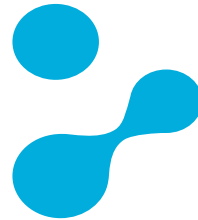




samk



Satakunnan ammattikorkeakoulu
Satakunta University of Applied Sciences

JUHANI VIRMAN

Yhteisöllisen kasvihuonetoiminnan kehittäminen mielenterveyskuntou- tujen työtoiminnassa yhteiskehittä- misen keinoin

KUNTOUTUKSEN OHJAUKSEN KOULUTUSOHJELMA
2020

Tekijä(t) Virman, Juhani	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK	Päivämäärä joulukuu 2020
	Sivumäärä 23 sivua 1 liite	Julkaisun kieli Suomi
Julkaisun nimi Yhteisöllisen kasvihuonetoiminnan kehittämisen mielenterveyskuntoutujien työtoiminnassa yhteiskehittämisen keinoin		
Tutkinto-ohjelma Kuntoutuksen ohjauksen koulutusohjelma		
Tiivistelmä <p>Opinnäytetyön tarkoituksena oli suunnitella yhteiskehittämisen keinoin kasvihuonetoimintaa mielenterveyskuntoutujille Walssissa. Tavoitteena oli kuvata kasvihuonetoiminnan suunnitteluprosessi ja arvioida yhteiskehittämisen menetelmän toimivuutta suunnittelussa. Walssi on Keski-Uudenmaan sote -kuntayhtymän sosiaalisen kuntoutuksen yksikkö. Opinnäytetyön tehtävinä oli suunnitella ja toteuttaa kasvihuonetoiminnan kehittämistyöpajat, kuvata kasvihuonetoiminnan kehittämisen prosessi, havainnoida yhteiskehittämisen menetelmän toimivuutta työpajoissa ja arvioida suunnitteluprosessia ja toteutumista.</p> <p>Opinnäytetyö oli toiminnallinen ja se sisälsi neljä työpajaa. Toiminnallisessa osuudessa suunniteltiin kasvihuonetoimintaa kesälle 2021 Walssissa toteutetuissa työpajoissa ja arvioitiin yhteiskehittämisen menetelmää. Työpajat toteutettiin kesäkuussa 2020. Opinnäytetyössä on kuvattuna tämä kehittämisprosessi, työpajojen suunnittelu, havainnointi ja suunnitteluprosessin arviointi.</p> <p>Työpajojen tuotoksena syntyi suunnitelma kasvihuonetoiminnasta kesälle 2021. Työpajoihin osallistuneet totesivat yhteiskehittämisen toimivaksi menetelmäksi kasvihuonetoimintaa suunniteltaessa. Koin yhteiskehittämisen hyvänä ja itselle luontevana menetelmänä, jossa yhteisöllisyys ja osallisuus toteutuivat. Mielenterveyskuntoutajat saivat kokemuksen osallisuudesta ja omasta vaikutusmahdollisuudesta toiminnan suunnitteluun. Keski-Uudenmaan sote -kuntayhtymä sai mallin, miten yhteiskehittämisen menetelmää voi hyödyntää toiminnan suunnittelussa. Yhteiskehittämistä ei Suomessa ole paljoa tutkittu. Jatkotutkimusaihe voisi olla ”Miten osallisuus vahvistuu yhteiskehittämisessä?”</p>		
Asiasanat Yhteisöllisyys, osallisuus, mielenterveyskuntoutajat, kehittäminen		

Author(s) Virman, Juhani	Type of Publication Bachelor's thesis	Date 18.11. 2020
	Number of pages 23 pages + 1 appendix	Language of publication: Finnish
Title of publication Development of communal greenhouse activities in the work activities of mental health rehabilitators through co-creation		
Degree program Degree Programme in Rehabilitation counselling		
Abstract <p>The aim of this bachelor's thesis was to design communal greenhouse activities for mental health rehabilitators through co-creation in Walssi. The goal was to describe the designing process of the greenhouse activities and evaluate the functionality of the co-creation method in designing. Walssi is the social rehabilitation department of Keusote. The idea of the Bachelor's thesis was to design and put into practice a greenhouse activities development workshop, describe the process of the greenhouse activities, to observe the functionality of the co-creation method in the workshops and evaluate the development process and implementation.</p> <p>The Bachelor's thesis was practice-based, and it had four workshops. The designing of greenhouse activities for summer 2021, that was done in Walssi's workshops, and the evaluation of co-creation method, were both part of the practice-based part of the Bachelor's thesis. The workshops were put into practice in summer 2020. The development process, the designing of the workshops and the evaluation of the observation- and designing processes are all described in the Bachelor's thesis.</p> <p>The result of the workshops was design for greenhouse activities for summer 2021. Those who participated in the workshops found the co-creation to be a functional method for designing greenhouse activities. I thought the co-creation to be a good and suitable method. The sense of community and participation came true in the co-creation. The mental health rehabilitators got to experience participation and the possibility to influence the designing of the activities. Keusote got an example on how to utilize co-creation in designing activities. In Finland, co-creation has not been researched much. Follow-up research topic could be "How participation is strengthened in co-creation?"</p>		
<u>Key words</u> Communality, participation, mental health rehabilitator, development		

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	5
2 MIELENTERVEYS.....	6
3 SOSIAALINEN KUNTOUTUS.....	7
4 WALSSI.....	8
4.1 Yhteisöllisyys.....	10
4.2 Osallisuus	10
5 YHTEISÖLLINEN KASVIHUONETOIMINTA OSANA KUNTOUTUSTA.....	12
6 MENETELMÄNÄ YHTEISKEHITTÄMIEN	13
7 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE	14
8 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS	15
8.1 Opinnäytetyöprosessi ja työpajojen suunnittelu.....	15
8.2 Suunnitelmasta toteutukseen	16
8.2.1 Työpaja 1.	17
8.2.2 Työpaja 2	18
8.2.3 Työpaja 3	19
8.2.4 Työpaja 4	19
8.2.5 Työpajojen tuotos	20
9 ARVIOINTI JA EETTISYYS	20
9.1 Osallistujien palaute	20
9.2 Itsearviointi	21
9.3 Eettisyys	22
10 POHDINTA	23
LÄHTEET	
LIITTEET	

1 JOHDANTO

Luonnon hyvinvointivaikutuksista on olemassa jo paljon tutkittua tietoa. Tutkimustieto vahvistaa, että luonto ja luonnonläheisyys vähentää sairastavuutta ja lisää onnellisuutta. Luonnon kautta saadut terveyshyödyt vaikuttavat sekä ihmisen fyysiseen että psyykkiseen terveyteen ja syntyvät näkemisen, kokemisen ja tekemisen kautta. Luontoa on hyödynnetty jo kauan sosiaali- ja terveyden huollossa ja kiinnostus luontolähtöistä toimintaa kohtaan vain kasvaa. Kokeiluja luontolähtöiseen toimintaan tehdään niin Suomessa kuin ulkomailla. (Yhteisöllinen puutarhatoiminta kuntoutumisen tukena -opas, 2017, 8,10.)

Yhteisöllistä puutarhatoimintaa voidaan hyödyntää myös erityisryhmien kanssa. Puutarhatoiminta lisää onnellisuutta, fyysistä aktiivisuutta ja mielen hyvinvointia. Puutarhatoiminnan kautta osallistujat voivat saada kokemuksen siitä, että omalla osallisuudella on merkitystä. Puutarhatoiminnan tavoitteena voi myös olla yhteisöllisyyden vahvistaminen. (Yhteisöllinen puutarhatoiminta kuntoutumisen tukena -opas, 2017, 6, 7.) Näen, että yhteisöllinen kasvihuonetoiminta voidaan lukea osaksi yhteisöllistä puutarhatoimintaa. Kaikki edellä kuvatut puutarhatoiminnan hyödyt voidaan saada näin myös yhteisöllisen kasvihuonetoiminnan kautta.

Yhteiskehittämisen avulla luodaan uusia ja parempia palveluja ja toimintakäytäntöjä ja sen voi ajatella olevan yksi sosiaalisen kuntoutuksen työtapa (Kauppila & Hietala, 2018, 139). Hietalan (2018) mukaan yhteiskehittämisen voidaan ajatella olevan tapa yhdistää suhtautumis-, vuorovaikutus-, toiminta- ja ajattelutapoja ja sen kautta edistää toimintaa ja luottamusta ammattilaisten ja asiakkaiden kesken. Yhteiskehittäminen ei ole sidottu tiettyihin tilanteisiin, vaan sitä voidaan toteuttaa niin nopeasti ohimenevissä tilanteissa kuin myös osana pitkäaikaista kuntoutumisprosessia. (Hietala 2018, 120, 122.) Koen yhteiskehittämisen mielenkiintoisena toimintatapana, joka osallistaa ja antaa kokemuksia oman toiminnan merkityksellisyydestä niin asiakkaille kuin ammattilaisillekin.

Walssi on Järvenpäässä toimiva Keusoten, Keski-Uudenmaan sote -kuntayhtymän, sosiaalisen kuntoutuksen yksikkö, joka tarjoaa työsalitoimintaa ja kuntouttavaa työtoimintaa mielenterveyskuntoutujille. Toiminta Walssissa mukaillee yhteisökuntoutuksen periaatteita. Idea omasta kasvihuoneesta on itänyt Walssin yhteisössä jo pitkään. Walssilla on ollut oma puutarhapalsta Järvenpään kaupungin palsta-alueella vuodesta 2015 lähtien. Talven aikana on kylvetty siemenet ja kasvatettu taimia sisätiloissa. Keväällä ja alkukesällä istutukset on tehty palstalle. Palsta on avomaalla haasteellisen kulkuyhteyden päässä Walssista. Kesällä 2019 Walssin pihalle rakennettiin kasvihuone, josta heräsi ajatus omasta opinnäytetyöstä ja yhteisöllisen kasvihuonetoiminnan suunnittelemisesta.

Opinnäytetyössäni kuvaan Walssissa tapahtuvaa yhteisöllisen kasvihuonetoiminnan suunnitteluprosessia yhteiskehittämisen keinoin. Tarkoituksena on saada luotua suunnitelma yhteisöllisestä kasvihuoneesta kesälle 2021. Opinnäytetyö on toiminnallinen ja koostuu yhteiskehittämisen keinoin järjestetyistä suunnittelutyöpajoista ja opinnäytetyöraportista, jossa kuvataan ja arvioidaan suunnitteluprosessia. Yhteistyökumppanina opinnäytetyössä on Keski-Uudenmaan sote -kuntayhtymä.

2 MIELENTERVEYS

Mielenterveyttä on aiemmin määritelty mielensairauden näkökulmasta. Valtavirrasta poikkeavaa käyttäytymistä on pidetty merkkinä sairaudesta tai mielenhäiriöstä. Käsitys mielensairaudesta on muuttunut ja nykyisin vallalla on näkemys, jonka mukaan ihminen on terve pystyessään selviytymään päivittäisistä toiminnoistaan aiheuttamatta kärsimystä itselleen tai muille ihmisille. Mieleltään terve henkilö elää yhteiskunnassa vallalla olevien normien ja käyttäytymissääntöjen mukaisesti. (Hietaharju & Nuutila 2010, 12.)

Duodecim internetsivulla pettymysten, pelkojen, surun ja ajoittaisten nukahtamisvaikeuksien sanotaan kuuluvan osan jokaisen elämää. Mielenterveys ei ole ongelmattomuutta tai ainoastaan mielen hyvinvointia. Mielenterveyteen liittyy kyky reagoida

vaikeuksiin. Kun reagointi on rakentavaa, niin toimintakyky säilyy vaikeuksista huolimatta. (Huttunen 2017.)

Kun puhutaan mielenterveydenhäiriöstä, tarkoitetaan psyykkistä sairautta eli mielen sairautta. Mielenterveydenhäiriöstä kärsivä ihminen voi käyttäytyä epätavallisesti, olla jatkuvasti surullinen tai ahdistunut. Mielenterveydenhäiriöön liittyy psyykkisiä oireita, kuten ahdistus ja paniikin tunne, jotka ovat merkkejä sairaudesta. Oireet voivat olla myös fyysisiä, kuten päänsärky ja vatsavaivat. (Omaisien opas). Thl:n [www-sivuilla](http://www.thl.fi) mielenterveydenhäiriö on määritelty yleisnimikkeeksi erilaisille psykiatrisille häiriöille.

Käytän opinnäytetyössäni nimitystä mielenterveyskuntoutuja. Tarkoitin mielenterveyskuntoutujalla ihmistä, jolla on diagnosoitu jokin mielenterveydenhäiriö ja joka on kuntoutumassa siitä.

3 SOSIAALINEN KUNTOUTUS

Sosiaalihuoltolaki sanoo sosiaalisesta kuntoutuksesta seuraavasti: ”Sosiaalisella kuntoutuksella tarkoitetaan sosiaalityön ja sosiaalihojauksen keinoin annettavaa tehostetua tukea sosiaalisen toimintakyvyn vahvistamiseksi, syrjäytymisen torjumiseksi ja osallisuuden edistämiseksi”. Pykälän mukaan sosiaaliseen kuntoutukseen kuuluu kuntoutustarpeen ja sosiaalisen toimintakyvyn selvittäminen, kuntoutusohjaus -neuvonta ja kuntoutuspalveluiden yhteen sovittaminen, valmennus arkeen ja elämänhallintaan, ryhmätoiminta ja tuki sosiaaliseen vuorovaikutukseen sekä muut toimenpiteet, jotka edistävät sosiaalista kuntoutumista. (Sosiaalihuoltolaki 1301/2014, 3 luku 17§.)

Sosiaalisen kuntoutuksen toimintakenttä, määritelmä ja miten se voidaan käsittää, on hyvin moninainen ja osin tulkinnan varainen asia. Sosiaalinen kuntoutus pyrkii sosiaalisen toimintakyvyn kohentamiseen. Sosiaalinen toimintakyky ei ole riippuvainen pelkästään yksilöstä vaan myös yksilöstä ja hänen suhteestaan omaan sosiaaliseen ympäristöönsä. Sosiaalinen kuntoutus voi olla myös ennaltaehkäisevää työtettä tai

toimintaa syrjäytymisen ehkäisemiseksi ja osallisuuden edistämiseksi. (Nieminen, 2018, 11, 14, 22.)

Sosiaalinen kuntoutus voi liittyä yhteisöihin kuulumisen haasteisiin ja tavoitteena tällöin on vahvistaa asiakkaan kykyä liittyä muihin. Tällöin on oleellista itseilmaisu- ja vuorovaikutustaitojen harjoittelu. Sosiaalisessa kuntoutuksessa arjen tavoitteet voivat liittyä heikentyneeseen kykyyn huolehtia itsestä ja muista perheen jäsenistä. Yhteisötaidoissa tavoitteena on lisätä asiakkaan itseymmärrystä sekä tietoisuutta omasta itsestä osana ympäröivää todellisuutta. Tunteiden hallinta ja asiointikyky ovat keskeisessä roolissa. (Raivio, 2018, 114.)

Sosiaalisella kuntoutuksella pyritään kuntoutujan parempaan toimintakykyyn. Tavoitetasona voidaan yleisesti ottaen pitää sitä, että kuntoutuja pääsee sosiaalisen kuntoutuksen avulla elämässä eteenpäin, eikä palaa kuntoutuksen päätyttyä takaisin tilanteeseen, missä ennen kuntoutuksen alkua. Vaikka sosiaalisen kuntoutuksen on tarkoitus johtaa sosiaalisen toimintakyvyn kohenemiseen ja lisääntyneeseen omatoimisuuteen, on kuitenkin eduksi pyrkiä välttämään kuntoutujan toimintakyvyn paluu lähtötilanteeseen. Tästä syystä on tärkeää, että kuntoutujalla on tarvittaessa mahdollisuus palata kuntoutumisen polullaan askelia myös takaisin päin. (Nieminen, 2018, 16, 19.)

4 WALSSI

Walssi on osa Keski-Uudenmaan sote- kuntayhtymän sosiaalista kuntoutusta. Walsissa on työsalitoimintaa ja tuettua työtoimintaa mielenterveyskuntoutujille. Tuetussa työtoiminnassa kuntoutujat työskentelevät erilaisissa työtehtävissä yrityksissä ja kaupungin tai kuntayhtymän toimipisteissä. Tuettu työtoiminta ja työsalitoiminta ovat sosiaalihuoltolain mukaista työ- ja päivätoimintaa. Niistä ei makseta palkkaa vaan ne ovat kuntoutujille myönnettyä palvelua, josta saa työosuusrahaa. Kuntoutujat ohjautuvat Walssiin yleensä psykiatrian poliklinikalta tai mielenterveys- ja päihdeyksiköstä. Walssissa on kuntoutuskoordinaattori, jonka tehtävänä on uusien asiakkaiden ohjautumisen koordinointi, sekä toimia kuntoutujien hoitavan tahon ja Walssin yhteyshenkilönä. (Haverinen henkilökohtainen tiedonanto 30.10.2020.)

Walssissa pyritään tukemaan ja edistämään asiakkaiden toimintakykyä erilaisten toiminnallisten tehtävien kautta. Asiakkaille on laadittu tavoitteet, miksi he ovat mukana toiminnassa. Tavoitteet asteetaan usein lähettävän tahon toimesta esimerkiksi erikoissairaanhoidossa yhdessä asiakkaan kanssa. Työsalilla pohditaan vielä työsalin henkilökunnan jäsenen ja asiakkaan kanssa, miten käytännössä toimimme, jotta tavoitteisiin pyrkiminen olisi mahdollisimman mielekästä ja kannustavaa. Usein tavoitteet liittyvät esimerkiksi vuorokausirytmien ylläpitämiseen, mielekkään tekemisen saamiseen päivän ajaksi tai hengähdystauko turvallisessa ympäristössä vaikean elämäntilanteen takia. Osalla asiakkaista on asetettu selkeä tavoite takaisin kohti avoimia työmarkkinoita. Vuosina 2016-2020 Walssin asiakkaista avoimille työmarkkinoille on kuntoutunut yhdestä kolmeen kuntoutujaan vuodessa. (Haverinen henkilökohtainen tiedonanto 30.10.2020.)

Työsalin toiminta perustuu työsalin henkilökunnan ja asiakkaiden yhteiseen toimintaan, joka mukaillee yhteisökuntoutuksen periaatteita. Työsalilla aamu aloitetaan joka aamu yhteisellä kahvilla ja työnjaolla, jossa esittelijänä toimii joku vapaaehtoinen henkilö läsnä olevista. Päivittäin asiakkaat saavat valita tarjolla olevista työtehtävistä mieleisensä tai miettiä itse, mitä tekee päivän aikana. Myös viikkokokoukset ovat säännöllinen osa toimintaa, kokouksissa asiakkaat toimivat puheenjohtajana ja sihteerinä. (Haverinen henkilökohtainen tiedonanto 30.10.2020.)

Walssissa huomioidaan kuntoutujien yksilölliset mielenkiinnon kohteet. Kuntoutujat miettivät ja suunnittelevat työntekijöiden tukemina kädentaidolliset tehtävät. Walssissa tehtävät kädentaito myydään Walssin myymälässä. He voivat myös valita tarjolla olevista vaihtoehdoista päivän työtehtävänsä. Walssissa työtehtävinä voi olla erilaiset käden taidot, alihankinta, keittiö, puutarha, kuljetus, keittiö, siivous tai myymälätyöt. Päätämme myös yhdessä puolivuositain, mitä säännöllisiä ryhmiä työsalilla toteutetaan satunnaisten teemaryhmien lisäksi. Näitä ryhmiä oli talvella 2020 liikuntaryhmä, keittiöryhmä, luontoryhmä, digiryhmä ja musa- ja bändiryhmät, jotka toimivat vertaisohjaajien vetäminä. Walssin työntekijät ja osa asiakkaista ovat käyneet yhteiskehittämisen valmennuksen. Useat Walssin asiakkaat ovat myös kouluttautuneet vertaisneuvojiksi sekä kokemusasiiantuntijoiksi. Osa asiakkaista on aktiivisesti mukana

kokemusasiantuntijan, vertaisneuvojan ja vertaisohjaajan tehtävissä. (Haverinen henkilökohtainen tiedonanto 30.10.2020.)

Ryhmämuotoisessa kuntoutuksessa pystytään hyödyntämään ammattilaisen lisäksi myös ryhmän tukea. Tällöin kuntoutujien saama tuki moninkertaistuu yksin ammattilaisen antamaan tukeen verrattuna. Ryhmässä voidaan harjoitella saman aikaisesti monia eri taitoja kuten vuorovaikutukseen ja fyysiseen harjoitteluun liittyviä taitoja. Ryhmän koko riippuu sen jäsenten henkilökohtaisista valmiuksista, ominaisuuksista, ryhmän tavoitteista ja käytettävistä menetelmistä. (Salminen 2016, 301.)

4.1 Yhteisöllisyys

Yhteisöllisyyden rinnalla voidaan käyttää käsitettä sosiaalinen pääoma. Sosiaalisen pääoman perustana on yhteishenki, jota pidetään tärkeimpänä yhteisön ominaisuutena. Yhteishenki syntyy vuorovaikutusverkostoissa, joissa vallitsee luottamus ja niissä työskennellään tietyn tavoitteen saavuttamiseksi. Yhteisöllisyyden lisäämiseen pyrkinessä osallistumisen merkitys on avain asemassa. (Hyypä, 2002, 27, 178.)

Yhteisö akatemian internetsivuilla Kari Murto kuvailee yhteisön käsitteen olevan hankalasti kuvailtavissa. Yhteisöön Murto kuvailee kuuluvan toisilleen tuttuja ihmisiä, joita yhdistää yhteenkuuluvuuden tunne, yhteinen päämäärä ja yhteinen sosiaalinen todellisuus. Yhteenkuuluvuuden tunnetta, joka rakentuu osallisuuden, yhteenkuuluvuuden ja läheisyyden kokemuksesta Murto pitää tärkeänä ihmisen kehityksen ja hyvinvoinnin kannalta. (Murto 2014.)

4.2 Osallisuus

Suomi ja Euroopan unioni ovat määritelleet osallisuuden yhdeksi merkittävimmistä keinoista eriarvoistumisen, köyhyyden ja syrjäytymisen ehkäisyssä. Osallisuus edistää terveyttä ja tasa-arvoa. Koulutus ja työ ovat suomessa korostetussa asemassa kansalaisten osallisuutta määriteltäessä. Pitkäaikainen työelämän ulkopuolisuus johtaa usein myös sosiaaliseen syrjäytymiseen. Kansalaisten osallisuutta voidaan tukea edistämällä

työllisyyttä, osallistumis- ja vaikutusmahdollisuuksia sekä riittävän tuen tarjoamisella. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut 2020.)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos jakaa osallisuuden edistämisen neljään tasoon. Yksilötasoon, jossa henkilö on tunne kuulumisesta johonkin itselle tärkeään ryhmään. Yhteisötasolla henkilö kokee ryhmässä luottamusta ja arvostusta. Yhteiskuntatasolla oikeudet, mahdollisuudet ja vuorovaikutus toteutuvat. Osallistumista ja osallisuutta lisääviä toimenpiteitä voidaan sanoa osallisuuden edistämisen politiikkatasoksi. Heikoimmassa asemassa olevien osallisuus, asukas -ja asiakasosallisuus sekä työelämäosallisuus. Osallisuus on kuulumista kokonaisuuteen ja kokemus siitä, että on merkityksellinen osa tätä kokonaisuutta. Osallisuus on kuulluksi ja nähdyksi tulemista sekä omaan elämään liittyvissä asioissa että yhteisissä asioissa. Yhteiskunnan tehtävänä on edistää ja luoda olosuhteita ja toimintoja, joissa työelämän ulkopuolella olevat pääsisivät vaikuttamaan omaan elämäänsä ja elinympäristöönsä, saisivat osaamisensa näkyväksi ja tämän myötä myös tunnustusta osaamisestaan. Hyvinvointi ja osallisuus liittyvät vahvasti yhteen. (Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen www-sivut 2020.)

Minna Laitila (2010) on tutkinut päihde- ja mielenterveysasiakkaiden osallisuutta palveluissa. Yksi osa osallisuutta on asiakkaiden osallisuus palveluiden kehittämiseen. Osallisuus kehittämiseen toteutuu yhteisenä kehittämisenä, jossa asiakkaan tietoa ja kokemusta hyödynnetään. Palveluiden kehittämisessä asiakkaat kokevat, että osallisuus on sitä, että asiakkaat ja ammattilaiset kehittävät toimintaa yhdessä. Asiakkaat näkevät, että heillä palvelunkäyttäjinä on paras asiantuntemus palveluiden sisällöstä ja sitä täytyisi hyödyntää. (Laitila 2010, 185.)

Kun puhutaan asiakaslähtöisyydestä arvoperustana, siinä korostuvat työn lähtökohtina yksilöllisyys, ihmisarvo ja yhdenvertaisuus. Asiakkaan ymmärtäminen yksilöllisenä ja aktiivisena toimijana korostuu, kun asiakaslähtöisyys nähdään suhtautumistapana asiakkaaseen. Tällöin asiakkaalla on valta vaikuttaa niihin palveluihin mitä hän saa. Jos taas asiakaslähtöisyyden ajatellaan kuvaavan työntekijää, siihen liitetään piirteet kuten avoimuus, tasavertaisuus, asiantuntijuus ja aitous. Asiakaslähtöisyys palvelun luonteena voidaan nähdä siten, että palvelun toteutus perustuu työntekijän ja asiakkaan yhteistyössä päättämiin ratkaisuihin ja asiakkaan kuulemiseen. (Kiikala 2000, 116-119.)

5 YHTEISÖLLINEN KASVIHUONETOIMINTA OSANA KUNTOU- TUSTA

Yhteisöllisestä kasvihuonetoiminnasta yksinään ei ole olemassa teoriatietoa tai tutkimuksia. Tässä opinnäytetyössä luen yhteisöllisen kasvihuonetoiminnan kuuluvaksi yhteisölliseen puutarhatoimintaan ja määrittelen sitä yhteisöllisen puutarhatoiminnan kautta.

Yhteisöllinen puutarhatoiminta on muotoutunut siirtolapuutarhakulttuurista. Yhteisöllisen puutarhatoiminnan tarkoituksena on edistää tietyn yhteisön tai alueen osallisuutta. Sitä on Suomessa hyödynnetty vasta vähän aikaa. Yhteisöllisyyden ajatellaan puutarhatoiminnassa olevan sitä, että puutarhasta huolehditaan yhdessä ja vastuu jaetaan yhteisön kesken. Tärkeäksi nähdään se, että suunnittelu aloitetaan hyvissä ajoin ja asiakkaat otetaan mukaan suunnitteluun varhaisessa vaiheessa. Yhteisöllisen puutarhatoiminnan aloittaminen vaatii vain viljelypaikan, joka voi olla esimerkiksi takapiha, viljelylaatikko tai jopa ikkunalauta. (Yhteisöllinen puutarhatoiminta kuntoutumisen tukena -opas, 2017, 6, 9, 11.)

Kasvien kanssa toimiminen lisää onnellisuutta, aktiivisuutta ja psyykkistä hyvinvointia. Samalla harjoitellaan ja opitaan sosiaalisia taitoja, vastuullisuutta, ongelman ratkaisua sekä monia muita elämän taitoja. Puutarhatoiminnalla voidaan edistää fyysistä ja psyykkistä toimintakykyä, myös kognitiivisissa taidoissa on huomattu edistystä puutarhatoiminnan seurauksena. (Yhteisöllinen puutarhatoiminta kuntoutumisen tukena -opas, 2017, 7-8.)

Puutarhan hoito voi toimia osana kuntoutusta luomalla mahdollisuuden yhteiseen tekemiseen, keskusteluun ja osallisuuteen. Se edesauttaa motoristen taitojen vahvistamista ja vähentää stressiä. Englannissa puutarhaohjelmia on käytetty osallisuuden kokemuksen lisäämiseksi yhteisössä. Ruotsissa työuupuneita on kuntoutettu puutarhatoiminnan avulla. Harrastuksena puutarhan hoito on suosittu ja sen terveyttä edistävästä vaikutuksista tulisi mahdollisimman monen päästä osalliseksi. (Green Care Finland ry:n www-sivut.)

Tuomo Salovuori kirjoittaa kirjassa Luonto kuntoutumisen tukena noin neljänkymmen prosentin suomalaisista pitävän puutarhassa työskentelystä. Puutarhassa

työskentelystä pitävien lisäksi on ihmistä, jotka tuntevat vetoa viherympäristöön. Viherympäristössä voi edistää hyvinvointia oleskelemalla tai hoitamalla sitä. Puutarhatoimintaa voi toteuttaa myös aktiivisen ulkokasvatuskauden ulkopuolella kasvattamalla joulukukkia ja tammikuusta alkaen taimia kesää varten. (Salovuori 2014, 23.)

Puutarhatoiminta vahvistaa itseluottamusta ja mahdollistaa onnistumisen ja oppimisen kokemuksia. Puutarhatoiminnan avulla voidaan vahvistaa sosiaalisia suhteita, osallisuuden kokemusta ja yhteisöllisyyttä. (Salovuori 2014, 23, 25.)

6 MENETELMÄNÄ YHTEISKEHITTÄMIEN

Yhteiskehittäminen on ammattilaisen ja asiakkaan vuorovaikutukseen perustuva yhteistoiminta. Sen perusajatuksena on kumppanuuteen ja vuorovaikutukseen pohjautuva suhde, joka samalla välttää hierarkkisuutta. (Terveiden ja hyvinvointi laitoksen www-sivut 2020.)

Yhteiskehittämien on tapa edistää toimintaa ja luottamusta ammattilaisen ja asiakkaan kesken. Se ei ole menetelmä vaan eräänlainen tapa yhdistää suhtautumis-, vuorovaikutus-, toiminta- ja ajattelutapoja. Yhteiskehittämistä voidaan toteuttaa nopeasti ohimeneissä tilanteissa tai osana pitkäaikaista kuntoutumisprosessia. (Hietala 2018, 120, 122.)

Hietalan mukaan yhteiskehittämisessä on kolme kontekstia. Yhteiskehittämistä voi toteuttaa mikrotasolla, joka tarkoittaa ensimmäinen taso tarkoittaa asiakkaan ja työntekijän yhteistyötä palveluissa. Ensimmäisestä tasosta käytetään myös nimitystä mikrotaso. Toisella tasolla yhteiskehittäminen voi olla osa palveluiden toteuttamista, käytäntöjä ja johtamista. Kolmannella tasolla, josta käytetään nimitystä makrotaso, yhteiskehittämistä toteutetaan osana vaikuttamistyötä sekä hankestrategia- ja kehittämissyöissä. (Hietala, Kinnunen, Kauppila & Karjalainen, 2018, 11.)

Yhteiskehittäminen on yksi sosiaalisen kuntoutuksen työtapa. Siinä tuodaan eri toimijat yhteen luomaan parempia ja uudennlaisia palvelukäytäntöjä. Yhteiskehittämisen

prosessin pyrkimyksenä on saada aikaan muutoksia osallistuvien keskinäisissä suhteissa ja toimintatavoissa. Muuttuvien roolien myötä asiakkaat voivat rohkaistua ottamaan enemmän vastuuta omasta kuntoutuksestaan. Kuntoutuminen tulee mahdolliseksi, kun kuntoutusta toteuttavat ja asiakkaiksi määritellyt ihmiset löytävät uusia ja innostavia tapoja toimia yhdessä sekä voimavaroja omien haasteiden voittamiseksi. Yhteiskehittämiseen osallistuminen perustuu vapaaehtoisuuteen ja vastikkeettomuuteen ja on asiakkaille aina mahdollisuus. (Kauppila & Hietala, 2018, 139, 148.)

Innokylän internet sivuilla sanotaan yhteiskehittämisenprosessin olevan lopputulosta tärkeämpi. Yhteiskehittämisen periaatteisiin kuuluu myös työntekijöiden ja asiakkaiden tasavertaisuus. Asiakkaat voivat osallistua palveluiden kehittämiseen ja samalla suunnitella ja toteuttaa omaa kuntoutustaan. (Innokylän www-sivut 2020.)

Open Space on joustava yhteiskehittämisen menetelmä. Se on tyyliltään epämuodollinen eikä siinä ole ennalta suunniteltua rakennetta, vaan rakenne syntyy luonnostaan toiminnan aikana. Open Space menetelmän ajatellaan toimivan osallistujien sitouttajana ja motivoijana. Se lisää osallistujien luovuutta ja laajentaa näkökulmaa. Open Space menetelmässä on tärkeää muistaa osallistumisen olevan osoitus kiinnostuksesta asiaa kohtaan ja olevan siten riittävä peruste toimintaan osallistumiselle. (Innokylän www-sivut 2020.)

7 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE

Toiminnallisessa opinnäytetyössä alaan liittyvä teoreettinen tieto ja ammatillinen käytäntö yhdistyvät. Toiminnallisen opinnäytetyön avulla voidaan kehittää alan ammatti käytäntöjä, toteuttaa ohjeita ja oppaita toimintaan, järjeistää tai järjestää käytännön toimintaa. Toiminnallinen opinnäytetyö sisältää raportin sekä tuotoksen. Raportissa on kirjattuna mitä on tehty ja miksi, minkälainen prosessi on ollut ja millaisiin johtopäätöksiin on päädytty. Raportissa on näkyvissä myös ammatillinen ja persoonallinen kasvu. (Vilka & Airaksinen, 2003, 9, 38-42, 65.)

Opinnäytetyön tarkoituksena on kasvihuonetoiminnan suunnittelu yhteiskehittämisen menetelmää hyödyntäen mielenterveyskuntoutujille Walsissa. Tavoitteena on kuvata kasvihuonetoiminnan suunnitteluprosessi ja arvioida yhteiskehittämisen menetelmän toimivuutta suunnittelussa. +

Opinnäytetyön tehtävinä ovat:

- suunnitella ja toteuttaa kasvihuonetoiminnan kehittämistyöpajat
- kuvata kasvihuonetoiminnan kehittämisen prosessi
- havainnoida yhteiskehittämisen menetelmän toimivuutta työpajoissa
- arvioida suunnitteluprosessia ja toteutumista

Walssin asiakkaat ja yhteisö hyötyvät opinnäytetyöstä välittömästi toiminnan alkaessa yhteisöllisyyden ja kuntoutuksellisten elementtien määrän kasvaessa. Keski-Uudenmaan sote kuntayhtymä saa opinnäytetyöstä mallin, miten yhteiskehittämisen menetelmää voi hyödyntää toiminnan suunnittelussa. Opinnäytetyön tekijänä saan tekemisestä kokemuksen, joka mahdollistaa ammatillisen kasvun ja kuntoutuksen ohjaajaksi valmistumisen.

8 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

8.1 Opinnäytetyöprosessi ja työpajojen suunnittelu

Opinnäytetyön toiminnallisessa osuudessa oli tarkoituksena suunnitella vuoden 2021 kasvihuonetoiminta yhteiskehittämisen OpenSpace työpajoja hyödyntäen. Olin suunnitellut työpajojen alustavat aiheet ja miettinyt Open Space menetelmän toteutusta mahdollisimman tarkkaan. Työpajojen aikataulu oli myös mietitty yhdessä työyhteisön kanssa.

Koronan vuoksi alkuperäistä suunnitelmaa oli muutettava työpajojen osalta. Kevään ja kesän 2020 korona tilanteen takia Walssin työtoiminta oli suljettu 13.3-31.5.2020. Työtoiminta jatkui Walsissa 2.5.2020 puolitetulla asiakasmäärällä. Kasvihuonetoiminnan suunnittelu työpajat oli suunniteltu täyden asiakasmäärän mukaan. Realistista

oli, että työpajoihin osallistuisi noin 3-7 henkeä työpajaa kohden. Walssin toiminnassa tuli huolehtia turvaväleistä, joka tarkoitti päivittäisessä toiminnassa merkittävää muutosta ryhmätyöskentelyyn. Asiakkaita ohjattiin ryhmätyöskentelyn sijasta yksilöllisissä työtehtävissä. Yksilöllisten työtehtävien ohjaamien vaatii henkilökunnalta ryhmätyöskentelyyn verrattuna enemmän henkilökohtaista ohjaamista ja ajankäyttöä yksittäistä asiakasta kohden, joten henkilökunnan osallistuminen kasvihuonetoiminnan työpajaan ei ollut mahdollista kesäkuussa.

Päädyin siihen, että kasvihuone toiminnan työpajoja ei ollut mahdollista toteuttaa yhteiskehittämisen OpenSpace menetelmää hyödyntäen kesän aikana. Walssi oli heinäkuun kesälomalla ja asiakasmäärä rajoituksista, turvaväleistä eikä toiminnan jatkumisesta kesäloman jälkeen ollut tietoa. Oman valmistumiseni kannalta opinnäytetyön eteenpäin saaminen oli kuitenkin tärkeää. Päätin pitää kasvihuonetoiminnan kehittämistyöpajat kesäkuussa hyödyntäen yhteiskehittämisen mikrotasoa, joka tarkoitti asiakkaan ja työntekijän yhteistyötä palveluissa. Vetäisin työpajat osallistuen samalla itse työpajojen keskusteluun.

8.2 Suunnitelmasta toteutukseen

Suunnittelin etukäteen, miten tuon tiedon opinnäytetyöstäni ja siihen liittyvistä työpajoista asiakkaille. Koska asiakkaat eivät ole samoja päivittäin, en voinut pitää yhtä tiedotustilaisuutta, vaan päädyin siihen, että kerron aamukokouksessa ennen työpajaa Walssin asiakkaille opinnäytetyöhöni liittyvästä työpajasta. Ennen työpajan alkua kävin vielä henkilökohtaisesti kysymässä kaikilta Walssilaisilta halukkuutta osallistua opinnäytetyöni työpajaan. Kerroin, että työpajat pidetään ulkona riittävien turvaetäisyyksien mahdollistamiseksi. Ennen työpajan alkua vein ulos paperia sekä kynän. Työpajoille en suunnitellut aikarajaa. Ajatuksena oli, että toiminnan fokus siirtyy suunnittelusta toiminnan arviointiin silloin, kun ryhmäläiset kokivat olevansa siihen valmiita.

Suunnitelman mukaisesti suunnittelimme kasvihuonetoimintaa vuodelle 2021 neljässä työpajassa kesän 2020 aikana. Opinnäytetyöprosessin aikana tein muistiinpanoja ja kirjoitin havainnointipäiväkirjaa työpajojen toimintaan ja yhteiskehittämisen

toteutumiseen liittyvistä huomioista tulevaa opinnäytetyöraporttia varten. Havainnointipäiväkirjassa näkyi myös reflektiota omasta toiminnasta.

8.2.1 Työpaja 1.

Kerroin aamukokouksessa Walssin asiakkaille ja työntekijöille opinnäytetyöhöni liittyvästä työpajasta. Työpajan sovin alkamaan kello 9.30, jotta mahdollisimman moni asiakas on ehtinyt tullemaan Walssin. Ennen työpajan alkua kävin asiakkaiden luona ja kysyin henkilökohtaisesti halukkuudesta osallistua työpajaan. Työpajan aluksi kerroin kyseessä olevan opinnäytetyöhöni kuuluva työpaja. Kerroin Keusoten myöntämästä tutkimusluvasta ja luin ääneen opinnäytetyöhön osallistumisen suostumuskaavakkeen. Tämä toistui ennen jokaisen työpajan alkua, koska Walssissa ei ole samoja asiakkaita päivittäin.

Tässä yhteydessä yksi ryhmäläinen empi ja halusi lisätietoa suostumuksesta. Kerroin siitä uudelleen hänelle ja hän päätti, ettei allekirjoita suostumusta opinnäytetyöhön osallistumisesta. Hän ei halunnut, että häntä havainnoidaan. Työpajaan hän kuitenkin halusi osallistua. Hän jäi hyvin hämilleen, kun kerroin, ettei hän voi osallistua työpajaan ja miksi näin. Lopulta työpajaan osallistui viisi asiakasta ja minä.

Olin vienyt valmiiksi kasvihuoneen lähettyville ison paperin ja kyniä kirjoittamista varten. Kerroin työpajan aiheen yhteisöllisen kasvihuonetoiminnan kehittäminen yhteiskehittämisen keinoin, joka on samalla opinnäytetyöni. Pyysin, että nyt keskustellaan siitä mitä ajatuksia kasvihuonetoiminta herättää. Ryhmäläisiä en ohjeistanut tämän enempää. Ryhmä oli epämuodollinen eikä siinä ollut ennalta suunniteltua rakennetta.

Aluksi ryhmäläiset kävivät nopean keskustelun siitä, kuka toimii kirjurina. Tämän jälkeen keskustelu alkoi siitä, mitä istutetaan kasvihuoneeseen ja mitä palstalle. En puuttunut keskusteluun, vaikka olinkin suunnitellut tämän aiheen vasta kolmanteen työpajaan. Kirjurina toiminut henkilö otti myös keskustelun kokoojan roolin ja kyseli ryhmäläisiltä, mitä ryhmäläiset haluavat kirjoitettavan paperille. Keskustelu eteni hyvässä hengessä ja kaikki ryhmäläiset, minä mukaan lukien sanoivat omia ehdotuksiaan.

Mahdollisia kasveja mietittäessä keskustelua käytiin myös siitä, mitä kasvit vaativat kasvaakseen ja onko niitä mahdollista Suomessa kasvattaa. Havaintojeni mukaan kaikki pääsivät osalliseksi keskusteluun ja jokaisen asiantuntijuutta hyödynnettiin. Keskustelu ajautui välillä kauas kasvihuonetoiminnasta, mutta aina joku ryhmäläisistä palautti keskustelun aiheeseen eli kasvihuoneeseen istutettaviin kasveihin. Tähän minun ei tarvinnut puuttua. Keskustelu oli avointa ja se siihen tuli useita polkuja. Lopulta ryhmäläiset ilmoittivat saaneensa listan kasveista valmiiksi.

Tämän jälkeen, kysyin haluttaanko vielä keskustella, mitä ajatuksia opinnäytetyö tai kasvihuonetoiminnan kehittäminen herättää. Tähän kysymykseen ei tullut kommentteja joten, annoin heille uuden paperin. Paperissa oli valmiina kysymys: mitä tästä työpajasta jäi mieleen? ja miltä se tuntuu? Keskustelu nivoutui kahden teeman ympärille. Yhdessä tekeminen ja suunnitteleminen on mukavaa sekä opinnäytetyön tekijä auttaminen. “Täytyyhän sitä Juhania vähän sparrata, että se joskus valmistuu.

Työpajassa kaikki ryhmäläiset kertoivat päässeensä osalliseksi päätöksen teosta ja kertoivat kokeneensa työpajassa päässeensä vaikuttamaan aidosti mitä Walssissa tehdään. Yksi asiakkaista sanoikin tämän Walssin asioihin vaikuttamisen olevan jo enemmänkin tapa toimia, kuin jotain uutta ja ihmeellistä. Se että kyseessä oli opinnäytetyö, johon piti kirjoittaa erikseen lupa. Se tuntui taas toisen asiakkaan mielestä oudolta.

8.2.2 Työpaja 2

Toisen työpajan aiheena oli, miten kasvihuonetta hoidetaan. Mitä sääntöjä ja sopimuksia kasvihuonetoiminnassa on? Toisessa työpajassa keskustelu oli suoraviivaista ja ryhmän yhdessä päättämä kirjuri kirjasi paperille neljä asiaa kastelu, kitkentä, sadonkorjuu ja elämyshuone. Sääntöjä mietittiin yhdessä keskustelussa, mutta ryhmäläiset eivät halunneet kirjattuja sääntöjä. He kokivat, että kyllä Walssilaiset kasvihuoneen hoitavat ilman sääntöjä tai määräyksiä. Kasvien kanssa työskentely on niin mukavaa, että kasvihuoneeseen riittää halukkaita, varsinkin, kun nyt korona aikana siellä ei saa olla, kuin yksi kerralla. Ryhmä ehdotti, että kysyn kirjatuihin säännöistä ja sopimuksista vielä seuraavalta ryhmältä ja näin sovittiin.

Arviointikeskustelussa nousi esiin kasvien kasvamisen seurannan kuntouttava vaikutus. Ryhmäläisten ajatuksia: ”Mukava tulla Walssiin ja katsoa kuinka paljon kasvit kasvavat yhden viikon aikana”. Onhan ne myös mukava syödä syksyllä samalla, kun grillataan.” Työpajaa arvioitaessa ryhmä totesi kaikkien saaneen vaikuttaa lopputulokseen. Kysyin vielä ryhmältä lisäkysymyksenä, miten osallisuutta voisi vielä lisätä kasvihuonetoiminnassa. Ryhmä totesi nauraen, että pitää rakentaa isompi kasvihuone, että sinne mahtuu enemmän ihmisiä myös korona-aikana.

8.2.3 Työpaja 3

Ennen työpajaa asetin kyniä ja ison paperin valmiiksi ulos odottamaan työpajan alkua. Työpajan alussa ryhmä valitsi keskuudestaan kirjurin, joka kirjaa päivän aiheita paperille. Työpajan aluksi kerroin, mitä aikaisemmissa työpajoissa oli käsitelty ja keskusteltu. Jatkoimme keskustelua kasvihuoneen säännöistä ja sopimuksista. Tämän kertaisesta työpajasta nousi esiin teema istuta, kastele ja nauti sadosta. Walssin kesälomasta käytiin keskustelu ja ryhmä päätti, että kysytään voiko Walssin kuntoutuskoordinaattori ja esimies kastella kasvihuonetta, jos he ovat heinäkuussa töissä. Myös ryhmäläiset olivat valmiita käymään vuorollaan kastelemassa sitä. Ongelmana on kasvihuoneen sijainti lukollisten porttien sisäpuolella. Myös kasveille puhuminen herätti hyvän keskustelun, johon kaikki ryhmäläiset osallistuvat.

Ryhmän loppuksi arvioitiin ryhmäkerta. Arvioinnissa keskusteluun nousi toivon näkökulma. Kasvien kasvattamisessa toivo nousee konkreettisesti esiin. Toivotaan kasvien kasvavan hyvin, se on vähän niin kun elämä yleensä. Osallisuudesta keskusteltaessa ryhmä päätyi yhteenvedona siihen, että kaikki tämä toiminta, mihin Walssissa pääsee osallistumaan, on osallisuutta. Ryhmäläiset näkivät, että he ovat kaikki osallisena omalla tavallaan. Yhden ryhmäläisen oivallus oli, että tässä ryhmässä kaikki puhuivat, mutta joku voi olla osallinen vaikkei itse puhuisikaan.

8.2.4 Työpaja 4

Tällä kertaa työpajaan osallistuvat asiakkaat olivat olleet jo mukana jossain aiemmista kasvihuoneen kehittämistyöpajoista. Tämän kertaisena aiheena oli toiminnan arviointi.

Esittelin työpajan aluksi edellisten työpajojen tuotokset, jonka jälkeen kysyin: Mitä ajatuksia tämän kaltainen työpajatyöskentely teissä herättää. Esiin nousi kaksi teemaa, tasa-arvoisuus kaikkien työpajassa olevien kesken sekä keskustelun vapaamuotoisuus. Joku totesi, että ei tarvitse pelätä mitä sanoo. Tasa-arvoiseksi koettiin se, ettei ole titteleitä, työntekijöiden ja asiakkaiden mielipiteet ovat yhtä tärkeitä. Kaikilta voi oppia jotain uutta. Tärkeää oli, että tuntee itsenä arvokkaaksi, kun toiset kuuntelevat ja oma idea toteutetaan, vaikka se maksaisinkin.

8.2.5 Työpajojen tuotos

Työpajojen tuotoksena saimme koostettua suunnitelman yhteisölliseen kasvihuoneeseen kesäksi 2021. Suunnitelma syntyi yhteisten keskustelujen kautta työpajoissa. Kasvihuoneeseen istutamme yleisiä kotipuutarhan kasveja, kuten tomaatteja, kurkkuja, mansikoita, chiliä ja yrttejä. Suunnitelmasta näkyy, mitä istutetaan kasvusäkkeihin, istutuslaatikoihin ja istutusämpäreihin. Suunnitelmaan on kirjattuna myös kasvihuoneen hoito-ohjeita. Tiukkoja hoito-ohjeita tai sääntöjä ei laadittu. Kasvihuoneetöimintaan voi osallistua oman voinnin ja kiinnostuksen mukaan. (Ks. liite 1)

9 ARVIOINTI JA EETTISYYS

9.1 Osallistujien palaute

Kolmen ensimmäisen työpajan lopuksi keräsin osallistujien palautteen työpajasta. Neljännessä työpajassa arvioitiin tapaa, miten työpajat oli toteutuneet. Arviointi tapahtui yhdessä keskustellen. Keskusteluissa valmis suunnitelma istutuksista ja kasvihuoneen hoidosta koettiin tärkeäksi. Saatiin aikaiseksi tunne onnistumisesta. Itse kehittämisprossista nousi esiin erityisesti kolme asiaa. Vaikutusmahdollisuus, osallisuus ja avuksi oleminen. Ryhmät kokivat yhteiskehittämisen menetelmän hyväksi työtavaksi. Yhteiskehittämisen etuina mainittiin kokemus siitä, että saa osallistua toiminnan suunnitteluun ryhmän tasavertaisena jäsenenä. Yhteiskehittämisestä mainittiin myös, ettei voi tietää lopputulosta, kun yhdessä suunnitellaan ja päätetään. Avuksi oleminen nousi

jokaisessa arviointikeskusteluissa esiin. Ryhmässä koettiin tärkeäksi vaikuttaminen ja apuna oleminen opinnäytetyössä ja ammattiin valmistumisen tukemisessa.

9.2 Itsearviointi

Mielestäni yhteiskehittämisen menetelmä soveltuu käytettäväksi kasvihuonetoiminnan kehittämistyöpajoissa. Työpajoissa oli nähtävissä osallisuuden ja yhteisöllisyyden elementit. Asiakkaat ja henkilökunta toimivat yhdessä päämäärän saavuttamiseksi ja viettivät yhdessä aikaa suunnitellen kuntouttavaa toimintaa.

Ennen työpajojen alkua kävin kysymässä henkilökohtaisesti asiakkailta halukkuutta osallistua kyseisen päivän työpajaan. Näissä keskusteluissa nousi useita kertoja esiin, että asiakas olisi osallistunut työpajaan, mikäli se olisi ollut normaalia Walssin toimintaa, eikä siihen osallistumisen edellytyksenä olisi ollut suostumus opinnäytetyöhön osallistumisesta kaavakkeen allekirjoitusta. Aikaisemmin Walssissa ei ole ollut tällaista tilannetta, jossa asiakasta on kielletty osallistumasta ryhmään. Nämä tilanteet jäivät harmittamaan minua.

Työpajoissa kaksoisroolini sekä ryhmäläisenä ja tarkkailijana oli haastava. Tein tarkkailijan roolissa muistiinpanoja ryhmän aikana. Yhteiskehittämisen kuitenkin kuuluu tasavertainen vuorovaikutus, jonka koin omalta osaltani häiriintyvän tarkkailijan roolista ja muistiinpanojen tekemisestä. Reflektoidessani työpajoja ja kaksoisrooliani ryhmän jäsenenä ja opinnäytetyötä tekevänä jäin pohtimaan oisinko voinut toimia toisin. Oisinko työpajojen videointi voinut helpottaa tehtävääni. Toisaalta se olisi epäilemättä myös estänyt joidenkin asiakkaiden osallistumisen ryhmään.

Ensimmäisessä työpajassa olin suunnitellut esitteleväni opinnäytetyötä tarkemmin, jonka jälkeen olisi ollut siitä keskustelun vuoro. Esitellessäni ryhmäkertojen rakennetta ryhmästä tuli oivallus, että ensin pitää suunnitella mitä istutetaan ja vasta sen jälkeen voidaan miettiä, miten kasvihuonetta hoidetaan. Ensimmäinen työpaja lähti kuitenkin kehittymään suuntaan, jossa päädyttiin miettimään mitä kasvihuoneeseen istutetaan. Ensimmäisen työpajan oivalluksen takia opinnäytetyösuunnitelmassa olleet ryhmäkertojen aiheet menivät uusiksi. Opinnäytetyösuunnitelmassa ensimmäisen

työpajaan olin miettinyt aiheeksi keskustelua opinnäytetyöstä ja työpajan arviointi. Työpajan alussa keskustelu eteni toiseen suuntaan, mikä on ominaista yhteiskehittämiseksi.

Yhteiskehittämisessä ei ole kysymys työntekijöiden osalta toiminnan suunnittelemisen lopettamisesta vaan siitä, että työntekijän suunnitelma voi muuttua toiminnan edetessä. Työntekijä voi jatkossa hyödyntää suunnitelmaansa osia tai soveltaa sitä toiminnan suunnan mukaan. Asiakkaiden näkemyksille tilan antaminen näyttäytyy yhteiskehittämisessä ei-tietämisenä. Ei-tietäminen haastaa vallitsevaa ajatusta ammattilaisuudesta se antaa kuitenkin tilanteessa mahdollisuuden erilaisiin ideoihin, aiheisiin ja keskusteluihin. (Hietala, 126-128.)

Työpajoissa saimme tehtyä tuotoksen kasvihuonetoiminnasta vuodelle 2021. Tuotoksessa on kuvattu mitä kasvihuoneeseen mahdollisesti istutetaan sekä kasvihuoneen hoito-ohjeita. Tuotos kasvihuonetoiminnasta ei kuitenkaan ollut työpajojen tärkein anti. Mielestäni tärkeintä oli kehittämisprosessi, jossa asiakkaat pääsivät osallistumaan toiminnan suunnitteluun ja kehittämiseen. Mielestäni yhteisöllisyys vahvistui, kun ryhmäläiset saivat kokemuksen oman osallisuuden merkityksellisyydestä koko yhteisöä hyödyttävän kasvihuonetoiminnan suunnittelussa.

9.3 Eettisyys

Hyvä tutkimuskäytäntö tarkoittaa, että tutkimukseen osallistuja saa tarpeeksi tietoa tutkimuksesta ja siihen osallistumisesta. (Tutkimuseettisen neuvottelukunnan [www-sivut](http://www.tutkimuseettinen.fi) 2020.)

Tutkimusluvan sain Keski-uudenmaan sote -kuntayhtymästä. Satakunnan ammattikorkeakoulun tutkimusetiikan tukihenkilöltä saamani tiedon mukaan opinnäytetyöhöni ei tarvitse eettisen toimikunnan lausuntoa. Walssin henkilökunta ja asiakas yhteisöissä keskustelin avoimesti opinnäytetyön tekemisestä ja yhteiskehittämisen pajoihin osallistuvilta pyysin kirjallisen luvan opinnäytetyöhön osallistumisesta. Kuntoutujat saivat vapaasti valita osallistuvatko he opinnäytetyötäni koskevaan työpajaan vain muuhun samaan aikaan Walssissa tapahtuvaan toimintaan. Opinnäytetyötäni koskevissa

työpajoissa kerroin ennen toiminnan alkua kyseessä olevan opinnäytetyöhöni liittyvä työpaja. Varmistin, että kaikki osallistujat ovat täyttäneet suostumuslomakkeen. Lomakkeet säilytin Walssin toimiston lukitussa kaapissa. Opinnäytetyöprosessin aikana tein muistiinpanoja ja kirjoitin havainnointipäiväkirjaa opinnäytetyö raporttia varten. Kun opinnäytetyö on valmis muistiinpanot ja havainnointipäiväkirjan hävitän laittamalla ne työpaikkani tietoturva astiaan. Muistiinpanoissa eikä oppimispäiväkirjassa yksilöidä toimintaan osallistuneita henkilöitä.

10 POHDINTA

Koronan vuoksi suunnitelman muuttaminen oli itselle haastavaa. Jo valmiin suunnitelman muuttaminen ja muokkaaminen siihen muotoon, että se koronan tuomien vaatimusten ja turvallisuusmääräysten kannalta olisi mahdollista, meinasin olla mahdollonta. Open Space yhteiskehittämisen menetelmä on mielenkiintoinen ja olisi ollut kiva kokeilla sen toimivuutta tai haasteellisuutta työpajoissa. Tällä kertaa se ei onnistunut, mutta jäipä jotain kokeiltavaksi myös tulevaisuuteen.

Työpajat onnistuivat mielestäni hyvin. Osallisuus ja yhteisöllisyys, jotka olivat itselläni toiminnan lähtökohtia, toteutuivat työpajoissa. Yhteisöllisyys toteutui niin, että jokainen oli ryhmän aktiivinen jäsen. Työpajoissa työskenneltiin ryhmänä ja tuotos oli ryhmän yhteinen. Keskustelu oli moniäänistä ja keskustelun kautta löydettiin yhteinen näkemys, joka kirjattiin ylös. Jokainen sai äänensä kuuluviin ja jokaisen asiantuntijuutta hyödynnettiin. Jokaisen osallistuminen nähtiin tärkeäksi. Kasvihuone seuraavana kesänä on koko yhteisöä varten, joten ryhmän toiminnalla oli vaikutusta myös koko Walssin yhteisöön.

Osallisuus tuli esille ryhmäläisten kokemuksista, joita kartoitin työpajojen lopuksi. Osallisuutta voi olla tunne osallisuudesta ja se kuului ryhmäläisten arvioinneista. Raivio (2018) kiteyttää, että osallisuuden kokemus rakentuu henkilön kuuluessa hänelle itselleen merkitykselliseen ryhmään tai yhteisöön. Tällaisessa yhteisössä hän pääsee vaikuttamaan ryhmän toimintaan ja tuntee arvostusta sekä luottamusta. (Raivio 2018, 101.)

Yhteiskehittäminen sopii mielestäni mielenterveyskuntoutujien kasvihuone kasvihuoneitoiminnan kehittämiseen. Työpajoihin osallistuneiden asiakkaiden palaute oli hyvää, ja he kertoivat kokeneensa olevansa hyödyksi auttamalla työntekijää sekä vaikuttamalla ja olemalla osallisena Walssin toiminnassa. Palautteen ja omien havaintojeni perusteella arvioin yhteiskehittämisen työpajatyöskentelyn soveltuvan mielenterveyskuntoutujien kasvihuoneitoiminnan suunnitteluun. Walssin kasvihuoneitoiminnan kehittämiseksi neljä pajaa todettiin arviointikeskustelussa sopivaksi määräksi, näin jokaisessa pajassa oli sopivasti toiminnan kehittämiseen tähtäävää asiaa.

Osa asiakkaista ei halunnut osallistua opinnäytetyön työpajoihin, koska heidän olisi pitänyt allekirjoittaa suostumus opinnäytetyöhön osallistumisesta. Suostumuslupa kaavakkeessa oli maininta, jossa, sanottiin: suostun siihen, että minua havainnoidaan. Osa asiakkaista koki tämän tarkkailunkohteena olemiseksi ja siten epämiellyttäväksi. Jälkeen päin ajatellen tämä kirjallisen luvan vaatiminen oli turha, eikä se sopinut toiminnan luonteeseen. Tässä kohtaa minun olisi tullut tutustua tarkemmin eettisiin periaatteisiin ja pohtia olisinko pystynyt kertomaan opinnäytetyöni tarkoituksen paremmin suullisesti kertomalla. Satakunnan ammattikorkeakoulu noudattaa Tutkimuseettisen neuvottelukunnan eettisiä periaatteita ja näiden periaatteiden mukaan tutkittavan osallistumissuostumus voi olla suullinen, kirjallinen, sähköinen tai muulla tavoin annettu (Tutkimuseettisen neuvottelukunnan [www-sivut 2020](#)). En kerännyt arkaluontoisia tietoja, joten suullinen lupa olisi ollut tästäkin näkökulmasta perusteltu.

Koin kaksoisrooliin työpajan osallistujana sekä tarkkailijana vaikeaksi. Sain kuitenkin hyvän kokemuksen yhteiskehittämisestä. Työpajoihin osallistui asiakkaita, joilla oli pitkä kokemus yhteiskehittämisestä. Se toi varmuutta ryhmätyöskentelyyn sekä turvallisen tunteen myös itselleni. Kaiken kaikkiaan yhteiskehittäminen on keino, joka sopii hyvin sosiaaliseen kuntoutukseen ja huomaa myös, että se on itselleni luonteva tapa toimia.

LÄHTEET

- Creen Care Finland ry:n www-sivut. 2020. Viitattu 21.10.2020. <https://www.gcfinland.fi/>
- Haverinen, M. 2020. Ohjaaja, Keski-Uudenmaan sote-kuntayhtymä. Järvenpää. Henkilökohtainen tiedonanto 30.10.2020.
- Hietaharju, P. & Nuutila, M. 2010. Käytännön mielenterveystyö. Helsinki: Tammi.
- Hietala, O. 2018. Sosiaalisen kuntoutuksen yhteiskehittämisessä osallisuus avautuu kaikille. Teoksessa Kostilainen, H. & Nieminen, A. (toim) Sosiaalisen kuntoutuksen näkökulmia ja mahdollisuuksia. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu, 118-138.
- Hietala, O., Kinnunen, S., Kauppila, R. & Karjalainen, J. 2018. Sosiaalisen kuntoutuksen yhteiskehittämien johdon ja työntekijöiden näkökulmasta. Osallisuuden, oppimisen ja ammatillisen kasvun mahdollisuuksia. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Työpaperi 26/2018. Helsinki. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137261/URN_ISBN_978-952-343-088-4.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Huttunen, M. 2017. Mielenterveyden häiriöt. Viitattu 1.11.2020. <https://www.terveyskirjasto.fi>
- Hyypä, M. T. 2002. Elinvoimaa yhteisöstä. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Innokylän www-sivut. 2020. Viitattu 3.11.2020. <https://innokyla.fi>
- Kauppila, R. & Hietala, O. 2018. Johtajat osallistajista osallisiksi. Teoksessa Kostilainen, H. & Nieminen, A. (toim) Sosiaalisen kuntoutuksen näkökulmia ja mahdollisuuksia. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu, 139-162.
- Kiikala, I. 2000. Asiakaslähtöisyys toiminnan periaatteena sosiaali- ja terveydenhuollossa. Teoksessa S. Nuoko-Juvonen., P. Ruotsalainen & I. Kiikala (toim.) Hyvinvointipalvelun palveluketjut. Helsinki: Tammi. 112-121.
- Laitila, M. 2010. Asiakkaan osallisuus mielenterveys- ja päihdetyössä fenomenografinen lähestymistapa. Väitöskirja. Itä-Suomen yliopisto. Client involvement in mental health and substance abuse work A phenomenographic approach. Viitattu 30.11.2020. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-61-0224-5>
- Murto, K. 2014. Yhteisöllisyydestä. Yhteisöakatemia. Copyright © Kari Murto, Suomen yhteisöakatemia Oy 2014. Viitattu 20.10.2020. <https://sya.fi>
- Nieminen, A. 2018. Sosiaalisen kuntoutuksen määritelmä, kentät ja mahdollisuudet. Teoksessa Kostilainen, H. & Nieminen, A. (toim) Sosiaalisen kuntoutuksen näkökulmia ja mahdollisuuksia. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu, 10-24.
- Omaisien opas. Tietoa sinulle, jonka läheinen sairastaa psyykkisesti. FinFami. Viitattu 17.11.2020. <https://finfami.fi>

Raivio, H. 2018. Sosiaalinen kuntoutus voimavaraistamisena – toivon ja muutoksen näkökulma. Teoksessa Kostilainen, H. & Nieminen, A. (toim) Sosiaalisen kuntoutuksen näkökulmia ja mahdollisuuksia. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu, 97-117.

Salovuori, T. 2014. Luonto kuntoutumisen tukena. Mediapinta.

Salminen, A. 2016. Ryhmämuotoinen kuntoutus. Teoksessa I. Autti-Rämö., A. Salminen., M. Rajavaara & A. Ylönen. (toim.) Kuntoutuminen. Helsinki. Kustannus Oy Duodecim, 301.

Sosiaalihuoltolaki. 30.12.2014/1301 muutoksineen.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut. 2019. Viitattu 1.11.2020. <https://thl.fi>

Tutkimuseettisen neuvottelukunnan www-sivut. 2020. Viitattu 2.11.2020. <https://tenk.fi>

Yhteisöllinen puutarhatoiminta kuntoutumisen tukena -opas. 2017. Vihreä Veräjä & Sininauhaliitto. Viitattu 13.9.2020. <https://www.vihreaveraja.fi/>

Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi. 9, 38-42, 65.

Walssin kasvihuone vuonna 2021

Kasvihuoneeseen istutetaan

Tomaatteja, tavallisia ja kirsikkatomaatteja, kurkkua, kesäkurpitsaa, perunoita, mansikoita, chiliä minttua, basilikaa, timjamia, tilliä persiljaa rosmariinia, ruohosipulia, salaattia ja paprikaa

Tomaatit, kurkut ja kesäkurpitsa istutetaan kasvusäkkeihin.

Perunat istutetaan istutusämpäreihin.

Mansikat, chili, paprika ja yrtit istutetaan istutuslaatikoihin.

Kasvihuoneen hoito-ohjeita: Istuta, kastele ja nauti sadosta.

Tarkista aamuisin tarvitseeko kasvit vettä.

Kitke rikkaruohot ja katso yleinen siisteys.

Delegoi kasvihuoneen hoito kesäloman ajaksi.

Syksyllä harsota kasvit, mikäli luvassa on pakkasta.

Pidä vesipisteessä kasteluvettä saatavilla.

Puhu kasveille kauniisti, ne saavat siitä CO₂

Kasvihuonetta hoidetaan ilman tiukkoja sääntöjä, jokainen saa nauttia kasvihuoneesta kuten haluaa. Kuitenkin vahingoittamatta kasveja.