

Mikko Laukkanen

GREEN CARE OSAKSI LASTENSUOJELUTYÖTÄ
LASTENSUOJELULAITOS JA SIJAISKOTI MESIKÄMMENESSÄ

Hoitotyön koulutusohjelma
2003

GREEN CARE OSANA LASTENSUOJELUTYÖTÄ LASTENSUOJELULAITOS JA SIIJASKOTI MESIKÄMMENESSÄ

Laukkanen, Mikko
Satakunnan ammattikorkeakoulu
hoitotyön koulutusohjelma
helmikuu 2015
Ohjaaja: Mikkonen-Ojala, Tiina
Sivumäärä: 56
Liitteitä: -

Asiasanat: Green Care, luonto, maaseutu, lastensuojelu

Opinnäytetyössä tarkastellaan Green Care –toimintaa ja sen tuomista lastensuojelulasten ja laitoksen arkeen. Opinnäytetyön välitön tavoite oli tuottaa positiivisia elämyksiä maaseudusta ja luonnosta nuorille, sekä vahvistaa yhteisöllisyyden tunnetta. Pidemmän aikavälin tavoitteena on Green care -idean ja toimintamalli tuominen osaksi lastensuojelutyötä.

Opinnäytetyö oli toiminnallinen ja se toteutettiin kesällä 2014 Lastensuojelulaitos- ja sijaiskoti Mesikämmenessä. Kohderyhmänä olivat Mesikämmenen lapset. Tapahtumaan osallistuivat ne lapset, jotka sillä hetkellä olivat talossa. Osallistujia oli yhteensä seitsemän. Opinnäytetyön tarkoituksena oli toteuttaa saariviikko, jonka aikana perehdyttiin maaseutuun, sen töihin, tuotteisiin, miljööseen, ihmisiin ja vietettiin aikaa luonnossa eri tavoin. Projekti piti sisällään kaksi vaellusretkeä, koiran kanssa toimimista sekä pienempiä työ- ja oleiluhetkiä.

Lapset saivat uusia kokemuksia ja elämyksiä toiminnan aikana ja olivat tyytyväisiä toiminnan sisältöön. Jatkossa Green care –toimintaa pyritään saamaan pysyväksi osaksi Lastensuojelulaitos- ja sijaiskoti Mesikämmenentä.

GREEN CARE AS PART OF THE DEPARTMENT OF CHILDREN AND CHILD
WELFARE WORK AND FOSTER MESIKÄMMEN

Laukkanen, Mikko
Satakunta University of Applied Sciences
Degree Programme in nursing
February 2015
Supervisor: Mikkonen-Ojala, Tiina
Number of pages: 56
Appendices: -

Keywords: Green care, nature, countryside, child welfare

My thesis covers Green care - activity and the process of bringing it in every day life of children in custody and the custody institutions. It doesn't have to be a huge spectacle or a supervised moment. The goal was to give children new experiences and joy, so that they could learn to enjoy small everyday things. Also children could learn being and doing together, getting building blocks for their own independent lives in the future. The goal is to make Green care - operations model a permanent part of child protective services.

My thesis was operational and the execution of the project took place during the summer of 2014 in Mesikämmen, a child protective services institution and a foster home. Project included two hiking trips, working with a dog and some smaller workshops.

I got a lot by seeing children enjoying themselves and discussing the operational model of Green care. I feel that the project fulfilled all the objectives I had set out for it in before hand. Future will show how Green care is being adopted in the routines and day to day operations of Mesikämmen.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	5
2	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITEET	6
3	YHTEISTYÖTAHOT	6
4	LASTENSUOJELU	7
4.1	Ehkäisevä lastensuojelu	8
4.2	Lapsi- ja perhekohtainen lastensuojelu	9
4.2.1	Avohuollon tukitoimet	10
4.2.2	Sijaishuolto ja jälkihuolto	10
4.3	Lastensuojelulaitos	11
4.4	Lastensuojeluasiakkuus	12
4.4.1	Lastensuojeluasiakkaille tyypillisiä diagnooseja	13
4.4.2	Mesikämmenen nuorten taustoja	15
4.4.3	Nuoren elämä lastensuojeluasiakkuuden jälkeen	16
5	IHMISEN LUONTOSUHDE	17
5.1	Jokamiehen oikeus	18
5.2	Biologinen ihmiskäsitys	19
5.3	Holistinen ihmiskäsitys	19
6	GREEN CARE	21
6.1	Green Care Finland ry	23
6.2	Luonnon merkitys lapselle	24
6.3	Lemmikkieläimet ja ihmisen terveys	26
6.4	Työtoiminta terapiana	29
6.5	Green care -hankkeita ja tutkimuksia	31
6.6	Maaseudulta terveyttä	34
6.7	Puun terveysvaikutuksia	37
6.8	Green care Mesikämmenessä	39
7	OPINNÄYTETYÖN SUNNITTELU JA TOTEUTUS	39
7.1	Saariviikon suunnittelu	41
8	SAARIVIKKO	42
9	OPINNÄYTETYÖN ARVIOINTI	48
	LÄHTEET	52

1 JOHDANTO

Lapsia kiinnostaa luonto. Kaupungeissakin on luontoa ja se tulee siellä säilyttää. Eikä ainoastaan siistittyjä puistoja, vaan kunnon pusikoita, ryteiköitä ja muita aikuisista usein hirvittäviä paikkoja. Lapsille ne ovat aarteita. Lapsia tulee kannustaa menemään ryteikköön seikkailemaan ja tutkimaan. Puissa kiipeilyssä ja liukkailla sammalrinteillä seikkailussa on omat vaaransa. Mikäli seikkailuja ja riskejä ei ole lapsena elämässä, haetaan niitä vanhempana paljon vaarallisemmista asioista. Syntyy luontokokemuksia, joista pysyvä luontosuhde kehittyy. Aikuisen apu ja esimerkki ovat tärkeitä. (Sulkava, R. 2014)

Suomessa on yli 10 000 huostaanotettua lasta. Avohuollon piirissä on 60 000 lasta. (Lastensuojelun Keskusliiton www-sivut. 2015) Huostaanottoja tehdään noin 4000 jokaisena vuonna. Lastensuojeluilmoitusten määrä on kasvanut viimeisen viiden vuoden aikana 47 prosentilla maan kuudessa suurimmassa kunnassa. (Asikainen, M. 2014.) Riski sairastua psykoosiin elämänsä aikana on karkeasti 1%:lla joka puolella maailmaa. Riskin on todettu kuitenkin olevan 2,4 kertaa suurempi suurkaupungeissa syntyneillä. (Cullberg, J. 2005.) Huostaanotetun lapsen syrjäytymisvaara huostaanoton päätyttyä on moninkertainen turvallisemman lapsuuden eläneeseen verrattuna. Huostaanotettujen kuolleisuus 11-24 vuotiailla on huolestuttavan suuri verrattuna kotona asuneisiin lapsiin. (Kestilä, L., Väisänen, A., Paananen, E., Heino, T. ja Gissler, M. 2012. 602.)

Green care on toimintaa, jossa luontoa käytetään ihmisten hyvinvoinnin ylläpitämiseksi ja parantamiseksi. Green care -toiminta pohjautuu luontolähtöisiin menetelmiin. Toimintaympäristönä toimii luonto, kuten metsä, puutarha tai maatila. Green care -toiminnan hyvinvointivaikutukset tulevat luonnon elvyttävyyden, toiminnallisuuden ja yhteisöllisyyden kautta. (Luonnonvarakeskuksen www-sivut. 2015.)

Opinnäytetyössä tarkastellaan Green care –käsitettä ja sen osa-alueita sekä tarkastellaan lastensuojelun ja lastensuojelutyön käsitteitä. Opinnäytetyön empiirisessä osassa sovelletaan Green care –toimintaa lastensuojelutyöhön.

2 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Opinnäytetyön tarkoituksena oli toteuttaa saariviikko, jonka aikana perehdytään maaseutuun, sen töihin, tuotteisiin, miljööseen, ihmisiin ja vietetään aikaa luonnossa eri tavoin.

Opinnäytetyön välitön tavoite oli tuottaa positiivisia elämyksiä maaseudusta ja luonnosta nuorille, sekä vahvistaa yhteisöllisyyden tunnetta. Pidemmän aikavälin tavoitteena on Green care -idean ja toimintamalli tuominen osaksi lastensuojelutyötä.

3 OPINNÄYTETYÖN YHTEISTYÖTAHOT

Opinnäytetyön yhteistyötahona toimi Lastensuojelulaitos- ja sijaiskoti Mesikämmen Oy. Lastensuojelulaitos- ja sijaiskoti Mesikämmen on yksityinen lastensuojelulaitos Ulvilan Kullaalla. Se on perustettu vuonna 2000. Mesikämmenessä kasvatetaan, hoidetaan ja ohjataan 9-18-vuotiaita, sijoitettuja lapsia moniammatillisin menetelmin. Mesikämmenessä on kaksi 5-paikkaista asuinyksikköä, joissa asuu 10 lasta. Mesikämmenen tarjoaa jälkihuoltoa täysi-ikäisille nuorilleen. Jälkihuollossa olevien nuorien lukumäärä vaihtelee eikä jälkihuollon osalta ole selkeää paikkamäärää. (Lastensuojelulaitos- ja sijaiskoti Mesikämmenen www-sivut. 2014.)

Molemmissa asuinyksiköissä on omat keittiöt, wc ja pesu- ja oleskelutilat. Jokaisella lapsella ja nuorella on oma huone. Yksiköiden välissä sijaitsee ohjaajien toimisto. Mesikämmenessä lasten arki koostuu arjen asioista ja askareista, kuten koulunkäynnistä, harrastuksista ja vapaa-ajasta. Mesikämmenessä tehdään myös vuosittain erilaisia retkiä. Mesikämmenellä on kolme jälkihuollolle tarkoitettua asuntoa, joista kaksi sijaitsee Mesikämmenen pihapiirissä ja yksi Porissa. Jälkihuolto on tarkoitettu 18-21-vuotiaille nuorille, jotka vielä tarvitsevat enemmän tai vähemmän tukea arjen asioissa. (Lastensuojelulaitos ja sijaiskoti Mesikämmenen www-sivut. 2014.)

Mesikämmeneneen on valmistumassa kevään 2015 aikana päätalon sisälle kaksi jälkihuoltoasuntoa. Asuntojen tarkoituksena on tarjota intensiivisempää tukea tarvitsevil-

le nuorille paremmat itsenäistymisen harjoitteluolosuhteet. (Lamminen, J. 2015) Mesikämmenen pihapiirissä toimii Ulvilan kaupungin koulutoimen alainen koululuokka. Luokassa työskentelee Ulvilan kaupungin opettaja ja luokka-avustaja. Mesikämmenen koululuokassa tavoitteena on, että lapsi opiskelee todellisten tietojensa ja taitojensa mukaan. Koulussa otetaan huomioon jokaisen lapsen tilanne, tausta ja sosiaaliset sekä kognitiiviset taidot. Pidemmän aikavälin tavoitteena on oppilaan suoriutuminen peruskoulusta siten, että hän saavuttaa haluamansa jatkokoulutuspaikan. (Lastensuojelulaitos ja sijaiskoti Mesikämmenen www-sivut. 2014.)

Toisena yhteistyötahona on Laukkasen Tila, joka on vuonna 2012 perustettu maa- ja metsätalouden yritys. Yritys tarjoaa puiden sahausta rakennusmateriaaliksi ja puun jatkojalostamista, kuten piiluttamista, hirsirakentamista ja päreiden tekoa sekä puutöiden tekemistä, kuten mittatilaushuonekalujen valmistamista. Lisäksi tehdään entisöintitöitä suojelukohteena oleviin rakennuksiin. (Laukkanen, M. 2014.)

4 LASTENSUOJELU

Lastensuojelun tarkoituksena on turvata lapsen oikeus turvalliseen kasvuympäristöön, tasapainoiseen sekä monipuoliseen kehitykseen ja erityiseen suojeluun. (Terveystieteiden tutkimuskeskuksen ja lastensuojelun tutkimus- ja kasvatustieteiden tutkimuskeskuksen www-sivut. 2015.) Lastensuojelu on lakisääteistä toimintaa. Lastensuojelua toteutetaan osaltaan Lapsen oikeuksien sopimuksen mukaan. Lastensuojelulaki (13.4.2007/417) jakaantuu yleiseen sekä erityiseen osaan. Laki käsittelee lastensuojelun keskeisimpiä periaatteita, lapsen ja nuoren mielipiteitä ja lasten hyvinvoinnin tukemista ja edistämistä. Laki pitää sisällään myös lastensuojelun toiminnan periaatteet, kuten lastensuojelun järjestämisen sekä eri toimijatahojen, kuten kunnan, terveydenhuollon ja sosiaalityöntekijöiden toimia lastensuojelussa. Lastensuojelulaki pitää sisällään lapsen mielipiteen kuulemisen, puhevallan käytön sekä tarvittaessa mahdollisen edunvalvojan määräämisen. Laki sisältää lastensuojelusiakkuuden alkamisen ja ilmoitusvelvollisuuden. Laissa on määräykset lapsen tapaamisesta, asiakassuunnitelmasta, verkoston kartoittamisesta, avohuollon tehtävistä sijoituksessa sekä tukitoimista. (Lastensuojelulaki 13.4.2007/417, Bardy, M. 2009, 39.)

Laissa määrätään kiireellisestä sijoituksesta ja sen päättymisestä, huostaanotosta sekä sijais- että laitoshuollosta. Tämän lisäksi laki käsittää lapselle vaadittavat kasvu- ja elinolosuhteet. Erilaiset rajoitukset, jotka koskevat yhteydenpitoa, esineiden ja aineiden haltuunottoa sekä fyysistä kiinnipitoa löytyvät myös lastensuojelulaista, samoin kuin jälkihuolto sekä sen oikeudet ja hoidon valvonta. (Lastensuojelulaki 13.4.2007/417.)

Lastensuojelulakia ei tunneta yleisesti; esimerkiksi kaavoittajille tai neuvolan ja koulun työntekijöille se voi olla tuntematon. Lain tarkoitus on se, että kunnan alaisuudessa kaikki hallintokunnat ovat osallisia kasvuolojen parantamisessa. Lastensuojelusuunnitelman (12 §) on katettava kaikki lain määrittämät tasot ja tarvittavien toimien on sisällyttävä kunta- ja taloussuunnitelmaan. (Bardy, M. 2009, 72)

Toimivan lastensuojelun toteuttamissuunnitelman 2014–2019 mukaan lastensuojeluun tulisi perustaa Käypä hoito -suosituksia vastaava järjestelmä. Sen avulla voitaisiin koota paras käytettävissä oleva tieto kulloisistakin käytännöistä sekä antaa kansallisia suosituksia niistä. (Lavikainen, M. & Juurikko, A. 2014) Lastensuojelu luokitellaan kahteen eri kategoriaan, ehkäisevään lastensuojeluun sekä lapsi- ja perhekohtaiseen lastensuojeluun. (Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen www-sivut. 2015.)

4.1 Ehkäisevä lastensuojelutyö

Ehkäisevällä lastensuojelulla tarkoitetaan lastensuojelulaissa suunnitelmallista ja tavoitteellista lastensuojelun toimintamuotoa. (Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen www-sivut. 2015.) Ehkäisevää lastensuojelutyötä tehdään kunnan peruspalveluiden puitteissa äitiys- ja lastenneuvoloissa. Sitä tehdään myös muussa perusterveydenhuollossa, kuten päivähoitossa, perhekeskuksissa, kouluissa ja kunnan tarjoamassa nuorisotyössä. Ehkäisevää lastensuojelutyötä on myös lasten tarpeiden huomioiminen aikuisille suunnatuissa palveluissa. Mielenterveys- ja päihdepalveluiden tarjoajan olisi tärkeää arvioida vanhempien kyky huolehtia lapsista. (Sosiaali- ja terveysministeriön www-sivut. 2014.) Ehkäisevällä lastensuojelulla edistetään ja turvataan lasten ja nuorten kasvua, kehitystä sekä hyvinvointia sekä lisäksi tuetaan vanhem-

muutta. Ehkäisevään lastensuojeluun on annettava erityinen tuki silloin, kun lapsi tai perhe ei ole ennestään lastensuojelun asiakkaana. (Terveysten ja hyvinvoinninlaitoksen www-sivut. 2015.)

4.2 Lapsi- ja perhekohtainen lastensuojelu

Jos kasvuolosuhteet tai lapsi itse vaarantavat vakavasti lapsen omaa terveyttä tai kehitystä eivätkä avohuollon tukitoimet ole sopivia, riittäviä tai mahdollisia, lapsi tulee ottaa huostaan. Huostaanotto voidaan toteuttaa ainoastaan, mikäli sijaishuollon arvioidaan olevan lapsen edun mukaista. (Sosiaali- ja terveysministeriön www-sivut. 2014.) Huostaanotto on lastensuojelutyön voimakkain ja viimeisin keino turvata lapsen kasvu ja kehitys. Toimenpiteessä puututaan voimakkaasti lapsen perustuslaissa säädettyihin oikeuksiin sekä Euroopan ihmisoikeussopimuksen takaamaan perheelämän suojaan. (Sosiaaliportin www-sivut. 2014.)

Ennen kun lapsi sijoitetaan kodin ulkopuolelle on selvitettävä läheisten henkilöiden, kuten sukulaisten tai kummien mahdollisuudet ottaa lapsi asumaan luokseen tai osallistua muulla tavoin lapsen tukemiseen ja elämään. Mikäli lapsi on välittömässä vaarassa tai muutoin tilanne on kiireellinen, hänet voidaan sijoittaa kiireellisesti. Kiireellistä lastensuojelua vaativat tapaukset arvioidaan välittömästi. Muuten sosiaalityöntekijä arvioi tilanteen seitsemän arkipäivän kuluessa, onko tilanteessa tarpeellista tehdä lastensuojelutarpeen selvitys. Lastensuojelun asiakassuhde alkaa, mikäli sosiaalityömissä on ruvettu kiireellisiin lastensuojelutoimenpiteisiin tai päätetty tehdä lastensuojelutarpeen selvitys. Lastensuojelutarpeen selvitys tulee tehdä kunnan sosiaalityömissä kolmen kuukauden kuluessa asian vireille tulon jälkeen. Selvitykseen ryhtymisen jälkeen lapselle ja huoltajalle kerrotaan päätös lastensuojelun asiakkuuden jatkumisesta tai sen päättymisestä. Jokaiselle lastensuojelun asiakkaana olevalle lapselle tulee oma sosiaalityöntekijä omasta kotikunnasta. Kunnan tulee järjestää lapselle sekä hänen perheelleen sellaiset sosiaalihuollon palvelut, jotka lapsen asioista vastaava sosiaalityöntekijä arvioi asiakassuunnitelmassa välttämättömiksi lapsen kehityksen ja terveyden kannalta. (Sosiaali- ja terveysministeriön www-sivut. 2014.)

4.2.1 Avohuollon tukitoimet

Mikäli kasvuolot tai lapsi itse vaarantavat lapsen terveyttä tai kehitystä, on välittömästi aloitettava avohuollon tukitoimet. Avohuollon tukena järjestetään esimerkiksi terapiaa, tukihenkilö, perhetyötä, vertaisryhmätoimintaa tai virkistystoimintaa.

Jos lastensuojelun tarve liittyy riittämättömään toimeentuloon tai puutteellisiin asumisoloihin, kunnan on viivytyksettä järjestettävä riittävän suuri taloudellinen tuki ja korjattava ja parannettava asumisolosuhteet tai järjestettävä tarpeenmukainen uusi asunto. (Sosiaali- ja terveysministeriön www-sivut. 2014.)

4.2.2 Sijaishuolto ja jälkihuolto

Sijaishuollolla tarkoitetaan huostaanotetun, kiireellisesti sijoitetun tai hallinto-oikeuden väliaikais määräyksen nojalla sijoitetun lapsen kasvatuksen ja hoidon toteuttamista kodin ulkopuolella. Sijaishuolto voidaan järjestää perhehoitona sijaisperheessä tai perhekodeissa tai laitoshoidona lastenkodissa, koulukodissa tai muussa lastensuojelulaitoksessa. (Sosiaali- ja terveysministeriön www-sivut. 2014.)

Sijaishuollon tai puoli vuotta kestäneen avohuollon tukitoimena tehdyn sijoituksen jälkeen lapsella tai nuorella on oikeus jälkihuollon tukitoimiin 21-vuotiaaksi asti. Jälkihuoltoa voidaan järjestää muillekin lastensuojelun asiakkaina olleille nuorille.

Tukitoimiin kuuluu tukeminen tavallisissa arjen asioissa, esimerkiksi asumisen järjestäminen opintoja varten tai rahankäytön tukeminen, opettaminen ja seuranta.

(Sosiaali- ja terveysministeriön www-sivut. 2014.)

Jälkihuoltosuunnitelman valmistelu tulee aloittaa riittävän varhain. Sen tulee olla valmiina toimeenpantavaksi viimeistään sijoituksen päättyessä. Kuntien velvoitteita jälkihuollon järjestämisessä on tarkoitus täsmentää. Kunnan on varattava riittävät voimavarat sijoituksen jatkamiseen täysi-ikäisyyden jälkeen, mikäli se on nuoren edun mukaista ja hän itse on siihen suostuvainen. (Lavikainen, M. & Juurikko, A. 2014)

4.3 Lastensuojelulaitos

Lastensuojelulaitos -käsite pitää sisällään erilaisia laitoksia, joita lain mukaan ovat lastenkodit, nuorisokodit ja koulukodit. Usein mukaan lasketaan myös vastaanottokodit ja perhetukikeskukset. Lastensuojelulaitoksessa työskentelee koulutuksen saaneita työntekijöitä, joita pääasiallisesti ovat sosionomit, sairaanhoitajat tai lähihoitajat. Työntekijöiden työnä on huolehtia sijoitetuista lapsista ja nuorista. Eri lastensuojelulaitokset ovat pääasiallisesti erikoistuneet hoitamaan joko pieniä lapsia, nuoria tai jotain tiettyä erityishoitoa tarvitsevia lapsia ja nuoria. Useasti lastensuojelulaitokseen tuleva lapsi tai nuori on ollut jo ennen laitokseen sijoitusta esimerkiksi sijaisperheessä, mutta ei ole pärjännyt siellä esimerkiksi väkivaltaisuutensa tai päihteidenkäytön takia, eikä perheellä ole ollut riittäviä resursseja hoitaa lapsen ongelmia. Laitokset noudattavat toiminnassaan lakeja ja niiden toimintaa valvotaan jatkuvasti. (Lastensuojelun Keskusliiton www-sivut. 2015.)

Lastensuojelulain (Lastensuojelulaki 13.4.2007/417) mukaan lastensuojelulaitoksessa tulee olla riittävät toimitilat lapsille ja nuorille. Lapsella tulee olla mahdollisuus riittävään yksityisyyteen. Laitoksessa tulee lisäksi olla yhteiseen käyttöön tarkoitettut tilat. Lastensuojelulaitoksesta pyritään luomaan mahdollisimman normaali elinympäristö, tilava ja kodinomainen laitos. Lastensuojelulaitoksen sisällä voi olla yksi tai useampi asuinyksikkö. Asuinyksikössä saa asua enintään seitsemän lasta tai nuorta kerrallaan ja samassa rakennusryhmässä voi asua enimmillään 24 lasta tai nuorta. (Lastensuojelulaki 13.4.2007/417.)

Tärkeä vaikuttava tekijä nuorten hyvinvointiin on talossa työskentelevien aikuisten hyvinvointi. Tätä Katja Reinikainen (2012) tutki Pro gradu työssään. ”Työhyvinvointia tukevat voimavarat lastensuojelutyössä.” Hän valitsi eräästä lastensuojelulaitoksesta kahdeksan kokenutta työntekijää haastatteluun. Haastattelussa käsiteltiin organisaatiota, ryhmähenkeä tiimissä, henkilöä itseään, esimiestoimintaa ja työtä. Tuloksissa paljastui, että työntekijät kokivat työpaikan turvalliseksi, hyväksi ja toimivaksi. Turvallisuuden tunnetta lisäsivät henkilöturva- ja valvontalaitteet sekä se, että ei tarvitse työskennellä yksin työvuoroissa. Työntekijät kokivat siellä tiiviin ryhmähengen työntekijöiden kesken isona voimavarana. Voimavaroina pidettiin lisäksi hyvää oman elämän hallintaa. Samoin hyvää esimiestyötä pidettiin tärkeänä. Tulosten mu-

kaan työhyvinvointia tukee työntekijän ja esimiehen välisen vuorovaikutuksen avoimuus. Työntekijät kokivat, että esimiehet ovat helposti lähestyttäviä ja pitivät suurena voimavarana sitä, että työntekijät kokevat tulevansa kuulluiksi. (Reinikainen 2012, 20, 24, 39, 44, 51.)

4.4 Lastensuojeluasiakkuus

Oikeuspoliittisen tutkimuslaitoksen tekemän tutkimuksen mukaan vuonna 2010 tyttöjen huostaanottolukumäärä oli poikia suurempi. Tutkimus vertasi jokaista ikäluokkaa, joka osoitti, että tyttöjen huostaanotot olivat poikia korkeampia, jokaisessa ikäluokassa. Eniten huostaanottoja tapahtui 14-15 vuotiaina. (de Godzinsky 2012, 53-54.)

Huumeiden käyttö lisääntyi selvästi Suomessa 1990-luvun aikana. Tämä näkyy myös lastensuojelussa. Suurin osa huumeidenkäyttäjistä on nuoria, mutta on myös huumeita käyttäviä vanhempia. Huumevanhempien kanssa lapset ovat joutuneet kokemaan paljon turvattomuutta, huolenpidon puutetta, heitteillejättöä sekä perheväkivaltaa ja tulevat sitä kautta sijoitetuksi. Myös lapsen oman huumeongelman seurauksena lapsi ajautuu sijoitukseen. (Hyytinen 2006, 15, 74.)

Kotona tapahtuva pahoinpitely on nykyään syynä suuressa osassa sijoituksia. Lapsi kokee kotona mahdollisesti lyömistä, potkimista, aseella uhkaamista ja henkistä pahoinpitelyä. Kotiväkivallan uskotaan muuttuneen viime aikoina entistä raaemmaksi. Kotona tapahtuvalla väkivallalla saattaa olla vakavat seuraukset nuoren elämässä. Seuraukset voivat ilmentyä aggressiivisuutena, sosiaalisen sietokyvyn alentumisena, masennuksena, persoonallisuuden häiriöinä ja pelkotiloina. Nämä ongelmat vaativat vuosien työtä ja hoitoa, eivätkä välttämättä katoa koskaan. (Forsberg 2002, 22-23.)

Huostaanottoon voivat johtaa kasvuolosuhteissa ja huolenpidossa esiintyvät puutteet, jotka voivat uhata tai vaarantaa lapsen terveyttä tai kehitystä. (de Godzinsky 2012, 58-59.) Lisäksi syitä huostaanottoon tai lastensuojeluasiakkuuteen voivat olla on nuoren oma ongelmallinen käytös, joka käsittää varastelua, vandalismia, päihteiden käyttöä ja kouluvaikeuksia (Pekkarinen 2010, 143-144).

4.4.1 Lastensuojeluasiakkaille tyypillisiä diagnooseja

ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) on aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö, joka jatkuu myös aikuisikään. ADHD:lle on ominaista kehitystasoon sopimaton jatkuva tarkkaamattomuus, yliaktiivisuus ja impulsiivinen käytös. Ennen kuin tila diagnosoidaan varsinaiseksi häiriöksi, oireiden tulee kestää vähintään kuusi kuukautta ja olla suhteellisen riippumattomia olosuhteista ja ajankohtaisesta tilanteesta. (Huttunen, M. 2013.)

Tarkkaavuuden vaikeudet ilmenevät toistuvina vaikeuksina keskittyä leikkeihin ja tehtäviin. Lapsen on vaikea kuunnella toisen puhetta sekä vaikea seurata ohjeita ja saada koulu- tai työtehtäviä tehdyiksi. Hän haluaa vältellä pitkää keskittymistä vaativia tehtäviä ja unohtaa toistuvasti päivittäisiä asioita. Lapsen on myös vaikeata huomioda pieniä yksityiskohtia ja hän häiriintyy pienistäkin ulkopuolisista ärsykkeistä. (Huttunen, M. 2013.)

ADHD:lle ominaisten oireiden ja niiden seurausten tuloksena lasten tai aikuisten itsetunto kärsii, he kokevat itsensä huonoiksi ja heidän on vaikea luoda kestäviä kaverei- ja ystävyysuhteita. Lapsilla oireet esiintyvät eri tavoilla. Toisilla esiintyy kaikkia käytösoireita, kun toisilla vain tarkkaamattomuutta ja toisilla yliaktiivisuutta ja impulsiivisuutta. Oireyhtymä on yleisempi pojilla kuin tytöillä. (Huttunen, M. 2013.)

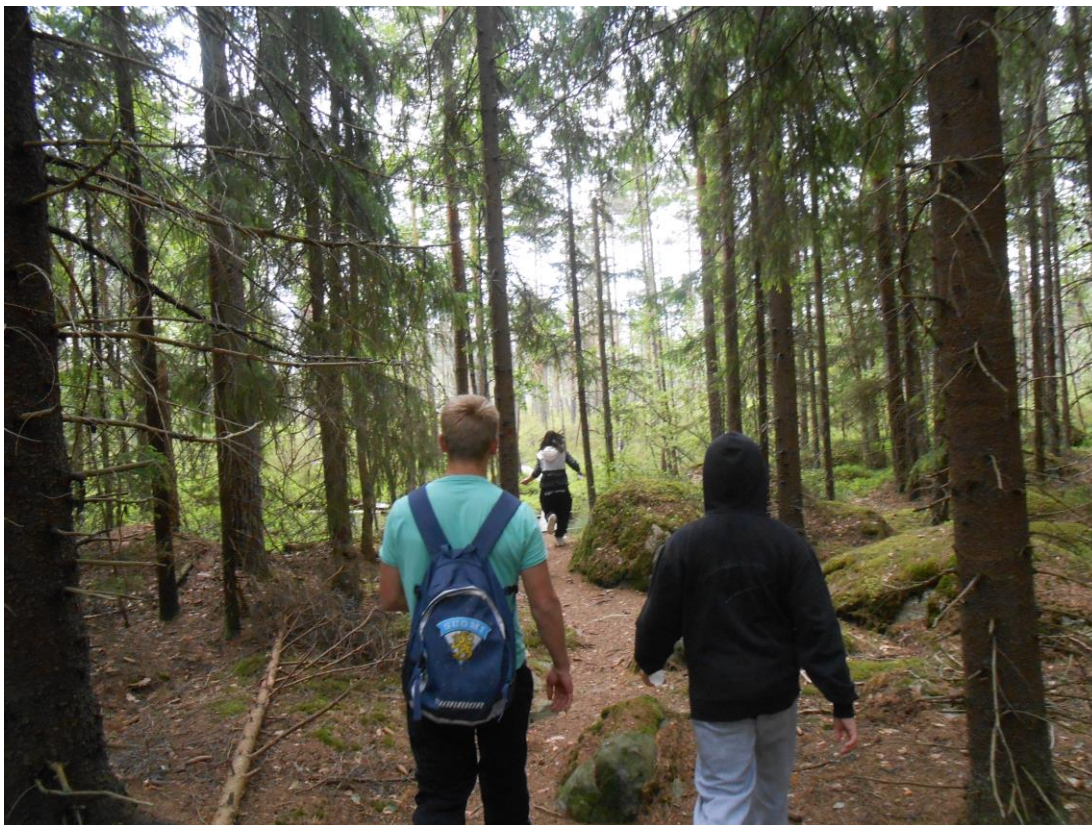
Häiriöön liittyy usein muitakin mielenterveyden ongelmia. ADHD lisää erilaisia käytösongelmien riskejä sekä masennus- ja ahdistusoireita. Uhmakkuus- ja käytöshäiriöt ovat yleisiä näiden lasten keskuudessa. Häiriöstä kärsivät lapset ovat monesti motorisesti kömpelöitä ja he oppivat siistiksi tavallista myöhemmin. Lasten ongelmat tarkkaavuudessa ja motorinen levottomuus eivät läheskään aina johdu aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriöstä. Taustalla voivat olla erilaiset oppimishäiriöt, sairaudet, masennustilat, luokan ilmapiiri, koulukiusaus tai perheen erilaiset sisäiset ongelmat ja kriisit. Lapsen altistuminen ympäristömyrkyille saattaa myös lisätä lapsen hyperaktiivisuutta. (Huttunen, M. 2013.)

Autismi kuuluu lapsuuden laaja-alaisiin kehityshäiriöihin, joille on tyypillistä jo lapsuudessa esiintyvät vakava-asteiset ja laaja-alaiset vajavuudet lapsen sosiaalisessa

vuorovaikutuksessa sekä viestintäkyvyssä. Autismi on pysyvä ominaisuus, jonka syyt ovat suurelta osin tuntemattomia ja eri lapsilla todennäköisesti myös hyvin erilaisia. Monien eri perintötekijöiden epäillään lisäävän alttiutta autismin kehittymiseen. Lisäksi erilaisten raskauden aikaisten infektioiden ja ympäristön myrkkujen uskotaan vaikuttavan autismin syntyyn. Autismi on yleisempää pojilla kuin tytöillä. (Huttunen, M. 2013.)

Autistisella lapsella esiintyy suuria puutteita sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ja kommunikaatiokyvyssä. Autismista kärsivän ihmisen on vaikeaa ymmärtää ja tulkita toisen ihmisen tunteita ja ajatuksia eleistä ja ilmeistä. Autismista kärsivä lapsi saattaa olla reagoimatta tai vastaamatta vanhempien kutsuessa häntä nimeltä. Lapsi ei pysty jakamaan iloa tai ilmaisemaan kiinnostusta erilaisiin asioihin normaalisti ja hän ei kykene tunnetasoiseen vastavuoroisuuteen. Hänen puheen kehityksensä on hidastunut tai hän ei välttämättä opi lainkaan puhumaan. Puhumaan oppineilla autismista kärsivillä lapsilla on vaikeuksia aloittaa vuorovaikutusta. Heidän käyttämänsä kieli on kaavamaisista ja jankkaavaa. Lapsi ei osaa leikkiä kuvittelu- eikä matkimisleikkejä ja hänellä on erilaisia rajoittuneita ja kaavamaisia käytöstapoja tai manereita. Usein autistinen lapsi kiinnittyy itsepintaisesti tiettyihin rituaaleihin tai rutiineihin. Monesti autistinen lapsi on herkkä valolle, äänille tai kosketukselle, mutta ei kuitenkaan tunnu tuntevan kipua. (Huttunen, M. 2013.)

Useat autismista kärsivät lapset kärsivät lisäksi eriasteisesta älyllisestä kehitysvammaisuudesta. Kognitiiviset taidot vaihtelevat paljon. Toiset saattavat oppia lukemaan hyvin ja olla yleiseltä älykkyydeltään vähintään normaalitasoisia, toiset keskimääräistä paljon älykkäämpiä. Usein autistisilla lapsilla on hyperaktiivisuutta, impulsivisuutta tai käytöshäiriöitä. Lapsen autistinen häiriö on psyykkisesti raskas vanhemmille. Vaikeasti autistisen lapsen hoitaminen kotona on monesti ylivoimainen tehtävä, jolloin laitoshoido voi olla sekä lapsen että myös vanhempien kannalta kaikkein paras ratkaisu. (Huttunen, M. 2013.)



Kuva 1. Rämeen reuna häämöttää edessä ja pitkospuille juoksemassa ensimmäinen nuori. Kuva: Mikko Laukkanen

4.4.2 Mesikämmenen nuorten taustoja

Pääasiallisesti Mesikämmeneen sijoitetut lapset (Kuva 1.) ovat huostaanotettuja, tai joissakin tapauksissa avohuollon tukitoimena sijoitettuja. (Lastensuojelulaitos ja sijaiskoti Mesikämmenen laatukäsikirja 2012, 6.)

Mesikämmeneen sijoitetuilla lapsilla on useasti koulunkäyntivaikeuksia, jotka ilmenevät esimerkiksi koululintsaamisena, keskittymiskyvyn vaikeutena, oppimisvaikeuksina, koulukiusaamisena tai kiusatuksi tulemisena ja aggressiivisuutena. Osalla ilmenee epäsosiaalista käyttäytymistä ja heillä on heikko itsetunto. Tämä voi näkyä esimerkiksi rikollisena toimintana ja päihteiden käyttönä. Osalla esiintyy auktoriteettien vastustamista, jolloin lapsen ja nuoren on vaikeaa tulla toimeen perheessään ja lähiympäristönsä kanssa. Usealla esiintyy myös psykiatrista oireilua, jolloin lapsella on usein takanaan hoitajaksoja psykiatrisilla osastoilla esimerkiksi masentuneisuu-

den, itsetuhoisuuden tai persoonallisuuden rakentamattomuuden vuoksi. Joillakin on lisäksi älyllistä rajoittuneisuutta, jolloin lapset tarvitsevat enemmän tukea arkipäivän asioissa. Heillä on vanhemmuuden puutteesta johtuvaa turvattomuutta, joka on useasti varhaislapsuuden aikaisten traumaattisten kokemusten tulos. (Lastensuojelulaitos ja sijaiskoti Mesikämmenen laatukäsikirja 2012, 7.)

4.4.3 Nuoren elämä lastensuojeluasiakkuuden jälkeen

Elämä lastensuojeluasiakkuuden jälkeen on sellainen, millaisen siitä on itse kyennyt rakentamaan ja minkälaiset eväät on lapsuudesta ja sijaishuollosta siihen saanut. Osalla tarinoista on onnellinen loppu, osalla ei. Nuori kohtaa monenlaisia haasteita lähtiessään lastensuojelulaitoksesta tai sijaishuollosta. Jokaisen oma tausta vaikuttaa tulevaan elämään (Ketola, J. 2008, 107-111.)

Tutkija Tuija Erosen (2013) tekemässä tutkimuksessa ”Viisi vuotta huostaanotosta” tutkittiin huostaan otettujen elämäntilannetta viiden vuoden kuluttua huostaanoton päättymisestä. Hänen mukaansa huostaanotettujen lasten elämäntilanne oli viiden vuoden kuluttua huostaanoton päättymisestä lähes poikkeuksetta parempi kuin silloin, kun heidät oltiin otettu huostaan. Monet nuoret aikuiset pärjäsivät hyvin. He kävivät töissä tai koulussa. Tutkimuksessa ilmenee ikäviäkin puolia, kuten nuoria, jotka ovat viiden vuoden aikana kuolleet tai joiden läheiset ovat kuolleet. Useasti kuolemansyy on ollut väkivaltainen. (Eronen, T. 2013.)

Kun puhutaan nuorista, jotka ovat täysin yksilöllisiä, ei löydy vain yhdenlaista tulevaisuuden näkymää. Tulevaisuus on hyvin yksilökohtainen ja vaihteleva. Nuoren lähtiessä lastensuojelulaitoksesta on muutto hyvin kriittistä aikaa, jolloin usein elämän suunta alkaa näkyä melko piankin. Silloin siihen tulisi panostaa paljon ja kaikin mahdollisin resurssein. Yksi oleellinen asia nuoren pärjäämisessä tulevaisuudessa ja tulevaisuuden vahvan pohjan luomisessa on ammattipintojen aloittaminen sekä sen loppuun vieminen. Arjen rytmitys on monelle haasteellista, kun kauan odotettu ”vapaus” koittaa. (Lamminen, S. 2014.)

Mesikämmenestä muuttaneista nuorista suurin osa pärjää keskivertoisesti. He ovat joko töissä, työttömänä tai koulussa. Muutama nuori on onnistunut menestymään todella hyvin elämässään. Joukossa on myös muutama, joka ei ole pärjännyt elämässä Mesikämmenestä lähdön jälkeen. Eräs Mesikämmenestä jo pois muuttanut nuori on sanonut asian hyvin: ”Ei Mesikämmenkään ole mikään ihmeiden tekopaikka, vaan nuoren pitää itse tehdä oma tulevaisuutensa, vaikka se vaatiikin paljon työtä ja uhrauksia ja osata ottaa kaikki mahdollinen tarjottava apu ja tuki vastaan.” (Lamminen, S. 2014.)

Lastensuojelun keskusliiton kuukausijulkaisussa ”En olekaan yksin” haastateltiin huostaanotetun lapsen vanhempaa, Mareena Heinosta. Haastateltava kertoi miten huostaanotetun lapsen vanhempi tarvitsee paljon tukea arjessaan. Mareena toimii vertaistukena toisille vanhemmille. Hän paini itsekin aluksi ennakkoluulojen kanssa siitä, että toiset huostaanotettujen lasten vanhemmat ovat huonoja vanhempia, vaikka häneltä itseltäänkin oli lapset otettu huostaan. (Ojala. U. 2014.)

Mareena kärsi mielenterveys ongelmista. Tytär alkoi myös oirehtia. Hän odotti tyttären sairaalaan pääsyä ja olisi silloin tarvinnut ulkopuolista tukea. Odottaessaan perhe ei pystynyt suunnittelemaan elämäänsä eteenpäin. ”Olin kuvitellut, että lapsen huostaanotto loistaisi minusta kadulla kävellessäni.” Huoli lapsesta säilyi. Sijoituksen jälkeen tyttö romahti täysin ja joutui sairaalaan. Mareenan voimat loppuivat myös. (Ojala. U. 2014.)

Tunteiden velloessa, lapsen ollessa poissa, joskus arjen yksinkertaisetkin asiat voivat olla täysin ylitsepääsemättömiä. Äiti sai apua terapiasta ja kotikuntoutuksesta. Vanhempi voi kokea huostaanotto hetkellä, että vanhemmuus on viety ja se on ohi. Huostaanoton hetkellä yksijäämisen tunne on vahvana läsnä. (Ojala. U. 2014.)

5 IHMISEN LUONTOSUHDE

Luonnolla tarkoitetaan sitä, minkä ihminen voi ympärillään maisemassa havaita. Luonnon käsitteeseen kuuluvat sekä rakennettu että rakentamaton luonnonvarainen

ympäristö. Luonnon muodostavat ne elolliset ja elottomat tekijät, joista elämä maapallolla on riippuvainen. Käsitteellä luonto voidaan tarkoittaa ihmisen ulkopuolista, luonnonvaraista maisemaa sekä luonnonvaraista että rakennettua maisemaa, ihminen aikaansaannoksineen mukaan lukien. Luonto jaetaan rakennettuun ja luonnonvaraiseen sekä elolliseen ja elottomaan. Alle kouluikäisten lasten käsitykseen luonnosta kuuluvat kaikki tekijät, myös ihmisen aikaansaannokset. Kahdeksanvuotiaasta eteenpäin rakennettu ympäristö putoaa pois käsityksestä ja elottoman luonnon merkitys vähenee. (Honkala, S., Sundström, K. & Tuominen, R. 2010.)

Luontosuhteella tarkoitetaan ihmisen ja luonnon välistä suhdetta eli mielletäänkö ihminen kuuluvaksi osaksi luontoa vai ei. Yhden näkemyksen mukaan ihmisellä on muihin luonnon elementteihin ja eliöihin nähden erityisasema, mutta kuitenkin biologisen ulottuvuutensa vuoksi ihminen on aina osa luontoa. Luontosuhde esiintyy kaksisuuntaisena: ihminen ei pelkää suhtaudu luontoon, vaan myös muu luonto suhtautuu ihmiseen. (Helsingin yliopiston www-sivut. 2014.)

5.1 Jokamiehen oikeus

Jokamiehen oikeuksilla tarkoitetaan jokaisen Suomessa oleskelevan mahdollisuutta käyttää luontoa riippumatta siitä, kuka maan omistaa tai on sen haltija. Jokamiehen oikeuksista nauttimiseen ei tarvita lupaa maanomistajalta eikä niistä tarvitse maksaa. Jokamiehen oikeutta käyttämällä ei saa aiheuttaa haittaa tai häiriötä ympäristölle. (Ympäristöhallinnon www-sivut. 2015.)

Jokamiehen oikeuksiin kuuluvat vapaus liikkua jalan, hiihtäen tai pyöräillen muualla kuin pihamaalla ja erityiseen käyttöön otetuilla alueilla, esimerkiksi viljelys maalla. Jokamiehen oikeutta on vapaus oleskella tilapäisesti alueilla, missä liikkuminenkin on sallittua. Jokamiehen oikeuksiin kuuluu mahdollisuus poimia luonnonmarjoja, sieniä ja kukkia. Jokamiehen oikeuksiin kuuluvat oikeus onkia ja pilkkiä sekä oikeus kulkea vesistöissä ja jäällä. (Ympäristöhallinnon www-sivut. 2015.)

Jokamiehen oikeuksiin ei lukeudu oikeutta aiheuttaa häiriötä tai haittaa toisille tai ympäristölle. Lintujen pesintää ja riistaeläimiä ei saa häiritä. Puita ei saa kaataa tai

vahingoittaa. Sammalta, jäkälää, maa-ainesta tai puuta ei voi ottaa ilman lupaa. Koti-rauhaa ei saa häiritä. Luontoa ei saa roskata. Moottoriajoneuvolla ei saa ajaa maas-tossa ilman maanomistajan lupaa. Kalastamiseen ja metsästämiseen tarvitaan asian-omaiset luvat. (Ympäristöhallinnon www-sivut. 2015.)

5.2 Biologinen ihmiskäsitys

Biologisen ihmiskäsityksen lähtökohtana on ajatus siitä, että ihminen on kehittynyt alkukantaisemmista eläimistä, joiden käyttäytymistä ovat hallinneet vaistopohjaiset, lajityypilliset, perityt käyttäytymismallit. Biologisessa ihmiskäsityksessä ajatellaan, että vaistot vaikuttavat edelleenkin ihmisen käyttäytymiseen ja että käyttäytyminen noudattaa samoja peruslinjoja kuin muidenkin kädellisten eläinten. (Grundtvuxin www-sivut. 2015.)

Erona muihin eläimiin on se, että ihminen kykenee tekemään havainnoistaan ja muis-tikuvistaan päätelmiä ja toimimaan niiden mukaisesti. Ihminen osaa siis ajatella. Ky-ky käyttää symbolikieltä on ihmisten taito, vastaavasti signaalikielen osaavat sekä eläimet että ihmiset vaistomaisesti. Tyypillistä ihmiselle on se, että hän käsittää oman minänsä, vaikka biokemisti saattaa olla sitä mieltä, että ihminen on ainoastaan ka-sauma erilaisten aineiden atomeja. Kehityksen myötä ihmiselle kypsyy taito kyetä normaalitilanteessa tarkkailemaan ja kontrolloimaan sekä hallitsemaan itseään. Bio-loginen ihmiskäsitys painottaa perimän suurta merkitystä ihmisen käyttäytymisessä. Lahjakkuus ja persoonallisuudenpiirteet periytyvät jälkeläiselle sellaisenaan. Lisäksi ympäristötekijöillä katsotaan olevan vaikutusta ihmisen kehitykseen, sillä vaistopoh-jaisia käyttäytymismuotoja voidaan kasvatuksella joko vahvistaa tai heikentää. (Grundtvuxin www-sivut. 2015.)

5.3 Holistinen ihmiskäsitys

Ihminen on monimutkainen kokonaisuus. Holistinen ihmiskäsitys lähtee ajatuksesta, että ihmisen tarpeisiin, elämään ja vaikeuksiin löytyy aina monta tarkastelunäkökul-

maa. Tarkastelunäkökulmia ovat tajunnallisuus, situationaalisuus ja kehollisuus. (Virtuaali AMK:n www-sivut. 2015.)

Tajunnallisuudella tarkoitetaan olemassaoloa psyykkisenä sekä henkisenä toimintona. Tajunnallisuus koostuu ihmisen kokemisen kokonaisuudesta. Tajunnallisuudessa asiat ilmenevät abstrakteina elämyksinä eikä tajunnassa ole mitään konkreettista, käsin kosketeltavaa. Muutokset tajunnallisuudessa tapahtuvat hitaasti; kun tajunnallisuuden yritetään vaikuttaa esimerkiksi opettamalla, kasvattamalla, terapialla tai valistustyöllä, työ etenee hitaasti. (Virtuaali AMK:n www-sivut. 2015.)

Situationaalisuudella tarkoitetaan olemassaoloa suhteessa omaan elämäntilanteeseen. Ihminen on aina suhteessa sekä fyysiseen että henkiseen ympäröivään todellisuuteen. Tällä olemisella on erilaisia vaikutuksia ihmiseen. Olemassaolosuhteissa omaan elämäntilanteeseen eli situaatiossa ihmiselle osa asioista elämässä määräytyy kohtalomaisesti ja osaan asioita ihminen kykenee itse vaikuttamaan. Situationaalisuuden tärkeys ihmisen olemisen muotona ilmenee minuuden muodostumisessa. Situaatiota kautta todellistuneet puolet itsestämme ovat hyvin tärkeitä persoonallisen identiteetin kehityksen kannalta. (Virtuaali AMK:n www-sivut. 2015.)

Kehollisuudella tarkoitetaan olemassaoloa orgaanisena tapahtumana. Kehollisen olemisen keskipiste on elämä. Elämän ylläpitämiseksi on kehon aineellinen olomuoto sekä sen toiminta välttämätöntä. Kehon toiminta ei pelkästään selitä itse elämän olemassaoloa. Ihmisen ajatukset, tunteet tai persoonallisuus tai niiden häiriöt eivät selity aivojen tai hermoston toiminnalla. Tarvitaan lisäksi kokemuksia ja suhdetta ympäröivään maailmaan. (Virtuaali AMK:n www-sivut. 2015.)

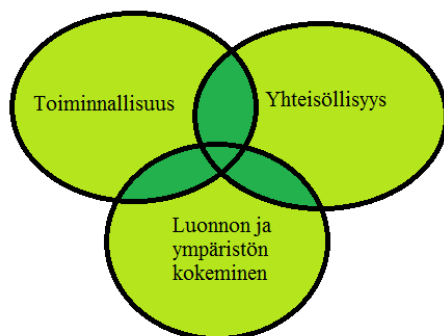
Holistisessa ihmiskäsityksessä ihminen nähdään biopsykososiaalisena kokonaisuutena ja siinä hyväksytään ihmisen uskonnollisten ja elämäntattomukseen liittyvien tarpeiden huomioiminen ja niihin vastaaminen. (Virtuaali AMK:n www-sivut. 2015.)

6 GREEN CARE

Green care on käsitteenä laaja toimiala. Siinä tuotetaan palveluja, jotka hyödyntävät luonnon ja maaseudunympäristön resursseja ihmisen hyvinvoinnin parantamiseen. Green care-toiminta on vasta muodostumassa. Suomessa toimiala onkin aivan uusi. (Suomen Maataloustieteellisen Seuran www-sivut. 2014.) Käsitteenä se esiteltiin Suomessa ensimmäisen kerran vuonna 2008. (Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskuksen. www-sivut. 2014.)

Green carelle ei ole keksitty luontevaa suomenkielistä käännöstä. Vihreän hoivan on katsottu olevan liian suppea käsite, koska Green care -toiminta voi olla myös kuntouttavaa, voimaannuttavaa, ennaltaehkäisevää tai kasvattavaa. (Määttä, H. 2014.)

Green caren kolme pääelementtiä ovat luonto, toiminta ja yhteisö. (Kuvio 1.) Näiden kolmen elementin yhdistäminen synnyttää Green care -toiminnan hyvinvointivaikutukset. *Luonto* on Green care -toimintapaikka. Luontoa käytetään asetettujen tavoitteiden edistämiseen. Toimintapaikkana voi olla esimerkiksi erämaa, hoidettu metsä, maatila tai puutarha. Eläimet ovat keskeinen Green care -toiminnan luontoelementti. *Toiminta* yhdistää ihmisen ympäristöönsä, lisäksi se luo mahdollisuuden oppimiselle ja kokemuksille. Tekeminen aktivoi ja tuottaa mielihyvää. Toimiminen voi olla myös vähäeleistä, kuten maiseman ihailua tai eläinten havainnoimista. *Yhteisö* tuo toimintaan osallisuuden. Vuorovaikutus liittyy yksilön osaksi yhteisöä. Vuorovaikutus tuo hyväksynnän kokemuksen. Parhaimmillaan yhteisön tuoma tuki suojelee terveyttä ja lisää toiminnan vaikutusta. (VoiMaa! hankkeen tuottama julkaisu Luonto hyvinvoinnin lähteenä. 2013.)



Kuvio 1. Green care sisällölliset teemat. (Mukailtu VoiMaa! hankkeen tuottamasta julkaisusta ”Luonto hyvinvoinnin lähteenä. 2013.”)

Green care on lisäarvoa tuottava elementti hoiva-, hoito-, ja kasvatuspalveluissa. Sillä ei ole yhtä ainoaa tietoteoreettista perustaa toisin kuin kasvatuksen ja hoidon käsitteillä. (Soini, Ilmarinen, Yli-Viikari & Kirveennummi. 2011, 321)

Ekopsykologia on yksi tärkeimmistä teorioista Green caren perusteena. Se on Yhdysvalloissa 1990-luvulla kehitetty psykologisen teorian ja käytännön yhtymän haara. Ekopsykologiassa painotetaan ihmisen ja luonnon keskistä yhteyttä, riippuvuutta ja lähestymistavassa katsotaan, että ympäristövastuullinen elämäntapa on välttämätöntä myös hyvinvoinnin ja mielenterveyden kannalta. (Määttä, H. 2014.)

Euroopassa toimintamalli on yleistynyt monissa maissa. Se on lähtenyt liikkeelle pienestä kokeilusta ja laajentunut ja vakiintunut toiminnan tasolle. Alankomaissa esimerkiksi toimii tällä hetkellä yli tuhannen hoivatilan verkosto. Hoivatilat tarjoavat tuettua työtä sekä kuntouttavaa toimintaa ja ympäristöä lähialueen asukkaille ja hoitolaitoksille. (Suomen Maataloustieteellisen Seuran www-sivut. 2014.)

Social farming on termi, joka on rinnastettavissa Green care -toimintaan. Se on Green care -toiminnan alahaara ja keskittyy selkeämmin maaseudun ja maatalouden ympärille. Social farming on myös uusi ja kehittyvä alue erilaisille sidosryhmille Euroopassa. Sidosryhmiä ovat maanviljelijät, maanviljelijöiden järjestöt, kuluttajajärjestöt, sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaiset ja järjestöt sekä viranomaiset. Social farming -lähestymistapa sisältää kaksi käsitettä: monimuotoinen maatalous sekä yhteisöllinen ja sosiaalinen terveydenhuolto. Social farming hyödyntää maatalouden resursseja sosiaalipalveluissa. Näitä palveluja ovat kuntoutukset, erilaiset hoidot, suojatytöt, opetus ja kasvatustyöt. (Norjan biotieteiden yliopiston www-sivut. 2015.)

Tunnetuimpia Green care -menetelmiä ovat puutarhaterapia, ratsastusterapia ja seikkailu- ja ympäristökasvatus. Puutarhaterapiassa on kysymys elvyttävien ja voimaannuttavien kokemusten tuottamisesta puutarhan ja kasvien hoidon avulla. Ratsastusterapia tarjoaa osallisuuden ja onnistumisen kokemuksia. Hevosien kanssa toimiminen kehittää motoriikkaa sekä psyykkisiä ja toiminnallisia taitoja. Seikkailukasvatus tarjoaa oppimisen elämyksiä, joissa mukana ovat toiminta, mieli ja tunteet. Tärkeintä ovat hyvät omakohtaiset kokemukset, joita luonto ja yhdessä tekeminen tarjoavat. Ympäristökasvatuksessa korostuu henkilökohtainen luontokokemus, jossa toiminnan

tavoite on enemmän kasvatuksellinen, kuin seikkailukasvatuksessa, vaikkakin ne kulkevat useasti käsi kädessä. (VoiMaa! hankkeen tuottama julkaisu Luonto hyvinvoinnin lähteenä. 2013.)

Green care –toimintaa on ollut aina. Aikana ennen sosiaaliturvaa maatilat antoivat työtä, turvaa, sosiaalisen verkoston ja yhteenkuuluvuuden tunnetta monelle ydinperheen ulkopuoliselle, joiden olisi muuten ollut vaikeaa työllistyä. Aikaisemmin hoitolaitokset, ”parantolat”, sijaitsivat maaseudulla. Tärkeänä pidettiin luonnonkaunistajaintia sekä ruokatuotannon omavaraisuutta. (Suomen Maataloustieteellinen Seuran www-sivut 2014)

Lapinlahden sairaalaa hyvinvoinnin kohtaamispaikkana tukivat vahvasti sairaalan ainutlaatuinen puutarha sekä luontoympäristö. Ne nähtiin aikoinaan tärkeinä hoidollisina voimavaroina, kun Suomen ensimmäiselle mielisairaalalle etsittiin rakennuspaikkaa. Sairaala valmistui vuonna 1841. (Salonen, K. & Merjanaho, S. 2014.)

6.1 Green Care Finland ry

Green Care-toiminta esiintyy Maaseutupoliittisessa kokonaisohjelmassa, ”Maaseutu ja hyvinvoiva Suomi.” Kesäkuussa 2010 toiminnasta kiinnostuneet perustivat Green Care Finland- nimisen yhdistyksen. Sen tavoitteena on koordinoida tiedonvälitystä, kehittää Green Care- palvelutuotteita, markkinointia ja koulutusta, auttaa toimijoita verkostoitumisessa. (Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskuksen www-sivut. 2014.)

Green Care Finland ry on valtakunnallinen yhdistys, joka pyrkii edistämään luonnon ja maaseutu ympäristön hyvinvointivaikutuksiin perustuvaa palvelutoimintaa. Yhdistyksen jäsenet ovat alalla toimivia sekä alasta kiinnostuneita yrityksiä, tutkimus-, kehittämis- ja koulutusorganisaatioita tai yksityisiä henkilöitä. Green Care Finland ry on aktiivinen alan kehittäjä, joka lisää ja tuo esiin tietoa alasta, osallistuu Green Care toimintaa koskevaan yhteiskunnalliseen keskusteluun ja tekee alaan kuuluvia aloitteita. Yhdistyksessä löytää Green Care -toiminnan keskustelu- ja yhteistahoja. (Green Care Finland ry www-sivut. 2014.)

6.2 Luonnon merkitys lapselle

Lapsuuden luontokokemukset ovat hyvin merkityksellisiä. Luonnossa leikkiminen on tärkeää lapsen fyysiselle sekä psyykkiselle kehitykselle. Luonnossa oleminen ja tutustuminen opettaa lapselle luonnon arvostamista. Monet ovat huolissaan siitä, että lapset leikkivät yhä enemmän sisätiloissa, eivätkä vietä aikaansa enää ulkona luonnossa. Yhdysvaltalainen Richard Louv (2006) on kirjoittanut aiheesta teoksensa ”Last Child in the Woods.” Hänen kirjoituksensa mukaan luonnosta vieraantumisen voi seurata ilmiö, jonka hän on nimennyt luontovajehäiriöksi (nature-deficit disorder). Hän kertoo kirjassaan, että luonnossa leikkimisen puute voi aiheuttaa erilaisia tarkkaavaisuushäiriöitä, kuten ADHD-oireita. Lapselle luontokokemukset ovat tärkeitä, jotta hän voisi oppia luonnon lainalaisuudet kokemuksen kautta. (Louv 2006, 34-35.)

Kirjasta opittua asiaa ei voida ymmärtää yhtä syvällisesti kuin oman kokemuksen kautta opittua. Taina Laaksoharjun ja Erja Rapen (2010) tekemässä tutkimuksessa selvitettiin 9-10-vuotiaiden suomalaislasten suhdetta luontoon. Tutkimus osoitti, että maalla asuvien lasten luontosuhde oli vahva. Vastaavasti kaupunkilaispojilla erityisesti luontosuhde saattoi olla hyvin heikko. Kaupungeissa asuvien lasten kasvitunteus oli useimmiten heikko, eivätkä he tunteneet olevansa osa luontoa. Toiset lapsista olivat sitä mieltä, että he voisivat elää ilman kasvillisuutta. Tämä sai tutkijat miettimään, mitä tapahtuu, jos tulevat sukupolvet eivät enää tiedä elämän riippuvan kasvillisuudesta. Luonnon suojeleminen ei ole mielessä, jos luonnon ja kasvillisuuden merkitystä ei ymmärretä. (Laaksoharju, T. & Rappe, E. 2010.)

Taina Laaksoharju valmistelee aiheesta ”lasten luontosuhde” artikkeliväitöskirjaa. Lapsen luontosuhde ei synny automaattisesti kuten aikoinaan, kun tarjolla ei ollut muuta tekemistä. Hänen tutkimistaan helsinkiläislapsista 40 prosenttia sanoi metsän olevan heidän lempipaikkansa. Kuinka paljon he sitten siellä aikaansa viettävät, ei olla varsinaisesti tutkittu. Luontosuhteen syntyminen vaatii vanhempien aloitteellisuutta. Kansainvälisesti ollaan myös huolestuneita siitä, että lapset viettävät liikaa aikaa tietokoneen ja television ääressä. Amerikkalaisten lastenkirjojen kuvituksissa näkyy enemmän rakennettua ympäristöä, kuin luontoa. Sama trendi on menossa meilläkin. Laaksoharjun tutkimuksessa kaksitoista prosenttia lapsista kertoi, etteivät

he leiki ulkona ollenkaan. Vaikka tietokone on hyvin koukuttava ja houkuttava, silti alle 12-vuotiaan lapsen saa vielä innostumaan luonnosta. Mikäli 12 ikävuoteen mennessä lapselle ei ole muodostunut luontosuhdetta, on vaikea saada lasta enää innostumaan ulos lähtemisestä. Mikäli puissa kiipeily turvallisuuden nimissä estetään, tehdään haittaa lapsen kehitykselle. Tällöin lapsi ei uskalla aikuisenakaan ottaa riskejä. Lasten kanssa tulisi mennä metsäretkille ja ihmetellä luontoa heidän kanssaan. Riehumista ja kiipeilyä ei tule rajoittaa. Kaupunkiviljelyyn tulisi kaikilla olla mahdollisuus. (Laaksoharju, T. 2015.)

Laaksoharju kertoi, että lapset kiintyvät nopeasti fyysiseen paikkaan. Arviolta siihen menee kaksi viikkoa. Ensimmäisen viikon aikana lapsilla on ulkopuolinen olo. He tuntevat vastenmielisyyttä esimerkiksi ötököihin ja likaan. Pikkuhiljaa antipatia muuttuu uteliaisuudeksi. Lapset alkavat esittämään kysymyksiä ja tutkivat rohkeammin ympäristöä. Toisen viikon lopulla he kiintyvät paikkaan. He alkavat antaa madoille nimiä, koristelevat lempipuitaan ja leikkivät pitkiä leikkejä, joita ei syntyisi ilman luonnon tarjoamia mahdollisuuksia. Luontoäiti inspiroi lapsia. Laaksoharjun järjestämällä leirillä muta oli lasten suosikkimateriaali. Tytöt tekivät siitä kasvonaamioita ja pojat rakensivat vesikanaaleja. Kuolleelle jänikselle pidettiin hautajaiset ja sen haudalle vietiin kukkia. Kasvimaan hoidossa ilmeni leikkiä, kun pojat kuvittelivat olevansa kuljetusautoja ja kitkemisrobotteja. (Laaksoharju, T. 2015.)

Lapset osallistuiivat maan muokkaukseen, kylvöön, rikkaruohojen kitkemiseen. He kastelivat viljelyksiä ja korjasivat satoa. Lapset oppivat olemaan ylpeitä kätensä töistä sekä auttamaan toisiaan. Lapset oppivat ymmärtämään, että kaikki eivät ole hyviä samoissa asioissa. Lapsia pidetään kärsimättöminä, mutta puutarhaleirillä he eivät malttaneet lopettaa töitään ja käydä välillä juomassa. Kesän lopussa lapset olivat aloitekykyisempiä kuin alkukesästä. Kasvimaan hoitaminen opetti lapsille itsestä työntekoa ja sosiaalisuutta. Puutarha herätti moraalista keskustelua, miksi toinen tekee vähemmän kuin toiset ja onko oikein jakaa sato kaikkien kesken tasan. Leireille osallistui myös perheitä, joissa oli vaikea tilanne menossa, esimerkiksi keskeneräinen avioeroproessi. Puutarhan yhteinen hoitaminen oli heille terapeuttilinen kokemus. (Laaksoharju, T. 2015.)

Taina Laaksoharju on vinyt lastenpuutarhaidean Keski-Eurooppaan, missä ollaan innostuneita asiasta. Päättäjien tulisi tajuta toiminnan hyödyt lasten kehitykselle. Ammatilainen ohjaamassa kasvimaan hoitamista maksaa, joten toiminnalle tarvitaan julkista tukea. (Laaksoharju, T. 2015.)

Luonto rauhoittaa, lisää keskittymiskykyä ja vähentää ahdistusta. Vuorovaikutus luonnon kanssa kehittää vastuuntuntoa ja empatiakykyä, toteavat psykologi Kirsi Salonen sekä psykologi Santtu Merjanaho. (Salonen, K. & Merjanaho, S. 2014.) Luonto antaa hyviä mahdollisuuksia fyysisen kunnan ylläpitämiseen ja kohentamiseen sekä keuhonhallinnan parantamiseen. Ulkoliikunta parantaa hapen ja auringonvalon saantia. Fyysinen luonnossa toimiminen parantaa ruokahalua ja unenlaatua. (VoiMaa! hankkeen tuottama julkaisu Luonto hyvinvoinnin lähteenä. 2013.)

6.3 Lemmikkieläimet ja ihmisen terveys

Monet lemmikkieläinten omistajat kertovat, että lemmikkieläimen omistaminen ja siitä huolehtiminen kohentaa heidän terveydentilaansa. Tutkimukset puhuvat myös sen puolesta. Lemmikin omistajalla on pienempi riski sairastua useisiin sairauksiin kuin lemmikkiä omistamattoman. Tämä on kokonaisvaltaista eli fyysistä, mentaalista ja psykologista. Yhdysvalloissa käytetään nimitystä Animal Assisted Therapy eli AAT. Lemmikkieläimen ja ihmisen välinen vuorovaikutus edistää terveyttä parantamalla psykiatristen kroonikkopotilaiden sosiaalista kykyä ja vuorovaikutusta toisten ihmisten kanssa. Hoitokodeissa ja vanhainkodeissa monet vanhukset taputtelevat eläimiä mielellään ja juttelevat eläimen kanssa, joskus jopa kävelevät eläin seuranaan. Eläinten on huomattu saavan heidät liikkeelle sängyistä ja olemaan kontaktissa muiden ihmisten kanssa, mikä mahdollistaa erilaisia virkistys- ja harrastetoimintoja. Joskus lemmikkieläin, erityisesti koulutettu koira, pystyy auttamaan ortopedisiä potilaita liikkumaan leikkauksen jälkeen siinä vaiheessa, jolloin käveleminen olisi eduksi toipumiselle. Dementoituneet potilaat voivat olla tavallista vähemmän kiihtyneessä tilassa, kun heidän seuranaan on lemmikkieläin. Tämä onkin havaittu hyväksi asiaksi ja se leviää koko ajan eri maiden dementiapotilaita hoitavissa laitoksissa. (Vartiavaara, I. 2006.)

Noin 80 % lemmikin omistajista on todennut, että lemmikki pystyy lohduttamaan omalla tavallaan, jos jokin pahoittaa mielen. Lisäksi 60 % oli sitä mieltä, että lemmikin avustuksella on helpompaa solmia tuttavuuksia. On vahvaa näyttöä siitä, että lemmikkieläimet auttavat tehokkaasti toipumaan sairauksista. Sydäninfarktin saaneiden potilaiden kuolleisuus on kolmanneksen pienempi, jos heillä on lemmikkieläin. On huomattu myös, että lemmikkieläimen omistavien sydäntautikuolleisuus on 3 % normaalia alhaisempi, mikä koko väestöstä puhuttaessa on jo aika merkittävä määrä. Lisäksi ihmisen neurokemiallisessa hormonierityksessä tapahtuu muutoksia. Dopamiinin, beeta-endorfiinien, prolaktiinin ja oksitosiinin erityis verenkiertoon lisääntyy. Sen johdosta ihmisen mieliala kohoaa, turvallisuuden tunne kasvaa, ihminen on mieleltään rauhallisempi, onnellisempi, tyytyväisempi ja paremmin muita ihmisiä huomioon ottava. Stressilääkkeenä lemmikki on korvaamaton. Lemmikin omistajat selviytyvät tavallista paremmin stressaavista tilanteista. Masennus lievittyy. Univaikeudet ovat lemmikin omistajilla harvinaisempia ja päänsärkyä ilmenee vähemmän kuin muilla ihmisillä. Kun eläimiä on altistettu stressitilanteille, ovat ne selvinneet erilaisista kielteisistä stressitekijöistä, jos niiden seurana on ollut muita eläimiä. Sama koskee todennäköisesti myös ihmisiäkin. Erityisesti länsimaalaiset ovat tehneet tämän itselleen kovin vaikeiksi. On yhä harvinaisempaa elää tiiviissä perheyhteisöissä ja löytää luontevia sosiaalisia tukiverkostoja ympärilleen. Mahdollista on, että saamme eläinkunnasta hyviä korvikkeita, lemmikkieläimiä. Tiede tuntee monia hyviä esimerkkejä siitä, kuinka ihmisen ja eläimen välinen suhde on auttanut monissa eri sairauksissa. Joidenkin havaintojen mukaan tuo suhde voi jopa pidentää ihmisen elinikää. Ruuansulatus on osoittautunut toimivan paremmin lemmikkieläimen omistajalla. Koeoloissa on huomattu ihmisen ja eläimen välisen suhteen alentavan syöpää sairastavien ihmisten verenpainetta ja lievittävän heidän ahdistustaan. Myönteisesti eläinten on todettu vaikuttavan autismiin, eräisiin neurologisiin sairauksiin ja hoitohenkilökunnan mielialoihin. Eläimen omistajat käyvät monien tutkimusten mukaan muita harvemmin lääkärillä ja käyttävät keskimääräistä vähemmän lääkkeitä. Vanhusten lääkärikäynnit vähenevät jopa 21 %:lla. Lemmit antavat ihmisten elämään tarpeellista järjestystä ja hyviä rutiineita ja lemmikin pitäminen opettaa vastuuta. Ne eivät arvostele omistajiaan, vaan ilmaisevat ehdotonta rakkauttaan heitä kohtaan. Tutkimusten mukaan itsemurha-alttius on lemmikin omistajilla keskimääräistä pienempi. Eläimet antavat omistajalleen usein aiheen nauraa ja iloita. Vaikuttaa siltä, että lemmikkieläin pystyy luomaan kotiin kuin kotiin tietynlaisen rentoutuneen ja

pehmeän ilmapiiriin, mikä sitten heijastuu jokaiseen perheenjäsenen jollain tavalla. (Vartiovaara, I. 2006.)

Australiassa tehty tutkimus antaa tärkeää tietoa lemmikeistä. On pitkään tiedetty, että koirien omistajilla esiintyy keskimääräistä vähemmän sepelvaltimotautia, heillä on alhaisempi kolesterolitaso ja kohtalaisesti alentunut triglyseridimäärä. Eläimet alen-tavat verenpainetta ja hidastavat nopeaa pulssia. Koirat on eniten käytetty eläinlaji sairaalaoiloissa, koska niitä pystytään kouluttamaan muita eläimiä paremmin. Kisso-jen suhteen koulutus ei onnistu, vaan hyvän hoitokissan tulee olla jo alun perin oike-an luonteinen. Lemmikkieläin tarjoaa yleensä useita tilaisuuksia riemukkaaseen leik-kimiseen, mikä aikuisille on ikävä kyllä usein liian vierasta ja ilmenee vain kilpai-luissa ja peleissä, joissa leikki usein voi olla kaukana. Koirat ovat lähes loputtomiin halukkaita hakemaan niille heitettyjä keppejä ja palloja ja tuomaan ne onnellisina omistajalleen. Leikki tekee hyvää ihmiselle, myös aikuisiässä. Se antaa vapauden olla uudelleen lapsi ja leikkimielinen. Kukaan ei arvostele lemmikkinsä kanssa tou-huavaa aikuista. Lemmit ovat tavattoman sensitiivisiä huomaamaan, jos omistajalla on vaikeuksia. Ne huomaavat pienetkin käyttäytymismuutokset, joita omat perheen-jäsenet eivät huomaa. Ne pystyvät toteamaan diabeetikon veren sokeripitoisuuden laskun, maanisyyden tai maanis-depressiivisen käyttäytymisen alkamisen ja jopa syövän puhkeamisen. Lemmikkieläin tuo usein mieleen allergian. Varhaisiällä tapah-tuva altistuminen lemmikkieläimille auttaa elimistöä rakentamaan puolustuskeinoja allergioita ja astmaa vastaan. Lemmikkieläinten vaikuttavat pikkulapsiin auttamalla kehityksen eri vaiheissa, tukevat psyykkistä terveyttä, vähentävät liikapainoa ja aut-tavat lasta olemaan aktiivinen. (Vartiovaara, I. 2006.) Koiran läsnäolo sekä silittämi-nen rauhoittavat. (Kennelliiton www-sivut. 2015.)

Lastenpsykiatrian erikoislääkäri ja lääketieteen tohtori Kaija Ikäheimo on viime vuo-sina ottanut omat koiransa mukaan vastaanotolle. ”Koiran läsnäolo helpottaa suhteen luomista lapsen ja terapeutin välille. Koira voi saada lapsen rentoutumaan, joten ujut, ahdistuneet ja masentuneet lapset ovat hyötäneet koiran läsnäolosta. Vilkkaut ja le-vottomat lapset hyötävät puolestaan koiran mukana tuomasta toiminnallisuudesta. Terapian tukena on käytetty myös erilaisia vuorovaikutustilanteita eläimen kanssa. Eläinten kanssa opittua tunneilmaisua on mahdollista siirtää edelleen ihmissuhtei-siin.” (VoiMaa! hankkeen tuottama julkaisu Luonto hyvinvoinnin lähteenä. 2013.)

Carie Braunin, Teresa Stanglerin, Jennifer Narvesonin ja Sandra Pettingelin tekemä tutkimus osoitti, että eläinten läsnäolo sairaalassa rauhoitti lapsia sekä vähensi kipulääkityksen tarvetta. (Braun, C., Stangler, T., Narveson, J. & Pettingel, S. 2009.)

6.4 Työtoiminta terapiana

Suomalaiseen kulttuuriin kuuluu oleellisesti työnteko ja työnteolla onkin iso vaikutus psykososiaaliseen toimintakykyyn. Tärkeä osa elämän mielekkyydestä ja sisällöstä tulee työssä selviytymisestä ja onnistumisesta. Työtä tekevä ihminen kiinnittyy yhteiskuntaan, on mukana rakentamassa yhteiskuntaa ja kokee olevansa hyödyksi yhteisölle. Työ jäsentää ihmisen arkea ja ajankäyttöä ja on siten tärkeä voimavara. Päiväohjelma tuo säännöllisyyttä, aktiviteettia ja mielekkyyttä elämään. Ihmisen identiteetin rakentumisessa työllä on iso merkityksensä ja työ on vahva osa ihmisen elämäntapaa. (Kettunen, Kähäri-Wiik, Vuori-Kemilä & Ihalainen 2003, 70-71.)

Mielisairaalahoidossa 1930-luvulla vaikutti somaattisten hoitojen lisäksi simonilaisena työterapiana tunnettu potilaita aktivoiva hoitomuoto. Hoitomuoto sai nimen saksalaisen Hermann Simonin (1867–1947) mukaan. Hän oli ollessaan mielisairaallääkärinä ryhtynyt järjestämään potilaille mielisairaala-alueen mahdollisuuksien rajoissa olevia töitä. Tuloksensa hän julkaisi vuonna 1929 ilmestyneessä kirjassaan. Tavoitteellisen toiminnan merkitys ihmiselle mielisairaalassa oli keskeisin tulos koikeilusta. Tätä välittömään oivallukseen eli intuitioon perustuvaa järkevää ajatusta ei kuitenkaan lähdetty kehittämään eteenpäin, vaan sen käyttö alkoi vähentyä. ”Raitis ilma, ulkoilu ja liikunta ovat tärkeitä asioita mielisairauden hoidossa ja työterapia on tärkeä ellei tärkein hoitokeino,” lääkäri Gurli Särkilähti kirjoitti vuonna 1951 mielisairaiden hoidosta. Tällöin tapahtui iso käänne psykiatrian ajattelutavoissa. (Hautamäki I. 2013, 20, 41)

Potilaat osallistuivat aikoinaan paljolti kykyjensä mukaan työtoimintaan. (Suomen Maataloustieteellinen Seuran www-sivut. 2014.) Työntekoa on käytetty myös moraalisen kasvatuksen ja sosiaalisen kontrollin keinona. (Oulun yliopiston www-sivut. 2015.) Hyvinvointivaltion muodostumisen jälkeen työtehtävät on korvattu laitoksissa

teollisuusterapialla. (Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskuksen www-sivut. 2014.)

Kuntoutussäätiössä tehdyssä tutkimuksessa, ”Työtä, tukea ja mielenterveyttä” selvitettiin mielenterveyskuntoutujien kokemuksia työllistymismalleista. Siinä haastateltiin mielenterveyskuntoutujia sekä ohjaajia ja työnantajia kolmesta toimintayksiköstä. Haastatteluaineiston käsittelyssä nousi esille kolme eri kategoriaa. Ensimmäinen kategoria sisälsi psyykkisen merkityksen. Työllistymisellä koettiin olevan vaikutusta kuntoutujan psyykkiseen hyvinvointiin. Toinen kategoria sisälsi sosiaalisen merkityksen. Kolmanteen luokkaan laskettiin taloudelliset ja muut seuraukset. Nämä johtuivat palkan ja muiden rahallisten korvausten vaikutuksista sekä työkokemuksen mukanaan tuomista hyödyistä. (Valkonen, Peltola & Härkäpää 2006, 18,48.)

Eklundin (2004) tekemässä tutkimuksessa selvitettiin mielenterveyskuntoutujien kokemuksia ja odotuksia kuntouttavasta työtoiminnasta. Tutkimuksessa kävi ilmi, että kuntoutajat kokivat työtoiminnan pääosin positiiviseksi. Työtehtävät olivat yksinkertaisia, kuten pakkaus-, lajittelu- ja kokoonpanotöitä. Haastateltavien mukaan työterapia koettiin hyödylliseksi, mutta työt olivat liian yksinkertaisia ja helppoja. Osa haastateltavista olisi halunnut lisää vaihtelua sekä haasteita työhön. Kehittämissideoina tuotiin esiin töiden monipuolistaminen sekä erilaisten töiden tekeminen. Toiset kokivat, etteivät he mahdollisesti pystyisi tekemään vaativampaa työtä. Monet pitivät tärkeänä säännöllisiä kontakteja toisiin kuntoutujiin. (Eklund 2004, 25-33)

Ulla Aspvikin vuosina 1998-2000 tekemässä tutkimuksessa nousi selkeästi esille työn merkitys psyykkisesti vajaakuntoisen voimaantumiselle. Siirtyminen pois työskentelystä avotyötoimintaan edistää voimaantumista. Avotyötoiminta sisälsi myös puutarhanhoitoa. Avotyötoiminta merkitsi psyykkisesti vajaakuntoisille mielekästä työtä, itsen ja arjen rakentumista työn avulla ja työyhteisöön kuulumista. Työtehtävistä suoriutuminen toi avotyöntekijälle kokemusta aikuisen roolissa toimimisesta. Tutkimukseen osallistuneet avotyöntekijät kokivat vastuun lisääntyneen suhteessa aikaisempaan työsalilla työskentelyyn. Henkilökohtainen vastuu toi mukanaan itsenäisen päätöksenteon, joka oli haaste työntekijälle. (Aspvik, U.2003. 77,79,80)

Sosiaali- ja terveysministeriön tekemässä kuntoutuskokeilussa tutkittiin nuorten syrjäytymisen ehkäisemiseksi tähtääviä projekteja ja palvelujärjestelmiä. Projektien tarkoituksena oli selvittää, miten nuorten tuen tarpeeseen kyettäisiin vastaamaan ja kuinka nuorten sosiaalista kiinnittymistä voitaisiin parantaa. Tutkimuksen kohteena olivat 15-17-vuotiaat nuoret . Tutkimukseen sisältyi 18 projektia ympäri Suomea vuosina 2001-2003. Syrjäytymisvaarassa olevat nuoret tarvitsevat näköaloja sekä tukea, jotta voisivat saavuttaa päämääriään. Tavoitteelliseen toimintaan ei päästä, mikäli nuorella ei ole tavoitteita, joihin hän itse uskoo pääsevänsä. Tutkimuksen perusteella kuntoutusraha lisäsi nuorten motivaatiota pyrkiä tavoitteisiin. Osa projektin toimijoista näki tärkeänä kehittämiskohteena onnistua luomaan nuorissa motivaatiota muulla tavalla kuin rahan avulla. Nuorten tulisi ymmärtää, että työn avulla tapahtuva aktiivisuuden muutos on elämän ja nuoren tulevaisuuden kannalta paljon tärkeämpää kuin toiminnasta saatava raha. (Lindholm-Ventola, H. 2010, 10)

6.5 Green care –hankkeita ja tutkimuksia

Euroopassa on tällä hetkellä käynnissä useita tutkimus- ja kehittämishankkeita, joissa Green care -toimintaa eri muodoissaan edistetään erityisesti maaseudulla ja maatalaympäristöissä. (Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskuksen www-sivut. 2014.)

”VoiMaa!” oli Hämeen ELY-keskuksen rahoittama Valtakunnallinen Maaseudun kehittämishanke, joka toteutettiin vuosien 2011 ja 2013 välisenä aikana. Hankkeen tarkoitus oli kehittää Green care -toimintaa Suomessa. Hanke selvitti suomalaisen Green care -toiminnan palvelumalleja ja tarpeita niiden laadunhallintaan sekä osaamisen kehittämiseen. Green care -tietoisuutta ja tunnettavuutta edistettiin alueellisten Green care -hankkeiden sekä Green Care Finland ry:n kanssa yhteistyössä. Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskuksen ohella hankkeessa olivat mukana Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, Ruralia-Instituutti sekä Keski-Pohjanmaan koulutusyhtymä. (Luonnonvarakeskuksen www-sivut. 2015.)

Farming for Health on kansainvälinen verkosto Green care toimijoille ja tutkijoille. Ryhmään kuuluu henkilöitä 22 eri Euroopan maasta sekä maita Aasiasta, Afrikasta ja Pohjois-Amerikasta. Ryhmän jäsenet tekevät tutkimuksia ja jakavat tietoa keskenään,

sekä tapaavat toisiaan järjestetyissä tilaisuuksissa ja kokouksissa. (Farming for health www-sivut. 2015.)

SoFar- projekti on Green care –toiminnan kehittämishanke, joka pyrkii tuomaan esiin maatilojen monia mahdollisuuksia, kohentamaan maaseudun olosuhteita ja vaikuttamaan poliittiseen päätöksentekoon, joka keskittyisi enemmän maaseudun etuihin. Projekti on käynnissä Italiassa, Alankomaissa, Saksassa, Belgiassa, Ranskassa, Sloveniassa ja Irlannissa. Hanke on Euroopan unionin tukema. (SoFar www-sivut.2015.)

Keravan vankila sijaitsee luonnonläheisessä ympäristössä. Siellä on aloitettu Green care -toimintaan pohjautuva ”Juuret vapauteen” -projekti. Vankien kuntoutus aloitetaan luonnon ja eläinten avulla. Vangit työskentelevät alueella toimivassa lampolassa. He käyvät siellä useita kertoja päivässä. Lampaat ovat tottuneet vankien läsnäoloon. Puutarhatyöt sekä kaniin ja lampaiden hoito ovat osa Keravan vankilassa toteutettavaa Green care -toimintaa. Vastuu eläimestä voi olla iso kokemus. Keravalla 25- vuotta puutarhurina työskennellyt Hannu Roos näkee Green care -toiminnan positiiviset vaikutukset vankien kokemuksissa. ”Jokaisella on tarve tulla huomatuksi, se kuuluu ihmisluontoon. Jo se on merkityksellistä, että eläin huomaa hoitajansa. Eläimet eivät tuomitse”. Taimien kasvattaminen ja hoitaminen puutarhalla sekä karitsojen ja kaniin syntymä on uuden elämän alkua. Vastuun kantaminen elävästä olennotta antaa monelle tärkeän kokemuksen omasta arvosta huolen ja hoivan antajana. ”Joskus emä voi hylkiä poikastaan tai useita karitsoja synnyttänyt emä ei tuota tarpeeksi maitoa. Silloin karitsoja ruokitaan pullolla ja vastuu siitä on useimmille huikea kokemus”, Roos sanoo. (Määttä, H. 2014.)

Heidi Kajander on tutkinut puutarhatyötoiminnasta saatuja kokemuksia vankien näkökulmasta. Tutkimuksen mukaan puutarhatyöskentely ja erityisesti eläinten kanssa toimiminen on auttanut vankien vankilassa tapahtuvaa päihdekuntoutusta. Luontoympäristön koettiin antavan levähdyspaikan arjesta ja menneisyyden asioiden miettimisestä. Se auttoi hetkellisesti unohtamaan vankilassa olon. Juuret vapauteen –projekti on tuottanut Green care -toimintaan pohjautuvan toimintamallin vankilaan, jota on lähdetty toteuttamaan pysyvästi Keravalla. Mallia voidaan viedä myös toisiin vankiloihin sovellettavaksi. Yksi suurimmista tavoitteista on luoda asiakkaille uusia koulutus- ja työllistymispolkuja vankeudesta aina siviiliin siirtymiseen asti Green

care -ajattelua hyödyntäen. Koulutuspolkuja mahdollistavat projektin yhteistyökumppanit, joita ovat Invalidiliiton Järvenpään koulutuskeskus, Keudan aikuisopisto ja oppisopimustoimisto sekä Keskuspuiston ammattiopisto. Juuret vapauteen – projektin toteutuksessa ovat mukana myös Rikosseuraamuslaitos ja Kriminaalihuollon tukisäätiö. Projektista vastaava viranomainen on Hämeen elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskus ja sitä rahoittaa Euroopan Sosiaalirahasto. (Määttä, H. 2014.)

Green care -toimintaa tehdään lisäksi aktiivisesti myös Metsähallituksen työkohteissa, joista Sipoonkorven työnjohtajat ovat käynnistäneet Green care -toimintaan liittyvän kehitysohjelman. "Nämä kehityshankkeet olivat molemmat osa meidän järjestämää GC-koulutusta", Kajander kertoo. Toiminta-aikaa Juuret vapauteen -projektilla on vuoden 2014 loppuun asti. Projektin päätyttyä toiminnot eivät lopu; ainakin alueella toimineet puutarha ja lampola jatkavat entiseen malliin. Parhaillaan Keravalla selvitetään, onko vankilaan mahdollisuus saada kanoja. Osa yhteistyötahoista säilyy projektin loputtua, kuten Invalidiliiton Järvenpään koulutuskeskus sekä Keskuspuiston ammattiopisto. Lisäksi Keudan koulutuspolun yhteydessä käynnistettiin Green Care -ryhmätoiminta tukemaan opintoja. (Määttä, H. 2014.)

Kalevi M. Korpelan, Matti Ylénin, Liisa Tyrväisen ja Harri Silvennoisen (2010) tekemässä tieteellisestä tutkimuksesta käy ilmi, että luontoympäristöt ovat tärkeitä mielipaikkoja suomalaisille ihmisille. Vain 5 % väestöstä on niin sanottuja cityihmisiä, joiden mielipaikat olivat selkeästi rakennettu ympäristöjä. (Korpela, K., Ylén, M., Tyrväinen, L. & Silvennoinen, H. 2010.)

Hiroshiman yliopistossa tehdyn tutkimuksen mukaan eläinvaivojen katselu laukaisi tutkimukseen osallistujissa positiivisen tunnetilan, joka nosti motivaatiota samalla tavalla kuin mikä tahansa onnea, mielihyvää tai iloa aikaansaava asia. Suorituskyky parantui kuvien katselun jälkeen jopa kymmenen prosenttia. Tutkimusryhmä tuli tähän tulokseen tutkimalla 130 opiskelijan suoritusta. Opiskelijat jaettiin kolmeen ryhmään. Ensimmäinen ryhmä katsoi kuvia koiran- ja kissanpennuista, toinen aikuisista eläimistä ja kolmannelle näytettiin kuvia herkullisista ruoka-annoksista. Ruokakuvilla ei todettu olevan vaikutusta suorituskykyyn. Aikuisten eläinten kuvien silmäily paransi suoritusta 5 prosentilla. Kaikkein paras tulos syntyi pentukuvia katsoamalla. (PLOS One – verkkolehden www-sivut. 2014.)

Richard Mitchellin ja Frank Pophamin Iso-Britaniassa tekemässä tutkimuksessa, todettiin viheralueiden edistävän terveyttä ja pidentävän jopa elinikää. Erityisesti tämä tulos näkyi alemman sosiaaliluokan ihmisillä. (Core www-sivut. 2015.)

Frances E. Kuon ja Andrea Faberin tekemä tutkimus selvitti luonnon vaikutusta yli-vilkkaiden käyttäytymiseen. Tutkimus osoitti ADHD-lasten levottomuuden ja häiriökäyttäytymisen kolminkertaistuvan, kun luonnossa tapahtuva liikkuminen korvattiin sisäliikunnalla. (Kuo, F. & Faber, A. 2004.)

Kaisa Mesimäki (2011) on tehnyt pro gradu –tutkielman luonnon merkityksestä kuntoutuksessa. Tutkimuksen mukaan luontoympäristöä tarvitaan muun muassa päihderiippuvaisten asiakkaiden kuntoutuksessa. Kaisa Mesimäki tutki päihdeongelmasta toipuneiden ihmisten luontokokemuksia. Tutkimuksen mukaan useilla oli lapsuudessa vahva luontoside, joka katkesi päihteen käytön myötä. Suhde luontoon löytyi uudelleen kuntoutuksen ja raitistumisen myötä. Mesimäen mukaan luontoa tulisi hyödyntää enemmän osana päihdehoitoa, sillä luontoympäristön on useissa tutkimuksissa todettu vaikuttavan myönteisesti ihmisten hyvinvointiin. Menetelmä on edullinen ja helposti sovellettavissa eri ympäristöihin. (Mesimäki, K. 2011. 40-50, 86-87.)

Zoltan Kovacsin, Renata Kisin, Sandor Rozsan ja Linda Rozsan (2004) tekemä tutkimus osoitti, että eläinavusteisella terapialla saavutettiin skitsofreniapotilaiden kanssa parempi sitoutuminen ryhmätyöskentelyyn. Lisäksi sosiaaliset taidot parantuivat. (Kovacs, Z., Kis, R., Rozsa, S. & Rozsa, L. 2004.)

6.6 Maaseudulta terveyttä

Maaseutu on aluetta, joka ei ole kaupunkia eikä asumatonta erämaata. (Vapaan tietosanakirja Wikipedian www-sivut. 2014.)

Maatilan kuntouttava käyttö on vielä Suomessa melko harvinaista. Monissa Euroopan maissa maatilaympäristöjä käytetään monimuotoisesti erilaisen sosiaalisen kun-

toutuksen tarpeisiin ja niin sanottu hoivamaatalous on jo siellä tunnettu menetelmä. Maatilalla luonto on koko ajan mukana arjen rutiineissa, muun muassa eläinten hoitamisessa ja kasvien kasvukauteen liittyvissä töissä. Yhteisöllinen yhdessä tekeminen ja päivärytmin noudattaminen tukevat kuntoutumista. Metsätalouden töitä voidaan käyttää yhtäläillä samaan tarkoitukseen kuin muitakin maatalan töitä. (VoiMaa! hankkeen tuottama julkaisu Luonto hyvinvoinnin lähteenä. 2013.)

Maaseudulla kasvaneet lapset ovat tutkitusti terveempiä kuin kaupungeissa kasvaneet. Kasvien siitepölylle, luonnon mikrobeille sekä eläimille altistuminen suojaavat allergioilta, astmalta sekä suolisto- ja tulehdussairauksilta läpi koko elämän. Tutkimustulokseen päästiin akatemiaprofessori Ilkka Hanskin (2012) vetämässä Helsingin yliopiston biotieteiden laitoksen tutkimuksessa. Tutkimuksessa mitattiin 120 Pohjois-Karjalassa asuvan koululaisen ihon bakteerikanta sekä veren vasta-aineet. Niitä vertailtiin lasten asuinympäristöön. Huomattiin, että lapset, joiden asuinympäristössä sijaitti paljon maatalousmaata ja metsää, olivat vastustuskykyisempiä sairauksille kuin rakennetun ympäristön lapset. (Hanski, I., von Hertzen, L., Fyhrquist, N., Koskinen, K., Torppa, K., Laatikainen, T., Karisola, P., Auvinen, P., Paulin, L., Mäkelä, M., Vartiainen, E., Kosunen, T., Alenius, H. & Haahtela, T. 2012.)

Allergiat, astmat ja muut tulehdusperäiset sairaudet tulevat lisääntymään sitä mukaa, kun väestö ahtautuu kaupunkeihin. Kontakti luontoon on hiipunut. Kesämökkeillesäkkin lapset voivat pelata tietokoneella sisätiloissa. Puhtaassa ympäristössä lasten vastustuskyky ei kehity, mistä seuraa allergioita ja muita sairauksia. Lasten tulisi antaa möyriä maassa. Vastustuskyvyn kehittymiseen tarvitaan luonnonmukaista ympäristöä ja altistumista luonnonkasvien siitepölylle ja ympäristössä oleville mikrobeille. Vielä ei tiedetä tarkasti, mitkä eliölajit, bakteerit ja luontotyypit ovat hyvän terveyden kannalta tärkeimpiä. Siksi tulisi huolehtia siitä, ettei luonnon monimuotoisuus pääse heikkenemään. Mikäli luonto yksipuolistuu maankäytön sekä ilmastonmuutoksen johdosta, ihmisten terveys saattaa vaarantua. Atoopikoiden elinympäristöt olivat monimuotoisuudeltaan köyhempiä kuin terveiden nuorten. (Hanski, I., ym. 2012.)

”Pohjoissuomalaisen ikääntyneiden kokemuksia hyvinvointia tukevasta symbolisesta ympäristöstä” -tutkimuksessa nousi esille ikääntyneiden kokemus ympäröivän luonnon ja asuinympäristön ja sen historian tärkeydestä osana hyvinvointia. Aineisto

kerättiin vuonna 2003 teemahaastatteluilla Oulun ja Lapin läänien alueilla. Haastatteluvien hankinnassa käytettiin lumipallo-otantaa. Tutkimus oli tehty pienelle ryhmälle ja tutkijat olivat sitä mieltä, että väljät teema-alueet saattoivat johtaa siihen, ettei kaikkia ominaispiirteitä noussut tutkimuksessa esille. (Juvani, S., Isola, A. & Kynäs, H. 2006.)

Kaikkia meitä suomalaisia yhdistävä tekijä on, että lähes kaikkien juuret ovat maaseudulla. (Sirniö, T. 2015) Isät ja esi-isät vaikuttivat osaltaan siihen, millaisina me näemme itsemme ja omat mahdollisuutemme, mitkä ovat meidän juuremme, millaisia olemme, mistä asioista pidämme ja mitä me haluamme elämältämme. Juurien merkitys korostuu erityisen paljon, mikäli niitä ei tunneta tai kuva niistä on puutteellinen tai epäselvä. Anna-Liisa Lämsä tutkii (2015) väitöskirjassaan sosiaalihuollon asiakkaina olevien lasten ja nuorten elämäntilanteita. Kaksi aineistosta noussutta keskeistä teemaa olivat isien näkymättömyys ja historiattomuus. Kyse on juurettömyydestä. Tieto omasta sekä suvun historiasta oli hyvin ohut, mikä aiheutti vaikeutta vastauksien löytämiseen, kysymyksiin ”kuka minä olen” ja ”mitä minusta voisi tulla.” Tärkeää ei ole tuntee pelkästään tätä päivää, vaan oma roolinsa minäkuvan kehityksessä on myös esi-isillä ja aiemmilla sukupolvilla sekä niitä koskevilla tarinoilla. Juurien (Kuva 2. ”Juuret” s. 39.) ja peileinä toimivien tärkeiden muiden ihmisten merkitystä ei voida väheksyä. Niiden merkitys korostuu silloin, kun niitä ei ole tai niistä puuttuu palasia. Isä ja esi-isät vaikuttavat osaltaan siihen, millaisina me näemme itsemme ja omat mahdollisuutemme. (Lämsä. 2015.)



Kuva 2. Juuret

Kuva: Mikko Laukkanen

6.7 Puun terveysvaikutuksia

Männystä (Kuva 3. s.40.) haihtuu uuteaineita, jotka mahdollisesti laskevat verenpainetta. Puutalossa saattaa asua onnellisempia ihmisiä. Itävaltalaiset ovat tutkineet männyn uuteaineita ja löytäneet aineita, jotka ihminen kokee miellyttävänä ja joilla on verenpainetta laskeva vaikutus. Niitä haihtuu luonnossa männystä, mutta niitä on myös valmiissa puutavarassa. Itävaltalaisen löytämä aine on alfa-pineeni. Se tunnetaan hyvin mäntyä tähtäen pääosana. Sillä on huomattu useita, muun muassa antibakteerisia, vaikutuksia. Yksittäisten kemikaalien ja aineosien vaikutuksia ihmisen terveyteen on tutkittu paljon, mutta ei normaalissa elämässä esiintyvänä sekoituksina. Puun terveysvaikutuksia halutaan tutkia nyt Suomessakin, ruotsalaisten ja itävaltalaisen kanssa. (Maaseudun tulevaisuuden www-sivut. 2014.)



Kuva 3. Kitukasvuinen mänty rämeen reunalla Joutsijärvellä.

Kuva: Mikko Laukkanen

Suomesta löytyy miljardeja huojuvia hoitajia. Puun halaaminen on vanha kansan parannuskeino. Se tarjoaa samoja vaikutuksia kuin monet nykyisin trendikkäänä pidetyt hyvinvointimenetelmät. Se hoitaa ihmistä monipuolisesti. Puu sitoo ilmakehästä hiil-

tä ja valmistaa happea, että voimme hengittää, mutta ilmeisesti se sitoo myös stressiä. Jo kymmenen minuutin luonnossa olemisen laskee verenpainetta. Kahdenkymmenen minuutin oleilun jälkeen mieliala kohenee. Tunnin päästä tarkkaavaisuus on parantunut. Kun on viettänyt luonnossa kaksi tuntia, kehon puolustusmekanismit elpyvät. (Koskinen, P. 2014.)

Japanilaistutkimuksen mukaan valkosolujen tuotanto lisääntyy metsässä, eli tällöin puolustuskyky bakteereja ja tulehduksia vastaan paranee. Japanilaislääkärit kirjoittavatkin potilailleen reseptiksi metsäkyllpyjä eli shinrin-yokuja. (Koskinen, P. 2014.)

Toimittaja Päivikki Koskinen (2014) kertoo kokemuksistaan puun halaamisesta artikkelissaan ”Oletko halannut puuta?” Puuta halatessa ongelmat tuntuvat pienemmiltä ja olo rauhoittuu. Luonnossa ihminen ajattelee vähemmän ja huomio siirtyy päästä kehoon. Puun halaaminen aktivoi kaikki aistit. Aistien herkistyessä ei pään sisältö vie kaikkea huomiota ja tarkkaavaisuus säilyy paremmin tässä hetkessä. Vanhaan puunrunkoon nojatessa tuntee itsensä osaksi elämän ikuista ketjua. Mänty voi elää 800-vuotiaaksi. Kelokin on hyvä halattava. Kuollessaan puu antaa elämän tuhansille muille lajeille. Puun halaamisen etu ihmisiin verrattuna on se, että se ei vaadi mitään, etenäkään sanoja. Tärkeää tukea saa sosiaalisista suhteista ihmisten kanssa. Toisinaan ne kuitenkin rajaavat ja ohjaavat käytöstä. Metsä on paikka, missä voi tuntea olevansa vapaa paineista. Metsässä on helppo hengittää. Jokainen kaipaa hyväksyntää ja tukea. Puu seisoo vankasti paikoillaan, kuuntelee ja huokailee, vaikka sille kerrottaiisiin mitä tahansa. Koskinen kokee puun puhdistavan mieltä ja kehoa. (Koskinen, P. 2014.)

ALTTI 2011 -tutkimuksessa käytettiin Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen vuonna 2011 keräämää satunnaisotantaan pohjautuvaa kyselytutkimusaineistoa asumisterveydestä sekä turvallisuudesta Suomessa. Hirsitalojen sisäilmasta saatiin analyysissa tietoa muun muassa ilmanpuhdistimien, ilmanvaihdon, raitisilmaventtiilien ja vastaajien raportoiman tyytyväisyyden perusteella. Hirsitaloista ainoastaan yhdestä löytyi ilmanpuhdistin. Raitisilmaventtiileitä oli vähemmän kuin muissa ryhmissä. Sisäilmaan tyytyväisyyttä mallinnettaessa logistisella regressiolla hirsitaloasukkaat olivat neljä kertaa tyytyväisempiä sisäilman laatuun verrattuna puutaloissa asuviin ja kuusi kertaa todennäköisemmin tyytyväisiä verrattuna kivitaloissa asuviin vastaajin.

Hirsitaloasukkaiden yleinen terveydentila oli parempi kuin muissa vastaajaryhmissä, vaikka erot eivät olleetkaan tilastollisesti merkitseviä. Erilaisia oireita, kuten yleisoi- reita ja ylähengitystieoireita näytti esiintyvän hirsitaloissa harvemmin kuin muissa ryhmissä. (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen hallinnon avoin julkaisuarkisto. 2014.)

6.8 Green care Mesikämmenessä

Mesikämmenen rakennusten historia ulottuu 1920-luvulle, jolloin niiden rakentami- nen alkoi Saarijärven kansakouluksi. Tilat ovat toimineet lisäksi yksityisten perhei- den hevostilana ja asuinrakennuksina ennen Mesikämmettä. Mesikämmenen asuin- rakennus on hengittävä hirsirakennus. Mesikämmenen oma tila on 4,7 hehtaarin laa- juinen, joka pitää sisällään pihapiirin lisäksi peltoa ja metsää. Lisäksi Mesikämmettä ympäröi luonto. Esimerkiksi Joutsjärven retkeilyreitit ovat aivan lähellä. Rakennuk- set lämpenevät hakkeella ja polttopuilla ja vesi saadaan omasta kaivosta. Mesikämm- enen on harjoittanut Green care -toimintaa eri muodoissa. Mesikämmenessä on kolme kissaa. Lisäksi kokeiluna on ollut lampaita ja sikoja pieniä määriä. Mesikämmenen nuoret ovat osallistuneet polttopuiden tekoon, perunan viljelyyn ja muihin talon töi- hin. Mesikämmenestä on tehty luontoretkeilyä ja harjoitettu vaellustoimintaa. Lisäksi Mesikämmenellä on rakenteilla mökki Laviaan erämaajärven rantaan, jossa on jo sauna ja kylpytynnyri. Hyviä kokemuksia luontoon ja maaseutuun liittyvästä toimin- nasta on saatu. (Lamminen, J. 2014.)

7 OPINNÄYTETYÖN SUNNITTELU JA TOTEUTUS

Minulla oli idea tehdä opinnäytetyö Green care -toiminnasta Mesikämmenelle. Pyy- sin lupaa Mesikämmenestä opinnäytetyön tekemiseen tammikuussa 2014. Idealle näytettiin vihreää valoa ja annettiin vapaat kädet suunnitella ja toteuttaa opinnäyte- työ. Mesikämmen lupasi osallistua mahdollisiin kuluihin, joita projektista saattaa tulla. Sen jälkeen, kun aihe ja opinnäytetyönmuoto oli selvillä ja sain koulun ja Mesi- kämmenen puolesta luvan päättötyöhön, aloin kertaamaan opinnäytetyön ohjeita ja luin muutamia valmiita opinnäytetöitä ikään kuin ohjeraidoiksi mieleeni, kuitenkin

siten, että pyrin luomaan täysin omanlaiseni opinnäytetyön. Työstä laadittiin kolmen kappaleen kirjallinen sopimus Mesikämmenen, koulun ja minun kanssani.

Seuraava vaiheeni oli aloittaa teoratiedon tutkiminen ja lukeminen. Lastensuojelun kohdalla tietoa oli hyvin saatavilla ja lähteitä pystyi valitsemaan oman halun mukaisesti. Heti aluksi kuitenkin kävi selväksi se, että Green care uutuudessaan asetti haasteita tiedon löytämiseksi. Hyvin vähän löytyi mitään tutkimuksia, jotka selkeästi olisivat Green care -toiminnasta. Tietoa oli kaivettava kivien ja kantojen alta, näin Green care -hengessä todeten. Vähitellen palapeliin alkoi löytyä kuitenkin sen verran tietoa ja tutkittua materiaalia, että siitä sain mielestäni hyvän kokonaisuuden aikaan. Tein kevään 2014 aikana lisäksi kaksi henkilöhaastattelua opinnäytetyötäni varten.

Tavoitteenani oli saada kevään 2014 aikana opinnäytetyöni teoriaosuus valmiiksi. Projektin toiminnallisen osuuden suunnittelin toteuttavani kesällä 2014. Pyrin siihen, että opinnäytetyöni olisi valmis syksyn 2014 aikana. Kevään 2014 aikana pidin aihe- ja suunnitteluseminaarin (Taulukko 1.). Sain teoriaosan hyvään vaiheeseen keväällä, mutta ei se täysin valmiiksi ehtinyt, vaan olen syksyn 2014 ja vuoden 2015 tammikuussa viimeistellyt ja hionut vielä teoriaosuutta. Pidän ratkaisua sikäli hyvänä, että keväällä 2014 työ eteni nopeasti ja tällöin tahtoo mieli turtua. Kesän tauon jälkeen monia asioita katsoo ja miettii eri tavalla. Mielestäni se on vaikuttanut lopputulokseen.

Taulukko 1. Suunniteltu ja toteutunut ajankäyttö opinnäytetyössä.

Aihe	Tavoite	Toteutus	Ajankohta
Aiheen keksiminen	4h	2h	tammikuu 2014
Aiheen rajaus	6h	4h	tammikuu 2014
Tiedon hankinta	25h	30h	tammikuu - helmikuu 2014
Teoria osuus	250 h	240h	tammikuu 2014- tammikuu 2015
Aiheseminaari	4h	4h	28.3.2014
Suunnitteluseminaari	4h	4h	25.4.2014
Sopimukset	2h	3h	kevät 2014
Saariviikon suunnittelu	5h	8h	huhtikuu 2014
Saariviikon toiminta	65h	70h	kesäkuu 2014
Saariviikon arviointi ja kirjaus	10h	9h	syyskuu 2014
Opinnäytetyön viimeistely	20h	20h	tammikuu 2015
Raportointi seminaari	2h	2h	helmikuu 2015
Kypsyysnäyte	4h	4h	helmikuu 2015
Opinnäytetyön luovutus	helmikuu 2015		helmikuu 2015

Suunnittelin tekeväni työni siten, ettei projektissa mukana olevat lapset ole tunnistettavissa. Koska joukossa oli alle 15-vuotiaita, oli kysyttävä huoltajien suostumukset lasten mukana olemiseen osana opinnäytetyötäni. Huoltajien ominaisuudessa tässä tapauksessa toimi Mesikämmen ja sen ohjaajat. Lapsilta ja huoltajilta oli kysytty etukäteen lupa valokuvaamiseen ja niiden julkaisemiseen opinnäytetyössä. Kuvat oli tarkoitus käsitellä siten, etteivät lapset ole tunnistettavissa niistä, mutta kuitenkin siten, että niistä kykenisi aistimaan vallinnutta tunnelmaa.

Työn valmistuessa Mesikämmenen henkilökunnan oli tarkoitus antaa palautetta suullisesti erillisessä tilaisuudessa. Nuorten ajattelin antavan suullisen palautteen toiminnan hetkellä sekä sen jälkeen keskustelutuokiossa. Tilanne oli tarkoitus pitää hyvässä rennossa hengessä, eikä liian virallisen tuntuksena. Pyrin itse lukemaan ja tulkitsemaan nuorten käytöksestä, ilmeistä ja eleistä heidän tuntemuksiaan toiminnasta sen aikana. Tätä edesauttoi se, että nuoret ovat minulle tuttuja pitkältä ajalta ja koen pystyväni aika hyvin lukemaan heidän tunteitaan.

7.1 Saariviikon suunnittelu

Mesikämmenessä on tapana kesäisin viettää niin sanottua saariviikkoa, jolloin työpareittain tehdään viikko töitä kahdestaan 24/7. Idea mahdollistaa monenlaista toimintaa, jonka työpari voi suunnitella ja rakentaa viikon ympärille. Viikko mahdollistaa pidempiä reissuja, kun ei tarvitse katsoa kelloa, koska työvuoro loppuu. Lisäksi se antaa nuorille intensiivisesti aikaa ja selkeyttä viikkoon, kun samat henkilöt ovat viikon heidän kanssaan.

Lähdin suunnittelemaan päättötyöni toiminnallista osiota oma saariviikkoni ympärille ja kävin keskustelua oman työparini ja työnantajieni kanssa viikon suunnitelmista. Viikkoon suunnittelin vaellusretkeä, jossa liikumme luonnossa, samoin kuin kalastusta, ruuan valmistusta luonnossa ja erätaitojen opettelua. Osan aikaa viikosta meidän seuranamme oli tarkoitus olla saksanpaimenkoira Ronja, jonka hoitamiseen nuoret osallistuvat. Ajatuksena oli saada toimintaan mukaan 3-7 nuorta, nuorten kotilomista riippuen.

Edellä mainittuun toimintaan päädyin, koska ne oli melko helppo toteuttaa. Ne eivät myöskään vaadi nuorilta mitään erityisosaamista ja niitä on helppo toteuttaa yhdessä. Hain myös mieleeni omia lapsuuden mielekkäitä kokemuksiani luonnosta ja maaseudusta ja pyrin välittämään vastaavaa Mesikämmenen lapsille. Vaellusretken kohteeksi suunnittelin Helvetinkolua Ruovedeltä, koska olen siellä itse käynyt ja tiedän, mitä sillä oli tarjota meille.

Saariviikko toteutui suunnitellussa aikataulussa. Suunnitellun valmistumispäiväni siirryttyä eteenpäin, päätin myös edetä rauhallisemmin opinnäytetyöni kohdalla. Syksyn 2014 aikana tein uuden tavoitteen helmikuulle 2015.

8 SAARIVIIKKO

Saariviikko toteutettiin suunnitellusti viikolla 26 kesällä 2014. Tein suunnitelmaan muutoksia saariviikon aikana arvioituani sen hetkisen tilanteen. Sää ei ollut suotuista sillä viikolla, joten jouduin valitsemaan päivät toimintaan tarkemmin. Lisäksi nuorten ryhmä, joka sillä hetkellä Mesikämmenessä oli, oli sen verran haastava, että se toi myös mukaan muutoksia. Lähdin kartoittamaan ja suunnittelemaan varasuunnitelmaa, jota olin jo etukäteen varmuuden varalta miettinyt. Päädyin ratkaisuun, jossa ensimmäinen toimintakohde olisi Joutsijärven luonnonsuojelualue Kullaalla. Alkuperäinen ajatus oli lähteä vaeltamaan Helvetinkolulle Ruovedelle siten, että yöpyisimme siellä.

Kävimme nuorten kanssa läpi tulevan viikkomme ohjelmaa tietyin varauksin. Valmistelimme yhdessä työparini ja nuorten kanssa retkeä käymällä kaupassa hankkimassa tarvitsemamme tarvikkeet. Ostimme evästarpeet pyrkien huomioimaan päättötyöni teema ja suosimalla pientilojen tuotteita ja luonnon antimia. Pyrimme myös tuomaan ruuan kautta uusia kokemuksia lapsille. Ostimme muun muassa sieniä, lampaan raakalihasta valmistettua makkaraa ja pienemmän leipomon valmistamaa lisäaineetonta leipää. (Kuva 3.) Illalla 23.6.2014 laitoimme Mesikämmenessä kaikki tarvitsemamme tarvikkeet valmiiksi. Kävimme nuorten kanssa läpi heidän varusteensa ja tarvikkeensa. Kävimme yöpuulle, että pääsimme aamulla hyvissä ajoin matkaan.

Ensimmäinen päivä 24.6.2014

Herättyämme aamulla valmistimme aamupalan ja aamutoimien jälkeen pakkasimme tarvikkeet ja itsemme autoon ja lähdimme kohti Joutsijärveä. Matkaa Mesikämmenestä ei kertynyt kuin alle kymmenen kilometriä Joutsijärvelle Tammentilan rantaan, jossa on autoille parkkialue. Sieltä lähtee myös merkitty luontopolku, jota lähdimme yhdessä kartan kanssa etenemään. Vaikka sää ei suosinut meitä sillä viikolla, oli ilma loistava vaellukseen.



Kuva 3. Ruuanlaittoa Joutsijärveltä.

Kuva: Mikko Laukkanen

Ensimmäinen pysähdyspaikkamme oli mallileiri noin kilometrin kävelymatkan päässä. Siellä kävimme lävitse eri rakennusten pisteiden käyttötarkoitusta. Seuraava välietappi meillä oli Ruonajärven rannalla, jossa nuorilla oli mahdollisuus kalastaa rannalta käsin omilla kalastusvälineillään (Kuvat 4. ja 5.). Tällä etapilla Ahti ei meille suonut antejaan, vaikka etenimme rantaa pitkin rauhassa siten, että nuorilla oli mahdollisuus kalastaa koko ajan. Jatkettuamme matkaa oli seuraava pysähdyskohteemme metsässä ollut lähde, joka poikkesi muutaman sata metriä polulta. Uskaliaimmat us-

kalsivat juoda vettä lähteestä ja nekin, jotka eivät olleet halukkaita maistamaan, halusivat kyllä tietää, miltä vesi oli maistunut.

Seuraava tauko meille tuli hieman pakon sanelemana, kun karttamme ei ollut täysin ajan tasainen ja yllättäen päädyimme tielle, jota kartassa ei ollut vielä merkittynä. Tie oli valmistettu puhtaasti metsätyötarpeisiin. Pakollinen pysähdys antoi meille kuitenkin aikaa nauttia luonnon antimista. Istuessamme tienposkessa ja pyöritellessämme karttaa ympäri ja juodessamme vichyä hiljaisuudessa paikansimme linnunpesän vajaan viidenkymmenen metrin päässä meistä. Siellä nälkäiset poikaset huusivat ruokaa eikä aikaakaan, kun saimme vieraaksemme herra sammakon. Kun saimme selvän, mistä meidän luontopolkumme jatkuu, saavuimme seuraavaksi paikkaan, jossa aikoinaan oli ollut pieni asuttu torppa, vaikkakaan rakennuksista ei enää ollut jäljellä mitään. Löysimme kuitenkin merkkejä, joista kykeni erottamaan ihmisen jättämän jäljen paikkaan: erilainen kasvisto, kuin ympäröivässä metsässä sekä kiviröykkiöitä ja kiviaitaa. Pian tämän jälkeen päädyimme rämeen reunalle, josta pitkospuut johdatti meidät nuotiopaikalle, jossa valmistimme ruuan nuotiolla. Ruokailu oli yksi retkemme kohokohdista.



Kuva 4. Ruonajärven rannalla kalastusvälineiden vireille laittamista.

Kuva: Mikko Laukkanen

Ruokailu vei aikaa ja lapset saivat aikaa opetella rauhallista luonnossa olemiselta, kun tähän asti olimme kulkeneet eri pisteisiin, joissa olimme viipyneet hetkellisesti tai tehneet konkreettisesti jotain (Kuva 6.). Toki lapset osallistuivat nuotion sytyttämiseen, ruuan valmistamiseen ja makkaratikkujen volemiseen opastuksellani. Lisäksi leikimme ja kisailimme ja lauloimme erilaisia nuotiolle sopivia leikkejä ja lauluja. Kun saimme ruuan valmiiksi ja syötyä, annoimme ruuan sulaa hetken. Siivosimme nuotiopaikan ja jälkemme huolella. Sammutimme nuotion ja kokosimme tavaramme ja lähdimme jatkamaan taivalta. Seuraava etappimme oli lähtöpiste, jossa nuorilla oli mahdollisuus vielä kalastaa Joutsijärven rannalla. Tällä kertaa saaliiksi saatiinkin yksi hauki, joka vapautettiin takaisin järveen. Osa nuorista istui muuten vaan järven rannalla. Palattuamme Mesikämmeneen kävimme läpi nousseita ajatuksia ja kertosimme päivän reissuamme.



Kuva 5. Kalastusta Ruonajärveltä.

Kuva: Mikko Laukkanen

Toinen päivä 25.6.2014

Seuraavan reissumme kohteiksi valitsin Isosuon suojelualueen Pomarkusta sekä Kuninkaanlähteet Kankaanpäästä. Valmistelimme retken ja nuoret jälleen valmiiksi edellisenä päivänä ja lähdimme jälleen aamutoimien jälkeen matkaan. Nyt, kun meillä oli pidempi ajomatka, suunnittelin sen siten, että reittimme kulkee pikkuteitä mahdollisimman paljon ja pääsemme jo matkalla näkemään maaseudun miljöitä ja toimintaa. Sää oli tälläkin kertaa meille suotuisa.

Isosuolle päästyämme lähdimme vaeltamaan pitkospuita pitkin kohti lintutornia, jossa pidimme taukoa ja bongasimme lintuja. Meidän retkemme kuitenkin pysähtyi lintutornille, koska pitkospuut olivat uusintatyömaan alla, eivätkä ne jatkuneet sieltä eteenpäin. Meidän oli palattava samaa reittiä takaisin autolle. Matkamme jatkui Isosuolta Kankaanpäähän Kuninkaanlähteelle. Maasto Kuninkaanlähteellä oli hyvin erilaista, kuin mitä olimme Isosuolla tai Joutsijärvellä nähneet. Kuninkaanlähde on hiekkakangasta. Kiersimme luontopolun alueella, jossa maasto oli hyvin mäkistä ja korkeuseroja oli reitillä paljon. Ensimmäinen pysähdyskohteemme oli kotalaavu, jossa oli mahdollisuus ruuan valmistamiseen. Seuraava pysähdyskohteemme olikin Kuninkaanlähde, jossa kaikki nuoret intoutuivat juomaan vettä ja täyttämään juomapullonsa vedellä, jonka hyvä maku yllätti monen nuoren positiivisesti. Lähteen vesi herätti heissä kysymyksiä ja ihmetystä. Tämän jälkeen jatkoimme luontopolkua takaisin autolle. Matkalla Mesikämmeneen kävimme syömässä. Mesikämmenessä kävimme jälleen keskustelua päivän annista ja kertasimme reissuamme.

Panostimme viikolla ruokailuissa puhtaisiin luonnon raaka-aineisiin. Mikäli sää suosi teimme ruuat ja ruokailimme ulkona luonnon ympäröimänä. Kävimme keskustelua luonnosta ja maaseudusta ja tutkimme internetin avulla erilaisien eläinten ominaisuuksia.

Yksi oleellisimmista asioista viikolla oli minun ja perheeni koira, yhdeksänvuotias saksanpaimenkoira Ronja, joka ajoittain on ollut aikaisemminkin mukana Mesikämmenessä. Ronja on sosiaalinen ja kaikki huomioon ottava koira, johon ikä on tuonut sopivan rauhallisuuden mukaan. Toiminta Ronjan kanssa piti sisällään sitä, että nuoret osallistuivat sen hoitamiseen, ruuanlaittamiseen ja antamiseen, ulkoilut-

tamiseen ja leikkimiseen. Jalkapallo on Ronjan intohimo, jos pallo vaan säilyy ehjänä. Meillä oli onneksi jo valmiiksi puhjennut pallo, jolla pääsimme pelaamaan.



Kuva 6. Nuotiopaikka Joutsijärven luontopolun varrelta. Kuva: Mikko Laukkanen

Viikon muuta toimintaa

Koira toi nuoria pois huoneistaan yhteen ja nuoret hakeutuivat lähemmäs ohjaajia viikon aikana. Toisissa nuorista huomasi ennennäkemätöntä vuorovaikutusta ja kasvojen ilmeikkyyttä koiran kanssa. Heidän oli helpompi nauraa ja jutella koiralle, kun heidän ei tarvinnut pelätä tai miettiä vastapuolen reaktiota, tulla esimerkiksi naurun alaiseksi. Nuoret olivat kiinnostuneita koirasta ja sen historiasta.

Koira sai liikkumaan nuoret, joille se on muuten vastenmielistä, eivätkä he liiku omatoimisesti. Jalkapallopelit keräsivät nuoria mukaan pitkiksikin ajoiksi liikkumaan koiran avulla. Myös halukkaita ulkoiluttajia ja kepin heittelijöitä löytyi.

Suurin yksittäinen hyöty koirasta oli tilanteessa, jossa eräällä nuorella kieroiset kasvoivat ja pääsääntöisesti hänen kohdallaan vastaavat tilanteet ovat päättyneet kiinnipitotilanteisiin. Haistoimme tilanteen riittävän ajoissa ennen kuin tilanne kärjistyi. Päätin yrittää koiran avulla rauhoittaa tilannetta ja menin pojan huoneeseen koiran kanssa, jossa poika oli levoton ja ahdistunut. Pyysin poikaa siirtymään sänkyynsä rauhoittumaan ja käskin koiran hänen viereensä makuulle. Poika alkoi silittää koiraa ja hetken silitettyään poika meni makuulle koiran viereen ja silitti, kunnes totesi olevansa ihan väsynyt. Poika jatkoi vielä hetken silittämistä kunnes, rauhoittui täysin, joten jätimme hänet nukkumaan yöuniaan. Tilanne raukesi totaalisesti koiran läsnäololla. Olen miettinyt jälkepäin tilannetta ja yrittänyt löytää siihen jonkinlaista punaista lankaa ja selittää itselleni, että miten koira sen teki.

9 OPINNÄYTETYÖN ARVIOINTI

Olen kasvanut nuoruudessani lastensuojelun läheisyydessä. Minun tuttavaperheeni omisti erään Suomen ensimmäisistä yksityisistä lastensuojelulaitoksista ja kotonaan he pyörittivät perhekotia, jossa vietin paljon aikaani. Ensimmäinen virallinen työkokemukseni lastensuojelun parista on vuodelta 2000, jolloin toimin kesän Perhekeskus Harjussa Kauhajoella yöhoitajana. Vuodesta 2006 olen tehnyt töitä lastensuojelulaitoksissa vakituksena ohjaajana. Mesikämmissä olen tehnyt töitä vuodesta 2008 asti, joten oli hyvin luontevaa tehdä päättötyö lastensuojeluun liittyen ja Mesikämmenelle.

Turvallista kotona asuttua lapsuutta tai elämän arvoa ei voida rahassa mitata. Kuitenkin rahallisesti puhutaan suuresta summasta, mikä pyörii lastensuojelun ympärillä. Se on myös alkanut näkymään valtion säästämisenä. Asiakkaat ovat huonokuntoisempia, huostaanottojen kriteerit ovat tiukentuneet. Tilanteita pitkitetään ja hoitoaikoja lyhennetään

Lisäksi olen kasvanut maaseudulla. On ollut luontevaa ostaa oman perheen kanssa maatila. Maatila ostettiin ajatuksella, että siellä aletaan myös harjoittaa yritystoimintaa. Vuonna 2012 perustin Laukkasen Tila nimisen toiminimen, jolloin pääasiallinen

toiminta alkoi puun sahauksen ja jatkojalostamisen muodossa. Kehitys- ja toimintaindeksit liiketoimintaan on paljon ja yksi vahvasti mukana ollut idea on ollut Green Care -palveluiden tuottaminen ja tarjoaminen.

Mietin hyviä asioita omasta lapsuudestani, muistoja ja niiden tunteita. Aika paljon muistot pyörivät yhdessä tekemisen, maaseudun ja liikunnan ympärillä. Pieniä asioita, jotka silti muistaa aina. Etsin teoriaa kokemuksieni herättämien kysymysten ympärille. Oliko asiat ennen paremmin? Oliko maaseutu parempi kasvuympäristö lapsille? Onko se sitä tänä päivänä, koska maaseutu on muuttunut voimakkaasti? Palvelut on viety pois, lapsiperheet ovat harvassa, yhteisöllisyys on heikentynyt. Suojellaanko lapsia tänä päivänä liikaakin? Voiko lapsia ottaa kodin töihin mukaan ja antaa vastuuta? Mitä jos jotakin sattuu? entä, jos et ota mukaan töihin pienestä asti. Pärjääkö hän aikuisena? Olen ollut mukana työmailla, joissa on ihmetelty nuoria, jotka eivät osaa tehdä töitä, tai eivät kykene työskentelemään lainkaan itsenäisesti, vaan tarvitsevat ohjausta jokaiseen asiaan. He vasta opettelevat siinä iässä, kun vanhempi sukupolvi on kasvanut siihen kiinni pienestä asti. Valmiudet ovat tällöin täysin eritasolla.

Kuten edellä olen maininnutkin luo Mesikämmen hyvät puitteet toteuttaa Green Care toimintaa. Toivon, että tämä toisi mukavaa yhdessä tekemisen tunnetta ja valmiuksia nuorille pitkässä juoksussa, jotka pääsevät osaksi tähän toimintaan. Pysin tuomaan opinnäytetyössäni esille Green care -toiminnan monimuotoisuuden ja mahdollisuudet. Se voi tuoda maaseudulle, mutta myös asiakkaille, hoitajille ja yrityksille mahdollisuuksia.

Tämä on lähtökohta, joka sai minut tekemään päättötyöni Green Caresta ja lastensuojelusta ja niiden yhdistämisestä. Opinnäytetyöni oli toiminnallinen, viikon kestävä projekti. Alusta asti minulle oli selvää, että opinnäytetyöni olisi toiminnallinen. Koen sen luonnolliseksi valinnaksi itselleni ja myös paremmin omiin vahvuksiini sopivaksi valinnaksi.

Opinnäytetyöni ei pysynyt siinä aikataulussa, jota olin aluksi suunnitellut. Tähän vaikuttivat henkilökohtaiset asiat ja oma elämäntilanteeni, kuten opintovapaan loppuminen keväällä 2014, palaaminen työvirkaan, yrittäjäys, lapsiperheen arki ja talon

laajennustyömaa. Taakse jääneeseen kesään ja syksyyn kerääntyi paljon asioita ja tietoisesti annoin opinnäytetyön jäädä vähemmälle. En kuitenkaan halunnut päästää sitä täysin unholaan, vaan tein sitä aika ajoin, kun sellainen ajallinen mahdollisuus löytyi. Tarkoitukseni oli saada teoriaosuus valmiiksi keväällä 2014. Onnistuin siinä siten, että sain suurimman osan teoriasta kirjoitettua, mutta lopullisen viilaamisen jätin loppuun, koska koin sen itse loogiseksi.

Suunniteltua tuotosta jouduin muokkaamaan paremmin sen hetkisellem ryhmälle sopivaksi sekä sääolosuhteiden vuoksi. Nuorien reaktio vaellusretkiin oli ennen toteutusta heille hyvin tyypillinen uuteen tai arjesta poikkeavaan asiaan suhtautumista eli ” Onks pakko” henkistä suhtautumista. Suhtautuminen toteutuksen aikana oli kuitenkin aivan toista. Nuoret olivat hyväntuulisia. He osallistuivat toimintaan aktiivisesti. He olivat kiinnostuneita. Vaikeimpia asioita olivat rauhalliset hetket. Pysähtyminen ilman tarkkaa toimintaa tai määränpäättä oli toisille nuorille haastavaa. Tämä ilmeni motorisena levottomuutena, kysymyksinä siirtymisten aikatauluista, ruokailuista tai muusta vastaavasta.

Parasta palautetta nuorilta sain seurattessani heitä projektin aikana, kuinka nuoret hakivat kontaktia paljon normaaliarkea enemmän aikuisiin. Vanhempien nuorten esimerkki oli yksi asia, minkä haluan nostaa esille projektin aikana. Heidän esimerkkinsä on tietysti muutenkin tärkeää, mutta korostuu usein tällaisissa projekteissa. He ohjaavat omalla tavallaan nuorempien käyttäytymistä ja suhtautumista toimintaan. Mesikämmenen vanhin paikalla ollut nuori näytti nuoremmilleen hyvää esimerkkiä, miten luonnossa toimitaan, miten siitä voi nauttia ja muisteli omia luonto- ja maaseudun kokemuksiaan. Muisteleminen on yksi tärkeä osa hyvien kokemusten kehittymiseksi. Olen tehnyt sitä syksyn aikana nuorten kanssa ja ylläpitänyt sillä tavoin projektilla saavutettuja hyviä kokemuksia. Olen saanut myös positiivista palautetta työryhmältä. Opinnäytetyön tulokset ovat suuntaa antavia, eikä niitä voida yleistää, koska toimintaan osallistunut ryhmä oli pieni. Green care –toiminnan riskit ovat kuitenkin pienet ja näen, että toiminnalla saavutetaan enemmän hyötyä kuin haittaa.

Green care -toimintaa on jatkettu Mesikämmenessä saariviikon jälkeen. Olemme käyneet luonnossa ja tehneet ruokaa järven rannalla tai nauttineet ihan Mesikämmenen pihapiiristä. Green caren tarkoitus ei mielestäni ole pyrkiä jatkuvaan erikoisu-

teen ja sirkushuveihin. Green care on pienistä asioista nauttimista jokapäiväisesti, joka toisinaan voi huipentua hienoon retkeen tai vierailuun esimerkiksi maatilalle. Näitä pieniä asioita olen pyrkinyt kylvämään Mesikämmenen arjessa toistuvasti.

Saksanpaimenkoira Ronja on myös palkattu Mesikämmenen työyhteisöön sovitusti. Se on toisinaan mukana minulla töissä nuorten ilona.



Kuva 7. Opinnäytetyön tekijä Mikko Laukkanen.

Kuva: Kirsi Ala-Hongisto

Luonnon hyvinvointivaikutukset on tunnettu jo pitkään. Viime vuosikymmeninä niitä ollaan kuitenkin hyödynnetty vähän sosiaali-, terveys-, ja kasvatuspalveluiden tuottamisessa. Teknologian kehitys, kaupungistuminen ja luonnosta ja maaseudusta vieraantumisen sekä sosiaalisten ongelmien lisääntyminen ovat luoneet uutta tilausta luontoyhteyden uudelleen rakentamiselle. (Soini, Ilmarinen, Yli-Viikari & Kirveennummi. 2011, 329) Tämä opinnäytetyö voi olla yhtenä vastauksena tähän tilaukseen.

LÄHTEET

- Asikainen, M. 2014. Lastensuojelu tänään - noin vuosi myöhemmin. Viitattu 22.1.2015. <http://masik.puheenvuoro.uusisuomi.fi>*
- Aspvik, U. 2003. Psyykkisesti vajaakuntoisten avotyötoiminta. Viitattu 15.1.2015. <http://jultika.oulu.fi>*
- Bardy, M. 2009. Lastensuojelun ytimissä. Viitattu 23.1.2015. <http://www.julkari.fi>*
- Braun, C., Stangler, T., Narveson, J. & Pettingel, S. 2009. Animal-assisted therapy as a pain relief intervention for children. Science direct :n www-sivut. Viitattu 15.1.2015. <http://www.sciencedirect.com>*
- Core www-sivut. 2015. Effect of exposure to natural environment on healthinequalities: an observational population study. Viitattu 15.1.2015. <http://core.kmi.open.ac.uk>*
- Cullberg, J. 2005. Psykoosin etiologia. Psychenetin www-sivut. Viitattu 12.1.2015. <http://www.psychenet.wordpress.com>*
- de Godzinsky, V. 2012. Huostaanottoasiat hallinto-oikeuksissa. Tutkimus tahdonvastaisten huostaanottojen päätöksentekomenettelystä. Helsinki: Hakapaino Oy*
- Eklund R. 2004. Mielenterveyskuntoutujien kokemukset ja odotukset kuntouttavastatyötoiminnasta. Satakunnan ammattikorkeakoulu.*
- Eronen, T. ja Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2013. Viisi vuotta huostaanotosta. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy*
- Farming for health www-sivut. 2015. Viitattu 13.1.2015. <http://www.farmingforhealth.org>*
- Forsberg, H. 2002. Lasten asiakkuudet ja kokemukset turvakodissa. Helsinki: Nykypaino Oy*
- Green Care Finland ry:n www-sivut. 2014. Yhdistys. Viitattu 8.1.2015. <http://www.gcf Finland.fi>*
- Grundtvuxin www-sivut. 2015. Ihmiskäsitys. Viitattu 11.1.2015. <http://grundtvux.internetix.fi>*
- Hanski, I., von Hertzen, L., Fyhrquist, N., Koskinen, K., Torppa, K., Laatikainen, T., Karisola, P., Auvinen, P., Paulin, L., Mäkelä, M., Vartiainen, E., Kosunen, T., Alenius, H. & Haahntela, T. 2012. Environmental biodiversity, human microbiota, and allergy are interrelated. Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America :n www-sivut. Viitattu 15.1.2015. <http://www.pnas.org>*

- Hautamäki, I. 2013. Mielisairaala avohoidon kehityksen perustana Suomessa. Tampereen yliopisto*
- Helsingin yliopiston www-sivut. 2014. Ympäristö kasvatus. Viitattu 28.12.2014. <http://blogs.helsinki.fi>*
- Honkala, S., Sundström, K. & Tuominen, R. 2010. Ympäristö ja luonto. Viitattu 23.1.2015. <http://www.edu.fi>*
- Huttunen, M. 2013. ADHD. Duodecim terveyskirjaston www-sivut. Viitattu 26.5.2014. <http://www.terveyskirjasto.fi>*
- Huttunen, M. 2013. Autismi. Duodecim terveyskirjaston www-sivut. Viitattu 26.5.2014. <http://www.terveyskirjasto.fi>*
- Hyytinen, R. 2006. Lapsi, huumeperhe ja toivo. Lapsen todellistuminen huumeperheen kuntoutusprosessissa. Helsinki: Pekan Offset Oy*
- Juvani, S., Isola, A. & Kyngäs, H. 2006. Hoitotiede. 1/2006. Pohjoissuomalaisten ikääntyneiden kokemuksia hyvinvointia tukevasta symbolisesta ympäristöstä. Sastamala: Vammalan kirjapaino Oy*
- Kennelliiton www-sivut. 2015. Kennelliiton kaverikoirien määrä kasvaa. Viitattu 15.1.2015. <http://www.kennelliitto.fi>*
- Kestilä, L., Väisänen, A., Paananen, E., Heino, T. ja Gissler, M. 2012. Kodin ulkopuolelle sijoitetut nuorina aikuisina. Yhteiskuntapolitiikka 77. Viitattu 22.1.2015. <http://www.julkari.fi>*
- Ketola, J. 2008. Menetyksistä mahdollisuuksiin. Jyväskylä: PS-kustannus.*
- Kettunen R., Kähäri-Wiik K., Vuori-Kemilä A. & Ihalainen J. 2002. Kuntoutumisen mahdollisuudet. Helsinki: WSOY*
- Korpela, K., Ylén, M., Tyrväinen, L. & Silvennoinen, H. 2010. Favorite green, water-side and urban environments, restorative experiences and perceived health in Finland. Viitattu 15.1.2015. <http://heapro.oxfordjournals.org>*
- Koskinen, P. 2014. Oletko halannut puuta? Yleisradion www-sivut. Viitattu 12.1.2015. <http://www.yle.fi>*
- Kovacs, Z., Kis, R., Rozsa, S. & Rozsa, L. Animal-assisted therapy for middle-aged schizophrenic patients living in a social institution. A pilot study. 2004 Seinäjoki University of Applied Sciences. Viitattu 15.1.2015. <http://cre.sagepub.com>*
- Kuo, F. & Faber, A. 2004. A Potential Natural Treatment for Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder: Evidence From a National Study. Viitattu 7.1.2015. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov>*
- Laaksoharju, T. 2015. Vie lapsi luontoon - alle 12-vuotias oppii luontosuhteen helposti. Viitattu 23.1.2015. <http://yle.fi>*

Laaksoharju, T & Rappe, E. 2010. Children's Relationship to Plants among Primary School Children in Finland: Comparisons by Location and Gender. Viitattu 22.1.2015. <http://horttech.ashspublications.org>

Lamminen, J. 2014. Toimitusjohtaja. Lastensuojelulaitos ja sijaishoti Mesikämmen Oy. Kullaa. Henkilökohtainen haastattelu 17.5.2014. Haastattelijana Mikko Laukkanen. Muistiinpanot haastattelijan hallussa.

Lamminen, J. 2015. Toimitusjohtaja. Lastensuojelulaitos ja sijaishoti Mesikämmen Oy. Kullaa. Henkilökohtainen haastattelu 28.1.2015. Haastattelijana Mikko Laukkanen. Muistiinpanot haastattelijan hallussa.

Lamminen, S. 2014. Kasvatus- ja hoitotyön johtaja. Lastensuojelulaitos ja sijaishoti Mesikämmen Oy. Kullaa. Henkilökohtainen haastattelu 24.5.2014. Haastattelijana Mikko Laukkanen. Muistiinpanot haastattelijan hallussa.

Lastensuojelun Keskusliiton www-sivut. 2015. Miten lastensuojeluasialkaa. Viitattu 22.1.2015. <http://www.lastensuojelu.info>

Lastensuojelulaitos ja sijaishoti Mesikämmen www-sivut. 2014. Viitattu 7.5.2014. <http://mesikammen.kotisivukone.com>

Lastensuojelulaitos ja sijaishoti Mesikämmen laatukäsikirja. 2012.

Lastensuojelulaki 13.4.2007/417. Valtion säädöstietopankki FINLEXin www-sivut. Viitattu 22.3.2014. <http://www.finlex.fi>

Laukkanen, M. 2014. Laukkasen Tilan liiketoiminnan kuvaus 2014. Liiketoiminnan kuvaus. Opinnäytetyöntekijällä hallussa.

Lavikainen, M. ja Juurikko, A. 2014. Toimiva lastensuojelu -toteuttamissuunnitelma vuosille 2014–2019. Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 23.1.2015. <http://www.julkari.fi>

Lindholm-Ventola, H. 2010. Mielenterveyskuntoutujien kokemukset työterapian merkityksestä. Satakunnan ammatti korkeakoulu. Viitattu 11.12.2014. <https://www.theseus.fi>

Louv, R. 2008. Last Child in the Woods. Viitattu 22.1.2015. <http://books.google.fi>

Luonnonvarakeskuksen www-sivut. 2015. VoiMaa. Viitattu 20.1.2015. <https://portal.mtt.fi>

Lämsä. 2015. Isän paikka ja merkitys lapsen elämässä. Viitattu 12.1.2015. <http://www.anna-liisalamsa.com>

Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskuksen www-sivut. 2014. Viitattu 14.5.2014. <https://portal.mtt.fi/portal/page/portal/mtt/mtt/julkaisut>

- Maaseuduntulevaisuuden www-sivut. 2014. Puutalo voi erittää onnellisuusainetta 12.04.2012. Viitattu 7.5.2014. <http://www.maaseuduntulevaisuus.fi>*
- Mesimäki, K. 2011. Sieltä saa tyyneyttä, sieltä saa energiaa. Pro gradu –tutkielma. Viitattu 10.5.2014. <https://helda.helsinki.fi>*
- Määttä, H. 2014. Green Care osana rikosseuraamusasiakkaiden kuntoutusta. Portti vapauteen www-sivut. Viitattu 5.3.2014. <http://www.porttivapauteen.fi>*
- Norjan biotieteiden yliopiston www-sivut. 2015. SoFar book. Viitattu 13.1.2015. <http://www.umb.no>*
- Ojala, U. 2014. En olekaan yksin. Lasten suojelun keskusliiton kuukausijulkaisu 15.4.2014. Lapsen maailman www-sivut. Viitattu 13.1.2015. <http://lapsenmaailma.fi>*
- Pekkarinen, E. 2010. Stadilaispojat, rikokset ja lastensuojelu. Helsinki: Yliopistopaino*
- PLOS One – verkkolehden www-sivut. 2014. Viitattu 19.5.2014. <http://www.plosone.org>*
- Reinikainen, K. 2012. Työhyvinvointia tukevat voimavarat lastensuojelutyössä. Pro gradu –tutkielma. Lapin yliopisto.*
- Salonen, K. & Merjanaho, S. 2014. Lapinlahdesta vihreää hyvinvointia. Viitattu 3.4.2014. <http://www.hs.fi>*
- Sirniö, T. 2015. Suomi nousuun maaseutumaisella politiikalla. Keski-suomalainen Perjantai, 23.1.2015. Viitattu 23.1.2015. <http://www.ksml.fi>*
- SoFar :in www-sivut. 2015. Viitattu.13.1.2015. <http://sofar.unipi.it>*
- Soini, K., Ilmarinen, K., Yli-viikari, A. & Kirveennummi, A. 2011. Yhteiskunta politiikka 76. Green Care sosiaalisena innovaationa suomalaisessa palvelujärjestelmässä. Terveiden ja hyvinvoinninlaitos.*
- Sosiaali- ja terveysministeriön www-sivut. 2014. Lastensuojelu. Viitattu 17.1.2014. <http://www.stm.fi>*
- Sosiaali- ja terveysministeriön hallinnonalan avoin julkaisuarkiston www-sivut. 2014. Asumisterveys ja -tyytyväisyys hirsitalossa - Altti-tutkimukseen perustuva selvitys. Viitattu 18.11.2014. <http://www.julkari.fi>*
- Sosiaaliportin www-sivut. 2014. Huostaanotto. Viitattu 28.5.2014. <http://www.sosiaaliportti.fi>*
- Sulkava, R. 2014. Tie luonnon merkityksen ymmärtämiseen alkaa lapsena. Viitattu 18.2.2014. <http://www.lapsetluontoon.fi>*
- Suomen Maataloustieteellinen Seuran www-sivut 2014. Esite 2010. Viitattu 13.3.2014. <http://www.smts.fi>*

Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen www-sivut. 2015. Ehkäisevä lastensuojelu ja dokumentointi. Viitattu 15.1.2015. <http://www.thl.fi>

Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen www-sivut. 2015. Lastensuojelun käsikirja. Viitattu 12.1.2015. <http://www.thl.fi>

Valkonen J., Peltola U., Härkäpää K. 2006. Työtä, tukea ja mielenterveyttä: Kokeimuksia mielenterveyskuntoutujien työllistymismalleista. Helsinki: Kuntoutussäätiö.

Vapaan tietosanakirja Wikipedian www-sivut. 2015. Maaseutu. Viitattu 12.1.2015. <http://www.wikipedia.org>

Vartiovaara, I. 2006.. Lemmikkieläimet ja ihmisen terveys. Duodecim terveyskirjaston www-sivut. Viitattu 19.5.2014. <http://www.terveyskirjasto.fi>

Virtuaali AMK:n www-sivut.2015. Holistinen ihmiskäsitys. Viitattu 5.1.2015. <http://www2.amk.fi>

VoiMaa! hankkeen tuottama julkaisu Luonto hyvinvoinnin lähteenä. 2013. Viitattu 8.10.2014. <https://portal.mtt.fi>

Ympäristö hallinnon www-sivut. 2015. Jokamiehen oikeudet. Viitattu 22.1.2015. <http://www.ymparisto.fi>