

Kansainvälistä hankeyhteistyötä luontoperustaisessa kuntoutustoiminnassa

Luontoa toimintaan yli rajojen -hankkeen julkaisu



Kansainvälistä hankeyhteistyötä luontoperustaisessa kuntoutustoiminnassa

Johanna Rintala • Pia Rajaniemi & Panu Huczkowski

Kansainvälistä hanke- yhteistyötä luontoperustaisessa kuntoutustoiminnassa

Luontoa toimintaan yli rajojen -hankkeen julkaisu

Sarja B. Tutkimusraportit ja kokoomateokset 28/2020

© Lapin ammattikorkeakoulu ja tekijät

ISBN 978-952-316-383-6 (pdf)
ISSN 2489-2637 (verkkajulkaisu)

Lapin ammattikorkeakoulun julkaisuja
Sarja B. Tutkimusraportit ja kokoomateokset
28/2020

Rahoittajat: Pohjois-Pohjanmaan Ely-keskus,
Lapin ammattikorkeakoulu, Vipuvoimaa EU:lta
2014-2020, Euroopan Unioni -Euroopan
sosiaalirahasto

Kirjoittajat: Johanna Rintala, lehtori,
Lapin ammattikorkeakoulu, Pia Rajaniemi,
lehtori, Lapin ammattikorkeakoulu,
Panu Huczkowski, lehtori,
Lapin ammattikorkeakoulu

Taitto: Arto Huhta, Videcam Oy
Kansikuva: Anu Kuustie, Pia Rajaniemi,
Johanna Rintala

Lapin ammattikorkeakoulu
Jokiväylä 11 C
96300 Rovaniemi

Puh. 020 798 6000
www.lapinamk.fi/julkaisut

Lapin korkeakoulukonserni



Lapin korkeakoulukonserni LUC
on yliopiston ja ammattikorkeakoulun strateginen yhteenliittymä.
Konserniin kuuluvat Lapin yliopisto
ja Lapin ammattikorkeakoulu.
www.luc.fi



Tämä teos on lisensoitu Creative Commons
Nimeä 4.0 Kansainvälinen -käyttöluvalla.

Sisällys

1. JOHDANTO	7
2. HANKEYHTEISTYÖN OSAPUOLET	9
2.1 Luontoa toimintaan yli rajojen -hanke	9
2.2 Luontoa toimintaan – yhteistyömalleja osallisuuteen -hanke	10
2.3 Gröna gången -hanke.	12
3. HANKEYHTEISTYÖN VAIHEET	15
4. GRÖNA GÅNGEN -HANKKEESTA OPITTUA	19
4.1 Kokemuksia maatilalähtöisestä ja puutarhaperustaisesta kuntoutustoiminnasta	19
4.2 Outcome rating scale vaikuttavuuden mittarina Gröna gången -hankkeessa	21
4.3 Suggestopedia maahanmuuttajien kielen oppimisen lähtökohtana	22
5. HANKKEESSA MUKANA OLLEIDEN BENCHMARKKAUSKOKEMUKSIA	24
5.1 Metsähallituksen ajatuksia matkasta	24
5.2 Uusia ideoita kuntoutuspuutarhatoimintaan Oulun nuorille	24
5.3 Pellon pohdintoja maatila-avusteista toiminnasta matkalla mukana olleen ajatuksia	27
6. GREEN CARE ERIKOISUUKSIA RUOTSIN MAALTA	28
6.1 Puutarha-avusteisuus ruotsissa on parhaimmillaan kela-korvattavaa	28
6.2 Maatila-avusteisuutta omalla maatilalla Gröna gången -hankkeen malliin	29
6.3 ORS – luontolähtöisen toiminnan vaikuttavuuden jatkuva mittaaminen	29
7. KOKEMUKSIAMME KANSAINVÄLISEN HANKEYHTEISTYÖN HAASTEISTA	31
8. LOPPUYHTEENVETO	32
LÄHTEET	33

1. Johdanto

Kuvaamme tässä julkaisussa Luontoa toimintaan yli rajojen -hankkeessa (ESR 2019-2020) toteutettua kahden hankkeen välistä yhteistyötä. Yhteistyöhankkeessa mukana olivat Luontoa toimintaan - yhteistyömalleja osallisuuteen -hanke (ESR 2018-2020) sekä ruotsalainen Gröna Gången -hanke (ESF 2018-2020). Yhteiseen kehittämiseen, kokemusten ja tietojen vaihtoon on ollut tarvetta molemmilla osapuolilla.

Luontoon perustuva kuntoutustoiminta on vielä kehittymässä olevaa toimintaa, joka kehittyäkseen edelleen vaatii tarkastelua monista eri näkökulmista. Eri maiden toimintamahdollisuudet ja toimintaympäristöt ovat erilaisia ja niihin perehtyminen avaa mahdollisuuksia yhteiseen toiminnan kehittämiseen sekä uudenlaisten avausten kokeiluihin omassa maassa. Ruotsi ja Suomi ovat yhteiskunnallisesti kuitenkin samantyyppisiä ja meillä on samanlaisia kuntoutuksellisia sekä työllistymiseen liittyviä haasteita. Luontoa toimintaan -hanketta edelsi Luontoa elämään, toimintakykyä ja osallisuutta luontolähtöisillä menetelmillä ja palveluilla -hanke (ESR 2015-2017), jonka toiminta-alue oli Lapin maakunta ja Luontoa toimintaan -hankkeessa toiminta-alue laajeni koskemaan myös Pohjois-Pohjanmaata. Luontoa toimintaan yli rajojen -hankkeella puolestaan haettiin kansainvälistä kehittämiskumppanuutta Ruotsista.

Niin Luontoa toimintaan - yhteistyömalleja osallisuuteen kuin Gröna Gången -hankkeissa toteutetun kuntoutustoiminnan keskiössä olivat luontoperustaiset aktiviteetit. Kuvaamme hankkeiden välistä yhteistyötä ja siinä saavutettuja tuloksia. Kerromme, mitä yhteistyöstä olemme oppineet sekä mitä haasteita yhteistyössä on kohdattu.

Luontoa toimintaan -hankkeen osatoteuttajat ovat antaneet oman panoksensa tämän julkaisun syntymiseen kertomalla omista kokemuksistaan Gröna Gången -hankkeen kanssa tehdystä yhteistyöstä sekä kommentoineet julkaisun sisältöä.

2. Hankeyhteistyön osapuolet

2.1 LUONTOA TOIMINTAAN YLI RAJOJEN -HANKE

Luontoa toimintaan yli rajojen -hanke on Luontoa toimintaan - yhteistyömalleja osallisuuteen -hankkeen kansainvälinen rinnakkaishanke. Luontoa toimintaan yli rajojen -hankkeen tavoitteena oli mahdollistaa Luontoa toimintaan - yhteistyömalleja osallisuuteen ja Gröna Gången -hankkeen välinen tietojen ja kokemusten vaihto järjestämällä benchmarkkausmatkoja Ruotsiin ja Suomeen. Näillä matkoilla tarkoituksena oli oppia yhteistyökumppanin toimintamalleista ja vahvistaa luontoperustaisen kuntoutustoiminnan osaamista sekä löytää uusia tapoja lähestyä jo olemassa olevia toimintamalleja. Tavoitteena oli myös levittää ja soveltaa hyviä käytänteitä ja näin vahvistaa kuntoutustoimintaan osallistuvien osallisuutta ja toimintakykyä sekä samalla verkostoitua kansainvälisesti.



Kuvio 1. Hankeyhteistyön osapuolet. (Arja Jääskeläinen ja Tero Leppänen)

2.2 LUONTOA TOIMINTAAN – YHTEISTYÖMALLEJA OSALLISUUTEEN -HANKE

Luontoa toimintaan - yhteistyömalleja osallisuuteen -hankkeessa päätavoitteena oli vahvistaa syrjäytymisvaarassa olevien, etenkin miesten sosiaalista kuntoutumista, terveyttä ja toimintakykyä sekä luoda edellytyksiä koulutus- tai työllisyyspoluille kotipaikkakunnan metsässä ja luontoympäristössä toteutettavalla mielekkäällä toiminnalla ja tekemisellä. Luontoa toimintaan - yhteistyömalleja osallisuuteen -hankkeessa osatoteuttajina mukana olivat Pellon kunta, Oulun kaupungin nuorisopalvelut ja Metsähallituksen luontopalvelut sekä yhteistyökumppaneina Sallan kunta ja Sodankylän Seitasäätiö sekä Nuorten ystävät ry Rovaniemeltä. Näissä osahankkeissa kokeiltiin ja toteutettiin erilaisia yhteistoimintamalleja ja uusia luontoon tukeutuvia toimintoja yhdessä Metsähallituksen ja muiden luontotoimijoiden kanssa.

Keskeisinä toimenpiteinä Luontoa toimintaan -hankkeessa ovat olleet luontoretket ja luonnonhoitotyöt lähiluonnossa ja etäämpänä olevilla luontokohteilla sekä luonnon-suojelualueilla. Yhteistyö Metsähallituksen kanssa on mahdollistanut erilaisissa luontoympäristöissä toimimisen tuoden mukanaan luonnonsuojelulliset näkökulmat sekä erilaisten luonnon parissa toimijoiden yhteistyön rakentamisen. Hankkeessa on syntynyt luontokummitoimintaa, jossa eläköityneet luontoalan ammattilaiset ovat jakaneet retkillä luontokokemuksia ja -tietojaan. Uudenlainen malli toimintaympäristöstä on ollut myös kummikohde luonnossa, jonka kunnossapidosta nuorten työpajojen kuntoutettavat huolehtivat yhdessä valmentajiensa kanssa. Kohteelle on mm. rakennettu asenteellisia linnunpönttöjä ja järjestetty luontotaidenäyttely risukruunukuvista. Lisäksi kohteella sijaitsevia rakenteita on kunnostettu koko paikallisväestöä hyödyttämään. Luontovalmennusta toteutettiin niin yksilö- kuin ryhmämuotoisena yksilön tarpeiden mukaisesti ja luontotoimintaa saatiin kirjattua pajojen toimintaa kuvaaviin vuosikelloihin. Hankkeen toiminnan aikana perustettiin permapuutarha ja kasvimaita työkaluksi luontoperustaisen kuntoutustoiminnan toteuttamiseen.

Hankkeen toiminta ja saadut tulokset ovat olleet monipuolisia ja osallistujien kokemana vaikuttavia. Toimintaa on arvioitu Sovari- ja Kykyviisari-mittareiden avulla. Sovari-mittari on sosiaalisen vahvistumisen mittari, jota hyödynnetään työpajatoiminnassa ja etsivässä nuorisotyössä. Kykyviisari-mittari on Työterveyslaitoksen työ- ja toimintakyvyn itsearviointimenetelmä. Tulosten perusteella osallistujien osallisuus on vahvistunut ja hyvinvointi lisääntynyt. Toiminta on antanut osallistujille uusia sosiaalisia kontakteja, kosketusta luontoon ja vaihtelua arkeen. Osalla päihteiden käyttö oli vähentynyt ja elämään oli saatu rytmiä sekä mielekästä aktivoivaa tekemistä. Osallistujat olivat kokeneet saaneensa tukea arjen asioihin ja kykyyn toimia toisten ihmisten kanssa sekä elämänhallinta oli lisääntynyt.

Luontoa toimintaan- hankkeen toimintaan osallistuneiden kommentteja toiminnasta:

"Luontoa toimintaan -pajajakso on tuonut elämäni paljon sellaista hyvää, jota en aiemmin uskonut enää edes saavuttavani"

"Itsevarmuutta ja yhteenkuuluvuuden tunnetta"

"Toivo siihen, että minulle on sittenkin paikka opiskelu- ja työelämässä tulevaisuudessa on parantunut"

"Sain onnistumisen kokemuksia osallistumalla toimintaan ja huomaamalla, että mukavan ryhmän kanssa toimiminen tuo elämään paljon sisältöä"

"Opin uusia asioita itsestäni, että luonnosta"

"Olen tuntenut että olen osa ryhmää, joka on hyvin harvoin tunne jonka omaan"

"Päivärytmi on parempi nykyään, jokapäiväiset askareet onnistuvat paremmin kuin ennen työpajajaksoa"



Kuva 1. Risukruunutaidetta Jättiläissaarella.
(Anu Kuustie)



Kuvakollaasi 1. Luontoa toimintaan kuntouttavaa toimintaa. (Johanna Rintala)

2.3 GRÖNA GÅNGEN -HANKE

Työtilanne Ruotsissa on ollut hyvä, mutta sellaisten naisten ja miesten joukko kasvaa, joilla on suuria vaikeuksia työllistyä tai päästä opiskelemaan. Näillä henkilöillä voi olla alentunut toimintakyky, mielenterveysongelmia, sosiaalisia ongelmia, kielivaikeuksia tai alhainen koulutustaso. Gröna Gången -hanke, joka toimi Salan kunnassa, Ruotsissa pyrki vahvistamaan juuri maahanmuuttajien, pitkäaikaissairaiden ja -työttömien itsetuntoa ja yksilöllisiä mahdollisuuksia päästä lähemmäksi työllistymistä tai koulutukseen hakeutumista. Hankkeeseen osallistujat ohjautuivat toimintaan Työmarkkinayksikön, Työnvälityksen, Ruotsin sosiaalivakuutustoimiston, Toimeentulotuen ja Salan kunnan kautta. Gröna Gångeniin otettiin yhteyttä ja sen jälkeen pidettiin aloituskeskustelu osallistujan, hanketyöntekijän ja lähettävän viranomaisen kanssa ja osallistuja pääsi myös usein tutustumaan maatilalla jo tässä vaiheessa.

Maahanmuuttajat toimivat omassa ryhmässään ja pitkäaikaissairaat ja -työttömät omassa ryhmässään. Kuntoutustoiminta perustui alkuhaastattelussa määriteltyihin yksilön omiin tarpeisiin ja tavoitteisiin, joita seurattiin haastattelu- ja keskustelu- ja säännöllisesti. Puolen vuoden kuntoutuksen alkaessa kartoitettiin mitä kukin osaa, tietää, on kokenut tai mitä vaikeuksia elämässä on ollut. Kuntoutustoimintaa ohjasi ratkaisukeskeinen ajattelu- ja työtapo.

Luontoaktiviteetit ja terveyttä edistävät toiminnot olivat hankkeen punainen lanka. Gröna Gången -hanke vuokrasi maatilan luontoperustaisen kuntoutuksen toimintaympäristöksi. Maatilalle hankittiin minipossuja, kanoja, kaneja, marsuja, vuohia ja lampaita, joiden hoitamiseen ja ruokkimiseen sekä mm. eläinsuojien rakentamiseen kuntoutujat osallistuivat. Maatilalla oli myös pieni puutarha, jossa yhdessä kasvatettiin vihanneksia, kukkia, yrttejä ja salaatteja.

Maatilalla työskentelyn lisäksi Gröna Gången -hankkeessa tehtiin osallistujien kanssa metsäkä-



Kuva 2. Gröna Gångenin osallistujia maatilalla.



Kuva 3. Työkaluja nimikyltein. (Gröna Gången -hanke) (Pia Rajaniemi)

velyitä, osallistuttiin terveyttä ylläpitäviin aktiviteetteihin ja opiskeltiin tietoja ja taitoja, joita ruotsalaisessa yhteiskunnassa toimimiseen tarvitaan. Ne, joiden työllistymisen tai kouluttautumisen esteenä oli alhainen kielitaito, opiskelivat ruotsin kieltä suggestopedisen kielen oppimismenetelmän avulla. Maatilalla työskentely oli monelle maahanmuuttajalle jo ennestään tuttua entisestä kotimaastaan, joten tuttu ympäristö edisti kielen oppimista.

Gröna Gången -hankkeen kokonaisbudjetti oli 2,2 miljoonaa euroa ja alkuperäinen tavoite kokonaisosallistujamääräksi oli 175 osallistujaa. Hanke-suunnitelmassa osallistujien oli tarkoitus olla toiminnassa mukana kuusi kuukautta, mutta käytännössä osallistujien täytyi olla mukana pidempään kuin kuusi kuukautta, koska kuntoutus- ja ryhmätoimintaan sopeutuminen vei noin kolme kuukautta ja vasta sen jälkeen itse kuntoutuminen alkoi. Osallistujien pidemmät jaksot vähensivät hankkeeseen osallistuvien kokonaismäärää suunnitellusta, ja lopullinen osallistujamäärä oli 90 osallistujaa.

Osallistajat kokivat olonsa turvalliseksi Gröna Gången -hankkeen toiminnassa ja tunsivat, että hanketyöntekijät kohtelivat heitä ihmisinä. Hanketyöntekijät kertoivat omista perheistään ja omista haasteistaan avoimesti, joka osaltaan loi kokemuksen tasavertaisuudesta ja mahdollisti luottamuksen rakentumisen. Kuntoutusjakson päättymisen jälkeen arvioitiin hankkeeseen osallistujilta heidän tilannettaan, ja noin 20 % heistä oli päässyt töihin tai koulutukseen. Hanketyöntekijöiden mielestä luku on hyvä, ja he pohtivatkin, kuinka suuri työllistyneiden ja koulutukseen päässeiden määrä olisikaan ollut ilman koronatilannetta. Hankkeeseen osallistajat kokivat, että tämän kuntoutustoiminnan ansiosta heidän on helpompi asioida niin sosiaali- kuin maahanmuuttoviranomaisten kanssa. He olivat myös oppineet huolehtimaan taloudestaan paremmin sekä olivat löytäneet elämälleen tarkoituksen.

Se, että Gröna Gången -hankkeen kuntoutustoiminnassa yhdistettiin luontoperustaista kuntoutustoimintaa sekä yhteiskunta- ja terveystietoutta sekä maahanmuuttajilla kielen opetusta, on hanketyöntekijöiden mielestä kokonaisuutena toimiva ja vaikuttava menetelmä. Tästä huolimatta tällainen kuntoutustoiminta ei tule jatkuamaan Salan kunnassa sen kalleuden vuoksi. Ainoastaan joitakin menetelmiä, kuten suggestopediaa, tullaan jatkossa käyttämään. Salan kunnassa etsitään kuitenkin ratkaisuja, miten luontoperustaista kuntoutustoimintaa voitaisiin jatkaa. Yhteistyö-



Kuva 4. Eläimen esittely (Arja Jääskeläinen)



Kuva 5. Gröna Gångenin maatilalla (Panu Huczkowski)

kumppaniksi on löydetty lähellä sijaitseva maatalouskoulu, jossa pitkäaikaistyöttömät ja maahanmuuttajat voisivat osallistua eläinten hoitamiseen sekä puutarhatoimintaan jatkossakin. Myös kunta voisi tarjota erilaisia tehtäviä kuntoutujille.

Osallistujien kommentteja, kuinka he kokivat toiminnan Gröna Gången -hankkeessa:

"Det här är första gången det känns tråkigt att sluta med något."

(suomennos: Tämä on ensimmäinen kerta, kun tuntuu ikävältä lopettaa jokin.)

"3 år på SFI såhär mycket svenska (visar med händerna ett mått på ca 20 cm), 3 månader på Gröna Gången såhär mycket svenska (visar med händerna ett mått på ca 1 m)." (suomennos: 3 vuotta SFI:ssa (= Svenska för invandrare) ja näin paljon ruotsin kieltä (näyttää käsillä 20 cm), 3 kuukautta Gröna Gångenissa ja näin paljon ruotsia (näyttää käsillä noin 1 metrin mittaa).

"Förut gick jag helt tyst, nu vågar jag fråga vad saker kostar i affären."

(suomennos: Aiemmin kuljin aivan hiljaa, nyt uskallan kysyä kaupassa, mitä asiat maksavat.)

"Här får man komma med egna idéer. Man får stöd och uppmuntran att prova nya saker utan att vara rädd att misslyckas."

(suomennos: Täällä saa esittää omia ideoitaan. Saa tukea ja kannustusta kokeilla uusia asioita ilman, että pelottaa epäonnistua.)

"Nu känner jag mig tryggare och lugnare då jag vet mer om hur svenska samhället fungerar." (suomennos: Nyt tunnen oloni turvallisemmaksi ja rauhallisemmaksi, koska tiedän, miten ruotsalainen yhteiskunta toimii.)

3. Hankeyhteistyön vaiheet

Luontoa toimintaan yli rajojen -hanke on mahdollistanut Luonto toimintaan – yhteistyömalleja osallisuuteen ja Gröna Gången -hankkeiden välistä tietojen ja kokemusten vaihtoa tekemällä tutustumismatkan Salaan helmikuussa 2019. Tuolloin Luontoa toimintaan -yhteistyömalleja osallisuuteen ja Gröna Gången -hanke esittelivät hankkeitaan ja toimintaansa, sekä yhdessä pohdittiin yhteistyön jatkumisen muotoja.

Tutustumismatkalla Pellon kunnan hanketyöntekijä esitteli tulevaa Pellon Orhinselässä pidettävää leiriä. Leirin tavoitteena oli koota kaikki Luontoa toimintaan -hankkeen osatoteuttajat ja yhteistyökumppanit, sekä hankkeen osallistujat yhteiseen luontoleiriin. Myös ruotsalaisten oli tarkoitus osallistua leiriin ja tutustumismatkalla tehtiinkin siihen liittyviä suunnitelmia. Yhteistyön tavoitteena oli, että molemmat hankkeet tekisivät kaksi benchmarkkausmatkaa toistensa luokse, jolloin pääsisimme konkreettisesti tutustumaan hankkeiden toimintaan ja tuloksiin sekä järjestämään kehittämistyöpajoja. Kevään 2019 tutustumismatkalla kerrottiin Luontoa elämään -hankkeessa kehitetystä yksilökeskeisestä luontotoiminnan suunnittelusta sekä osallisuutta vahvistavasta luontoon



Kuva 6. Tutustumismatkalla Gröna Gångenin luona helmikuussa 2019 (Tero Leppänen)



Kuva 7. Ensimmäinen yhteinen palaveri (Arja Jääskeläinen)

tukeutuvasta kuntoutustoiminnan mallista. Aiheisiin liittyvät julkaisut annettiin heille ruotsiksi käännettynä.

Gröna Gången -hankkeen ensimmäinen suunniteltu benchmarkkausmatka Pellon Orhinselkään kesäkuussa 2019 ei valitettavasti toteutunut Salan kunnan ulkomaille suuntautuvien työmatkojen kategorisen kieltämisen vuoksi.

Luontoa toimintaan -hanke teki ensimmäisen benchmarkkausmatkansa Salaan syyskuussa 2019. Matkalla oli mukana Oulun kaupungin nuorisopalveluiden työntekijöitä, Metsähallituksen toimija sekä Lapin ammattikorkeakoulun hanketyöntekijät. Gröna Gången -hanke kertoi hankkeen sen hetkisestä tilanteesta ja saimme tietoa osallistujien viikko-ohjelmasta, joka sisälsi maatilatoimintaa, kielen opiskelua, yhteiskuntaoppia ja terveystietoa sekä liikuntaa. Lisäksi saimme kuulla toiminnan taustalla olevasta ratkaisukeskeisestä mallista sekä hankkeen arvioinnista, jonka keskeisenä menetelmänä käytettiin ORS-mittaria.

Oulun kaupungin nuorisopalveluiden nuorten työpajojen hanketoimijoiden toimesta esiteltiin eri työpajojen sisältöä ja niiden luontoperustaista toimintaa. Lisäksi pohdimme pienryhmissä luonnon merkitystä osana kuntoutustoimintaa sekä asioita, mitkä motivoivat tai toimivat esteenä luonnossa toimimiselle ja luontoon lähtemiselle. Metsähallitus esitteli omaa toimintaansa ja toiminnan integraatiota osatoiteuttajien ja yhteistyökumppaneiden luontotoimintaan. Kerroimme Metsähallituksen ja hankkeen osatoiteuttajien kanssa laadituista kohdekorteista, joissa on tietoa eri luontokohteista, niiden sijainnista, toiminnasta, jota voidaan toteuttaa kohteessa sekä mitä erityistä tulee huomioida mentäessä kohteelle. Kohdekorteista oltiin erittäin kiinnostuneita ja Gröna Gången -hanke-



Kuva 8. Elämäntarina luontoon liittyen (Johanna Rintala)



Kuva 9. Työpaja yksilökeskeisestä elämänsuunnittelusta (Johanna Rintala)

henkilöstö pyysi lupaa lainata ideaa omaan hankkeeseensa. Yhteisessä kehittämis- ja arviointityöpajassa esittelimme Sovari- ja Kykyviisari-arviointimittareita ja jaoimme aiheeseen liittyvää materiaalia ja linkkejä ruotsinkieliseen Kykyviisari-mittariin.

Lapin ammattikorkeakoulun toimesta maatilalla järjestettiin työpaja Luontoa elämään -hankkeessa kehitelystä luontoperustaisesta yksilökeskeisestä elämänsuunnittelun mallista. Ohjasimme yhden luontotoiminnan yksilökeskeiseen suunnitteluun kehitetyn harjoituksen nimeltä Elämäntarina luontoon liittyen, joka on tapa reflektoida ja tuoda näkyväksi elämäntapahtumia luontokertomuksen avulla. (Tolvanen 2017.) Harjoituksen tekemisen kautta saatiin konkreettinen kokemus sen vaikuttavuudesta ja sitä aiottiinkin hyödyntää Gröna Gången- hankkeen toiminnassa.

Osallistuimme maatilalla sadonkorjuujuhliin, jossa mukana oli hankkeen osallistujia ja hanketyöntekijöitä, kuntoutujien perheenjäseniä sekä kunnan virkamiehiä. Iltapäivän aikana ohjelmassa oli tietovisa maatilalla eläimiin ja eri viljelykasveihin liittyen. Saimme nauttia tilan tuotteista valmistettua juhlaruokaa ja käydä antoisia keskusteluita osallistujien kanssa välittömässä ja lämminhenkisessä ilmapiirissä.



Kuvat 10-12. Sadenkorjuujuhlat Salan maatilalla (Johanna Rintala)

Vierailun päätteeksi kävimme keskustelua yhteistyön jatkumisesta. Ruotsissa ilmenneistä matkustusrajoituksista huolimatta, suunnitelma vierailulla Suomessa ainakin kerran oli ruotsalaisilla toiveissa. Meidän toisen benchmarkkausmatkan suunnittelussa ilmeni, ettei Gröna Gången -hankkeella olisi aikaa ottaa meitä vastaan kesäisten maatilakiireiden vuoksi. Yhteiseksi mielenkiinnon kohteeksi nousi puutarha-avusteinen kuntoutustoiminta ja lähdimme suunnittelemaan matkaa puutarha-avusteista toimintaa toteuttaviin kuntoutustiloihin Ruotsissa.

Loppusyksystä tapasimme Gröna Gången -hankkeen projektipäällikön Skype-tapaamisessa ja suunnittelimme puutarha-avusteisuuteen liittyviä matkakohteita.

Vierailukohteeksi valikoitui Etelä-Ruotsin Skåne ja ajankohdaksi kesäkuun alku. Skånessa sijaitsee Ruotsin maatalousyliopiston (SLU, Sveriges lantbruksuniversitet) Alnarpin yksikkö, jossa tehdään Ruotsin johtavaa luontoperustaiseen kuntoutustoimintaan liittyvää tutkimustyötä. Alnarpin kuntoutuspuutarhassa tehtävä tutkimus yhdistää eri alojen (ympäristöpsykologian, maisema-arkkitehtuurin ja puutarha) teorioita lääketieteeseen, fysioterapiaan, toimintaterapiaan ja psykoterapiaan tekemällä yhteistyötä muiden yliopistojen ja maakuntien ja viranomaisten kanssa. (Sveriges lantbruksuniversitet. 2020) Samalla matkalla oli tavoitteena tutustua erilaisiin kuntoutus- ja hoivatiloihin, joita Ruotsissa toimii eri järjestöjen alla. Tällaisia ovat mm. Grön Arena, joka on Maatalousseuran konsepti, jolla kehitetään tiloja, jotka tarjoavat palveluita liittyen sosiaaliseen kuntoutukseen, koulutukseen sekä terveyteen. Palvelut mukautetaan yksilön tarpeiden mukaisesti tavoitteena yksilöllinen kehittyminen ja elämänlaadun paraneminen. Tiloilla on toimintaa niin eläinten, luonnon kuin puutarhankin parissa. (Hushållningssällskapet. 2020) NUR (= naturunderstödd rehabilitering) on taas lääkärin läheteellä saatavaa luontoperustaista kuntoutusta, jota saa ainakin Skånen ja Göteborgin alueella. Luontoperustainen kuntoutus täydentää lääkinnällistä hoitoa. (1177 Vårdguiden. 2020)

Covid 19 muutti suunnitelmat ja matka päätettiin siirtää syyskuulle 2020. Koronaviruksen aiheuttaminen matkustusrajoitusten takia matkaa ei voitu toteuttaa syyslökään. Päätimme lähteä suunnittelemaan virtuaalimatkaa Alnarpin kuntoutuspuutarhaan. Alnarpissa oltiin aluksi hyvinkin kiinnostuneita järjestämään virtuaalitaapaaminen, mutta kun olisi pitänyt alkaa järjestämään ja suunnittelemaan tapaamista, yhteydenpito loppui.

Luontoa toimintaan ja Luonto toimintaan yli rajojen -hankkeiden yhteiseen loppuwebinaariin Gröna Gången -hanke osallistui omalla puheenvuorollaan, jossa hanke-työntekijä kertoi hankkeen kuulumiset ja hankkeiden välisestä yhteistyöstä. Suunnitelmissa oli matkustaa Gröna Gången -hankkeen loppuseminaariin. Marraskuussa 2020 pidimme Teams-tapaamisen, johon oli kutsuttu kaikki hanketoimijat niin Suomesta kuin Ruotsistakin. Tapaamisessa keskustelimme Gröna Gången -hankkeen tuloksista ja vaikuttavuudesta ja siitä, mitä hankkeesta jää elämään ja kuulimme, että loppuseminaaria ei järjestetä vuonna 2020.

4. Gröna Gången -hankkeesta opittua

4.1 KOKEMUKSIA MAATILALÄHTÖISESTÄ JA PUUTARHAPERUSTAISESTA KUNTOUSTOIMINNASTA

Luontoperustaista kuntoutusta on toteutettu Ruotsissa jo useita vuosia ja toiminta on vakiintunutta ja toiminnan vaikuttavuus on tunnistettu. Eläimen hyvinvoinnista huolehtiminen on keskeinen eläinavusteisen kuntoutustoiminnan edellytys. Eläimen läsnäolo rauhoittaa ja eläimen läheisyys sekä kosketus tuovat lohdutusta ja tukea. (Green Care Finland 2016) Lisäksi eläimistä huolta pitäminen vahvistaa kuntoutujan itsetuntoa. Keskeistä maatilalähtöisessä kuntoutuksessa ovat maatilan arkiset rutiinit ja luontoympäristön rauhoittava vaikutus, jotka edistävät kuntoutujien elämänhallinnan tunnetta. Maatilan työt siirtävät kuntoutujan huomiota pois omista ongelmista ja auttavat näkemään asiat eri perspektiivistä. Tilan työt opettavat vastuullisuutta ja elvyttävät oma-aloitteellisuutta. Aktiivinen puutarhanhoito vahvistaa omia voimavaroja ja toimii hyvin osana kuntoutusta. Puutarhatoiminnan avulla osallistujat näkevät, miten oma toiminta tuottaa hedelmää, ja he kokevat olevansa hyödyksi. (Green Care Finland 2016)

Gröna Gången -hankkeessa lähdettiin rakentamaan maatilalähtöistä kuntoutustoimintaa eläinavusteista ja puutarhaperustaista toimintaa hyödyntäen asiakkaiden elämänlaadun ja hyvinvoinnin parantamiseksi. Maatila- ja puutarha-avusteinen toiminta lisäsi osallistujien kokonaisvaltaista hyvinvointia ja osallisuutta. Erityisesti itsetunnon koettiin vahvistuneen. Kodin ulkopuolinen toiminta ehkäisi syrjäytymistä ja yhteiskunnan ulkopuolelle jäämistä. Osallistujat kokivat maatilan mielekkääksi toimintaympäristöksi. Maahanmuuttajat kehittyivät kielen oppimisessa suggestopedisen menetelmän avulla, ja toiminnan ideana oli liittää kielen oppiminen osaksi mielekästä maatila-avusteista toimintaa. Maatila loi stressittömän ilmapiirin oppia ruotsin kieltä ja kielen oppimista edisti myös motorisen toiminnan ja kielen oppimisen yhdistäminen.

Hanketyöntekijät kokivat kuntoutustyön ja hankkeen antoisaksi, jännittäväksi ja opettavaiseksi matkaksi. Jokaiselle osallistujalle oli nimetty oma mentori, jonka kanssa käytiin keskusteluita toiminnan alussa jatkuen vähintään kerran kuussa. Kuukausittain

osallistujat täyttivät kirjallisen arviointilomakkeen. Joillakin osallistujilla saattoi olla tarve keskustella viikoittain. Keskustelut toimivat yksilöllisen kuntoutussuunnitelman pohjana.

Toiminnan aikana Gröna Gången -hankkeessa kohdattiin myös haasteita. Kuntoutukseen osallistujat olivat erilaisia psyykkisiltä ja fyysisiltä voimavaroiltaan, ja tämä osaltaan vaikutti osallistujien sitoutumiseen ja motivaatioon osallistua kuntoutustoimintaan. Erityisesti pitkäaikaistyöttömien ryhmässä esiintyi oppimisvaikeuksia ja erilaisia vaikeuksia sosiaalisessa kanssakäymisessä. Erilaisia haasteita omaaville kuntoutujille on vaikea löytää sellaista työtä, joka vastaa heidän toimintakykyään. Talvella toiminta painottui eläinavusteiseen kuntoutukseen. Osa kuntoutujista ei kokenut eläinten hoitamista tilalla mielekkääksi vaan olivat kiinnostuneempia puutarhatoiminnasta. Maahanmuuttajat olivat motivoituneempia osallistumaan maatilatoimintaan, koska osalle toiminta oli jo ennestään tuttua, ja he pääsivät kodin ulkopuolelle tekemään mielekästä työtä. Kuntoutustoiminta olisi ollut sujuvampaa, jos maatilan yhteydessä olisi ollut asianmukaiset tilat ryhmätyöskentelyyn. Luontoa toimintaan -hankkeen työntekijöissä mahdollisuus tutustua kyseisiin toimiin nosti esille innokkuutta maatilalähtöistä toimintaa kohtaan ja haaveen maatilaympäristön hyödyntämisestä kuntoutusympäristönä. Lisäksi innostus omien puutarhojen perustamiseen osaksi kuntoutustoimintaa sai lisävauhtia.



Kuvat 13-15. Maatilan elämää ja puutarhan satoa Salassa. (Johanna Rintala)

4.2 OUTCOME RATING SCALE VAIKUTTAVUUDEN MITTARINA GRÖNA GÅNGEN -HANKKEESSA

Gröna Gången -hankkeessa oli tiedostettu vaikuttavuutta mittaavien mittareiden erilaiset laajuudet, niiden käytettävyyteen ja niiden täyttämisen vaativaan aikaan liittyvät mahdolliset haasteet. Erilaisten interventioiden kohteena olevissa ihmisissä tapahtuvien konkreettisten muutosten seuraamiseen on olemassa lukuisia moniulotteisia, pätevästi ja luotettavasti muutosta mittaavia mittareita.

Gröna Gången -hankkeessa luontolähtöiseen maatilatoimintaan osallistuvien hyvinvoinnin konkreettisten muutosten (outcome) seuraamiseen mittariksi oli valittu Outcome Rating Scale (ORS). Mittarin hyvä käytettävyys tarjoaa kelpo vaihtoehdon pidemmille ja monimutkaisemmille mittareilla, koska ORS-mittarin psykometriset ominaisuudet ja käytettävyys ovat reliabiliteetin ja validiteetin osalta käyttökelpoinen

Outcome Rating Scale (ORS)

Name _____ Age (Yrs): _____ Sex: M / F
Session # _____ Date: _____
Who is filling out this form? Please check one: Self _____ Other _____
If other, what is your relationship to this person? _____

Looking back over the last week, including today, help us understand how you have been feeling by rating how well you have been doing in the following areas of your life, where marks to the left represent low levels and marks to the right indicate high levels. *If you are filling out this form for another person, please fill out according to how you think he or she is doing.*

Individually
(Personal well-being)

I-----I

Interpersonally
(Family, close relationships)

I-----I

Socially
(Work, school, friendships)

I-----I

Overall
(General sense of well-being)

I-----I

The Heart and Soul of Change Project

<https://heartandsoulofchange.com>

© 2000, Scott D. Miller and Barry L. Duncan

Kuva 16. Outcome Rating Scale -mittari (Scott. D. Miller ja Barry L. Duncan 2000).

kompromissi verrattuna sitä monimutkaisempiin ja pidempiin mittareihin. (Miller ym. 2003)

ORS on ultralyhyt, analogiseen visuaaliseen skaalaan perustuva konkreettisten muutosten mittari. ORS-mittari tarjoaa vaikuttavuuden jatkuvaan seurantaan helposti käytettävän välineen, joka tarjoaa informaatiota toiminnan ohjaamisen suunnitteluun ja toteutukseen sekä vahvistaa toiminnan aikaansaamaa vaikutusta.

Outcome Rating Scale koostuu erityisesti mittarin kolmen ylimmän janan kuvaamasta asiakkaan toiminnan määrittelystä: yksilöllinen hyvinvointi, läheiset ihmissuhteet ja sosiaaliset suhteet. Mittarissa on myös yleisen hyvinvoinnin kuvaamiseen tarkoitettu jana. Gröna Gången -hankkeessa oli yhdistetty läheiset ihmissuhteet ja sosiaaliset suhteet yhdeksi kohdaksi ja lisätty ensimmäiseksi halukkuus osallistua kuntoutustoimintaan.

Mittari toimii siten, että asiakas merkitsee janalta ruksilla omaa vointiaan kuvaavaan kohtaan kulloistakin 10 cm pituisia janaa. Matalat arviot ovat janan vasemmassa päässä, ja oikealla on vastaavasti korkeat arviot.

Mittariin merkitty janan pituus mitataan senttimetrin kymmenesosan tarkkuudella. Senttimetreinä ilmoitettu mittaustulos vastaa ORS-mittarin pistemäärää yksinkertaisesti jättämällä janalta mitatun alkuperäisen mittaustuloksen senttimetri- yksikkö pois. Janalta mitattu 3,2 cm vastaa siis 3,2 pistettä. Korkein mahdollinen pistemäärä ORS-mittarissa on näin ollen 40 pistettä. Interventioiden edetessä mittaustuloksista yhdistetty jana antaa hyvän kuvan asiakkaan hyvinvoinnin kehittymisestä. Useista mittaustuloksista koostettu jana voidaan sijoittaa edistymistä kuvaavalle taulukko-pohjalle seurannan helpottamiseksi.

Mittarin käytettävyys koettiin hyväksi hankkeessa. Myös osallistujien kanssa käydyissä henkilökohtaisissa suunnittelu- ja arviointikeskusteluissa mittarin tuloksien avulla pystyttiin tarttumaan oikeisiin asioihin positiivisten konkreettisten muutosten edistämiseksi.

Ruotsalaisen Green Care -hankkeen innoittamana ORS-mittaria on kokeiltu Luontoa toimintaan -hankkeen luontolähtöisissä toiminnoissa Pellon kunnassa ja Oulun kaupungin nuorten työpajatoiminnassa. Mittaria on kokeiltu kustomoimalla sitä hiukan omiin tarkoituksiin: Kysymyksistä viimeinen (yleinen hyvinvointi) on vaihdettu omaan hankkeen toimintaan liittyväksi kysymykseksi. Luontoa toimintaan -hankkeen kokeiluissa mittaria on testattu muokattuna ryhmämuotoisessa luontovalmennuksessa. Mittari on kokeiluissa kerännyt kiitosta käytettävyydellään ja nopeudellaan.

4.3 SUGGESTOPEDIA MAAHANMUUTTAJIEN KIELEN OPPIMISEN LÄHTÖKOHTANA

Gröna Gången -hankkeessa on käytetty suggestopedista kielenoppimismenetelmää maahanmuuttajien kielenopetuksessa. Monesti maahanmuuttajilla ei ole lukutaitoa tai heidän äidinkieltensä kirjaimisto on erilainen, joka osaltaan hankaloittaa oppimista. Suggestopedisessa menetelmässä kielen oppiminen tapahtuu roolileikkien, liikunnan, toistojen ja stressittömän ilmapiirin tukemana. Osallistujat ovat osallistuneet

kielenopetukseen luokkatilassa, jonka seinillä on ollut lyhyitä lauseita ja kuvia. Kielenopetukseen ei ole liittynyt kirjoittamista eikä kokeita, vain puhumista. He ovat saaneet tunneilla uuden identiteetin, joka on edesauttanut, että uskaltaa puhua pelkäämättä virheitä. Hanketyöntekijät ovat ainoastaan puhuneet ruotsia niin maatilatoiminnassa, kuin opettaessaan mm. terveystietoa ja yhteiskunnassa toimimisessa tarvittavia taitoja. Kuntoutustoiminta maahanmuuttajien osalta on ollut kokonaisuudessaan kielikylpyä. Maatilalla ohjeet on kirjoitettu tauluille ja samoin työkalujen nimet ovat työkalujen vieressä. Työkalut ovat jo kotimaasta tuttuja, nyt vain on saatu niille uudet nimet ruotsiksi.

Maahanmuuttajaosallistujat ovat kokeneet kielen oppimisen tehokkaaksi suggestopedisellä menetelmällä. Kuntoutusjakson alussa he ovat arvioineet osaamisensa keskimäärin arvoksi 3 asteikolla 0-10 ja jakson lopussa arvoksi 6. Hanketyöntekijät olisivat arvioineet osallistujien kielitaidon hieman alemmaksi, mutta kehityksen yhtä suureksi. Eräs osallistuja kommentoi omaa kehitystään, että jakson jälkeen hän uskalsi kaupassa kysyä banaanien hintaa ruotsiksi, mitä hän ei aiemmin olisi uskaltanut tehdä.

5. Hankkeessa mukana olleiden benchmarkkauskokemuksia

5.1 METSÄHALLITUKSEN AJATUKSIA MATKASTA

Metsähallitus hallinnoi ja hoitaa valtion maa- ja vesialueita. Kolmivuotisessa Luontoa toimintaan - yhteistyömalleja osallisuuteen -hankkeessa Metsähallitus toimi asiantuntijaroolissa ja kehitti yhdessä hankekumppaneiden kanssa luontoon tukeutuvia kuntoutusmuotoja. Näistä parhaimmat kokemukset saatiin yhdessä tehdyistä luonnonhoitotoista, joissa kuntoutujat pääsivät osallistumaan merkitykselliseen luonnon-suojelutyöhön rinta rinnan huippuammattilaisten kanssa. Luontoa toimintaan yli rajojen -hankkeessa näitä kehitettyjä kuntoutusmuotoja olisi haluttu esitellä ruotsalaisille yhteistyötahoille käytännössä Suomessa, koska Ruotsissa ei ilmeisesti vastaavia luontotoimintoja ole käytössä. Valitettavasti tämä ei toteutunut. Metsähallituksen kohteissa tehtyjä luonnonhoitotoita esiteltiin Ruotsiin tehdyllä matkalla kohdekorntien avulla.

Ruotsalaiset toimijat olivat mukavia uusia tuttavuuksia. Harmi, ettei heihin päässyt tutustumaan paremmin, koska yhteistyö jäi vähäiseksi. Gröna Gången -hankkeen toiminnasta oli mielenkiintoista kuulla, vaikka hyöty Metsähallituksen osalta jäi vähäiseksi. Naturvårdsverketin (valtiollinen ympäristönsuojeluvirasto Ruotsissa) työntekijöitä olisi ollut hyödyllistä tavata, mutta se haave ei toteutunut. Mukana hankkeessa ei ollut Ruotsin puolella yhtään ympäristöpuolen toimijaa, joten Metsähallituksen vastapeluri, ja siten kokemusten vaihto sekä kehittäminen jäivät puuttumaan. Hannele Kytö, erikoissuunnittelija, Metsähallitus

5.2 UUSIA IDEOITA KUNTOUTUSPUUTARHATOIMINTAAN OULUN NUORILLE

Oulun kaupungin Nuorten työpajatoiminta tuottaa ja toteuttaa monialaisia työpajapalveluja oululaisille 17–29-vuotiaille nuorille (ikärajaa nostettu 2020). Työpajan asiakkaat ovat pääasiassa työttömiä nuoria, jotka ovat ilman työ- tai koulutuspaikkaa.

Pajatoimintaan osallistuu myös nuoria, jotka ovat opiskelemassa toisella asteella, mutta tarvitsevat opintojensa yksilöllisempää tukea. Työpajatoiminnassa vahvistetaan valmennuksen ja merkityksellisten tekemisten kautta osallistujien elämänhallintaa sekä opiskelu- ja työelämävalmiuksia. Työpajatoiminta on kokonaisvaltaista tukea, ohjausta ja valmennusta, joka tapahtuu pienissä eri ammattialaa edustavissa toimintayksiköissä. Yhteistyötä tehdään muiden Oulun kaupungin toimijoiden ja alueen palvelutuottajien (Esim. Hyve, Työllisyys, Te-palvelut, Byströmin Ohjaamo, Kela) ja koulutuksen järjestäjien kanssa. Yhteistyötä tehdään myös muiden työnantajien kanssa. Nuorten kanssa tehtävässä työssä yhteistyö muiden nuoren verkostojen kanssa on keskeistä.



Kuva 17. Oulun nuorten työpajan permapuutarha. (Anu Kuustie)

Nuorten työpajatoimintaan on hankkeen aikana kehitetty toimintamalli, jossa erilaiset luontoympäristöt toimivat työpajatoiminnan valmennusympäristönä kaikkina vuodenaikoina. Luonto tarjoaa matalankynnyksen toimintaympäristön ja mahdollisuuden osallisuuteen kaiken kuntoisille työpajan asiakkaille. Toimintamalli perustuu yhteistyöhön Metsähallituksen kanssa. Hankkeen loppuvaiheessa yhteistyö alkoi myös Oulun kaupungin ympäristö- ja yhdyskuntapalvelujen kanssa. Toiminta jatkuu työpajoilla hankkeen päätyttyä.

Yhteistyöltä Gröna Gångenin kanssa saatiin uutta näkökulmaa ja ideoita luontolähtöisen toiminnan toteuttamiseksi. Maatila toimintaympäristönä oli meille kaikille uusi ja kiinnostava kohde. Gröna Gångenin esimerkki tuotti idean mm. yhteistyökumppaneille järjestettävistä sadonkorjuujuhlista, jotka jo kertaalleen toteutimme ja päätimme toteuttaa jatkossa vuosittain. Saimme myös vahvistusta sille, että teemme hyvää työtä omissa hankkeessamme ja meillä on paljon mahdollisuuksia monipuoliseen toimintaan. Yleensä suurimmat esteet ovat omissa asenteissa ja luotuneissa toimintatavoissa.

Hyödyllistä oli myös tutustua Gröna Gången -hankkeessa käytettäviin pedagogisiin työvälineisiin ja arviointimalliin. He myös tuntuivat olevan kovasti kiinnostuneita meidän toteuttamastamme toiminnasta ja siksi oli tietysti harmillista, etteivät he päässeet ollenkaan paikan päälle tutustumaan. Esittelimme heille hanketoiminnan

lisäksi myös Suomessa toteutettavaa työpajatoimintaa, ja he saivat siitä myös Valta-kunnallisen työpajayhdistyksen tuottamaa kirjallista materiaalia.

Yhteistyö olisi vaatinut syventämistä ja uusia tapaamisia. Olisi ollut kiinnostavaa olla mukana seuraamassa asiakastyötä laajemminkin ja tutustua Ruotsissa käytössä olevaa kuntoutuspuutarhatoimintaan. Sen avulla olisimme voineet saada työkaluja oman vastaavan toimintamme kehittämiseen. Erityisen hyödyllistä olisi ollut konkreettisesti tutustua arviointimenetelmän käyttöön ja sillä saatujen tulosten analysointiin ja hyödyntämiseen. Anu Puhakka, työpaja-asiantuntija, Oulun kaupungin nuorisopalvelut

5.3 PELLON POHDINTOJA MAATILA-AVUSTEISTA TOIMINNASTA

Olin mukana tutustumassa ruotsalaisten hanketoimintaan Salan kunnassa. Tutustuimme Gröna Gången -hankkeen työntekijöiden toimintaan hanketta varten vuokratun maatilan pyörittämisessä sekä ruotsin kielen opettajaan, joka kertoi valmennusmetodeistaan ruotsin kielen opettamisessa maahanmuuttajille.

Ruotsin Salan hanke oli hankkinut maatilan vuokralle ja sinne muutamia kotieläimiä. Hanke-asiakkaille annettiin opetusta eläinten hoitamisessa. Osallistujilla oli hyviä työvarusteita sekä ruotsalaisten hankkeella oli pakettiauto käytössä. Osallistujien kulkeminen maatilalle tapahtui paikallisbussilla, joka oli ilmainen. Kuntouttajina maatilalla toimivat juuri hanketyöntekijät. Tämä on erittäin mielenkiintoista ja mielestäni järkevää sekä hyödyllistä toimintaa esimerkiksi asiakkaan psyykkisiä haasteita ajateltaessa. Lisäksi maatilatoiminta antaa mielestäni lisävalmiuksia fyysiseen voimavaran kasvattamiseen puhumattakaan sosiaalisista voimavaroista. Eläinavusteinen toiminta on todettu useassakin tutkimuksessa erittäin hyödylliseksi toiminnaksi (esim. meidän hankkeessa koira-avusteinen toiminta). Mielestäni Suomessakin voitaisi harkita hanketta, jossa olisi aivan oma, hoidettava maatila vuokralla. Töitä kyllä riittäisi, pienimuotoisista tyhjiilleen jääneistä maataloista!

Tietenkin maatilatoiminnan käynnistäminen vaatii aikamoista pääomaa, lupien hankkimista ja myös toiminta itsessään tulee sitomaan "ympäri vuorokautisesti" niin hanketyöntekijät, kuin hankkeessa olevat osallistujat.

Asiat, jotka jäivät pohdituttamaan olivat, miten luonnon monimuotoisuuden varjeleminen näkyi heidän maatilatoiminnassa, sekä Salan kunnan ja hanketyöntekijöiden välisen yhteistyön organisoituminen hankkeessa.



Kuva 18. Ravustusta Pellossa. (Kullervo Linna)

Aluksi tutustumiskäynnillä sain kuvan siitä, että erilaisissa toiminnoissa eivät hanketyöntekijät "hötkyilleet", vaan päivän ohjelmat he tekivät tilanteen mukaan nopeilla, lyhyillä suunnitelmilla eli ns. "extemporeena".

Gröna Gången -hanke kutsuttiin muutaman osallistujan kanssa vastavuoroiselle vierailulle Suomeen tutustumaan Pellon sekä Oulun osahankkeiden toimintaan ja asiakkaisiin. Hanketyöntekijät olivat selvästikin innoissaan lähtemässä tutustumaan toimintaamme. Tarkoituksena konferensiksi nimetyssä tapahtumassa oli keskustella tarkemmin esim. ruotsalaisten hankkeesta. Lisäksi ohjelmassa olisi ollut yhteiskoulutusta ja mahdollisuus tutustua tarkemmin ruotsalaisten "virkaveljien/-sisarien" toimintaan.

Konferenssia ei kuitenkaan tullut, sillä ruotsalaiset peruivat tulonsa vedoten siihen, että heillä tehtiin matkustuskielto ulkomaille. Tutustuminen jäi siis aivan alkutekijöihin. Kullervo Linna, Pellon kunnan sosiaalihoaja



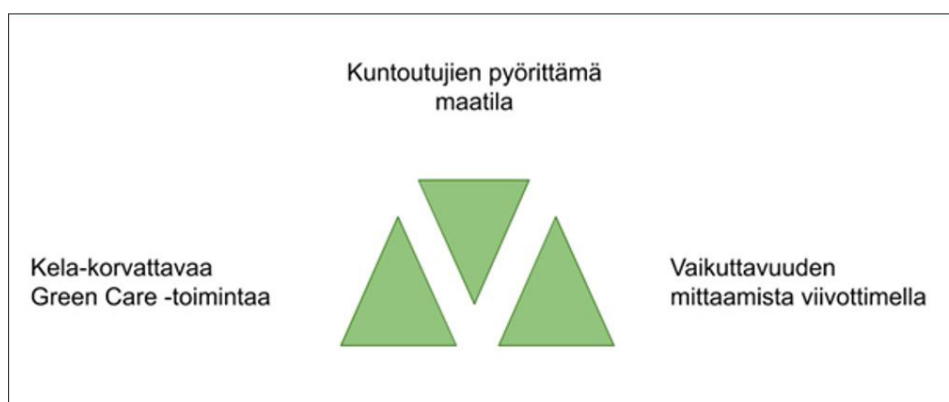
Kuva 19. Halonhakkuuhomia (Sari Särkelä)

MATKALLA MUKANA OLLEEN AJATUKSIA

"Hanke oli silmiä avaava kokemus ja opetus opettajalle, kuinka arkiset ja itsestään selvänä pidettävät asiat ovat juuri niitä tärkeimpiä ihmisille, jonka elämä on syystä tai toisesta saanut kolahduksia ja uusi elämänpolku on hakusessa. Kun itsetunto ja -kunnioitus on nostettu tarvittavalle tasolle, niin sen jälkeen on kaikki mahdollista. Ei tarvita mitään monimutkaista tai kallista. Se voi olla makkaratikun vuolemaan oppiminen, nuotion sytyttäminen tai talvisessa luonnossa yhdessä liikkuminen. Ihminen tarvitsee selvittääkseen toisia ihmisiä ympärilleen, rutiineja, mielekäästä tekemistä, kannustusta ja onnistumisen tunteita. Se antaa elämälle tarkoituksen kaikesta huolimatta."

Maarit Timonen, lehtori, Lapin AMK

6. Green Care erikoisuuksia Ruotsin maalta



Kuvio 2. Näkökulmia ruotsalaisen luontoperustaiseen kuntoutustoimintaan. (Panu Huczkowski)

6.1 PUUTARHA-AVUSTEISUUS RUOTSISSA ON PARHAIMMILLAAN KELA-KORVATTAVAA

Ruotsalainen puutarha-avusteinen toiminta on varsin pitkällä. Ruotsin maatalousyliopistossa (SLU) Alnarpin yksikkö on tehnyt tutkimusta puutarhaterapian kuntouttavista vaikutuksista työuupumuksesta kärsivien henkilöiden kohdalla jo vuodesta 2002. Puutarhaterapian vaikuttavuutta ollaan tutkittu myös sydänsairauksista toipuvien kohdalla sekä maahanmuuttajien kuntoutuksessa. Puutarhaterapian osalta Ruotsissa on vaikuttavuus todettu tieteellisesti, ja puutarhaterapia on Skånessa hyväksytty Kela korvattavaksi. Skånen alueella puutarhaterapiaa antavia yrityksiä löytyy kymmenkunta. (Tyrväinen, Sievänen & Hujala 2015). Puutarha-avusteisesta kuntoutustoiminnasta, puutarhaterapiasta, löytyisikin Ruotsin Skånesta paljon opittavaa suomalaisille luontolähtöisen toiminnan kehittäjille ja toteuttajille.

6.2 MAATILA-AVUSTEISUUTTA OMALLA MAATILALLA GRÖNA GÅNGEN -HANKKEEN MALLIIN

Luontolähtöistä toimintaa tehdään Suomessa maatila-avusteisesti ns. sekamalleilla, joissa Green Care -palveluntarjoaja käyttää jonkin toisen omistamaa maatilaa omien asiakkaidensa kuntoutusympäristönä. Tai tavalla, jossa palveluntarjoaja omistaa myös maatilaympäristön, mutta maatilalla tehdään myös esim. tavoitteellista lihakarjankasvatusta. Näistä molemmista toimintamalleista on hyviä kokemuksia.

Ruotsin Salassa on kokeiltu Gröna Gången -hankkeessa erilaista toimintatapaa. Gröna Gången -hankkeen maatila-avusteinen toiminta tapahtui hankkeen kokonaan hallinnoimalla maatilalla kohtuullisen lähellä Salan kunnan keskustaa. Hanke vuokrasi ison navettana ja eläinsuojana toimineen rakennuksen ja pelto yms. maata navettarakennuksen ympäriltä. Huoltorakennus rakennettiin navettarakennuksen pihaan. Hanke hankki maatilalleen omat eläimet ja kasvatti vihanneksia maatilansa alueella.

Vastuu eläinten hyvinvoinnista kuului luonnollisesti Gröna Gången -hankkeelle, hankkeen työntekijöille ja hankkeeseen osallistuville. Eläinten hyvinvointiin liittyvään osaamiseen hankkeessa varauduttiin palkkaamalla hankkeeseen eläinhyvinvointiin ja hoitamiseen perehtynyt biologi. Oma maatila antoi hankkeelle erinomaisen mahdollisuuden kehittää tilan toimintoja vastaamaan hankkeen tavoitteita luontolähtöisen kuntoutuksen toteuttamisesta hankkeessa toteutetun ratkaisukeskeisen työskentelyotteen ja suggestiopedagogiikan osalta.

Kokemus oman maatilan pyörittämisestä omien asiakkaiden, ts. hankkeeseen osallistuneiden maahanmuuttajien, pitkäaikaistyöttömien ja pitkäaikaissairaiden kanssa lienee varsin ainutlaatuista. Tähän kokemukseen Gröna Gången -hankkeessa on hyvä muiden samasta toimintamallista kiinnostuneiden perehtyä.

6.3 ORS – LUONTOLÄHTÖISEN TOIMINNAN VAIKUTTAVUUDEN JATKUVA MITTAAMINEN

Luontolähtöisen toiminnan vaikuttavuudesta ollaan Suomessa yhä suuremmissa määrin kiinnostuneita. Toiminnan vaikuttavuuden näyttäminen toteen on selvästi yksi ehto, joka luontolähtöisen toiminnan tulee täyttää päästäkseen Kelan korvattavaksi kuntoutustoiminnaksi tai osaksi lääkärin määräämiä reseptejä liikuntareseptien rinnalle. Luontolähtöisen toiminnan vaikuttavuutta ollaan Suomessa totuttu kartoittamaan tavallisesti hyvin kattavilla, monimutkaisilla ja aikaa vievillä mittareilla. Tunnetuin tällä hetkellä käytössä oleva mittari lienee Kykyviisari, jonka validiteetista ja reliabiliteetista saadaan pikkuhiljaa tieteellistä tietoa.

Hankkeen aikana tutustuimme Ruotsissa Gröna Gången -hankkeessa käytössä olevaan ORS (Outcome Rating Scale) -mittariin, joka lähestyy vaikuttavuuden mittaamista Suomessa paljon käytössä olevia mittareita poikkeavalla tavalla. ORS on erittäin lyhyt ja hyvin helppokäyttöinen sekä nopea mittari, joka tarjoaa erilaisen mahdollisuuden vaikuttavuuden arviointiin. ORS-mittarin mittauksia voidaan tehdä usein ja seurata toiminnan vaikuttavuutta huomattavasti monimutkaisia mittareita

useammin. ORS-mittarin tuottama tieto ei ole yhtä yksityiskohtaista kuin monimutkaisemmissa mittareissa, mutta vastaavasti se tarjoaa muita etuja helppokäyttöisyydellään ja nopeudellaan. ORS-mittari on reliabiliteetin ja validiteetin osalta tieteellisesti koeteltu mittari, jolle voisi löytyä käyttöä myös suomalaisessa luontoperustaisessa toiminnassa.

7. Kokemuksiamme kansainvälisen hankeyhteistyön haasteista

Yhteistyö Gröna Gången -hankkeen kanssa on koettu hedelmälliseksi ja on ollut antoisaa huomata, että meidän luontoperustaisesta kuntoutustoiminnasta ollaan kiinnostuneita. Olemme molemmin puolin saaneet ideoita omaan työhömmе ja uusia näkökulmia tarkastella jo olemassa olevia toimintamalleja. Rakennettaessa kansainvälistä hankeyhteistyötä olisi tärkeää miettiä yhteisiä tavoitteita ja konkreettisia toimia yhteistyölle. Olisi tärkeää saada kokemus yhteistyön merkityksellisyydestä, jotta sitouduttaisiin molemminpuoliseen aktiiviseen yhteistyöhön. Luontoa toimintaan ja Gröna Gången -hankkeiden tärkein prioriteetti oli luonnollisesti oman kuntoutustoiminnan mahdollistaminen ja toteuttaminen ja vasta sen jälkeen yhteistyö toistensa kanssa. Haasteina olemme kokeneet vähäisen yhteisen ajan Gröna Gången -hankkeen kanssa. Suunnitelluista neljästä benchmarkkausmatkasta toteutui vain yksi, meidän matkamme Ruotsiin. Syynä tähän olivat Salan kunnan ulkomaille matkustuskielto vuonna 2019 ja seuraavana vuonna koronaepidemian myötä tulleet matkustusrajoitukset. Suunnitelmissa olisi ollut esitellä Oulun ja Pellon toimintaa ja yhteistyötä Metsähallituksen kanssa todellisissa luontoympäristöissä.

Luontoa toimintaan -hankkeen benchmarkkausmatkalle oli tarkoituksena osallistua hanketyöntekijöiden lisäksi myös hankkeen yhteistyökumppaneita sekä osallistujia. Yhteiskumppaneita ei mukana matkalla ollut, sillä yhteistyökumppaneiden olisi pitänyt kustantaa matkansa itse, mikä käytännössä esti heidän osallistumisensa. Osallistujien matkakulut Luontoa toimintaan yli rajojen -hanke olisi maksanut, mutta osallistujat olisivat tarvinneet ympärivuorokautisen valvonnan koko matkan ajaksi. Ympärivuorokautisen valvonnan ja ohjauksen palkkakustannukset olisivat nousseet Luontoa toimintaan -osahankkeiden hanketyöntekijöiden osalta liian suuriksi.

Gröna Gången -hankkeen sisäiset henkilöstömuutokset vaikeuttivat yhteistyötä. Tieto henkilöstömuutoksista tuli meille viiveellä, mikä toi haasteita yhteiselle toiminnalle. Myös Luontoa toimintaan ja Luontoa toimintaan yli rajojen -hankkeissa tapahtuneet henkilöstömuutokset edellyttivät hankeyhteistyön uudelleen rakentamista henkilötasolla.

8. Loppuyhteenveto

Tässä julkaisussa olemme kuvailleet Luontoa toimintaan yli rajojen -hankkeen mahdollistamaa yhteistyötä Luontoa toimintaan -yhteistyömalleja osallisuuteen ja Gröna Gången -hankkeiden välillä. Olemme kertoneet lyhyesti kaikista kolmesta hankkeesta ja niissä saavutetuista tuloksista, ja kertoneet miten osallistujat kokivat luontoperustaisen kuntoutustoiminnan. Olemme kuvailleet, miten yhteistyötä toteutettiin ja mitä yhteistyökumppanilta opittiin ja kuinka oppia voidaan hyödyntää Suomessa.

Gröna Gången -hankkeen myötä tutustuimme konkreettisesti maatala- ja puutarha-avusteiseen kuntoutustoimintaan sekä heidän käyttämäänsä ORS-arviointimittariin, jota Luontoa toimintaan -hankkeen osatoteuttajat ovat soveltaen kokeilleet. Opimme myös, että Ruotsissa luontoperustaista kuntoutustoimintaa saa myös lääkärin läheteellä. Tutustuimme lisäksi suggestopediseen kielenoppimismenetelmään, jolla saavutettiin hyviä tuloksia maahanmuuttajien kielitaidon kehittämisessä verrattuna perinteiseen kielenopetusmenetelmään.

Yhteistyön tuloksena huomasimme, että vaikka Luontoa toimintaan- ja Gröna Gången -hankkeissa luontoperustainen kuntoutustoiminta oli erilaista, niin hankkeisiin osallistujat kokivat luontoperustaisen kuntoutustoiminnan positiiviseksi ja vaikuttavaksi. He kokivat itsetunnon ja osallisuuden tunteen vahvistuneen ja luottamus oman paikan löytämiseen yhteiskunnassa vahvistui.

Suunnitelluista benchmarkkausmatkoista toteutui vain yksi ja sen myötä saimme yllättävänkin paljon tietoa Gröna Gången -hankkeesta sekä yleensäkin luontoperustaisesta toiminnasta Ruotsissa. Opittavaa ja koettavaa jäi liittyen Ruotsin puutarha-perustaiseen toimintaan ja sen vaikuttavuuteen sekä asiakkaiden ohjaamiseen luontoperustaiseen kuntoutukseen lääkärin läheteellä. Suomessa lääkärin läheteellä luontoperustaiseen kuntoutukseen ohjaaminen on vasta aluillaan ja Ruotsi voisikin tarjota meille mallin, miten liittyy tämä osaksi sosiaali- ja terveydenhuollon palvelujärjestelmiä. Yhteistyömme alkoi tuloksetta tietojen ja kokemusten vaihdolla, mutta yhteinen kehittäminen jäi melko vähäiseksi maailmanlaajuisen tilanteen vuoksi. Saimme yhteistyömme tuloksena ideoita ja näkökulmia osallisuutta vahvistavaan kuntoutustoimintaan oman luontolähtöisten toimintatapojen kehittämiseen.

Lähteet

- Green Care Finland ry. 2020. Puutarhan käyttö. Viitattu 30.11.2020 <https://www.gcfinland.fi/green-care-/menetelmat/puutarhan-kaytto/>.
- Green Care Finland ry. 2020. Maatilan käyttö. Viitattu 30.11.2020 <https://www.gcfinland.fi/green-care-/menetelmat/maatilan-kaytto/>.
- Hushållningssällskapet. 2020. Grön arena. Viitattu 27.11.2020 <https://hushallningssallskapet.se/forskning-utveckling/gron-arena/det-har-ar-gron-arena/>
- Miller, S., Duncan, B., Brown, J., Sparks, J. & Cloud, D. 2003. The Outcome Rating Scale: A Preliminary Study of the Reliability, Validity and Feasibility of a Brief Visual Analog Measure. Journal of Brief Therapy vol. 2 no 2, 91-100. Viitattu 23.11.2020
- Sveriges lantbruksuniversitet. 2020. Alnarps rehabiliteringsträdgård. Viitattu 27.10.2020 <https://www.slu.se/institutioner/arbetsvetenskap-ekonomi-miljopsykologi/alnarps-rehabiliteringstradgard1/forskning-ny/>
- Tolvanen, T 2017. Opas yksilökeskeisen luontotoiminnan suunnitteluun. Luontoa elämään, luontoa kuntoutukseen teemajulkaisu 2/3. Lapin ammattikorkeakoulu.
- Tyrväinen, L., Sievänen, T. & Hujala, T. 2015. Luontoperustaisten terveyspalveluiden ja kansanterveyden edistäminen sääntelymuutoksin. Niukat resurssit viisaasti käyttöön – sääntelystä biotalouden edistäjä -hankkeen taustaraportti. Luonnonvarakeskus. Viitattu 23.11.2020
<https://tietokayttoon.fi/documents/1927382/2158283/Luontoperustaisten+terveyspalveluiden+ja+kansanterveyden+edist%C3%A4minen+s%C3%A4ntelymuutoksin.pdf/219f9504-2276-4502-aba5-75e8bc71e2f7/Luontoperustaisten+terveyspalveluiden+ja+kansanterveyden+edist%C3%A4minen+s%C3%A4ntelymuutoksin.pdf>
- 1177 Vårdguiden. 2020. Naturunderstödd rehabilitering på landsbygden i Skåne, NUR. Viitattu 27.10.2020 <https://www.1177.se/Skane/behandling--hjalpmedel/smartbehandlingar-och-rehabilitering/naturunderstodd-rehabilitering-pa-landsbygd-i-skane-nur/#section-4162>

Tässä julkaisussa kerrotaan Luontoa toimintaan yli rajojen -hankkeen (ESR 2019-2020) mahdollistamasta kansainvälisestä yhteistyöstä Luontoa toimintaan – yhteistyömalleja osallisuuteen -hankkeen (ESR 2018-2020) ja Ruotsissa toimivan Gröna Gången -hankkeiden (ESF 2018-2020) välillä sekä siinä saavutetuista tuloksista. Julkaisun kirjoittajat ovat Luontoa toimintaan yli rajojen -hankkeen hanketyöntekijöitä.

Julkaisu on tarkoitettu kaikille luontoperustaisesta kuntoutustoiminnasta kiinnostuneille ja heille, joita kiinnostaa Ruotsissa tehtävä luontoperustainen kuntoutustoiminta.



Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



LAPIN AMK⁷
Lapland University of Applied Sciences

www.lapinamk.fi

ISBN 978-952-316-383-6