:5).

Syftet med de messagesagor vi konstruerat är att använda massagen som ett hjälpmedel i den pedagogiska verksamheten, som ett sätt till att främja ett gott lärandeklimat. Förhoppningen är också att den massagen skall utveckla deras empatiska förmåga, verka för en levande social gemenskap samt att stärka deras självförtroende. Användandet av messagesagor som en integrerad del i klassrumsarbetet, väver ihop delar till en helhet samt engagerar flera olika sinnen vid inläring. Inte minst viktigt är det att variera undervisningen för att nå alla barn, då

vi alla lär på olika sätt. Massagesagorna syftar i förlängningen till att väcka och upprätthålla lusten att lära hos barnen.

6. Tidigare forskning – Litteraturgenomgång

Syftet med examensarbetet är, som nämnts, att konstruera messagesagor, vilka är förankrade i pedagogiska teorier, barnboksteori samt i tidigare forskning om massagens fysiologiska, sociala och emotionella effekter. Vi har använt litteratur från dessa tre olika områden. Inom ämnet massage är merparten av litteraturen erfarenhetsbaserad. Detta har dock inte hindrat att författaren integrerat sina erfarenheter med vetenskaplig forskning.

6.1. Litteratur om massage

Siv Ardeby har arbetat inom vård och omsorg i mer än 30 år, både som vårdbiträde, barnsköterska och skolsköterska. Hon har på så sätt haft möjlighet att se massagens påverkan på människor under olika skeenden i livet. Ardeby har under sitt yrkesverksamma liv arbetat fram metoden Taktipro. Detta är en arbetsmetod där man använder taktil massage på olika sätt för att höja livskvaliteten hos människor. Hon har gett ut två böcker inom området: *Arbeta med beröring* och *När orden inte räcker* (2007). Den andra boken är en uppföljare till den första och är en fördjupning inom taktil massage. Det är en redogörelse för det utvecklingsarbete som lett fram till utarbetandet av Taktipro. Hennes böcker baseras på egna arbetslivserfarenheter där hon uppmärksammat den taktila massagens påverkan på människors välbefinnande. Ambosantus förlag, som tryckt Ardebys två böcker, har en stark massageprofil och företaget Ambosantus AB är även återförsäljare av diverse massageattiraljer så som oljor, avslappningsmusik och massagebänkar.

Hans Axelson är grundaren till och ledare för Axelsons Gymnastiska Institut och än idag arbetar han där bland annat med att hålla olika typer av föredrag inom hans utbildning för massörer. Axelson har utvecklat och förnyat den klassiska svenska massagen utifrån de grundtankar Per Henrik Ling hade vid skapandet av den svenska massagen. Axelsons Gymnastiska Institut ansvarar för det mesta av de seriösa alternativa behandlingssätten i Sverige. Hans Axelsons bok, *Massage att börja med – den klassiska massagens grunder* (1995) baseras i huvudsak på hans egna erfarenheter sedan mer än 30 år tillbaka av att arbeta med massage. 1962 öppnade Axelson sin första messageskola i Malmö och har sedan dess startat flera messageskolor i hela Norden samt i Japan. Hälsa böcker och energica förlag som publicerat denna bok, är en ledande profiler inom hälsa och friskvård. Hälsa böcker har profil vilken främst inriktar sig på kost och motion men även på psykiskt välbefinnande. Energica förlag är främst inriktat på alternativ medicin och alternativa behandlingsmetoder, de har en själslig grundsyn på människan. (Axelsson 1995:5)

Karin Björkqvist är utbildad lågstadielärare och har arbetat som lärare sedan 1988. Hon har erfarenhet av att arbeta med massage inom alla stadier på grundskolan. Björkqvist är även utbildad inom barn och ungdomspsykologi samt har läst ett antal kurser inom alternativ medicin såsom massage och energibalansering. Björkqvist håller föredrag för skol- och förskolelärare om att introducera och använda massage i verksamheten. Boken, *Harmoni i klassrummet* (2006), riktar sig främst till grundskolelärare men även till förskolelärare. Författaren har arbetat med massage i skolan sedan 1995 och baserar sin bok på de erfarenheter hon gjort sedan dess inom detta område. Hennes bok innefattar även en hel del tidigare forskning men dock ingen forskning författaren själv genomfört. Skapande hälsa som gett ut denna bok ägs av författaren själv 1997. Författaren ägnar sig numera åt att ge föreläsningar och föredrag åt olika företag och skolor inom området massage och

avslappning. Björkqvists vision är att skapa en helhetsbild av fysiskt och psykiskt välbefinnande och genom det hjälpa barn och vuxna till en mer tillfredsställande och lugnare vardag (<http://www.skapandehalsa.com>).

Gunilla Dessen är lärare i rörelse och utbildad gymnastikdirektör. Hon arbetar på Högskolan för lärarutbildning i Stockholm som förskolelärarutbildare. Författare har i samarbete med specialläraren Agneta Johansson producerat tre videofilmer vilka behandlar barns sensomotoriska utveckling i vilka även hennes bok har tagit utgångspunkt i. Boken *Barn och rörelse* (1991) är utgiven av HLS förlag vilka främst producerar utbildningsmaterial inom området barnomsorg och skola. Förlaget är det största högskoleförlaget i Sverige och merparten av de utgivna författarna på förlaget är lektorer, forskare eller lärare vid högskolor och universitet. De har dock även publicerat verk av lärare och pedagoger ute i verksamheten. För HLS förlag är det viktigt att texterna har en vetenskapligt grund men också att de är förankrade i verksamheten (<http://www.hlsforlag.se>).

Ylva Ellneby är utbildad förskolelärare och tal- och specialpedagog. Hon arbetar även som föreläsare för föräldrar och skolpersonal samt som handledare och konsult i olika förskolor. Ellneby har jobbat inom flera projekt. Bland annat har hon varit och arbetat med gatubarn och barnhemsbarn, både i Jordanien och i Argentina. I böckerna delar hon med sig av sina erfarenheter och kunskaper som hon erövat under sin yrkesverksamma karriär. Boken *Om barn och stress och vad vi kan göra åt det* (1999) är utgiven av förlaget Natur och Kultur, som är en omfattande utgivare av läromedel och allmänlitteratur. Förlaget är en stiftelse vilket innebär att det är partipolitiskt obundet. Boken *Om du inte rör mig så dör jag- den taktila kommunikationens betydelse för barns utveckling* (1994) är utgiven av Utbildningsradion (UR). UR är ett mediaföretag som i första hand ägnar sig åt radio och tv men även ger ut litteratur. Företaget ägs av en stiftelse och har som uppdrag att spegla det mångkulturella Sverige samt ”producera utbildningsprogram inom samtliga utbildningsområden” (<http://www.ur.se>). UR ägs av en stiftelse och är partipolitiskt obundet.

Lena Jelvéus är utbildad sjukgymnast samt jobbar som spädbarnsmassör. Hon anser att beröring alltid varit en stor del i hennes liv, både för hennes psykiska och fysiska välbefinnande. Jelvéus använder sina grundkunskaper inom sjukgymnastiken då hon i sina böcker redogör för massagens olika effekter på människokroppen. Författaren vill belysa, inspirera och förklara för att ge läsaren en ökad medvetenhet om massagens påverkan både psykiskt och fysiskt. I boken *Berör mig! Massage för små och stora barn* (1998), redogör hon för massagens relevans för barnet redan från fosterstadiet upp genom skoltiden. Jelvéus har inte själv genomfört någon egen forskning men behandlar relevant vetenskaplig forskning för ämnet i boken. Hennes andra bok *Tjocka polisen i Fiskamalajka- rim, ramsor och massagesagor* (2001), är en sagosamling med egenproducerade massagesagor. Båda dessa böcker har blivit utgivna av UR förlag.

Wendy Kavanagh har även skrivit boken *Babymassage – Massage och zonterapi för spädbarn och uppåt*. Detta är tyvärr den enda information vi kunnat hitta om författaren. Dock kan vi dra slutsatsen att hon har ett brinnande intresse för massage. Boken, *Massage/beröring som lindrar* (2005), innehåller tillförlitlig information och råd som utformats i syftet för att undvika olika misstag som är vanligt förekommande under en massagebehandling. Boken skall dock inte ersätta medicinsk behandling utan vid allvarigare åkommor bör alltid läkare konsulteras. Förlaget som gett ut boken är Albert Bonniers Förlag AB vilket är ett av Sveriges äldsta och största skönlitterära förlag. De har en stor produktionsbredd på marknaden då de även ger ut bland annat facklitteratur och poesi.

Nitya Lacroix har även skrivit andra handböcker inom området massage. Boken *101 goda råd, massage*(1999), är just en handbok i hur man steg för steg masserar, samt vad man bör tänka på före och efter en massagebehandling. Boken är utgiven av B. Wahlströms förlag vilket även det är ett av Sveriges största skönlitterära förlag. Förlaget ger ut böcker i alla genrer och för alla åldrar.

Lawrence och Harrison är båda erfarna kroppsterapeuter och betraktas som pionjärer inom sitt område. De är ägare och föreståndare till ett framgångsrikt hälsoinstitut i New York, USA. I boken vänder de sig både till amatörer samt kroppsterapeuter under utbildning. Syftet är att ge läsaren en förståelse kring massagens positiva effekter för välbefinnandet och hälsan. Boken, *Massage och andra kroppsterapier*(1985), kan även fungera som en handbok för enklare självbehandling vid till exempel muskelsmärta. Förlaget som givit ut boken är Wahlström & Widstrand som är ett av de största svenska förlagen. De har givit ut böcker av många kända författare däribland ett flertal nobelpristagare. (<http://sv.wikipedia.org/>).

Lucy Lidell har tidigare arbetat på sjukhus, nu har hon massage- och healingworkshops vid the Massage Training Institute i England (<http://www.massagetraining.co.uk/>). De olika teknikerna i boken grundas på både egna erfarenheter gjorda av författaren samt på andra människors dokumenterade erfarenheter och forskning. Lidells avsikt med boken, *Massageboken-Massage, Shiatsu, zonterapi* (2001), är att hjälpa människor att utveckla en naturlig självmassage samt ge dem ett verktyg för att kunna ge massage till andra. Denna bok är utgiven av ICA förlag AB som numera går under namnet Forma Publishing Group. I detta bolag ingår även B. Wahlströms förlag samt Damm förlag AB (tidigare Richters). ICA förlaget ger främst ut tidskrifter och facktidningar men även böcker (<http://sv.wikipedia.org/>).

6.2. Pedagogisk teori

Olga Dysthe är utbildad lärare samt forskare inom språk och litteratur ur ett pedagogiskt perspektiv. Boken *Dialog, samspel och lärande* (2003) är en artikelsamling inom ämnet pedagogik med tre huvudteman vilka är dialog, samspel och lärande. Hon har skrivit ett antal böcker och artiklar inom ämnet pedagogik och didaktik.

Sven-Eric Liedman har skrivit *Ett oändligt äventyr – om människans kunskaper* (2001), vilken främst behandlar olika sätt att se på fenomenet kunskap. Liedman är forskare i idé- och lärdoms historia, och var fram till 2006 verksam vid Göteborgs universitet.

Rigmor Lindö är universitetslektor och lärarutbildare vid Göteborg universitet. Hon har bedrivit en del forskning inom området pedagogik och didaktik och bland annat författat boken *Det gränslösa språkrummet* (2002), vilken behandlar vikten av att lära ut flera olika uttrycks sätt. Kommunikation är en väldigt viktig funktion för att människan ska klara sig i samhället vilket boken understryker. Lindö har även under sitt verksamhets yrkesliv publicerat ett antal böcker, artiklar och läromedel till exempel, *Det öppna lärorummet* (1999).

Lev Vygotskij (1896-1934) var en rysk psykolog och pedagog som var banbrytande inom pedagogikforskningen på den tiden. Hans främsta kvarlevande teorier är det sociokulturella lärandet samt även fantasin och kreativitetens betydelse för inläringen, vilket han även skrev boken, *Fantasi och kreativitet i barndomen* (1995), om. Vygotskij anses idag vara jämställd med tunga namn inom psykologi och pedagogik, såsom Sigmund Freud och Jean Piaget.

6.3. Barnlitteraturteori

Maria Nikolajeva är forskare i litteraturvetenskap vid Stockholms universitet. Hon har även arbetat som lärare vid San Diego State University i Kalifornien under två år. Nikolajeva har i boken *Barnbokens byggklossar* (2004) presenterat resultatet av sin narratologiska forskning om barnlitteratur.

7. Massage i teori och praktik

Under del ett, *Massage i teori och praktik*, finns en presentation av fenomenet massage ur olika perspektiv. Efter en inledande definition av begreppen massage och beröring, redogör vi för massagens historia och spridning från 2500 år f.kr. tills idag. Fokus ligger på klassisk svensk massage då vi valt att arbeta med massagerörelser hämtade från denna tradition. Som bakgrund till denna går vi igenom även andra massagetekniker som använts runt om i världen. Slutligen beskriver vi olika fysiologiska aspekter av massagens påverkan på kroppen.

7.1. Definition av begreppet massage

I *Nationalencyklopedin* finns följande definition av begreppet massage. Här tas upp såväl själva handlingen, liksom vad massage har använts till:

Massage (franska, av masser 'massera', antingen av arabiska mass 'trycka', 'hantera', 'beröra' eller av grekiska. ma'ssa 'knåda (bröd)'), strukturerad beröring i ett bestämt syfte. Med olika handgrepp åstadkoms en mekanisk bearbetning av kroppens mjukvävnader (hud, bindväv och muskler). Beroende på massagens syfte och på egenskapen hos den kroppsvävnad som masseras används olika metoder. Massage kan utövas i många former och under delvis olika förhållanden, alltifrån enkel beröring till avancerad massageterapeutisk behandling av en skada. Massage används också som ett naturligt inslag i många förskolor och skolor. (www.ne.se).

För detta examensarbets del är två aspekter av definitionen viktig: dels att massage lyfts fram som en del inom skola och förskoleverksamhet, dels att massage är en typ av beröring.

Vid användandet av begreppet massage i vår uppsats syftar vi främst till en mjukare och försiktigare massage, där eleverna berör varandra i specifika mönster. Vi följer Jelvéus definition av beröring, att denna "kan vara allt från den lätta smekningen över det fasta handslaget eller den stilla handen på axeln till den verkningsfulla massagen". Med massage menar vi här således, med Jelvéus ord: "All kontakt mellan människor där hud möter hud, eller där kroppskontakt på annat sätt uppstår [...]" (Jelvéus, 1998:7).

Följande genomgång av massagens historia och massagens olika tekniker tar dock utgångspunkt i massage som terapeutisk behandlingsmetod, och är främst inriktad på de hårdare massagegrepp som används i behandling av vuxna människor.

7.2. Massagens historia och spridning

De tidigaste historiska källorna som vittnar om massagens utövande återfinns i en medicinsk text från Kina. Denna text kallas Nei Ching och skrevs omkring 2500 år f.kr. (Kavanagh 2005:6). Historiska fynd talar även om att den kinesiska kejsaren Kungfu hade en skrift om massage bland sina vishetsböcker, vilken antagligen är den första litteraturen som finns kring detta (Axelson, 1995:85).

Fenomenet massage omnämns återkommande i litteratur under historiens gång runt om i Asien innan den spreds till Europa. I Indien på 1800-talet f.kr. uppmärksammas massage i Ayurveda-böckerna (Kavanagh, 2005:6; Axelson, 1995:85). Nästa stora genombrott för massagen skedde på 400-talet f.kr då Hippokrates, i det antika Grekland, skall ha ansett att varje läkare borde lära sig massage som ett redskap i utövandet av sitt yrke (Lawrence, 1985:10).

Det finns även bevis på att romarna använde sig av massage vid bad. Efter romarikets fall på 400-talet e.kr. avstannade användandet och utvecklandet av massage i Europa. Istället var det araberna som tog till sig massagekonsten och kombinerade den med andra terapisystem bl.a. hydroterapi en behandling baserat på användandet av kallt vatten i olika avseenden (Kavanagh, 2005:7; Lidell, 2001:10; Lawrence 1985:10).

Under 1500-talet återinfördes massagen i Europa med hjälp av franske läkaren Ambroise Paré som skrev en bok om massagens konst och effekter. Efter denna bok uppmärksammades massagen av flera framstående läkare som valde att använda den som behandlingsmetod (Kavanagh, 2005:7; Lawrence, 1985:10).

Flera läkare från Frankrike, England och Italien intresserade sig för massagen som behandlingsmetod och utförde flera olika experiment och försök inom detta område. Trots detta dröjde det ända fram till slutet av 1800-talet innan massagen accepterades som en behandlingsmetod i Europa (Axelson, 1995:86). Något tidigare hade den svenska gymnasten och gymnastikpedagogen Per Henrik Ling (1776-1839) utvecklat och introducerat ett nytt massageterapisystem i Sverige som senare kom att kallas svensk massage (Axelson, 1995:86; Jelvéus, 1998:12; Kavanagh, 2005:7; Lawrence, 1985:10).

7.2.1. Massagens filosofi och teknik

Massagetechniken har sitt ursprung i östra Asien där massagen mesta dels baserades på filosofin att det cirkulerar en livgivande energi i kroppen. Massagen användes som en del i ledet för att skapa en balans i kroppen tillsammans med kost, medvetandet, känslor, motion och luft. Flera olika tekniker ingår i detta synsätt, dessa är t.ex. Amma, Shiatsu och Akupressur. Amma är en teknik som grundlades under 700-talet i Indien för att sedan spridas till Kina, Korea och Japan. Dess fokus ligger på att binda samman livsenergi med huden och kroppens inre organ för att öka blodflödet och stimulera hjärtverksamheten. Shiatsu och Akupressur kommer ursprungligen från Amma och delar samma grundfilosofi samt grundar sig på samma rörelsemönster. Dessa tekniker faller under begreppet energibaserade system (Lawrence, 1985:8, 16ff).

Den västerländska massagen har ett annat synsätt än det österländska och kallas för det strukturbaserade systemet. Detta synsätt härstammar från den industriella revolutionens vetenskap och medicinska tradition, där människokroppen sågs som en maskin. Den största skillnaden mellan det österländska och västerländska synsättet är att man, inom massagen, i det västerländska fokuserar på synliga kroppsdelar och mätbara funktioner istället för att se människan som en helhet med kropp och själ. Olika tekniker som visar på detta är t.ex. Osteopati, Chiropraktik och Svensk massage. Inom Osteopatin arbetar man med att balansera ryggraden och andra leder genom att knäcka fram ledvätska. Chiropraktiken liknar Osteopatin då de båda använder manipulation av ryggraden samt att de arbetar på samma sätt med att knäcka leder. De skiljer sig dock genom att Chiropraktiken arbetar mer med en helhetsbild då även kost och motion vägs in i behandlingen. Svensk massage har sin utgångspunkt i gymnastiken med syftet att stimulera blodcirkulationen för att stärka musklerna och skapa en

balans i musklernas och skelettets uppbyggnad. Detta uppnås genom att man knådar, gnider, stryker och skakar olika muskelgrupper (Lawrence, 1985:8, 10-14).

Vid mötet av västerländsk och österländsk tradition skapades ett nytt system som kom att kallas för kombinerade system. Detta system är en förening av den österländska filosofin om en livsenergi och den västerländska filosofin om människan som maskin. På så vis blir den österländska traditionen mer greppbar för västerlänningar. Exempel på kombinerade terapimetoder är Reichiansk terapi, Feldenkrais, Polaritetsterapi och Svensk massage. Inom Reichiansk terapi utgår man från att musklerna blockeras av psykisk energi och att man häver dessa blockningar genom att gå från det ytliga vidare till det allra djupaste. Detta kan yttra sig i form av att den behandlade personen får skrika ut sina blockningar. Feldenkrais inriktar sig på sambandet mellan de kroppliga och själsliga mönstren, där man strävar efter att rörelse, förmåelse, känsla och tanke är i balans. Polaritetsterapi utgår ifrån att hälsan bevaras då kroppens energifält är i balans. Dessa fält kallas livsenergi, ki, bioenergi eller orgon. Man uppnår balans via akupunktur, manipulationsövningar, örter, rörelseövningar och psykoterapi. Svensk massage har utvecklats från ett strukturerat system till detta kombinerade system då det framkommit mer kunskap om vikten av kost och levnadsvanors betydelse för människans välbefinnande (Lawrence, 1985:8f, 23f).

7.2.2. Svensk massage

Examensarbetet fokuserar på massagen ur ett kombinerat perspektiv då vi utgått från tanken att massage har en större betydelse för människans välbefinnande än bara att stretcha muskler och öka blodcirkulationen. Vi ansluter oss vidare till idén om att helheten är viktigare än delarna och har därför utgått från den svenska massagens grunder i våra massagesagor. I följande avsnitt har vi redogjort för massagemetoder inom Svensk massage.

Den Svenska massagen består av fem olika grundrörelser. Dessa är:

- Effleurage – glidning och strykning av musklerna.
- Petrissage – knådning av musklerna.
- Tapotemang – klappning och bultning av musklerna.
- Friktion – gnidning av musklerna.
- Stretchning (avslutning)
(Kavanagh, 2005:20)

Nedan redogörs för var och en av de olika grundrörelserna.

Effleurage

Effleurage innefattar breda, flytande, långa och lugna rörelser. Det är inga specifika rörelser utan är av allmän karaktär. Det viktigaste är att man använder hela händerna och för att detta effektivast skall uppnås bör händerna vara avslappnade (Lidell, 2001:30). Dessa rörelser är de enklaste av alla massagetekniker, då de endast innefattar styrkningar med handen. Strykningarna ökar blod- och lymfa flödet vilket leder till att avslappningen underlättas. Effleurage är en rytmisk övning som bör användas både till att inleda och avsluta massage. Något som är väldigt viktigt dock är att man aldrig bör avsluta en effleuragestrykning tvärt, utan att man avslutar gradvis. Man kan även använda strykningarna till att värma upp musklerna inför en djupare massage eller endast i syftet att få mottagaren att slappna av så effektivt som möjligt (Kavanagh, 2005:24; Lacroix, 1999:27).

Petrissage

Petrissage innebär att man utför en något hårdare form av rörelse än Effleurage. Rörelserna innefattar oftast någon form av tryck, knådning eller rullning, dessa medför att man rensar musklerna från toxiner, avfallsprodukter, spänningar och trötthet. Petrissage används oftast för att lösa upp muskelknutor, samt att mjuka upp och stretcha bindväv och muskler. Denna teknik stimulerar även blod- och syreflödet vilket leder till att musklerna lättare slappnar av (Kavanagh, 2005:26). Petrissage på ryggen kan bidra till en bättre hållning då spänningar längs ryggraden frigörs. Då ökas rörligheten i de musklerna som bär upp ryggraden och i de omkringliggande ligamenten (Lacroix, 1999:33).

Tapotemang

Tapotemang innefattar snabba rytmiska rörelser där man använder båda händerna. Det är en hårdare form av rörelser som innefattar hackningar och bultningar och genom att använda sig av dessa förbättrar man blodcirkulationen på det berörda området. Även här är det viktigt att liksom vid Effleurage, använda sig av avslappnade händer och handleder. Rörelserna stärker och stimulerar områden av mjuka vävnader samt stimulerar nervändarna (Kavanagh, 2005:28; Lindell, 2001:35).

Friktion

Efter att man mjukat upp kroppen med Effleurage och Petrissage kan man övergå till Friktion som innebär att man tränger djupare ner i musklerna. Man använder oftast fingertoppar, tummar eller handlovar med små rörelser för att exempelvis lösa upp knutor och spänningstillstånd i musklerna. Friktion stimulerar matsmältningssystemet, minskar ödem, upplöser förkalkningar i leder såsom gikt samt stimulerar grovtarmen (Kavanagh, 2005:30).

Stretching/Avslutning

Stretching används som avslutning vid en behandling. Det är viktigt att inte avsluta tvärt då känslor av övergivenhet kan väckas hos mottagaren. Man bör lägga ner lika mycket tid och energi till avslutningen på behandlingen som man gjort på de tidigare momenten. Stretching innefattar liknande rörelser som Effleurage dock med hårdare handlag. Det är lugna, långa rörelser som binder ihop massagebehandlingen till en helhet. Det är viktigt att alltid avsluta behandlingen med ett fast grepp på samma sätt som behandlingen påbörjats. Detta för att balansera livsenergin och ge mottagaren ett lugn i kroppen (Kavanagh, 2005:20ff, 32; Lacroix, 1999:68).

De olika rörelsemomenten, vi precis redogjort för, kan utföras i olika styrka och hastighet. Det viktiga är att känslan, flytet och rytmen fungerar i ett samspel under behandlingen (Kavanagh, 2005:20).

7.3. Massage i skolan

I denna del av examensarbetet belyser vi användning av massage i skolans värld. Kapitlet tar upp pedagogiska grundtankar som främst hämtats från det sociokulturella perspektivet. Som ett led i argumentationen för varför massage bör vara en del av skolans värld refererar vi tidigare forskning om massagens effekter. Först tar vi upp fysiologiska effekter. Därefter går vi över på tidigare forskning om sociala och emotionella effekter i skolmiljö.

7.3.1. Massagens effekter

När en människa utsätts för massage resulterar detta vanligtvis i en mängd olika fysiologiska reaktioner. Dessa olika reaktioner uppstår i samband med de olika rörelsemönster som massagebehandlingen innefattar.

Då man vanligtvis startar massagen med lugna långsamma rörelsemönster också kallat Effleurage, sätter man igång blod- och lymfa- flödet. Detta leder till en lättare och djupare avslappning hos mottagaren. Massagen påverkar även hjärnan till att producera hormonet oxytocin, ett lugn- och ro- hormon. Detta hormon frigörs både hos den som masserar så väl som hos mottagaren. Kerstin Uvnäs-Moberg vid Karolinska institutet i Stockholm har undersökt hur hormonet oxytocin utsöndras. Hon menar att oxytocinet förändrar vårt beteende till att bli mer sympatiska medmänniskor som värnar om andra. Hon hävdar också att höjd oxytocin nivå i kroppen medverkar till större koncentrationsförmåga samt ökar vår sociala förmåga. Efter att professor Uvnäs-Moberg genomfört ett flertal djurförsök på råttor iakttog hon att utsöndrandet av oxytocin bidragit till en mängd positiva beteendeförändringar, vilka forskare genom andra vetenskapliga försök och observationer har konstaterat även uppstår hos människan (Ardeby, 2007:75-80; Björkqvist, 2006:46f). Dessa beteendeförändringar är som följer:

- **Sänkt puls och blodtryck.**

Då oxytocinet verkar för att sänka aktivitetsnivån i kroppen påverkas både pulsen och blodtrycket. Detta leder till sänkt hjärtverksamhet vilket saktar ner pulsen och normaliserar blodtrycket så att ett lugn skapas i kroppen.

- **Minskad aggressivitet**

Vid stimulering av beröringsreceptorerna utsöndrar hjärna oxytocinet i kroppen, detta leder till att stridsberedskapen neutraliseras och aggressiviteten hävs.

- **Minskad muskelspänning**

Då en muskel är spänd kan inte syret passera fritt genom muskelfibrerna detta leder till att maximal prestation inte kan uppnås. Genom att massera en muskel mjukt ökar man cirkulationen och blodtillförseln till musklerna, vilket ökar muskelns prestationsförmåga. Oxytocin nivån i kroppen påverkar blodflödet i musklerna så att avfallsprodukter såsom spänningar och toxiner fraktas ut ur muskeln.

- **Bättre mag- och tarm funktion samt bättre näringsupptag**

Oxytocin stimulerar vagusnerven vilken styr över hjärta lungor och mage. Vid höjd oxytocin nivå i kroppen under en lång period påverkas kroppen på ett sådant sätt att magen, tarmen arbetar mer effektivt. Ämnesomsättningen och näringsupptaget effektiviseras vilket gör att överskottsenergi lagras i kroppen och aptiten ökar.

- **Höjd smärtröskel**

Då det är en hög oxytocin nivå i blodet har kroppen en högre smärtröskel vilket innebär att kroppen inte är lika känslig som den vanligtvis är.

- **Höjt immunförsvar**

Forskare som genomfört en rad olika studier på massagens effekter hävdar att personer som regelbundet får massage har ett bättre immunförsvar än de som inte får massage. De menar att dessa personer har bättre motståndskraft mot vanligt förekommande sjukdomar såsom förkylning samt att de bättre klarar av kroniska sjukdomar såsom astma.

- **Minskad stress**

Oxytocinet påverkar det sympatiska nervsystemet i vilken olika stresshormon produceras, såsom adrenalin och dopamin. Vid minskad produktion av dessa hormon minskar även stresskänslan i kroppen, vilket gör att man känner sig lugn och balanserad i kroppen.

Då man fortsätter massagen med lite hårdare tryck och press, dvs. Petrissage sker ett flertal reaktioner i kroppen. Att använda sig av dessa rörelsemönster leder till att avfallsprodukter rensas från musklerna och att trötthet samt spänningar och toxiner pressas ut ur kroppen. Cirkulationen blir stimulerad så att blod- och syreflödet till musklerna kan bidra till att musklerna lättare slappnar av vilket är väldigt viktigt då man skall gå ytterligare ett steg i massagebehandlingen (Ardeby, 2007:75-80).

Nästa steg i behandlingen innefattar knackningar, också kallat Tapotemang. Dessa rörelser bidrar till att cirkulationen förbättras i det behandlade området samt även för att stimulera nervändarna i huden. Man använder även Tapotemang för att stimulera och stärka mjuka vävnader som t.ex. låren (Axelson, 1995:13-17; Kavanagh, 2005:18-34).

Det handgrepp som vanligtvis utförs efter Effleurage, Petrissage och Tapotemang är Friktion. Med detta handgrepp tränger man djupare ner i musklerna. På detta sätt stimuleras grovtarmen och matsmältningssystemet (Axelson, 1995:13-17; Kavanagh, 2005:18-34). Då massagen når sitt slutskede med en stretching då man lugnt stryker över kroppen med handflatorna. Detta rörelsemönster har samma fysiologiska effekt som Effleurage (Jelvéus, 1998:120f; Kavanagh, 2005:18-34).

Massagens effekter är inte bara fysiologiska. Närhet är något som människan behöver för att kunna utvecklas fysiologiskt, men också emotionellt. Lidell skriver att närhet och beröring är livsviktigt ”för människor, precis som djur,[...]. Den ger uppskattning, värme, njutning, tröst och förnyad livskraft. Den säger oss att vi inte är ensamma” (2000:14).

Enligt specialpedagogen Ellneby är det beröringen som utvecklas först av alla de sinnen som människan besitter. För det nyfödda barnet är beröringen viktig för överlevnaden, genom att få beröring kan det lilla barnet växa och bli friskt. För lite beröring i det tidiga livsskedet påverkar individen negativt på olika sätt bl.a. att man blir känslig för stress. Stress hos ett barn kan yttra sig på olika sätt så som att det blir aggressivt, utåtagerande eller tillbakadraget, hämmat i utvecklingen och tillväxten samt nedsatt immunförsvar (Ellneby, 1994:25; Jelvéus, 2001:30).

Vidare skriver Ellneby att det genomförts olika studier av däggdjur där man upptäckt vikten av beröring i olika aspekter för artens överlevnad. Bland annat har beteendet hos mamman, att hon slickar sin nyfödda avkomma, inte alls något att göra med att rengöra. Detta beteende syftar istället till att utveckla och stimulera organ, nervsystem och beteende hos den nyfödda. Detta beteende finns inte hos människan. Istället får det nyfödda människobarnet denna taktila stimulering under förlossningen då livmoderväggarna pressas mot barnets hud under sammandragningarna (Ellneby, 1994:16f, 24f)

Detta har även framkommit vid experiment på apungar, utförda av forskaren i psykologi Harry F. Harlow som forskat inom behaviorism, liksom Piaget (1896-1980), men dock endast inriktat sig på primater. I experimentet blev ett antal apungar insläppta i ett rum tillsammans med två prototyper av apammor, en apamma i stål, som hade mat, och en apamma som

var mjuk, men utan mat. Experimentet visade att apungarna valde den mjuka mamman före den i stål. När de behövde äta höll de alltid en fot på den mjuka mamman (Ardeby, 2007:69; Kavanagh, 2005:6; Lidell, 2000:14).

Ett annat experiment på apor, utfört av Harry F. Harlow, där istället apmamman var testobjektet, påvisade att om en denna endast kunde se och höra sin avkomma men inte röra vid den, förvisade hon den (Ardeby, 2007:69; Lidell, 2000:14).

Fram till andra världskriget existerade en sjukdom bland barn vid namn Marasmus. Denna sjukdoms symtom innebar kraftig avmagring och kraflöshet vilket oftast ledde till för tidig död. Vanligast förekommande var marasmus på barnhem, detta trots att det fanns både mat och kläder. Under 1800-talet var barnhemmen i regel väldigt rena och fina men trots detta dog de flesta barnen före två års ålder. Det fanns dock ett undantag där dödligheten inte var lika hög bland barnen. En läkare intresserade sig för detta faktum och bestämde sig för att studera de olika barnsalarna för att finna anledningen till detta undantag. Han fann endast en påtaglig avvikelse. Denna avvikelse var att det, i den avvikande salen, under natten jobbade en barnsköterska som med sin närhet och beröring aktiverade beröringsreceptorerna och livsviljan hos barnen. Läkaren drog slutsatsen att det var barnsköterskans arbetsätt och omvårdnad om barnen som ledde till den minskade dödligheten. Detta synsätt återupptogs senare under 1930-talet då man i en debatt uppmärksammade behovet av närkontakt hos barn. På så sätt sjönk dödligheten bland barnen på de flesta barnhemmen och sjukdomen marasmus blev allt mer ovanlig (Ardeby, 2007:69f).

Grundat i erfarenheter hävdar Jelvéus i sin bok att ”massage och beröring kan ses som fredsskapande hjälpmedel. I kulturer där barn får mycken kärleksfull beröring har det visat sig att våldet bland vuxna är mindre” (Jelvéus, 1998:92).

I vårt kulturarv bär vi med oss en inställning till hur vi betraktar beröring som kommunikationsmedel. Beroende på hur den egna familjen, och samhället runt omkring, förhåller sig till beröring och kroppskontakt formas även den egna inställningen till detta (Ardeby, 2007:36).

Sverige är ett land där beröring sker i väldigt begränsad utsträckning hävdar specialpedagogen Ellneby. Hon menar att anledningen till detta kan bero på olika fördomar sedan lång tid tillbaka. På den tiden hävdade pionjärer inom barnuppfostran att barnet blev osjälvständigt av att få för mycket uppmärksamhet och beröring. Nutida forskning inom området beröring visar att det snarare är tvärt om, barn som får mycket beröring och närhet under uppväxten blir mer självständiga än barn upp vuxna i en beröringsfattig miljö (Ellneby, 1999:133).

Det har gjorts flera olika studier i barngrupper på förskolan där man infört massagen som en naturlig del i verksamheten. Då man utfört massage i samband med vilan har personalen observerat att barnen somnar lättare och vaknar mer utvilade. Andra observationer som gjorts visar att barnen fått en ökad koncentrationstid och en sänkt aktivitetsnivå då de regelbundet fått massage i förskolan. Personalen på den berörda förskolan uppgav att ljudnivån sänkts och stämningen på avdelningen blivit lugnare. Undersökningen hävdar att massagen ger alla barnen uppmärksamhet och att de på så sätt känner sig sedda för den de är, vilket även uppmärksammats i boken *När orden inte räcker* av Siv Ardeby. Författaren hävdar att barnet via beröring utvecklar sitt självförtroende och tilliten till andra människor, samt att massagen stärker känslan av att vara sedd och bekräftad för den man är. Detta är även något som Ellneby skriver om i sin bok *Om du inte rör mig så dör jag*. Hon skriver att beröring och

bekräftelse är av största vikt för ett barns utveckling. (Ardeby, 2007:36 & 44; Ellneby, 1994:11; Jelvéus, 1998:61).

Den tidigare nämnda forskaren Kerstin Uvnäs Moberg har även varit handledare för ett forskningsprojekt genomfört på ett antal förskolor i Stockholm. Projektet innebar att massage infördes som en naturlig del i verksamheten under en period på sex månader med över 100 deltagande barn. Observationer gjorda av Uvnäs Moberg och personal visade att de barn som mottagit massage under denna tid utvecklade sin empatiska förmåga och att de kände större tillit till sina kamrater och personal. Dessa elever mådde även bättre samt hade lättare för att knyta kontakter med andra. Ett annat synligt resultat i projektet var att de aggressiva pojkarna i gruppen bäst tog till sig massagen då de utvecklade både sin sociala och empatiska förmåga. Detta visade sig i färre konflikter och en lugnare vardag (Ellneby, 1999:135).

Lena Jelvéus tar upp i sin bok *Berör mig! Massage för små och stora barn* att barn som blir masserade regelbundet blir mer öppna och vågar ty sig till personalen och de andra barnen. Detta medför att barn med annat modersmål än svenska språket har lättare för att lära sig svenskan då de känner att de är i en trygg miljö och har förtroende för dem runt omkring. Dessa är några av de beteendeförändringar som den pedagogiska personalen i barngruppen vittnar om. (1998:61). Flera studier har genomförts på barn med läs- och skrivsvårigheter och massagens effekt på detta tillstånd. En metod har utvecklats av Moshe Elbaum där massagen används för att hjälpa barnen att övervinna sina inlärningsproblem. Metoden bygger på grundtanken om att inlärningsproblemen orsakas av muskelspänningar som blockerar signalsystemet i hjärnan. Dessa blockeringar löses upp genom massage och koordinationsövningar. I Sverige har Ann-Chatrin Jonsson varit ansvarig för spridningen av denna metod i skolorna (Jonsson, 2002:8f)

I skolmiljöer där man arbetat med regelbunden massage har den pedagogiska personalen iakttagit förändringar i barnens beteendemönster, både individuellt och i grupp. Barnens inlärningsförmåga och vilja att lära har ökat. De är mer öppna och kommunikativa samt att de är mindre stressade, vilket leder till ett ökat välbefinnande hos eleverna. Klassrumsklimatet har blivit varmare, lugnare och öppnare med en trevlig arbetsmiljö som följd. Jelvéus skriver vidare i sin bok

Beröring och taktila upplevelser skapar också lugn och trygghet, vilket är förutsättning för inläring. Taktil stimulering påverkar hjärnans förmåga att bearbeta sinnesintryck, och inläring sker bland annat via beröringssinnet, där barnet får erfarenheter utifrån konkreta upplevelser. Att rikligt beröra ett barn är som att ge dess hjärna mat att bli smart av (Jelvéus, 1998:88,128).

Gunilla Dessen uppmärksammar i sin bok, *Barn och rörelse*, om vikten av massage för det lilla barnet. Via massagen får barnet en god kroppsuppfattning och känner vid beröring ett välbefinnande. Den grundtryggheten som då formas hos barnet följer det under hela livet. Dessen påpekar även sambandet mellan beröring och samhörighet. Hon menar att beröring barn emellan skapar en samhörighet och ett uppmuntrande att värna om varandra samt visa varandra värme och ömhet. Författaren hävdar vidare att barn som ofta är inbegripna i lekar som innefattar mycket beröring och kroppskontakt sällan slår varandra. Enligt författaren är kroppskontakt en faktor som hämmar aggressionen barn emellan samt hjälper dem att hitta en annan utväg då konflikter uppstår istället för att slåss och skrika (Dessen, 1991:40f).

7.3.2. Massage i skolan

Björkqvist redovisar i sin bok *Harmoni i klassrummet* ett projekt kallat, ”Massage på dagis”, som genomförts på en förskola i Husby utanför Stockholm år 1994. Under detta projekt infördes massage i den dagliga aktiviteten på en förskoleavdelning och visade sig snart ha en mängd olika positiva effekter. Observationer visade att aggressiviteten minskade markant bland barnen samt att deras sociala relationer till varandra utvecklades positivt (Björkqvist, 2006:48).

Något som de studier Ellneby behandlat inom området massage och beröring i skolan visat på, är massagens olika positiva effekter hos barnen och i barngruppen. Dessa är:

- Ökat lugn
 - Minskad aggressivitet
 - Mindre konflikter
 - Bättre koncentration
 - Utvecklad empatisk förmåga
 - Bättre kroppskänedom
 - Stärkt självkänsla
 - Bättre inlärningsförmåga
- (Ellneby 1999:141).

Dessa resultat sammanfaller med resultat andra forskare uppnått vid liknande studier av massagens effekter hos människor och djur, vilka behandlas i detta arbete.

De positiva effekter som massagen visat sig medföra innebar att flera lärare tog till sig denna metod och introducerade den i sina klassrum. Hösten 1996 startades ett projekt upp kallat ”massage i skolan”. Grundaren av detta projekt är Hans Axelson vid Axelsons Gymnastiska Institut i Stockholm. Syftet med projektet är att motverka våld genom att lära barn och ungdomar fredlig beröring. Skolor som medverkade i projektet implementerade massagen i skolvardagen på olika sätt. På vissa skolor lade man in massage på schemat och eleverna fick varje vecka lära sig ett nytt grepp som de sedan fick praktisera på varandra. På andra skolor användes massagen som en paus i skolarbetet där man hämtade ny energi. Pausen tar inte mer än fem till tio minuter men effekterna är långvariga, detta eftersom oxytocinet påverkar system i kroppen som bl.a. sänker puls och ökar syreupptaget i blodet. Detta resultat har framkommit då forskare mätt blodtryck och oxytocin nivån i blodet både före och efter massagen (Ellneby 1999:134-139).

7.3.3. Massage och messagesagor ur pedagogiskt perspektiv

Det pedagogiska perspektiv messagesagorna vilar på är det sociokulturella perspektivet. I detta perspektiv framhålls att ”lärande har med relationer att göra; lärande sker genom deltagande och genom deltagarnas samspel” (Dyste, 2003:31).

Enligt den ryska teoretikern inom pedagogik, Lev Vygotskij (1896-1934), lär barn bäst i ett sociokulturellt sammanhang. Detta innebär att den ultimata lärandemiljön skapas då barn får arbeta i grupp och lära av, samt med varandra i en stimulerande miljö. Vygotskij ansåg även att samspelet mellan elever var viktigt för att de skulle nå sin, som han kallade det, ”Zone of Proximal Development, ZPD, att lärandet är beroende av barnens sociala interaktioner. Denna teori innebär att barnen stimuleras varandra till att vilja utöka sitt eget lärande och sina egna kunskaper genom att de delar med sig av de kunskaper som de redan erövat. Även den amerikanske filosofen, psykologen och didaktikern John Dewey (1859-1952) samt den

amerikanska filosofen och socialpsykologen George Herbert Mead (1863-1931) delar Vygotskijs tankar kring barns lärande. ”Alla tre bygger på den grundläggande uppfattningen att det är den sociala gruppen, den gemenskap som individen är en del av som är själva utgångspunkten för lärande” (Dyste, 2003:8, 51).

För både Dewey och Mead uppfattas lärande som intersubjektiva processer såsom meningsskapande deltagande i interaktion med andra. Mead, som har som specialisering området kommunikation, hävdar att inte bara pantomimiska och vokala gester är kommunikation utan att kommunikation även sker på andra icke-verbala plan. Just kommunikativa processer är en förutsättning för att människan skall utvecklas och fungera i samhället. Redan från den tidigaste barndomen hämtar barnet sina kunskaper och färdigheter genom att lyssna och härma, för att senare i livet även tala och samverka med andra för att erövra ytterligare kunskap (Dyste, 2003:16, 48).

Dewey utformade en inlärningsteori, *learning by doing*, vilken innebär att vi erövrar kunskap genom praktiskt deltagande i olika aktiviteter med andra individer. Avgörande för denna typ av inlärning är att det finns en god läromiljö som stimulerar till ett aktivt deltagande. Det är viktigt för individen att denne känner sig accepterad och trygg i gruppen ”både som någon som **kan** något och som någon som **kan betyda något** för andra” (Dyste, 2003:31). Ytterligare en viktig aspekt för inlärningen, och viljan att lära, är meningsfullhet. Individen måste känna att den kunskap delas och det lärande som sker i gruppen har stor betydelse för alla gruppmedlemmarna (Dyste, 2003:31, 34, 38,39).

Som tidigare nämnt visar Dessen på sambandet mellan beröring och samhörighet. I sin bok skriver Dessen att beröring barn emellan skapar en samhörighet och ett uppmuntrande att värna om varandra samt visa varandra värme och ömhet. Vidare nämner hon att kroppskontakt är en faktor som hämmar aggression. Vid observationsstudier har Dessen fått resultatet att barn som ofta är involverade i beröringslekar sällan slår varandra (Dessen, 1991:40f).

Ytterligare ett begrepp som är viktigt i detta sammanhang är tyst kunskap. Med tyst kunskap menas, enligt Sven-Eric Liedman, kunskap som inte är uttalad utan som är något allmänt vetande. Tyst kunskap kan inte läras ut utan måste förvärfvas i sociala relationer med andra individer. Den tysta kunskapen ger en omvärldsorientering som är livsnödvändig för människan. Viktigt är också, som Liedman framhåller, att tyst kunskap kallas för just detta i och med att den förknippas intimt med alla människans sinnen. (2001:118). Gunilla Dessen tar upp i sin bok, *Barn och rörelse*, att det uppstår en tyst kommunikation mellan föräldern och barnet då föräldern masserar sitt barn. Detta leder till att ett starkt emotionellt band skapas mellan dem båda och barnet känner en grundtrygghet inombords vilket det för med sig igenom hela livet (Dessen, 1991:39).

Även Ardeby tar upp beröringens betydelse i olika kulturer, som en tyst men grundläggande form av kommunikation. ”I alla kulturer utgör fysisk kontakt grunden för förhållandet till medmänniskor. Den mest basala och grundläggande formen av kommunikation sker via huden genom beröring. De språkliga uttrycken relateras ofta till beröring som symbol för att ge orden sitt rätta värde och mening” (Ardeby 2007:35). Ardeby påpekar vidare att vårt mest primitiva sätt att kommunicera är via beröring. Då vi vill förstärka något vi säger eller försäkra oss om att ha blivit förstådda använder vi oss av beröring. Genom att beröra någon vi tilltalar påkallar vi uppmärksamhet. Även då vi vill påkalla uppmärksamhet vid tilltal berör vi vår motpart (Ardeby, 2007:36).

Händerna är ett av våra viktigaste kommunikationsorgan, på grund av detta är det viktigt att vi ökar vår förståelse kring de budskap händerna förmedlar då vi bland annat talar. Genom att gestikulera och beröra med händerna återspeglar vi våra intentioner och känslor. Att beröra med hjälp av sina händer är att använda sina "förmästa taktila redskap" (Jelvéus, 1998:63). Då man vid massage berör någon annan kommunicerar vi med varandra. Genom vårt sätt att beröra, exempelvis hårt eller mjukt, visar vi vad vi vill avser med beröringen. Detta är även något som Ardeby uppmärksammar i sin bok *När orden inte räcker*. Hon menar där att, hur en kommunikation uppfattas via en beröring kan bero på vilken intention givaren har med beröringen och hur den utför, dvs. om den är mjuk och försiktig eller kanske hård och kall. Genom att använda händerna som uttrycksmedel kan vi förmedla olika sorters känslor, bland annat kan vi trösta, visa medkänsla, uppmuntra eller ta avstånd från andra. I princip allting vi känner och vill visa kan förmedlas via beröring. (Ardeby 2007:35, 58; Jelvéus, 1998:61; Jelvéus, 2001:31; Von Arnold, 2007-11-13).

7.4. Massagesagor ur litterärt perspektiv

Enligt Nikolajeva måste händelseförloppet i sagan följa en viss struktur. "Ett händelseförlopp måste ha en början, mitt och slut, och det är beroende av spänning och upplösning" (Nikolajeva, 2004:54).

De flesta sagor som skrivs har en speciell uppbyggnad, oftast grundad på gamla sägner och folksagors uppbyggnad. Detta för att bibehålla lyssnarens uppmärksamhet och intresse under hela sagans gång. Barnlitteraturens grundmönster baseras på en tanke där sagofiguren måste ge sig iväg hemifrån för att söka spänning och äventyr. Ofta är det dock farligt och då sagofiguren genomfört uppdraget eller äventyret måste denne bege sig hem igen där det är tryggt och säkert. Det finns även andra varianter av detta handlingsförlopp vilka vi använt som utgångspunkt för de massagesagor vi skrivit och dessa redogörs för nedan (Nikolajeva, 2004:57).

- **Progressivt handlingsförlopp**

Då sagans uppbyggnad är av det slag att sagofiguren lämnar hemmet för att ge sig ut på äventyr och när äventyret är avslutat återvänder hem kallas sagomönstret för progressivt. Utvecklingen i sagoförloppet är normalt på så sätt att det inte händer något oförutsett utan det följer grundmönstret, "hem – uppbrott hemifrån – äventyr – hemkomst" (Nikolajeva, 2004:57).

- **Episodiskt handlingsförlopp**

Ett av de vanligaste handlingsförloppen i barnlitteraturen är det episodiska handlingsförloppet. Sagan byggs då upp kring sagofiguren och dennes hem vilket håller ihop de olika episoderna i sagan. Sagofiguren lämnar hemmet för att ge sig ut på äventyr och återvänder hem igen innan denne ger sig iväg på ett nytt äventyr. Till skillnad från det progressiva handlingsförloppet ovan kan sagofiguren i det episodiska handlingsförloppet ge sig ut på flera äventyr under samma saga men återvänder alltid hem mellan äventyren (Nikolajeva, 2004:58).

- **Kumulativt handlingsförlopp**

I handlingsförloppet tillkommer det en ny karaktär eller en ny händelse vid varje äventyr som sagofiguren ger sig ut på. Alla de nya karaktärerna som sagofiguren möter under sagans gång följer med ända till slutet av sagan (Nikolajeva, 2004:58f).

- **Kedjehandling**

Under detta handlingsförlopp möter även här sagofiguren nya karaktärer under varje äventyr. Skillnaden mellan det kumulativa handlingsförloppet ovan och kedjehandlingen är att de nya karaktärerna endast är med under ett avsnitt av sagan, de följer inte med sagofiguren hela vägen (Nikolajeva, 2004:59).

Ett handlingsförlopp i en saga följer oftast något av dessa händelsemönster. I början av sagan introduceras huvudkaraktärerna och miljön. Läsaren slungas in i det som kallas för expositionen. Därefter följer förvecklingen, i vilken spänningen byggs upp. Här får sagofiguren redo på sitt uppdrag, ger sig ut på äventyr och möter problem. Efter kulmen följer upplösningen. Här börjar slutet på äventyret och sagofiguren återvänder hemåt med nya kunskaper och erfarenheter (Nikolajeva, 2004:55f).

I en sagas handlingsförlopp är vissa händelser viktigare än andra för att föra sagan framåt. De viktiga händelserna för sagan kallas för kärnhändelser. Om en kärnhändelse skulle tas bort, skulle handlingsförloppet avstanna och sagan raderas. En sidohändelse däremot är inte lika relevant för sagans progression. Sidohändelserna är viktiga men kan utan betydelse för sagans utveckling tas bort ur sagan (Nikolajeva, 2004:55).

Ett vanligt motiv till att ge sig ut på äventyr i barnlitteraturen är ofta sökandet efter något, såsom föremål och personer, men också sökandet efter den egna identiteten. Ett annat frekvent återkommande motiv till äventyret är resandet, både inre resor och yttre resor. Detta beror mycket på att både resor och sökandet är huvudkomponenter vid den psykologiska utvecklingen hos en ung människa, då denne ska klara sig själv och träda in i vuxenlivet (Nikolajeva, 2004:67, 70).

Vidare är det väldigt vanligt i barnlitteratur att det inte bara finns en huvudkaraktär utan det är ofta flera karaktärer vilka sagan utgår ifrån. Detta kallas för att det finns en kollektiv huvudkaraktär. Anledningen till detta är att barnlitteratur har funktionen att socialisera både lyssnare och läsare, när det gäller bland annat relationer. Att ha flera huvudkaraktärer i en saga innebär att lyssnare och läsare kan identifiera sig med någon av karaktärerna i boken. Detta är särskilt viktigt för barn. Sagan får större betydelse och den blir mer meningsfull för dem då de kan känna igen sig i någon av huvudkaraktärerna. En kollektiv huvudkaraktär erbjuder möjligheten att kunna integrera olika karaktärsdrag så som ålder, kön och temperament. Genom att dela upp alla olika karaktärsdragen på olika huvudkaraktärer slipper man den komplexitet som det skulle innebära om man endast hade en huvudkaraktär (Nikolajeva, 2004:95-100). Samtidigt finns problematiken att det kan vara för många huvudkaraktärer vilket gör det svårt för den unga läsaren att komma ihåg alla personerna (Nikolajeva, 2004:101).

7.4.1. Berättandet

Det viktigaste att tänka på vid användandet av messagesagor är sättet på vilken de berättas för barnen, tonvikten läggs inte på vad som berättas ut på hur det berättas. Berättaren har en avgörande roll vad det gäller hur barnen uppfattar, förstår och tolkar sagan. Berättaren sätter även, med hjälp av sin röst och sin berättarteknik, stämningen i rummet vilken påverkar barnens kroppsliga ro och öppenhet för att ta till sig sagan och massagen (Nikolajeva, 2004:149).

I barnlitteraturen finns det två olika huvudgrupper av berättare, den opersonliga berättaren och den personliga berättaren. Enligt Nikolajeva finns det fyra underkategorier till den

opersonliga berättaren, allvetaren, den begränsade allvetaren, den objektiva och den introspektiva berättaren. Den allvetande berättaren vet allting som händer i boken, med huvudkaraktären samt till och med vad alla karaktärerna i boken tänker. Denna typ av berättare lämnar inget åt lyssnarens fantasi utan har en förklaring på allt. Den begränsade allvetaren å andra sidan utger sig för att veta allt men är begränsad i sin vetskap och fokuserar sin vetskap på några karaktärer istället för alla. Den objektiva berättaren, eller den dramatiska berättaren, kan väldigt mycket om karaktärernas förehavanden och vad de säger men utger sig inte för att veta vad karaktärerna tänker. Den objektiva berättaren befinner sig på ett yttligare stadium än de föregående två berättarsorterna. Slutligen redogör författaren för den introspektiva berättaren vilken endast fokuserar på en karaktär i sagan, på vad denne gör, säger och tänker (Nikolajeva, 2004:149).

Fortsättningsvis finns det, i barnlitteraturen, den personliga berättaren vilka författaren Nikolajeva anser har två underkategorier. Dessa är den simultana jagberättaren och den retrospektiva jagberättaren. Den simultana jagberättaren berättar sagan i kronologisk följd och i presens allt eftersom nya händelser uppkommer. Den retrospektiva jagberättaren berättar istället allt som hänt i sagan i efterhand som en tillbakablick. Något som huvudkategorin personlig berättare har till fördel, gentemot den opersonliga berättaren, är att en personlig berättare förmedlar en djupare inlevelse och ger en direkt återspeglning av huvudkaraktärens tankar och känslor. En personlig berättare kan dock inte vara på flera olika platser samtidigt, vilket en opersonlig berättare har fördelen av att kunna. (Nikolajeva 2004:152-153). I de två messagesagor som är integrerade i detta examensarbete, är berättaren en begränsad allvetande opersonlig berättare vilken har vetskap om de få karaktärer som är med i sagan. Berättaren vet i vissa fall vad någon karaktär tänker och känner men inte återkommande genom hela sagan.

8. Massagesagor i teori och praktik

I detta kapitel presenteras två massagesagor. Presentationen görs utifrån de teoretiska perspektiv vi redogjort för i kapitel sju. Vi inleder med att lägga fokus på massagesagorna och hur dessa konstruerats utifrån teknikerna i svensk massage och utifrån Nikolajevas slutsatser om form och berättande strategier i barnsagor. Därefter länkas sagorna till pedagogisk teori och till styrdokumentet.

8.1. Introduktion till massagesagorna

Massagesaga är ett nyinfört begrepp i skolan och förskolan. Med detta begrepp menas en kombination av en saga och massagerörelser. Pedagogen berättar en saga vilken har ett specifikt rörelsemönster vilka barnen utför på varandras ryggar, sittande två och två.

Här har vi valt att redogöra för vilket handlingsförlopp två av våra massagesagor följer. Vi redogör för hur sagorna är uppbyggda och vilka typiska handlingsförlopp som uppkommer i de olika massagesagorna. Vi beskriver sagans komposition och lotsar läsaren genom varje utvecklingssteg. Vi skildrar även de olika huvudkaraktärerna och bihuvudkaraktärerna i sagorna och visar på deras relation till varandra. Därefter presenteras sagan i sin helhet, komplett med illustrationer.

8.1.1. Analys av massagesaga rymden

Massagesagan handlar om rymdraketen Ragnar som en dag skall åka ut på sin första rymdfärd. Under sin färd får Ragnar se stjärnor och planeter i vår galax vintergatan. Ragnar åker runt i rymden och uppmärksammar flera av de planeter som finns i vårt solsystem. När han stannar till på mars stöter han på marsianen Måns. Måns vill visa Ragnar månen och de flyger dit tillsammans på upptäcktsfärd. Efter en lång färd och ett roligt äventyr måste ändå Ragnar bege sig hem till jorden igen. Åter på jorden är han nöjd med sitt äventyr och vill genast åka tillbaka

Sagan har ett progressivt handlingsförlopp med en kedjehandling. Ragnar lämnar sitt hem för att åka ut på äventyr i rymden. Ragnars upptäcktsfärd i rymden tar honom till många olika planeter och platser. När han landar på planeten mars träffar på marsianen Måns som endast är med under ett avsnitt i sagan då Måns och Ragnar åker till månen. I och med att Ragnar sedan lämnar marsianen Måns på mars igen innan han åker hem definierar sagans kedjehandling, Måns är därmed inte med ända till slutet av sagan (Nikolajeva, 2004:57).

I sagans början, under expositionen, presenteras läsaren och lyssnaren för huvudkaraktären Ragnar samt hans stundande äventyr. Under förvecklingen får läsaren och lyssnaren följa med Ragnar på hans upptäcktsfärd i rymden, vilket leder till sagans kulmen då Ragnar möter marsianen Måns. Då Ragnar möter Måns når sagan sin vändpunkt och en ny del av äventyret tar vid då de åker till månen. Under sagans upplösning färdas Ragnar tillbaka hem till jorden och till sin startposition (Nikolajeva, 2004:55ff).

Massagesagan om rymden börjar med en stilla hand på rygglutet som sedan övergår till att massören lägger två händer på rygglutet och gör små cirklar med handflatorna, Effleurage. Därefter följer en serie olika Effleurage-rörelser tills Ragnar får syn på alla vackra stjärnor. Här övergår rörelsen till Friktion då man arbetar med fingertopparna. När Ragnar får syn på Pluto används en kombination av Friktion och lätt Tapotemang. Denna rörelse efterföljs av

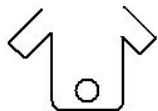
endast lätta Tapotemang tryck. Härefter följer ett flertal olika Effleurage, Friktion och Tapotemang rörelser (Kavanagh, 2005:20f, 32; Lacroix, 1999:68).

Massagesagan avslutas med Effleurage, då det är viktigt att avsluta massagen på samma sätt som den påbörjats och för att lugna ner kroppen. När massagesagan är slut lägger massören händerna på mottagarens axlar igen, detta för att ge behandlingen ett tydligt slut med ett fast grepp (Kavanagh, 2005:20f, 32; Lacroix, 1999:68).

Nyckelordet i sagans början förbereder barnet på den stundande massagebehandlingen, en stilla hand läggs på ryggen och symboliserar raketen Ragnar. Följande nyckelord är nära relaterade till de rörelser som utförs samt till huvudbudskapet i meningen. Nyckelordet *blinkande stjärnor* är kopplat till en rörelse där barnet gör blinkande stjärnrörelser med fingertopparna på mottagarens rygg. Då raketen Ragnar får syn på planeten Jupiter med nyckelordet *dess ringar* kopplas detta ord till en stor rund rörelse. Syftet är att barnet får en djupare förståelse för den geometriska figuren cirkel, då de både får göra, känna, se och höra ordets innebörd. Även då Ragnar får syn på nyckelordet *alla stjärnor*, får barnet en djupare förståelse, fast denna gång för mängdbegreppet. Då barnet duttar sina fingrar lätt över hela ryggen och gör massor av stjärnor uppmärksammas detta begrepp och tydliggör skillnaden mellan en och många. Ett av de första och ett av de sista nyckelorden i massagesagan handlar om Ragnars upp- och nedfärd till och från rymden. Nyckelordet *far iväg* är kopplat till en rörelse som börjar på ryggslutet och går upp mot nacken. Förhoppningen med detta är att rörelsen tydliggör begreppet far iväg så att de barn som inte förstår ordet, med hjälp av rörelsen kan förstå ordets innebörd. Nyckelordet *färden tillbaka* är kopplat till en motsatt rörelse, mot den tidigare beskrivna rörelsen, och börjar i nacken och går ner mot ryggslutet. Syftet är att ge barnet en tydligare förståelse för begreppet tillbaka. Detta ord samt rörelsen har en dubbel innebörd då ordet tillbaka innebär både att Ragnar åker tillbaka hem från rymden men även att sagan tar sitt slut och återgår till sin startposition.

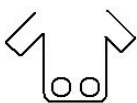
Messagesaga Rymden

Raketerna Ragnar står redo för avfärd, upp mot stjärnor och planeter.



(En stilla hand långt ner på ryggen)

Motorerna startas och högtalaren räknar ner, 5, 4, 3, 2, 1, nooooooll



(Gör små, små cirklar med alla fingrarna försiktigt på rygglutet)

Ragnar far iväg upp i skyn



(Strykningar upp mot huvudet - flera stycken)

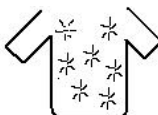
Förbi alla moln, fåglar och flygplan och ut i vår galax Vintergatan



(Stryk händerna nerifrån och upp - utmynnas i en stor rörelse)

Väl uppe i rymden ser Ragnar massor av blinkande stjärnor.

- Å, vad vackra dom är, säger Ragnar, tänk om jag fick ta med en hem.



(Dra fingertopparna från stängd hand - till öppen)

Plötsligt när Ragnar kör runt, runt i rymden får han syn på en jättestor planet



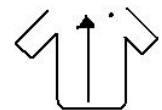
(Jättestor rörelse med hela handen)

Det måste vara Saturnus, det ser man på dess ringar



(Fylla i den stora cirkeln men nu med endast pekfingeret)

Långt, långt borta, allra längst ut i solsystemet ligger en liten, liten planet som heter Pluto



(Dra fingret långsamt upp över ryggen - landa i pricken)

Man ser den nästan inte för alla stjärnor som är runt omkring



(Dutta alla fingrarna lätt över ryggen)

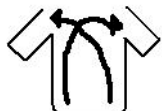
Ragnar försöker räkna stjärnorna men det går inte för de är alldeles, alldeles för många.

På vägen in mot Merkurius, som ligger närmast solen, stannar Ragnar till på mars



(Dra fingret snirkligt över ryggen till de kommer fram - en "dutt")

Där hälsar han på Marsianen Måns



(Dra hela handen ungefär som en vinkrörelse över ryggen)

Måns frågar om han får åka med Ragnar på en tur i galaxen



(För handen runt i en spiral på ryggen)

Måns vill visa Ragnar Månen och det tycker Ragnar är en rolig idé. De båda åker iväg



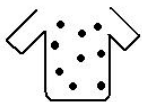
(En snirklig rörelse med ett finger över ryggen)

De kör slalom mellan stjärnorna och rundar Venus och vips är de framme på ett ställe som ser ut som en jättestor ost



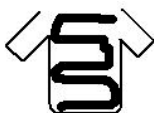
(För hela handflatan runt på ryggen)

Ragnar känner hur det kurrar i magen



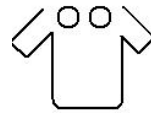
(Slå mjukt på ryggen med knutna nävar)

Nu måste han åka hem. Ragnar tackar Måns för att han visat honom runt månen och släpper av honom hemma hos sig



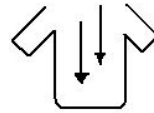
(Stryk över ryggen med två händer)

Han startar motorerna



(Sätt båda händerna stilla precis nedanför nacken och börja göra små cirklar försiktigt med alla fingrarna)

Och färden tillbaka mot jorden börjar



(Dra hela handen långsamt neråt flera gånger på ryggen)

Väl hemma igen är Ragnar nöjd med sin rymdfärd och längtar redan tillbaka.



(Stryk lugnt med båda händerna över ryggen)

Avsluta sagan med att alla som ger massage sätter sina händer på mottagarens axlar.

8.1.2. Analys av messagesaga drakar

Messagesagan handlar om den kollektiva huvudkaraktären, tre små drakar, som bor i en mörk, fuktig grotta djupt inne i den mörka, förtrollade skogen. När skymningen faller över skogen ger de tre små drakarna sig ut på upptäcktsfärd i den förtrollade gläntan runt grottan. När de är som mest uppslukade av vad de hittar överraskas de av en tjock dimma som drar in över skogen. Därefter börjar tunga regndroppar falla över de tre små drakarna och plötsligt klyver en blixtnad den mörka himlen och de tre små drakarna hör den mullrande åskan som följer. I rädsla skyndar drakarna sig tillbaka in i tryggheten i grottan där de pustar ut efter ett farligt äventyr (Nikolajeva, 2004:95-100).

Under expositionen i sagan introduceras läsaren och lyssnaren till miljön och de tre karaktärerna som utgör den kollektiva huvudkaraktären. Under förvecklingen tar sig de tre drakarna försiktigt ut ur grottan för att utforska närmiljön. Sagan når sin kulmen då det börjar blixtra. Drakarna tar sig under upplösningen hem till grottan igen för att finna lugn och trygghet (Nikolajeva, 2004:55-57).

Även denna saga är av det klassiska progressiva händelseförloppet som bygger på huvudkaraktärernas färd från hemmet ut i osäkerheten, för att sedan avslutas med återvändandet tillbaka till det trygga hemmet (Nikolajeva, 2004:57).

Messagesagan Drakar börjar med Effleurage, då massören för sin hand mjukt över ryggen i en spiralrörelse med hela handflatan. Detta är för att starta massagen på ett lugnt och försiktigt sätt och på så vis skapa ett lugn i mottagaren. I nästa rörelse, då solens strålar förtydligas på ryggen, använder massören sig av Friktion. Massören drar då sina fingerspetsar som strålar över ryggen på mottagaren. Då Drakarna introduceras i sagan, Introduceras även en lätt form Tapotemang. Då använder massören handflatan och knogarna för att markera de olika drakarnas framfart ut ur grottan. Sedan följer ytterligare rörelser som innehåller Effleurage, Friktion och Tapotemang innan slutet av sagan då beröringen trappas ner igen. Messagesagan avslutas med Effleurage, då det är viktigt att avsluta massagen på samma sätt som den påbörjats och för att lugna ner kroppen (Kavanagh, 2005:20f, 32; Lacroix, 1999:68).

När messagesagan är slut lägger massören händerna på mottagarens axlar igen, detta för att ge behandlingen ett tydligt slut med ett fast grepp (Kavanagh, 2005:20f, 32; Lacroix, 1999:68).

Nyckelordet *grotta* i sagans början är kopplat till en rörelse där barnet ska få känslan av grottans djup och storlek. Rörelsen symboliserar även de övriga orden i sekvensen vilka är långt, långt in i skogen. Vidare in i sagan får barnet möta de *tre små drakarna*, vilket även är dess nyckelord. Dessa introduceras i sagan genom att rörelsen av tre små vingar görs på mottagaren. Syftet är att ge barnet en fördjupad upplevelse om begreppet tre. Med ambitionen att, när barnet får göra, höra, känna och se hur begreppet tre utformas underlättar det förståelsen för kommande sifferkombinationer. De nyckelord som används vid introduceringen av de tre olika drakarna *storasyster, mellanbror och lillebror*, tillskriver drakarna olika storlek och styrka. Storasyster drake har hårdare och större tryck ut med ryggraden, medan mellanbror drake har försiktigare tryck och mindre tryckta. Lillebror drake upplevs som minst av dem tre då han har de lättaste trycken samt den minsta tryckytan. På detta vis får barnet uppleva skillnaden mellan de tre drakarna och kan få en fördjupad förståelse för olikheter. Tanken är att storleksbegreppet får en innebörd för barnet under denna del i sagan. Som avslutning används nyckelordet *grottan* igen kopplat till samma

rörelse. Detta för att ge barnet ett tydligt slut på sagan samt ett tydligt slut på massagebehandlingen vilket är viktigt för att skapa en trygghet och ett lugn hos barnet efter denna rörelseupplevelse.

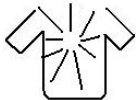
Messagesaga Drakar

I en grotta långt, långt in i skogen



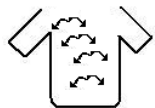
(För handen runt i en spiral på ryggen)

Dit solens varma strålar aldrig når



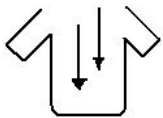
(Dra med fingrarna från mitten och ut – som solstrålar)

I den mörka, mörka grottan bodde det tre små drakar



(Gör "fåglar" med hela händerna över ryggen, en hand i taget)

När kvällen kom



(Dra hela handen långsamt neråt flera gånger på ryggen)

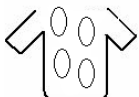
Och himlen fylldes med stjärnor



(Dra fingertopparna från stängd hand – till öppen)

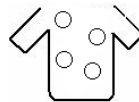
Tassar de små drakarna ut ur grottan

Först kom storsyster drake



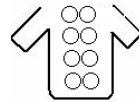
(Gå med hela handflatan upp från svanken på var sin sida om ryggraden)

När kusten är klar kommer mellanbror drake ut ur grottan försiktigt



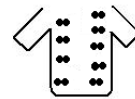
(Gå med knutna händer upp från svanken på var sin sida om ryggraden)

Och sist av de tre trippar lillebror drake ut ur grottan



(Gå med alla fingertopparna ihop upp från svanken)

De springer nyfiket omkring i skogen och luktar på alla träden och gräver i alla hålen



(Hoppa med fingrarna från sida till sida)

Men plötsligt kommer dimman in över skogen



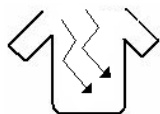
(Smek mjukt över hela ryggen med hela handflatan)

Och regndropparna börjar falla över skogen och de tre små drakarna



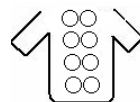
(Dutta med fingrarna över ryggen)

En blxt lyser upp himlen och sen kom en till, och ytterligare en



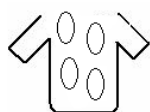
(Gör en stor blixst med båda handflatorna ner för hela ryggen)

Sist kom lillebror drake



(Gå med alla fingertopparna ihop upp från svanken)

De tre små drakarna blev väldigt rädda och sprang snabbt tillbaka till grottan. Först sprang storasyster drake



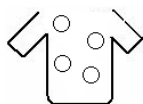
(Gå med hela handflatan upp från svanken på var sin sida om ryggraden)

Tillslut var de alla tryggt tillbaka i grottan



(För handen runt i en spiral på ryggen)

Sen sprang mellanbror drake



(Gå med knutna händer upp från svanken på var sin sida om ryggraden)

Avsluta sagan med att alla som ger massage sätter sina händer på mottagarens axla

8.2. Massagesagorna ur pedagogiskt perspektiv

Det pedagogiska perspektivet fokuserar främst på den sociokulturella lärandeteorin. Sambandet mellan sociokultur och massagesagans användning samt effekter tydliggörs samtidigt som en koppling görs till Lpo 94 och kursplanen i svenska. Även i detta delkapitel har vi redogjort för relationen mellan teori och konstruktionen av massagesagorna, denna gång utifrån pedagogisk teori.

Då massagesagorna konstruerades utgick vi från att de skulle baseras på någon form av lärande. De två massagesagorna som vi valt att presentera utgår från två olika perspektiv. Sagan om rymden är faktabaserad och syftar till att lära barnen utvalda faktakunskaper inom ämnet. Vid författandet av den faktabaserade sagan utgick vi från enstaka faktakunskaper inom ämnet som sedan vävdes ihop till en saga. Den andra sagan, den om drakar, är sagobaserad och syftar främst till att underhålla. Vid författandet av denna saga var syftet främst att underhålla barnen och ämnesvalet gjordes utifrån föreställningar om vad som intresserar barn. Dock hade vi en bakomliggande tanke om att lära barnen om etik, hur man är mot varandra, hur man bör vara som en god medmänniska samt hur man bör handla för att vara en bra kompis. Alla sagorna är författade på ett sådant sätt att de är tänkta att väcka barnens nyfikenhet, intresse och lust att lära. Detta uppmärksammas även i Lpo94 där det står skrivet att ”skolan skall sträva efter att vara en levande social gemenskap som ger trygghet och vilja och lust att lära” (Lpo 94:5).

En annan grundläggande tanke vid författandet av massagesagorna var valet av massagerörelser. Valet av rörelse är viktigt för att skapa en tydlig koppling mellan rörelse och ord. Författaren Ardeby uppmärksammar detta i sin bok *När orden inte räcker* där hon skriver att de språkliga uttrycken ofta länkas ihop med beröring. Detta, menar hon, tydliggör ordens värde och betydelse (Ardeby 2007:35). Med detta som en av grundpelarna vid författandet av massagesagorna valdes rörelser ut som tydliggör nyckelord i sagan. Nyckelorden har funktionen att de är kopplade till en rörelse. Då nyckelordet uttalas utförs en specifik massagerörelse. Syftet är att fördjupa barnets förståelse för nyckelordet. Det nyckelord som väljs ut i varje segment får en rörelse som representerar huvudbudskapet i segmentet. Vi tänker oss att det inte är nödvändigt att barnet förstår alla ord i sagan till att börja med, men att hon/han med hjälp av rörelsen utvecklar en ordförståelse efter hand. Genom att, på detta sätt, engagera flera olika sinnen får barnen möjligheten att ta till sig sagan på mer än ett sätt. Under massagesagan engageras både det visuella, taktila och auditiva sinnet vilket ökar möjligheten för inläring hos fler barn. Detta arbetssätt är en bra metod för att uppnå de mål som är uppsatta för skolan i Lpo94, där det står skrivet att ”i skolan skall de intellektuella såväl som de praktiska, sinnliga och estetiska aspekterna uppmärksammas” (Lpo 94:6).

Något som upptog en stor del i arbetet med författandet av sagorna var kompositionen av sagan. Det är oerhört viktigt att skapa en saga som fångar barnen och deras intresse, eftersom intresse underlättar koncentrationen för barnen. Sagor för barn bygger oftast på ett äventyr eller en resa där huvudkaraktären stöter på hinder, som denne måste avklara för att klara äventyret. Ett bra grundupplägg vid författandet av en sådan saga är det klassiska progressiva sagoupplägget. Detta bygger på att sagan har en introduktion (exposition), där huvudkaraktären introduceras samt miljön runtomkring. Sagan fortsätter med en förveckling där huvudkaraktären ger sig ut på äventyr. Spänningen ökar under förvecklingen och leder fram till kulmen, a point of no return, där huvudkaraktären måste ta ett beslut, klara en uppgift eller dylikt, som ändrar sagans gång. Kulmen är oerhört viktigt för att ge sagan spänning.

Efter kulmen följer upplösningen där huvudkaraktären oftast återvänder hem med nya erfarenheter, skatter eller vänner och ett lyckligt slut närmar sig (Nikolajeva, 2004:55ff).

En viktig poäng med sagorna, vilken tar sin utgångspunkt i det sociokulturella perspektivet, är att dessa skall skapa en trygg lärandemiljö där barnen känner förtroende för varandra och gruppen samt vågar ta del i den sociala gemenskapen (Dysthe, 2003:8, 51). Att detta är en central del av skolans uppdrag framgår av Lpo94, där vikten av trygghet, samspel och förtroende i skolan poängteras, liksom kravet att alla verksamma på skolan skall arbeta därefter (Skolverket 2006:9).

Med stöd i tidigare forskning på massagens effekter, tror vi att våra sagor kan bidra till ett gott lärandeklimat när de används. Detta genom de positiva effekterna massagen har, både på individen och på gruppen. Dessa effekter skapar en gemenskap och sammanhållning i klassen vilket främjar det sociokulturella lärandet. En grundläggande tanke inom det sociokulturella perspektivet är att lära av varandra, och för att detta skall kunna ske krävs ett öppet och fördomsfritt klimat i klassrummet. Det framhålls i läroplanen som en viktigt del i skolans arbete, att man där skall arbeta för solidaritet, samhörighet och respekt mellan människor (Skolverket 2006:8). Vidare kräver regeringen att skolan och den pedagogiska personalen skall arbeta aktivt så att barnen lär sig respektera andra människors egenvärde och att man även tar avstånd från all form av kränkande behandling (Skolverket 2006:8). Som framgår av tidigare forskning, bidrar massage till att barnen utvecklar sin empatiska förmåga då de får röra varandra på ett fredligt sätt. Iakttagelser har gjorts i förskolor som använder sig av massage, att barn som masserar varandra oftast väljer ett fredligt sätt att lösa konflikter (Dessen, 1991:40f). Därför kan massagen hjälpa skolan att uppnå ett av de mål formulerat i Lpo94 om att "skolan skall främja förståelse för andra människor" (Skolverket 2006:6). Detta mål är speciellt viktigt då vi lever i ett mångkulturellt samhälle. Solidaritet och empati är viktiga egenskaper vilka alla människor behöver för att vara goda medmänniskor.

Vidare skapar massage, enligt Dessen, ett speciellt band av tillit mellan den som masserar och den som blir masserad. En tyst kommunikation uppstår emellan vilken fördjupar deras samhörighet och förståelse för varandra. På denna basis skapas ett bra klassrumsklimat som präglas av samhörighet, tillit och respekt (Dessen 1991:39-41). Ett klassrumsklimat av detta slag är, i enlighet med det sociokulturella perspektivet, den ultimata lärandemiljön. I denna lärandemiljö vågar barnen dela med sig av erfarenheter vilket medför, att de även lär av varandras erfarenheter. Vidare skriver Ardeby och Ellneby om vikten av att stärka barns självförtroende, de menar att detta är särskilt viktigt för barn med särskilda behov. De är alla tre överens om massagens viktiga inverkan i klassrummet. Även Jelvéus skriver om massagens positiva inverkan vid inläring då barn med svårigheter känner en tillit till den pedagogiska personalen samt sina klasskamrater (Ardeby, 2007:36, 44; Ellneby, 1994:11; Jelvéus, 1998:61; Jonsson, 2002:8f). Språklig säkerhet, självkänsla och tillit till sin förmåga är något som uppmärksammas i Lpo 94. Skolan har uppdraget att ge barnen rika möjligheter att läsa, skriva och samtala för att på bästa sätt utveckla sin förmåga till att kommunicera och erövra en tillit till sin egen språkliga förmåga (Skolverket 2006:5).

Enligt Dewey behöver barnen känna att de är en del av den sociala gemenskapen, samt att det som de kan dela med sig av är av värde. Det är endast då barnen känner sig delaktiga och viktiga som det optimala lärandet kan äga rum. En ytterligare vital förutsättning för lärandet, enligt Dewey, är att barnen känner att det som de ska lära sig är meningsfullt. Det är av yttersta vikt att pedagogen sätter in delen i en kontext, anser Dewey. För att uppnå en förståelse hos barnen för delen är det viktigt att denna del blir kopplad till barnens verklighet.

Att lära i en kontext skapar djupinläring menar Dewey, vars teorier beskrivs i boken *Dialog, samspel och lärande* (Dysthe, 2003:31, 34, 38f). För Deweys tankar och idéer återfinns stöd i Lpo94, gällande ämnesintegrering, lärande i kontext och social gemenskap (Skolverket 2006:6).

Det sociokulturella perspektivet där alla de olika delarna samspelar och skapar en helhet är något som även regeringen lägger stor vikt vid vad gäller skolmiljön. Grundtanken inom det sociokulturella perspektivet är att skolan är en social arena där lärande sker i samspel mellan individer. Därför är det viktigt att skolan strävar efter att vara en levande social gemenskap där alla känner trygghet och lust inför lärandet (Dysthe, 2003:31, 34, 38f; Skolverket 2006:6f).

Ett begrepp myntat av Dewey är konceptet "Learning by doing", vilket beskrivs i boken *Dialog, samspel och lärande*. Detta koncept bygger på att arbeta praktiskt med kroppen och på att engagera flera sinnen vid inläringen. Vid massagen får barnen höra nyckelord som i sin tur kopplas till en rörelse. Ordet uppfattas då även med det taktila sinnet. Detta medför att orden får en djupare innebörd för barnet då han/hon får uppleva det på flera olika plan. Under en massagesaga engageras först det auditiva sinnet då barnen får höra sagan. Samtidigt stimuleras även det visuella sinnet då barnen får se rörelser som är kopplade till det de hör i sagan. Slutligen engageras även det taktila sinnet då rörelserna utförs på det mottagande barnets rygg. Det taktila sinnet aktiveras även hos barnet som masserar genom dennes händer (Dysthe, 2003:31, 34, 38f). Användning av flera olika inlärningsmetoder är vitalt för att nå alla barn. Det är ett faktum att alla människor lär och utvecklas på olika sätt vilket ökar vikten av att använda olika verktyg för inläring, vilket finns stöd för i Lpo 94 (Skolverket 2006:6).

Genom att använda sig av massagesagor i klassrummet, som ett avbrott i teoretiskt arbete, tillåts barnen att kliva in i sagans värld med hjälp av sin fantasi. De får möjligheten att rymma från omvärlden och dess krav, för att en stund, uppslukas av sagans förtrollade värld. Massagen bidrar till att barnen kan slappna av lättare och på så vis underlättas intagandet av sagan. Då de massagesagor vi författat inte endast syftar till att underhålla utan även syftar till att lära, får barnen möjligheten att inta kunskap på ett lustfyllt sätt som ligger nära leken.

9. Slutdiskussion

Som tydligt framgått i all litteratur vi refererat till är massage livsviktigt för alla däggdjurs överlevnad. Redan som nyfödd kräver barnet kroppslig närhet av föräldrarna. Vid försummelse av detta grundläggande behov riskerar barnet att dö. Den forskning vi tagit del av, både biokemisk och utbildningsvetenskaplig, vittnar om massagens positiva effekter. Därför bör alla barn i skolan få möjligheten till att bli berörda på ett positivt sätt via massage. Beröring på detta vis skapar intima band barnen emellan, dessa band ligger som grund för att skapa trygghet och förtroende i klassrummet. Som Dessen påvisat finner barn som berör varandra på positiva vis andra vägar ut ur konflikter än våld och glåpord (1991).

Något som vi har stor tillit till är uttrycket *den man rör slår man inte*, eftersom vi vet, enligt både Jelvéus och Ardeby, att det finns ett samband mellan fredlig beröring och fredligt förhållningssätt. Massage i skolan kan bidra till att mildra mobbning och utanförskap i skolan. Med hjälp av massagen kan barnen lära sig att visa respekt för och hänsyn till varandra. Massagens goda effekter bidrar även till att skapa solidaritet och samhörighet i gruppen. Vår förhoppning är att massagen skall användas så utbredd i skolorna att samhörighetskänslan sträcker sig genom alla stadier på skolan och att alla klasser använder sig av massage som en

integrerad del av skolverksamheten. Vi är dock inte ensamma om att ha uppmärksammat vikten av denna resurs utan detta arbetssätts vision återkommer under flera punkter i Lpo94. Genom att användningen av massagen som hjälpmedel anser vi att läroplanens olika mål gällande detta kan uppfyllas.

Användning av flera olika inlärningsmetoder är vitalt för att nå alla barn. Det är ett faktum att alla människor lär och utvecklas på olika sätt vilket ökar vikten av att använda olika verktyg för inläring, vilket finns stöd för i Lpo 94 (Skolverket 2006:6). Då massagesagen aktiverar flera olika sinnen, framförallt det taktila och det auditiva, medför detta att orden får en djupare innebörd för barnet. Barnet får under massagesagan uppleva orden på flera olika plan. Under en massagesaga engageras först det auditiva sinnet då barnen får höra sagan. Samtidigt stimuleras även det visuella sinnet då barnen får se rörelser som är kopplade till det de hör i sagan. Slutligen engageras även det taktila sinnet då rörelserna utförs på det mottagande barnets rygg. Det taktila sinnet aktiveras även hos barnet som masserar genom dennes händer (Dysthe, 2003:31, 34, 38f). Att lära med hela kroppen skapar djupinläring och bidrar till att kunskapen befästs på ett starkare sätt, liksom talesättet ”Det man lär med kroppen, fastnar i knoppen”. Vi menar att detta är en del av det ultimata lärandet vilket gör att det bör ha en given plats i undervisningen.

Ett av de viktigaste uppdragen pedagoger i verksamheten har, som vi ser det, är att skapa lust och intresse för att vilja lära. Detta uppdrag är enormt viktigt för att maximalt lärande samt kunskapsutveckling skall ske hos barnen. Vi vill, precis som Dewey, att lärandet skall vara meningsfullt för barnet. Det är viktigt att barnet får känna sig delaktigt och att det känner att dess tidigare erfarenheter, det barnet kan, är viktigt även för andra. För att ett sociokulturellt lärande skall kunna äga rum måste barnen känna sig trygga i den sociala gemenskapen i klassen. Detta tycker vi uppnås genom ämnesintegrering, praktiskt arbete och massagesagor. Alla dessa delar är vitala för att skapa ett tryggt och givande lärandeklimat.

Vi pedagoger har ansvaret för att utbilda nästa generation till att göra världen till en bättre plats. Med massagen som hjälpmedel öppnas oändliga möjligheter för att skapa ett samhälle som präglas av samhörighet, solidaritet, gemenskap och respekt för sin nästa. Med detta arbete hoppas vi kunna inspirera andra pedagoger till att föra in och integrera massagen i sin verksamhet.

Referenser

Ardeby, Siv (2007). *När orden inte räcker – teori ur beröringsperspektiv samt bakgrunden till taktipro – originalmetoden taktil massage*. Örebro: Ambosantus.

Axelson, Hans (1995). *Massage att börja med- den klassiska massagens grunder*. Orsa: Hälsa böcker/Energica förlag AB

Björkqvist, Karin (2006). *Harmoni i klassen- en bok om avslappningsträning och massage i skolan*. Skapande Hälsa, www.skapandehalsa.com

Dessen, Gunilla (1991). *Barn och rörelse*. Stockholm: HLS Förlag.

Dysthe, Olga (2003). *Dialog, samspel och lärande*. Lund: Studentlitteratur

Ellneby, Ylva (1994). *Om du inte rör mig så dör jag- den taktila kommunikationens betydelse för barns utveckling*. Stockholm: UR Förlag.

Ellneby, Ylva (1999). *Om barn och stress och vad vi kan göra åt det*. Falköping: Natur och kultur.

Jonsson, Ann-Chatrine (2002) *Massage och dyslexi-metoden som revolutionerat min läsundervisning*. Södertälje: Fingraf tryckeri

Jelvéus, Lena (1998). *Berör mig! – massage för små och stora barn*. Stockholm: Utbildningsradion.

Jelvéus, Lena (2001). *Tjocka polisen i Fiskamalajka-rim ramsor och massage-sagor*. Stockholm: Utbildningsradion.

Kavanagh, Wendy (2005). *Massage/beröring som lindrar*. Stockholm: Albert Bonniers förlag.

Lacroix, Nitya (1999). *101 goda råd, massage*. B. Wahlströms bokförlag AB.

Lawrence, D. Baloti, Harrison, Lewis (1985). *Massage och andra kroppsterapier*. Stockholm: Wahlström & Widstrand.

Lidell, Lucy (2001). *Massageboken - massage, shiatsu, zonterapi*. Västerås: ICA Förlaget AB.

Liedman, Sven-Eric (2001). *Ett oändligt äventyr – om människans kunskaper*. Viborg: Albert Bonniers förlag.

Lindö, Ringmor (2002). *Det gränslösa språkrummet*. Lund: Studentlitteratur.

Nikolajeva, Maria (2004). *Barnbokens byggklossar*. Lund: Studentlitteratur.

Skolverket (2006). *Läroplan för det obligatoriska skolväsendet 1994*. Stockholm: Frizes.

Stukát, Staffan. (2005). *Att skriva examensarbete inom utbildningsvetenskap*. Lund: Studentlitteratur.

Vygotskij, Lev S. (1995). *Fantasi och kreativitet i barndomen*. Göteborg: Daidalos AB.

Internet

<http://www.daidalos.se/> 2007-12-06

<http://www.hlsforlag.se/300/300.asp>., 2007-12-06

<http://www.massagetraining.co.uk/SchoolDetails.php>, 2007-11-27

Nationalencyklopedin, sökord: massage

http://www.ne.se/jsp/search/article.jsp?i_art_id=252212&i_word=massagen, 2007-11-22

<http://www.skapandehalsa.com>, 2001-11-27

<http://www.studentlitteratur.se/o.o.i.s/66>; 2007-12-05

<http://www.ur.se/omUR/URs-uppdrag/>, 2007-11-27

Wikipedia, sökord: Forma publishing group

http://sv.wikipedia.org/wiki/Forma_Publishing_Group, 2007-11-27

Wikipedia, sökord: Wahlström och Widstrand

http://sv.wikipedia.org/wiki/Wahlstr%C3%B6m_&_Widstrand, 2007-11-27