

TARINANI

Tiina Tähdenvalo



Kuva © Tiina Tähdenvalo

Olen opiskellut musiikkia pienestä pitäen musiikkiopistossa: ensin pianonsoittoa, sitten laulamista. Minulla on klassisen laulun tutkintoja sekä viihdelauluopintoja. Musiikki on tuonut minulle vuosien aikana paljon virkistystä ja iloa.

Pääasiallisen työurani olen tehnyt kuntasektorilla varhaiskasvatuksen kasvatus-, kehittämis- ja esihenkilötehtävissä Pääkaupunkiseudulla ja Pohjois-Suomessa. Minua kiinnostaa kaikenikäisten ihmisten hyvinvointi ja palveluiden laatu.

Olen toteuttanut Valkoiset Siivet - toiminimeni kautta monia tilaisuuksia, joissa on ollut mukana pienten lasten vanhempia vauvoineen, työikäisiä ja ikäihmisiä. Käytän palveluissani Kodaly-metodia, joka perustuu muutaman sävelen lauluihin sekä kehittämäni Ilo Laulaa ® - menetelmää.

Ilo Laulaa ® - menetelmän kehittymisen pohjalla on Lapin taidetoimikunnan kanssa tekemäni Kauneimmat iltalaulut – projekti, jonka myötä kiersin laulajana parin vuoden ajan Lapin hoitolaitoksissa. Koskettavinta minulle oli, kun huomasin kuinka osallistujat välillä purskahtivat itkuun jonkun laulun aikana ja seuraavan laulun aikana he jo nauroivat. Huomasin, miten laulaminen toi pintaan tunteita. Ihmeellistä oli myös kuulla hoitajilta monissa paikoissa, että pitkään puhumatta olleet lauloivat ja että asukkaat olivat nukkuneet paremmin tilaisuuksia seuraavana yönä.

Valkoiset Siivet – toiminimeni palveluissa olen kouluttanut palvelukotien ja vuodeosastojen henkilökuntaa käyttämään laulamista ja hyräilemistä asukas- ja potilastyössä sekä kouluttanut vapaaehtois- ja hoitotyötä tekeviä pitämään huolta omasta jaksamisesta musiikin avulla. Ohjaustilaisuuksissa olen rohkaissut pienten lasten vanhempia ja isovanhempia laulamaan lapsille.

Olen laulanut ihmisten kanssa juhlahetkissä ja arjen keskellä. Nämä hetket ovat olleet tärkeitä.

Kaikesta tästä koetusta ja pohdinnoistani on syntynyt Ilo Laulaa ® - menetelmä. Ilo Laulaa ® - menetelmä perustuu kahteen kysymykseen: Miltä minusta tuntuu ja mistä minä pidän aidosti.

Elämä pitää sisällään kaikenlaisia tunteita. Musiikki hoitaa meitä pehmeästi ja lempeästi. Tuo virkistystä ja iloa. Musiikki, josta pidämme, tekee meidät onnelliseksi.

Ilo Laulaa ®

Ilon laulu ™