

Opinnäytetyö (YAMK)

Terveyden edistäminen

2024

Kirsi Tonteri

Soma-malli

– Partioaitan myymäläsomisteiden uusiokäyttö
Työkeskus Sampolan luontokuvainervention
elementteinä

Opinnäytetyö (YAMK) | Tiivistelmä

Turun ammattikorkeakoulu

Terveyden edistäminen

2024 | 63 sivua

Kirsi Tonteri

Soma-malli

– Partioaitan myymäläsomisteiden uusiokäyttö Työkeskus Sampolan luontokuvaintervention elementteinä

Kehittämiprojektissa vastattiin Partioaita Oy:n tarpeeseen edistää markkinointimateriaalien kierrätystä ja Työkeskus Sampolan tarpeeseen kehittää työkeskuksen toimintaympäristöä asiakkaiden hyvinvointia ja terveyttä edistäväksi. Kehittämiprojektin tietoperustana käytettiin luontokuvien terveyttä edistävien vaikutusten tutkimuksia.

Kehittämiprojektin tavoitteena oli kierrättää Partioaita Oy:n käytöstä poistetut luontoaiheiset myymäläsomisteet Työkeskus Sampolan luontokuvaintervention elementeiksi. Projektin tarkoituksena oli selvittää mitä toimenpiteitä myymäläsomisteiden kierrättämiseksi tarvitaan. Näiden haasteiden ratkaisemisen kehittämismenetelminä käytettiin negatiivista aivoriihimenetelmää sekä kokeilemalla kehittämisen menetelmää.

Kehittämiprojektin tuotoksena saatiin käytöstä poistettuja myymäläsomisteita hyödyntävä luontokuvaintervention Soma-malli. Mallin prosessikuvauksen mukaan malli voidaan juurruttaa laajemminkin julkisen ja kolmannen sektorin, kuten palvelukeskusten tai hoivalaitosten ja elinkeinoelämän yhteistyömalliksi.

Asiasanat:

Luontokuvainterventio, terveyden edistäminen, kierrätys, yhteistyö, planetaarinen terveys

Bachelor's / Master's Thesis | Abstract

Turku University of Applied Sciences

Health promotion

2024 | 63 pages

Kirsi Tonteri

Soma-model

– Reusing Partioaitta store decorations as Nature photo intervention elements for Sampola Work Activity Centre

The starting point for this development project was to combine the needs of Partioaitta Oy to promote the recycling of marketing materials, with the need to develop an operating environment that promotes the well-being and health of its clients at Sampola Work Activity Centre. The theoretical background of the project has been based on studies into the health-promoting effects of nature photographs.

The aim of the development project was to recycle Partioaitta Oy Nature-themed store decorations, which were due to be discarded, into Nature photo intervention elements at Work Activity Centre Sampola. The purpose of the project was to identify what measures are required to recycle store decorations for reuse. Negative brainstorming and further expansion using the experimental development method were used to solve these challenges.

As a result of this development project the Soma-model was created, which utilizes redundant store decorations as Nature photo intervention elements. The project illustrates the possibility that the Soma-model could be more broadly rooted as a co-operative relationship between the public and third sectors, such as service centres and/or care institutions, and the business world.

Keywords:

Photo intervention, health promotion, recycling, co-operation, planetary health

Sisältö

1 Johdanto	7
2 Toimintaympäristön ja projektiorganisaation kuvaus	8
2.1 Kuurojen Palvelusäätiö sr:n Työkeskus Sampola	8
2.2 Projektiorganisaatio	9
3 Kehittämiprojektin tavoite, tarkoitus ja tuotos	11
4 Kehittämiprojektiin liittyviä käsitteitä	12
4.1 Kankaiset suurkuvat ja kapalevykuvat myymäläsomisteina	12
4.2 Interventio	12
4.3 Terveyden edistäminen ja planetaarinen terveys	13
4.4 Työtoiminta	15
5 Luontokuvat hyvinvoinnin tukena	16
5.1 Luonnon terveyttä edistäviä vaikutuksia	16
5.2 Luontonäkymä ikkunasta terveyden edistäjänä	18
5.3 Luontokuvat sisätiloissa terveyttä ja hyvinvointia tukemassa	19
5.3.1 Luontokuvat positiivisten tunteiden voimavaroina	20
5.3.2 Rauhoittavat luontokuvat Taidelanssissa	22
6 Kehittämiprojektin eteneminen	24
6.1 Kehittämisidean lähtökohdat ja tietoperustan muodostaminen	24
6.2 Projektiryhmän työskentely	27
6.2.1 Projektiryhmän työskentelyn alkuvaiheet	27
6.2.2 Negatiivinen aivoriihi ripustushaasteen ratkaisemisessa	29
6.2.3 Kokeilemalla kehittäminen ripustusmekanismin valmistamisessa	30
6.2.4 Opintokäynti Raamareilla	32
6.2.5 Osallistaminen luontokuvien valinnoissa ja sijoittelussa	32

7 Kehittämiprojektin tuotos	37
7.1 Tuotoksen nimeäminen Soma-malliksi	37
7.2 Soma-malli	38
7.2.1 Soma-mallin prosessikuvaus	38
7.2.2 Prosessikuvauksen muodostumisen vaiheet	40
7.2.3 Soma-mallin tavoitteita	41
8 Arviointi	43
8.1 Kehittämisosprosessin arviointia	43
8.2 Projektiorganisaation toiminnan arviointia	44
8.3 Kehittämismenetelmien arviointia	46
8.4 Tuloksen ja tuotoksen arviointia	48
8.4.1 Tuotoksen hyödyllisyyden arviointia	49
8.4.2 Tuotoksen käyttöönoton ja siirrettävyyden arviointia	51
8.5 Kehittämiprojektin eettisyys ja luotettavuus	52
9 Kehittämiprojektin päätös ja jatkokehittäminen	54
10 Pohdinta	56
Lähteet	58

Kuvat

Kuva 1. Tekstiili- ja pakkaustyön osasto ennen ja jälkeen.	34
Kuva 2. Pakkaus- ja harjatyön osasto ennen ja jälkeen.	34
Kuva 3. Työkeskuksen käytävä ennen ja jälkeen.	35
Kuva 4. Käytävä ennen ja jälkeen.	36
Kuva 5. Portaikko ennen ja jälkeen.	36
Kuva 6. Soma-mallin kehittämisprosessin työvaiheita.	40

Kuviot

Kuvio 1. Luonto, luontonäkymä ja luontokuvat terveyden edistäjinä.	23
Kuvio 2. Projektiryhmän työskentelyn eteneminen.	27
Kuvio 3. Soma-mallin prosessikuvaus.	39
Kuvio 4. Soma-mallin tavoitteita.	42
Kuvio 5. Soma-mallin hyödyt.	51

1 Johdanto

Luonnon hyvinvointivaikutuksista on tiedetty jo pitkään ja niistä on tehty monia tutkimuksia. Luontonäkymien ja luontokuvien katselun terveyttä edistäviä vaikutuksia on myös tutkittu laajasti. Tämän kehittämisprojektin tietoperustassa esitellään ensin lyhyesti luonnon terveysvaikutuksia, jonka jälkeen keskitytään luontokuvien katseluun liittyviin terveyttä edistäviin vaikutuksiin. Näihin tutkimustuloksiin perustuen kehitettiin projektin tuotoksena syntynyt Soma-malli.

Tämän toiminnallisena opinnäytetyönä tehtävän kehittämisprojektin idea sai alkunsa Työkeskus Sampolan tarpeesta ja työkeskusohjaajana toimivan opiskelijan halusta kehittää työkeskuksen toimintaympäristöä asiakkaiden hyvinvointia ja terveyttä edistäväksi. Samaan aikaan Partioaitalla oli tarve tehostaa myymäläsomisteiden kierrätystä, joten näin syntyi ajatus luontokuva-aiheisten myymäläsomisteiden uusiokäytöstä Työkeskus Sampolan luontokuvaintervention elementteinä.

Luontokuvia on käytetty sairaaloissa ja hoitolaitoksissa terveyden edistäjinä aiemminkin, mutta Soma-mallin mukainen materiaalien uusiokäyttö on vielä vähäistä. Samalla kun toisaalla hankitaan uusia kuvia, toisaalla käytöstä poistettuja materiaaleja päätyy jätteisiin. Planetaarisen terveyden edistämisen näkökulmasta jätteiden syntymistä pitäisi vähentää ja vaihtoehtoisesti tulisi suosia materiaalien kierrätystä ja uusiokäyttöä.

Erilaiset tuotteet ja materiaalit eivät aina sovellu suoraan kierrätettäviksi. Materiaalien muokkaamiseksi uusiokäyttöön tarvitaan kekseliäisyyttä ja innovatiivisia kokeiluja, joiden kautta tuotteille ja materiaaleille voidaan luoda uusia käyttötarkoituksia. Näin tässäkin kehittämisprojektissa, jonka tavoitteena oli edistää myymäläsomisteiden kierrätystä, ja tarkoituksena oli selvittää, millä toimenpiteillä myymäläsomisteet muokataan luontokuvaintervention elementeiksi, onnistuttiin kehittämään poistomateriaaleille uusi innovatiivinen terveyttä edistävä käyttötarkoitus.

2 Toimintaympäristön ja projektiorganisaation kuvaus

Kehittämiprojekti toteutettiin Kuurojen Palvelusäätiö sr:n Työkeskus Sampolan ja Partioaitta Oy:n yhteistyönä. Työkeskus Sampolassa on aiemmin tehty Partioaitan myymälämainonnassa käytetyistä banderolleista tuotteita Partioaitan Hämeenlinnan myymälään. Kehittämiprojektin ajatuksena oli laajentaa hyvin alkanutta yhteistyötä uuteen innovatiiviseen yhteistyöprojektiin.

2.1 Kuurojen Palvelusäätiö sr:n Työkeskus Sampola

Kuurojen Palvelusäätiö sr on valtakunnallinen vuonna 1897 perustettu sosiaalialan järjestö, joka tuottaa viittomakielisiä asumispalveluita sekä työtoimintaa. Kuurojen Palvelusäätiö on voittoa tavoittelematon kolmannen sektorin toimija, jolla on pitkät perinteet kuurojen ja kuurosokeiden järjestölähtöisen toiminnan toteuttajana. Kuurojen Palvelusäätiöllä on kuusi toimipistettä eri puolilla Suomea. Kuurojen Palvelusäätiö työllistää yli 250 työntekijää ja toiminnan piirissä on vuosittain lähes 1000 asiakasta. (Kuurojen Palvelusäätiö sr n.d.)

Työkeskus Sampola sijaitsee Palvelukeskus Sampolan yhteydessä Hämeenlinnassa. Palvelukeskus Sampolaan kuuluu lisäksi ympärivuorokautista asumispalvelua tarjoava asumispalveluyksikkö (Kuurojen Palvelusäätiö sr. Asumispalvelut n.d.). Työkeskuksen työtoiminnan asiakkaina on sekä kuuroja että kuulevia eri tavoin kommunikaatiossa tukea tarvitsevia nuoria ja aikuisia. Työkeskuksen päivittäinen asiakasmäärä on noin 60 asiakasta. Työkeskuksessa työskentelee viisi työkeskusohjaajaa, yksi työvalmentaja, vastaava työvalmentaja sekä työ- ja päivätoiminnan ryhmävastaava.

Työkeskus Sampolan työtoiminnalla tuetaan osatyökykyisten asiakkaiden mahdollisuutta toimia tasa-arvoisena yhteiskunnan jäsenenä. Työn tekeminen ja työyhteisöön kuulumisen ovat keskeisimpiä osallisuuden vahvistamisen ja syrjäytymisen ehkäisemisen keinoja (Kuurojen Palvelusäätiö sr. Työkeskus n.d.).

Partioaitta Oy

Partioaitta Oy on retkeily- ja ulkoilutuotteiden vähittäismyyntiin keskittynyt yritys. Partioaitta on toiminut jo vuodesta 1928. Alkuun Partioaitta oli partiolaisten omistama. Vuodesta 2011 omistajana on ollut Fenix Outdoor AB, ja 2014 alkaen Friluftts Retail Europe AB, josta omistaa 60 % Fenix Outdoor International AG. (Partioaitta Oy. Yritys n.d.)

Partioaitalla on 21 myymälää eri puolilla Suomea ja Partioaitta työllistää yli 150 henkeä. Partioaitan toiminta-ajatuksena on edistää ulkoilua ja hyvinvointia myymällä laadukkaita retkeily- ja ulkoilutuotteita. Partioaitan mukaan ulkoiluharrastukseen voi tutustua pienin askelin esimerkiksi pitämällä lounastaukoa puistossa. (Partioaitta Oy. Yritys n.d.)

Kestävä kehitys ja ympäristöasiat ovat tärkeitä Partioaitalle. Partioaitta tarjoaa mm. vihreä valinta tuotteita, vuokraa ja kierrättää vaatteita ja varusteita, sekä lahjoittaa rahallista ympäristöbonusta luonnon hyvinvointiin. (Partioaitta Oy. Vastuullisuus n.d.)

2.2 Projektioorganisaatio

Kehittämiprojekti tehtiin osana Turun ammattikorkeakoulun terveyden edistämisen ylempää ammattikorkeakoulututkintoa. Kehittämiprojektin organisaatio muodostui projektipäälliköstä, projektiryhmästä sekä ohjausryhmästä.

Projektipäällikkönä toimi tämän luontokuvien uusiokäyttöidean kehittäjä ja kehittämisprojektiin liittyvän opinnäytetyön tekijä. Projektipäälliköllä on kokonaisvastuu projektin suunnittelusta, projektiryhmän ohjauksesta, työn edistymisen valvonnasta aina valmiiseen lopputulokseen ja tulosten raportointiin saakka. Projektipäällikkö on projektin organisoija, joka paitsi valitsee projektin tehtäviin oikeat henkilöt, toimii myös projektiryhmänsä motivoijana ja kannustajana. (Pelin 2020, 56, 265.)

Projektiryhmä kootaan asiantuntijoista, jotka vastaavat osaamisalueidensa mukaisista tehtävistä. Asiantuntijuuden ja osaamisen tarve voi vaihdella projektin eri vaiheissa. (Ruuska 2007, 21, 150.) Tämän kehittämisprojektin projektiryhmä koostui projektipäällikön lisäksi työkeskuksen vastaavan työvalmentajan ja kahden työkeskusohjaajan muodostamasta ryhmästä. Projektiryhmän jäsenten valintaan vaikuttivat jäsenten osoittama kiinnostus kehittämisprojektia kohtaan, ammatillinen osaaminen ja pitkä työkokemus, sekä sitoutuneisuus työkeskustoiminnan kehittämiseen.

Kehittämisprojektin ohjausryhmä muodostetaan yleensä projektin tärkeimpien sidosryhmien edustajista. Ohjausryhmä valvoo ja arvioi projektin etenemistä ja tuloksia sekä tukee projektipäällikköä suunnittelussa ja projektin johtamisessa. (Silfverberg 2013, 49.) Tässä kehittämisprojektissa ohjausryhmän muodostivat toimeksiantajan edustajana toimineet Palvelukeskus Sampolan palvelukeskusvastaava, Työkeskus Sampolan työ- ja päivätoiminnan ryhmävastaava, projektin yhteistyökumppanin Partioaitta Oy:n edustaja, sekä opinnäytetyötä ohjaava Turun ammattikorkeakoulun ohjaava opettaja.

3 Kehittämiprojektin tavoite, tarkoitus ja tuotos

Kehittämiprojektin tavoitteena on kierrättää Partioaitta Oy:n käytöstä poistetut luontokuva-aiheiset myymäläsomisteet uusiokäyttöön Työkeskus Sampolan luontokuvaintervention elementeiksi.

Kehittämiprojektin tarkoituksena on selvittää mitä toimenpiteitä myymäläsomisteiden muokkaus luontokuvaintervention materiaaleiksi vaatisi, sekä mitä tulisi huomioida onnistuneeseen lopputulokseen pääsemiseksi.

Kehittämiprojektin tuotoksena tullaan kehittämään Työkeskus Sampolaan Partioaitta Oy:n käytöstä poistettuja myymäläsomisteita hyödyntävä luontokuvaintervention malli, jota pyritään käyttämään myös muissa Kuurojen Palvelusäätö sr:n toimipisteissä.

4 Kehittämisprojektiin liittyviä käsitteitä

Tämän kehittämisprojektin yhteistyön osapuolina toimivat Kuurojen Palvelusäätiö sr:n Palvelukeskus Sampolan Työkeskus ja Partioaitta Oy. Näistä käytetään jatkossa nimityksiä Työkeskus Sampola ja Partioaitta.

Myyväläsomisteilla tarkoitetaan Partioaitan myymälämainonta- ja sisustuselementteinä käytettyjä luontoaiheisia valokuvasuurennoksia.

4.1 Kankaiset suurkuvat ja kapalevykuvat myymäläsomisteina

Partioaitan myymäläsomisteet toimivat taustakuvina myymälöiden sisustuksessa ja näyteikkunoissa. Partioaitan luontokuvat ovat korkealaatuisia, visuaalisesti kauniita ja harmonisia luonto-, retkeily- ja maisema-aiheisista valokuvista tehtyjä valokuvasuurennoksia. Kankaisista suurkuvista käytetään myös nimitystä banderolli tai mainoslakana. Partioaitan valokuvasuurennot voivat olla myös paperisia julisteita tai kartonkisia kapalevykuvia.

Banderollilla tarkoitetaan julistekangasta eli isoa lakanaa, jossa on tekstiä tai kuvaa. Banderolli voi olla sisä- tai ulkokäyttöön tarkoitettu suurkuva.

(Wikisanakirja n.d.) Myymäläsomisteita valmistava yritys kertoo internet sivuillaan, että somistekankaat sopivat tunnelman luomiseen, ja kankainen tuote toimii myös ääntä pehmentävästi. Somistekangasta voi käyttää lähes missä vain, se toimii paitsi näyteikkunoissa, myös sisustuselementteinä, tilanjakajina tai vaikkapa verhoina. (Flagmore n.d.) Yrityksille suunnatun toimistotarvikkeiden verkkokaupan Toimistotarvike Oy:n sivuilla kapalevy esitellään kevytlevynä, jota käytetään mainosteippausten, myymälämainonnan ja somistuksien taustalevyinä (Toimistotarvike n.d.).

4.2 Interventio

Interventio on toimi, jossa tarkoituksellisesti osallistutaan haastavaan tilanteeseen, ja jossa tavoitteena on parantaa tilannetta, tai ehkäistä tilanteen

huononemista (Cambridge Dictionary n.d.). Interventiolla tarkoitetaan väliintuloa, sekaantumista (Suomi Sanakirja. Interventio n.d.). Terveyskirjasto määrittelee intervention toimeksi, jolla pyritään vaikuttamaan yksilön tai ryhmän käyttäytymiseen tai terveyteen (Terveyskirjasto. Interventio n.d.).

Interventiot voivat olla myös toimenpiteitä, joilla pyritään muutokseen tai ongelman poistamiseen tekemällä asioita toisin, tai keksimällä tilanteeseen paremmin sopiva ratkaisu. Interventio on siis muutoksen aikaansaava tekijä, jonka valintaan vaikuttavat mm. kustannukset ja intervention toteutuskelpoisuus. (Kananen 2017, 10, 62.) Positiivisen psykologian harjoitteissa interventioiden mainitaan vaativan sitoutumista ja avointa mieltä. Interventiot haastavat meitä katsomaan maailmaa eri tavoin. Interventioiden yleisinä piirteinä mainitaan, että ne keskittyvät myönteisiin aiheisiin ja niiden tavoite on myönteinen ja hyvinvointia vahvistava. (Johdatus positiiviseen psykologiaan n.d.)

Luontokuvainterventiolla tarkoitetaan tässä yhteydessä luontokuvien sijoittamista Työkeskus Sampolan sisätiloihin siten, että niiden tavoitteena on lisätä työtoiminnan asiakkaiden hyvinvointia luontokuvien terveyttä edistäviin vaikutuksiin perustuen ja aiheesta tehtyihin tutkimuksiin nojaten. Kuten edellä mainituissa intervention määritelmässä, myös tässä luontokuvainterventiossa tavoite on myönteinen, terveyttä edistävä ja hyvinvointia vahvistava.

4.3 Terveyden edistäminen ja planetaarinen terveys

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos on määritellyt hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen olevan toimintaa, jolla tuetaan hyvinvoinnin, osallisuuden, työ- ja toimintakyvyn ylläpidon ja parantamisen mahdollisuuksia huolehtimalla hyvinvointia ja terveellisiä valintoja edistävästä olosuhteista (Hyvinvointi- ja terveyserot 2023. Terveyden ja hyvinvoinninlaitos).

Terveyttä edistävää toimintaa voidaan tarkastella neljän eri osa-alueen, kuten aihepiirin, kohderyhmän, toimintapaikan ja toimintatavan mukaisesti. Aihepiirillä tarkoitetaan esiin nostettua teemaa, esimerkiksi elämäntapaan tai ympäristöön

liittyviä teemoja, tai näiden yhdistelmiä. Kohderyhmä tarkoittaa sitä ryhmää, mihin terveyttä edistävät toimet kohdennetaan. Kohderyhmänä voi olla esimerkiksi tietty väestöryhmä. Toimintapaikka kuvaa intervention toimintaympäristöä kuten sairaalaa tai koulua. Toimintatapa kertoo, millaisesta interventiosta on kyse. Toimintatapa voi olla esimerkiksi henkilökohtaista neuvontaa, ryhmätoimintaa tai mediakampanjointia. (Kemm 2015, 6.)

Tässä kehittämissuunnitelmassa terveyden edistäminen luontokuvaintervention keinoin tarkoittaa edellä mainitun jaottelun mukaisesti sitä, että kehittämissuunnitelman aihepiirinä on fyysisen ympäristön muokkaaminen terveyttä edistävämpään suuntaan, kohderyhmänä ovat työtoiminnan asiakkaat, toimintapaikkana on Sampolan Työkeskus ja intervention metodina on luontokuvien sijoittaminen Työkeskus Sampolan toimitiloihin.

Terveyttä edistävät toimet voidaan jaotella kolmeen sairauksia ehkäisevään preventioryhmään: primääri-, sekundääri- ja tertiääripreventioon. Primääripreventio on sairauksien ennaltaehkäisyä ennen sairauksien alkamista. Primääripreventiota ovat mm. sairauksien riskiä pienentävät elintapa- ja olosuhdemuutokset. Sekundääripreventioita ovat esimerkiksi seulonnat, joilla pyritään löytämään sairaudet mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Tertiääripreventiot puolestaan ovat kuntoutus- ym. toimia, joilla pyritään ehkäisemään jo puhjenneiden sairauksien aiheuttamat terveydentilan huononemiset tai lisävahingot. Tähän luokitukseen on pohdittu myös ”primordial preventiota”. Tämä tarkoittaisi vielä primääripreventiota aikaisempia interventioita, joilla vaikutettaisiin niihin sosiaalisiin, taloudellisiin ja ympäristötekijöihin, joiden tiedetään olevan yhteydessä sairauksiin. (Kemm 2015, 7.)

Terveyden edistäminen on yhteydessä myös planetaariseen terveyteen. Planetaarinen terveys voidaan tiivistää sanoihin ”yhteinen terveys”. Sillä tarkoitetaan ihmisen ja ympäristön välistä riippuvuutta. Ihmisen toimet heikentävät luonnon kantokykyä, mikä heijastuu ihmisen hyvinvointiin. (Sitra n.d.) Planetaarisesta terveydestä puhuttaessa tarkastellaan ihmisen ja ympäröivän luonnon välisiä yhteyksiä. Ihmisen toiminnan myötä on herännyt

huoli muun muassa ilmastonmuutoksesta, ympäristön saastumisesta, maaperän köyhtymisestä, puhtaan veden ja luonnonvarojen sekä luonnon monimuotoisuuden vähenemisestä. Näillä ympäristön muutoksilla on vaikutusta ihmisen hyvinvointiin ja terveyteen. Haitallisia ympäristövaikutuksia vähentävillä ja sosiaalisesti kestävämmillä toimilla voidaan sen sijaan edistää ihmisen hyvinvointia ja terveyttä. (Grotenfelt-Enegren, M. ym. 2023.)

Tämän kehittämisprojektin luontokuvainterventio voidaan nähdä primääri- ja primordial prevention mukaisena ympäristöön vaikuttamisena. Kierrätysmateriaaleja käyttäen tämän luontokuvaintervention tarkoituksena on olla ennaltaehkäisevää hyvinvointia tukevaa ja planetaarista terveyttä edistävää toimintaa. Tavoitteena on toimia YK:n kestävän kehityksen globaalin toimintaohjelman Agenda 2030:n mukaisesti jätteiden syntymistä ennaltaehkäisten sekä kierrätystä ja materiaalien uusiokäyttöä edistäen. (United Nations 2015.)

4.4 Työtoiminta

Työtoiminnalla tarkoitetaan kehitysvammaisten erityishuoltolain tai sosiaalihuoltolain perusteella tarjottavaa työ- tai toimintakeskuksissa tapahtuvaa työtoimintaa. Työtoiminnan asiakkaiden tehtävät ja työaika määritellään yksilöllisesti. Työtoiminnasta maksetaan työosuusrahaa. (Vernerinet.net n.d.) Työtoiminnalla tuetaan osallisuutta sekä työllistymismahdollisuuksia. Työtoiminnan palvelut tulee järjestää joustavasti ja yksilöllisesti. (Vammaispalvelujen käsikirja 2023. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos.)

Tämän kehittämisprojektin toimintaympäristönä toimiva Työkeskus Sampola tarjoaa työtoiminnan asiakkaille henkilökohtaista tukea ja ohjausta edellä mainittujen työtoiminnan määritteiden mukaisesti. Jokaisen asiakkaan työtehtävät räätälöidään yksilöllisesti siten, että asiakas voi osallistua työvaiheisiin omien taitojensa mukaisesti. Työtoiminnan kautta vahvistetaan osallisuutta, ehkäistään syrjäytymistä, sekä tuetaan asiakkaiden elämänhallintaa. (Kuuroiden Palvelusäätiö sr. Työkeskus Sampola n.d.)

5 Luontokuvat hyvinvoinnin tukena

Tämän kehittämisprojektin tietoperustaksi kartoitettiin luontokuvien katseluun liittyviä hyvinvointia tukevia tutkimuksia. Koska luonnon hyvinvointivaikutuksia on tutkittu laajasti, ei tässä kehittämisprojektin raportissa keskitytä luonnon terveyttä edistävien tutkimustulosten seikkaperäiseen esittelyyn, eikä luontokuvien vaikuttavuutta hyvinvointiin erikseen enää tutkittu. Luontokuvat hyvinvoinnin tukena -aihepiiriä lähestytään esittelemällä lyhyesti luonnon terveysvaikutuksiin liittyviä yleisiä faktoja. Lisäksi tietoperusta osuudessa käsitellään ikkunaluontonäkymien katselun terveyttä edistäviä vaikutuksia, jonka jälkeen keskitytään luontokuvien hyvinvointia tukevien vaikutusten esiin tuomiseen. Luonto, luontonäkymät ja luontokuvat terveyden edistäjinä – teoriataustan osa-alueita esitellään kuviossa yksi (kuvio 1. s. 23).

Kehittämisprojektista rajattiin pois luontoavusteiset ja luontolähtöiset toiminnot ja palvelut. Myöskään aistiystävällistä ja aistilähtöistä sisustusta tai arkkitehtuuria ei tämän kehittämisprojektin puitteissa ollut tarkoitus kehittää, vaikka luontokuvat hyvinvoinnin tukena -teema sivuaakin läheisesti aistiystävällisen ympäristön aihepiiriä.

5.1 Luonnon terveyttä edistäviä vaikutuksia

Luonnon hyvinvointivaikutuksista on julkaistu tutkittua tietoa, sekä maailmalla että Suomessa, hyvin runsaasti (Arvonen 2022, 6). Useiden tutkimusten perusteella tiedetään, että luontoympäristöllä on myönteinen vaikutus ihmiseen. Luontoympäristön terveyttä edistävästä vaikutuksista on vahvaa näyttöä ainakin terveysliikunnan, ympäristöpsykologian, metsä-, puutarha- ja kasvitieteen sekä ympäristösuunnittelun tutkimuksissa. (Korpela 2007, Salosen 2010, 23 mukaan.)

Luonnon vaikutukset ovatkin pelkkää virkistystä moninaisemmat (Salonen 2010, 16). Savolainen (2014) tuo esiin luonnon terveyttä elvyttävät vaikutukset nykyisen tietämyksen mukaisena faktana, ja näin ollen luonto voi olla tärkeässä

roolissa esimerkiksi sairaudesta toipumisessa. Entisaikojen parantoloita sijoitettiin usein luonnon läheisyyteen. Tunnetuin esimerkki Suomesta lienee Aino ja Alvar Aallon suunnittelema Paimion tuberkuloosiparantola vuodelta 1933. Parantolan ulkoterassit suunniteltiin siten, että ”potilaat saattoivat kokea ympäröivän luonnon rauhoittavan läsnäolon, puhtaan ilman keveyden, sekä mäntymetsien parantavan vaikutuksen” (Paimion Parantola n.d.).

Luontokokemusten terveysvaikutuksista Arvonen (2022, 6) mainitsee verenpaineen laskun, stressihormonien määrän pienenemisen ja mielihyvää tuottavien hormonien nousun tutkimustietoihin perustuvina faktoina. Luonnon terveyttä edistävät ja hyvinvointia tukevat vaikutukset voivat olla hyvinkin monenlaisia. Luontokokemukset voivat vähentää aggressiivisuutta, ylläpitää keskittymiskykyä sekä lisätä hyvänolontunnetta ja kohottaa mielialaa. (Ojanen 2014, 306; Hämäläinen & Savolainen 2016, 285.)

Luontoympäristön vaikutuksista koettuun terveyteen kertovat tutkimustulokset, joiden mukaan luontoympäristö parantaa koettua terveyttä. Lisäksi luontoympäristössä asuvien psyykinen terveydentila näyttäisi olevan kaupunkiympäristössä asuvien terveydentilaa parempi. (de Vries ym. 2003.) Luontoympäristöön liittyvää palautumista omien luonnon lempipaikkojen kautta on myös tutkittu. Palauttava elpyminen oli parempaa luonnon lempipaikassa käyneillä tutkimusryhmän jäsenillä verrattuna siihen ryhmään, jolla tämä luontokokemus jäi puuttumaan. (Korpela & Ylén 2009, 437.)

Luontokosketuksella tiedetään olevan kolme tasoa, joilla luontoympäristöjen hyvinvointivaikutukset voivat syntyä. Näitä tasoja ovat aktiivinen toiminta luontoympäristössä, tahaton altistuminen luontoympäristöille ja luontomaisemien katselu. Aktiivinen toiminta luontoympäristössä tarkoittaa erilaisia aktiviteetteja, joissa luonnolla on keskeinen rooli. Tahaton altistuminen luontoympäristöille on luonnon läsnäoloa, ilman että luontoympäristö on toiminnan kohteena. Luontomaisemien katselulla tarkoitetaan esimerkiksi luontokuvien, videoiden tai ikkunasta näkyvän luontoympäristön katselua. (Pretty 2004 Kivimäen 2012, 2–4 mukaan.) Tässä kehittämissuunnitelmassa keskityttiin edellä mainittuun kolmanteen tasoon, eli luonnon hyvinvointia

tukeviin vaikutuksiin, joita voidaan saada aikaiseksi luontomaisemien katselulla sisätiloissa.

5.2 Luontonäkymä ikkunasta terveyden edistäjänä

Ikkunantakaisen luontonäkymän terveyttä ja hyvinvointia edistävästä vaikutuksesta on tiedetty jo useiden vuosikymmenten ajan. Yksi tunnetuimmista luontonäkymien merkityksellisyyden puolestapuhujista on Roger S. Ulrich. Ulrichin (1984, 420–421) mukaan tutkimustulokset viittaavat siihen, että luontonäkymä auttaa leikkauspotilaita toipumisessa. Tutkimuksessa vertailtiin kahta potilasryhmää, jossa toisella ryhmällä oli sairaalahuoneen ikkunanäkymänä kiviseinä, ja toisella ryhmällä ikkunan takana luonnonmaisema. Tutkimustulos osoitti, että luontonäkymää katselleet potilaat tarvitsivat vähemmän kipulääkkeitä ja kotiutuivat sairaalasta verrokkiryhmää aikaisemmin.

Florence Nightingale (1960, 99–100, 102, 136) tuo esiin potilashuoneiden ikkunanäkymien merkityksen. Vaikka Nightingalen ohjeistukset ikkunan ääreen siirtymisestä liittyvät usein auringon ja valon vaikutuksiin, viittaa hän myös luontonäkymään, ja sen terveyttä edistäviin vaikutuksiin. Nightingale mainitsee 1960-luvulla kirjoittamassaan sairaanhoidon oppaassa, että potilaiden mielessä olevia tuskallisia ajatuksia voidaan järkipuheen sijaan karkottaa näyttämällä heille jotain kaunista. Potilaan ”hermojen tilaa” voidaan parantaa miellyttävällä näköalalla, jossa muodot ja värit auttavat potilasta vapautumaan negatiivisista ajatuksista. Nightingalen mukaan ”on julmaa antaa potilaiden tuijottaa tyhjää seinää”, sillä potilas tarvitsee vaikutelmia luonnosta. Nightingale tuomitsee menettelyn, jossa ei ymmärretä siirtää potilaan sänkyä siten, että potilas voisi katsella ulos ikkunasta. Nightingale korostaa lisäksi, että potilaat makaavat sängyissään useimmin kasvot ikkunaan päin, vaikka makaaminen toiseen suuntaan kääntyneenä voisi olla kivuttomampaa.

Luonto- ja ikkunanäkymien terveystutkimuksissa on todettu, että ikkunanäkymällä on terveyttä edistäviä vaikutuksia (Tourula ja Rautio 2014, 58).

Tutkittaessa luontomaiseman vaikutuksia, on havaittu, että lyhyelläkin, jopa 10 minuutin luotomaiseman katsomisella ikkunasta oli verenpainetta laskeva vaikutus, kun taas ikkunattomassa huoneessa olevien tutkittavien verenpaine kohosi (Hartig 2003 Tourulan & Rautio 2014, 21 mukaan). Työpaikalla ikkunanäkymä luontoon saa aikaan jännittyneisyyden, huolestuneisuuden, ahdistuneisuuden vähenemistä, sekä lieventää työn kuormittavuuden tunnetta (Leather ym. 1998 Salonen 2010, 27 mukaan). Luonnonvalon ja ikkunoiden luonto- tai puistomaisemien tiedetään olevan hyvinkin kustannustehokkaita niiden terveyshyötyjen näkökulmasta (Savolainen 2014).

5.3 Luontokuvat sisätiloissa terveyttä ja hyvinvointia tukemassa

Aina ei ole mahdollista lähteä luontoon, joten luonnon tuominen sisätiloihin voi olla erinomainen vaihtoehto esteettömälle luontokokemukselle. Luontokuvien avulla voidaan mahdollistaa luontokokemuksia sisätiloissa. Useissa tutkimuksissa mainitaan luontokuvien terveyttä edistäviä vaikutuksia ihmisen hyvinvointiin.

Sitra ja Green Care Finland (Vihreää hyvinvointia n.d.) kehottavat tuomaan luontoa sisälle. Mikäli luonnossa oleilu ei ole mahdollista, kannattaa luontoelementtejä tuoda sisätiloihin (Salonen 2010, 93). Luontokokemus siihen liittyvine tunnelmineen voidaan mahdollistaa luontoelementtien avulla. Näitä luontoelementtejä voivat olla esimerkiksi luontokuvat, kasvit, kivet, luonnon äänien äänitteet ym. Kun luonnon mielipaikkaa ilmentävä kuva on sijoitettuna siten, että katse kohdistuu siihen helposti, se saa aikaan myönteisiä vaikutuksia. (Salonen 2010, 93.)

Luontokuvien katselulla mainitaan olevan keskittymistä ja kognitiivisia taitoja parantavia vaikutuksia. Luonto auttaa tarkkaavaisuutta vaativien tehtävien suorittamisesta (Tourula & Rautio 2013, 32). Tutkimuksissa luontokuvia katsellut ryhmä suoriutui paremmin kognitiivisia kykyjä vaativista tehtävistä, kuin kaupunkikuvia katsellut ryhmä. Luontokuvia katsellut ryhmä mainitsi kuvien myös piristävän heitä. (Berman ym. 2008, 1210–1211.) Lisäksi Sarkkinen

(2018) mainitsee luontokuvien katselun virkistävät ja rauhoittavat vaikutukset. Väsymyksen vähenemiseen sekä ahdistuksen tunteen lieventymiseen luonnon näkemisen kautta viittaavat myös Hämäläinen ja Savolainen (2016, 285).

Savolainen (2014) mainitsee, että luontokokemuksia voi saada "köyhän miehen versiona" valokuvien kautta. Keho reagoi myös kuvan katselemiseen, niinpä osan luonnossa oleilemisen elvyttävistä terveysvaikutuksista voidaan saada valokuvaa katsomalla. Savolainen korostaakin ympäristön kuvien merkitystä varsinkin niille, joille luontoon meneminen ei ole mahdollista.

Tutkimusten mukaan luontokuvat vaikuttavat abstrakteja kuvia voimakkaammin. Luontokuvat sisätiloissa saavat aikaan myönteisiä fysiologisia vaikutuksia. Jännittyneisyys, verenpaine ja sydämensyke alenevat paremmin ympäristössä, jossa on luontokuvia. (Ulrich ym. 1991, Salosen 2010, 27 mukaan.) Vasara ym. (2013, 7, 28.) viittaavat useisiin tutkimuksiin, joiden mukaan luonnon näkeminen tuottaa positiivisia vaikutuksia hyvinvointiimme ja mainitsevat, että "tie sydämen fyysiseen hyvinvointiin kulkee myös aivojen aistienkäsittelyn kautta". Tutkimuksissa käy lisäksi ilmi, että "rentoutuminen näkyy luontokuvien katselun aikana koehenkilöiden aivojen alfa-aalloissa jo kolmessa minuutissa" (Ulrich, R.S. 1981, Vihreää hyvinvointia n.d. mukaan).

5.3.1 Luontokuvat positiivisten tunteiden voimavaroina

Luontokuvien avulla voidaan myös herätellä ja vahvistaa myönteisiä tunteita. Luontokuvista välittyvä luonnon rauha ja kauneus koskettavat katsojaansa ja vetoavat tunteisiin. Sisätiloissa olevien luontokuvien on todettu toimivan positiivisten tunteiden vahvistajina (Salonen 2010, 93). Seligmanin (2011, 14) hyvinvointiteorian PERMA-mallin yksi hyvinvointia edistävä osa-alue, "Positive emotion", puolestaan korostaa positiivisia tunteita elämänhallinnan tukemisessa.

Positiivisen psykologian tutkimusten mukaan kauniit, visuaalisesti vaikuttavat kuvat, joiden esteettisyys koetaan näköaistin kautta, voivat toimia tahdosta riippumattomana, ja voivat siten alitajuisestikin lisätä myönteisiä tunteita ja

hyvää oloa. Myönteisten tunteiden kautta on mahdollista laajentaa ajattelua, kokea haltioitumista, vahvistaa itsemyötätuntoa ja oppia huomaamaan positiivisia asioita itsessä sekä ympäristössä. Myönteisten tunteiden myötä myös empatian, myötätunnon ja rakkauden tunteet voivat voimistua. Myötätunto toisia kohtaan, kuten myönteiset tunteet yleisestikin lisäävät onnellisuuden tunnetta ja tukevat siten osaltaan hyvinvointia. (Johdatus positiiviseen psykologiaan n.d.)

Ojanen (2014, 383–385) tuo esiin myönteisten tunteiden positiiviset vaikutukset ihmissuhteissa, ongelmanratkaisussa, tavoitteiden saavuttamisessa, motivaation vahvistamisessa sekä itsensä hyväksymisessä. Lisäksi rauhoittuminen ja rentoutuminen edistävät palautumista haastavissa voimavaroja koettelevissa tilanteissa. Lipponen (2023, 71) tiivistää teoriaa myönteisten tunteiden rakentavasta vaikutuksesta siten, että myönteisten tunteiden vallassa ihminen on ajatuksiltaan joustavampi, jolloin ongelmanratkaisukyvyt paranevat. Ihminen on myös vastaanottavampi neuvoille ja palautteelle, sekä oppimiselle ja tiedolle. Myönteisten tunteiden vaikutuksesta vaikeuksien kestäminen helpottuu ja psyykkiset voimavarat vahvistuvat. Myönteiset tunteet vahvistavat välillisesti resilienssiä ja kuuluvat siten mielenterveyden keskeisiin osatekijöihin.

Luontokuvilla on tutkitusti paitsi rauhoittavia, myös elvyttäviä ja voimauttavia, positiivisia tunteita vahvistavia vaikutuksia. Savolainen (2014) kirjoittaa Potilaan lääkirilehti Valokuvasta voimaa –haasteeseen osallistuvien kokemuksista, että luontokuvat koetaan mieltä rauhoittavina ja ajatuksia nollaavina. Ne ovat lepoa sielulle, elvyttävät aisteja ja antavat voimaa jaksamaan huonoina hetkinä.

Luontokokemusten tiedetään lisäävän tyytyväisyyttä elämään ja auttavan suhtautumaan suvaitsevaisemmin ja avuliaammin toisiin ihmisiin. Sisätiloissa jo luonnon mielipaikkojen ajattelu tai seinälle tai tietokoneen näytölle asetetut luontokuvat voivat vähentää stressiä, ahdistuneisuutta ja jännittyneisyyttä, sekä kohottaa mielialaa. (Vihreää hyvinvointia n.d.) Kuvat myös auttavat tekemään hyvän näkyväksi. Se mitä valitsemme katsoa ja nähdä, se vahvistuu ja näin kuvat voivat toimia arjen itsesäätelyä. Myös raskaina

aikoina hyviä asioita voi tuntea olevan enemmän, jos niitä haalii ympärillensä. (Savolainen 2014.)

5.3.2 Rauhoittavat luontokuvat Taidelanssissa

Tutkimustietoon perustuen on selvää, että luontoaiheisilla kuvilla voi olla terveyttä edistäviä vaikutuksia, joten näitä tutkimustuloksia voitaisiin hyödyntää käyttämällä luontoaiheita julkisissa tiloissa kuten terveydenhuollon yksiköissä (Tourula & Rautio 2013, 58). Huoneen sisustuksen ajatellaan olevan mielekäs, mikäli sisustus on harmoninen, kaunis ja mielenkiintoinen. Kodeissa näitä elementtejä tiedetään olevan useinkin, mutta julkisista tiloista näitä usein puuttuu. (Ojanen 2014, 307.) Yksi uusimmista terveydenhuollon esimerkeistä luontokuvien käytöstä sisätiloissa on Kanta-Hämeen pelastuslaitoksen ja Hämeenlinnan taidemuseon syksyn 2022 aikana toteuttama Taidelanssi-projekti. Vaikka projektissa painotetaan taiteen hyvinvointia tukevia vaikutuksia, on hyvä huomioida, että projektiin valikoituneista teoksista kahta poikkeusta lukuun ottamatta kaikki muut ovat luontoaiheisia kuvia tai maalauksia. Teoksista kymmenen kuvaa pelkästään luontoa ja luontomaisemaa, ja kahdeksassa taidekuvassa luonto on vahvasti läsnä maalauksessa esiintyvän rakennuksen tai ihmisen rinnalla. (Hämeenlinnan taidemuseo. Taidelanssit 2023.)

Taidelanssi-projektissa taidemuseon kokoelmista valitut teokset on sijoitettu ambulansseihin tarratoisintoina. Kuvien ajatellaan tukevan potilaan ja hoitohenkilökunnan välistä keskusteluyhteyttä. (Hämeenlinnan taidemuseo. n.d.) Taidelanssin idea on lähtöisin Kanta-Hämeen pelastuslaitoksen ensihoitopäälliköltä. Ambulanssiin joutuminen koetaan usein pelottavana ja jännittävänä, Taidelanssin ajatuksena on, että ambulanssiin sijoitetuista kuvista voi saada turvaa. Katseen suuntaaminen joihinkin kuvien yksityiskohtiin voi auttaa suuntaamaan ajatuksia pois ikävästä tilanteesta. Vaikka sairaaloissa taidetta on ollut jo pitkään, niin ambulansseissa taiteen käyttöä ei ole Suomessa aiemmin kokeiltu. Hämeenlinnan taidemuseon yhteisömanageri korostaa myös

taiteen hyvinvointivaikutuksia ja Taidelanssiin sijoitettujen teosten hyötyjä potilaiden turvallisuuden tunteen vahvistamisessa. (Hakala & Anttonen 2023.)

Kanadan Quebecissa on kokeiltu taidekuvien liimaamista ambulanssin sisäkattoon potilaan kuljetuksen aikaista stressiä lieventämään. Ambulanssi on potilaalle vieras ympäristö, joten kuvat voivat auttaa keskittämään ajatukset muuhun, kuin ympärillä oleviin lääkinnällisiin laitteisiin. Tämän ambulanssin, jota Artbulanceksi kutsutaan, toiminta-alueella kuljetusvälimatkat ovat pitkiä, joten potilaalle on miellyttävämpää katsella kattoon liimattuja kuvia harmaiden seinien ja valospottien tuijottamisen sijaan. (Artbulance pilot project 2022.)

Potilaita rauhoittavat ja heille turvaa tuottavat kuvat Taidelanssissa kiteyttävät hyvin luontokuvaintervention tarkoitusta. Samoin kuin tämän kehittämisprojektin tietoperustana käytetyt tutkimukset, myös Taidelanssi osoittaa, että luontokuvilla sisätiloissa voidaan nähdä monia hyvinvointia tukevia, mielialaa kohentavia ja stressiä lieventäviä vaikutuksia.



Kuvio 1. Luonto, luontonäkymä ja luontokuvat terveyden edistäjinä.

6 Kehittämiprojektin eteneminen

Tämän kehittämisprojektin eteneminen alkuperäisestä ideasta useiden eri välivaiheiden kautta valmiiseen tuotokseen kesti noin kolme vuotta. Työkeskus Sampolan toimintaympäristön kehittämisen tarve oli ollut tiedossa jo jonkin aikaa ennen kuin yhteistyö Partioaitan kanssa alkoi. Yhteistyön käynnistyttyä Partioaitan kauniiden luontokuvien innoittamana syntyi ajatus myymäläsomisteiden kierrätyksestä luontokuvaintervention elementeiksi.

Myymäläsomisteiden uusiokäyttö vaati tiettyjä muokkaustoimenpiteitä, jotta niitä voitiin käyttää Työkeskus Sampolan luontokuvainterventiossa.

Myymäläsomisteiden muokkaamiseen liittyvissä haasteissa projektin kehittämismenetelminä käytettiin negatiivisen aivoriihen- ja kokeilemalla kehittämisen menetelmiä.

6.1 Kehittämisidean lähtökohdat ja tietoperustan muodostaminen

Luontokuvaintervention idea sai alkunsa opinnäytetyön tekijän halusta kehittää Työkeskus Sampolan toimintaympäristöä siten, että se tukisi paremmin työtoiminnan asiakkaiden hyvinvointia. Työtoiminnan asiakkailta voi olla esimerkiksi aistiliherkkyyttä, ahdistuneisuutta ja jännitystiloja, sekä kognitiivisia ja keskittymiskykyyn liittyviä haasteita. Lähtökohtana oli ajatus, että pienilläkin toimintaympäristön muutoksilla pystytään tukemaan asiakkaiden rauhoittumista työtoiminnan tehtävien pariin.

Työkeskuksessa ohjaajana työskentelevän opinnäytetyön tekijän toimiessa yhteistyössä paikallisen Partioaitan myymälän kanssa kevättalvella 2022, tuli esiin Partioaitan tarve kehittää käytöstä poistettujen myymäläsomisteiden kierrätystä. Aluksi luontoaiheista suurkuvista tehtiin ostoskoreina käytettäviä kasseja Hämeenlinnan Partioaitan myymälään. Materiaalien leikkaaminen pieniksi paloiksi tuntui kuitenkin kauniiden luontokuvien tuhlaukselta. Luontokuvia katsellessa heräsi toive saada ripustaa kuvat seinille yhteiseksi iloksi. Kaikilla Sampolan työtoiminnan asiakkailta ei välttämättä ole omatoimista

mahdollisuutta päivittäiseen luontokokemuksen saavuttamiseen, joten ajatuksena oli tarjota esteetön luontokokemus tuomalla luontoa työtoiminnan sisätiloihin luontokuvien avulla. Näistä lähtökohdista syntyi tämän opinnäytetyön tekijälle idea Partioaitan luontoaiheisten myymäläsomisteiden uusiokäytöstä Työkeskus Sampolan toimintaympäristön kehittämisessä. Yhteistyöidean lähtökohtana oli lisäksi ”tehdään hyvää yhdessä” ideologian toteuttaminen. Syksyn 2022 aikana tästä ideasta kehitettiin molempia osapuolia palveleva, ylemmän ammattikorkeakoulututkinnon opintojen opinnäytetyönä tehtävä kehittämisprojekti.

Kehittämisprojektin teemaa esiteltiin ensin Työkeskus Sampolassa. Tämän jälkeen idean tiimoilta oltiin yhteydessä Partioaitan Hämeenlinnan myymälän edustajaan, joka tiedusteli asiaa oman organisaationsa sisällä. Molempien tahojen näytettyä kokeilulle vihreää valoa, siirryttiin tekemään projektisuunnitelmaa. Projektisuunnitelmaa varten kartoitettiin aiheeseen liittyvää tietoperustaa tutustumalla alan tutkimuksiin, kirjallisuuteen, sekä saman aihepiirin parissa toimiviin tahoihin. Tiedonhaussa käytettiin muun muassa Turun ammattikorkeakoulun Finna-hakupalvelinta, Google Scholar hakua, kotimaista ARTO artikkeliviitetietokantaa, Ex Libris Central Discovery Index -tietokantaa, sekä Hämeenlinnan kirjaston Vanamo-Finna verkkokirjaston hakupalvelinta.

Tietoperustan kartoittamisessa ja tausta-aineiston analysoinnissa sovellettiin laadullisen tutkimuksen puolelta entuudestaan tuttua aineiston jaottelua eri teemoihin. Teemoittelussa pyritään löytämään ja erottelemaan aiheeseen olennaisesti liittyvät seikat (Eskola & Suoranta 2014, 176). Tausta-aineistoon liittyvää käsitteistöä koottiin kokonaiskuvan saamista helpottavaan visuaaliseen mindmap -muotoon. Projektisuunnitelman alkuvaiheessa ennako-oletuksena oli teoreettisten lähtökohtien liittyvän stressitekijöitä säätelevään harmonisen tilan luomiseen. Vähitellen kävi ilmi, että tausta-aineistot, jotka liittyivät aistiystävällisen ympäristön ja lempeän tilan rakentamiseen, painoutuivat enemmän sisustussuunnittelun suuntaan. Niinpä ensimmäisen tietoperustan rakentamisen epäonnistuttua tausta-aineistoon liittyvän kartoituksen

näkökulmaa muutettiin. Eskolan & Suorannan mukaan (2014, 151–152, 175, 179.) aineiston luokittelun yhteyteen liittyy usein harharetkiä, eikä ensimmäinen luokittelu aina olekaan lopullinen. Aineiston jäsentely voikin tapahtua useassa eri vaiheessa. Lopulta aineiston teemoittelussa saadaan esiin käsiteltävää aihealuetta avaavia asiakokonaisuuksia. Näin myös tässä tausta-aineiston analysoinnissa ja luokittelussa aineiston aihepiireistä muodostetusta mindmapista löytyi näkökulman muuttamisen myötä uusia tätä kehittämissuunnitelmaa paremmin tukevia teoreettisia lähtökohtia. Hajanainen aineisto jäsenyi aineistoon uudelleen perehtymällä, jolloin esiin nousivat selkeämmin luontokuvaan liittyvät aihekokonaisuudet.

Teoreettiseen tietoperustaan perehtymällä saatiin vahvistusta ajatukselle, että luontokuvilla voidaan saada aikaan tavoiteltuja hyvinvointia tukevia ja terveyttä edistäviä vaikutuksia. Samalla rajattiin pois aihepiiriä sivuavat, mutta tähän kehittämissuunnitelmaan kuulumattomiin luontolähtöisiin hyvinvointipalveluihin, luontomatkailuun, sekä luontolähtöiseen kaupunkirakentamiseen ja ympäristösuunnitteluun liittyvät teemat.

Seuraavaksi projektisuunnitelma hyväksyttiin toimeksiantajalla ja opinnäytetyötä ohjaavalla Turun ammattikorkeakoulun opettajatuutorilla. Projektisuunnitelma esitettiin, ja sitä opponoitiin opinnäytetyön prosessiin kuuluvassa suunnitelmaseminaarissa huhtikuussa 2023. Projektisuunnitelman hyväksymisen jälkeen tausta-aineiston teemoittelua jatkettiin, ja lopulta tietoperustaksi muotoutuivat luonnon terveysvaikutuksiin läheisesti liittyvät luontomaiseman ja luontokuvien katselun terveyttä edistävät teemat. Näistä uusista teoreettisista lähtökohdista muodostui tämän kehittämissuunnitelman luontokuvat hyvinvoinnin tukijana tietoperusta (kuvio 1. s. 23).

6.2 Projektiryhmän työskentely

Projektiryhmä kokoontui yhteensä neljä kertaa. Projektiryhmän tehtävänä oli selvittää, miten Partioaitan luontokuva-aiheiset myymäläsomisteet saadaan muokattua Työkeskus Sampolan luontokuvainterventioon sopiviksi materiaaleiksi. Lisäksi projektiryhmä osallistui luontokuvien muokkaustyön käytännön toteutukseen ja valmiiden kuvien sijoitteluun Työkeskus Sampolaan. Projektiryhmän työskentelyn vaiheet ovat koottuna kuviossa kaksi (2).



Kuvio 2. Projektiryhmän työskentelyn eteneminen.

6.2.1 Projektiryhmän työskentelyn alkuvaiheet

Suunnitteluvaiheen ja tietoperustan muodostamisen jälkeen aloitettiin luontokuvaintervention kehittämisen käytännön toteutukseen liittyvä työ. Partioaitan kanssa sovittiin myymäläsomisteiden keräämisestä siten, että materiaalia saataisiin mahdollisimman monesta Partioaitan myymälästä. Partioaitan edustaja tiedotti eri puolilla Suomea oleville myymälöille myymäläsomisteiden kierrättämisestä Työkeskus Sampolaan Hämeenlinnaan.

Myymäläsomisteet lähetettiin postitse tai Matkahuollon kautta ja myymäläsomisteiden keräystä jatkettiin koko kehittämisprojektin ajan. Työkeskus Sampolassa materiaalit varastoitiin rullakoihin ja hyllyihin.

Tässä yhteydessä tarkastettiin uudelleen myymäläsomisteiden uusiokäyttöön liittyvät lupa-asiat. Partioaitta oli jo antanut luvan käyttää heidän myymäläsomisteitaan luontokuvaintervention materiaaleina. Myös Partioaitan käyttämiltä valokuvaajilta varmistettiin vielä luvat heidän kuvamateriaaliensa käyttämisestä tässä kehittämisprojektissa.

Syyskuun alussa 2023 projektipäällikkö kutsui projektiryhmän ensimmäiseen tapaamiseen. Ensimmäisellä kokoontumiskerralla paikalla olivat kaikki projektiryhmän kolme jäsentä ja projektipäällikkö. Vaikka projektin tavoitteista oli tiedotettu jo aiemmin eri yhteyksissä, perehdyttiin ensimmäisellä kokoontumiskerralla vielä uudelleen kehittämisprojektin sisältöön, tavoitteisiin ja tarkoitukseen. Perehdytyksen tavoitteena on, että ryhmän jäsenet tietävät, miksi projekti on asetettu ja millaisia lopputuloksia projektilla tuotetaan. Perehdytyksessä selvitetään, kenelle projektia tehdään ja ketkä tulevat käyttämään projektin tuloksia. Lisäksi perehdytettävien tulee tietää, mitä heiltä odotetaan, sekä mihin kokonaisuuteen heidän tehtävänsä sijoittuvat. (Ruuska 2007, 98.)

Perehdytyksen jälkeen Partioaitalta saadut myymäläsomistemateriaalit tarkastettiin ja jaoteltiin vuodenaikojen mukaan. Koska projektiin haluttiin mukaan mahdollisimman selkeät luontokuvat, poistettiin ihmisiä, retkeily- ja erätuotteita, sekä eri brändien logoja sisältävät kuvat. Käyttökelpoisia luontokuvia oli tässä vaiheessa saatu projektin käyttöön riittävä määrä. Paperisia tai kankaisia suurkuvia oli lajittelussa mukana noin 40 kappaletta, joista useat olivat saman kuvan toisintoja. Pienempiä kapalevykuvia oli noin 50 kappaletta, joista myös valtaosa oli toistensa kopioita.

6.2.2 Negatiivinen aivoriihi ripustushaasteen ratkaisemisessa

Myymäläsomisteina käytetyt luontokuvat oli suunniteltu Partioaitan myymälöiden käyttöön sopiviksi, joten ne eivät sellaisenaan soveltuneet työkeskusympäristössä käytettäviksi. Luontokuvien muokkauksessa keskeisimmäksi kehittämishaasteeksi nousi kuvien ripustukseen liittyvät seikat. Partioaitan kankaisissa suurkuviissa käytetyt ripustusmekanismit olivat kevytrakenteisia muoviripustimia, eikä myymälähyllyille sijoitettavissa kapalevykuviissa ollut minkäänlaista ripustusmekanismia.

Ripustushaasteeseen ratkaisua etsiessä tavoitteena oli pitkäikäinen, laadukas ja toimiva ripustusratkaisu, joka jäisi käyttöön vielä tämän kehittämissuunnitelman jälkeenkin. Aiemmin oli jo kokeiltu suurkuvien ripustamista Partioaitan muovisilla ripustimilla ja ruuvikoukku-puurima systeemillä, joista kumpikaan ei täyttänyt tähän tarkoitukseen vaadittavia laatuksia. Lähtökohtana oli, että työkeskusympäristöön suunniteltavassa ripustuksessa tulee huomioida turvallisuus, kestävyys, helppokäyttöisyys, sekä kustannusten kohtuullisuus. Työkeskusympäristössä kankaiset suurkuvat ja kapalevykuvat ripustetaan työkeskuksen työsastojen ja käytävien seinille. Tilojen käytön luonteen takia ripustettavien kuvien tulee kestää ohi kuljetettavien tavaroiden mahdollisia kosketuksia ja törmäyksiä. Myös työtoiminnan asiakkaat saattavat kosketella seinillä olevia kuvia. Materiaalien muokkaaminen ripustettaviksi ei myöskään saisi olla teknisesti liian haastavaa.

Projektiryhmän toisella tapaamiskerralla tartuttiin edellä mainittuun ripustussysteemin kehittämisen haasteeseen. Ideoinnin apuna käytettiin negatiivista aivoriihimenetelmää. Negatiivinen aivoriihi on menetelmä, missä yritetään tuottaa mahdollisimman huonoja ratkaisuideoita, jotta tuloksista saadaan lopulta aiempaa monipuolisempia uusia ideoita (Tevere. Negatiivinen aivoriihi n.d.). Projektipäällikkö ohjasi työryhmää negatiivisen aivoriihimenetelmän mukaisesti ja kirjasi tuotokset muistiin. Negatiivisen aivoriihen tuotokset ohjasivat projektiryhmää välttämään huonoja ripustussysteemejä. Pohdittaessa, miten luontokuvat saadaan putoamaan

seiniltä, miten kuvat kiinnitetään mahdollisimman hankalasti ja kalliisti, saatiin lopulta esiin näiden huonojen vaihtoehtojen käänteiset paremmat vaihtoehdot. Menetelmän avulla onnistuttiin löytämään vastauksia siihen, miten luontokuva-aiheiset myymäläsomisteet saadaan ripustettua turvallisesti, kestävästi, helppokäyttöisesti ja kustannustehokkaasti.

Muutamien välivaiheiden jälkeen projektiryhmän pohdinnan lopputuloksena syntyi kankaisille suurkuville käyttökelpoinen vaneri-tarranauharima –ripustin. Idean lähtökohtana oli valmiina ostettava metallinen tarraverhotanko, jonka muokkaamista ensin suunniteltiin. Tarraverhotangon kiinnikkeet toimivat siten, että verho roikkuu vapaasti muutaman sentin päässä irti ikkunasta tai seinästä. Työkeskuksessa kankaisten suurkuvien tulisi kuitenkin laskeutua mahdollisimman lähellä seinäpintaa. Seuraavana ajatuksena oli hankkia erikseen tätä tarkoitusta varten ohut metallilevy, johon tarranauha tulisi kiinnittää esimerkiksi liimaamalla. Koska liiman pitävyydestä metallilevyssä ei saatu varmuutta, päädyttiin vanerista valmistettavaan rimaan, johon tarranauha kiinnitetään niittipistoolilla. Vastakappaleeseen eli kankaiseen suurkuvaan tarranauha voidaan kiinnittää ompelemalla. Tämän vaihtoehdon hyödyt olivat selvät. Vaneririma ja niittikiinnitteinen tarranauha, samoin kuin tarranauhan ommeltava vastakappale pystytään työstämään Työkeskus Sampolassa, kun taas metallisen kiinnityssysteemin osat olisi pitänyt hankkia erikseen tilaamalla.

6.2.3 Kokeilemalla kehittäminen ripustusmekanismin valmistamisessa

Projektiryhmän kolmannella kokoontumiskerralla marraskuussa 2023 tehtiin ensimmäiset ripustussysteemin valmistamiseen liittyvät kokeilut. Tässä uuden ripustimen pilotointivaiheessa käytettiin kokeilemalla kehittämisen menetelmää. Kokeilemalla kehittämisessä kokeilut voivat olla nopeita ja edullisia, helposti toteutettavia kokeilua, joiden avulla kehitettävää asiaa ohjataan oikeaan suuntaan. Kokeilemalla kehittämisen tavoitteena on uusien innovatiivisten palvelujen ja tuotteiden aikaansaaminen. (Hassi ym. 2015, 4.)

Ripustussysteemin valmistaminen tapahtui vaiheittain projektipäällikön tekemän työvaihesuunnitelman ja ohjeistuksen mukaisesti. Vaneririma sahattiin mittojen mukaan Työkeskus Sampolan puutyöosastolla. Tarranauha kiinnitettiin rimaan verho-osaston niittipistoolilla, ja ompeluosastolla tarranauhan vastakappale ommeltiin kankaiseen suurkuvaan. Vaneri-tarranauharima kiinnitettiin seinään ruuvaamalla. Suurkuva kiinnitettiin vaneri-tarranauharimaan kuvan yläreunaan ommellun tarranauhan avulla.

Kokeilemalla kehittämisessä on keskeistä pohtia, onko idealle tarvetta, miten idea on toteutettavissa, sekä voidaanko idea toteuttaa taloudellisesti kannattavasti. Kokeilemalla kehittämisessä on oleellista tietää, mitä yritetään oppia, sillä ilman tätä tietoa ei kannata alkaa miettiä, millaisia prototyyppejä idean kokeilua varten pitäisi rakentaa. (Hassi ym. 2015, 81.) Näin myös tässä kokeiluvaiheessa idean tarve ja oppimistavoite olivat selkeät.

Kokeiluvaiheen tarkoituksena oli selvittää, mitä toimenpiteitä tarvittiin myymäläsomisteiden muokkaamiseen luontokuvaintervention elementeiksi. Lopputulokseen pääsemiseksi tuli ratkaista, miten uuden ripustussysteemin vaatimat eri työvaiheet tehdään. Lisäksi täytyi testata ripustussysteemin toimivuutta käytännössä. Pilotoinnissa ajatuksena oli, että mikäli ensimmäinen kokeilu ei olekaan toimiva, valmistetaan toinen prototyyppi ensimmäisen kokeilun oppeja hyödyntäen. Näin jatketaan, kunnes tavoitteen mukainen ratkaisu saavutetaan.

Ensimmäinen kokeilu osoittautui hyvin toimivaksi. Ripustussysteemi on kestävä ja turvallinen. Suurkuva laskeutuu seinäpintaa pitkin, se kestää kosketusta ja törmäystä. Ripustus on siistin näköinen. Ripustukseen tarvittavat työvaiheet ovat tehtävissä Työkeskus Sampolassa, ja ripustussysteemin valmistamiseen tarvittavat materiaalit ovat kohtuuhintaisia. Ensimmäisen onnistuneen kokeilun pohjalta valmistettiin lisää vaneri-tarranauharimoja suurkuvien ripustamista varten ja ommeltiin tarranauhat kankaisiin suurkuviin.

6.2.4 Opintokäynti Raamareilla

Vaneri-tarranauharima ei kuitenkaan vielä ratkaissut kapalevykuvien ripustusongelmaa. Tällä kokoontumiskerralla projektiryhmälle varattu aika ei riittänyt kapalevykuvien ripustusratkaisun kehittämiseksi. Projektiryhmä ideoi jotain ripustusratkaisuja, mutta ryhmän mielestä nämä vaihtoehdot eivät olleet laadullisesti riittävän hyviä.

Kapalevykuvien ripustukseen ajateltiin olevan myös valmiita vaihtoehtoja, joten projektipäällikkö ja vastaava työvalmentaja kävivät selvittämässä asiaa paikallisessa kehys- ja taidetarvikealan tukkuliikkeessä Raamarit Oy:ssä. Raamarit Oy on lähes 30 vuotta toiminut kehys- ja taidetarvikkeita maahantuova Hämeenlinnassa sijaitseva perheyrittäjä (Raamarit Oy n.d.). Raamareilta löydettiin kaparipustimia, joilla kapalevykuvien ripustaminen sujuu helposti ja siististi. Kaparipustin painetaan levyn taustapuolelle, jolloin levyyn uppoavat piikit pitävät ripustimen kiinni levyssä. Ripustin on myöhemmin irrotettavissa ja uudelleen käytettävissä. Raamareilla käynnin myötä kapalevykuvien ripustusmenetelmäksi valikoitui tehdasvalmisteinen kaparipustin.

6.2.5 Osallistaminen luontokuvien valinnoissa ja sijoittelussa

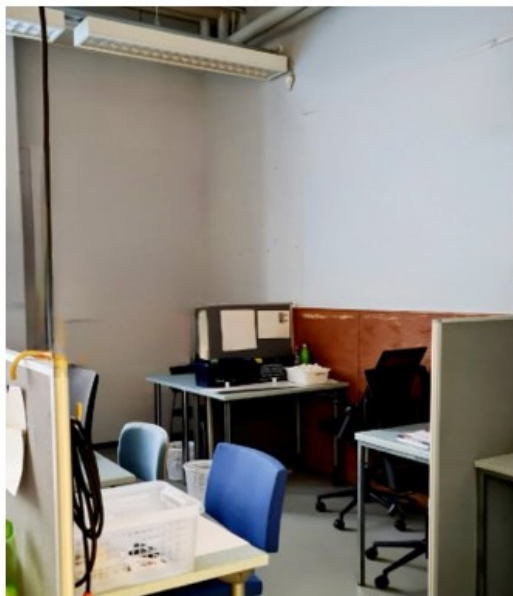
Luontokuvien aiheet vaihtelivat hieman osastoittain. Projektipäällikkö teki yhden projektiryhmän jäsenen kanssa kuvien alkukarsinnan varmistaen, että kuvat olivat kooltaan tiloihin sopivia. Luontokuvien sijoituspaikkojen ja kuva-aiheiden valinnassa osallistettiin työkeskuksen asiakkaita. Myös työkeskuksen henkilökunnalta pyydettiin ehdotuksia toimitiloihin sijoitettavien luontokuvien paikoista. Luontokuvien käyttö toimitiloissa perustui vapaaehtoisuudelle ja kuvia ripustettiin vain toivomusten mukaisesti tiloihin.

Asiakkaiden vaikutusmahdollisuuksia oman toimintaympäristöönsä liittyviin päätöksiin haluttiin tukea ottamalla asiakkaat mukaan luontokuvien valintaan. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen mukaan osallisuus tarkoittaa mahdollisuutta vaikuttaa omassa yhteisössään (Osallisuuden edistäminen 2024. Terveiden ja

hyvinvoinnin laitos). Asiakasosallisuuden tukemisen ja vahvistamisen kautta tuetaan asiakkaan hyvinvointia. Osallisuus liittyy läheisesti voimaantumiseen ja näin voimaantumista voidaan myös tukea. Osallisuudessa asiakas on toimija, ei vain toiminnan kohde. Asiakasosallisuuden lisääminen on nostettu keskeiseksi arvoksi ja tavoitteeksi asiakastyöhön liittyvissä keskusteluissa, lainsäädännössä sekä erilaisissa kehittämishankkeissa. (Rissanen 2021, 137–139.) Myös YK:n vammaisyleissopimus painottaa osallistamista kaikkiin asianomaista koskeviin päätöksiin (Ihmisoikeuskeskus n.d.). Osallisuuden vahvistaminen on erityisen tärkeää niille asiakkaille, joiden vaikutusmahdollisuudet ovat puutteelliset ja jotka ovat vaarassa syrjäytyä. Osallisuutta lisäämällä voidaan tukea itsetuntoa ja hallinnantunnetta sekä yhteiskuntaan integroitumista. (Kirjavainen, 2015.)

Luontokuvien valintaan osallistaminen tapahtui jokaisella työosastolla erikseen. Kunkin osaston asiakkaat saivat valita äänestämällä muutamasta vaihtoehdosta oman osastonsa seinälle tulevat luontokuvat. Äänestys toteutettiin mielipidekyselyllä kuvia näyttämällä ja mielipiteet muistiin kirjaamalla. Toisena äänestystapana käytettiin toiminnallisempaa äänestysmallia, jossa kuvavaihtoehdot asetettiin huoneen eri puolilla oleville pöydille. Asiakkaat kiersivät katsomassa kuvat ja asettuivat tämän jälkeen seisomaan sen kuvan läheisyyteen, minkä puolesta halusivat äänensä antaa.

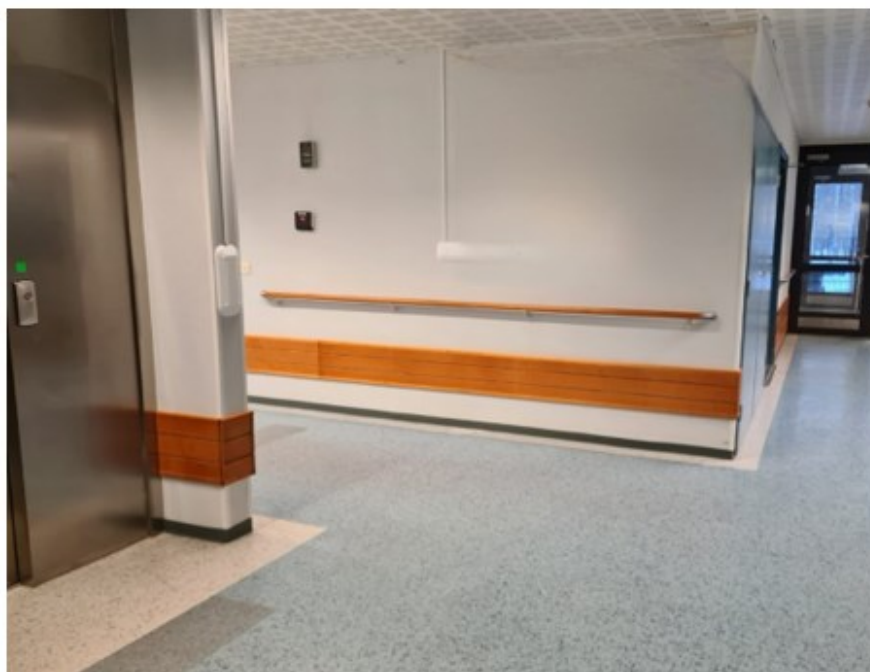
Projektiryhmän neljännellä kokoontumiskerralla vuoden 2024 tammikuussa kierrettiin kartoittamassa kuvien kiinnityspaikat. Aiemmin esitettyjen toiveiden perusteella projektipäällikkö teki kuvien sijoittamiseen liittyvän suunnitelman. Tämän jälkeen työtoiminnan asiakas kiinnitti kapalevykuvien taustoihin kaparipustimet ja nyörit. Työkeskuksen huoltomies kiinnitti vaneri-tarranauharimat ja niihin tulevat suurkuvat, sekä kapalevykuvat suunnitelman mukaisiin paikkoihin työtoiminnan asiakkaan toimiessa avustajana. Luontokuvia työkeskuksessa esitellään seuraavissa kuvissa (kuvat 1–3. s. 34–35).



Kuva 1. Tekstiili- ja pakkaustyön osasto ennen ja jälkeen.



Kuva 2. Pakkaus- ja harjatyön osasto ennen ja jälkeen.



Kuva 3. Työkeskuksen käytävä ennen ja jälkeen.

Vaikka luontokuvista oli informoitu aiemmin kokouksissa ja sähköpostitse, konkretisoitui kuvien vaikuttavuus vasta kuvien ilmaannuttua seinille. Luontokuvat aiheuttivat lumipalloeefektin kaltaisia reaktioita. Sitä mukaa, kun kuvia ripustettiin, alkoi tulla pyyntöjä uusista kuvien sijoittelupaikoista. Tämän

jälkeen kuvia sijoitettiin myös palveluasumisen yleisiin tiloihin sekä henkilökunnan toimisto- ja taukutiloihin. Oheisissa kuvissa (kuvat 4–5) on kuvattuna luontokuvia sijoitettuna palveluasumisen yleisiin tiloihin.



Kuva 4. Käytävä ennen ja jälkeen.



Kuva 5. Portaikko ennen ja jälkeen.

7 Kehittämiprojektin tuotos

Tämän keittämiprojektin lähtökohtana oli pilotoida Partioaitan käytöstä poistettujen luontokuva-aiheisten myymäläsomisteiden kierrättämistä luontokuvaintervention elementeiksi Työkeskus Sampolaan. Projektin tuotoksena syntyi tähän haasteeseen vastaamaan kehitetty Soma-malli.

7.1 Tuotoksen nimeäminen Soma-malliksi

Kehittämiprojektin raportointivaiheeseen asti projektista käytettiin nimeä luontokuvainterventioprojekti. Projektin tuotoksena syntyneitä mallia kutsuttiin nimellä luontokuvainterventiomalli. Luontokuvainterventio voi käsitteenä tarkoittaa mitä tahansa interventiota, missä luontokuvia käytetään tavoitteellisen ja tilanteen paranemiseen tähtäävän väliintulon elementteinä. Näin ollen käsitettä luontokuvainterventiomalli ei voitu käyttää ainoastaan tämän kehittämiprojektin tuotoksena syntyneen mallin nimenä. Lisäksi terminä luontokuvainterventiomalli oli pitkä ja vaikealukuinen toistuvasti käytettäväksi. Kehittämiprojektin raportointivaiheessa tuli siten tarve keksiä kehittämiprojektin tuotoksena syntyneelle mallille jokin käyttökelpoisempi nimi.

Soma-malli nimi syntyi projektipäällikön ideoimana termeistä ”**S**ampolan **oma**” ja ”myymälä**somiste**”. Kirjain ”s” ja sana ”oma” viittaavat Sampolan omaan. Lisäksi termi ”soma” voidaan liittää miellelyhtymänä somiste sanaan. Suomi Sanakirjan mukaan soma tarkoittaa miellyttävän näköistä, kaunista ja suloista (Suomi Sanakirja. Soma n.d.). Partioaitan luontoaiheiset myymäläsomistekuvat ovat esteettisesti kauniita ja miellyttävän näköisiä, niinpä sana ”soma” sopii hyvin tätä mallia kuvaamaan.

7.2 Soma-malli

Partioaitan myymäläsomisteet eivät sellaisenaan soveltuneet suoraan työkeskusympäristöön sijoitettaviksi, joten tämän kehittämisprojektin haasteena oli selvittää, mitä toimenpiteitä tarvittiin myymäläsomisteiden kierrättämiseksi luontokuvaintervention elementeiksi. Konkreettisen tuotteen ohella projektin tuloksena voidaan pitää ratkaisua johonkin ennalta asetettuun haasteeseen (Ruuska 2007, 20). Näin myös tässä kehittämisprojektissa haettiin vastauksia edellä mainittuun materiaalien uusiokäyttöhaasteeseen liittyen.

Kehittämisprojektin tuloksena todettiin, että tiettyjen muokkaustoimenpiteiden avulla Partioaitan myymäläsomisteina käytetyt luontokuvat voidaan kierrättää Työkeskus Sampolan luontokuvaintervention elementeiksi.

Kehittämisprojektin tuloksen myötä projektin tuotoksena Työkeskus Sampolaan saatiin Partioaitan käytöstä poistettuja myymäläsomisteita hyödyntävä luontokuvaintervention malli, josta käytetään nimitystä Soma-malli. Malliin sisältyy tätä kierrätystoimintaa selventävä prosessikuvaus.

7.2.1 Soma-mallin prosessikuvaus

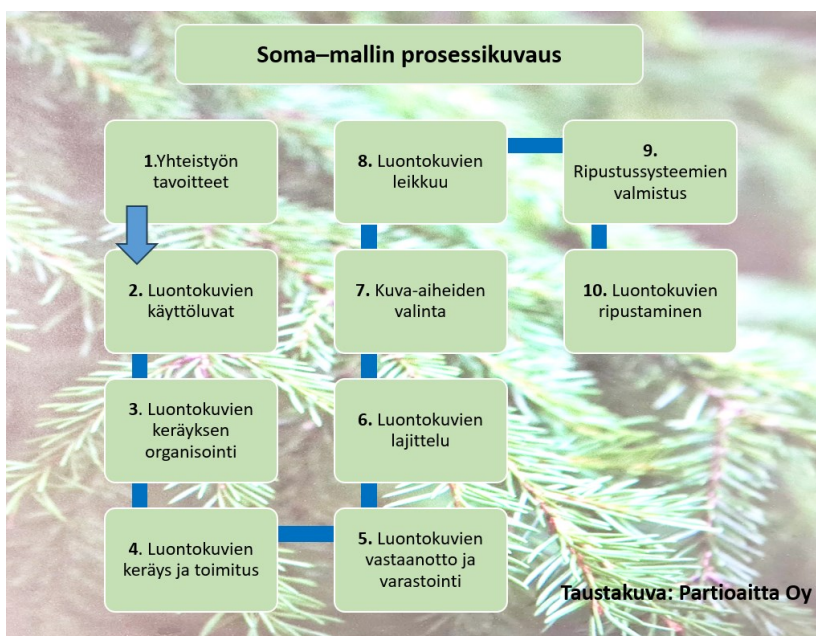
Soma-malliin prosessikuvaus (kuvio 3. s. 39) esittelee toimenpiteet onnistuneen lopputuloksen saavuttamiseksi. Yhteistyöprosessin aloitusvaiheessa on hyvä käydä läpi toiminnan tarkoitus ja tavoitteet. Osapuolten tulee tietää, mitä luontokuvainterventio tarkoittaa, mitä hyötyjä luontokuvainterventiolla tavoitellaan, miten ja miksi luontokuvia tullaan käyttämään. Ymmärrys toiminnan tavoitteista auttaa sitoutumaan ja motivoi osallistumaan. Samalla on hyvä sopia kuvien käyttöluvista, jotta kuvia voidaan käyttää luontokuvaintervention materiaaleina.

Seuraavaksi sovitaan, miten luontokuvien keräys organisoidaan ja toteutetaan. Kuvia voidaan kerätä kertaluonteisesti tai jatkuvana keräyksenä sitä mukaa, kun poistomateriaalia syntyy. Yhteistyökumppaneiden maantieteellisistä sijainneista

riippuen kuvat kuljetetaan tai lähetetään vastaanottavalle taholle. Tämän jälkeen kuvat varastoidaan jatkokäsittelyä varten.

Kun luontokuvia on kerätty riittävästi, aloitetaan niiden muokkaaminen uusiokäyttöön. Kerätyt kuvat tarkastetaan ja lajitellaan. Kuvista poistetaan käyttötarkoitukseen sopimattomat kuva-aiheet ja valitaan tässä yhteydessä käytettävät kuvat. Kuvia voidaan vaihtaa esimerkiksi vuodenaikojen mukaan, joten kaikkia kuvia ei tarvitse ottaa käyttöön samaan aikaan. Kuvien valintaan voidaan osallistaa niitä henkilöitä, joiden toimintaympäristöön kuvat sijoitetaan. Kuvien valinta voidaan tehdä esimerkiksi äänestämällä muutamasta ennalta valitusta vaihtoehdosta mieluisimmat.

Tarvittaessa kuvat muokataan kooltaan kohteeseen sopiviksi. Kankaiset suurkuvat voidaan leikata mittojen mukaan joko saksilla tai koneellisella kangasleikkurilla. Kapalevykuvat voidaan leikata koneellisesti esimerkiksi hydraulisella Polar leikkurilla. Seuraavaksi valmistetaan suurkuvien mittojen mukaiset vaneri-tarranauharimat, tarranauhat ommellaan suurkuviin ja kaparipustimet kiinnitetään kapalevykuviin. Lopuksi valmiit luontokuvat ripustetaan paikoilleen

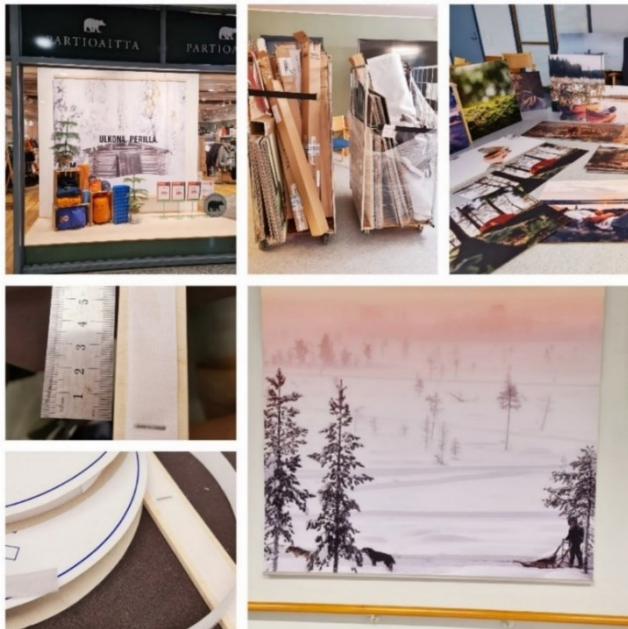


Kuvio 3. Soma-mallin prosessikuvaus.

7.2.2 Prosessikuvauksen muodostumisen vaiheet

Soma-mallin prosessikuvaukseen liittyvät toimenpiteet selkiytyivät vähitellen kehittämisprojektin eri työvaiheiden aikana. Näitä eri työvaiheita on koottuna kuvaan numero kuusi (6).

Soma-mallin projektipäällikkö vastasi kuviossa kolme (kuvio 3. s. 39) esitellyn prosessikuvauksen kohtien 1–5 mukaisista toimenpiteistä yhteistyössä Partioaitan kanssa. Projektipäällikkö toimi yhteyshenkilönä oman organisaation sisällä, sekä Partioaitan suuntaan tapahtuvaan yhteydenpitoon liittyen. Projektipäällikkö toimi projektin organisoijana, kirjoitti muistiin jokaisen vaiheen aikana tehdyt toimenpiteet ja vastasi projektin etenemisestä. Koska vastaavasta toiminnasta ei ollut aiempaa kokemusta, projektipäällikkö huolehti myös materiaalien vastaanottamiseen ja varastointiin liittyvistä tehtävistä. Materiaalien vastaanottaminen ja varastointi olisi voitu hoitaa myös projektiryhmän ja työtoiminnan asiakkaiden kanssa asiakkaita osallistaen. Projektiryhmän jäsenet, työkeskustyöntekijät ja työtoiminnan asiakkaat osallistuivat projektipäällikön lisäksi kohtien 6–10 työvaiheisiin.



Kuva 6. Soma-mallin kehittämisprosessin työvaiheita.

Projektin ohjausryhmä kokoontui kerran projektin kehittämistyön aikana sekä kerran projektin päätösvaiheessa. Ohjausryhmän tärkeimpänä tehtävänä oli projektin arvioinnin lisäksi tarkistaa, että kehittämisprojekti etenee ja valmistuu suunnitellun mukaisesti.

7.2.3 Soma-mallin tavoitteita

Partioaitan myymäläsomisteiden käyttö Työkeskus Sampolan luontokuvaelementteinä ei tarkoita vain kauniiden luontoaiheisten kuvien seinille ripustamista. Kuvat ovat kauniita katseltavaa, mutta luontokuvainterventiolla on esteettistä katselukokemusta syvällisempiä tavoitteita. Nämä tavoitteet ovat nähtävillä kuviossa neljä (kuvio 4. s. 42).

Kuten tämän kehittämisraportin tietoperustaosuudessa mainittiin, interventio on tavoitteellista tilanteen parantamiseen tähtäävää toimintaa (Cambridge Dictionary n.d). Interventiot ovat toimia, joilla tavoitellaan hyvinvointia vahvistavia vaikutuksia (Johdatus positiiviseen psykologiaan n.d.). Tämän kehittämisprojektin tuotoksena syntyneen Soma-mallin tavoitteet tähtäävät yksilön hyvinvoinnin tukemiseen sekä toimialarajoja ylittävän yhteistyön ja planetaarisen terveyden edistämiseen.

Soma-mallin tavoitteet yksilön hyvinvoinnin tukemisessa tarkoittavat tutkittuun tietoon perustuvaa luontokuvien terveyttä edistävien vaikutusten tuottamista. Tämän kehittämisraportin tietoperustan luvussa viisi, luontokuvat hyvinvoinnin tukena, tuotiin esiin, miten luontokuvat tukevat kognitiivisista tehtävistä suoriutumista, alentavat verenpainetta, sydämensykyä ja jännittyneisyyttä, lieventävät ahdistuneisuutta, piristävät ja elvyttävät, sekä vahvistavat positiivisia tunteita. Myönteisten tunteiden avulla taas voidaan vahvistaa mielenterveyteen liittyviä psyykkisiä voimavaroja ja resilienssiä. Lisäksi myönteisillä tunteilla voidaan vahvistaa elämänhallinnan tunnetta, itsemyötätuntoa ja onnellisuuden kokemuksia.

Yksilötason tavoitteiden lisäksi Soma-mallin tavoitteet liittyvät järjestölähtöisten toimijoiden ja elinkeinoelämän yhteistyön edistämiseen. Yhteistyössä oleellista

on molempien osapuolten tahto tehdä hyvää yhdessä. Soma-mallilla voidaan tukea molempien osapuolten tavoitteita. Soma-malli edistää Partioaitan markkinointimateriaalien kierrätyksen kehittämiseen liittyviä tavoitteita tarjoamalla toimivan ratkaisun materiaalien uusiokäyttöön.

Luontokuvaintervention aiemmin mainitut yksilötason tavoitteet vahvistavat asiakkaiden työtoimintaan osallistumisen edellytyksiä, ja sitä kautta Soma-malli tukee myös Työkeskus Sampolalle asetettuja tavoitteita.

Soma-mallilla voidaan tukea planetaarisen terveyden edistämisen tavoitteita. Kestävän kehityksen globaali toimintaohjelma Agenda 2030 pohjautuu vuonna 2015 YK:ssa sovittuun 17 tavoitteeseen. Agenda 2030 toimintaohjelma pitää sisällään kestävää tuotantoa ja kulutusta koskevia ohjeistuksia.

Toimintaohjelma kannustaa jätteen syntymisen ennaltaehkäisyyn kierrätystä ja uudelleenkäyttöä lisäämällä. Lisäksi Agenda 2030:n tavoitteena on edistää yli toimialarajojen tehtävää yhteistyötä. (United Nations 2015, 22, 27.) Agenda 2030:n tavoitteet vastuullisesta kuluttamisesta, kierrätyksen ja uusiokäytön edistämisestä sekä eri toimijoiden välisestä yhteistyöstä ovat yhteneväisiä Soma-mallin tavoitteiden kanssa.



Kuvio 4. Soma-mallin tavoitteita.

8 Arviointi

Kehittämiprojektin arvioinnissa tarkastellaan kehittämisprosessia, projektiorganisaation toimintaa ja kehittämismenetelmiä. Lisäksi arvioidaan kehittämiprojektin tuotosta, tuotoksen hyötyjä, tuotoksen käyttöönottoa ja siirrettävyyttä, sekä projektin eettisyyttä ja luotettavuutta.

8.1 Kehittämisprosessin arviointia

Kehittämisprojektin prosessin arviointia tehtiin toistuvasti kehittämiprojektin edetessä. Kehittämisprojektin etenemisen ja toteutumisen arviointi kuuluu kehittämiprojektin jokaiseen vaiheeseen (Salonen ym. 2017, 64). Projektia arvioitiin jo projektin suunnitteluvaiheessa kehittämiprojektiin liittyvän opinnäytetyön suunnitteluseminaarissa huhtikuussa 2023 ja suunnitelman hyväksymisen yhteydessä projektin yhteistyöorganisaatioiden taholta.

Projektipäällikkönä toimiva opinnäytetyötä tekevä opiskelija arvioi projektia kokonaisuudessaan koko projektin ajan. Arvioinnin työkaluna käytettiin Innokylän arviointimittaria. Tämä arviointimittari on työkalu, joka auttaa paitsi sisällön, myös aikataulullisen etenemisen ja tavoitteiden saavuttamisen arvioinnissa. Arviointimittarin värikoodien avulla voidaan helposti havainnollistaa valmiit, keskeneräiset ja puuttuvat projektin osa-alueet. (Innokylä. Arviointimittari n.d.) Kehittämisprojektin ohjausryhmä arvioi projektin etenemistä ja tavoitteiden saavuttamista kokoontuessaan kaksi kertaa kehittämiprojektin aikana. Ohjausryhmän lisäksi projektiryhmän jäsenet arvioivat ja kommentoivat toimintaa kehittämiprojektin edetessä.

Kehittämisprojektin alustava aikataulu oli suunniteltu siten, että projektin suunnitelma ja toimeksiantosopimukset tehdään kevätkaudella 2023. Samoin tiedonhaku teoriapohjan osalta aloitetaan kevätkaudella 2023.

Kehittämisprojektin käytännön toteutus tehdään syyskaudella 2023.

Kehittämisprojektin tuotos ja raportointi julkaistaan toukokuussa 2024.

Ensimmäisessä ohjausryhmän kokoontumisessa syksyllä 2023 todettiin viivästyistä projektin etenemisessä. Innokylän arviointimittari vahvisti jo tiedossa olevia aikataulullisia haasteita, mitkä liittyivät osallistamiseen, resursseihin ja projektiryhmän työskentelyyn. Muiden töiden ohella projektiryhmän yhteisille tapaamisille ja luontokuvien muokkaamiseen liittyviin tehtäviin oli vaikea löytää yhteistä aikaa. Asiakkaiden osallistamista ei myöskään ehditty vielä toteuttaa. Toisaalta Innokylän arviointimittari osoitti, että kehittämissuunnitelman tarpeiden ja tavoitteiden suhteen projekti eteni suunnitellun mukaisesti. Näiden arviointien pohjalta projektiryhmän kokoontumisten aikataulua tehostettiin ja projekti saatiin etenemään alkuvuoden 2024 aikana.

Prosessin kokonaisarviointi tehtiin projektin päätösvaiheessa ohjausryhmän kokouksessa keväällä 2024. Projektipäällikkö käytti arvioinnissa Innokylän arviointimittaria, jonka mukaan voitiin todeta eri osa-alueiden toteutuneen suunnitellusti. Myös ohjausryhmän jäsenten arvioiden mukaan kehittämisprosessi oli toteutettu johdonmukaisesti ja tavoitteellisesti. Lisäksi positiivisena huomiona mainittiin asiakkaiden osallistaminen mukaan luontokuvien valintaan.

8.2 Projektiorganisaation toiminnan arviointia

Tämän kehittämissuunnitelman projektiorganisaatio koostui projektipäälliköstä, projektiryhmästä ja ohjausryhmästä. Projektipäällikön tehtäviin kuuluvat mm. suunnittelu, organisointi, dokumentointi, tiedottaminen sekä projektin etenemisen seuranta (Mäntyneva 2016, 38). Projektipäällikön vastuulla oli suunnitella jokaisen kokoontumiskerran tavoitteet, sisältö ja toiminta siten, että ne tukivat projektin etenemistä. Projektipäällikkö toimi projektiryhmän vetäjänä ja ohjausryhmän kokousten koollekutsujana. Projektipäällikön koulutustausta ja pitkäaikainen työkokemus ohjaustoiminnan ammattilaisena loivat vankan pohjan näiden osa-alueiden vastuulliseen hoitamiseen. Lisäksi projektipäällikön projektiosaamista vahvistettiin projektin hallintaan sekä johtamisen tekniikkaan ja johtamismenetelmiin liittyviin teoksiin perehtymällä.

Projektipäällikkö kirjasi muistiin huomiot toiminnan etenemisestä ja teki kirjalliset yhteenvedot projektiryhmän tuotoksista. Projektipäällikkö huolehti myös projektin etenemisen raportoinnista ja tiedottamisesta sekä loppuraportoinnista. Tiedottamiseen käytettiin sähköpostia ja työyhteisön kokouksissa tapahtuvaa suullista tiedottamista. Loppuraportissa verrataan toteutumista projektin tavoitteisiin, ja samalla voidaan siirtää oleellista tietoa mahdollisille seuraaville projekteille. Loppuraportissa käsitellään sekä esiin tulleita ongelmia että kehittämisideoita. (Pelin 2020, 316.) Tämän kehittämisprojektin raportoinnissa on tuotu esiin projektin vaiheisiin liittyviä haasteita samoin kuin jatkokehitysideoita.

Yhtenä projektipäällikölle kuuluvista kehittämisprojektin osa-alueista oli projektisuunnitelmaan kirjattu työtoiminnan asiakkaiden osallistaminen. Osallistaminen toteutui hyvin luontokuvien valinnassa, asiakkaiden päästessä vaikuttamaan kuvien valintaan äänestämällä. Osallistamista olisi voitu toteuttaa myös luontokuvamateriaalien vastaanottoon liittyvissä tehtävissä kuten lähetysten purkamisissa ja varastoinnissa. Osallistamisen suunnittelu ja toteutus jäi vähäiseksi lähinnä aikataulullisista syistä. Opintoihin liittyviä kehittämisprojekteja tehdään usein sivutoimisesti perustehtävien ohella, jolloin suunnitelmat, kuten muutkin kirjalliset tuotokset tehdään vapaa-ajalla. Päätoimisesti kehittämisprojektissa työskennellen voitaisiin asiakkaiden osallistamiseenkin keskittyä paremmin.

Kehittämisprojektin projektiryhmä koottiin Työkeskus Sampolan toimihenkilöihin kuuluvista asiantuntijoista. Projektiryhmä kokoontui neljä kertaa. Projektiryhmä työskenteli tehokkaasti ja saavutti hyvin projektiryhmän tehtäviksi asetetut tavoitteet. Projektiryhmän toiminnan avulla kehittämisprojektin tuloksena saatiin varmuus siitä, että Partioaitan käytöstä poistetut myymäläsomisteet on mahdollista muokata luontokuvaintervention elementeiksi.

Kehittämisprojektin ohjausryhmä arvioi projektin etenemistä ja tukee projektipäällikköä tämän tehtävissä (Silfverberg 2013, 49). Kehittämisprojektin ohjausryhmä kokoontui kaksi kertaa projektin aikana. Ensimmäisessä kokoontumisessa projektipäällikkö esitteli projektin etenemistä. Ohjausryhmä

toimi kehittämisprojektin etenemistä arvioiden, rakentavaa palautetta antaen ja projektipäällikkönä toimivan opiskelijan tuomia näkökulmia vahvistaen. Toisessa ja samalla projektin päättämiseen liittyvässä ohjausryhmän kokouksessa arvioitiin kehittämisprosessia sekä projektin tulosta ja tuotosta. Tämä ohjausryhmän kokous toteutettiin osittain toiminnallisena kävelykokouksena. Tutkimukset ovat osoittaneet liikkeellä olemisen positiiviset vaikutukset luovaan ajatteluun ja hyvien ideoiden syntymiseen. Myös perinteistä poikkeava eri paikassa ja eri tavalla tekeminen voivat edesauttaa ideoiden syntymisessä. (Sarkkinen, M. 2020.) Yleensä kävelykokous toteutetaan ulkona, mutta tässä kävelykokouksessa luontokuvien katselun myötä ideana oli toteuttaa kävelykokous sisätiloissa kehittämisprojektin tuotokseen tutustuen. Tuotoksen arviointi sen aidossa ympäristössä koettiin toimivaksi. Soma-mallista ja sen toimivuudesta saatiin konkreettinen käsitys, mikä helpotti tuotoksen arviointia.

Ohjausryhmässä mukana olleella Partioaitan edustajalla oli myös merkittävä rooli kehittämisprojektin onnistumisessa. Kehittämisprojektin toimintaan liittyy aina riskejä ja epävarmuuksia, eikä lopputulosta voida ennakkoon tietää (Yli-Knuutila 2012,13). Tämän kehittämisprojektin yhtenä suurimpana riskinä olisi ollut, että alkuinnostuksen jälkeen Partioaitan myymälöistä ei olisi saatu riittävästi luontokuva-aiheista materiaalia. Partioaitan edustajan organisoidessa toimintaa Partioaitassa, myymäläsomisteiden kierrättäminen uusiokäyttöön onnistui hyvin. Materiaalia saatiin kerättyä riittävästi, jotta ensimmäinen luontokuvaintervention pilotointi Työkeskus Sampolassa saatiin toteutettua. Yhteistyö Partioaitan kanssa sujui hienosti. Yhteistyön onnistumisella oli merkittävä rooli kehittämisprojektin tuotoksena syntyneen Soma-mallin kehittämisessä.

8.3 Kehittämismenetelmien arviointia

Kehittämisprojektin projektiryhmälle asetettu keskeisin kehittämishaaste liittyi myymäläsomisteina käytettyjen kankaisten suurkuvien ja kartonkisten kapalevykuvien muokkaamiseen työkeskusympäristön vaatimuksiin

soveltuvaksi. Kehittämishaasteen ratkaisemiseksi käytettiin negatiivisen aivoriihen ja kokeilemalla kehittämisen menetelmiä.

Negatiivinen aivoriihi soveltui hyvin kankaisten suurkuvien ripustukseen liittyvän ongelmanratkaisun kehittämismenetelmäksi. Negatiivisen aivoriihen avulla mahdollisimman huonoista ratkaisuideoista saadaan lopulta aiempaa parempia, uusia ratkaisuehdotuksia. (Tevere. Negatiivinen aivoriihi n.d.). Perinteisellä aivoriihellä tuotetuissa ideoissa voi olla vaarana tavanomaisiin ratkaisuihin tyytyminen. Negatiivisella aivoriihellä tavoiteltiin ratkaisuja, jotka voidaan jo ensimmäisessä suunnitelmavaiheessa todeta toimiviksi. Ideoimalla mahdollisimman huonoja, kestäättömiä ja vaarallisia ripustusvaihtoehtoja, saatiin nopeasti eliminoitua pois epäsovikat ripustusmenetelmät. Huonojen vaihtoehtojen näkyväksi tekemisen kautta ajatukset oli helpompi suunnata suoraan ideoihin, joiden voitiin uskoa olevan turvallisia, kestäviä, helppokäyttöisiä ja edullisia. Negatiivisen aivoriihen avulla saatiin ratkaistua kankaisten suurkuvien ripustukseen liittyvät haasteet.

Projektiryhmän ideoinnin tuotoksena syntyi vaneri-tarranauharima ripustussysteemi, jota myöhemmin testattiin kankaisten suurkuvien ripustuksessa. Ennen prototyyppien rakentamista, kokeilemalla kehittämisessä on tärkeä tietää, mitä halutaan oppia, onko uuden idean kehittäminen tarpeellista ja miten idea on lopulta toteutettavissa (Hassi ym. 2015, 81). Kokeiluvaiheeseen siirryttäessä oppimistavoite oli selkeä. Kokeilun tarkoituksena oli saada vahvistusta siitä, mitä eri työvaiheita ja toimintoja ripustussysteemin valmistaminen työkeskuksessa vaatisi. Kokeilemalla kehittämisen metodin käyttäminen oli hyödyllistä, sillä kokeilun kautta todettiin, että ripustussysteemi on kestävä ja turvallinen, ja sen valmistaminen on mahdollista toteuttaa kohtuuhintaisilla materiaaleilla Työkeskus Sampolassa.

Pitkän työkokemuksen omaavilla projektiryhmän jäsenillä oli vahva tietämys työkeskuksessa toteutettavissa olevista työmenetelmistä, joten oletuksena oli, että negatiivisen aivoriihen tuloksena syntynyt ripustussysteemi on paitsi toimiva, myös helposti valmistettavissa. Vahvan ammatillisen osaamisen hyötynä oli, että ideaa voitiin jalostaa suunnittelun tasolla mahdollisimman

pitkälle ennen käytännön kokeiluvaiheeseen siirtymistä. Tämä nopeutti hyvään lopputulokseen pääsemistä, eikä näin ollen tarvittu useita kokeiluvaiheita. Mikäli ensimmäinen kokeilu ei olisi tuottanut toivottua tulosta, olisi kokeilua jatkettu rakentamalla uusia prototyyppejä, kunnes tavoite olisi saavutettu.

Kapalevykuvien ripustukseen ei saatu negatiivisen aivoriihen menetelmällä toimivaa ratkaisua. Ripustusratkaisun kehittämiseksi ei projektiryhmän sen hetkellä kokoontumisella ollut riittävästi aikaa, joten ripustussysteemin kehittäminen olisi vaatinut vähintään toisen kokoontumiskerran. Projektiryhmän päätös jatkaa valmiiden ripustussysteemien kartoittamista oli tässä yhteydessä hyvä, sillä näin löydettiin juuri tähän tarkoitukseen soveltuvat kaparipustimet.

8.4 Tuloksen ja tuotoksen arviointia

Projektin tuloksena ei aina tavoitella konkreettista tuotetta. Projektin tulos voi olla myös ratkaisu johonkin tiettyyn haasteeseen. (Ruuska 2007, 20.) Tämän kehittämisprojektin aikana selvitettiin myymäläsomisteiden muokkaamiseen liittyvät haasteet. Tuloksena todettiin, että Partioaitan käytöstä poistetut luontokuva-aiheiset myymäläsomisteet voidaan kierrättää uusiokäyttöön luontokuvaintervention materiaaleiksi. Kehittämisprojektin tuloksen osalta päästiin tavoiteltuun lopputulokseen.

Projektin erona perustoiminnoista on, että projektin tarkoituksena on uuden luominen. Projektin aikana kehitetään ja testataan uutta toimintaa tai palvelua. Projektin myötä löydetään ratkaisuja jonkin uuden, entistä paremman tai entuudestaan erilaisen asian saavuttamiseksi. (Yli-Knuutila 2012, 12.) Näin myös tässä kehittämisprojektissa kehitettiin uusi poistomateriaalien kierrätykseen liittyvä Soma-malli, jota myös testattiin käytännössä. Lisäksi kehittämisprojektin avulla edistettiin organisaatorajoja ylittävää yhteistyötä. Projektin ohjausryhmä arvioi kehittämisprojektin tuotoksen täyttävän edellä mainitut uuden luomiseen, uuden toiminnan testaamiseen ja ratkaisun löytämiseen liittyvät kriteerit.

Projekti voidaan katsoa onnistuneeksi silloin, kun projektin tuotos saa toimeksiantajan hyväksynnän (Mäntyneva 2016, 143). Projektin toimeksiantajan edustajat hyväksyivät tuotoksena esitellyn Soma-mallin ja totesivat projektin saavuttaneen sille asetetut tavoitteet. Malli sai lisäksi kiitosta sen kustannustehokkuudesta, sillä mallin mukainen kierrätystoiminta ei vaadi suuria taloudellisia investointeja.

8.4.1 Tuotoksen hyödyllisyyden arviointia

Kehittämiprojektin tuotoksen arvioinnissa kiinnitetään huomiota projektin hyödyllisyyteen (Anttila, 2001, 151). Kehittämiprojektin tuotoksena syntyneen Soma-mallin hyödyllisyyttä voidaan tarkastella useasta eri näkökulmasta. Soma-malli on merkityksellinen yksilön hyvinvointia tukevana interventiona. Malli on hyödyllinen yhteistyökumppaneiden kehittämistarpeisiin vastaamisessa, sekä järjestölähtöisen toimijan ja elinkeinoelämän välisen yhteistyön edistämiseen tähtäävänä interventiona. Soma-mallilla on myös kauaskantoisempia vaikutuksia, joten Soma-malli on merkityksellinen myös planetaarisen terveyden edistämisen interventiona. Nämä keskeiset näkökulmat ovat koottuina kuviossa viisi (kuvio 5. s. 51).

Soma -mallin hyödyillä yksilön hyvinvoinnin tukemisessa tarkoitetaan tutkittuun tietoon perustuvaa luontokuvien terveyttä edistäviä vaikutuksia. Luontokuvilla on myönteisiä vaikutuksia sydämen sykkeeseen, verenpaineeseen ja jännittyneisyyteen (Ulrich ym. 1991, Salosen 1010, 27 mukaan). Luontokuvat voivat vahvistaa positiivisia tunteita (Salonen 2010, 93). Lisäksi luontokuvien katselulla voidaan tukea kognitiivisia taitoja vaativista tilanteista selviytymistä (Berman ym. 2008, 1210–1211). Tämän kehittämiprojektin raportin tietoperustassa esitettyjen terveyttä edistävien sekä yksilön voimavaroja ja elämäntilanteen tunnetta vahvistavien vaikutusten myötä Soma-mallia voidaan pitää yksilön hyvinvoinnin tukemisen näkökulmasta merkityksellisenä.

Koska kierrätys ja ekologisuus ovat ajankohtaisia ja tärkeitä arvoja, hyödyt Partioaitalle tulevat kierrätystoiminnan tehostamisen kautta. Aiemmin jätteen-

luokitellut käytöstä poistetut myymäläsomisteet saadaan Soma-mallissa kierrätettyä uusiokäyttöön. Lisäksi sosiaalisen vastuun näkökulmasta yhteistyö kolmannen sektorin toimijan, Kuurojen Palvelusäätiön kanssa, voidaan nähdä Partioaitan yritysimagolle lisäarvoa tuottavana toimintana. Yritysten sosiaalinen vastuu liittyy vaikutuksiin, joita yrityksen toiminnalla on eri sidosryhmille, kuten kansalaisille ja kansalaisjärjestöille (Elinkeinoelämä. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2023). Tulevaisuudessa edelläkävijöitä ovat ne, jotka toteuttavat haittavaikutusten (jalanjäljen) pienentämisen rinnalla yhteiskunnallisen vaikuttavuuden ns. kädenjäljen, eli yhteiseen hyvään liittyvien toimintojen lisäämistä (Keltanen, 2022). Soma-mallin mukaisesti toimiessaan Partioaitta kasvattaa kädenjälkeään lahjoittamalla luontokuva-aiheisia myymäläsomisteita Työkeskus Sampolalle.

Soma-mallin hyödyt Kuurojen Palvelusäätiölle tulevat sosiaalisen vastuun ja yhteiskunnallisen vaikuttavuuden lisäksi Työkeskus Sampolan luontokuvaintervention kautta. Luontokuvaintervention yksilötason hyödyt liittyvät asiakkaiden työtoimintaan osallistumisen edellytysten vahvistamiseen, ja sitä kautta Soma-mallilla voidaan tukea Sampolan työtoiminnalle, sekä Kuurojen Palvelusäätiön toiminnalle asetettuja tavoitteita. Tässä kehittämissuunnitelmassa ei erikseen painotettu viittomakielisten asiakkaiden visuaaliseen aistimaailmaan liittyviä teemoja. Sen sijaan projektissa keskityttiin kaikkia asiakasryhmiä laajemmin palveleviin luontokuvien terveyttä edistäviin vaikutuksiin. Tämä ei kuitenkaan pois sulje luontokuvien visuaalista ulottuvuutta viittomakielisten asiakkaiden toimintaympäristössä. Näin myös tästä näkökulmasta arvioiden kehittämissuunnitelman tuotoksena syntyneen Soma-mallin voidaan katsoa olevan merkityksellinen Kuurojen Palvelusäätiölle.

Agenda 2030 tavoitteina on lisätä materiaalien uusiokäyttöä ja kierrätystä sekä edistää yli toimialarajojen tehtävää yhteistyötä (United Nations 2015). Soma-mallin hyödyt planetaarisen terveyden näkökulmasta ovatkin selkeät. Käytöstä poistetut Partioaitan myymäläsomisteet voidaan mallin mukaisesti toimien kierrättää uusiokäytettäväksi luontokuvainterventiossa. Kolmannen sektorin ja elinkeinoelämän toimijoiden välisen yhteistyön edistäminen liittyy myös Agenda

2030 tavoitteisiin, sillä Keltasen (2022) mukaan Agenda 2030:n tavoitteiden mukainen toiminta saavutetaan vain laaja-alaisen yhteistyön kautta.



Kuvio 5. Soma-mallin hyödyt.

8.4.2 Tuotoksen käyttöönnoton ja siirrettävyyden arviointia

Onnistuneessa projektissa uusi toimintamalli siirretään perustoimintojen joukkoon (Yli-Knuutila 2012, 12). Projekti on toteutettu hyvin, kun sen tuotokset hyödynnetään ja otetaan käyttöön (Mäntyneva 2016, 144). Projektin hyödyllisyyttä puoltavat myös projektista seuranneet uudet ideat ja kehittämisprojektit (Anttila, 2001, 151). Soma-malli on ollut jo käytössä Työkeskus Sampolassa. Kehittämisprojektin tuotosta hyödynnettiin välittömästi ensimmäisen pilotointivaiheen tulosten myötä sijoittamalla lisää luontokuvia työkeskuksen työtiloihin ja käytäville.

Seuraavaksi tuotosta hyödynnettiin ripustamalla luontokuvia myös Palvelukeskus Sampolan asumispalvelujen tiloihin. Pian tämän jälkeen seinillä olleiden kuvien innoittamina henkilökunta toivoi lisää kuvia toimistotiloihin, työkeskuksen työntekijät esittivät yksittäisiä ehdotuksia uusien kuvien sijoittamispaikoista, ja palvelukeskuksessa käyvät eläkeläiset toivoivat kuvia heidän kokoontumistiloihinsa. Luontokuvien positiivisten ja ihailua herättäneiden reaktioiden myötä mallin levittäminen saman talon sisällä oli luontevaa. Kehittämiprojektin tuotoksen hyödyntäminen ja jalkauttaminen ensimmäistä pilotointivaihetta laajempaankin käyttöön sujuikin siten vaivatta.

Soma-mallin käyttöönottoon ja siirrettävyyteen liittyen, ohjausryhmän kokouksessa huhtikuussa 2024, vahvistui ajatus siitä, että tuotoksena syntynyt Soma-malli voidaan jalkauttaa myös muihin eri puolella Suomea oleviin Kuurojen Palvelusäätiön yksiköihin. Käytännön toteutus tapahtuu siten, että Soma-mallin mukaista yhteistyötä Partioaitan kanssa jatketaan. Tarvittavat työvaiheet myymäläsomisteiden muokkaamiseksi uusiokäyttöön tehdään Työkeskus Sampolassa, ja luontokuvat toimitetaan ripustusvalmiina paketteina Palvelusäätiön eri yksiköihin. Lisäksi Soma-mallia on tarkoitus esitellä kansainvälisestikin Partioaitan toimesta Fenix Outdoor International AG konsernin sisäisessä tiedotuksessa. Suomen Partioaitta voisi yhdessä Työkeskus Sampolan kanssa olla tukemassa muita Fenix Outdoor International AG:n organisaatioita, mikäli he päättävät lähteä pilotoimaan mallin mukaista yhteistyötä omissa maissaan.

Edellä mainitut esimerkit Soma-mallin käyttöönotosta, jalkauttamisesta ja jatkohyödyntämisestä osoittavat, että kehittämisprojektin tuotoksen voidaan arvioida olevan helposti käyttöönotettavissa ja siirrettävissä.

8.5 Kehittämisprojektin eettisyys ja luotettavuus

Tutkimustyössä, tulosten esittämisessä, samoin kuin tulosten arvioinnissa tulee toimia tarkkuutta, rehellisyyttä ja yleistä huolellisuutta noudattaen. Myös tiedonhankinnassa tulee kunnioittaa muiden saavutuksia viittaamalla heidän

julkaisuihinsa asianmukaisella tavalla. Tutkimustyössä ja tulosten julkaisemisessa toimitaan vastuullisesti ja avoimesti. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta n.d.) Näitä edellä mainittuja tarkkuus-, rehellisyys- ja huolellisuusvaatimuksia, samoin kuin muitakin Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohjeita tulee noudattaa myös toiminnallisissa opinnäytetöissä. Tässä kehittämissuorituksessa on pyritty toimimaan huolellisesti ja tarkasti. Tämän kehittämissuorituksen luotettavuutta lisää se, että kaikki projektin vaiheet on raportoitu avoimesti, vaihe vaiheelta kehittämissuorituksen etenemistä kuvaten. Tietoperustan laatimisessa viittaukset ja lähdemerkinnät on tehty huolellisesti alkuperäisten julkaisujen tekijöitä kunnioittaen.

Projektipäällikkönä toimivalla opiskelijalla on pitkä työhistoria viittomakielen tulkkina. Tämä kielenkääntämiseen liittyvä, tarkkuutta vaativa ammatillinen osaaminen on jo lähtökohtaisesti ohjannut huolelliseen ja faktoihin perustuvaan sisällölliseen tarkkuuteen asioiden esittämisessä.

Tämän kehittämissuorituksen eettisyyttä vahvistavat Kuurojen Palvelusäätiön toimintaan kuuluvat vaitiolovelvollisuus ja asiakkaiden yksityisyyden suoja. Tässä kehittämissuorituksessa ei kerätty eikä tallennettu henkilötietoja. Kehittämissuorituksessa huolehdittiin siitä, ettei yksittäisten työtoiminnan asiakkaiden henkilöllisyyttä paljastettu projektia kuvaavissa teksteissä, eikä kuvamateriaaleissa. Toimintaympäristöstä otetuissa valokuvissa ei kuvattu ihmisiä, eikä kuvissa näy asiakkaisiin liittyviä tunnistettavia elementtejä.

Myös yrityssalaisuus huomioitiin siten, että projektissa ei julkaistu yhteistyökumppanina toimivan Partioaitan yrityssalaisuuden piiriin kuuluvia tietoja. Partioaitan luontokuvien valokuvaajilta hankittiin lupa luontokuvien käyttöön. Luontokuvia käsiteltiin huolellisesti siten, että niitä ei käytetty kaupalliseen tarkoitukseen, eikä niitä ole ilman lupaa luovutettu eteenpäin kolmansille osapuolille. Kehittämissuorituksessa noudatettiin kaikilta osin hyviä käytäntöjä ja vastuullisuutta.

9 Kehittämiprojektin päätös ja jatkokehittäminen

Tämä kehittämisprojekti saatiin päätökseen huhtikuussa 2024, kun kehittämisprojektin suunnitelman mukaiset tehtävät saatiin toteutettua. Mäntynevan mukaan (2016, 143) projektilla tulee olla selkeä alku ja loppu ja projekti päätetään, kun projektisuunnitelman tehtävät on saatu päätökseen ja projektin tulokset on hyväksytty. Tämän kehittämisprojektin tulos hyväksyttiin projektin päättämiseen liittyvässä ohjausryhmän kokouksessa. Kehittämisprojektin tulos osoitti, että Partioaitan myymäläsomisteina käytetyt luontokuvat voidaan kierrättää ja uusiokäyttää luontokuvaintervention elementteinä. Kehittämisprojektin tuotoksena Työkeskus Sampolaan saatiin Partioaitan käytöstä poistettuja myymäläsomisteita hyödyntävä Soma-malli, jonka mukaan toiminta voidaan jalkauttaa myös muihin Kuurojen Palvelusäätiön yksiköihin. Mallin jatkokehittämiseen liittyen Partioaitan suunnitelmissa on esitellä Soma-mallin mukaista kierrätystoimintaa myös Suomen rajojen ulkopuolella heidän Fenix Outdoor International AG konsernissaan.

Jatkokehittämis ehdotuksena olisi mielenkiintoista saada tarkempaa tietoa Soma-malliin liittyvistä käytännön kokemuksista. Vaikka luontokuvien hyvinvointia tukevista ja terveyttä edistävästä vaikutuksista on lukuisia tutkimuksia, ei Soma-mallin vaikuttavuudesta juuri tässä toimintaympäristössä ole vielä tarkempaa näyttöä. Mallin vaikuttavuutta voisikin tutkia joko Työkeskus Sampolassa tai muissa Kuurojen Palvelusäätiön toimintaympäristöissä. Lisäksi voisi olla hyvä kerätä kokemuksia yhteistyökumppanina toimineen Partioaitan näkökulmasta. Soma-mallin mukaista toimintaa kannattaisi laajentaa muidenkin palvelukeskusten tai hoitolaitosten ja elinkeinoelämän yhteistyömalliksi. Mallia voisi hyödyntää myös järjestöissä, kansalaistoiminnan foorumeilla, kuten yhteisölohuoneissa, tai muissa kansalaisten kohtaamispaikoissa.

Parhaimmillaan projektin myötä voidaan tuoda esiin asioita, joihin yhteiskunnan tasolla tulisi kiinnittää huomiota. (Yli-Knuutila 2012, 12.) Näin myös tämän kehittämisprojektin tuotoksen avulla halutaan korostaa toimenpiteitä, joilla voidaan edistää planetaarista terveyttä Agenda 2030 tavoitteiden mukaisesti.

Luontokuvia käytetään hyvinvoinnin edistämässä, mutta Soma-mallin mukaista luontokuvien uusiokäyttöä voisi vielä tehostaa. Jatkokehittämiseen ja tulevaisuuteen suuntautuen Soma-mallilla halutaankin herätellä eri alojen toimijoita kiinnittämään huomiota materiaalien kierrätykseen ja uusiokäyttöön.

10 Pohdinta

Kehittämiprojekti oli kokonaisuutena erittäin mielenkiintoinen ja näkökulmia avartava kokemus. Kehittämiprojektin tietoperustaa kartoitettaessa oli hienoa huomata, miten luontokuvilla voidaan tukea useita terveyttä edistäviä osa-alueita. Tietoperustassa esiteltyjen useiden tutkimusten myötä saatiin vahvistusta aiemmalle ajatukselle luontokuvaintervention käyttökelpoisuudesta Työkeskus Sampolan työtoiminnan asiakkaiden kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tukemisessa ja terveyden edistämisessä. Koska tälle kehittämiprojektille oli selkeä tarve, oli kehittämiprojektiin sitoutuminen helppoa, ja sen toteuttaminen oli innostavaa.

Kehittämiprojektin raportointivaiheessa huolena oli, että kehittämistyö painottuu liikaa työn teknisten osa-alueiden, kuten kiinnityssysteemin kehittämisen yksityiskohtaiseen kuvaamiseen terveyttä edistävien näkökulmien kustannuksella. Soma-mallin kehittämiseen sisältyi kuitenkin keskeisesti luontokuvien kestävän ja turvallisen ripustussysteemin kehittämiseen liittyvät toimenpiteet, joten tämän vaiheen avaaminen oli siten perusteltua. Toimivaa kierrätysmateriaaleilla toteutettavaa luontokuvainterventiota ei voitu kehittää ilman näitä teknisiä työvaiheita, joissa myymäläsomisteet ja niiden kiinnitys muokattiin uusiokäyttöön sopiviksi.

Kehittämiprojektin työvaiheet suunnitelmasta toteuttamiseen vaativat oletettua enemmän resursseja. Mikäli kierrätysmateriaaleista koostuva luontokuvainterventio olisi pyritty toteuttamaan ilman erillistä kehittämiprojektia, olisi työn valmistuminen voinut viivästyä merkittävästi. On ymmärrettävää, että lähes kaikissa organisaatioissa perustehtävät ja henkilöstöresurssit ovat mitoitettu siten, että erillisille innovaatioille ja kehittämistehtäville ei ole erikseen varattuja resursseja. Tämän kehittämiprojektin toteutus osana ylempää ammattikorkeakoulututkintoon liittyvää opinnäytetyötä mahdollisti kehitystyön tuotoksena syntyneen Soma-mallin kehittämisen. Onnistuneeseen lopputulokseen pääsemiseen tarvittiin koko työyhteisön lisäksi myös toimiva ja aikaansaava projektiryhmä. Ilman ryhmän jäsenten asiantuntevaa, innostunutta

ja sitoutunutta työpanosta kehittämisprojektia ei olisi ollut mahdollista toteuttaa. Projektiryhmän, samoin kuin ohjausryhmän mukana olo ja tuki projektin eri vaiheissa osoittivat konkreettisesti yhteistyön arvon ja tärkeyden.

Luontokuvien käyttö sisätiloissa ei ole uutta. Luontokuvia, kuten julisteita tai suurenkuvia ja seinätapetteja, käytetään vastaaviin tarkoituksiin esimerkiksi sairaaloissa ja hoitolaitoksissa, mutta tällöin kyseessä on uusien, tähän käyttötarkoitukseen hankittujen materiaalien käyttö. Jos samaan aikaan toisaalla hankitaan uutta ja toisaalla käytöstä poistettua vanhaa heitetään jätteisiin, tällöin ei vastata planetaarisen terveyden edistämiseen, kuten jätteiden synnyn ehkäisemiseen ja kierrätykseen liittyviin haasteisiin. Materiaalien uusiokäyttö vaatii usein viitseliäisyyttä, kekseliäisyyttä ja uutta innovatiivista ajattelua, jonka vuoksi kierrätyksen sijaan on helpompi päätyä uusien tuotteiden hankintaan.

Tässä kehittämisprojektissa yhtenä keskeisenä teemana oli yli toimialarajojen tehtävän yhteistyön edistäminen, ja tämän yhteistyön mallintaminen. Yhteistyö Partioaitan kanssa sujui koko projektin ajan saumattomasti. Paitsi Partioaitta organisaationa, myös Partioaitan edustajan työpanos myymäläsomisteiden kierrätyksen organisoinnissa eri myymälöistä ansaitsee erityiskiitoksen. Kiitoksen ansaitsevat myös Partioaitan luontokuvaajat, jotka antoivat suostumuksensa kuvien käyttöön. Yhteistyön toimivuudesta kertoo lisäksi molempien osapuolten halu jatkaa yhteistyötä pilotointivaiheen jälkeenkin. Soma-mallin mukaiselle toiminnalle nähtiin olevan tarvetta, joten mallin hyödynnettävyys konkretisoituu näiden jatkosuunnitelmien myötä. Erityisen ilahduttavaa tässä kehittämisprojektissa, ja sen tuotoksena syntyneessä Soma-mallissa, on yhteistyön lähtökohtana olleen yhteiskuntavastuuajatuksen ”tehdään hyvää yhdessä” konkreettinen toteutuminen.

Lähteet

Anttila, P. 2001. Se on projekti – vai onko? Kulttuurialan tuotanto- ja palveluprojektien hallinta. Hamina. Akatiimi Oy.

Artbalance pilot project. 2022. Canadian Broadcasting Corporation news. Viitattu 9.9.2023. <https://www.cbc.ca/news/canada/montreal/artbalance-pilot-project-1.6315254>

Arvonen, S. 2022. Metsämieli. Viikkopolut. Karttakeskus.

Berman, M.G.; Jonides, J. & Kaplan, S. 2008. The Cognitive Benefits of Interacting with Nature. Viitattu 6.3.2023. https://www.researchgate.net/publication/23718837_The_Cognitive_Benefits_of_Interacting_With_Nature

Cambridge Dictionary. Viitattu 18.5.2023 <https://dictionary.cambridge.org/us/dictionary/english/intervention>

Elinkeinoelämä. 2023. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 3.3.2024. <https://thl.fi/aiheet/hyvinvointi-ja-terveyserot/keinot/toimijat/muut-toimijat>

Eskola, J. & Suoranta, J. 2014. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 10. painos. Tampere. Vastapaino.

Flagmore. Viitattu 14.8.2023. <https://flagmore.com/tuotteet/myymalasomisteet/>

Grotenfelt-Enegren, M.; Holmström, C. & Laisi, J. 2023. Planetaarinen terveys toimii siltana ihmisen terveyden ja kestävyden edistämisen välillä. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim. 2023;139(10):835–42. <https://www.duodecimlehti.fi/duo17695>

Hakala, L. & Anttonen, H. 2023. Yle uutiset. Kokko, T. (toim.) Taide. Viitattu 6.9.2023. <https://yle.fi/a/74-20016714>

Hassi, L.; Paju, S. & Maila, R. 2015. Kehitä kokeillen. Organisaation käsikirja. Helsinki. Talentum Media Oy.

Hyvinvointi- ja terveyserot. 2023. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 18.5.2023. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/keskeisia-kasitteita>

Hämeenlinnan taidemuseo. n.d. Viitattu 9.9.2023.

<https://www.hameenlinnantaidemuseo.fi/hameenlinnan-taidemuseo/taidelanssi/>

Hämeenlinnan taidemuseo. Taidelanssit 2023. Viitattu 9.9.2023.

<https://www.hameenlinnantaidemuseo.fi/taidelanssit-2023/>

Hämäläinen, T. & Savolainen, K. 2016. Toiminta kuntoutumisessa –päämäärä ja väline. Teoksessa Autti-Rämö, I.; Salminen, A-L.; Rajavaara, M. & Ylinen, A. (toim.) Kuntoutuminen. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Ihmisoikeuskeskus. YK:n vammaisyleissopimus. Viitattu 13.6.2023.

<https://www.ihmisoikeuskeskus.fi/vammaisten-henkiloiden-oikeudet/yk-n-vammaisyleissopimus/>

Innokylä. Arviointimittari. n.d. Viitattu 30.3.2023.

<https://innokyla.fi/fi/tyokalut/arviointimittari>

Johdatus positiiviseen psykologiaan. n.d. Savonia-ammattikorkeakoulu.

<https://moodle.savonia.fi/mod/page/view.php?id=1171586>. Viitattu 6.7.2023.

Vaatii kirjautumisen.

Kananen, J. 2017. Kehittämistutkimus interventiotutkimuksen muotona. Opas opinnäytetyön ja pro gradun kirjoittajalle. Jyväskylä. Suomen Yliopistopaino Oy. Juvenes Print.

Keltanen, T. 2022. Vastuullista tänään -valtavirtaa huomenna. Mitä vastuullisuudelta edellytetään jatkossa? Sitra. Viitattu 20.4.2024.

<https://www.sitra.fi/uutiset/vastuullista-tanaan-valtavirtaa-huomenna-mita-vastuullisuudelta-edellytetaan-jatkossa/>

Kemm, J. 2015. Health Promotion: Ideology, Discipline, and Specialism. Oxford University Press, Incorporated.

Kirjavainen, P. 2015. Asiakas osallisena – osallinen asiakkaana mielenterveyspalveluissa. Viitattu 4.2.2024. <https://www.aspa.fi/tietoa-aspasta/ajankohtaista/asiakas-osallisena-osallinen-asiakkaana-mielenterveyspalveluissa/>

Kivimäki, S. 2012. Luontoympäristöjen käyttö edistää psyykkistä hyvinvointia elpymiskokemusten kautta. Viitattu 11.3.2023.

<https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/83928/gradu06179?sequence=1&isAllowed=y>

Korpela, M. K. & Ylén, M. P. 2009. Effectiveness of Favorite-Place Prescriptions A Field Experiment. Viitattu 5.3.2023. <www.ajpm-online.net>. DOI: 10.1016/j.Tamepre.2009.01.022.

Kuurojen Palvelusäätiö sr. Asumispalvelut. n.d. Viitattu 29.3.2023.

<https://kpsaatio.fi/asumispalvelut/palvelukeskus-sampola-hameenlinna/>

Kuurojen Palvelusäätiö sr. n.d. Viitattu 30.3.2023.

<https://uutiskirje.kpsaatio.fi/a/s/64563411-5d26b98edc72147b4a26c8ac50919d93/1177123>

Kuurojen Palvelusäätiö sr. Työkeskus Sampola. n.d. Viitattu 30.3.2023.

<https://kpsaatio.fi/virkistys-ja-tyotoimintaa/viittomakielinen-tyokeskus-sampola/>

Lipponen, K. 2023. Resilienssi onnellisuuden ytimessä. Teoksessa Uusitalo, L. (toim.) Positiivisen psykologian voima. Viro .Printon. PS-kustannus.

Mäntyneva, M. 2016. Hallittu projekti. Viro. Printon. Saatavilla myös:

[https://kauppakamaritieto-fi.ezproxy.turkuamk.fi/ammattikirjasto/teos/hallittu-projekti-2016#kohta:Hallittu\(\(20\)projekti](https://kauppakamaritieto-fi.ezproxy.turkuamk.fi/ammattikirjasto/teos/hallittu-projekti-2016#kohta:Hallittu((20)projekti)

Nightingale, F.1960. Sairaanhoidosta. Sairaanhoidajien koulutussäätiön julkaisu. Suomentanut Aune Brotherus. Toinen painos. Porvoo: Werner Söderström Oy.

Ojanen, M. 2014. Positiivinen psykologia. Porvoo. Bookwell Oy.

Osallisuuden edistäminen. 2024. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu

4.2.2024. <https://thl.fi/aiheet/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen>

Paimion Parantola. n.d. Viitattu 14.5.2023.

<https://paimiosanatorium.com/fi/parantola/historia/>

Partioaitta Oy. Vastuullisuus. n.d. Viitattu 31.3.2023.

<https://www.partioaitta.fi/yritys/vastuullisuus/>

Partioaitta Oy. Yritys. n.d. Viitattu 31.3.2023. <https://www.partioaitta.fi/yritys/>

Pelin, R. 2020. Projektihallinnan käsikirja. 8. uudistettu painos. Projektijohtaminen Oy Risto Pelin. Saksa. BoD -Books On Demand.

Raamarit Oy .Viitattu 27.12.2023. www.Raamarit.fi.

Rissanen, P. 2021. Asiakasosallisuus aikuissosiaalityön asiakassuhteessa. Teoksessa Matthies, A-L.; Svenlin, A-R. & Turtiainen, K. (toim.) Aikuissosiaalityö. Tieto, käytäntö ja vaikuttavuus. Tallinna. Printon Trükikoda.

Ruuska, K. 2007. Pidä projekti hallinnassa. Suunnittelu, menetelmät, vuorovaikutus. 6. tarkistettu painos. Helsinki. Gummerus Kirjapaino Oy.

Salonen, K. 2010. Mielen luonto: eko- ja ympäristöpsykologian näkökulma. Helsinki. Green Spot.

Salonen, K.; Eloranta, S.; Hautala, T. & Kinos, S. 2017. Kehittämistoiminta ja kehittämisen menetelmiä ammatillisessa korkeakoulutuksessa 108 Oppimateriaaleja. Viitattu 30.3.2023. <https://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522166494.pdf>

Sarkkinen, M. 2018. Työterveyslaitos. Verkkolehti. Viitattu 11.3.2023. <https://www.ttl.fi/tyopiste/luontokuvien-katselu-rauhottaa-mieltä>

Sarkkinen, M. 2020. Kävelykokous -ajatusten vaihtoa ulkoilmassa. Työpiste verkkolehti. Työterveyslaitos 2020. Viitattu 21.4.2024. <https://www.ttl.fi/tyopiste/kavelykokous-ajatustenvaihtoa-ulkoilmassa>

Savolainen, M. 2014, artikkelissa Potilaan Lääkärilehti - ”Kuva kertoo lähettäjensä sisäisestä maailmasta”. Viitattu 6.3.2023. <https://www.potilaanlaakarilehti.fi/kommentit/kuva-kertoo-lahettajansa-sisaisesta-maailmasta/>

Seligman, M. E. P. 2011. Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being. New York. Free Press. Saatavilla myös: https://books.google.fi/books?hl=fi&lr=&id=YVAQVa0dAE8C&oi=fnd&pg=PA1&dq=seligman+flourish&ots=decFIdE-1P&sig=86fN4g8ilsYmnIrwU4dRzTxjG9k&redir_esc=y#v=onepage&q=seligman%20flourish&f=false

Silfverberg, P. 2013. Ideasta projektiksi. Projektivetäjän käsikirja. Työministeriö. Helsinki. Viitattu 19.8.2023. <https://dokumen.tips/documents/ideasta-projektiksi-projektivetaejaen-kaesikirja.html?page=1>

Sitra n.d. Viitattu 10.2.2023. <https://www.sitra.fi/hankkeet/planetaarinen-terveys/#mista-on-kyse>

Suomi Sanakirja. Interventio. n.d. Viitattu 18.5.2023. <https://www.suomisanakirja.fi/interventio>

Suomi Sanakirja. Soma. n.d. Viitattu 16.03.2024 <https://www.suomisanakirja.fi/soma>

Terveyskirjasto. Interventio. n.d. Viitattu 18.5.2023. <https://www.terveyskirjasto.fi/ltt01376>

Tevere. Negatiivinen aivoriihi. n.d. Viitattu 30.3.2023. <https://tevere.fi/negatiivinen-aivoriihi/>

Toimistotarvike.fi. n.d. Viitattu 14.1.2024. <https://toimistotarvike.fi/fi/muovitasku-magneettitasku/22108-kapalevy-valkoinen.html>

Tourula, M.& Rautio, A. Terveyttä luonnosta. 2014. Viitattu 5.3.2023. <https://docplayer.fi/5322778-Terveytta-luonnosta-marjo-tourula-arja-rautio.html>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. n.d. Viitattu 15.2.2024. <https://tenk.fi/fi/tiedetilppi/hyva-tieteellinen-kaytanto-htk>

Ulrich, R. S. 1984. View Through a Window May Influence Recovery from Surgery. Science. American Association for the Advancement of Science. April 27, 1984, v224(4647), 420–421. Viitattu 5.3.2023.

<<https://www.science.org/doi/10.1126/science.6143402>>. DOI: 10.1126/SCIENCE.6143402

United Nations 2015. Transforming our world: the 2030 Agenda for Sustainable Development. General Assembly. Viitattu 27.2.2024.

<https://www.un.org/sustainabledevelopment/development-agenda/>

Vammaispalvelujen käsikirja. 2023. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 14.8.2023. <https://thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/tuki-ja-palvelut/tyo-ja-tyotoiminta>

Vasara, P.; Rouhiainen, J.; Lehtinen, H.; Saarentaus, A. & Salmenkivi, K. 2013. Luonnon hyödyntämisen uudet tavat. Pöyry Management Consulting Oy. Raportti 52A13823 52X160780. Viitattu 24.2.2024.

https://www.sitra.fi/app/uploads/2017/02/Luonnon_hyodyntamisen_uudet_tavat-2.pdf

Vernerinet. Verkkopalvelu kehitysvammaisuudesta n.d. Viitattu 14.8.2023.

<https://verneri.net/yleis/tyotoiminta>

Vihreää hyvinvointia. n.d. Viitattu 7.3.2023. www.gcfinland.fi

de Vries, S.; Verheij, R. A.; Groenewegen, P. P. & Spreeuwenberg, P. 2003. Natural environments - Healthy environments? An exploratory analysis of the relationship between greenspace and health. *Environment and Planning A*. 35(10), 1717–1731. Viitattu 6.3.2023. Luettavissa DOI: 10.1068/A35111.

Wikisanakirja. n.d. Viitattu 14.8.2023. <https://fi.wiktionary.org/wiki/banderolli>

Yli-Knuutila, H. 2012. Projektit uuden luojina ja oppimisen mahdollistajina. Teoksessa Hautala, T.; Ojalehto, M. & Saarinen, J. (toim.) *Työelämää kehittämässä. Ammattikorkeakoulu projektimaisen kehittämisen kumppanina. Turun ammattikorkeakoulun oppimateriaaleja 67*. Tampere. Tampereen yliopistopaino - Juvenes Print Oy. Viitattu 16.8.2023.