

NIINA IHALAINEN (TOIM.)

Luonto hyvinvoinnin lähteenä ja matkailun edistäjänä



Lahden ammattikorkeakoulun julkaisusarja, osa 33

LAMK

Lahden ammattikorkeakoulu
Lahti University of Applied Sciences

NIINA IHALAINEN (TOIM.)

Luonto hyvinvoinnin lähteenä ja matkailun edistäjänä

Mennään
metsään



Niina Ihalainen (toim.)

Luonto hyvinvoinnin lähteenä ja matkailun edistäjänä

Lahden ammattikorkeakoulun julkaisusarja, osa 33

Vastaava toimittaja: Miia Willman

Taitto: Rebekka Lemmetty, Mainostoimisto SST Oy

ISSN 2342-7507 (verkkajulkaisu)

ISBN 978-951-827-277-2

Lahti, 2017

Sisältö

12

Esipuhe
Kati Peltonen ja Niina Ihalainen

13

Johdanto
Niina Ihalainen

15

Luonto- ja hyvinvointimatkailu alueen elinvoimaisen kasvun edistäjänä
Niina Ihalainen, Mika Kylänen, Eeva Aarrevaara ja Tuula Hyppönen

31

Uusien luontohyvinvointipalvelujen innovointia
Hannele Tiittanen

42

Tarinallistaminen luontomatkailussa
Mika Kylänen

51

Tarinallistaminen tapahtumasuunnittelun välineenä
Moona Liljedahl ja Mika Kylänen

57

Luontomatkailun tuotteistaminen ja monikanavainen viestintä
Jaana Loipponen

62

Kansallismaisemassa
Anu Akkanen

74

Tiirismaan luontopolkujen soveltuvuus erilaisille käyttäjille
– hyvinvointia luonnosta kaikille
Annamaija Id-Korhonen

83

Terapiametsä
Jenna Anttila, Terhi Nieminen ja Kati Lantta

91

Digitaalisten palveluiden mahdollisuuksia retkeilyreittien terveyttä
edistävän käytön edistämisessä – kaksi esimerkkiä yhteissuunnittelusta
Annamaija Id-Korhonen

Tiivistelmä

Julkaisu on tuotettu osana Euroopan maaseuturahaston rahoittamaa ja Lahden ammattikorkeakoulun hallinnoimaa Mennään metsään -hanketta, jonka keskeisenä tavoitteena on kehittää Päijät-Hämeeseen laadukkaiden retkeilyreittien verkosto yhteistyössä alueen kuntien ja muiden hanketoimijoiden kanssa. Hankkeessa tuotetaan viestintä- ja markkinointimateriaalia monikanavaisesti sekä kehitetään keskeisten retkeilyreittien vetovoimaisuutta ja elämyksellisyyttä matkailun sekä hyvinvoinnin näkökulmista.

Julkaisu koostuu yhdeksästä itsenäisestä artikkelista. Luontoympäristön hyödyntämistä tarkastellaan monesta eri näkökulmasta, mikä kuvastaa sitä monialaisuutta ja monimuotoisuutta mitä luonto- ja hyvinvointimatkailun kehittämiseen liittyy. Alkuun keskitytään niihin seikkoihin, miten luonto- ja hyvinvointimatkailu voi toimia alueen kasvun edistäjänä. Seuraavaksi innovoidaan uudenlaisia hyvinvointipalveluja monialaisen ja kansainvälisen ryhmän voimin. Tämän jälkeen käsitellään tarinallistamista ja arvolähtöistä tuotteistamista luontomatkaillussa. Tarinallistamista käsitellään myös tapahtumasuunnittelun välineenä, ja kerrotaan, miten tapahtumasuunnittelua ja tarinallistamista yhdistämällä tapahtumakokonaisuudesta voidaan luoda elämyksellinen ja tunteisiin vetoava kokemus.

Julkaisussa tarkastellaan myös luontomatkaillun tuotteistamista monikanavaisen viestinnän keinoin, mikä monipuolistaa kohdetietoa ja esteettistä elämystä sekä lisää valinnanvapautta. Lisäksi kerrotaan, miten valokuva toimii kansallismaiseman rakentajana ja pohditaan valokuvan kiinteää suhdetta totuuteen. Tarkastelu- ja kehittämiskohteena on retkeilyreittien esteettömyys ja saavutettavuus, mitkä mahdollistavat luonnosta nauttimisen mahdollisimman monille. Julkaisussa kerrotaan metsän terapeuttisista vaikutuksista ja metsästä moniaistisena luontoympäristönä sekä esitellään terapiametsän malli ja siihen liittyvät harjoitteet. Lopuksi käsitellään digitaalisten palvelujen mahdollisuuksia retkeilyreittien terveyttä edistävän käytön edistämässä kahden yhteiskehittämisen esimerkin avulla.

Asiasanat: luonto, hyvinvointi, matkailu, monialaisuus, tarinallistaminen, digitaalisuus

Abstract

The publication has been produced as part of the "Mennään metsään" project, which is funded by the European Agricultural Fund for Rural Development and managed by Lahti University of Applied Sciences and aims to develop a network of high-quality hiking trails in the Päijänne Tavastia region in cooperation with municipalities and other project actors. The project will produce multi-channel communication and marketing materials and develop approaches to promoting the appeal of a number of key trails from the point of view of tourism and well-being.

The publication consists of nine individual articles. The utilisation of the natural environment is examined from different perspectives in line with the diverse multisectoral approaches related to the development of nature-based wellness tourism. The first section examines the ways in which nature-based wellness tourism can drive the region's growth. The next section focuses on innovations in new wellness services by an international multisectoral team. This is followed by an examination of story-telling and value-based production in nature-based tourism, including an examination of story-telling as a tool of events design and a description of how events design and story-telling can be combined to create meaningful and emotive experiences.

In addition, the publication examines the productisation of nature-based tourism through multi-channel communications in order to diversify information sources and the aesthetic experience and increase choice. The role of photographs in building natural heritage sites and the relationship between photography and reality are also examined. The studies and development activities are targeted at improving the reachability and accessibility of hiking trails in order to enable enjoyment of nature for as many people as possible. The publication reviews the therapeutic effects and multisensory environment offered by forests and presents a model and exercises for forest therapy. Finally, opportunities for promoting hiking for health through digital services are reviewed based on two co-development cases.

Keywords: nature, well-being, tourism, multisectoral approach, story-telling, digitalisation

Kirjoittajat

Aarrevaara, Eeva, TKT, yliopettaja, työskentelee opetus-, ohjaus- ja asiantuntijatehtävissä Lahden ammattikorkeakoulussa tekniikan alalla. Aarrevaaran osaamisalueeseen kuuluvat ympäristölähtöinen kehittäminen yhdyskuntasuunnittelussa ja monialainen projektityöskentely. Hän toimii myös vastuuopettajana ylemmässä AMK-ohjelmassa Kestävä kaupunkiympäristö / Urban Sustainability.

Akkanen, Anu, TaM, työskentelee lehtorina ja valokuvauksen vastuuopettajana Muotoiluinstituutissa Lahden ammattikorkeakoulussa. Valokuvaajana häntä on jo pitkään kiinnostanut maisemakuvan objektiivinen mahdollisuus. Akkanen teki vuonna 2015 Wastescapes valokuvateoskokonaisuuden, missä hän pohti kulttuurimaisemaamme ja erityisesti sitä, miten me maisemaa arvotamme.

Anttila, Jenna, sairaanhoitaja (AMK) -opiskelija, Lahden ammattikorkeakoulu, sosiaali- ja terveysala.

Hyppönen, Tuula, YM, työskentelee sosiaalialan lehtorina sosiaali- ja terveysalalla sekä tutkimus- ja kehittämistoiminnassa Lahden ammattikorkeakoulussa. Opetukseen liittyen hän toimii kehittämishankkeissa yhteistyössä työelämän edustajien kanssa.

Id-Korhonen, Annamaija, TtM, työskentelee sosiaali- ja terveysalan lehtorina Lahden ammattikorkeakoulussa. Hänen kiinnostuksen aiheinaan ovat terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen, tutkimus- ja kehittämishankkeet, rittäjyys sekä terveyteen liittyvä teknologia.

Ihalainen, Niina, VTM, MBA, työskentelee Lahden ammattikorkeakoulussa TKI-asiantuntijana ja Mennään metsään -hankkeen projektipäällikkönä. Hän on kiinnostunut vastuullisesta liiketoiminnasta, viestinnästä ja luonto- ja hyvinvointimatkailun kehittämisestä.

Kylänen, Mika, HTL, yliopettaja, työskentelee opetus-, ohjaus- ja asiantuntijatehtävissä Lahden ammattikorkeakoulussa liiketalouden ja matkailun alalla. Kyläsen asiantuntija-alueina ovat palveluliiketoiminnan kysymykset, kuten palvelukehittäminen, ennakointi ja digitalisaatio. Hän toimii myös matkailuliiketoiminnan restonomikoulutuksen vastuuopettajana.

Lantta, Kati, TtM, psykiatrian erikoissairaanhoitaja, työskentelee hoitotyön lehtorina Lahden ammattikorkeakoulussa. Lantan asiantuntija-alueina ovat mielenterveys- ja päihdehoitotyö sekä perhehoitotyö.

Liljedahl, Moona, palveluliiketoiminnan tradenomi, Lahden ammattikorkeakoulu. Palveluliiketoiminnan opinnoissaan Liljedahl on painottanut mm. tapahtumaosaamista ja palvelukehittämistä. Erityisesti häntä kiinnostavat asiakaskokemuksen kehittäminen tapahtuma-alalla ja elämyksellisyden edistäminen palveluissa.

Loipponen, Jaana, FM, PhD (soc.), työskentelee liiketalouden ja matkailun lehtorina Lahden ammattikorkeakoulussa. Loipponen on opettanut myös taidekasvatusta ja ympäristöjournalismia. Hänen väitöskirjatyönsä kohdistui tarinallisuuteen ja kerronnan tutkimukseen.

Nieminen, Terhi, sairaanhoitaja (AMK) -opiskelija, Lahden ammattikorkeakoulu, sosiaali- ja terveysala.

Tiittanen, Hannele, THL, KM, SH, työskentelee hoitotyön yliopettajana Lahden ammattikorkeakoulussa. Hän on kiinnostunut etenkin tulevaisuuden tutkimuksesta, uusista teknologiaratkaisuista terveydenhuollossa ja ikääntyneiden toimintakyvyn edistämisestä.

Esipuhe

Luonnon hyvinvointivaikutukset on yksi keskeinen teema Hyvinvointi ja uudistava kasvu -painoalan tutkimus-, kehitys- ja innovaatiotoiminnassa (TKI). Tämä teema linkittyy niin terveyttä edistävään liikuntaan kuin luontomatkoille ja siihen liittyvän liiketoiminnan kehittämiseen.

Luontoympäristö tarjoaa monia mahdollisuuksia fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin ylläpitämiseen ja vahvistamiseen. Luonto on aina ollut suomalaisille tärkeä virkistytymisen ja rauhoittumisen paikka, joka tarjoaa monenlaisia esteettisiä elämyksiä. Nykyään luonnon merkitys hyvinvoinnin lähteenä on myös tutkimuksin todettu. Luonnosta voi nauttia yksin ja yhdessä. Se tarjoaa mahdollisuuksia niin mieltä ja kehoa aktivoivaan toimintaan kuin myös hiljaisuudesta ja maisemista nauttimiseen. Digitaaliset ratkaisut tuovat luonnon tarjoamat virkistysmahdollisuudet näkyviksi ja houkuttelevat lähtemään liikkeelle.

Tässä julkaisussa tarkastellaan luontoa hyvinvoinnin lähteenä ja matkailun edistäjänä monesta eri näkökulmasta. Julkaisu on tuotettu osana Euroopan maaseuturahaston rahoittamaa Mennään metsään -hanketta, jonka tavoitteena on Päijät-Hämeen keskeisten retkeilyreittien vetovoimaisuuden ja elämyksellisyuden kehittäminen matkailun sekä terveyden ja hyvinvoinnin näkökulmista.

Toivomme tämän julkaisun herättävän uusia ajatuksia, saavan lukijan oivaltamaan luontoympäristön merkityksen terveyttä ja hyvinvointia ylläpitävänä ja ennaltaehkäisevänä voimana sekä innostavan kehittämään luonto- ja hyvinvointimatkoja. Samalla toivomme tämän julkaisun innoittavan lukijoita menemään metsään ja nauttimaan Päijät-Hämeen upeista luonto- ja retkeilykohteista.

Kati Peltonen

TKI-johtaja, Hyvinvointi ja uudistava kasvu -painoala
Lahden ammattikorkeakoulu

Niina Ihalainen

TKI-asiantuntija, Hyvinvointi ja uudistava kasvu -painoala
Mennään metsään -hankkeen projektipäällikkö
Lahden ammattikorkeakoulu

Johdanto

Luonnon hyvinvointi- ja terveysvaikutukset sekä matkailun kasvuluvut ovat saaneet paljon tilaa julkisessa keskustelussa viime aikoina. Matkailun kasvun perustana on pitkälti luontomme vetovoima. Suomi on huomioitu hienona ja vetovoimaisena matkailumaana, ja kansainvälisesti sijoitumme kärkipäähän maailman parhaimpien matkailumaiden joukossa.

Luontoon ja matkailuun liittyvät, kansallisen ja alueellisen tason, strategiat tähtäävät luonto- ja hyvinvointimatkailun kasvuun sekä metsäluonnon monipuolisempaan käyttöön. Tavoitteena on säilyttää luonnon monimuotoisuus ja virkistyskäyttö sekä hyödyntää luontoa yritystoiminnassa entistä monimuotoisemmin – kehittää metsästä uusia tuotteita ja palveluita.

Luonnolla on sekä kansantaloudellisia että kansanterveydellisiä merkittäviä vaikutuksia. Vihreän luontoympäristön ja kauniin maiseman myönteinen merkitys ihmisen hyvinvoinnille on kiistaton. Maailmanlaajuinen hyvinvointi- ja luontomatkailetrendi antaa hyvän mahdollisuuden saada aikaan kasvua ja hyvinvointia myös Päijät-Hämeessä.

Jääkauden muovaama luonto, Salpausselkä, laajat ja puhtaat vesistöt sekä monimuotoiset metsät tarjoavat luontoympäristön, mikä on ainutlaatuinen luontoarvoltaan ja kulttuuriperinnöltään. Matkailu- ja hyvinvointipalvelujen sekä erilaisten luontoon perustuvien palveluiden kasvava kysyntä vaatii verkostomaista toimintaa. On tärkeää, että palveluntarjoajat, kunnat ja eri tahot tekevät tiivistä yhteistyötä koko alueen hyväksi. Mielenkiintoinen, elämyksellinen ja toimiva palvelutarjonta houkuttelee matkailijoita viipymään alueella useita päiviä, mistä hyötyvät kaikki.

Tämän julkaisun artikkelit ovat syntyneet Mennään metsään -hankkeen aikana monialaisissa asiantuntija- ja opiskelijaverkostoissa, mikä kuvastaa sitä monialaisuutta ja moninaista asiantuntijuutta mitä luonto- ja hyvinvointimatkailun kehittämiseen ja tuottamiseen liittyy. Julkaisu rakentuu yhdeksästä itsenäisestä artikkelista, joten ne voi lukea itselleen sopivassa järjestyksessä.

Artikkelit liittyvät hanketoiminnan tavoitteeseen kehittää Päijät-Hämeen luonto- ja hyvinvointimatkailua. Hankkeen keskeisenä tavoitteena on kehittää laadukkaiden retkeilyreittien verkosto yhteistyössä alueen kuntien ja muiden hanketoimijoiden kanssa. Retkeilyreittien kehittämisen verkosto koostuu julkisen ja yksityisen sektorin palveluista ja toimijoista. Hankkeessa tuotetaan viestintä- ja markkinointimateriaalia, valokuvia ja videoita sekä suunnitellaan retkeilypaketteja, mitkä kaikki osaltaan tekevät näkyväksi ja tunnetuksi alueen upeita luonto- ja retkeilykohteita luonto- ja hyvinvointimatkailun edistämiseksi sekä kotimaassa että ulkomailta.

Niina Ihalainen

TKI-asiantuntija, Hyvinvointi ja uudistava kasvu -painoala
Mennään metsään -hankkeen projektipäällikkö
Lahden ammattikorkeakoulu

Mennään metsään -hanke toteutetaan 1.1.2016-30.6.2018 Maaseuturahaston rahoittamana. Lahden ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysala hallinnoi hanketta. Kehittämistoimenpiteet kohdistuvat Päijät-Hämeen retkeilyreiteille:

1) Asikkala, Aurinko-Ilves, 2) Heinola, Juustopolku ja Ilvespolku, 3) Hollola, Tiirismaa, 4) Lahti, Lapakisto, 5) Padasjoki, Päijänne-Ilves ja 6) Sysmä, Kammiovuori.



Niina Ihalainen, Mika Kylänen, Eeva Aarrevaara ja Tuula Hyppönen

Luonto- ja hyvinvointimatkailu alueen elinvoimaisen kasvun edistäjänä

Luonto- ja hyvinvointimatkailu kiinnostaa yhä useampaa niin Suomessa kuin kansainvälisesti. Tällä on niin kansantaloudellisia ja kansanterveydellisiä vaikutuksia kuin aluetaloudellista ja sosiaalista arvoa. Silti vaikutuksiin liittyen on nähtävissä myös vielä hyödyntämätöntä potentiaalia. Ihmisiä voidaan houkuttaa metsään hyvinvointi- ja elämyskokemusten äärelle, mutta se edellyttää luontoympäristön koettavaksi tekemistä muun muassa tuotteistamisen, saavutettavuuden parantamisen, viestinnän, ympäristökasvatuksen ja tapahtumien avulla. Tässä artikkelissa tarkastellaan luonto- ja hyvinvointimatkailua alueellisena kasvuntekijänä sekä esitellään Villiinny keväästä -luonto- ja retkeilytapahtuman suunnittelu- ja toteutusprosessi, joka vietiin läpi monialaisena opiskelijaprojektina keväällä 2017 Lahden ammattikorkeakoulussa.

Luonnosta liiketoimintaa ja kasvua verkostomaisella yhteistyöllä

Metsien monikäyttöä edistetään parhaillaan monin tavoin Suomessa. Tavoitteena on säilyttää metsäluonnon monimuotoisuus ja luoda arvokkaiisiin metsäympäristöihimme uudenlaista yrittäjyyttä. Kansallisen metsästrategian 2025 yhtenä päämääränä on, että metsät ovat aktiivisessa, taloudellisessa, ekologisessa ja sosiaalisesti kestävässä monipuolisessa käytössä. Myös metsänomistajien ansaintamahdollisuuksia halutaan lisätä tukemalla ekosysteemipalveluiden tuotteistamista. (Lahti ym. 2016.)

Visit Finlandin valtakunnallinen kesän luontoaktiiviteettien kehittämisstrategia 2015–2018 luo suuntaviivat kesäajan luontomatkailun ja erityisesti luontoaktiiviteettimatkailun kehittämiselle sekä valtakunnallisella että alueellisella tasolla. Luontomatkailun halutaan kestäväällä tavalla tuovan hyvinvointia kaikille Suomen alueille. (Visit Finland 2014.) Suomen matkailustrategian, Suomen matkailun kasvun ja uudistumisen tiekartta 2015–2025, päämääränä on, että Suomi on vuonna 2025 Pohjois-Euroopan ykkösmatkailukohde. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2015.)

Suomessa luonnonvaroja käytetään kuitenkin ensisijaisesti raaka-aineina tänä päivänä (Sitra 2013a). Nykyisillä mittareilla puuntuotanto on metsiemme taloudellisesti merkittävin ekosysteemipalvelu. Puun ohella tutuimpia ekosysteemipalveluita ovat metsien keräilytuotteet, marjat ja sienet sekä runsas riistakantamme. Näitä hyödynnetään jossain määrin myös kaupallisiin tarkoituksiin. Villivihannesten ja yrttien keruu on vahvassa kasvussa. Luonto- ja hyvinvointimatkailu on kasvava elinkeinonhaara, jonka toimialalla esimerkiksi vihreän hoivan (Green Care) palveluntuottajia on Suomessa jo pari sataa. (Lahti ym. 2016.) Suomessa toimii yhteensä noin 6 700 luontomatkailuyritystä. Näiden luontomatkailuyritysten edellytykseksi katsotaan laajasti kilpailuedun saaminen luonnon läheisyydestä tai luonnosta yrityksen omasta näkökul-

masta, vaikka vain välillisesti. Ohjelmapalveluyrityksiä on puolestaan noin 1 100. Monilaisuudestaan ja monipuolisuudestaan johtuen sekä luonnon ja kulttuurin toisiinsa kytkeytyvän luonteen vuoksi matkailuyritysten määrittely ja tilastointi on vaikeaa. (Tyrväinen 2014 ym. 132.)

Matkailun kasvu perustuu pitkälti luontomme vetovoimaan (Sitra 2013a, 37) ja kykyimme muotoilla se ihmisille koettavaksi. Matkailualan tuoreimmat luvut kertovat myönteisen vireen jatkumisesta. Työ- ja elinkeinoministeriön mukaan etenkin luonto- ja hyvinvointimatkailussa Suomella on paljon annettavaa. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2016a.) Voidaan todeta, että luontomatkailevan suosion kasvu on positiivinen merkki metsiemme lisääntyvästä monikäytöstä. Suomalaiset haluavat liikkua luonnossa ja suuntaus on sama myös kansainvälisesti. Suomen kansallispuistojen käyntimäärät ovat kasvaneet 26 % vuosien 2012 ja 2015 välillä (Ympäristöministeriö 2016). Panostaminen luonto- ja hyvinvointimatkailuun kannattaa tutkitusti. Metsähallituksen (2016) mukaan investointi, jonka valtio sijoittaa kansallispuistoihin ja retkeilyalueisiin, palautuu yhteiskunnalle monikertaisesti takaisin paikallisena yritystoimintana ja työpaikkoina. Kävijöiden rahankäyttö tuo lähialueelle keskimäärin noin 10 euroa jokaista retkeilypalveluihin ja luontokeskuksiin sijoitettua euroa kohti.

Maailmanlaajuinen hyvinvointi- ja luontomatkailevatrendi sekä kiinnostus puhtaassa ympäristössä kasvaneita raaka-aineita kohtaan luovat pohjaa luonnon hyödyntämiseksi yritystoiminnassa entistä monimuotoisemmin. (Lahti ym. 2016.) Matkailijoiden jatkuva uusien elämysten metsästys luo uusia mahdollisuuksia luonto- ja hyvinvointimatkailevan kehittämiseen, palvelujen tuotteistamiseen ja kasvuun. Digitaalisen viestinnän ja markkinoinnin sekä matkustamisen kustannusten laskun myötä koko globaali markkina on avoimempi ja helpommin saavutettavissa kuin koskaan aikaisemmin. (Anholt 2007, 19-20.) Toisaalta kilpailu ihmisten huomiosta ja vapaa-ajasta on samalla yhä kovempaa (ks. esim. Pine & Gilmore 2011).

Uudenlaisten hyvinvointipalvelujen ja -konseptien sekä hyvinvointiyrittäjyyden luominen tukee metsäympäristön monipuolista käyttöä. Tänä päivänä kuluttajat ovat aiempaa valmiimpia maksamaan elämyksistä ja haluavat viettää lomansa toiminnallisissa merkeissä luonnossa. Vaikka jokamiehenoikeudet mahdollistavat lähiluonnon virkistyskäytön ja liikkumisen luonnossa, retkeilijät tarvitsevat palveluita luonnossa liikkumisen tueksi. (Lahti ym. 2016; Tourula & Rautio 2014, 39.)

Luonto- ja hyvinvointimatkailevan hyödyttää paikallistalouksia eniten alueilla, joilla on riittävästi palvelutarjontaa. Kehittyneet matkailupalvelut houkuttelevat kävijöitä viipymään alueella useita päiviä. (Tyrväinen ym. 2014, 156.) Viipymän pidentämisessä ja kohteiden houkutelavuuden parantamisessa myös matkailupalveluille ominainen palveluintegraatio, eli erilaisten palveluiden ketjuttaminen ja paketointi kilpailevienkin yritysten ja eri sidosryhmien kesken, on keskiössä (ks. Haimi 2015).

Matkailupalveluille on ominaista, että matkailija ei osta yhtä ainuttakaan palvelua tai tuotetta, vaan palvelupaketti koostuu monesta eri osasesta. Matkailijaa kiinnostaa laajempi kokonaisuus, alueen koko palvelutarjonta, mikä toimii saumattomasti yhteen. Kokonaisuus muodostuu useimmiten suuresta määrästä pieniä asioita, joten yhden osasen epäonnistumisella voi olla negatiivinen vaikutus koko alueeseen. Vaikka matkailuyritykset ovat yksittäisiä ja itsenäisiä toimijoita, niin matkailija ja asiakas kokevat ne yhtenä osana ja elementtinä osana laajempaa kokonaisuutta ja alueen kokonaistarjontaa. (Moilanen & Rainisto 2009, 113.)

Kehitettäessä asiakkaiden tarpeiden mukaan muunneltavia palvelukokonaisuuksia palvelumuotoilu tarjoaa arvokkaan näkökulman moniulotteisuudellaan. Palvelumuotoilussa korostetaan:

- kokonaisvaltaista lähestymistapaa, jossa samanaikaisesti ollaan tarkan yksityiskohtaisia ja liikutaan abstraktilla ja ennakoivalla tasolla;
- käyttäjän asettamista keskiöön, joka näkyy niin epäsuorasti (käyttäjäprofiilien suunnittelu ja käyttäjämääräyksen muodostaminen) kuin välittömämmin (käyttäjien osallistaminen);
- visualisointia, eli ideoita ja lopputuloksia konkretisoidaan ja tehdään näkyväksi kommentointia varten havainnollisin keinoin, esimerkiksi asiakaskokemusta mallinnetaan palvelupolkuna;
- fasilitointia, eli muotoilija ei vain muotoile muiden puolesta, vaan hän helpottaa muita kehittämään ja aktivoi ja osallistaa osapuolia yhteissuunnitteluun; sekä
- systemaattisuutta, joka näkyy prosessin luovuudesta ja intuitiivisuudesta huolimatta tekemisen rytmittämisenä vaiheittain ja tarkoituksenmukaisten työkalujen käyttöä sopivissa tilanteissa. (Polaine ym. 2013.)

Matkoilta odotetaan monenlaisia elämyksiä, joten luonnossa liikkuminen on vain yksi niistä. Kohdealueen mahdollisia luontomatkailukohteita ja palveluja käyttävät luontomatkailijat hyödyntävät matkansa aikana pitkälti samoja matkailupalveluja kuin muutkin alueella liikkuvat matkailijat. Luontoelämys yhdistyy monesti sellaisiin elämyksiin, joiden perusta on jokin muu kuin luonto. (Tyrväinen ym. 2014, 12-13.) Huomionarvoista on, että mikään yksittäinen taho ei voi yksin vastata ja kontrolloida matkailijoiden keskuudessa syntyviä mielikuvia koko alueesta. Yksittäisten palveluntarjoajien toiminnasta syntyvät mielikuvat voivat kuitenkin vaikuttaa koko alueeseen, joten oleellista on, että toimijat tekevät tiivistä yhteistyötä koko alueen hyväksi. (Anholt 2007, 31.) Tähän samaan yhteistyön tarpeeseen viitataan myös Helsingin Sanomien (2015) pääkirjoituksessa, jonka mukaan Suomessa on intoa ja osaamista, mutta puutteita on silti erityisesti matkailun vaatimassa verkostomaisessa toiminnassa, jossa mm. majoitus-, ravintola- ja ohjelmapalveluja myyvät yrittäjät saataisiin tekemään yhteistyötä. Verkostomaiseen yhteistyöhön kannustetaan myös Suomen matkailustrategiassa 2015-2025 (Työ- ja elinkeinoministeriö 2015).

Suomalainen metsä ja luonto on vientituote, jonka äärelle vierailijat tuodaan (Tyrväinen ym. 2014, 9). Mikä parasta, matkailuteollisuuden kotimaisuusaste on yli 80 prosenttia, joten se jättää työn arvon veroineen Suomeen (Nikula 2017). Matkailua ei voi ulkoistaa muualle. Se on työvoimavaltainen ala, ja ihmiskontaktit ja paikallisuus ovat tärkeitä. Vaikka matkailijat ostavat lentolippunsa internetistä, paikan päällä he haluavat henkilökohtaista palvelua. (Rossi 2015.)

Valtioneuvoston tuoreessa raportissa ”Uutta liiketoimintaa kestävä luontomatkailun ja virkistyskäytön ympärille – Kirjallisuuskatsaus” (Konu ym. 2017) suomalainen tutkijaryhmä luo tuoreimpaan tutkimustietoon perustuen katsauksen metsien ja vesialueiden hyödyntämiseen matkailu- ja virkistyskäytössä. Raportinkin mukaan luontomatkailuun liittyy paljon kasvumahdollisuuksia. Vastattaessa kasvavaan luonto- ja hyvinvointimatkailun kysyntään ja huomiotaessa luontomatkailulle ensiarvoisen tärkeä kestävyys- ja vastuullisuusajattelu tarvitaan yhä korkealaatuisempia palveluita ja entistä asiakaslähtöisempiä toimintatapoja.

Aluekehittäminen ja alueiden elinvoimaisuus suhteessa luontomatkailuun

Luontomatkailun kehittämistä ja luonnonalueiden virkistyskäytön lisäämistä on tarkasteltava myös maankäytön ja yhdyskuntarakenteen näkökulmista. Arvokkaat luontoalueet voivat sijaita erilaisessa suhteessa tiiviiseen yhdyskuntarakenteeseen. Tyypillisesti laajat kansallispuistoalueet sijoittuvat etäämmälle taajamista ja kaupungeista, mutta pienialaisemmat arvokkaat luontoalueet voivat sijaita hyvin lähellä tiivistä yhdyskuntarakennetta. Arvokkaille luontoalueille on usein tyypillistä niiden heikko kulutuksen kesto, millä tarkoitetaan, että alueilla liikkuminen on ohjattava selkeästi tietyille reiteille. Näin säilytetään alueen luonnetta ja suojellaan esimerkiksi kenttäkerroksen säilyminen elinvoimaisena. Arvokkaiksi luokitelluille alueille on luonteenomaista, että ne ovat usein uhanalaisten kasvi- ja eläinlajien esiintymispaikkoja, jolloin niiden käyttö ei saa vaarantaa lajien säilymistä.

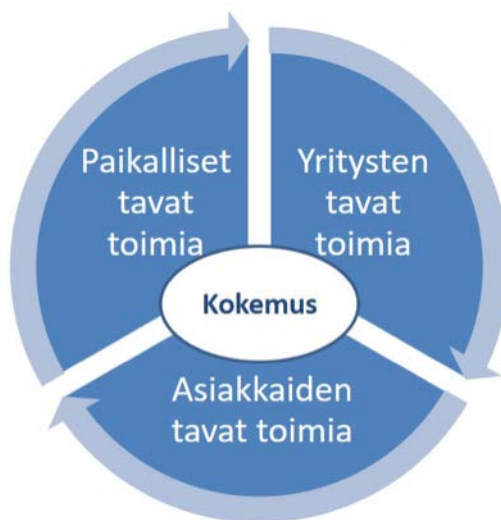
Maankäyttö- ja rakennuslaissa (5.2.1999/132) todetaan, että alueiden käytön suunnittelun tavoitteina ovat mm. luonnon ja ympäristön näkökulmasta luonnon monimuotoisuuden ja muiden luonnonarvojen säilyminen (1), ympäristönsuojelu ja ympäristöhaittojen ehkäiseminen (2) sekä luonnonvarojen säästeliäs käyttö. Esimerkiksi Lahden seudun luontokohteiden kuvauksessa (2017) mainitaan, että ”useat kohteet ovat luonnonsuojelullisesti arvokkaita, joten niiden käyttäjien tulee muistaa oikeuksiensa lisäksi myös velvollisuutensa. Vastuullinen liikkuminen kohteissa on tärkeää, jottei eläimille, kasveille ja maisemalle koidu käynneistä haittaa.” Jokamiehenoikeus määrittelee osaltaan, mikä kaikille käyttäjille on sallittua toimintaa luonnonalueilla. Toisaalta voidaan perustellusti kysyä, miten tuttuja jokamiehenoikeuden periaatteet ovat eri-ikäisille kansalaisille, joilla ei ole paljon kokemusta luonnossa liikkumisesta.

Toisaalta tietenkin on nähtävä se potentiaali, joka luontoalueiden hyödyntämisessä on käyttämättä. Taajamien läheiset alueet tarjoavat elämyksiä arkiliikuntaan sekä mahdollisuuden lasten ja nuorten ympäristökasvatukseen. Etäämpänä keskuksista sijaitsevat maaseutualueiden edustavat luonnonalueet ovat usein laaja-alaisempia ja niitä voidaan hyödyntää laajamittaisempaan virkistys- ja matkailukäyttöön, mutta myös ympäristökasvatuksen tarpeisiin esimerkiksi leirikoulutoiminnan kautta. Kaiken tyyppiset luontoalueet tarjoavat matkailun kehittämismahdollisuuksia yrittäjille, kun ymmärretään alueiden kulutuksenkeston asettamat vaatimukset niiden käytölle ja kehittämiselle, ja toimitaan kestäväällä tavalla.

Luonnon virkistyskäytön tulevaisuutta käsitelleen asiantuntijatyöpajan julkaisussa todetaan, että eri toimialoilla, kuten luonnonvara-alalla, metsätaloudessa, maankäytön suunnittelussa sekä virkistys- ja liikuntapalvelujen aloilla on keskeistä hahmottaa, millaisia luonnon virkistysmahdollisuuksia kansalaisille tarjotaan tulevaisuudessa. Virkistyskäytön tulevaisuudessa voidaan nähdä erilaisia toisilleen vastakkaisiakin skenaarioita. Väestön keskittyminen eteläiseen Suomeen ja kaupunkiseuduille vaikuttaa virkistysalueiden käytön kasvuun, mutta toisaalta sen myötä voi lisääntyä luonnosta vieraantumisenkin. Nuorempien ikäryhmien luontosuhde voi muodostua olosuhteista riippuen hyvin vaihtelevaksi, ellei siihen kiinnitetä esimerkiksi ympäristökasvatuksen avulla riittävästi huomiota. Toisaalta ikääntyneiden osuus väestöstä kasvaa, ja hyväkuntoisilla eläkeläisillä on paljon mahdollisuuksia käyttää virkistysalueita monipuolisesti. Myös maahanmuuttajat on nähtävä potentiaalisina luontoalueiden käyttäjinä, mikä voi parhaimmillaan edistää kotoutumisprosessia. (Neuvonen ym. 2016.)

Luonnonalueiden saavutettavuus on niiden käytön kannalta entistä merkittävämpi näkökohta tulevaisuudessa. Liikennevälineet ja -muodot ovat murroksessa, mutta toisaalta jo nyt alueet ovat eriarvoisessa tilanteessa joukkoliikenteen suhteen. Kaupunkiseuduilla joukkoliikenne palvelee asukkaita, mutta maaseudulla joukkoliikenne harvoin on enää toimivaa. Liikennepalvelujen kehittymisestä esitetään positiivisia skenaarioita, mutta huonossa tapauksessa liikkumismahdollisuudet erottavat eri väestöryhmien mahdollisuuksia käyttää laajasti luontoalueita. Hyvin saavutettavilla lähellä taajamia olevilla luontoalueilla onkin keskeinen rooli tulevaisuudessa. (Neuvonen ym. 2016.)

Parhaimmillaan tulisikin löytää tasapaino matkailun kehittämisen ja sen alueellisten vaikutusten tarkastelussa (ks. Kuvio 1). Matkailijoiden kokemukset syntyvät kohtaamisissa – niin julkisten kuin yksityisten palveluntarjoajien, asiakkaiden sekä globaalien, alueellisten ja paikallisten tapojen kohdatessa. Luonto- ja hyvinvointimatkailussa tulee huomioida niin alueen yritysten, asiakkaiden ja paikallisten näkökulmat, jotta toimitaan vastuullisesti ja pitkäjännitteisesti kannattavalla tavalla. (ks. García-Rosell ym. 2007; García-Rosell ym. 2010.)



KUVIO 1. Kokemukset syntyvät kohtaamisissa
(ks. García-Rosell ym. 2007; García-Rosell ym. 2010)

Kokemuksia, terveyttä ja hyvinvointia metsästä

Luonnossa liikkumisen tuottamalla hyvinvoinnilla on todettu olevan sekä taloudellisia että kansanterveydellisiä vaikutuksia. Luonnon tuottamia fyysiseen terveyteen liittyviä vaikutuksia on tutkittu monin erilaisin tutkimusmenetelmin. Samansuuntaiset tutkimustulokset vahvistavat tietoa siitä, että luontoympäristöllä on merkittävää fyysistä terveyttä edistävää vaikutusta. Luonto ylläpitää ja edistää myös psyykkistä hyvinvointia kokonaisvaltaisesti. Luonto elvyttää, parantaa mielialaa ja elinvoimaisuutta, ja luontoliikunta vahvistaa luontoympäristön psyykkistä terveyttä edistäviä vaikutuksia tutkitusti. (Tourula & Rautio 2014, 26, 34.) Lisäksi tutkijat arvelevat, että ihminen on

evoluution aikana sopeutunut olemaan levollinen suojaisassa ja ravinnon hankintaan soveltuvassa ympäristössä. Vihreys ja veden läheisyys on aina tarkoittanut ruokaa ja suojaa. Solumme ”muistavat” tämän, vaikka eläisimmekin urbaanissa ympäristössä ja kaupungissa. Viherympäristön stressiä lievittävä vaikutus on usein tiedostamatonta ja hyvin nopeaa. (Sitra 2013b.)

YLE Uutisetkin (Kallunki 2017) uutisoi 5.4.2017 lukuisista tutkimustuloksista, joissa metsä on tunnustettu ja tunnustettu oivallisena stressin poistajana ja energisöivänä kokemusympäristönä. Pelkkä metsään meneminen voi artikkelissa haastatellun professori Liisa Tyrväisen mukaan tehdä hyvää jo viidessätoista minuutissa.

Ensimmäisiä kokeiluja terveysvaikutusten hyödyntämisestä julkisen terveydenhuollon yhteydessä on jo tehty. Suomessa on toteutettu METSO-hyvinvointipolkuja osana maa- ja metsätalousministeriön 2014-2016 rahoittamaa METSO-yhteistyöverkoston Terveysmetsä-hanketta. Esimerkiksi Sipoon kunta on pilotoinut terveyskeskuksen asiakkaiden ohjaamista luontoretkeille osana masennus- ja diabetespotilaiden hoitoa. (Lahti ym. 2016.)

METSO-hyvinvointipolku on yksi esimerkki metsien hyvinvointivaikutusten konseptoinnista. Myös Ikaalisten kylpylän läheisyyteen on rakennettu hyvinvointia tukeva voimametsä. Voimametsä on ulkoilureitti Ikaalisten kylpylän lähellä, jonka varrella on metsän ja ympäristön kokemiseen ja havainnollistamiseen liittyviä harjoitteita. Harjoitukset perustuvat tutkimustietoon luonnon vaikutuksista ihmisen psykologisiin prosesseihin, esim. tarkkaavaisuuden elpymiseen ja stressitason alenemiseen. (Tyrväinen ym. 2014, 54.) Japanissa metsissä kävelyn terveysvaikutuksia on tutkittu jo pitkään. Lääkärit määräävät potilailleen metsäterapiaa. Japanissa on kahdeksan metsää, joilla on sertifioitu metsäterapia-status, eli kliinisesti todettuja terveysvaikutuksia. (Sitra 2013a.) Luonnon kokemisen ei tarvitse tarkoittaa erämaassa oleilua. Tutkimusten mukaan kasvillisuuden lisääminen kaupunkiympäristöön pienentää rikosten määrää kaupungissa. Vihreissä kaupunkiympäristöissä ihmisillä on vähemmän psyykkisiä oireita kuin betonikaupungeissa asuvilla. (Sitra 2013b.) Siten voidaan nähdä, että rakennettukin vihreä ympäristö tukee ihmisten hyvinvointia.

Tärkeä osa metsistä saatavasta hyvinvoinnista tulee aineettomista hyödyistä, kuten luonnon kokemisesta, rauhallisesta ja rentouttavasta vihreästä ympäristöstä tai itsensä haastamisesta luontoon liittyvien ulkoiluaktiiviteettien kautta. (Tyrväinen ym. 2014, 9.) Kaunis maisema edistää ihmisen hyvinvointia ja on matkailun vahva vetovoimatekijä. Nykypäivän matkailijat etsivät uusista paikoista aitoa ja alkuperäistä, paluuta juurilleen, koska omasta elinympäristöstä ja elämästä tällainen autenttisuus usein puuttuu. Maisema ja paikalliset tuotteet kiinnostavat ihmisiä. Paikallisuus ja kulttuuriperintö erottavat paikan muista ja tuovat elämyksiä. Maiseman tuotteistaminen keskittyy elämysten, merkitysten ja palveluiden kehittämiseen paikan ainutlaatuisista ominaisuuksista. (Komulainen 2013, 7.)

Vaikka luonto- ja kulttuuriympäristöllä sinänsä on huomattavat hyvinvointivaikutukset, tuotteistamalla luontoa voidaan entisestään vaikuttaa asiakaskokemukseen ja ohjata ihmisiä paitsi elämyksellisten kohtaamisten myös kokonaisvaltaisen muutoksen äärelle. Tarssasen ja Kyläsen (2007) mukaan hyvä elämyskokemus voi johtaa henkilökohtaiseen muutokseen. Samaan tapaan Pine ja Gilmore (2011) kuvaavat jalostusasteen kasvattamista ja arvon luomista asiakkaalle askelmina ja siirtymänä palvelutaloudesta elämystalouteen ja ylimpänä tasona muutostalouteen. Muutostaloudessa asiakkaasta tulee ”tuote”, ja palveluntarjoajan tehtävänä on ohjata asiakasta muutokseen, on kyse sitten luontopalveluympäristöstä, omatoimisesta retkestä tai opastetusta matkailupalvelusta.

Muutosta voivat edustaa esimerkiksi luontomatkailun parissa solmitut uudet sosiaaliset suhteet, luonnossa liikkumiskipinän syttyminen ja luontoliikunnan ottaminen omaan arkeen tai luonnon monimuotoisuuden ja herkkyyden oivaltaminen ja sitä kautta omien elämäntapojen muuttaminen vaikkapa ympäristövastuullisempaan suuntaan (Tarssanen & Kylänen 2007). Olenaista on tunnistaa ja ymmärtää, mikä kullekin luontopalvelujen käyttäjälle luo arvoa ja hyvinvointia – toinen arvostaa helppokulkuisuutta, toinen fyysistä haastavuutta ja kolmas sosiaalista kanssakäymistä siinä, missä joku taas hiljentymistä.

Tuotteistaminen on kuitenkin herkkä laji, sillä ihmiset haluavat yhä enemmän osallistua itse omien kokemustensa muotoilemiseen. Kyse on turvallisuuden tunteen luomisen ja tasalaatuisuuden sekä yksilöllisyyden ja yllätyksellisyyden välisestä tasapainoilusta. Toisaalta tarvitaan kulkemista sujuvoittavia ratkaisuja ja palvelurakenteita kuten pitkospuita ja laavuja, ja toisaalta liian valmiiksi, helpoiksi ja ohjelmoituiksi ei saisi kokemuksellisia puitteita määrittellä toisten puolesta. Yksi luonteva keino innostaa matkailijoita ja paikallisia asukkaita metsään, ovat erilaiset teematapahtumat ja aktivoivat tempaukset.

Päijät-Hämeessä paljon hyödyntämätöntä luonto- ja hyvinvointipotentiaalia

Outdoors Finland on yksi Visit Finlandin valtakunnallisista kehittämisohjelmista, jonka tavoitteena on mikro- ja pk-yritysten kansainvälistymisen edistäminen ja luonto- ja reitistökohteiden laadun ja elämyksellisyyden kehittäminen. (Visit Finland 2016.) Lahden ammattikorkeakoulun toteuttama ja Maaseuturahaston rahoittama alueellinen Mennään metsään -hanke vastaa osaltaan tarpeeseen kehittää luonto- ja hyvinvointimatkailua Päijät-Hämeessä. Tavoitteena on edistää alueen retkeilyreittien infrastruktuurin parantamista ja tuottaa kehitettävistä reiteistä markkinointi- ja viestintämateriaalia. (LAMK 2017.)

Päijät-Hämeen luonto ja maisemat tarjoavat mitä parhaimmat puitteet luonto- ja hyvinvointimatkailulle sekä matkailuyritysten ja -kohteiden luonto- ja käyttäjälähtöisten palveluiden kehittämiselle ja tuotteistamiselle. Päijäthämäläinen maankamara on jääkauden muokkaamaa suppineen, harjuineen, puhtaine ja runsaine pohjavesineen, lähteineen sekä vesistöineen. Salpausselkä on merkittävä jääkauden aikainen geologinen muodostelma. Esimerkiksi Tiirismaalla sijaitseva Pirunpesän rotko ja sen päältä avautuva näköala ovat tuoneet alueelle matkailijoita ainakin jo 150 vuoden ajan (Hentman 2016, 93). Juuri näköala, maisema, luonnon hiljaisuus tai paikan tarina voivat olla lähtökohtana maiseman tuotteistamisessa palveluksi. Luonnon ja paikan ainutlaatuisista ominaisuuksista voidaan kehittää myytäviä palveluita. (Sitra 2013a, 37.)

Madventures-seikkailija ja tietokirjailija Riku Rantala (2016) toteaa Helsingin Sanomien kolumnissaan, että Suomessa emme itse aina ymmärrä, millaisia maailmanluokan luontomatkailukohteita maassamme on – ja miten muhkeita luontoarvoja kansalliseen taseeseemme on kirjattu. Myönteiset matkailu-uutiset maailmalta auttavat meitä suomalaisia kenties entistä paremmin arvostamaan ja näkemään luonnon suomalaisena kansallisaartenamme. Yhtenä hyvänä uutisena ja esimerkkinä käy Suomen nostaminen maailman kolmanneksi parhaaksi matkailumaaksi ainoana eurooppalaisena maana matkakirjojen ykkösjulkaisijan Lonely Planetin laatimassa listauksessa lokakuussa 2016 (Työ- ja elinkeinoministeriö 2016b). Tämä antaa hyvää pohjaa Suomen matkailustrategian kunnianhimoisen tavoitteelle, jonka mukaan Suomi on vuonna 2025 Pohjois-Euroopan ykkösmatkailukohde.

Luontomatkailu- ja retkeilytapahtuma monialaisilla opiskelijaprojekteilla

LAMKin monialainen opiskelijaryhmä ympäristötekniikasta, palveluliiketoiminnasta ja sosiaalialalta suunnitteli ja toteutti kevään 2017 aikana, Suomen luonnon päivänä 20.5.2017 pidetyn Villiinny kevästä -tapahtuman samanaikaisesti Pirunpesällä Hollolassa ja Aurinkovuorella Asikkalassa Mennään metsään -hankkeen toimeksiantona. Luonnon päivä oli yhdessä tekemisen ja yhdessä luonnosta nauttimisen päivä. Mukana oli sekä omatoimisia että opastettuja osuuksia, ja mukavaa tekemistä riitti jokaiselle kävijälle.

Palveluliiketoiminnan tradenomiopiskelijoiden PAL-projektikeväässä 2017 tartuttiin käyttäjälähtöisen suunnittelu- ja palvelumuotoiluprosessin avulla tapahtumakonseptin rakentamiseen. Projektikevät on kaikkiaan 30 opintopisteen laajuinen opintokokonaisuus, joka mahdollistaa opiskelijalle täysipainoisen keskittymisen laaja-alaiseen toimeksiantoprojektiin osana ammatitopintoja. Opiskelijoita valmennetaan työskentelyyn niin projektinhallinnan, verkostoitumisen, vastuullisuuden ja asiakaskokemuksen kuin palvelukehittämisen näkökulmista. Jopa pakollinen ruotsin kieli on onnistuttu yhdistämään projektiin kytkemällä kirjalliset tehtävät vertailutiedonhankintaan Ruotsista. Työskentelyä rytmittää kolmivaiheinen palvelumuotoiluprosessi, jossa edetään käyttäjäymmärryksen rakentamisesta ideointiin ja kokeilemiseen sekä palvelukonseptointiin ja viimeistelyyn. Kokonaisuutena nelihenkinen ryhmän työpanos vastaa noin kahden henkilötyövuoden työpanosta valittavaan toimeksiantoon (4 x 800 h).

Uutena elementtinä tähän projektiin saatiin keväällä 2017 mukaan monialainen yhteistyö sosiaalialan sosionomiopiskelijoiden ja ympäristötekniikan insinööriopiskelijoiden kanssa. Restonomiopiskelijat vastasivat tapahtumakokonaisuudesta siinä, missä ympäristöpuolen osaamista hyödynnettiin toisaalta luonto- ja kulttuuriympäristötiedon keruussa, sisältötuotannossa ja ympäristökasvatuksellisesti rakennetuissa reittisuunnitelmissa ja reitin aktiviteeteissa. Sosionomiopiskelijat toteuttivat toiminnallisia ja osallistavia rasteja ja muuta ohjelmaa reiteillä.

Sosiaalialan koulutusohjelmasta tapahtumaprojektiin osallistui 12 suomalaista ja ulkomaista opiskelijaa opintojaksoilta Yhteisö- ja ryhmätason ohjaus (5 op) sekä Wellbeing for all (5 op) kahden opintopisteen (54 h) työpanoksella. Opiskelijaryhmien tehtävänä oli tuottaa toiminnallista ohjelmaa Villiinny kevästä -tapahtumanpäivän osallistujille.

Opintojen integroiminen Mennään metsään-hankkeeseen tuotti haasteita ja mahdollisuuksia niin opetussuunnitelman toteutuksen, projektioppimisen kuin työelämälle tuotetun lisäarvon näkökulmasta.

Sosiaalialan opetussuunnitelman ao. opintojaksojen tavoitteet ja sisältö vastasivat hyvin Villiinny kevästä -tapahtumanpäivän vaatimuksia. Ennen tapahtumapäivää opiskelijat perehtyivät Wellbeing for all -opintojaksolla hyvinvoinnin ulottuvuuksiin, elämäntapoja ja hyvinvointipalveluja koskeviin nykytrendeihin, luonnon hyvinvointivaikutuksiin sekä luontoavusteiseen sosiaalialan työhön. Yhteisö- ja ryhmänohjausopintojakso sisälsi toiminnallisen ryhmänohjauksen perusteita ja käytäntöjä, jossa osallisuus ja yhteisöllisyys näkyivät niin tavoitteina kuin työtapoina. Lahden ammattikorkeakoulussa sosiaalialan koulutus pohjautuu sosiaalipedagogiseen viitekehykseen, jossa voimavarakeskeisyys ja sosiokulttuurinen innostaminen korostuvat.



KUVA 1. Mielikki, metsän emäntä ja parantaja, perheineen Pirunpesän läheisyydessä Tiirismaalla Hollolassa (kuva: Karoliina Redsvén)

Yhteisö- ja ryhmätason ohjauksen sekä Wellbeing for all -opintojaksojen tavoitteena oli toteuttaa työelämäprojekti, jossa yhdistyvät vihreän hoivan arvot ja käytäntö sekä asiakaskeskeinen ja osallistava ryhmätoiminta. Projektimainen oppiminen edellytti opiskelijaryhmiltä ohjattua suunnittelua, toteutusvaiheen dokumentointia sekä projektin kokonaisuuden raportointia portfolion muodossa. Prosessin lopuksi opiskelijat demonstroivat oppimistaan myös toiminnallisesti omassa opiskelijaryhmässään.

Monialaisen projektityön käynnistyessä sosiaalialan opiskelijat pohtivat hankkeen tavoitetta, kohderyhmän tarpeita, osallistavan toiminnan sisältöä sekä oman ammattialan erityisyyttä suhteessa palveluliiketoiminnan ja ympäristötekniikan osaamiseen.

Monialainen opiskelijaryhmä työsti hankeyhteistyössä tapahtuman tarinallista ideaa, tuotti tiedotuksen ja markkinoinnin materiaalia sekä suunnitteli tapahtuman toteutuksen. Mennään metsään -hankkeen projektipäällikkö vastasi prosessin koordinoinnista ja opettajat huolehtivat integroitujen opintojaksojen sekä hankkeen tavoitteiden kohtaamisesta sekä opiskelijoiden ohjauksesta.

Sosiaalialan opiskelijat toteuttivat Villiinny kevästä-tapahtumassa kolme tuotosta, ”Pirunpesän” sekä ”Aurinkovuori 1 ja 2”.

Pirunpesä koostui matalankynnyksen toiminnasta avoimessa ja osallistavassa ilmapiirissä. Toteutuksessa hyödynnettiin Kalevalan tarustoa, aihetta elävöittävää puvustoa ja muuta luontorekvisiittia. Luontopolulla liikkuva yleisö saattoi tutustua Mielikin, metsän emännän ja parantajan perheeseen, eläinhahmoihin sekä harjoitella jousiamuntaa ja pohtia omia hyvinvointitavoitteita. Positiivinen palautesanko täytyi leiriin tutustuneiden palautekävyistä.

Myös pienimuotoisemmin toteutetut Aurinkovuori 1 ja 2 puolsivat paikkaansa pienten ja alakouluikäisten lasten ja vanhempien osallisuuden hyvin huomioivina metsäympäristöön rakennettuina tuotoksina.



KUVA 2. Ongintaa Aurinkovuorella Vääksyssä (kuva: Karoliina Redsven)

Sosiaalialan opiskelijat kokivat monialaisen projektiyhteistyön opettavaisena, jonka haasteita he kuvasivat seuraavasti:

1. opiskelijoiden eritahtinen mukaantulo – sosiaalialan opiskelijat aloittivat projektiosuutensa viimeisenä – aiheutti vaikeutta päästä mukaan
2. kolme opiskelualaa ja monikulttuurinen opiskelijaryhmä tuottivat yhteistyöhön moninaisuutta ja eroavuuksia, joka ilmeni esimerkiksi viestintätavoissa
3. hankkeen edellyttämän opiskeluajan ja informaation hallinta oli välillä hankalaa
4. kevätlukukauden loppuun ja lauantaihin ajoittuva toteutus sekä prosessiväsymys haastoivat sitoutumista.

Positiivisia oppimisen kokemuksia kuvattiin seuraavasti:

”Oli hienoa olla tuottamassa vapaasti jotain ihan uutta osana laajempaa hanketta ja vielä oman alueen hyödyksi, projektimainen oppiminen innosti, antoi tilaa ja tutustutti eri alojen opiskelijoiden toimintatapoihin. Sosiaalialan ammatillinen osaamisalue kirkastui tässä hanketyössä, räätälöityä ja asiakaslähtöistä sisällöntuottamista tarvitaan.”

Sosiaalialan koulutuksen asiakaslähtöinen, osallistava ja yhteisöllinen lähestymistapa tuki onnistuneesti Mennään metsään -hankkeen toteutumista. Sosiaalialan opiskelijat toimivat tapahtumassa sisällöntuottajina, jossa onnistuminen edellyttää riittävää kohderyhmäanalyysiä, menetelmällistä hallintaa sekä avoimuutta monialaiseen dialogiin ja vaihtoon. Projektioppimisen toteuttaminen monialaisesti edellyttää opiskelijoilta oman alansa peruskäsitteiden tuntemista ja kehitymässä olevaa ammatillista työotetta.

Opettajilta ja hanketoimijoilta hankkeessa toteutettava projektitoiminta edellyttää niin avoimuutta yhteistyöhön kuin hankkeeseen osoitettuja työtunteja. Tämä projekti sisälsi selkeät rakenteet ja työnjaon sekä ymmärrystä tuotettavan kohteen tavoitteista, sisällöstä ja prosessista, kunnianhimoa ja sitoutumista.



KUVA 3. Linnunpönttöjen kokoamista (kuva: Karoliina Redsven)

Hankkeisiin integroidut monialaiset opiskelijaprojektit ovat parhaimmillaan uuden luomisen ja kehittämisen laboratorioita, jotka tuottavat lisäarvoa työelämälle kuten tässä Päijät-Hämeen luontomatkailulle.

LAMKin ympäristöalan (Ympäristö- ja energiatekniikka) opiskelijat aloittivat osallistumisen projektiin tammikuussa 2017 samanaikaisesti palveluliiketoiminnan tradenomiopiskelijoiden kanssa. Sosionomiopiskelijat liittyivät projektiin hieman myöhemmin.

Työskentelyn alkua luonnehti keskustelu eri alojen opiskelijoiden tehtävänjaosta, jonka seurauksena saatiinkin selvitettyä opiskelijoiden rooleja ja tunnistettua paremmin omia osaamisalueita. Jälkeen päin arvioituna ympäristöalan opiskelijoilla oli alussa haastetta tarttua konkreettisiin toimiin, sillä tapahtumapäivä toukokuun lopulla vaikutti vielä hyvin kaukaiselta. Vähitellen kuitenkin toiminta aktivoitui ja myös työskentelyssä eri opiskelijaryhmien välinen kommunikointi tiivistyi parantaen toimintakulttuuria. Työskentelyä selkeytti, kun päästiin sopimukseen tapahtumakohteista, eli sovittiin Luonnon päivien 20.5. Villiinny kevästä -teeman tapahtumapaikoiksi Tiirismaa ja erityisesti Pirunpesä Hollolassa sekä Aurinkovuori Asikkalassa. Palveluliiketoiminnan tradenomiopiskelijoiden vastuulla oli erityisesti tapahtuman ennakkomarkkinoinnin suunnittelu ja toteuttaminen sekä tapahtuman käytännön järjestelyt, vaadittavat luvat ym.

vastaavat toimenpiteet. Ympäristöalan opiskelijoiden tehtävänä oli koota tietoa alueista ja kohteista sekä suunnitella ja toteuttaa tapahtumien esitteet sekä opastus kohteissa. Opiskelijoilla oli myös tehtävänä osallistua tapahtumapäiviin ja niiden ennakkovalmisteluun kohteissa.

Haasteita ympäristöalan opiskelijoille tuotti ryhmätyössä eri opiskelijoiden erilainen aktiivisuus ja oma-aloitteisuus työskentelyssä. Osa opiskelijoista työskenteli projektissa intensiivisesti ja toiset taas vähemmällä panoksella, mikä synnyttää ryhmissä keskinäistä tyytymättömyyttä. Tapahtumapäivän sijoittuminen lukukauden ulkopuolelle oli myös oma haasteensa, mikä vaikeutti osallistumista ja ennakkovalmisteluja. Opiskelijat ja ryhmän ohjaaja käyttivät Whatsapp-sovellusta yhteydenpitoon ja se toimikin loistavasti – viestit kulkivat ja niihin reagoitiin viipymättä.

Ympäristöalan opiskelijat olivat innostuneita tapahtumapaikoista ja pystyivät hyvin tuomaan esiin niiden ainutlaatuisia piirteitä. Tapahtumapäivä oli suunniteltu erityisesti perheitä varten, ja tässä suunnittelussa auttoi myös, että muutamilla opiskelijoilla oli omia lapsia, joiden kanssa oli runsaasti kokemuksia luonnossa liikkumisesta. Näin osattiin hahmottaa, miten reittejä pitäisi suunnitella sekä pituudeltaan että tapahtumiltaan perheille soveltuviksi.

Tapahtumat onnistuivat järjestelyiltään ja osallistujia saatiin ennakkoidusti. Tosin enemmänkin kävijöitä kahdessa tapahtumakohteessa olisi voinut olla, mutta tuloksiin oltiin projektin osalta tyytyväisiä. Monialaisesta työskentelystä saatiin arvokasta oppia, sekä myönteisten kokemusten että selkeiden kehittämiskohdeiden tunnistamisen kautta. Opiskelijoiden identiteettiä vahvisti, kun he hahmottivat oman osaamisalueensa suhteessa muiden alojen opiskelijoihin.

Lopuksi

Tässä artikkelissa on tarkasteltu luonto- ja hyvinvointimatkailua eri näkökulmista – muun muassa aluekehittämisen, liiketoiminnan, matkailijan kokemuksen sekä hyvinvointivaikutusten kannalta. Konkreettisenä esimerkkinä monialaisesta ja usean osapuolen yhteisestä kehittämistyöstä on esitelty Villiinny kevästä -luonto- ja retkeilytapahtuma, joka suunniteltiin ja toteutettiin monialaisena opiskelijaprojektina keväällä 2017 Lahden ammattikorkeakoulussa.

Luonto- ja hyvinvointimatkailun kehittämisessä on vielä huomattavaa hyödynnettävää potentiaalia. Vaikka Suomessa jo nyt tehdään kansainvälisestikin merkille pantavaa työtä monialaisen ja monikeskisen matkailun kehittämisen parissa, Työ- ja elinkeinoministeriön (2015) tavoite tehdä Suomesta Pohjois-Euroopan ykkösmatkailukohde haastaa kaikki osapuolet mukaan prosessiin.

Työelämää uudistavilla ammattikorkeakouluilla on paljon annettavaa monialaisessa kehittämistyössä. EU-rahoitteisten kehittämisprojektien rinnalla erilaiset tutkimus-, kehittämis- ja innovaatiotoimintaan käytännönläheisesti orientoituneet opiskelijaprojektit näyttävät kiinnostavina vipuvarsina moninaisten kehittämishaasteiden äärellä. Projektit tarjoavat opiskelijoille työelämään kiinnittyviä sekä erilaisia tietoja ja taitoja harjaannuttavia oppimisympäristöjä. Niiden avulla toimeksiantajat saavat kehittämiseen usein kipeästi kaipaamiaan resursseja ja uutta ajatteluvoimaakin. Vastaavasti opettajille projekteissa tarjoutuu konkreettisia oppimistilanteita, joissa voidaan mitata opiskelijoiden erilaista osaamista, usein vieläpä monialaisessa – ja sitenkin todenmukaisessa – asetelmassa. Tämä valmentaa opiskelijoita työelämään, mutta auttaa myös opettajia saamaan työhönsä uusia näkökulmia.

Lähteet

Anholt, S. 2007. Competitive identity: the new brand management for nations, cities and regions. New York: Palgrave Macmillan.

García-Rosell, J.-C., Haanpää, M., Kylänen, M. & Markuksela V. 2007. From Firms to Extended Markets - A Cultural Approach to Tourism Product Development. *Tourism – an International Interdisciplinary Journal*. [Verkkolehti]. Vol 55(4), 445-459. [Viitattu 20.10.2017]. Saatavissa: <https://hrcak.srce.hr/24674>

García-Rosell J.-C., Kylänen, M., Pitkänen, K., Tekoniemi-Selkälä, T. & Vanhala, A. 2010. Matkailun tuotekehittäjän käsikirja. Matkailualan tutkimus- ja koulutusinstituutti: Rovaniemi. [Viitattu 20.10.2017]. Saatavissa: <http://matkailu.luc.fi/Tuotekehitys/Etusivu>

Haimi, P. 2015. Kun kokonaisuus toimii koneen lailla – tätä tarkoittaa palveluintegraatio. *Tivi*. [Verkkolehti]. [Viitattu 20.10.2017]. Saatavissa: <http://www.tivi.fi/Kumppanit/Sofigate/kun-kokonaisuus-toimii-koneen-laillata-tarkoittaa-palveluintegraatio-6057438>

Helsingin Sanomat. 2015. Matkailu tulee ottaa vakavissaan. Helsingin Sanomat 16.8.2015.

Hentman, R. 2016. Etelä-Suomen retkeilyopas 2: Luontokohteita pääkaupunkiseudulta itään. Helsinki: Minerva.

Kallunki, E. 2017. Tutkimukset todistavat, että metsä on mahtava stressilääke: Laskee sydämen sykettä ja vähentää lihasjännitystä. *YLE Luonto ja ympäristö*, 5.4.2017. [Viitattu 20.10.2017]. Saatavissa: <https://yle.fi/uutiset/3-9548399>

Komulainen, M. (toim.). 2013. Maiseman tarina: Opas maisemapalvelujen luomiseen. [Verkkodokumentti]. Helsinki: Sitra ja Maa- ja kotitalousnaisten keskus. [Viitattu 29.3.17]. Saatavissa: <https://media.sitra.fi/2017/02/23231630/MaisemanTarina.pdf>

Konu, H., Tyrväinen L., Pesonen, J., Tuulentie, S., Pasanen, K. & Tuohino, A. 2017. Uutta liiketoimintaa kestävä luontomatkailun ja virkistyskäytön ympärille – Kirjallisuuskatsaus. [Verkkodokumentti]. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 45/2017. [Viitattu 20.6.2017]. Saatavissa: http://tietokayttoon.fi/documents/10616/3866814/45_VIRKEIN_.pdf/eeaab34e-f831-4623-a915-f91d971e6b46?version=1.0

LAMK. 2017. Mennään metsään -projektin kotisivut. Lahden ammattikorkeakoulu. [Viitattu 20.6.2017]. Saatavissa: <http://www.lamk.fi/projektit/mennaan-metsaan/Sivut/default.aspx>

Lahden seudun luonto. [Viitattu 2.9.2017]. Saatavissa: <http://lahdenseudunluonto.fi/luontokohteet>

Lahti, E., Matila, A., Koistinen, A., Kniivilä, M., Haltia, E. & Lilja-Rothsten, S. 2016. Miten sovin metsäympäristön hyödyntämisestä? Työkaluja sopimiseen, ideoita tekemiseen. [Verkkodokumentti]. Helsinki: Tapio Oy ja Pellervon taloudellinen tutkimuskeskus PTT. [Viitattu 26.4.2017]. Saatavissa: <http://tapio.fi/wp-content/uploads/2016/01/Tapio-ekosysteemipalvelut-opas-final-22.12.2016.pdf>

Maankäyttö- ja rakennuslaki 5.2.1999/132.Finlex. [Viitattu 2.9.2017]. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990132>.

Metsähallitus. 2016. Kansallispuistot ja retkeilyalueet tärkeitä paikallistaloudelle. [Viitattu 14.11.2016]. Saatavissa: <http://www.metsa.fi/suojelualueetjapaikallistalous>

Moilanen, T. & Rainisto, S. 2009. How to brand nations, cities and destinations: a planning book for place branding. New York: Palgrave Macmillan.

Neuvonen, M., Nummelin, T., Riala, M., Sievänen, T. & Tuulentie, S. 2016. Luonnon virkistyskäytön tulevaisuus. Asiantuntijatyöpajojen näkemyksiä. [Verkkodokumentti]. Luonnonvara- ja biotalouden tutkimus 5/2016. [Viitattu 2.9.2017]. Saatavissa: http://jukuri.luke.fi/bitstream/handle/10024/531894/luke-luobio_5_2016.pdf?sequence=1

Nikula, P. 2017. Kalsarikännit eivät riitä – ”tänne tarvittaisiin pari seitsemän tähden hotellia.” Kauppalehti. [Verkkolehti]. [Viitattu 20.6.2017]. Saatavissa: <https://www.kauppalehti.fi/uutiset/kalsarikannit-eivat-riita---tanne-tarvittaisiin-pari-seitseman-tahden-hotellia/PcQKbjEb?ref=twitter:121f>

Pine, B. J. & Gilmore, J. H. 2011. The experience economy. Boston, Mass: Harvard Business Review Press.

Polaine, A., Løvlie, L. & Reason, B. 2013. Service design: from insight to implementation. New York: Rosenfeld Media.

Rantala, R. 2016. Kansallisaarteemme ovat maailmanluokkaa. Helsingin Sanomat 28.5.2016.

Rossi, V. 2015. Mistä imua Helsingille? Suomessa matkailua pidetään puuhasteluna. Muualla se on isoa bisnestä. Helsingin Sanomat 2.8.2015.

Sitra. 2013a. Luonnonlukutaito: Luo liiketoimintaa vihreästä hyvinvoinnista. [Verkkodokumentti]. Helsinki: Erweko. [Viitattu 21.12.2016]. Saatavissa: <http://www.sitra.fi/julkaisut/muut/Luonnonlukutaito.pdf>

Sitra. 2013b. Vihreää hyvinvointia. [Verkkodokumentti]. Helsinki: Sitra ja GreenCare Finland ry. [Viitattu 27.4.2017]. Saatavissa: https://media.sitra.fi/2017/02/27174340/Vihreaa_hyvinvointia-2.pdf

Tarssanen, S. & Kylänen, M. 2007. Entä jos elämyksiä tuotetaan? Elämyskolmio-malli elämyksellisyyden tunnistamisessa, arvioinnissa ja vahvistamisessa. Teoksessa Karppinen, S.J.A. & Latomaa, T. (toim.): Seikkailun elämyksiä. Seikkailukasvatuksen teoriaa ja sovelluksia. Rovaniemi: Lapin yliopistopaino, 99-126.

Tourula, M. & Rautio, A. 2014. Terveyttä luonnosta. [Verkkodokumentti]. Oulu: Thule-instituutti Oulun yliopisto, Metsähallitus ja Oulun seutu. [Viitattu 20.6.2017]. Saatavissa: http://www oulu.fi/sites/default/files/content/Terveytt%C3%A4_luonnosta.pdf

Tyrväinen, L., Kurttila M., Sievänen T. & Tuulentie, S. (toim.) 2014. Hyvinvointia metsästä. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.

Työ- ja elinkeinoministeriö. 2016a. Matkailualan tuoreimmat luvut kertovat kasvusta. Tiedote 089/2016 15.4.2016.

Työ- ja elinkeinoministeriö. 2016b. Rehn iloitsee: Matkailu hyvässä nosteessa. Tiedote 31.10.2016

Työ- ja elinkeinoministeriö. 2015. Suomen matkailun kasvun ja uudistumisen tiekartta 2015-2025. [Viitattu 20.6.2017]. Saatavissa: <http://tem.fi/suomen-matkailun-kasvun-ja-uudistumisen-tiekartta-2015-2025>

Visit Finland. 2016. Kesäaktiviteetit – Outdoors Finland. [Viitattu 29.8.2016]. Saatavissa: <http://www.visitfinland.fi/tuoteteemat/kesaaktiviteetit-outdoors-finland/>

Visit Finland. 2014. Valtakunnallinen kesän luontoaktiviteettien kehittämisstrategia 2015-2018. [Verkkodokumentti]. [Viitattu 20.6.2017]. Saatavissa: <http://www.visitfinland.fi/wp-content/uploads/2015/01/Kes%C3%A4n-luontoaktiviteettien-kehitt%C3%A4misstrategia2015-2018-copy.pdf?dl>

Ympäristöministeriö. 2016. Kansallispuistojen suosio jatkaa kasvuaan – ministeri Tiilikainen luottaa luontoon matkailun veturina. [Viitattu 10.11.2016]. Saatavissa: [http://www.ym.fi/fi-FI/Luonto/Kansallispuistojen_suosio_jatkaa_kasvuaa\(40288\)](http://www.ym.fi/fi-FI/Luonto/Kansallispuistojen_suosio_jatkaa_kasvuaa(40288))



Hannele Tiittanen

Uusien luontohyvinvointi- palvelujen innovointia

Näin se alkoi

Tässä artikkelissa kuvataan neljän monikulttuurisen ja monialaisen opiskelijaryhmän ideoimia uusia luontoon liittyviä hyvinvointipalveluita tai ympäristösuunnitelmia. Lähtökohtana ryhmien työskentelylle oli hyvinvointikäsitteen tarkastelu laajasti eri alojen näkökulmasta sekä luontoympäristön tarjoamat mahdollisuudet edistää ihmisten hyvinvointia.

Ryhmille oli annettu ohjeeksi, että palvelun tai ympäristön suunnittelussa oli hyödynnettävä digitaalisia, älykkäitä ratkaisuja, joilla voidaan lisätä luontopalvelujen tai luontoympäristön elämyksellisyyttä. Ryhmien työskentely alkoi määrittämällä ensisijainen kohderyhmä, joille he lähtivät suunnittelemaan hyvinvointipalvelua tai tekemään ympäristösuunnitelmaa. Tämän jälkeen ryhmät perehtyivät valitsemaansa kohderyhmän hyvinvointipalvelujen tarjontaan ja tarpeisiin sekä lähtivät tarkemmin määrittelemään valitsemaansa kohderyhmää, esimerkiksi iän ja toimintakyvyn perusteella. Lisäksi ryhmät kävivät tutustumassa konkreettisesti valitsemaansa kohderyhmään ja kartoittivat heiltä eri menetelmiä käyttäen toiveita palveluihin ja ympäristöön liittyen. Ryhmät perehtyivät hyvinvoinnin käsitteeseen sekä kohderyhmän tarpeisiin myös kirjallisuuden avulla ja taustoittivat palvelun suunnittelua ja ympäristösuunnitelmaa näin myös teoreettisesti perustellen. Opiskelijaryhmät edustivat sosiaali- ja terveysalaa, muotoilua, liiketaloutta ja tekniikkaa. Lisäksi ryhmässä oli opiskelijoita Suomen lisäksi seitsemästä eri maasta (Hollanti, Italia, Ranska, Saksa, Slovakia, Unkari ja Venäjä).

Luontopalvelu- ja ympäristösuunnitelmakonseptit

1. YÖMETSÄ (FOREST AT NIGHT)

Tiimi: Tim Dekker (Mediaviestintä, Hollanti), Nivard Herijgers (Liiketalous, Hollanti), Gergő Kazareczki (Fysioterapia, Unkari), Marie Kerbrat (Graafinen suunnittelu, Ranska), Maikel Vilela (Sosiaaliala, Saksa)

Yömetseen tavoitteena on tarjota 10-12-vuotiaille lapsille uudenlainen metsäkokemus, jossa valoelementillä on keskeinen rooli ja jossa valon avulla pimenevästä metsästä voidaan tehdä elämyksellinen ja turvallinen kokemus. Vaikka useimmilla suomalaisilla lapsilla on hyvä luontoyhteys, niin entistä enemmän on myös lapsia ja nuoria, joille metsä on vieras ja pelottavakin ympäristö. Suunnitteluryhmä halusi hyödyntää valon lisäksi myös värejä ja ääntä Yömetseen suunnittelun välineinä ja luoda samalla näiden aistikokemusten avulla hyvinvointia ja elämyksellisyyttä lisäävä kokemus.

Ryhmä aloitti Yömetseen suunnittelun tapaamalla 10-12-vuotiaita peruskoulun oppilaita ja pyytämällä heitä piirtämään kuvaamataidon tunnilla metsä ja miettimään millainen olisi heidän mielestään mieluinen metsäympäristö, mitä he tekisivät metsässä ja kenen kanssa he olisivat metsässä sekä miltä öinen metsä heistä näyttää (kuva 1).



KUVA 1. Metsäpiirustukset



KUVA 2. Aistielämyksiä tarjoavat kotarakennukset

Ryhmä sai tarkasteltavakseen 20 piirustusta, joista he tarkastelivat ensisijaisesti, miten niissä oli kuvattu ihmisiä, eläimiä, vuodenaikaa ja valoa.

Lisäksi ryhmä perehtyi kirjallisuuteen hakemalla inspiraatioita eri taiteilijoiden metsäaiheisista teoksista, esimerkiksi Amelia Bauerin, Barry Underwoodin, Bruce Munron töistä, joissa valojen ja värien avulla stimuloidaan aistikokemuksia ja luodaan erilaisia tunnelmakokemuksia.

Konsepti 1.

Ensimmäisessä konseptissa keskeisinä ajatuksina on luonnossa olevien elementtien korostaminen niin, että ne tarjoavat kaikille aisteille kokemuksia samalla kun tavoitteena on tehdä metsästä tuttu ja ystävällinen paikka. Lisäksi lähtökohtana on, että luontoa ei tule häiritä. Eri aistikokemukset ”tarjoillaan” luonnossa olevien kotarakennusten kautta (kuva 2).

Jokainen näistä kotarakennuksista edustaa yhtä aistia ja jokaiselle kodalle johtaa polku, jota myöden kuljetaan kodalta toiselle hämärtyvässä metsässä. Polku sinänsä tarjoaa näköaistille koettavaa, mutta valojen ja peilielementtien avulla voidaan vielä tehdä korostuksia puista, kivistä ja pensaista, jotka kuljettavat polkua eteenpäin. Tuoksukokemus syntyy erilaisten metsätuoksujen tunnistamisesta. Tuoksut voivat olla purkissa ja haistamisen jälkeen tunnistettava tuoksu tulee yhdistää oikeaan kuvaan. Tuntoaistia konkretisoidaan

sitomalla silmät ja kulkemalla köyden avulla puulta toiselle tunnustelemaan ja halaamaan niitä. Kuuloaistia stimuloidaan erottamalla ja tunnistamalla erilaisia luontoääniä. Makuaistille tarjotaan makuja luonnosta ja samalla tunnistetaan niitä. Tähän voidaan yhdistää myös varoituksia, millaiset luonnon antimet ovat myrkyllisiä ja mitä ei tule laittaa suuhun. Näiden luontokokemusten kautta luonnosta pyritään tekemään tuttu ympäristö, jossa voi liikkua turvallisesti, ja samalla Yö metsäpolku tarjoaa erinomaisen elämyksellisen oppimisympäristön. Elämyksellisyyttä korostaa kulkeminen hämärtyvässä metsässä, mutta polulla kulkeminen on mahdollista myös päivänvalon aikaan.

Konsepti 2.

Toisessa konseptissa keskitytään sosiaalisten taitojen kehittämiseen ja haastavista tehtävistä selviytymiseen. Näissä avainelementtejä ovat tiimityö ja leikkisyys, jossa hyödynnetään esimerkiksi parkour-lajin keinoja. Ryhmä oppilaita jaetaan kahteen pienryhmään ja heille annetaan luonnossa liikkumisen tehtäviä, jotka sisältävät kiipeilyä, esteiden ylitystä ja alitusta sekä haastetehtäviä. Ennen tehtävien suoritusta sovitaan voittajatiimille tulevasta palkinnosta. Tällä konseptilla pyritään tuomaan esille luontoliikkumisen hauskuutta ja haasteita turvallisesti.

Konsepti 3.

Kolmannessa konseptissa on tarkoitus käsitellä pelkoja. Lasten on tarkoitus kulkea hämärtyvää metsäpolkua pitkin taskulampun kanssa, jolla he voivat osoittaa heijastavia pintoja ja siten kulkea oikeaan suuntaan. Polku sisältää myös pelottavia elementtejä, joita tulee voittaa. Ensimmäinen elementti polulla on ääniefekti, joka on tuttu ja tunnistettava, jota seuraa pelottava elementti, joka osoittautuu kuitenkin vaarattomaksi, esimerkiksi satukirjan menninkäiset joita polulla tulee yllättäen vastaan. Efektien aikaansaamiseksi käytetään vesi- ja ääniprojektoreita, jossa ohuelle vesiverholle heijastetaan haluttuja hahmoja ja liikettä. Vesiverhon käyttö on kustannuksiltaan edullinen ja helposti muunneltava. Erilaisten tuttuun ja pelottavien valo- ja ääniefektien avulla on tarkoitus luoda seikkailupolku lapsille, jossa yllätykselliset hahmot ja äänet tarjoavat tilaisuuden pelkojen voittamiseen. Konseptin 1. reittiä voi hyvin käyttää tämän polun toteuttamiseen.

Lopuksi tiimi toi esille, että valojen, äänten ja värien käytöllä voidaan tehokkaasti luoda erilaisia ympäristöjä ja vaikuttaa ympäristöstä saatuihin kokemuksiin. Myös lasten piirustuksissa nousivat esille erilaiset valo- ja väriaiheet, kuutamot, revontulet ja sateenkaaret. Konsepti kolme sisältää eniten lasten piirustuksista nousseita elementtejä sekä teknologian tarjoamia uusia yllätyksellisiä elämyksiä.

2. PALJASJALKAPOLKU (BAREFOOT PATH)

Team: Anne Ahonen (Fysioterapia, Suomi), Charlotte Bluhme (Korusuunnittelu, Saksa), Clémence Guyot (Teollinen suunnittelu, Ranska), Jessica Iwanski (Sosiaaliala, Saksa)

Paljasjalkapolun lähtökohtana on tukea lasten ja nuorten sosiaalista ja fyysistä kehitystä. Paljasjalkapolku on nimensä mukaisesti polku, jolla liikutaan paljain jaloin. Polku tarjoaa mahdollisuuksia monenlaisiin toimintoihin, joissa huomioidaan lapsen ja nuoren iän mukainen kehitys. Suosittelemme paljasjalkapolkuja on jo esimerkiksi Saksassa, mutta vastaavia polkuja ei ole Suomessa.

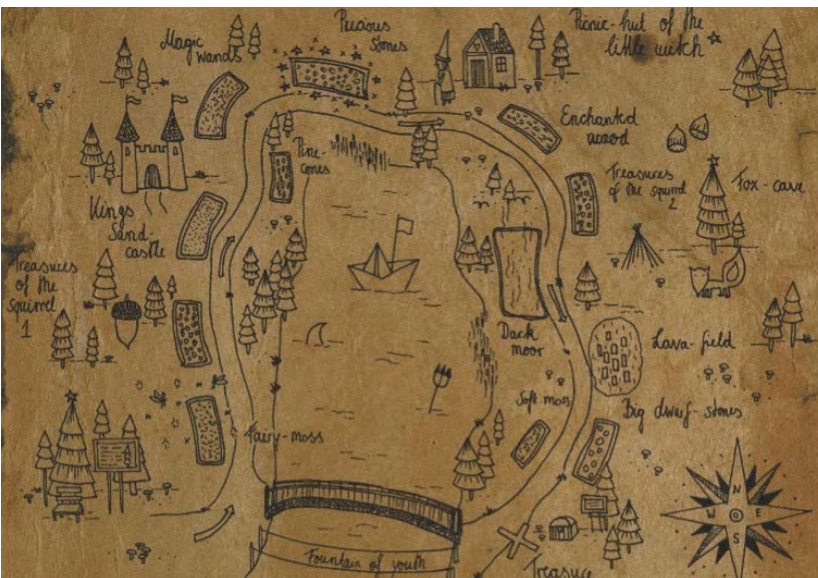
Lapsille ja nuorille suunnatulle polulle voidaan sijoittaa erilaisia tehtäviä, jotka tekevät polusta seikkailun. Polulla voidaan kulkea yksin tai yhdessä tai siten että isommat lapset auttavat pienempiä lapsia polun kulkemisessa, jolloin harjoitellaan luottamuksen ja vastuunoton taitoja.

MATERIAALIT POLULLE

Pehmeät ja helpot materiaalit	Puolipehmeät materiaalit	Kovat materiaalit
Satu sammalpolku Kuninkaan hiekkatie	Oravan aarteet 1&2 – käpyjä ja pähkinöitä Taikasauvatie – pieniä puiden oksia Lumottu kaarnatie Ison menninkäisen kivet Tumma nummi – mutapolku	Jalokivipolku Laavakentän ylitys koskematta laavaan Nuoruudenlähde – vesipiste jossa voit huuhdella jalat kävelemällä lähteen läpi



KUVA 3. Paljasjalkapolun suunnittelu



KUVA 4. Paljasjalkapolun aarrekartta

Sosiaalisten taitojen lisäksi paljasjalkapolku vahvistaa jalkaterän ja nilkan lihaksia ja jänteitä. Jalkapohja on myös hyvin tuntoherkkää aluetta, jolla on yhteys muihin kehon osiin. Polku tarjoaa turvallisen paikan kävellä paljain jaloin pelkäämättä vahingoittavia esineitä maassa, kuten lasia tai muita teräviä esineitä. Turvallisia polkumateriaaleja ovat esimerkiksi hiekka, sora, kivet, puu, ruoho ja muta (kuva 3).

Lapsille tarkoitettu paljasjalkapolku voi rakentua sadun aarrekartan pohjalle, jolloin annetaan tilaa myös mielikuvitukselle (kuva 4). Polulle tuleville lapsille annetaan aarrekartta ja heidän tulee suunnistaa sen avulla eteenpäin. Polun varrelle voidaan sijoittaa asemia, jotka voidaan nimetä erilaisten satuhahmojen mukaan. Aseman nimellä voi olla myös yhteys siihen materiaaliin, jota pitkin tulee kulkea eteenpäin. Asemilla voi levätä tai leikkiä tai ne voivat sisältää haasteita tai ongelmanratkaisutehtäviä lasten ratkaistaviksi.

3. VIISI JÄTTILÄISTÄ LAPAKISTOSSA (FIVE GIANTS IN LAPAKISTO)

Tiimi: Kirsten Verbeek (Graafinen suunnittelu, Hollanti), Elle van den Bogaard (Sosiaaliala, Hollanti), Nienke Oerlemans (Sosiaaliala, Hollanti), Meri Apiala (Sosiaaliala, Suomi), Tiffaine Kötterheinrich (Hoitotyö, Saksa)

Viisi jättiläistä on aisti- ja ongelmaratkaisupolku 10-13-vuotiaille nuorille, jossa tavoitteena on oppia kunnioittamaan luontoa ja löytämään hyvinvointia metsäympäristöstä. Suunnittelun lähtökohtana oli vierailu Lahden sosiaalitoimessa ja keskustelu nuorisotyöntekijän kanssa, joka painotti fyysistä tekemistä ja sosiaalisia aktiviteetteja nuorten kanssa. Lisäksi tiimi kävi tutustumassa Lapakiston alueeseen.

Polku jakautuu viiteen rastiin, joissa kussakin nuorten on käytettävä eri aisteja selvittääkseen rastilla olevan tehtävän. Polku alkaa viiden jättiläisen tarinalla, joka johdattaa nuoria polulla eteenpäin. Polulla liikutaan pienissä, noin 4-5 nuoren ryhmässä ja rasteilla on nuorisotyöntekijät (ja/ tai vanhemmat) antamassa ohjeet tehtävään. Polulla on hyvä olla myös aikuinen mukana seuraamassa, että ryhmät etenevät reitillä oikein ja varmistamassa, että ryhmät liikkuvat turvallisesti reitillä. Viiden jättiläisen reitti on kuvassa 5. Tavoitteena on, että tehtävien suorittamisen avulla saatetaan kaikki reitin varrella asuvat jättiläiset yhteiseen tapaamiseen reitin loppuun.



KUVA 5. Viiden jättiläisen reitti Lapakistossa.

Story around the trail

5 Giants



of Finland

Afraid of human



Hide themselves

Every giant: only one sense

Oldest giant: feel

Round giant: taste

Tallest giant: see

Smallest giant: smell

Giant with big ears: hear

Lived together and helped each other

Discussion about who is the giant with the best ability



Your task is, to help the giants to find the way. But remember: Every giant has only one sense. Try to lead them, by stimulating their own sense. Use the nature as a help.

Family meeting → giants have to find the way

The fight never stopped, they splitted up

KUVA 6. Jättiläisveljesten aistit

Polku kulkee jättiläisveljesten luokse, joilla kullakin on vain yksi aisti käytettävissään (kuva 6). William on jättiläisistä suurin ja hänen aistinsa on näkö. Näköaistia käyttämällä nuorten tulee löytää metsään piilotettuja kuvia, jotka lopulta ohjaavat heidät myös seuraavalle rastille. Seuraavalla rastilla asuu Johannes, joka on nuorin jättiläisveljeksistä. Johannesen aisti on kuulo, jonka varassa hän toimii. Johannesen luota nuorten tulee suunnistaa seuraavalle rastille kuulon varassa. Kolme eri luontoääntä ohjaa nuoria kulkemaan oikeaan suuntaan, äänet ovat tarkoituksella hiljaisia niin että kuunteleminen vaatii keskittymistä. Seuraavalla rastilla asuu Olaf, joka toimii tuntoaistin varassa. Nuorten tulee keksiä keinot johdatella jättiläistä eteenpäin erilaisten tunteen liittyvien ja luonnosta löytyvien vihjeiden avulla. Seuraavalla rastilla odottaa pienin jättiläisistä, Mika, jolla on käytössä hajuaisti. Useille metsän eläimille hajuaisti on elintärkeä, ja tältä rastilta nuorten on jatkettava matkaa hajuaistin varassa. Reitin puihin on hierottu sipulia, jota haistamalla nuoret pysyvät oikealla reitillä ja löytävät seuraavan jättiläisen luokse. Jättiläinen Karlilla on käytössään vain makuu-aisti, ja nuorten tulee miettiä, mitkä metsästä löytyvät luonnonantimet voisivat johdatella Karlin eteenpäin polulla.

Reitin kulkeminen vaatii yhteistyökykyä ja mielikuvitusta. Reitin lopussa odottaa palkinto, joka on sovittu ennen reitille lähtöä.

4. LUONTOHYVINVOINTIA IKÄÄNTYNEILLE (NATURE EXPERIENCES FOR THE ELDERLY)

Tiimi: Patrícia Skovajsová (Fysioterapia, Slovakia), Joost Mulders (Terveysteknologia, Hollanti), Nonna Popova (Liiketalous, Venäjä), Saskia Hendriks (Graafinen suunnittelu, Hollanti)

Suomessa on kasvava määrä ikääntyneitä, joilla ei ole mahdollisuutta päästä luontoon liikkumaan esimerkiksi toimintakyvyn heikkenemisen vuoksi. Luontokokemukset tarjoaisivat kuitenkin monenlaisia hyvinvointikokemuksia ikääntyneille ja tästä lähtökohdasta tiimi lähti suunnittelemaan palvelutaloissa asuville ikääntyneille luontokonseptia hyödyntäen myös teknologiaa toteutuksessa. Tavoitteena oli luoda konsepti, joka aktivoisi ja lisäisi myös sosiaalista osallisuutta ikääntyneiden kesken.

Konseptin suunnittelu alkoi tutustumalla kirjallisuuteen ikääntyneiden toimintakyvystä ja tilastoihin, jotka kertoivat ikääntyneiden määrän kasvusta sekä Euroopassa että Suomessa ja haastattelemalla palvelutalossa asuvaa 76-vuotiasta ikäihmistä, joka toivoi palvelutaloon lisää rutiineista poikkeavaa tekemistä ja mahdollisuutta päästä ulos liikkumaan. Tiimi tutustui lähes 200 asukkaan palvelutaloon myös ympäristönä. Palvelutalo on melko uusi ja tarjoaa monenlaista kulttuuriohjelmaa asukkailleen, lisäksi rakennuksessa on kuntosali sekä asukkaiden että henkilökunnan käyttöön, mutta se ei ole ympäristönä erityisen houkutteleva, eikä sitä hyödynnetä aktiivisesti (kuva 7).



KUVA 7. Palvelutalon kuntosali

Tiimi teki myös havaintoja palvelutalon asukkaiden suhteesta luontoon. Toimintakykyisimmät pystyvät viettämään aikaa palvelutaloa ympäröivässä puistossa, mutta mitä huonompi toimintakyky on, niin sitä suurempi rooli on lähiympäristöllä, joka rajoittui omaan huoneeseen ja palvelutalon yhteisiin oleskelutiloihin, joista on ikkunoiden kautta yhteys ympäröivään luontoon ja mahdollisuus seurata vuodenaikojen vaihtelua.

Erilaisia luontoa hyödyntäviä ratkaisuja palvelutaloissa on jo käytössä. Palvelutaloissa voi olla akvaarioita, lintuja, marsuja tai kissoja. Myös koiravieraita käy palvelutaloissa säännöllisesti, joskus myös jopa laamoja tai poneja. Palvelutaloissa voi olla myös SPA:sta tuttuja rentoutumishuoneita, joissa taustalla on luontoääniä ja seinille on tuotu luontomaisemia.

Uutta palvelukonseptia lähdettiin suunnittelemaan miettien, miten kuntosali voisi olla ympäristönä houkutteleva, aktivoida ikääntyneitä liikkumaan ja samalla tarjota luontokokemuksen. Palvelukonseptin lähtökohta oli hollantilainen idea, jossa yritys tarjoaa erilaisia pyöräilyreittejä kuntosalipyöräilyn reiteiksi. Pyöräilijä voi valita erilaisista vaihtoehdoista, missä haluaa pyöräillä ja valita mieleisensä pyöräilyreitit päättämällä risteyksissä kääntyykö vasemmalle vai oikealle. Matka etenee pyöräilijän polkema vauhtia, joka lisää pyöräilyn realistista tuntua ja motivoi jatkamaan matkaa. Pyöräilijää voi motivoida myös mahdollisuus asettaa itselleen tavoite, jonne haluaisi tällä pyöräilykerralla päästä. Liikenteen äänien lisääminen on myös mahdollista, mutta on usein ikääntynyttä pyöräilijää häiritsevä tekijä. Sen sijaan pyöräilymatkalla voi olla kaveri mukana, jonka kanssa pääsee vaihtamaan ajatuksia reitin varrella. Kaverin kanssa matka voi edetä hauskemmin kuin yksin polkiessa ja lisätä sosiaalisen yhteenkuuluvuuden tunnetta. Pyöräilyreitti voi kulkea tutussa ympäristössä, joka tuo mieleen muistoja, tai se voi olla uudessa ympäristössä, jossa olisi aina halunnut päästä käymään (kuva 8).



KUVA 8. Virtuaalista pyöräilymatkaa voi tehdä yksin tai yhdessä joko kuntopyörällä tai pyörätuolista polkemalla.

Palvelutalon kuntosali ideoitiin ”Vihreäksi huoneeksi”, jossa luonto haluttiin tuoda sisälle. Huoneen seinillä on yhtenäinen luontomaisema, ja huoneessa on kasveja, jotka lisäävät luonnon tuntua. Maisemaa voidaan varioida vuodenaikojen mukaan. Kuntopyörillä pääsee videoruutujen avulla polkemaan erilaisia metsäreittejä ja asettamaan itselleen pyöräilytavoitteita. Vihreän huoneen tavoitteena on motivoida ja aktivoida ikääntyneitä liikkumaan turvallisesti ja ylläpitämään toimintakykyään mukavalla tavalla. Vihreä huone toimii myös kuntoutuksen tukena esimerkiksi sairaudesta toipumisen aikana.

Näin se jatkuu

Kehitetyt konseptit ovat rakennettu Mennään metsään -hankkeen puitteissa ja jäävät sitä kautta hyödynnettäväksi alueen julkisten tai yksityisten yritysten käyttöön. Lapsille ja nuorille suunnatut konseptit sopivat hyvin toteutettaviksi Lahden seudulla lisäämään perheille tarkoitettuja toimintamahdollisuuksia ja palvelemaan myös perhematkailijoita ja lisäämään heille suunnattuja palveluja.

Konseptien yhteydessä on esitetty toteutuspaikkoja, mutta ideat ovat mahdollisia sijoittaa useisiin eri ympäristöihin, esimerkiksi Lahden perhepuistoon, Lanu-puistoon tai Salpausselän maastoon. Luontoympäristöllä itsessään on elvyttävä, voimaannuttava ja hyvinvointia lisäävä vaikutus, eikä se tarvitse tekniikkaa tuekseen, mutta tekniikan avulla voidaan lisätä elämyksellisyyttä. Pelkästään valojen käytöllä voidaan muuntaa ympäristöjä ja tehdä esimerkiksi pimeän ajan luonnossa liikkumisesta jännittävä taianomainen kokemus. Virtuaalitekniikka mahdollistaa myös luontokokemusten tuomisen sisätiloihin sellaisten ryhmien ulottuville, joilla ei muutoin ole mahdollisuutta päästä luontoretkille omatoimisesti, kuten viimeinen esimerkki ikääntyneille suunnatusta Vihreästä huoneesta ja pyöräilyretkestä osoittaa.

Lähteet

Bauer A. 2012. Burned over. [Viitattu 13.11.2016]. Saatavissa: <http://ameliabauer.com/burned-over-1>

Flegal, K. 2016. Barefoot Babies. Natural Child Magazine. [Viitattu 6.11.2016]. Saatavissa: <http://www.naturalchildmagazine.com/1210/barefoot-babies.htm>

Gangemi, S. 2014. Healthy, Active, Barefoot Kids. DrGangemi.com. [Viitattu 6.11.2016]. Saatavissa: <http://www.drgangemi.com/kids-health/healthy-active-barefoot-kids/>

Howell, A., Dopko, R., Passmore, H-A. & Buro, K. 2011. Nature connectedness: Associations with well-being and mindfulness. Personality and Individual Differences. [Verkkolehti]. Vol.51(2), 166-171. [Viitattu 13.11.2017]. Saatavissa: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.03.037>

Interactieve fietstochten. [Viitattu 15.11.2016]. Saatavissa: <http://fietslabyrint.nl/>

Isaac, E. 2013. The Surprising Health Benefits Of Going Barefoot. Mindbodygreen. [Viitattu 8.11.2016]. Saatavissa: <http://www.mindbodygreen.com/0-9099/the-surprising-health-benefits-of-going-barefoot.html>

Lee, J. 2013. Design for all 5 senses. TED. [Viitattu 2.11. 2016]. Saatavissa: https://www.ted.com/talks/jinsop_lee_design_for_all_5_senses

Mackerron, G. & Mourato, S. 2013. Happiness is greater in natural environments. Global Environmental Change. [Verkkolehti]. Vol. 23(5), 992-1000. [Viitattu 13.11.2017]. Saatavissa: <https://doi.org/10.1016/j.gloenvcha.2013.03.010>

Munro B. 2016. Field of Light. [Viitattu 13.11.2016]. Saatavissa: <http://www.brucemunro.co.uk/installations/field-of-light/>

Rhodes, R.E., Warburton, D.E.R. & Bredin, S.S.D. 2009. Predicting the effect of interactive video bikes on exercise adherence: an efficacy trial. Psychology, Health & Medicine. [Verkkolehti]. Vol. 14 (6), 631-640. [Viitattu 13.11.2017]. Saatavissa: <http://dx.doi.org/10.1080/13548500903281088>

Social Care Institute for Excellence. 2014. What older people want: Commissioning home care for older people. [Viitattu 15.11.2016]. Saatavissa: <http://www.scie.org.uk/publications/guides/guide54/what-older-people-want.asp>

Underwood B. 2011. Portfolio. [Viitattu 14.11.2016]. Saatavissa: <http://www.barryunderwood.com/portfolio.html>



Mika Kylänen

Tarinallistaminen luontomatkailussa

Tässä artikkelissa käsitellään tarinallistamista luontomatkailussa. Jotta voidaan ylläpitää retkeily- ja luontomatkailureitistöjä sekä oikeuttaa niihin kohdistuneet huomattavan suuret miljoonainvestoinnit, reitistöjä tulisi yhä vahvemmin merkityksellistää, inhimillistää ja elämyksellistää niin, että ne tarjoavat myös samastumisen kohteita kiireisille, kaupungistuneille, jopa luontokokemuksista eriytyneille ihmisille. Luontomatkailu on samanaikaisesti paitsi yksi voimakkaimmin kehittyviä aloja maailmassa myös altis jatkuvasti kiristyvälle kilpailulle ihmisten huomiosta, ajasta ja rahoista – globaalisti. Tämän vuoksi artikkelissa halutaan tarjota välineitä kehittää reitistöjä, ei vain aineellisten, vaan myös aineettomien investointien näkökulmasta. Yhdistämällä markkinoinnin, tuotteistamisen ja tarinallistamisen näkökulmia voidaan kehittää reitistöjä niin, että ne puhuttelevat ja houkuttelevat ihmisiä sekä vetoavat heidän tunteisiinsa sekä laaja-alaisempiin merkityksenantoihin. Tarinoiden ja tarinankerronnan sijaan tarvitaan syvällisempää asiakaskokemuksen muotoilua. Se edellyttää kuitenkin reitistöjen, paikkojen ja alueiden tarkastelua ”suurina kertomuksina” ihmisten hyvinvoinnista, heidän yhteydestään luontoon ja suhteestaan toisiinsa. Jatkuvan kehittämisen ja vastuun kantamisen rinnalla reitistöjä tulisi viedä eteenpäin arvolähtöisinä merkityskokonaisuuksina, jotka tarjoavat ihmisille välineitä rakentaa omaa identiteettiään sekä reiteistä itsestään huolehtivina hyvinvoinnin lähettiminä.

Jatkuvan kehittämisen vastuu

Viime vuosina eri puolilla Suomea on sijoitettu kymmeniä miljoonia luontomatkailun kehittämiseen. Kun tähän lasketaan vielä päälle järeämmät, aineelliset investoinnit esimerkiksi kansallispuistoihin tai tarkastellaan vaikkapa 15 vuoden aikaperspektiiviä, päästään helposti yli sadan miljoonan euron, ehkä satoihinkin.

Aineelliset investoinnit, kuten pitkospuut, laavut, nuotiopaikat ja opastetut kulkemisen ja retkeilemisen sujuvoittamiseksi sekä uusi teknologia esimerkiksi verkkonäkyvyyden parantamiseksi toimivat luonnollisesti puitteina omatoimisille luontomatkailijoille. Ne omalta osaltaan tuovat turvallisuuden tunnetta, vahvistavat laatumielikuvaa ja helpottavat hakeutumista eri puolilta Suomea ja maailmaa retkeily- ja luontomatkailureittien äärelle, metsään. Jotta päästään kokonaisvaltaisiin luontokokemuksiin, tarvitaan kuitenkin myös aineettomia investointeja luontomatkailu- ja retkeilyreitistöihin.

Aineettomilla investoinneilla tarkoitetaan muun muassa osaamiseen sekä tutkimus- ja kehittämistyöhön liittyviä panostuksia. Tilastokeskuksen Tieto&Trendit -lehdessä julkaistussa artikkelissaan Huovari ja Maliranta (2008) alleviivaavat sitä, että talouskasvun ja tuottavuuden parantamisen näkökulmasta kiinnitetään liian vähän huomiota koneiden, laitteiden ja rakennusten rinnalla investointeihin, jotka kohdistuvat tuotemerkkeihin, ohjelmistoihin sekä tuote- ja palvelukehittämiseen. Artikkelissa tuodaan esille, että kun ulotetaan kasvuanalyysien tarkasteleminen myös tekniikan ja rakennetun ympäristön ulkopuolelle, voidaan saada aikaan nopeampia tuottavuusaaltoja.

Luontomatkailun toimintaedellytysten luomisessa on hyvällä tavalla otettukin askelia, jotta sekä aineelliset että aineettomat investoinnit löisivät käyttöä. On järjestetty Outdoors Finland -koulutuksia, tuotettu monikanavaisia markkinointiviestinnän materiaaleja, tehty konkreettista myyntityötäkin matkailija- ja käyttäjämäärien kasvattamiseksi sekä hyödynnetty muun muassa bloggaajia

näkyvyyden parantamiseksi. Koulutuksissa on keskitytty niin reittien luokittelemiseen kuin tuotteistamiseen. (Ks. esim. Markkinointi&Mainonta 2014.) On kuitenkin tärkeätä omaksua jatkuvan kehittämisen toimintatapa, jossa tuotteistamis- ja brändäämistyötä tehdään rinta rinnan reittien suunnittelemisen ja rakentamisen sekä rakenteiden ylläpitämisen kanssa.

Kun panostetaan kymmeniä ja satoja miljoonia niin veronmaksajien kuin yksityistä rahaa jokamiesoikeudenkin piirissä oleviin kohteisiin ja palveluihin, siihen sisältyy myös huomattava vastuu. Tässä artikkelissa annetaan näkökulmia ja välineitä kolmeulotteiseen vastuun kantamiseen:

- meillä on vastuu pitää retkeileminen ja luontomatkailu jatkossakin kiinnostavina vaihtoehtoina kansainvälisen kilpailun ja ajanhengen vaatimusten puristuksessa
- meillä on vastuu kasvattaa retkeily- ja luontomatkailureittien houkuttelevuutta globaalissa kilpailussa ihmisten huomiosta ja vapaa-ajasta
- meillä on yhteiskunnallinenkin vastuu tarjota ihmisille ennaltaehkäiseviä ja kuntouttavia työkaluja omasta hyvinvoinnistaan ja terveydestään huolehtimiseen

Tässä artikkelissa tarkastellaan tarinallistamista ja siihen kytkeytyviä liikkeenjohdollisia, markkinoinnillisia ja palvelukehittämistä koskettavia aihepiirejä luontomatkailun tuotteistamisen näkökulmasta. Tuotteistamalla luontomatkailua ja retkeily- ja luontomatkailureitistöjä voidaan luoda aineetonta arvoa asiakkaille ja kasvattaa näin myös matkailutuloa.

Kohti arvolähtöistä tuotteistamista ja brändäämistä

Työkalut, joita liiketoiminnan kehittämisen suunnista tarjotaan luontomatkailun eteenpäin viemiseen, ovat vaihtelevia. Perinteisesti on lähestytty luontomatkailun markkinointia kapea-alaisesti markkinointiviestintänä tai tarjottu tuotantolähtöisesti neljää P:tä tuotteen (price), saatavuuden (place), menekin edistämisen (promotion) ja hinnoittelun (pricing) määrittämiseen. Tuotteistamisessa on kiinnitetty huomiota perinteisesti esitemateriaalien, opasteiden ja liikkumismahdollisuuksien kuvaamiseen, mikä näkyy lähes kautta linjan reitistöjen kuvaamisessa siirtymisinä paikasta A paikkaan B. (ks. Wearing ym. 2007.)

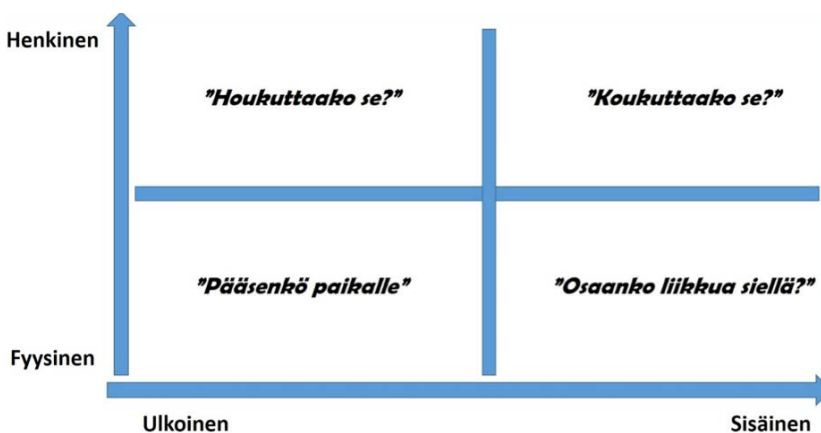
Jotta voidaan pitää retkeileminen ja luontomatkailu jatkossakin kiinnostavina kansainvälisen kilpailun ja ajanhengen vaatimusten puristuksessa, tulisi kiinnittää erityistä huomiota asiakkaan näkökulmaan sekä erottuvuuteen (ks. Wearing ym. 2007), eli siihen, miten luontomatkailu näyttääytyy yhä monipuolistuvien ajanvietteiden maailmassa, kuinka voidaan tavoittaa erilaiset käyttäjäryhmät ja millä keinoin voidaan kasvattaa uutta luontomatkailijasukupolvea. Tähän tarvitaan toisaalta monia, uusiakin kanavia, mutta myös median suosiollista avustusta. Erityinen kipupiste on tällaisten omatoimiaktiiviteettien mediaseksikkyuden ylläpitäminen tilanteessa, jossa moni passiviteetti voi näyttäytyä kiinnostavampana. Erottuvuutta tarvitaan myös reittien ja alueiden välillä, kun matkailija tai paikallinen miettii: ”Miksi juuri minun tulisi mennä juuri tuonne juuri nyt?” Sen sijaan, että reittejä kuvataan paikasta A paikkaan B -taipaleina, tulisi reitistön asiakaslupaus rakentaa kokemuksellisuuden, elämyksellisyden ja merkitysten ympärille.

Luontomatkailusta voitaisiin tehdä vielä nykyistään nostetta laaja-alaisempi, monisyisempi ja puhuttelevampi ilmiö, josta ei millään malttaisi jättäytyä ulkopuolelle. Kuinka saadaan aikaan luontomatkailua kohtaan ravintolapäivään, itselle rakkaan urheiluseuran fanittamiseen tai hyväntekeväisyyteen verrattava vetovoima, hype? Tai miksi epäterveellisyys ja vaarallisuus, kuten alkoholi, päihheet ja väkivalta, myyvät, mutta hyvinvointi on vasta alkamassa kiinnostamaan ihmismassoja? Toisaalta voiko luontomatkailu ollakaan volyymibisnestä?

Kun mietitään retkeily- ja luontomatkailureittien houkuttelevuutta suhteessa muihin samoilla markkinoilla asiakkaiden ja potentiaalisten asiakkaiden huomiosta, rahoista ja vapaa-ajasta kilpailevia ajanvietteitä, kohdataan erityisiä saavutettavuushaasteita. Ihmiset tuntuvat arvostavan helppoutta, jolloin välttämättä itse metsään menemisessä ei ole ongelmaa, mutta sen metsän äärelle pääsemisessä saa helposti harmaita hiuksia. Pääsemistä paikasta A paikkaan B tai metsässä opastein turvattua, esteetöntäkin liikkumista – sitä fyysistä saavutettavuutta – merkittävämpi saavutettavuushaaste on kuitenkin niin sanottu henkinen saavutettavuus. Lisäksi on paikallaan eritellä ulkoista ja sisäistä saavutettavuutta. (ks. Kulmat 2011.)

Kuinka voidaan varmistua siitä, että metsään meneminen koskettaa asiakkaita ja saa heräämään pitkäkestoisemmankin kiinnostuksen luonnossa liikkumista kohtaan? Entä miten päästään jo kiinnostuksen herättämävaiheessa houkuttelevuudessa asiakkaan ”ihon alle”? Kulmat-sivuston (2011) saavutettavuuden periaatteiden mukaan tulisi kyetä vastaamaan myös siihen haasteeseen, että tarjoamamme ratkaisu, tässä tapauksessa retkeily- ja luontomatkailureitti, houkuttaa mutta myös koukuttaa. Saavutettavuuden ulottuvuuksia on havainnollistettu alla olevalla nelikentällä (ks. Kuvio 1).

Idugboe (2012) vinkkaa asiantuntijavideossaan huomiotaloudessa toimiville markkinoijille kolmea teesiä erottautumiseen ja asiakkaansa mukaan tempaamiseen; a) huomiotaloudessa tulisi tarjota asiakkaalle ja potentiaaliselle asiakkaalle jotakin opettavaista (kuten lisätietoa tai uusia taitoja liittyen retkeilemiseen, luontoon tai historiaan), b) olisi arvokasta hyödyntää huumoria ja muuta viihdearvoa nostavaa ja viihteellisyyttä parantavaa (kuten jokin posi-



KUVIO 1. Saavutettavuuden avainkysymykset (Kulmat 2011)

tiivisesti mieleen jäävä hahmo, kertomus tai tyyli), sekä c) antaa asiakkaalle mahdollisuus pysähtyä miettimään suurempia kysymyksiä valaisemalla häntä sopivalla tavalla (kuten luonnon herkkyyden tai kestävyuden merkityksen esille tuominen).

Houkuttelevuuden parantamisessa helpottaa, jos pystyy luomaan saumattoman, johdonmukaisen ja selkeän viestin siitä, mitä edustaa, keitä haluaa tavoitella ja mitä voi tarjota sekä millä tavalla sen meinaa tehdä. Retkeily- ja luontomatkailureittien kohdalla tällainen selkeän kuvan luominen on vaikeampaa kuin yksittäisen yrityksen yksittäisen palvelun äärellä toimittaessa. Historia, useat paikalliset, alueelliset ja kansalliset intressiryhmät sekä aineellisten ja aineettomien elementtien sekoittuminen ovat samaan aikaan taakka ja mahdollisuus.

Liikuttaessa enemmän asiakkaiden tunnetasolla ja haettaessa paikallisia erityispiirteitä kilpailutekijöiksi kansainvälisillekin markkinoille sekä rakennettaessa pitkäjännitteistä erottautumista muista on tarkoituksenmukaista ammentaa tuoreemmista markkinointiajattelun ja brändäämisen teemoista. Tällöin asetetaan arvot, asiakas ja paikallinen aitous keskiöön. Markkinoinnissa työkaluja tällaiseen rakentamistyöhön tarjoavat esimerkiksi Gilmore ja Pine (2007) Authenticity-kirjassaan sekä Kotler ym. (2010) markkinointi 3.0 -ajattelullaan.

Aitouden kahtena pääulottuvuutena yhdysvaltalaiset elämystalouden sanansaattajat alleviivaavat sitä, että on rehellinen itselleen ja että on sitä, mitä sanoo olevansa (Gilmore & Pine 2007). Luontomatkailureittien kohdalla tämä voisi tarkoittaa esimerkiksi sitä, että ammentaa siitä ja kunnioittaa sitä, mitä on – omaa historiaansa, paikallisia erityispiirteitään ja identiteettiään – sekä rakentaa kilpailuetuaan suhteessa muihin alueisiin, reitteihin ja paikkoihin juuri näistä paikallisista lähtökohdista, jollaisia ei sellaisenaan muualla ole. Vastaavasti, jos markkinointiviestinnällä ja muulla reitilläkin saatavalla informaatiolla annetaan tietynlainen lupaus siitä, mitä tuleman pitää, tulisi arjen, asiakastilanteiden ja kokemuksellisten puitteiden myös mukaila tätä luvattua latinkia.

Gilmoren ja Pinen (2007) keskeisimpänä teesinä on se, että asiakkaat todella haluavat sitä, jolla on heille merkitystä – ja usein vieläpä vain sitä. Asiakkaiden päätöksissä omasta ajankäytöstään painaakin yhä enempi se, kuinka hyvin palveluntarjoajan esittämä ratkaisu tai lupaus mukailee heidän omakuvaansa, sitä, miten he itsensä mieltävät. Retkeily- ja luontomatkailureittien ja -aktiiviteetin kokonaisuutena tulisikin toimia heille oman identiteettinsä rakentamisvälineenä tai vähintäänkin sen peilinä, ei vain hetkellisenä hyvänolon tunteena tai mukavana tekemisenä muiden joukossa. Tekemisen ja siihen liittyvän uhrauksen tulee vähintäänkin vastata siihen, kuka asiakas on tai mikä käsitys hänellä itsestään on, millaiseksi hän haluaisi tulla tai kuinka hän haluaa itsensä ympäröivään maailmaan suhteuttaa.

Kotler ym. (2010) antavat puolestaan välineitä haastaa perinteinen markkinointi, jolla on keskitytty mittaamaan volyymejä ja menekkiä sekä arvioimaan asiakkaan tyytyväisyyttä ennako-odotuksiin vastaamisen keinoin ja tarjoamaan asiakkaalle passiivinen rooli ”valmiissa pöydässä.” Yhä vahvemmin asiakkaan onnistunut, mieleen jäävä, ikimuistoinenkin, luontomatka tai retki nojaa kokonaisvaltaiseen, osallistavaan ja moniaistiseen sekä moniulotteiseen kokemukseen. Luontomatkan sijaan kyse on matkasta luontoon, itseensä ja yhteisöön.

Markkinointi 3.0 -ajattelussa alleviivataan arvolähtöisen (liike)toiminnan merkitystä sekä sitä, että asiakkaiden kokema lisäarvo nojaa yhä useammin aineettomiin merkityssisältöihin. Tavanomaisen tuotantolähtöisyyden, rationaalisen ihmiskäsityksen tai pelkän asiakastytyväisyyden sijaan toiminnan ja kohtaamisten onnistuneisuutta arvioidaan enemmänkin palvelutarjoajan

kykynä tehdä maailmasta parempi paikka. Se edellyttää vahvaa vastuullisen liiketoiminnan arvopohjaa, uuden teknologian hyödyntämistä, kokonaisvaltaista asiakaskäsitystä sekä monenkeskistä yhteistyötä. Palveluiden, kuten retkeily- ja luontomatkailureittien tulee olla samanaikaisesti käytännöllisiä (kuten riittävän helppokulkuisia), tunnepitoisia (kuten moniaistisia ja herättäviä) ja henkisiä (kuten ”matkoja itseensä”) sekä kantaa mukanaan merkityksiä, jotka ulottuvat yksittäisen ihmisen yksittäistä kokemustilannetta laajempiin kysymyksiin elämästä, yhteenkuuluvuudesta ja arvoista sekä hyvinvoinnista. Pelkän erottautumisen (differentiate) rinnalla tulisi jättää jälki ja ainakin pyrkiä vaikuttamaan asioiden tilaan (make a difference) sekä osoittaa myötätuntoa esimerkiksi ympäristöä, toisia ihmisiä, paikallisia erityispiirteitä ja eläimiä kohtaan. (Kotler ym. 2010.)

Kun omatoimiseen retkeilyyn ja luontomatkailuun onnistutaan lataamaan pitkäjännitteisempi jatkumo ja kiinnittämään voimakkaampi, tunteisiin ja mielen sopukoihin ulottuva merkitys, voidaan vastata myös edellä asetettuun kolmanteen vastuuhaasteeseen. Erottavalla tuotteistamisella voidaan pitää retkeileminen ja luontomatkailu kiinnostavina ja houkuttelevina vaihtoehtoina ihmisten vapaa-ajassa, mutta se, että metsään menemiseen onnistutaan liittämään syvällisempi merkitys ja ideologisesti tarina, edellyttävät vielä lisäulottuvuuksia.

Tarinoista tarinallistamiseen

Jotta merkitysten luomisesta ja identiteettityöstä ei tulisi vain päälle liimattua ja pinnallista, arvo- ja asiakaslähtöisyyden tulisi ulottua viestimisestä konkreettiseen tekemiseen ja aitoihin kohtaamisiin. Kalliomäki (2014) opastaa muotoilemaan tarinallistamisen avulla asiakaskokemukselle punaisen langan. Käytännössä se tarkoittaa sitä, että asiakkaan kohtaamisia, lupausta siitä, mitä tuleman pitää, ja asiakastilanteiden puitteita pyritään merkityksellistämään, inhimillistämään ja elämyksellistämään sekä tarjoamaan asiakkaalle samastumisen mahdollisuuksia.

Tällöin on myös paikallaan tarkastella kriittisesti tarinankerronnan (storytelling) ja tarinallistamisen (storification) eroja (Kalliomäki 2015). Sitä voidaan havainnollistaa alla olevalla (ks. Kuvio 1) jäävuorivertauksella, jossa tarinankerronta tähtää kokemuksen näkyvämpään ja ilmeisempään osaan, jonka tehtävänä on kommunikoida asiakkaalle se, mistä voi olla kysymys. Viestin muotoilu ja merkitysten välittäminen ovat toki arvolähtöistä määrittelytyötä, mutta enempi ne perustuvat jo aiemmin tehtyihin kiteytyksiin ja arvovalintoihin. Jäävuorivertauksessa vastaavasti ”pinnan alla” asiakastilanne, vaikkapa kohtaamistilanne luonnon ja ihmisen, kahden ihmisen tai asiakkaan ja palveluntarjoajan välillä, voidaan merkityksellistää, muotoilla syy tai syitä – miksi juuri minä, miksi juuri tämä ja miksi juuri tässä ja nyt – käyttää aikaa, rahaa tai huomiota nimenomaisella tavalla, nimenomaiseen asiaan. Yhä tärkeämpää on luoda näitä merkityksiä yhdessä asiakkaan ja muiden avainhenkilöiden, kuten paikallisten, työntekijöiden, viranomaisten, rahoittajien tai muiden intressiryhmien, kanssa. Se edellyttää tilan antamista ja osallistamista. Elämyksellisyydessä ei tähdätä pelkästään asiakkaan kohtaamiseen, vaan tajunnan räjäyttämiseen tunteisiin vetoavalla tavalla, koskettamiseen, liikuttamiseen. Tarinallistamisessa on siis kyse kokemuksen muotoilusta, ja siinä yhdistyvät käyttäjälähtöinen muotoilu, elämysajattelu sekä käsikirjoittaminen ja dramaturgia (Kalliomäki 2014). Laadukas tarinallistaminen nojaa ajatukseen siitä, että hyvää tarinaa ei tarvitse kertoa, vaan se on koettavissa, punaisena langana – ”show don’t tell”, sanotaan.



KUVIO 2. Tarinankerronnan ja tarinallistamisen erojen havainnollistaminen jäävuorivertauksella (mukaillen Kalliomäki 2014)

Tarinallistaminen on myös enemmän kuin tarinat sinänsä, vaikka ne olisivat kuinka paikallisia tai leimallisia nimenomaiselle retkeily- ja luontomatkailureitille. Tarinat ovat parhaimmillaan mielenkiintoinen kuriositeetti, joka voi hyvinkin jäädä mieleen. Niiden haasteena globaalissa kilpailussa ihmisten ajasta ja huomiosta on kuitenkin se, että ne eivät välttämättä ”matkusta”, välity kulttuuriympäristöstä toiseen. (Kylänen 2012.) Vähintään niiden kohdalla pitäisi varmistaa samastuttavuus ja inhimillisyys (Kalliomäki 2014), tai tarinaan tulisi liittää edellä mainittua opettavuutta, viihdyttävyyttä ja pysäyttävää tai käänteen tekevää valaisevuutta (Idugboe 2012).

Esimerkiksi retkeily- ja luontomatkailureitin historialliset faktat, ilmeiset yksityiskohdat tai paikalliset fiktiivisetkin tarinat tulisi kuitenkin merkityksellistää niin, että tarinan opetus, juoni tai teema tulee ensinnäkin käsin kosketeltavaksi ja moniaistisesti koettavaksi reitillä (ks. Kalliomäki 2014). Yksittäisen reitin tai paikan mutta myös kokonaisuutena, luontomatkailun, tarinallistamisen avulla voidaan perustella asiakkaalle retkeileminen ja ajan viettäminen metsässä universaalimmalla, kulttuurista toiseen välittyvällä motivaatiolla ja käyttäytymismallilla.

Hyvinvointi sekä terveydestään ja itsestään, miksei muistakin, huolehtiminen ovat sellaisia ”suuria kertomuksia”, joihin Jensen (1999; 2002) viittaa toisaalta tarinayhteiskuntaa maalaavassa teoksessaan (1999) ja toisaalta rationaalis-taloudelliselle aivomyrskylle vaihtoehdon tarjoavalla Heartstorm-opuksellaan (2002). Hyvinvointi vetoaa erilaisiin asiakastyyppeihin statushakisemmasta hedonistisempaan kuluttajaan kuin vastuullisemmasta huolehtivampaan.

Vetoamalla ihmisten tunteisiin ja luomalla yhteisiä merkityksiä voidaan täyttää retkeily- ja luontomatkailureittien yhteiskunnallinen vastuu puhutella ihmisiä ottamaan vastuuta omasta hyvinvoinnistaan. Tämä edellyttää sitä, että reittiä lähestytään välineenä vaikuttaa ympäröivään maailmaan ja välineenä asiakkaalle rakentaa omaa identiteettiään.

Jensenin (1999) kahdeksasta emotionaalisesta markkinasta voidaan ammentaa tässä niin tunnustuksen, perinteiden, vapauden, huolenpidon ja suurten vastausten näkökulmasta. Vastaavasti Jensenin (2002) tunnistamista asiakastyypeistä voidaan luoda yhtymäkohtia löytöretkeilijämaisiin, itsensä ja muidenkin voittamisen, huolenpitäjän tai uuden luoja ominaispiirteisiin. Näin toimittaessa reitti ja sen kokeminen voidaan kytkeä osaksi suurempaa kertomusta. Reitin asiakaskokemus voidaan muotoilla esimerkiksi sankaritarumaiseksi seikkailuksi, unelmointiin tähtääväksi tai hyvän olon etsimisen ja löytämisen matkaksi tai vaikkapa paluuksi omille juurilleen. Reitin kulkeminen voi olla myös tarina selviytymisestä, itsensä ylittamisestä tai matkasta vapauteen.

Yksittäiset kontaktipisteet ja kohtaamiset reitillä tulisi näin ollen rakentaa puhuttelevammiksi, inhimillisemmiksi, samastuttavammiksi ja elämyksellisemmiksi kuin klassiset nuotio- ja kummitusjutut, paikalliset historialliset hahmot tai informatiiviset välähdykset. Se edellyttää asiakkaan tuntemista ja osallistamista sekä aineettoman lisäarvon asettamista palvelukehittämisen, kuten reittisuunnittelun ja kokemuksen muotoilun – niin aineellisten kuin aineettomien investointien – keskiöön. Tämän avulla asiakas onnistuu luomaan voimakkaamman tunnesiteen alueeseen, paikkaan ja yksittäiseen reittiin. Retkeily- ja luontomatkaileureitti voi näin olla jopa puuttuva palapelin palanen asiakkaan omakuvan ja identiteetin rakentamisessa.

Lopuksi

Tässä artikkelissa on tarkasteltu tarinallistamista luontomatkaileu-
näkökulmilla on tarjottu ajatteluvoimaa erityisesti retkeily- ja luontomatkaileureitistöjen kehittämiseen yhdistämällä markkinoinnin ja tuotteistamisen tuoreempia työkaluja tarinallistamiseen. Käsikirjoittamisen ja dramaturgian keinoin voidaan muotoilla asiakaskokemuksia niin, että ne vetoavat ihmisten tunteisiin ja antavat yhteisen alustan merkitysten yhdessä luomiseen.

Ottaen huomioon huomattavat reitistöihin ja luontomatkaileu-
tena kohdistuneet aineelliset ja aineettomat miljoonainvestoinnit emme saisi jättää reitistöjä sikseen ja tyytyä aiempiin, jo tehtyihin kehittämistoimenpiteisiin. Meidän tulisi monenkeskisesti yrityksiä, julkisia palveluntarjoajia ja yhdistyksiä sekä asiakkaita osallistaen sitoutua jatkuvaan kehittämistyöhön. Tällä tavoin voimme täyttää vastuumme niin siinä, että kehitämme reitistöjä kiinnostavina ja houkuttelevina vaihtoehtoina globaalissa kilpailussa ihmisten huomiosta, ajasta ja rahoista, kuin siinä, että autamme ihmisiä oivaltamaan luontomatkaileu-
merkityksen ihmisten hyvinvointia ja terveyttä ylläpitävänä voimana ennaltaehkäisevästi.

Lähteet

Gilmore, J. H. & Pine II, B. J. 2012. Authenticity: What Consumers Really Want. Boston: Harvard University Press.

Huovari, J. & Maliranta, M. 2008. Tuottavuuden aineettomat lähteet esiin. Tieto&Trendit. 6/2008. Tilastokeskus. [Viitattu 17.2.2017]. Saatavissa: http://www.stat.fi/artikkelit/2008/art_2008-09-17_001.html

Idugboe, D. 2012. Rules of engagement in the attention economy. [Youtube-video]. [Viitattu 17.2.2017]. Saatavissa: <https://www.youtube.com/watch?v=xu7Wsam6UEU>

Jensen, R. 2002. Heartstorm. The Dream Society 2. Copenhagen: JP Bøger.

Jensen, R. 1999. The Dream Society. New York: McGraw Hill.

Kalliomäki, A. 2015. Hä? Tarinankerrontaa ja tarinallistamista. Mitä eroa? Tarinakoneen blogi. [Viitattu 17.2.2017]. Saatavissa: <http://www.tarinakone.fi/blogi/ha-tarinankerrontaa-ja-tarinallistamista-mita-eroa/>

Kalliomäki, A. 2014. Tarinallistaminen – palvelukokemuksen punainen lanka. Helsinki: Talentum.

Kotler, P., Kartajaya, H. & Setiawan, I. 2010. Marketing 3.0: from products to customers to the human spirit. New York: John Wiley & Sons.

Kulmat. 2011. Saavutettavuus. E-oppimiskokonaisuus. Turku Touring. [Viitattu 17.2.2017]. Saatavissa: <http://ekulma.kulmat.fi/kirjasto/saavutettavuus/>

Kylänen, M. 2012. Näkökulmia tulevaisuuden matkailupalveluiden kehittämiseen – elämyksellisyyden, tarinallisuuden ja vastuullisuuden merkitys. [Verkkodokumentti]. Teoksessa: Tommola, P. (toim) Matkalla tulevaan – matkailupalvelutuotannon näkymiä. Lahti: Lahden ammattikorkeakoulu. Lahden ammattikorkeakoulun julkaisu, sarja C Artikkelikokoelmat, raportit ja muut ajankohtaiset julkaisut, osa 116. 32–47. [Viitattu 13.11.2017]. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2012120518418>

Markkinointi&Mainonta. 2014. Suomen luonnolle haetaan miljoonanäkyvyyttä – bloggaajat pääsevät keräämään mustikoita ja kalastamaan. Markkinointi&Mainonta. [Viitattu 17.2.2017]. Saatavissa: <http://www.marmai.fi/uutiset/suomen-luonnolle-haetaan-miljoonanakyvyytta-bloggaajat-paasevat-keramaan-mustikoita-ja-kalastamaan-6291654>

Wearing, S., Archer, D. & Beeton, S. 2007. The sustainable marketing of tourism in protected areas – moving forward. Sustainable tourism CRC. [Viitattu 17.2.2017]. Saatavissa: http://sustain.pata.org/wp-content/uploads/2014/12/Wearing_MrktgTourismParksV2.pdf



Moona Liljedahl ja Mika Kylänen

Tarinallistaminen tapahtumasuunnittelun välineenä

Tapahtumilla on kasvava merkitys ihmisten vapaa-ajassa ja vapaa-ajan liiketoiminnassa. Tapahtumia voidaan lähestyä toisaalta ihmisiä yhteen kokoavina ja erilaisten kiinnostuksen kohteiden ympärille rakentuvina palvelukokonaisuuksina sinänsä, mutta toisaalta myös markkinoinnin ja vetovoimaisuuden edistämisen välineinä. Kun kilpaillaan rajallisista resursseista niin tapahtumajärjestäjien kuin asiakkaiden ajan, rahan ja huomion muodoissa, on tärkeää kiinnittää huomiota tapahtumien kiinnostavuuteen, erottavuuteen ja merkityksellisyyteen niiden järjestäjille mutta ennen kaikkea kokijoille. Tässä artikkelissa tarkastellaan rinnakkain tapahtumasuunnittelun, tapahtumamarkkinoinnin ja tarinallistamisen mahdollisuuksia luotaessa kiinnostavia kokemuksia ja vahvistettaessa luontomatkailun houkuttelevuutta.

Käsittepieliä vai näkökulman vaihtamista

Tapahtumasuunnittelu ja tapahtumajärjestäminen käsittävät erilaisia vaiheita ja osa-alueita tapahtumaidean eteenpäin viemiseksi ja lopulta tapahtuman toteuttamiseksi ja toimintojen purkamiseksi. Tapahtumamarkkinointi puolestaan edustaa myynnin edistämistä ja kiinnostuksen vahvistamista hyödyntämällä tapahtumia osana markkinointia ja lisäarvon luomista asiakkaille. Sitä ei tule sekoittaa myöskään tapahtuman markkinointiin, jolla viitataan yksittäisen tapahtuman markkinointitoimenpiteisiin. (ks. Vallo & Häyrinen 2014.)

Kokonaisuutena markkinointia tulisi lähestyä laaja-alaisesti. Klassisen markkinoinnin määritelmän mukaan palveluntarjoajan tulisi rakentaa toiminnalleen sopiva markkinointi-mix eli yhdistelmä erilaisia markkinoinnin kilpailukeinoja. Markkinoinnin kilpailukeinoina pidetään niin sanottua 4P:tä, eli tuotetta (product), saatavuutta ja jakelua (place), myynnin edistämistä, kuten markkinointiviestintää (promotion), sekä hinnoittelua (price). Tämä 4P-malli juontaa juurensa valmistavaan ja tuotelähtöiseen teollisuuteen. Palvelutalouden vahvistuessa myös markkinoinnissa on haluttu laajentaa markkinointi-mixiä nimenomaan palvelujen markkinointiin. Tässä yhteydessä on esitelty kolme uutta kilpailukeinoja, joilla voidaan erottua kilpailijoista markkinoilla ja vaikuttaa asiakastyytyväisyyteen ja kannattavuuteen monipuolisemmin. Kolme lisäelementtiä ovat ihmiset (people), palveluprosessi (process) ja palveluympäristö (physical evidence). 7P-malli kuvaakin markkinoinnin erityispiirteitä osuvammin nimenomaan palvelujen markkinoinnissa. (ks. Karjaluo 2013.)

Karjaluo (2013) pohtii markkinoinnin muutoksen etenemistä palvelullistamisen, digitalisoitumisen ja aiempaa tiiviimmän asiakkaiden osallistamisen myötä. Hän nojaa Armstrongin, Kotlerin, Harkerin ja Berranin (2012) ajatuksiin siitä, että klassinen 4P-viitekehys tulisi korvata asiakaslähtöisemmällä 4C-mallilla. Sen mukaan markkinoijan tulisi määritellä toimintaansa enempi ostajan näkökulmasta olennaisten kysymysten avulla, ei tuottajan omista lähtökohdista:

- Minkä ongelman palvelu ratkaisee (customer solution)?
- Mitä kustannuksia asiakkaalle koituu (customer cost)?
- Miten palvelun käyttömukavuus varmistetaan (convenience)?
- Kuinka viestitään asiakkaan kanssa (communication)?

Tarinallistaminen voimavarana

Erityinen, haltuun otettava termi tässä yhteydessä on myös tarinallistaminen. Se parhaimmillaan yhdistää asiakkaan kokemusmaailman ja palveluntarjoajan tarjoaman yhdeksi kokonaisuudeksi liiman tavoin. Kuten Kalliomäki (2014) alleviivaa, tarinallistamisessa on kyse omaleimaisen ydintarinan tunnistamisesta ja tästä kumpuavan punaisen langan luomisesta palvelukokemukselle. Se on juoni ja syy kokea, mutta se pitää muotoilla. Tarinallistamisessa tarvitaan käsikirjoittamis- ja palvelumuotoiluosaamisen yhdistämistä, kun asiakkaan palvelukokemus muotoillaan tarinaksi (Kalliomäki 2014).

Stewart & O'Connell (2016) kirjassaan *Woo, Wow, Win* yhdistävät myös asiakkaan kokemukseen vaikuttamista, strategista suunnittelua ja palvelumuotoilua ylivoimaisten asiakaskokemusten tarjoamiseksi. Heidän mukaansa jyvät erottaa akanoista se, miten hyvin palveluntarjoaja, kuten tapahtumajärjestäjä, pystyy sisään rakentamaan asiakas- ja palvelunäkökulman toimintaansa ja sisäistämään sen eri toiminnoissa ja tilanteissa. Kokemuksellisuutta ja juonellista tarinallisuutta ei voi liimata uskottavasti vain ”muun toiminnan” päälle, vaan toiminta tulee nimenomaan perustaa tähän ydintarinaan.

Tapahtumasuunnittelun ja tarinallistamisen yhdistäminen

Myös tapahtumasuunnittelu on moniulotteinen prosessi, jossa on tarkoitus luoda kokemuksia tapahtuman osallistujille. Kokemuksellisuus, tapahtumat ja ikimuistoiset tilaisuudet sekä markkinointi kietoutuvat toisiinsa myös elämystaloudessa. Gilmoren ja Pinenkin (2002) mukaan tässä on kyse siitä, että perinteisen mainonnan ja markkinoinnin sijaan ihmiset altistetaan positiivisille kokemuksille, jolloin voidaan luoda osuvampia mielikuvia ja merkityksiä yhdessä osallistujien kanssa. Tarvitaan sekä suunnitelmallisuutta että käytännön toimenpiteitä.

Vallo ja Häyrinen (2014) lähestyvätkin tapahtumasuunnittelua kolmen strategisen ja kolmen operatiivisen kysymyksen avulla (ks. myös Liljedahl 2016):

- Miksi tapahtuma järjestetään? (tavoite, viesti)
- Kenelle se on tarkoitettu? (kohderyhmä)
- Mitä järjestetään? (mikä, missä, milloin)
- Miten tapahtuma järjestetään?
(prosessi; suunnittelu, toteutus, jälkimarkkinointi)
- Millainen tapahtuma on? (ohjelma, sisältö)
- Kuka tapahtuman järjestää? (vastuuhenkilöt)

Tällä onnistuneen tapahtuman mallilla voidaan tapahtuma hahmottaa kokonaisuutena (Vallo & Häyrinen 2014). Vastaavasti tapahtumalle voidaan kehittää ja määritellä punainen lanka tarinallistamisen eri vaiheita seuraamalla, jolloin tarinan tekemisessä huomioidaan toiminta, asiakas ja arvot, ja siitä saadaan juonellinen kokonaisuus (Kalliomäki 2014).

Näkökulmien soveltaminen tapahtumasuunnittelussa

Liljedahl (2016) sovelsi Vallon ja Häyrisen (2014) edellä kuvattua onnistuneen tapahtuman mallia ja Kalliomäen (2014) tarinallistamisen prosessia uuden luonto- ja matkailutapahtuman kehittämiseen Mennään metsään -hankkeelle. Mennään metsään -hankkeen tarkoituksena on kehittää retkeilyreittien elämyksellisyttä ja vetovoimaisuutta Päijät-Hämeen alueella (LAMK 2017).

Liljedahlin (2016) kehittämistyön perusteella suunniteltu ja tarinallistettu tapahtuma toteutettiin edelleen jatkokehitettyinä Päijät-Hämeen luonto- ja retkeilyreiteillä keväällä 2017 (ks. tässä julkaisussa Ihalainen ym.). Tapahtumalla haluttiin tapahtumamarkkinoinnin keinoin tuoda esille luonto- ja retkeilyreittejä Päijät-Hämeessä sekä saada niille enemmän kävijöitä. Laajemminkin luonnosta voidaan saada uusia liiketoimintamahdollisuuksia (Särkkä ym. 2013). Elämysten luomisella luonnosta voidaan saada paljon enemmän irti (LAMK 2015).

Jos mietitään vaikkapa päijäthämäläisten retkeily- ja luontomatkailureittien ominaispiirteitä ja niiden omaleimaista historiaa aina jääkaudelta asti, niissä on paljon hyödyntämätöntä potentiaalia. Metsä- ja luontoympäristöön sovellettuna ihmiset on tarkoitus houkutella puhuttelevien sisältöjen avulla metsään kokemaan luontoa ja sitä kautta kiinnostua siitä myös jatkossa. Luonnolla on myös monia positiivisia terveysvaikutuksia, koska luonnossa käyminen vähentää stressiä, ahdistusta ja masennusta (LAMK 2015). Liljedahl (2016) pani työssään merkille, että ihmiset ovat erkanemassa luonnosta kiristyvän vapaa-ajasta kilpailemisen sekä yhä etenevän kaupungistumisen myötä, ja luonto- ja matkailutapahtumalla ihmisiä voidaan saada lähemmäs luontoa.

Tapahtumasuunnittelua ja tarinallistamista yhdistämällä tapahtumakokonaisuudesta voidaan saada elämyksellinen kokemus, tunteisiin vetoava merkityksellinen kokonaisvaikutus. Työskentelyn tukena kerättiin monipuolinen haastatteluaineisto Mennään metsään -hankkeen toimijoilta sekä Päijät-Hämeen luonto- ja retkeilyreittien ylläpitäjiltä. Haastattelussa kerättiin Onnistuneen tapahtuman mallin kysymyksien mukaan toiveita ja ideoita siitä, miksi tapahtuma tulisi järjestää, millainen tapahtuman tulisi olla ja millaiselle kohderyhmälle tapahtuma tulisi suunnata. Lisäksi haastattelussa mietittiin tapahtuman ohjelmaa sekä tarinallistamisen kannalta tapahtumalle sopiva arvoja ja pohdittiin Päijät-Hämeestä mieleen tulevia sanoja. (Liljedahl 2016.)

Liljedahlin (2016) toimesta tapahtuma on suunniteltu ja tarinallistettu neljän vaiheen avulla. Aluksi suunniteltiin tapahtuma ohjelmiseen ja sen jälkeen tapahtumalle lähdettiin luomaan tarinaa tarinallistamisen oppaan avulla. Tarinallistamisen oppaan vaiheet ovat tarinaintiteetin käsikirjan luominen, tapahtuman tarinakäsikirjoittaminen sekä viimeinen vaihe tapahtuman tarinakäsikirjoitus, jossa on kerrottuna koko tapahtuman kulku ja kuinka tarinaa käytetään. Tarina ei jää vain kertomuksen muotoon vaan tarinaa tuodaan esille palveluympäristössä eli luonnossa retkeilyreiteillä. Näin kyse ei ole vain tarinankerronnasta ja viestinnästä, vaan draaman kaareen käyvästä punaisen langan, teeman ja kokemuksen muotoilusta. (ks. Kalliomäki 2014.) Retkeilyreitillä asiakas voi itse kokea luonnon monimuotoisuuden. Tarinallistamisen oppaan vaiheita seuraamalla Liljedahl (2016) on liittänyt tapahtuman ohjelman, palveluympäristön ja tarinan toisiinsa niin, että kokonaisuudesta voidaan muodostaa elämyksellinen luonto- ja matkailutapahtuma Päijät-Hämeessä.

Tapahtumaehdotuksen ohjelma on monipuolista ja monelle eri henkilölle sopivaa. Tarinallistamisessa käytetään hyödyksi jääkautta ja Päijät-Hämeen erikoispiirteitä, korkeita harjuja ja vesistöjä, jotka voi kokea itse tapahtumassa luonto- ja retkeilyreiteillä. Tarinan tärkeimmäksi hahmoksi on tunnistettu Vedenhenki Vellamo, joka kuvastaa Päijät-Hämeen vesistöjä ja on tuttu Päijät-Hämeessä. Toinen tärkeä hahmo on metsänhenki Mielikki, joka kuvastaa tarinallistamisessa Päijät-Hämeen metsiä.

Liljedahlin (2016) työn tuloksena syntyikin pitkälle mietitty ja perusteltu ehdotus siitä, millainen on luonto- ja matkailutapahtuma, kuinka se järjestetään ja tarinallistetaan. Tapahtumamallia voidaan hyödyntää Päijät-Hämeen luonto- ja retkeilyreiteillä sekä hankkeen tapahtumasuunnittelussa.

Lähteet

Gilmore, J. H. & Pine, B. J. 2002. Experience is the Marketing. [Verkkodokumentti]. [Viitattu 17.2.2017]. Saatavissa: <http://www.mktgsensei.com/AMAE/Experiential%20Marketing/Experience%20is%20the%20Marketing.pdf>

Kalliomäki, A. 2014. Tarinallistaminen. Palvelukokemuksen punainen lanka. Helsinki: Talentum.

Karjaluoto, H. 2013. 4P -> 4C - markkinoinnin uusi ajattelumalli. Asiakkuusmarkkinointi. [Verkkolehti]. [Viitattu 12.9.2017]. Saatavissa: <http://www.amt.fi/static/tietovarasto/42.pdf>

LAMK. 2017. Mennään metsään -projektin kotisivut. Lahden ammattikorkeakoulu. [Viitattu 17.2.2017]. Saatavissa: <http://www.lamk.fi/projektit/mennaan-metsaan/Sivut/default.aspx>

LAMK. 2015. Elämystalous on mennyt metsään! [Verkkouutinen]. Lahden ammattikorkeakoulu. [Viitattu 7.4.2016]. Saatavissa: <http://www.lamk.fi/ajankohtaista/Sivut/Elamystalous-on-mennyt-metsaan.aspx>

Liljedahl, M. 2016. Tapahtuman suunnittelu ja tarinallistaminen: case: Mennään metsään -hanke. [Verkkodokumentti]. AMK –opinnäytetyö. Lahden ammattikorkeakoulu, liiketalouden ja matkailun ala. Lahti. [Viitattu 17.2.2017]. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2016100714921>

Stewart, T. A. & O’Connell, P. 2016. Woo, Wow, Win. Service Design, Strategy, and the Art of Customer Delight. New York: HarperCollins Publishers.

Särkkä, S., Konttinen, L. & Sjöstedt, T. (toim.). 2013. Luonnonlukutaito. Luo liiketoimintaa vihreästä hyvinvoinnista. [Verkkodokumentti]. Helsinki: Sitra. [Viitattu 17.8.2016]. Saatavissa: <https://media.sitra.fi/2017/02/23070432/Luonnonlukutaito-3.pdf>

Vallo, H. & Häyrinen, E. 2014. Tapahtuma on tilaisuus. Tapahtumamarkkinointi ja tapahtuman järjestäminen. Helsinki: Tietosanoma.



Jaana Loipponen

Luontomatkailun tuotteistaminen ja monikanavainen viestintä

Menoksi – luontoon monikanavaisesti

Metsässä on mukava kulkea. Kun reitti on yksiselitteinen, polku erottuu ja aurinko paistaa, maailma on tallajaan eikä hänellä ole huolenhäivää. Jos kuvaan tulee muuttujia, viitoitus tuntuu osoittavan moneen suuntaan ja polkua pitää miettiä, retkeily saa eri luonteen: kulkija on valintojensa kanssa yksin ja tulee epävarma olo. Maastoon on saattanut ilmestyä hakkuuaukea ja sormi kartalla hakee, miten polku jatkuu. Lapsille puhkeaa kiljuva nälkä: ”Iskä, milloin paistetaan makkaraa? Äiti mulla on jano, haluan mehua!” Tieto polusta on tarpeen juuri sillä hetkellä. – Vaan huoli pois, retkeen on valmistauduttu hyvin. Netissä on tutustuttu reittiin huolella ja lvespolun profiili on selvillä: ”Hei muistatteko lapset mitä etsitään?” ”Joo, ilvesten kuvia ja niitä hassuja tassunjälkiä.”

Metsässä on aina sitä hausempaa seikkailla mitä enemmän kaikilla on tietoa. Tieto pitää viestiä kullekin käyttäjälle ja käyttäjäryhmän tarpeisiin soveltuvasti. Tämän artikkelin näkökulma luontomatkailuun on sen tuotteistaminen siten, että reittiviestintää on monipuolistettu etukäteen, paikan päällä ja jälkikäteen. Nykymahdollisuuksien mukaisesti tämä on tehty monikanavaisesti, viestintä on mietitty toimimaan eri välinein ja foorumeissa. Tavoitteena on turvallinen, monimuotoinen ja mieluisa elämys luonnossa toimimisesta. Viestinnän vaihtoehtojen kasvattamista tarkastellaan tiedon lisäämisen, esteettisen elämyksen tuottamisen ja esteettömyyden palvelemisen näkökulmista.

Metsään menoksi -fiilis

Luontomatkailun monikanavainen viestintä on kaikkea sitä välitettyä tietoa, josta retkeilijä ilahtuu hyvillä ja huonoilla säillä. Mahdollisuuksien kirjo kasvaa jatkuvasti uuden viestinnän myötä. Vaeltaja etsii reittitietoa netin monilta sivustoilta ja sovelluksista, sosiaalisen median eri kanavista, esitteistä ja kirjoista; asiantuntijoilta ja tavallisilta tallajilta. Hän katsoo videoita ja vlogoja (videoblogi), kuuntelee ohjelmia ja nettiin tuotettuja podcasteja, tutustuu portaaleihin (kuten www.outdoorsfinland.fi ja www.retkipaikka.fi), tilaa ja katsoo karttoja (kuten www.retkikartta.fi), liittyy verkostoihin ja snäppäilee (Snapchat), hakee Instagram-kuvia ja löytää linkkejä Twitterin avulla; selaa, kopioi, printtaa.

Luontokokemuksen pitääkin poiketa asfalttiviidakossa suunnistamisesta, silti kaikissa retken vaiheissa tieto auttaa orientoitumaan ja syventää luontokokemusta. Etukäteen hyvin suunniteltukin on vasta mielikuvissa kävelty. Metsään myös haluaisi sellainen, jolle siellä liikkuminen ei ole itsestäänselvyys.

Tärkeintä on saada ajantasaista ja asiallista tietoa reittien vaativuudesta, kestosta, vedensaannista, nuotiopaikoista, leiriytymisestä. Samalla voi jo fiilistellä sitä, millainen seikkailu onkaan tulossa. Tulee se erityinen metsään menoksi -fiilis, tietää pääsevänsä luonnon rauhaan. Se on aina antoisaa, tietävät sinne päätyvät. Kaikki siellä olevat päivittelevät, kuinka eivät ole tulleet lähteeksi luontoon tarpeeksi usein.

Polkujen tarinat

Mennään metsään -projektissa on kerätty eri alueiden toimijoiden tarinoita reiteistä ja niiden synnystä (Ihalainen 2016 – 2017; Tuominen & Kalliokoski 2017). Näiden tarinoiden liittäminen osaksi reitin opastusta tuo lisäarvoa sekä matkaan lähtijöille että niille, joiden reitti jää suunnittelun asteelle. Tarinat voi myös lisätä nettisaiteille videoklippeiksi ja podcasteiksi. On mielenkiintoista lukea tai kuulla tarinoita vaikka Juustopolun nimen synnystä. Juustopolku on ennen ollut vanha markkinapolku (Vuolenkoski – Heinola), jota käytettiin ennen teiden olemassa oloa. Samalla reitti näyttäytyy kokonaisempuna, juurtuneempuna, historiaan ja paikkaan limittyneenä.

Polut metsissä ovat aikojen saatossa sinne muotoutuneita, ne saattavat viestiä hyvin pitkänkin ajan kulttuurisesta ja sosiaalisesta kanssakäymisestä. Milloin mentiin mihinkin ja ihmeteltiin polun muodostelmia. Kun joukkoviestimet ja muu media eivät vielä kertoneet tarinoita, metsä kertoili niitä kulkijoilleen. Maisema ja luonto ovat myös ihmisten sosiaalisia konstruktioita ja tarinat niistä viittaavat näihin rakennelmiin (Gifford 1995, 15 – 16). Asikkalan Aurinko-Ilves-yhdysreitit Henrikinaho sijaitsee keskellä ei mitään, kuitenkin nimelle on aivan oma historiansa. Alueelle on aikanaan raivattu pelto, jossa on isot kiviröykkiöt sekä lehtipuustoa. (Tuominen & Kalliokoski 2017.)

Alueellisuus on aina omintakeista, alueen omaan syvään identiteettiin nojaavaa; samaa todistaa alueellinen runous, jossa eri alueilla korostuvat eri asiat. Eroja aiheuttavat luonnonolot, elinkeinot, asumisen muodot, ja sosiaaliset järjestelmät. (Timonen 2004, 391 – 393.) Mielikuvat luonnosta kumpuavat myös kansanperinteestä, luonnonalueisiin liittyvistä vahvoista metaforista, kuvittelusta, omista kokemuksista (Laurén 2006). Päijät-Hämeen luontoreitistön alueellisuutta ovat paikalliseläimet, kuten ilves, talonpoikaisasutus ja jääkauden vaikutukset suppiineen. Asikkalan Aurinko-Ilveksen reitillä suppaa kutsutaan syrjänsupaksi, josta on olemassa vanhan kansan tarina, että syrjänsupille ovat hevosvargaat vieneet aikoinaan varastettuja hevosiaan (Tuominen & Kalliokoski 2017.)

Keskieurooppalainen vaeltaja on tottunut paljoon tietoon, mutta myös tekni-syyteen, esimerkiksi reittien pisteytyksen vaativuuden ja palveluiden tason mukaan. Suomen luonto kansantaruineen voi olla hyvin eksoottinen kokemus muualta tulijalle. Kotoisesta tarinaperinteestä voi tehdä markkinointivaltin, kunhan kulkija yhä saa myös tarpeeksi tietoa. Maisema ja seutu ovat asioita, jotka on muokattu joko ihmisen käytännöllisiin tarpeisiin tai virkistykseen, ne viestivät ihmisten historiaa ja valtaa. Kun matkailijat saapuvat uuteen paikkaan, maisema ei puhu heille heidän omaa kieltään heidän saavutuksistaan ja silloin luonto saattaa avautua heille aivan uudella tavalla, elämyksenä, joka määrittäytyy uudesti vaikka tarinan avulla (Papastergiadis 1998, 78 – 79). Tässä matkailu voi tuottaa autenttisia kokemuksia yhdenmukaistuvassa maailmassa ja houkutella palaamaan tähän tunnekokemukseen. Luonto on ihmisen varasto, sen monista mahdollisuuksista voi kukin hakea omansa (Sörlin 1991, 65 – 70).

Esteettinen elämys ja monikanavaisuus

Liikkuminen itsessään on mielihyvän lähde. Se kiehtoo ja palkitsee kokemuk-sena, joka on arvokas ja haluttava. Nautinnollisuus syntyy eri ihmisille erias-teisena, joillekin vaativuus on osa nautintoa. Liikkuminen on myös esteettinen elämys: metsässä kävely tuottaa kokemuksen kauneudesta (Naukarinen 2006, 30 – 31). Metsäluontoon liittyy samoin kokemus pyhydestä, terveydestä ja voimasta ja uusin tutkimus korostaakin luontoyhteyden (biofilia) yhteyttä ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin (Päivänen 2017).

On mielenkiintoista ajatella, miten viestinnän monikanavaisuus voisi lisätä esteettistä kokemusta luonnosta. Naukkarinen (2006) summaa, kuinka aina uusi liikkumisen muoto synnyttää uusia esteettisiä kokemuksia, voi jopa olla niin, että niiden ytimessä on juuri esteettinen kokeminen: halutaan nähdä maailma uusin silmin, uudesta vinkkelistä. Luontoon on totuttu menemään perinteisiin menoiin, liikkumisen kulttuuri siellä perustuu ikaikaisuuteen. Kaikki eivät kuitenkaan ole tottuneita liikkumaan luonnossa, heille jo pelkkä ajatus siitä on eksoottinen ja ainakin eroaa heidän normaalista arjestaan. Heille kokemus luonnosta voi olla myös muuta kuin vaellusta siellä. Lappiin perustetut lasikattoiset iglukylät revontulien katselua varten ovat luonnostaan monikanavaisia viestinnässään: turisti näkee ja kokee luonnonvoimat ihmeellisen koskettavasti, hän voi kuunnella samalla tietoa revontulista, soittaa mielimusiikkiaan, ottaa Skype-yhteyden kotimaahansa ja osallistaa loputkin perheestään tapahtumaan reaaliaikaisesti. Luontokokemus on valtava, kaunis, täydellinen esteettinen ilon kokemus. Se ei liity retkeilyyn, hyötyyn tai edes liikuntaan. Se on kokemus an sich, puhdas esteettinen kokemus, väline hyvään elämään. (Määttänen 2002, 199 - 211.)

Viestintäteknologia mahdollistaa kokemusten ylijärjestyksen reaaliaikaisesti. Pienoiskokemusmaailmoja voi rakentaa tähtien katseluun etelässä. Tavallisen kodan yksi seinistä voi olla lasia. Netistä heijastetaan kodan muihin seiniin satelliittikuvaa tähtikartasta ja yöpyjä pääsee kaukoputken avulla tunnistamaan koulusta tuttuja nimiä. Hän tunnistaa nekin, jotka hän on siihen asti vain sanonut tunnistaneensa, kun ei ole ollut varma näkemästään. Kodasta on yhteys toiselle puolelle maapalloa vastaavaan tilaan, jossa koetaan trooppinen tähtitaivas. Viestit välittyvät ja läsnäolon kokemus jaetaan. Taju tähtitaivaan äärettömyydestä on sekä fyysinen että esteettinen tunne ja syventää kauneuden ja maailman yhteisyyden tajuja. Kuitenkaan ei tarvita erityistä tähtien tuntemusta tai luonto-osaamista, ei monimutkaisia järjestelyjä ja matkustamista. On vain yhdistetty luonto ja tapa kokea luonto viestintäteknologian avulla, kiehtovalla tavalla.

Valinnanvapaus kasvaa

Luontomatkailun tuotteistaminen monikanavaisen viestinnän keinoin monipuolistaa kohdetietoa, mikä jo sinänsä on hyvä ja tarpeellinen asia. Parhaimmillaan se pystyy myös syventämään kokemusta, tuomaan siihen ulottuvuuksia, joista pääsevät nauttimaan eräjormat ja erälissut, lapsiperheet ja myös erityisryhmät. Heille esteettömät reitit mahdollistavat etenemisen maastossa, kuten nyt on tehty uudessa kansallispuistossa Hossassa. Monikanavainen viestintä vielä avustaa aistikokemusta. Kaikkien ei tarvitse kokea kaikkea, ei samaa eikä samoin. Kokea voi tavallaan. Viestinnän vaihtoehdot kasvattavat valinnanvapautta. Luonnosta nauttiminen on lähtökohtana ja arvo jo sinänsä.

Viestinnän monikanavaisin keinoin luonnossa samoilu tehdään mahdolliseksi kaikille, metsässä tai muuten, teknologioita hyödyntäen, avaten pääsyä, lisäten tietoa, kasvattaen elämystä. Ihminen voi hyvin luonnossa ja luonnosta (Kontkanen 2016). Samalla kun viestintäteknologia avaa uusia mahdollisuuksia, luonto saa uusia merkityksiä. Juustopolulle pääsee yhä kävellen Heinolan keskustasta ja sen tarina kerrotaan reitin varrella. Juustopolku ei katoa monikanavaisuuteen, mutta sen paikallisuus laajenee ja kokemisen tavat varioituvat kaleidoskooppimaisesti. Meillä on yhä omia paikkoja, tunnekokemuksen sydämen paikkoja (Sepänmaa 2006, 31). Paikkojen tuntemisen tavat vain muuntuvat ja lisääntyvät, ne tuottavat yksilö ja yhteisö yhdessä kommunikoiden ja ne jaetaan (Knuuttila 2006, 10). Gary Snyder (1969/1957, 97 - 98) kirjasi syyskuisten vuorten värit: "the brilliance of black" ja tunnelman: September mountains,/ripe huckleberries/a few elderly mosquitoes with/chilly wings. Nyt vastaava hetki voisi levitä tunnelman tavoittavana kuvana Instagramissa: mustan värin hohto vuoren rinteessä ja menneen kesän kylmänhorteinen hyttynen.

Lähteet

Gifford, T. 1995. Green voices. Understanding contemporary nature poetry. Manchester and New York: Manchester University Press.

Ihalainen, N. 2016 – 2017. Haastatteluaineistot Päijät-Hämeen luontoreisteistä Mennään metsään -projektissa.

Knuuttila, S. 2006. Paikan moneus. Teoksessa: Knuuttila, S., Laaksonen, P. & Piela, U. (toim.) Paikka. Eletty, kuviteltu, kerrottu. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura. 7-11.

Kontkanen, S. 2016. Luonnon terveysvaikutukset ovat kiistattomat. Inhimillisiä uutisia. [Verkkolehti]. [Viitattu 28.8.2017]. Saatavissa: <http://www.inhimillisiauutisia.fi/luonnon-terveysvaikutukset-ovat-kiistattomat/6888069>

Laurén, K. 2006. Miltä suot tuntuvat? Luonnonpaikat mielikuvina. Teoksessa: Knuuttila, S., Laaksonen, P. & Piela, U. (toim.) Paikka. Eletty, kuviteltu, kerrottu. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura. 187-217.

Määttänen, P. 2002. Taideteos kokemuksena. John Deweyn taiteenfilosofian lähtökohtia. Teoksessa: Haaparanta, L. & Oesch, E. (toim.) Kokemus. Tampere: Tampere University Press.

Naukkarinen, O. 2006. Liikkumisen kulttuuri. Teoksessa: Haapala, A. & Naukkarinen, O. (toim.) Mobiiliestetiikka. Kirjoituksia liikkeen ja liikkumisen kulttuurista. Lahti: Kansainvälisen soveltavan estetiikan instituutti. Kansainvälisen soveltavan estetiikan instituutin raportteja n:o 3.

Papastergiadis, N. 1998. Dialogus in the diasporas. Essays and conversations on cultural identity. London and New York: Rivers Oram Press.

Päivänen, P. 2017. Voimme huonosti, koska vietämme liian vähän aikaa luonnossa – Steriili sisätila on ihmiselle luonnoton ympäristö, sanoo neurobiologi. Helsingin Sanomat 1.6.2017.

Sepänmaa, Y. 2006. Sydämen maisema. Teoksessa: Knuuttila, S., Laaksonen, P. & Piela, U. (toim.) Paikka. Eletty, kuviteltu, kerrottu. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura. 31-43.

Snyder, G. 1969/1957. Earth House Hold. New York: New Directions Books.

Sörlin, S. 1991. Naturkontraktet. Om naturumgängets idéhistoria. Stockholm: Carlssons.

Timonen, S. 2004. Minä, tila, tunne. Näkökulmia kalevalamittaiseen kansanlyriikkaan. Helsinki: SKS.

Tuominen, J. & Kalliokoski, E. 2017. Haastatteluaineisto Asikkala, Aurinko-Ilves. Mennään metsään -projekti.



Anu Akkanen

Kansallismaisemassa

Kansallisromantiikka ja suomalaisen kansallismaiseman synty

1800-luvun puolenvälin jälkeen suomalaisen kansallisen identiteetin vahvistuminen eli vahva poliittinen kansallinen herääminen loi kansallisromanttisen taidesuuntauksen. Tunnetuimpina tuotoksina tuolta ajalta lienevät Elias Lönnrotin Itä-Suomen tiedonkeruumatkojen tuloksena valmistunut kansalliseepoksemme Kalevala ja J.L. Runebergin kirjoittama Maamme -laulu.

Samaan aikaan taidemaalarit intoituivat kuvaamaan maamme korpia ja kalioita, pakkaamaan reppunsa ja suuntamaan kohti Karjalan ylväitä metsiä. Luonto oli tuolloin aikalaisille jumalan kaltainen, hengellinen pyhä. Edelfelt, Järnefelt, Halonen ja moni muu ovat muovanneet lähtemättömästi käsitystämme siitä miltä suomalainen maisema näyttää. Tämä Suomen luontoa ihannoiva kuvasto elää yhä tänä päivänä. Jos nyt hakee Google-kuvahauulla ”Suomi ja maisema”, eteemme avautuu kuvasto, mistä noin 80% on yhä samankaltaista täydellisen järvien ja metsien harmoniaa ihannoivaa kuvastoa. Ylhäältä ylväästi kuvattua järvimaisemaa ja metsiä silmäkantamattomiin.

Eero Järnefeltin maalaus ”Maisema Kolilta” vuodelta 1928 (kuva 1) ei esteettisesti, eikä visuaalisestikaan eroa paljoakaan Lahden ammattikorkeakoulun valokuvauksen opiskelijan ottamasta kuvasta Päijät-Hämeessä 2016 (kuva 2). Pirstaleinen järvimaisema hiipuu sinertävänä taivaanrantaan, silmäkantamattomiin, ja kuvan etualalla kohoaa käppyräinen mänty. Kuvan tunnelma molemmissa kuvissa on häkellyttävän identtinen. Ainoastaan valokuvalle ominainen detaljien tarkkuus ehkä tekee Linnankiven kuvasta dokumentaarisemman luonteisen kuin romanttisen tulkinnan maisemasta.

Taidemaalarit eivät olleet ainoita suomalaisuuden kuvan ja kansallisen maiseman rakentajia 1800-luvun lopussa ja 1900-luvun alussa. Valokuvaaja I.K. Inha (1865 – 1930) oli erityisesti suomalaisen kansanperinteen ja maiseman tallentaja. Inhan intohimon kohteita olivatkin luonto, matkustaminen ja karjalaisuus. (Lintonen 2011, 20-21.) Inha kuvasi järjestelmällisesti yli kahden vuosikymmenen ajan Suomea. Yhtenä hänen valokuvausprojektiensa rahoittajana toimi vuonna 1887 perustettu Suomen Matkailijayhdistys. Yhdistyksen toiminta-ajatus: ”Isänmaan tuntemus on isänmaan oikealla tavalla rakastamisen ensimmäinen ehto.” sopi hyvin yhteen myös Inhan arvomaailman kanssa. (Suomen Valokuvataiteen museo 2017.)



KUVA 1. Järnefelt, Eero 1910. Syysmaisema Koliilta.



KUVA 2. Kammiovuori (kuva: Eetu Linnankivi)



KUVA 3. Inha, I.K.1985. Näköala Koliilta.

Mikä on maisema?

Maisema

Istun autossa. Katselemassani maisemassa vilisee vuoroin peltoja, järviä, metsiä ja kallioita. Auton pysähtyessä maisema pysähtyy ja pystyn tarkentamaan katseeni pellon takana olevan metsän keskeltä nousevaan piippuun. Siellä näyttää olevan jokin tehdas. Taivas on harmaa. Edessäni avautuu maisema - vaikkakaan ei mielestäni mitenkään erityisen kaunis tai merkittävä.

Mikä on maisema? Ensiajatus on, että se on konkreettinen näkymä, kun katsos järven kuohuvaa pintaa ja järvestä kohoavia kalliota. Kalliot, jotka ovat muodostuneet jääkauden aikana. Se on hyvin konkreettista. Se ei sinällään ole kovin kummallista, sillä juontaahan sana maisema maa-sanasta, joka on varsin käsin kosketeltavaa. Mutta oikeastaan se on paljon kompleksisempää. Maisema on muistoja tai siitä muodostuu muistoja. Me näemme maiseman, me haistamme maiseman, tunnemme maiseman ihollamme. Se vetoaa tunteisiimme. Maisema muuttuu vuodenaikojen mukaan ja vuorokaudenaikojen mukaan. Ihminen muuttaa maisemaa. Myös luonto itse muovaa maisemaa.

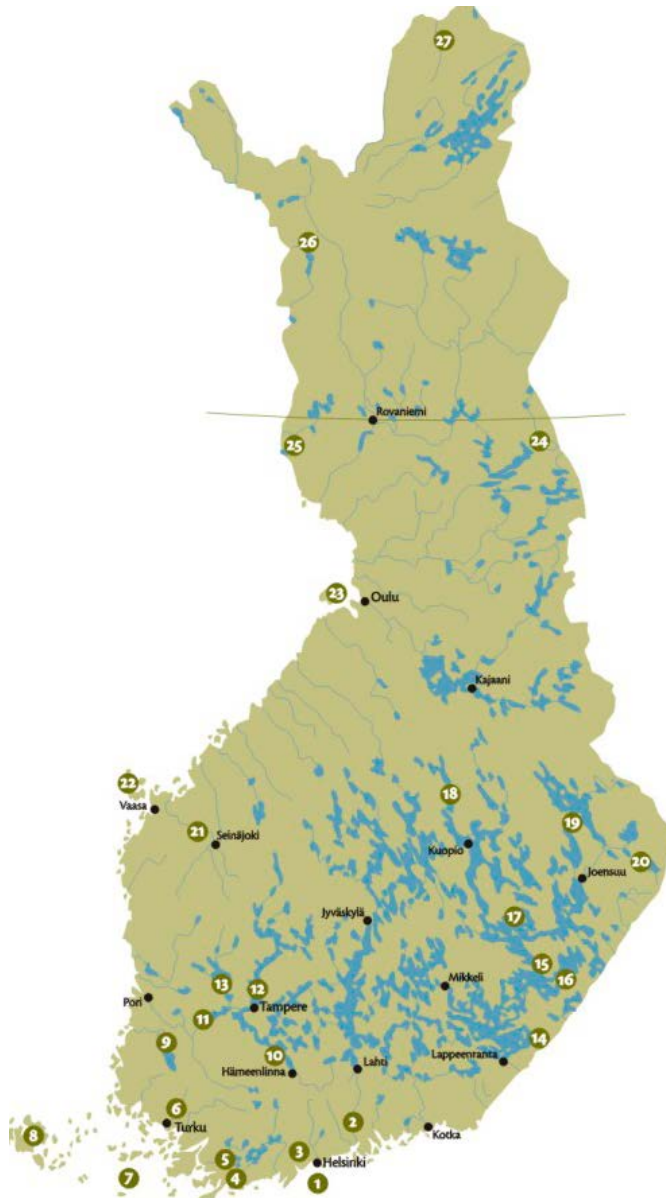
Maisemaa jäsenettäessä voidaan se jakaa luonnonmaisemaan ja kulttuurimaisemaan. Helpointa meidän on ehkä ymmärtää luonnonmaisema. Helposti käsitämme sen olevan jokin koskematon luonnontila, mitä ihminen ei ole muokannut. Jokin missä ei ihmisen kädenjälki näy (Heikkilä 2000, 15). Tällaista luonnonmaisemaa meillä on taipumus arvostaa jo lähtökohtaisesti. Ajatus koskemattomasta luonnosta on aivan yhtä romanttinen kuin se mielikuva mikä luotiin 1800- ja 1900 -lukujen vaihteessa maamme maisemasta.

Nykyään lähinnä koskemattomia luonnonmaisemia ovat luonnonsuojelualueilla koettavat luonnonmaisemat. Nämä maisemat houkuttelevat suomalaisia ja ulkomaalaisia matkailijoita juuri tällä ylevällä ajatuksella, mielikuvalla, mahdollisuudella kohdata neitseellinen luonto. Suurinta osaa luonnonsuojelualueiden pinta-alasta koetetaan säilyttää juuri mahdollisimman luonnontilaisena. Tämä tarkoittaa sitä, että eliöyhteisöt saavat kehittyä ja muuttua luonnonvaraisina ihmisen puuttumatta tapahtumien kulkuun. Mutta oikeastaan täydellistä luonnontilaa on mahdoton saavuttaa edes luonnonsuojelualueillakaan. (Ympäristöhallinto 2017.)

Kulttuurimaisema on taas maaseudulla tai kaupungissa ihmisen muokkaama maisema (Heikkilä 2000, 16). Kulttuurimaisemassa ihmisen kädenjälki on selkeämmin havaittavissa. Se on meille sitä arkisempaa ja tutumpaa elinympäristöä. Kulttuurimaisema on varsin laaja käsite. Se pitää sisällään niin harjuiksi maisemoidut kaatopaikat - vaikka niitä tuskin mielletään esteettisin perustein merkittäväksi kulttuurikohteiksi - kuin roomalaisten rakentamat akveduktitkin, jotka taasen nauttivat kaikkien suurta arvostusta ja ihastusta. Kummatkin ovat ihmisen käden muokkaamia kulttuurimaisemia. Kukin kulttuuri ja yksilö määrittävät sen, miten kulttuurimaisemaa arvotetaan.

Kansallismaisema

Vuonna 1992, Suomen itsenäisyyden 75-vuotisjuhlavuotena ympäristöministeriöön perustettiin työryhmä valitsemaan Suomen kansallismaisemat. Maisemia valittiin 27. Kansallismaisemilla tai -paikoilla ei ole selkeitä rajoja eikä niillä ole laissa määriteltyjä rooleja esimerkiksi kaavoituksessa. Niiden tavoitteena on kuvastaa Suomen kansallista identiteettiä, niihin kiteytyy maamme luonnon erityispiirteet. Monista niistä on muodostunut nähtävyyksiä, jotka ovat merkityksellisiä erityisesti matkailua ajatellen.



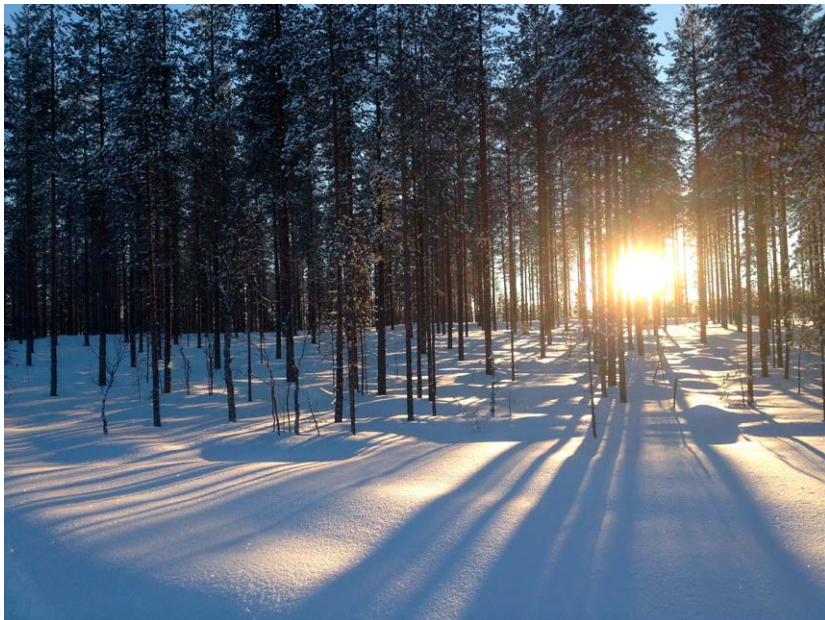
KUVA 4. Suomen 27 kansallismaisemaa.

Kansallismaisemiksi valittiin alueita, jotka edustavat maamme luonnon ja kulttuurin piirteitä parhaiten (Heikkilä 2000, 76). Tästä hyvä esimerkki on Porvoon vanha kaupunki ja aluetta leimaava jokilaakso. Samassa paikassa yhdistyy rakennettu kulttuurillinen maisema ja luonnonmaisema Porvoon jokilaaksosta. Kulttuurimaisema kertoo meille niin asutuksesta kuin elinkeinostakin, eli merenkulusta, mihin Porvoonjoki tarjosi mahdollisuuden eli reitin maailmalle. Ja luonnonmaisema antoi taasen joen ja meren tuomat omaleimaiset piirteet alueelle. Kansallismaisemat toimivat esimerkkeinä tärkeimmistä perinteisistä elinkeinojen maankäyttötaavoista ja niiden vaikutuksesta maamme maisemakuvan muotoutumiseen.

Klassisimmat kansallismaisemat kuten Koli, Saaristomeri ja Pohjois-Karjalan vaarakylät tunnistamme nimenomaan suomalaisen maalaustaiteen kansallisromanttiselta aikakaudelta.



KUVA 5. Suomen 10 maisemamaakuntaa.



KUVA 6. Hyrynsalmi (kuva: Anu Akkanen)

Maisemamaakunta

Maisemamaakuntajakoa käytetään kulttuurimaisemien tutkimuksen apuvälineenä. Ympäristöministeriön asettama Maisema-työryhmä laati vuonna 1993 kehikon, joka muodostuu kymmenestä maisemamaakunnasta. Useimmat maakunnat jakautuvat pienempiin osiin, seutuihin. Näitä seutuja on yhteensä 42. (Heikkilä, 2000, 60.) Maisemamaakuntajaon tavoitteena on hahmottaa Suomen luontoa ja maisemaa yhtenä kokonaisuutena ja samalla käsitellä sen koko kirjoa. Maisemamaakuntajakoa tarvitaan, kun yritetään etsiä tietyille alueille tyypillisiä ja arvokkaita maisemia. Yhden maan tai valtion maisemien jakaminen pienempiin osasiin auttaa käsittelemään suurempaa, kullekin alueelle tyypillistä luontoa.

Seison moreenipeitteisellä harjulla. Tosin lumi on peittänyt nyt maan enkä näe enää sen pintaa. Lumen alta löytyy karu ja kivinen maa. Aurinko pilkottaa varovasti kuivien, melkein kitukasvuisten mäntyjen välistä.

Suomen maisemamaakuntajaon mukaan kuvani on otettu alueella numero 9, eli Kainuun ja Kuusamon vaaramaalla, tarkemmin alueella 9.3. Mannerjäätikkö perääntyessään jätti moreenipeitteisen maan pinnanmuodoille suunnan luoteesta kaakkoon, mikä ilmenee drumliineissa, harjuissa ja järvissä. Luonto on karua, ja puusto muodostuu pääasiassa männyistä. (Heikkilä 2000, 188.) Kokemani ja kuvaamani maisema vastaa täydellisesti maisemamaakuntajaon määritelmää alueesta.

Kuvan totuus

Tosi kuva

Kuva on totta, ainakin valokuva on totta. Valokuvalla tuntuu olevan yhä erityisen kiinteä suhde todellisuuteen. Siitä huolimatta, että tiedämme, miten paljon kuvia käsitellään, ei luottamuksemme kuvan todenperäisyyteen ole paljoa heikentynyt. Eikä edes sen sisällön todenperäisyyteen. Valokuvan syntyaikoina ylistettiin erityisesti juuri tätä valokuvauksen todenperäisyyttä, kykyä teknisesti toistaa luontoa, todellisuutta ilman ihmisen väliintuloa (Lintonen 2011, 14).

Otin kuvan hiihtoretkeilläni Hyrynsalmella (kuva 6). Kuvassani olevat männyt olivat juuri siinä paikassa, missä otin kuvan. Kuvallani on siis indeksinen eli suora suhde paikkaan. Roland Barthes avaa kirjassaan Valoisa huone käsitystään valokuvan indeksisyydestä. Eli se mitä kuvassa näkyy, on todellisuudesta. Se on ollut olemassa. Kuvassa näkyvät männyt ovat olleet siellä. Valokuvan indeksisyyden käsitys ylläpitää ajatusta, että valokuva on kuva jostakin kameran edessä olleesta (Barthes 1985, 83). Eli yksinkertaistetusti; kuva näyttää totuuden siitä, mitä on ollut ja miten asiat ovat olleet. Mutta mikä osuus tai merkitys on ollut minulla kokijana maisemassa kuvaa ottaessa? Onko minun valintani kuvakulmaa tai rajausta valitessani vaikuttanut kuvaan? Olenko minä vaikuttanut jollakin tavoin siihen mitä kuvasin? Mitä halusin näyttää?

Valokuvaaja Edward Weston kirjoitti siitä, miten valokuva tarjoaa keinon katsoa asioiden syvään todelliseen olemukseen ja esittää kohteensa ja aiheensa niiden perustavanlaatuisen todellisuuden keinoin. Valokuvaus tarjosi hänelle mahdollisuuden paljastaa objektiivinsa edessä avautuvan näkymän todellinen sisältö sellaisella ymmärtämyksellä, että katsoja pystyi huomaamaan hänen luoneen uudelleen näyn, joka on todellisempi ja sisällökkäämpi kuin alkupe-
räinen kohde (Weston 1984, 117-118).



KUVA 7. Weston, Edward 1936. Dunes, Oceano.

Westonille valokuva oli se täydellinen totuuden tulkitsija. Hänen mielestään valokuva pystyi kertomaan kuvatusta kohteesta sen todellisen olemuksen.

Mutta oikeastaan valokuva kykenee kertomaan vain jotain visuaalisesti havaittavasta todellisuudesta. Ja siitäkin vain valikoiden rajaten ja ”käsitelty” totuuden. Weston rajaa tarkasti, tietynlaista täydellistä esteettistä totuutta hakien. Hänen kuvansa hakevatkin enemmän esteettisiä muotoja tai linjoja, jonkinlaista täydellistä harmoniaa, kuin suurta syvällistä totuutta kohteesta.

Kokemus

Olen useasti istunut Albert Edelfeltin maisemassa Porvoossa Haikkoossa, ylhäällä kallioilla paikassa, mistä näkee avoimelle merenulapalle asti. Olen koettanut sijoittaa itseni siihen maisemaan, minkä Edelfelt maalasi 1800-luvun lopulla samaisella kalliolla. Erikoista kyllä, mutta se on aika helppoa. Maisema näyttää muuttuneen yllättävän vähän. Saaret ovat aika lailla paikoillaan ja vesi sinertävää niiden välissä.

Tunnelma muuttuu, kun laskeutuu alas mäeltä rantaan. Olen myös yrittänyt saavuttaa sitä tunnelmaa, mikä on esimerkiksi Edelfeltin ”Tukilla leikkiviä poikia” maalauksessa (1884). Mutta se ei enää onnistu. Kaikki on muuttunut. Vai onko sitä koskaan oikeastaan ollutkaan? Kuinka paljon siitä idyllistä onkaan ollut taiteilijan omassa päässä? Onko nyt oma henkilökohtainen kokemukseni paikasta niin sidoksissa kulttuurin muutokseen, historiaan ja muihin, etten kykene samaistumaan hetkeen. Ja siksi en kykene sitä saavuttamaan.

Maalaustaiteelle tai muulle kuvataiteelle annetaan paljon enemmän lupaa taiteilijan omille tulkinnoille kuin esimerkiksi valokuvalle. Valokuvan suhdetta totuuteen pidetään kiinteämpänä kuin minkään muun visuaalisen kuvaamisen suhdetta.

Kirjassa ”Suomi-kuvasta mielenmaisemaan” kuvaillaan, miten Albert Edelfelt rakensi hyvin subjektiivisten kokemustensa kautta maalaustensa aiheet vastaamaan henkilökohtaisia kokemuksiaan herraskaisen kesävieton maailmasta



KUVA 8. Aurinko-Ilves-reitti (kuva: Eetu Linnankivi)

vaellellessaan vaaleassa kesäpuvussa, maalausvälineet kainalossa. Malleja oli istutettu sopivissa asennoissa ja paikoissa luonnoksia varten. Edelfelt tallensi nämä ”todelliset” hetket vahvasti omien sisäisten mielenmaisemiensa ja kokemustensa kautta (Lukkarinen & Waenerberg 2004, 116-120). Kokemusfilosofi Maurice Merleau-Ponty painottaa kokemusta ja ruumiillisuutta puhuessaan fenomenologiasta. Olisiko Edelfelt kyennyt kuvaamaan Haikon huolettomia kesiä ilman henkilökohtaista kokemusta? Havainnon kohde saa merkityksensä ainoastaan havaitsemisen ajalliseen ja tilalliseen perspektiiviin sidotussa prosessissa. Havaitseminen ei ole yksinomaan kohteen tiedostamista. Merleau-Pontyn mukaan fenomenologia näyttää kuinka tiiviissä suhteessa olemme maailman kanssa. (Hacklin ym. 2014)

Yhtä totta ja yhtä merkittävää myös minulle kuvaa Hyrynsalmen metsässä (kuva 6) ottaessani oli oma henkinen olotilani ja se, miten fyysisesti reagoin kylmään sillä hetkellä: pakkasta oli kymmenen astetta, mutta salakavala viima teki ilmasta paljon kylmemmän tuntuisen. En ollut hiihtänyt vielä sinä talvena kertaakaan, ja monet tuntuivat hankalilta jaloissa. Viima oli puuduttanut posket, ja sormeni olivat jäykät kylmästä. Mutta aurinko kurkisti juuri ja juuri kummun takaa oranssina valopallona. Se lämmitti jo. Oloni oli jotenkin oudon seesteinen ja onnellinen.

Arvokas mielikuva

Mielikuvastamme suomalaisesta maisemasta ja luonnosta kertoo hyvin Mitä Suomi on -verkkopalveluun koottu materiaali. Monet palvelussa annetut kommentit liittyvät ennemminkin suomalaiseen luonteeseen mutta myös suomalaista maisemaa on paljon kommentoitu.

”Tarkoitan Suomen luonnon ja ihmisluonnon puhtautta aikana, jolloin muu maailma on saasteista, terrorismista ja korruptiosta saastunut. Tämä takaisinpaluu luontoon olisi ytimenä jälleen syntyneelle Suomen identiteetille, jota voitaisiin markkinoida ekoturismina, perheystävällisenä lomakohteena. Tämän kautta Suomi saisi siten tuoda esille kulttuurinsa. Vierailija saisi huolta matkustella luonnonriikkaassa puhtaassa maassa, pysyen alati nettiyh-teydessä kotipiiriinsä, nykyturistin mantra.” (Viitala 2010, 52.)

Ylläpidämme vahvasti tätä käsitettä puhtaasta luonnosta, jonkinlaisesta abso-
luuttisen oikeasta ja ainutkertaisesta suomalaisesta maisemasta, miljoona
kertaa toistetusta mielikuvasta, siitä miltä sen tulee näyttää. Kati Lintonen
kirjoittaaakin väitöskirjassaan huomiostaan tutkimusmateriaaliaan kootessaan
”Silmieni ohi kulki metsäisten järvimaisemien, merenrantakallioiden, vaarojen
ja koskinäkymien kavalkadi, jonka lähes uuvuttava toisteisuus ja samankaltai-
suus vahvisti Bachenin viestiä” (Lintonen 2011, 9).

Vuonna 1895 Inha sai tehtäväkseen koostaa teoksen ”Suomi kuvissa”. Kolille
hän matkasi ystävänsä taidemaalari Järnefeltin kanssa. Järnefeltille Koli oli
jo entuudestaan tuttu, hän oli käynyt maalaamassa siellä useasti jo ennen
yhteistä matkaa. Hänen maalaustensa myötä on Kolista muodostunutkin
jopa jonkinlainen kansallinen symboli. Aika monelta meistä löytyy perheen
albumista kuva, jossa itse tai joku tuttu seisoo ylhäällä Kolin huipulla hiukset
hulmuten, Pielisen siintäessä taustalla.

Nämä Inhan ja Järnefeltin muovaamat ylväät mielikuvat ovat niin vahvoja, että
yhä yli 120 vuoden jälkeen kykenemme uskomaan ne täysin yhä olemassa
oleviksi eli tosiksi. Nämä maisemat koetaan maisemallisesti arvokkaiksi.
Kansallismaisemaksi.

Se, mikä nähdään maisemallisesti arvokkaana, on usein sama asia kuin
kuvauksellinen: kaunis = klassinen = arvokas = kuvauksellinen. Nämä käsit-
teet ovat hyvin vahvasti jo nähdyn kuvaston myötä synnyttämiä. Se mitä tois-
tetaan uudelleen ja uudelleen postikorteissa, kirjoissa ja mainoksissa, saavat
meidät uskomaan tiettyyn mielikuvaan kansallisesti arvokkaasta maisemasta.
Kirjassaan ”Teräslintu ja lumpeenkukka” Taneli Eskola kirjoittaa, miten yläluo-
kan kuvatessa Aulangon puistoa, toistivat he yleisesti hyväksytyä käsitystä
siitä, mikä on kuvaamisen arvoista. (Eskola 1997, 60.)

Minä en kyennyt tallentamaan hiihtoretkestäni kuin mielestäni kliseisen kuvan
kevätauringosta hiihtoladulla - kuvan joka toistaa tätä ns. hyväksytyin suoma-
laisen maisemakuvan traditiota, kuvan kauniista lumisesta talvimaisemasta,
joka myötäilee täysin kansallisromanttista kuvaa suomalaisesta metsämai-
semasta. Sommittelin kuvan sommittelun sääntöjen mukaisesti, ja tarkensin
kuvan niin kuin se tulee tarkentaa. Horisontti on suorassa. Kuvassa hanki hei-
jastelee kauniisti matalalta paistavan auringon säteitä. Kaikki näyttää aika
lailla täydelliseltä.

Näkykö kuvastani, miten hankalaa oli avata takin vetoketju tunnottomilla
sormilla ja saada puhelimen kamera päälle? Miten tarkentaminen aurinkoa
vasten ei tahtonut millään onnistua kohmeisilla sormilla? Ja miten pian hyinen
tuuli kuivatti hikisen selkäni? Ja miten hiljaista oli? Ei kuulunut mitään muuta
kuin oma tiheä hengitys nousun jälkeen. Miten hyvältä siellä metsässä tuntui
hiljaisuus ja valo?

Lähteet

Barthes R.1985. Valoisa huone. Helsinki: Kansankulttuuri / Suomen valokuvataiteen museon säätiö.

Eskola, T. 1997. Teräslintu ja lumpeenkukka : Aulanko-kuvaston muutosten tulkinta. Helsinki: Musta Taide.

Hacklin,S., Hotanen, J. & Yli-Tepsa, H. 2014. Merleau-Ponty, Maurice. LOGOS – ensyklopedia. Filosofia.fi. [Viitattu 12.9.2017]. Saatavissa: <http://filosofia.fi/node/6875#Havainto>

Heikkilä, T. 2000. Suomalainen kulttuurimaisema. Helsinki: Tammi.

Lintonen, K. 2011. Valokuvallistettu luonto: I. K. Inhan tuotanto luonnon merkityksellistäjänä. [Verkkodokumentti]. Väitöskirja. Helsingin yliopisto, Humanistinen tiedekunta, Filosofian, historian, kulttuurin ja taiteiden tutkimuksen laitos.[Viitattu 12.9.2017]. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-10-7196-6>

Lukkarinen, V. & Waenerberg, A. 2004. Suomi-kuvasta mielenmaisemaan : kansallismaisemat 1800- ja 1900-luvun vaihteen maalaustaiteessa. Hämeenlinna: Karisto.

Suomen valokuvataiteen museo. Tietoa ja oppaita. 2017. I. K. Inha – suomalaisen valokuvataiteen pioneeri. [Viitattu 12.9.2017]. Saatavissa: <http://www.valokuvataiteenmuseumo.fi/fi/tietopalvelut/tietoa-ja-oppaita/i-k-inha-suomalaisen-valokuvataiteen-pioneeri>

Viitala, R. 2010. Takaisin luontoon. Teoksessa: Isokangas, Antti. (toim). Mitä Suomi on? Keskustelua Suomesta ja suomalaisuudesta. Helsinki: Finland Promotion Board.

Weston, E. 1984. Valokuvallinen näkeminen. Teoksessa: Lintunen, M. (toim.). Kuvista sanoin: ajatuksia valokuvasta 2. Helsinki: Suomen valokuvataiteen museon säätiö. 90-111.

Ympäristöhallinto. 2017. Luonto. Maisemat. Kansallismaisemat. [Viitattu 11.9.2017]. Saatavissa: <http://www.ymparisto.fi/fi-FI/Luonto/Maisemat/Kansallismaisemat>

Kuvaliitteet

1. Järnefelt, E. 1910. Syysmaisema Kolilta. [Viitattu 23.11.2017]. Saatavissa: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:J%C3%A4rnefelt,_Syysmaisema_Kolilta.jpg
2. Linnankivi, E. 2016. Kammiovuori.
3. Inha, I.K. 1895. Näköala Kolilta. Teoksessa: Kajander, I. & Vuorenmaa, T-J. (toim.).1981. Suomi kuvissa. Porvoo: WSOY. 56-57.
4. Suomen Ympäristökeskus SYKE. 2014. Kansallismaisemat. [Viitattu 23.11.2017]. Saatavissa: <http://www.ymparisto.fi/fi-FI/Luonto/Maisemat/Kansallismaisemat>
5. Heikkilä, T. 2000. Suomen maisemamaakuntajakoa kuvaava kartta. Teoksessa: Heikkilä, T. 2000. Suomalainen Kulttuurimaisema. Helsinki: Tammi. 63.
6. Akkanen, A. 2017. Hyrynsalmi
7. Weston, E. 1936. Dunes, Oceano. Teoksessa: Newhall, B. 1986. Supreme instants: The photography of Edward Weston. London: Thames and Hudson. Plate 68.
8. Linnankivi, E. 2016. Aurinko-Ilves-reitti.



Annamaija Id-Korhonen

Tiirismaan luontopolkujen soveltuvuus erilaisille käyttäjille - Hyvinvointia luonnosta kaikille

Artikkeli perustuu Lahden ammattikorkeakoulun FYS16M ryhmän fysioterapiopiskelijoiden projektitehtäviin.

Tiirismaan luontopolkujen saavutettavuus ja esteettömyys

Esteettömyyden edistäminen auttaa erilaisia henkilöitä toimimaan mahdollisimman itsenäisesti yhteiskunnassa, myös luontoreiteillä. Päijät- Hämeessä Hollolan kunnan alueella sijaitseva Tiirismaa on ainutlaatuinen luontokohde, joka tuottaa hyvinvointia luonnossa liikkuvalla henkilölle. Alueella on luontopolkuja, joita hyödyntämällä Tiirismaan luontoon voi tutustua erilaisista näkökulmista. Luontopolkujen tulee olla helposti saavutettavissa ja mahdollisimman esteettömiä, jotta mahdollisimman moni pystyy niistä nauttimaan. Maankäyttö- ja rakennuslain 5 § Alueiden käytön suunnittelun tavoitteiden mukaan: "Alueiden käytön suunnittelun tavoitteena on vuorovaikutteiseen suunnitteluun ja riittävään vaikutusten arviointiin perustuen edistää: turvallisen, terveellisen, viihtyisän, sosiaalisesti toimivan ja eri väestöryhmien, kuten lasten, vanhusten ja vammaisten, tarpeet tyydyttävän elin- ja toimintaympäristön luomista." (Maankäyttö- ja rakennuslaki 5.2.1999/132.)

Luontopolkuja käyttävät alueella asuvat henkilöt sekä alueella vierailevat matkailijat. Luonnossa liikkuvilla henkilöillä voi olla liikuntarajoitteita, näkörajoitteita tai hahmotuksen haasteita. Ulkomaalaisille matkailijoille luontopolut tarjoavat mahdollisuuden tutustua puhtaaseen suomalaiseen luontoon ja hiljaisuuteen. Parhaimmillaan luontopolut tarjoavat elämyksiä kaikenikäisille ja erilaisille luonnossa liikkujille. Luontopolkujen tulee olla helposti saavutettavissa ja opastettuja siten, että luonnossa liikkujat ne löytävät sekä pystyvät luonnossa turvallisesti ja eksymättä, omatoimisesti ja tarvittaessa saatetuna liikkumaan. Mennään metsään- hankkeessa arvioitiin Tiirismaan kolmen luontopolun saavutettavuutta ja soveltuvuutta toimintakyvyltään erilaisille käyttäjille. Arvioitavaksi valittiin Tiilijärven ympäri kulkeva reitti, Suokierros ja Televisiomaston kierros.

Esteettömyyden arviointia

Esteettömyydellä tarkoitetaan yhdenvertaisuutta osallistua yhteiskunnan toimintaan itsenäisesti ja omana itsenään. Esteettömät ja toimivat ratkaisut helpottavat kaikkien ihmisten liikkumista ja toimimista. (Ruskovaara 2009.)

Esteettömyys tarkoittaa yksilön mahdollisuutta käyttää ympäristöä ja palveluita iästä, sukupuolesta, terveydentilasta ja sosiaalisesta, psyykkisestä tai fyysisestä toimintakyvystä riippumatta. Toisin sanoen tämä tarkoittaa tasa-arvoa ympäristöä ja palveluita käytettäessä. Esteettömyyden kolme osa-aluetta ovat: 1) fyysisen ympäristön esteettömyys (esim. rakennusten sisätilojen ja ulkotilojen esteettömyys), 2) tiedonsaannin ja kommunikoinnin esteettömyys

(etäasiointi, sähköiset palvelut) sekä 3) palvelutapahtuman esteettömyys esim. vuorovaikutus henkilökunnan kanssa). (Kilpelä & Hätönen 2014.)

Esteettömyystietoa voivat hyödyntää kansalaiset, ammattilaiset ja viranomaiset suunnitellessaan toimintaansa. Lisäksi esteettömyystietoa voivat hyödyntää myös ikääntyneet, vammautuneet, lapsiperheet ja tilapäisesti vammautuneet henkilöt sekä tahot, jotka tuottavat palveluita erilaisille kohderyhmille. Parhaimmillaan henkilö voi selvittää ja vertailla mahdollisuuksiaan itsenäiseen toimimiseen luontokohteessa tutustumalla kohteen esteettömyyteen etukäteen internetin tietokantojen välityksellä. Yritykset ja organisaatiot voivat hyödyntää aikaisempia/nykyisiä esteettömyystietoja toimintansa ja palveluidensa suunnittelussa. Luontopolkujen ylläpitäjät voivat hyödyntää tietoa ympäristön, tässä tapauksessa luontopolkujen, toimivuudesta sekä auttaa epäkohtien tiedostamisessa ja kehittää luontopolkujen esteettömyyttä erilaisten luonnossa liikkujien näkökulmasta. Hyvä esimerkki esteettömästä luontoliikkumisesta on Maunulan luontopolku (Maunulan luontopolku 2016).

Yleisimpiä esteettömyyden ongelmakohtia ovat luiskien tai tukikaiteiden puute tasoerojen yhteydessä, portaat ja kynnykset. Pyörätuolin, kävelyteelineen tai lastenvaunujen käyttäminen edellyttää runsaasti tilaa ja alustan tasaisuutta. Jos käveleminen on hankalaa ja henkilö väsy helposti, on levähdyspaikkoja oltava riittävästi. (Kilpelä & Hätönen 2014.)

Näkövammaisten henkilöiden liikkuesssa luonnossa heillä on vaara törmätä kulkureiteillä oleviin esteisiin ja kompastua pinnan tasoeroihin. Ratkaisuja tähän voivat olla selkeä pohjaratkaisu reiteissä, helppo hahmotettavuus, selkeät opasteet ja niissä näkemistä helpottavat tummuuskontrastit sekä varoittavat kohokuviot. Samoin kulkureitin maapohjan kunnosta huolehtiminen parantaa liikkumisen turvallisuutta. (Kilpelä & Hätönen 2014.) Opastuksen tulee olla koko reitin ajan katkeamaton ja johdonmukainen. Lisäksi karttaopasteiden tulee olla selkeitä. Opasteen pinnan tulee olla himmeä ja häikäisemätön, jotta näkörajoitteiset pysyvät niitä lukemaan. Opasteiden koko ja niiden kirjasinkoko määritellään katseluetäisyydestä. Opasteissa joiden välittömään läheisyyteen pääsee, tulee kirjasinkoon olla 15 mm. Sijaintia ja suuntaa osoittavissa opasteissa, jotka luetaan muutaman metrin päästä, suositeltava kirjasinkoko on 25-40 mm. Suositus on, että opasteissa käytetään kirjasintyyppiä Helvetica Medium tai Arial niiden helppolukuisuuden vuoksi. Karttaopasteisiin tulee merkitä tehostevärillä tai kohonastalla sijainti "olet tässä", jotta luonnossa liikkujia voisi helposti paikantaa itsensä kartalla. Alueen hahmottamiseksi opaskarttaan tulisi merkitä tärkeimmät kohteet. Kartalle tulisi myös kuvata lähiympäristöä ja maamerkkejä. (Tuominiemi 2012.)

Kuulovammaisten henkilöiden, sekä sellaisten henkilöiden joilla on ymmärtämisen tai hahmottamisen vaikeuksia, toimimista helpottaa visuaalisen informaation korostaminen, selkeät pohjaratkaisut ja helppo hahmotettavuus. Symbolit auttavat myös ulkomaalaisia luonnossa liikkujia ja henkilöitä, joilla ymmärtämisen ongelmia. (Kilpelä & Hätönen 2014.)

Yhteistyö Hollolan kunnan kanssa ja kartoitusten suunnittelu

Yhteinen suunnittelupalaveri luontopolkujen esteettömyyden arviointiin liittyen pidettiin Hollolan kunnan edustajien kanssa alkusyksystä 2016. Mennään metsään- hankkeessa toteutetaan luontopolkujen esteettömyyden arviointia erilaisten ja eri lailla toimintarajoitteisten henkilöiden näkökulmasta. Luontopolkujen saavutettavuutta arvioidaan julkisella liikenteellä sekä omalla autolla tai polkupyörällä saavuttaessa.

Arvioinnin toteutus

Fysioterapeuttipiskelijat perehtyivät luontopolkujen saavutettavuuden ja esteettömyyden arviointiin. Menetelminä käytettiin havainnointia toimintakyvyltään erilaisten luonnossa liikkujien näkökulmasta, luontopolulla liikkujien haastatteluja sekä valokuvaamista. Arvioinnit suoritettiin lokakuun 2016 aikana. Lähtökohtana pidettiin Tiirismaan luonto-oppaan karttaa (Hovi 2000) ja Outdoors Finland-sovelluksen aineistoa (Outdoors Finland 2016). Kartoitettavat luontopolut olivat Tiilijärven ympäri, Suokierros ja Televisiomaston kierros. Luontoreittien esteettömyyden arviointi raportoitiin kirjallisesti. Arvioinnin tulokset esitettiin Hollolan kunnanvirastolla teknisen toimen palaverissa joulukuussa 2016.

Tiedonkeruussa arvioitiin, kuinka asiakas toimii luontopolulla ja mitä luontopolun onnistunut käyttö edellyttää. Arviointi aloitettiin parkkipaikalta tai linja-autoreitiltä sekä pysäkiltä, josta siirryttiin oletettua reittiä pitkin luontopolulle. Arvioinnissa huomioitiin erilaiset henkilöt kuten pyörätuolilla liikkuvat, tasapaino- tai hahmotusvaikeuksia omaavat henkilöt sekä kävelykepin avulla liikkuvat henkilöt. Raportin aineistoksi otettiin valokuvia kohteesta.

Kulkureiteissä huomioitiin asiakkaan oletetut kulkureitit. Reittien valinnassa huomioitiin erilaiset tarpeet, kuten pyörätuoli. Mikäli kohteessa ei ollut omia pysäköintipaikkoja, arviointiin merkittiin lähimmät pysäköintipaikat. Linja-autolla saapuminen lähimmältä pysäkiltä arvioitiin sen mukaan, miten lähelle luontopolun aloituspistettä linja-autolla pääsi ja oliko opastus luontopolulle järjestetty julkisen liikenteen pysäkiltä. Opastusta arvioitiin sen mukaan, oliko se riittävä luontopolulla liikkumiseen omatoimisesti ja eksymättä. Mikäli reitillä oli epäselviä tai puutteellisia kylttejä, ne kirjattiin arviointiin. Opasteen lukuetaisyys tulee olla 1-3 m ja kirjasinkoon 70-100 mm sekä tekstin tulee erottua selkeästi. Hyvät kontrastit helpottavat opasteiden tekstin lukemista. Opastukseen voidaan käyttää myös ohjaavia- tai rajoittavia materiaaleja esimerkiksi käsikaiteita. (Tuominiemi 2012.)

Kulkuväylien leveyttä arvioitiin havainnoimalla. Liukkaita arvioitiin arviointihetkellä huomioiden esim. vesi tai märät lehdet. Kulkuväylän pinnan kuluneisuus ja maanpinnan muodot arvioitiin silmämääräisesti (kuluneisuus). Tasoeroja koskevat tiedot kerättiin asiakkaiden käyttämiltä kulkureiteiltä eli ns. pääreitiltä sekä mahdollisilta vaihtoehdoilta reiteiltä. Korkeus- ja tasoerot arvioitiin korkeimman ja jyrkimmän tasoeron mukaan. Tiedot kerättiin reitin hankalimmista tasoeroista. Tasoerojen yhteydessä arvioitiin alustavasti tarkoituksenmukaisten kaiteiden ja/tai käsijohteiden tarvetta. Kaiteella voidaan estää putoaminen ja lisätä reitin turvallisuutta. (Reittien vaativuusluokittelu 2016.)

Tiilijärven luontopolku

Kartoituksen kohteena oli Tiilijärven ympäri kulkeva ulkoilureitti. Reitin alkukohdan löytää osoitteella Tiilijärventie 9, 15870 Hollola. Koordinaatit reitin alkuun ovat N60 59.574 E25 30.857.

Tiilijärven alueelle pääsy on helppoa niin julkisilla kulkuvälineillä kuin polkupyörällä tai omalla autolla. Alueen läheisyydessä on hyvin pysäköintitilaa. Reitti ei kokonaisuutena palvele erityisryhmiä, mutta osa sen reiteistä soveltuu lapsiperheille ja ikäihmisille. Luontopolun saavutettavuuden kannalta tärkeintä on tiedottaa reitistä niin internetin matkailusivustoilla kuin reitin varrella opastetauluilla ja merkitä reitti selkeästi opastein Tiilijärven ympäristöön.

Parkkipaikalta tulee löytyä selkeät tienviivat reitille. Polkujen risteyskohdat kaipaavat yksiselitteisiä ja maisemaan sopivia opasteita, mihin kyseinen luontopolku jatkuu. Alueella on runsaasti polkuja, jotka risteävät keskenään ja niissä on vaihteleva pohjamateriaali ja maasto. Kokonaisuudessaan reitti on haastava, sillä se sisältää jyrkkiä laskuja sekä nousuja. Tiilijärvien ympärille on mahdollista luoda eri kuntoisille ulkoilijoille sopivia reittejä yhdistelemällä alueella kulkevia polkuja. Puutteellisten opasteiden vuoksi kulkeminen on kuitenkin hankalaa ja polkujen valitseminen edellyttää alueen tuntemista.

Reittimerkintöjen lisäksi kilometrimerkinnät kertoisivat käyttäjälle jäljellä olevaa matkaa. Näin käyttäjä osaa paremmin mitoittaa etenemistään. Turvallisutta lisääviä parannuksia ovat maassa olevien epätasaisuuksien esimerkiksi kuoppien täyttämisen, pitkospuiden korjaaminen, taukopaikkojen kehittäminen esteettömiksi sekä tukikaiteiden lisääminen liukkaisiin ja kalteviin paikkoihin. Näin reitti palvelee useamman luonnosta nauttivan kävijän tarpeita. Ensisijaisesti tulee korjata luontopolun turvallisuuden liittyvät puutteet - pitkospuiden korjaus on tulossa keväällä 2017. Huomattavat kuopat - ja reittimerkintöjen puutteet tulee myös korjata. Selkeät opasteet hyödyntävät kaikkia polkujen käyttäjiä ja niissä on tärkeää huomioida myös erityisryhmien tarpeet.



KUVA 1. Tiirismaan luontopolkujen opastetaulu
(Kuva: Annamaija Id-Korhonen)

Suokierros

Suokierros sijaitsee Tiirismaan maastossa Hollolassa. Ison Tiilijärven suunnasta lähestyttäessä reittiin kuuluvat pitkospuuosuus sekä lenkki suoalueen ympärillä. Opasteet reitille ja reitin varrella ovat puutteellisia. Suosituksena on lisätä opasteita. Internetsivuilla löytyy selkeät tiedot luonnonsuojelualueesta ja Suokierros reitistä sekä alueen kunnostustöistä. Tällä hetkellä pitkospuuosuudelle meneminen saattaa aiheuttaa vaaraa toimintakykyrajoitteiselle, pitkospuuiden huonon kunnon vuoksi.

Suokierros -reitistä oli luonnossa tietoa kahdessa infotaulussa, ne sijaitsivat pitkospuuosuuden alku- ja loppupäässä. Nämä taulut kaipaavat kunnostusta. Jotta myös ulkomaalaiset luonnossa liikkujat ymmärtävät reitin selosteet, tulee infotaulussa olla tekstiosuus myös englanniksi. Infotaulun karttaan tulee merkitä retkeilijän sijainti kartalla, jotta luontopolun käyttäjä hahmottaa helpommin sijaintinsa suhteessa karttaan.

Infotaulujen yhteydessä tulee olla myös viitoitukset reitille sekä reitin varrella olevien merkkien selosteet. Selkeitä suuntaviittoja, jotka erottuvat ympäröivästä luonnosta, tulee olla reitin varrella erityisesti risteyskohdissa. Puihin merkittyjä värikoodeja, jotka ilmeisesti kertoivat Suokierros reitistä, on hyvä vahvistaa, ne ovat kuluneita. Opastaulussa on myös hyvä kuvata näiden merkintöjen liittyvän luontopolkuihin.

Invalidiliiton rakennetun ympäristön esteettömyyskartoitusoppaan mukaan opasteiden suunnittelussa on tärkeää huomioida niiden kattavuus, selkeys ja helppotajuisuus. Lisäksi opastuksen on oltava katkeamaton, jotta reitillä liikkujia ei kulkusuuntaa valitessa eksy reitiltä. (Ruskovaara 2009.)

Mikäli pitkospuuosuudella on tarkoitus päästä kulkemaan myös esimerkiksi pyörätuolilla tai lastenrattailla, pitää leveyttä selkeästi lisätä. Pyörätuoliluiskan vapaa leveys tulee olla vähintään 1,2 m. Jos luiskan pintamateriaali on puuta, lankkujen rakojen välin tulee olla vähintään 0,5 cm. Suojareunan on oltava vähintään 5 cm korkea. (Invalidiliitto 2016.) Myös levennykset on hyvä suunnitella tarpeeksi leveiksi ja suojakaitein ympäröidyiksi, jotta niissä mahtuu tarvittaessa turvallisesti kääntymään pyörätuolilla. Mikäli pitkospuosuutta suunnitellaan pyörätuolilla saavutettavaksi, on tarpeen kehittää pitkospuille tuloreitin pintamateriaalia ja viestiä verkkosivuilla avustajan tarpeesta suurten korkeuserojen vuoksi. Tarkoitus sijaitsee kauniilla saarekkeella. Turvalliseen kulkuun siellä tulee kiinnittää huomiota, esim. kannot saattavat aiheuttaa kompastumisvaaran. Tarkoituspaikalla tulisi olla myös penkki levähtämiseen.



KUVA 2. Pitkospuut (Kuva: Annamajja Id-Korhonen)

Suokierros Messilän suunnasta lähestyttäessä

Suokierroksen lähistöllä on käytettävissä Messilä Campingin pysäköintialue, josta opastus voisi olla kierroksen alkuun. Pysäköintialueelta varsinaiselle reitille johtava polku tulee raivata siten, että se on yhtä helppokulkuinen kuin varsinainen reitti. Varsinaisen Suokierroksen osuus osoittautui helppokulkuiseksi reitiksi. Internetiin on tärkeää saada selkeät reittiohjeet, kotimaisten kielten lisäksi reittitieto on hyvä olla myös englanniksi. Näin myös ulkomaalaiset luonnossa liikkujat pystyvät reittejä hyödyntämään.

Kierroksen alkuun on tärkeää saada opastetaulu, jossa on kuvattu, minkälaisilla opasteimerkeillä reitti on merkitty. Opasteita tulee lisätä ja sijoittaa helposti havaittavaan paikkaan.

Koska Suoreitin alku alustansa puolesta soveltuu myös iäkkäämmille, voisi kierroksella olla levähdyspaikkoja. Levähdyspaikat tulee sijoittaa kulkuväylien ulkopuolelle, ettei niistä aiheutuisi törmäysvaaraa. Penkin istuintason tulee olla tasainen sekä istuimen alaosan avoin, istuinkorkeuden noin on 450 mm, jotta sieltä on helppo nousta ylös (Ruskovaara 2009). Reitin vaativuus on hyvä kartoittaa Metsähallituksen luokittelua käyttäen (Tuominiemi 2012). Tällä hetkellä luokitus vaikuttaa vaativalta reitille pääsemisen osalta, mutta on helppo varsinaisen suokierroksen osalta.

Televisiomaston kierros

Televisiomaston kierros kuuluu osaksi Tiirismaan luonnonsuojelualuetta. Se on yksi Tiirismaan viidestä luontopolusta ja on lähteiden mukaan 3,5 kilometriä. Kierrokseen voidaan yhdistää lisäksi reitti, joka on pituudeltaan noin 4 km. Reitin voi esimerkiksi aloittaa Tiirismaan radio- ja televisiomastolle vievältä Televisiotieltä tai Messilän Kartanolta lähestyttäessä valaistun kävelyreitit risteyksestä. (Tiirismaan luonnonsuojelualue 2012.)

Kierros koostuu suurimmaksi osaksi helppokulkuisesta maastosta, mutta siihen kuuluu myös lyhyempi vaikeakulkuinen reitti, jota arvioinnin perusteella suositellaan vain hyväkuntoisille ihmisille. Vaikeakulkuisempi osa reittiä metsän keskellä ei sovi liikuntarajoitteiselle miltei osin, se on kivikkoisen, juurakkoisen ja sisältää suuria korkeuseroja. Televisiomaston kierrosta on mahdotonta kulkea yhtenäisenä kierroksena menemättä vaikeakulkuisen reitin läpi, joten toimintarajoitteiset voivat kulkea reittiä lähtöpisteestä vaikeakulkuisen osan alkuun ja samaa reittiä takaisin. Televisiomaston kierroksen helppokulkuisempaan osaan voidaan helposti tehdä muutoksia, joiden avulla myös toimintarajoitteiset pystyvät liikkumaan reitillä.

Kehityskohteenä televisiomaston kierrokselle ovat opasteet ja kyltit. Selkeät, riittävän näkyvät opasteet helpottaisivat luontopolun reittien käyttäjiä. Symbolit tekstin tukena auttaisivat esimerkiksi henkilöitä, joilla on ongelmia tekstin ymmärtämisessä/hahmottamisessa ja ulkomaalaisia kulkijoita jotka eivät ymmärrä kieltä. (Ruskovaara 2009, 36.)

Opasteita laadittaessa tulee huomioida eri käyttäjäryhmät ja reitin vaativuustasot. Opastamisessa voidaan käyttää kolmea viittatyyppeä: reiteille ohjataan reitin nimiviitoilla, reittien kiintopisteistä tiedotetaan etäisyysviitoilla ja perillä kunkin kiintopisteen kohdalle sijoitetaan aina paikannimi - pyritään siihen, ettei reitti haaraudu vaan etenee määrätietoisesti paikasta a, paikkaan b. (Tuominiemi 2012, 6.)

Yhteenveto

Kaikkien luontopolkujen arvioinneissa nousi esiin viitoituksen kehittämisen tarpeita. Luontopolkujen saavutettavuutta edistää internet sivuilta hakukoneiden kautta löytyvä informaatio luontopoluista. Tiirismaan luontopoluista oli internetin kautta riittävästi tietoa saatavilla luontopolkujen käyttäjille, esimerkiksi karttaa luontopoluista ei ole saatavilla. Linja-autolla saapumista edistäisivät opastukset lähimmältä linja-auto pysäkiltä. Saavutettavuutta edistäisi myös merkintä opastein lähellä olevilta pysäköintipaikoilta. Luontopoluista on maastossa kartta, jonka sijaintia on haastava saada selville etukäteen.

Luontopolun varrella olevaan karttaan on tärkeää lisätä sijaintitieto kartalla, jotta luonnossa liikkujan on helpompi hahmottaa sijaintinsa. Tärkeimpiä muutosehdotuksia on opasteiden parantaminen ja reitillä olevien turvallisuusriskien, kuten reitillä olevien kuoppien, muiden tasoerojen ja pitkospuiden korjaaminen. Kun luontopoluista löytyy tarpeeksi tietoa internetin hakukoneella sekä reitin varrella olevia opasteita, ne ovat helpommin kaikkien käytettävissä. Nyt reitille on vaikeaa löytää ja oikealla reitillä pysyminen on haastavaa viitoituksien puutteiden vuoksi. Levähdyspaikkojen lisääminen tekee reitistä esteettömämmän erityisesti näkö- ja liikuntarajoitteisille.

Lähteet

Hovi, A. 2000. Tiirismaan luonto-opas. Hollola: Hollolan kunta.

Invalidiliitto. 2016. Luontoreittien esteettömyyskartoitus. [Viitattu 8.12.2016]. Saatavissa: http://www.esteeton.fi/portal/fi/linkit/esteettomyyshankkeet/esken_esteettomyyshankkeet/luonto-eskeh_2014/

Kilpelä, N. & Hätönen, J. 2014. Opas esteettömyystiedon keräämiseen asiakaspalveluyksiköissä. [Verkkodokumentti]. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Ohjaus 22/2014. [Viitattu 13.11.2017]. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-361-1>

Maankäyttö- ja rakennuslaki 5.2.1999/132. Finlex. [Viitattu 8.12.2016]. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990132>

Maunulan luontopolku. 2016. [Viitattu 8.12.2016]. Saatavissa: http://www.esteeton.fi/portal/fi/liikkuminen/luontoliikunta/maunulan_kuntopolku/

Outdoors Finland. 2016. Hollola, Tiilijärvien ympäri, 8,6 km. [Viitattu 8.12.2016]. Saatavissa: <http://www.outdoorsfinland.fi/reitti/tiilijarvienympari/>

Reittien vaativuusluokittelu. 2016. [Viitattu 8.12.2016]. Saatavissa: <http://www.luontoon.fi/retkeilynabc/retkensisunnittelu/reittienvaativuusluokittelu>

Ruskovaara, A. (toim.) 2009. Rakennetun ympäristön esteettömyyskartoitus. Opas kartoituksen tilaajalle ja toteuttajalle. [Verkkodokumentti]. Invalidiliitto. Invalidiliiton julkaisuja O.38. [Viitattu 13.11.2017]. Saatavissa: <https://drive.google.com/file/d/0B3eK996ul4PxV0RHUKQ5YVc3alk/view>

Tiirismaan luonnonsuojelualue. 2012. Wikipedia. [Viitattu 1.11.2016]. Saatavissa: https://fi.wikipedia.org/wiki/Tiirismaan_luonnonsuojelualue

Tuominiemi, R. 2012. Hyvän viitoittamisen perusteet. [Verkkodokumentti]. Metsähallitus. [Viitattu 8.12.2016]. Saatavissa: <https://julkaisut.metsa.fi/assets/pdf/lp/Muut/viitoitusopas.pdf>



Jenna Anttila, Kati Lantta ja Terhi Nieminen

Terapiametsä

Tämä artikkeli kuvaa moniaistisen terapiametsän mallia, jonka tarkoituksena on edistää ja ylläpitää ihmisen henkistä hyvinvointia metsän ominaisuuksia ja mahdollisuuksia hyväksi käyttäen. Moniaistinen terapiametsän malli on tuotettu uutta luonto- ja hyvinvointimatkailutapahtumaa varten. Malli ja sen harjoitteet on kehitetty metsän ja luonnon hyvinvointivaikutuksista sekä moniaistisuudesta tehtyjen tutkimuksien ja kirjallisuuden perusteella.

Viime vuosina mielenterveys ja hyvinvointi ovat saaneet aikaisempaa enemmän huomiota. WHO:n (2013) määritelmän mukaan mielenterveys on hyvinvoinnin tila, jossa ihminen pystyy näkemään omat kykynsä ja selviytymään elämään kuuluvista haasteista sekä työskentelemään ja ottamaan osaa yhteisönsä toimintaan. Mielenterveys on ihmisen hyvinvoinnin, terveyden ja toimintakyvyn perusta. Mielenterveyteen liittyy keskeisellä tavalla myös hyvinvointi ja mielenterveyden edistämisen voidaan ajatella yleisellä tasolla tähtäävän hyvinvoinnin lisääntymiseen (Wahlbeck & Wasserman 2015).

Mielenterveyden edistämässä pyritään tukemaan mielenterveyttä tuottavia tekijöitä. Mielenterveyden edistämällä tarkoitetaan kaikkia niitä toimia, joilla tuetaan positiivista mielenterveyttä. Jokainen voi edistää mielenterveyttään muun muassa pitämällä yhteyttä muihin, liikkumalla aktiivisesti ja haastamalla itseään oppimaan uutta (Nyqvist ym. 2014).

Tutkimuksilla on todistettu, että lääkkeiden ohella monet vaihtoehtoiset lähestymistavat ovat terapeutteja. Yksi lähestymistapa on luonnon ja metsän käyttäminen. Myös kirjallisuudessa on huomattu selkeä yhteys luonnon sekä ihmisten yleisen terveyden ja hyvinvoinnin välillä. (Ambrose-Oji 2013.) Tutkimusten mukaan jo pelkästään metsässä oleminen, siellä ulkoileminen ja liikkuminen vaikuttavat positiivisesti kehoon ja mieleen. Tämän takia olosuhteet metsässä ovat suotuisat rauhoittumiseen ja rentoutumiseen. (Arvonen 2014, 7.)

Japanissa on jo vuosien ajan tehty tutkimuksia metsän ja luonnon vaikutuksesta hyvinvointiin. Tutkimuksien myötä on syntynyt erilaisia terapiametsiä, joihin menään tarkoituksena parantaa ja ylläpitää hyvinvointia metsäterapian avulla. (Lee ym. 2012.) Tämä uusi terapiamuoto on levinnyt vähitellen muuhun maailmaan. Myös Suomessa tiedetään yhä enemmän metsän ja luonnon terveysvaikutuksista. Suomessa metsäterapiaa tunnetumpi on Green Care, jossa hyödynnetään luontolähtöisiä menetelmiä tavoitteellisesti, vastuullisesti ja ammatillisesti hyvinvoinnin ylläpitämiseksi. Green Caren toimintaympäristönä toimii luonto, jonka elvyttävyyss vaikuttaa ihmisen hyvinvointiin. (VoiMaa! 2013, 2–3.)

Metsä on moniaistinen luonnonympäristö, jossa aistit aktivoituvat monipuolisesti ja joka altistaa miellyttäville aistikokemuksille. Aistit ovat ihmisen kehon ja ympäristön havainnoinnin ja kokemisen perusta, joten moniaistisuus on todella tärkeä näkökulma ihmisen hyvinvointiin. Eri aistit välittävät erilaista tietoa ja niiden yhteistyö mahdollistaa moniulottuvan maailman kokemisen. Tästä johtuen ihminen voi hyvin ja toimii parhaiten moniaistisissa ympäristöissä. (Pagliano 2012, 3–6; Arvonen 2014, 60, 70.)

Metsän terapeuttiset vaikutukset

Luonto vaikuttaa positiivisesti sekä stressaantuneeseen ja väsyneeseen että hyvinvoivaan ihmiseen. Luontoympäristöt laskevat stressitasoa, mikä näkyy fysiologisina muutoksina ja mielialan kohenemisena. Asuinympäristön luontomaisema vaikuttaa kokonaisvaltaiseen terveydentilaan ja toimintakykyyn. Välillisesti luonto parantaa hyvinvointia houkuttelemalla ihmisiä liikkumaan. (Korpela 2007, 364.)

Metsässä käymisen tai jo pelkästään metsämaiseman katsomisen on tutkittu alentavan verenpainetta, laskevan sykettä sekä vähentävän ahdistusta ja stressiä. (Shin ym. 2010; Pajunen, A. & Luonnontie 2013, 4–5; Arvonen 2014, 7.) Lee ym. (2010) on tutkinut, että jo lyhyessä ajassa tapahtuu fysiologisia muutoksia. Verenpaineen laskun on tutkittu alkavan jo 10 minuutin luonnossa vietetyn ajan jälkeen. Kolme päivää luonnossa vaikuttaa edellä mainittujen muutosten lisäksi seuraavanlaisesti: se vahvistaa elimistön puolustusmekanismeja, tasaa veren sokeri-arvoja ja lisää syöpää ehkäisevien proteiinien määrää. (Arvonen 2014, 17.) Mielenterveysongelmia on vähemmän niillä, jotka liikkuvat luonnossa enemmän (Suomi ym. 2016, 8).

Metsässä liikkuminen kehittää tasapainoa ja koordinaatiokykyä. Erilaiset alustat vaikuttavat eri tavoin ihmisen liikkumiseen, esimerkiksi liukkailla, juurakkoisilla tai kivikkoisilla pinnoilla keskitytään tarkemmin tasapainon säilyttämiseen, jolloin monet lihakset saavat harjoitusta. Myös muu lihaksisto saa metsässä liikkumisesta harjoitusta, mäkiä, mättäitä ja kapeita polkuja kulkiessa, omaan tahtiin jaksamisensa mukaisesti. Luonto vaikuttaa myös sosiaalisiin suhteisiin positiivisesti. Vaikka metsässä halutaan usein rauhoittua ja olla yksin, yhdessä liikkuminen luo turvallisuutta. Luonto tuo paljon mahdollisuuksia erilaisten tapahtumien järjestämiseen ja ryhmien kokoontumiseen. (Arvonen 2014, 26, 28.) Metsähallituksen ja Itä-Suomen yliopiston toteuttamassa tutkimuksessa nousi esille, että henkinen hyvinvointi, muistot ja itsekseen oleminen ovat tärkeitä matkustusmotivaatioita. Luonnon kokeminen, rentoutuminen, hiljaisuus ja maisemat ovat myös tärkeitä. (Tuohino 2012, 24–25.)

Luonto hoitaa mieltä vahvimmin silloin, kun luovutaan suorittamisesta ja siirrytään olemisen tilaan. Elimistön palautumista ja mielen elpymistä tapahtuu heti luontoon tultaessa, ilman tietoisia ponnisteluja. (Arvonen 2015, 19; Suomi ym. 2016, 11, 21.) Aisti- ja hermojärjestelmät kuormittuvat usein kaupunkiympäristössä, jossa vaaditaan nopeita päätöksiä ja reaktioita sekä moneen asiaan yhtä aikaa keskittymistä (Simula 2012, 128; Arvonen 2015, 70). Aivot kuormittuvat erilaisten laitteiden, virikkeiden ja tiedon paljoudesta (Suomi ym. 2016, 21). Liika kuormitus aiheuttaa stressiä ja uupumusta, minkä takia ihminen tuntee tarvetta päästä rauhoittumaan ehkä kokonaan uuteen ympäristöön. Hektisen ympäristön vastapainona vihreä metsäympäristö auttaa palautumaan ja etäisyys arkeen rentouttaa. (Korpela ym. 2010, 5; Simula 2012, 128; Salovuori 2014, 8; Arvonen 2015, 70, 95.)

Rentoutumiseen ja rauhoittumiseen on usein käytetty luonnon materiaaleja hyväksi. Japanissa ja myös Euroopassa tarjotaan metsäkympylähoitoja, joiden elvyttävät hoidot voivat sisältää muun muassa erilaisia luonnon ääniä, luontonäkymiä, luonnon tuoksua tai luonnossa oleilua. (Arvonen 2014, 96–97.) Esimerkiksi pelkästään luontoon liittyvät valokuvat voimaannuttavat (Suomi ym. 2016, 148). Luonnon näkeminen tai kuuleminen virkistää ja elvyttää mieltä (Björn 2015, 45; Suomi ym. 2016, 126).

Luonto- ja metsäympäristöt rauhoittavat ja suorittamisen lopettaminen mahdollistaa olemisen tilan. Metsässä voi omassa rauhassa oman tahdin mukaan irtautua arjesta, hiljentyä, antaa ajatusten viedä, nauttia hetkestä ja lumoutua metsän ympäristön tarjoamista aisteja herkistävästä ärsykkeistä. Ajatukset usein selkeytyvät luontoympäristössä ilman niiden tietoista työstämistä. (Simula 2012, 128; Arvonen 2014, 69, 90, 100; Arvonen 2015, 89.) Maisemat ja luonnon äänet aktivoivat, innostavat ja virkistävät aivoja sekä edistävät luovuutta (Arvonen 2014, 115–116; Suomi ym. 2016, 28). Metsässä oleminen ja tarkkaavaisuuden eri tavalla kohdistaminen lisäävät keskittymistä ja läsnäolemisen taitoa sekä tehostavat toimintakykyä. Metsässä olemisen jälkeen myönteiset ajatukset lisääntyvät ja mieliala kohenee, kun taas jännittyneisyys, ahdistuneisuus, masentuneisuus, vihamielisyys ja suuttuneisuus vähenevät. (Arvonen 2014, 115–116, 131.) Tällainen mielen elpyminen kohentaa ihmisen henkistä hyvinvointia (Kivimäki 2012, 21, 23).

Metsä moniaistisena ympäristönä

Moniaistisuus on usean eri aistin kautta samanaikaisesti aistimista. Aistit yhdistävät ihmisen mielen kehoon sekä kehon ulkopuoliseen ympäristöön ja mahdollistavat kaiken hahmottamisen, havainnoimisen ja kokemisen. (Ayres 2008, 61; Pagliano 2012, 3–4, 6.) Aistien avulla tapahtumat ja kokemukset varastoituvat muistiin, mikä on perustana ajatuksille, tunteille ja oppimiselle. Aistien yhteistyö mahdollistaa moniulottuvaisen kokemuksen maailmasta. (Pagliano 2012, 7; Sand & Sjaastad 2014, 146.)

Elimistöön kohdistuu koko ajan runsaasti ärsykeitä sekä kehon ulko- että sisäpuolelta, mutta aistit rekisteröivät niistä vain pienen osan (Leppäluoto ym. 2013, 447; Sand ym. 2014, 148). Aistimisen mahdollistavat aistinelimissä sijaitsevat aistinsolut, jotka vastaanottavat ärsykeitä ja muuttavat ne sähköisiksi signaaleiksi hermoston tulkittaviksi (Ayres 2008, 60–61; Pagliano 2012, 4; Sand ym. 2014, 148). Aistiminen saattaa tuntua itsestäänselvyydeltä, mutta hermoston järjestelmällistä ja monimuotoista aistien käsittelemistä ja prosessointia tapahtuu koko ajan. Tämä hermoston toiminta mahdollistaa havainnon tekemisen ärsykkeestä ja vaikuttaa aistimuksen välittämään tiedon tulkintaan, sen välittämiin tunteisiin ja ajatuksiin sekä ihmisen toimintaan. Ihminen pystyy vaikuttamaan tietoisesti havaitsemisprosessiin tarkkaavaisuuttaan suuntaamalla. (Ayres 2008, 61, 63; Arvonen 2014, 63, 108.) Tietoisessa havaitsemisessa tiedostetaan, tunnustetaan ja tulkitaan aistiärsykettä (Pagliano 2012, 4).

Aistit voidaan jaotella lukuisalla eri tavalla (Meredith 2008, 15; Pagliano 2012, 3, 7). Perinteinen ja tunnetuin jaottelu on viisi pääaistia: näkö-, kuulo-, haju-, maku- ja tuntoaisti (Smith 2007, 18; Ayres 2008, 7; Meredith 2008, 7; Pagliano 2012, 6; Rautava-Nurmi ym. 2015, 72). Erilaisten aistien tulkintojen perusteella yleistä on myös lukea aisteihin asento-, liike- ja tasapainoaisti sekä erilaiset sisätuntemusaistit (Ayres 2008, 75; Meredith 2008, 16; Pagliano 2012; Sand ym. 2014, 148).

Viisi perusaistia välittävät tietoa kehon ulkopuolisesta maailmasta (Ayres 2008, 74; Meredith 2008, 16; Sand ym. 2014, 148; Rautava-Nurmi ym. 2015, 72). Asento-, liike- ja tasapainoaistit välittävät tietoa kehon sijainnista ympäristössä ja sisätuntemusaistit välittävät tietoa kehon sisäisistä tapahtumista (Ayres 2008, 75; Meredith 2008, 16; Pagliano 2012, Rautava-Nurmi ym. 2015, 83). Elimistön sisäisestä aistimisesta käytetään usein nimityksiä viskeraalinen tai interoseptiivinen aistimus. Tällaiseen aistimiseen voidaan luokitella erilaisten elimistön reaktioiden havaitseminen, mikä on elintärkeää terveyden ylläpitämiseksi. Sisäisten tapahtumien aistit välittävät muun muassa tietoa nälän ja janon tunteesta. (Ayres 2008, 75, 81–82.)

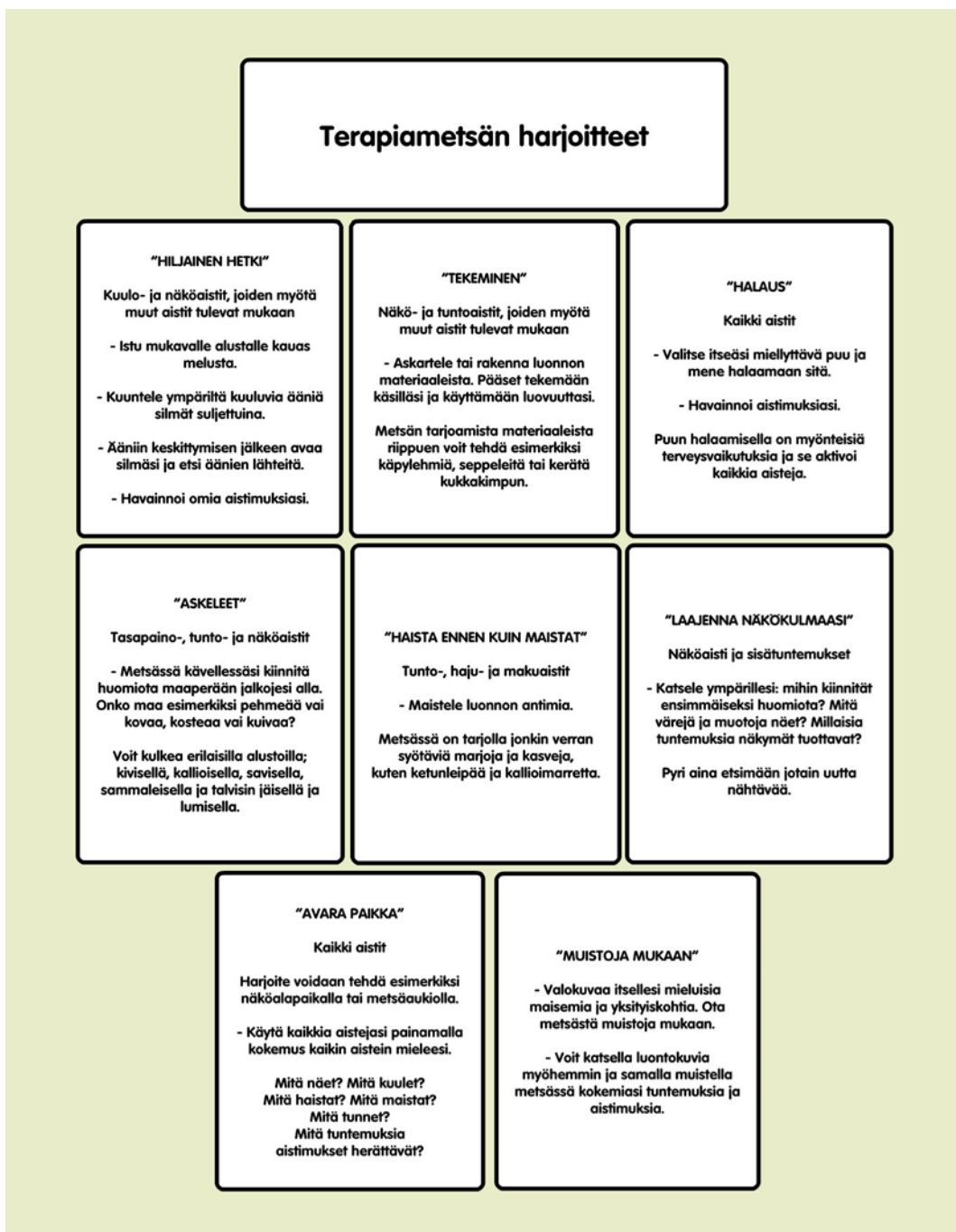
Aistien jaottelutavalla ei ole niinkään väliä, vaan aistien ymmärtämisessä on tärkeää huomata aistien yhteistyön tärkeys kokemisen mahdollistamiseksi (Meredith 2008, 16; Pagliano 2012, 7). Kaikki aistimme välittävät erilaista tietoa ja niiden yhteistyöstä syntyvä järjestelmällinen prosessi aivoissamme mahdollistaa moniulottuvan maailman ja ihmisenä olemisen ymmärtämisen. Aistit täydentävät ja tukevat toisiaan tilanteiden hahmottamisessa ja ymmärtämisessä ja toimivat tehokkaimmin yhteistyössä keskenään. Esimerkiksi hajuaisi täydentää ja mahdollistaa maun aistimista. Havainto ja sen ymmärtäminen ovat sitä parempia, mitä useammalla aistilla saamme siitä tietoa. (Pagliano 2012, 3, 6; Vasara ym. 2013, 5.)

Eri aistinelimet vastaanottavat koko ajan eri aistiärsyksiä kehon tilasta ja ympäristöstä. Aivojen täytyy paikallistaa, lajitella ja ohjata aistimukset, jotta ihminen voi ymmärtää kokemuksen mahdollisimman tarkasti. Tätä tapahtumaa kutsutaan sensoriseksi integraatioksi. (Ayres 2008, 29–30, 62.) Sensorinen toiminta tarkoittaa aistitoimintoja (Leppäluoto ym. 2013, 445) ja sensorinen integraatio tarkoittaa aistitiedon jäsentymistä ja yhdentymistä. Sensorisen integraation prosessi mahdollistaa tilanteen hahmottamisen ja tilanteeseen tarkoituksenmukaisen toiminnan, tunteet ja ajatukset. Sensorinen integraatio ohjaa myös tarkkaavaisuutta ja valitsee aistien välittämästä tiedosta sen, johon tulisi keskittyä. Aistien jäsentynyt yhteistoiminta on ihmisen oppimisen ja sosiaalisen käyttäytymisen perusta, minkä takia ihminen on riippuvainen sensorisen integraation prosessista. (Ayres 2008, 29–30, 37, 62.)

Aistien yhteistyöstä johtuen ihminen toimii parhaiten moniaistisella tasolla. Tämän takia ihmisen tulisi hakeutua tilanteisiin ja paikkoihin, joissa aistiärsyksiä on tarjolla mahdollisimman monelle aistille. Aistien aktivoiminen sekä yhdessä että erikseen vaikuttavat positiivisesti ihmisen hyvinvointiin. (Pagliano 2012, 3, 6; Meredith 2013, 8.) Aistien on todettu olevan yhteydessä aivojen mielihyvakeskuksiin ja tyytyväisyyttä aiheuttavien välittäjäaineiden tuotantoon. Miellyttävät aistikokemukset kohentavat mielialaa ja voimistavat aistien kehitystä. (Meredith 2013, 14, 17.)

Väitöskirjatutkimuksessaan Kaupunki kaikille aisteille – Moniaistisuus ja saatavuus rakennetussa ympäristössä (2007) Jukka Jokiniemi tutki muun muassa erilaisia moniaistisia kaupunkiympäristöjä. Tutkimuksellisen koe-kierroksen aikana puistotila eli tutkimuksen ainoa luonnonympäristö koettiin mieluisimmaksi ja ihmisystävällisimmäksi moniaistiseksi tilaksi. (Jokiniemi 2007, 138–139.) Luonnossa on mahdollisuus erkaantua arjesta ja päästä omaan rauhaan lumoutumaan ympäristön tarjoamista aistiärsyksistä (Simula 2012, 130; Arvonen 2015, 75). Luonnonympäristöissä aistit herkistyvät ja tietoinen tarkkaavaisuus lisääntyy. Aistimusten havainnoiminen ja tarkkaavaisuuden säätely pitävät aistien viireystilaa yllä sekä valpastavat ja aktivoivat aivoja. (Arvonen 2014, 61–62.)

Luonnossa ihminen voi tuntea moniaistisia sekä arjesta poikkeavia aistimuksia ja vuorovaikutus ympäristön kanssa tuntuu välittömältä (Simula 2012, 129). Metsä moniaistisena luonnonympäristönä herkistää aisteja, jolloin on helppo pysähtyä havainnoimaan ja nauttimaan aistimuksista. Metsässä arjesta erkaantuminen ja rauhoittuminen yhdessä aistimusten kanssa voi saada aikaa sen, että ajantaju menettää merkitystään. Voi keskittyä ja nauttia siitä hetkestä ja niistä aistihavainnoista, joita sillä hetkellä kokee. Hetkestä voi nauttia sellaisenaan tai voi tehdä tietoisia havaintoja ja tulkita niitä. Ajatusten voi antaa olla vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa. Pienikin hetki rauhoittuen metsäympäristössä voi altistaa hyvinvointivaikutuksille, rentouttaa ja elvyttää sekä mieltä että kehoa, aktivoida aisteja, innostaa mieltä sekä voimaannuttaa jaksamaan arjessa. (Arvonen 2014, 60, 70, 108.)



KUVA 1. Moniaistinen terapiametsä (Anttila & Nieminen 2016.)

Terapiametsän malli ja harjoitteet

Moniaistinen terapiametsän malli koostuu kahdeksasta harjoitteesta, joita voi soveltaa mihin tahansa metsäreittiin. Harjoitteet ovat erilaisia, eripituisia ja keskittyvät eri aistien aktivoimiseen ja havainnoimiseen metsässä. Niistä voi koota kulloinkin omaan tarpeeseen sopivan, terapiametsän harjoitteiden kokonaisuuden. Harjoitteita tehdään sen mukaan, kuin tuntuu hyvältä, ilman suorituspainetta.

Lähteet

Ambrose-Oji, B. 2013. Mindfulness Practice in Woods and Forests: An Evidence Review. [Verkkodokumentti]. Research Report for The Mersey Forest, Forest Research. Surrey: Alice Holt Lodge Farnham. [Viitattu 9.5.2016]. Saatavissa: https://www.researchgate.net/publication/263172363_Mindfulness_practice_in_woods_and_forests_An_evidence_review

Anttila, J. & Nieminen, T. 2016. Terapiametsä : moniaistinen terapiametsä luonto- ja hyvinvointimatkailutapahtumaan. [Verkkodokumentti]. AMK –opin näytetyö. Lahden ammattikorkeakoulu, sosiaali- ja terveysala. Lahti. [Viitattu 21.11.2017]. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2016121520503>

Arvonen, S. 2015. Metsämieli – Kehon ja mielen kuntosali. Helsinki: Metsäkustannus Oy.

Arvonen, S. 2014. Metsämieli – Luonnollinen menetelmä mielentaitoihin. Helsinki: Metsäkustannus Oy.

Ayres, A. J. 2008. Aistimusten aallokossa. Jyväskylä: PS-kustannus

Björn, I. 2015. Elämyksiä metsästä – Metsä matkailukohteena. [Verkkodokumentti]. Itä-Suomen yliopisto Karjalan tutkimuslaitos, katsausartikkeli. [Viitattu 20.9.2016]. Saatavissa: http://www.mua-lehti.fi/arkisto/2_15/bjorn.pdf

Jokiniemi, J. 2007. Kaupunki kaikille aisteille: Moniaistisuus ja saavutettavuus rakennetussa ympäristössä. [Verkkodokumentti]. Väitöskirja. Teknillinen korkeakoulu. Helsinki. Teknillisen korkeakoulun arkkitehtiosaston tutkimuksia, 2007/29. [Viitattu 13.11.2017]. Saatavissa: <http://urn.fi/urn:nbn:fi:tkk-010777>

Kivimäki, S. 2012. Luontoympäristöjen käyttö edistää psyykkistä hyvinvointia elpymiskokemusten kautta. [Verkkodokumentti]. Pro Gradu. Tampereen yliopisto. Tampere. [Viitattu 15.9.2016]. Saatavissa: <http://urn.fi/urn:nbn:fi:uta-1-22915>

Korpela, K. M., Ylén, M., Tyrväinen, L. & Silvennoinen, H. 2010. Favorite green, waterside and urban environments, restorative experiences and perceived health in Finland. Health Promotion International. [Verkkolehti]. Vol. 25 (2), 200-209. [Viitattu 17.8.2016]. Saatavissa: <https://doi.org/10.1093/heapro/daq007>

Lee, J., Park, B., Tyrväinen, L., Li, Q., Kagawa, T., Miyazaki, Y. & Tsunetsugu, Y. 2012. Nature therapy and preventive medicine. Teoksessa: Maddock, J.(toim.) Public Health - Social and Behavioral Health. [Verkkokirja]. Rijeka, Croatia: InTech. 325-350. [Viitattu 19.7.2016]. Saatavissa: <http://dx.doi.org/10.5772/37701>

Leppäluoto, J., Kettunen, R., Rintamäki, H., Vakkuri, O. & Vierimaa, H. 2013. Anatomia ja fysiologia – Rakenteesta toimintaan. 3. uudistettu painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Meredith, S. 2013. Pidä aistit terävinä. Helsinki: Oy Valitut Palat – Reader’s Digest Ab.

Nyqvist, F., Pape, B., Forsman, A., Pellfolk, T. & Wahlbeck, k. 2014. Structural and cognitive aspects of social capital and all-cause mortality: A meta-analysis of cohort studies. Social Indicators Research 116(2): 545-66.

Pagliano, P. 2012. The multisensory handbook - A guide for children and adults with sensory learning disabilities. New York: Routledge.

Pajunen, A. & Luonnontie. 2013. Terveysmetsä Helsingissä. [Verkkodokumentti]. Helsinki: Sitra. [Viitattu 11.11.2016]. Saatavissa: <https://media.sitra.fi/2017/02/27174446/Luonnontie-2.pdf>

Rautava-Nurmi, H., Westergård, A., Henttonen, T., Ojala, M & Vuorinen, S. 2015. Hoitotyön taidot ja toiminnot. 4. uudistettu painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

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

Sand, O., Sjaastad, Ø. V., Haug, E. & Bjålie, J. G. 2014. Ihminen: Fysiologia ja anatomia. 8.-11. painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Shin, W., Yeoun, P., Yoo, R., & Shin, C. 2010. Forest experience and psychological health benefits: the state of the art and future prospect in Korea. Environmental Health and Preventive Medicine. [Verkkolehti]. Vol. 15(1), 38-47. [Viitattu 19.7.2016]. Saatavissa: <https://doi.org/10.1007/s12199-009-0114-9>

Simula, M. 2012. Luonnossa liikkumisen kulttuuriset representaatiot - Diskurssianalyysi suomalaisten luonnossa liikkumista käsittelevistä haastattelusta. [Verkkodokumentti]. Väitöskirja. Jyväskylän yliopisto. Jyväskylä. Studies in sport, physical education and health 182. [Viitattu 14.7.2016]. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-4755-2>

Smith, M. M. 2007. Sensory history. Oxford: Berg.

Suomi, A. & Juusola, M. 2016. Vihreä hoiva ja voima. Helsinki: Voimakirja.

Tuohino, A. 2012. Löytöretki hyvinvointimatkailuun – Hyvinvointimatkailun nykytilakartoitus ja toimenpide-ehdotukset. [Verkkodokumentti]. Joensuu: Itä-Suomen yliopisto, Matkailualan opetus- ja tutkimuslaitos. [Viitattu 11.11.2016]. Saatavissa: http://www2.uef.fi/documents/1800604/1812348/L%C3%96YT%C3%96RETKI_HYVINVOINTIMATKAILUUN_Lopullinen3.pdf/a677d164-ac7d-427a-8990-565c176077e1

Vasara, P., Rouhiainen, J., Lehtinen, H., Saarentaus, A. & Salmenkivi, K. 2013. Luonnon hyödyntämisen uudet tavat. [Verkkodokumentti]. Helsinki: Pöyry Management Consulting Oy. [Viitattu 21.7.2016]. Saatavissa: https://media.sitra.fi/2017/02/27174420/Luonnon_hyodyntamisen_uudet_tavat-2.pdf

VoiMaa!. 2013. Luonto hyvinvoinnin lähteenä – suomalainen Green Care. [Verkkodokumentti]. [Viitattu 21.7.2016]. Saatavissa: <https://portal.mtt.fi/portal/page/portal/mtt/hankkeet/greencare/voimaa/greencare.pdf>

Wahlbeck, K. & Wasserman, D. 2015. Public mental health and suicide. Teoksessa: Detels, R., Gulliford, M., Abdool Karim & Chuan Tan C (toim.) Oxford textbook of Global Public Health, 6th ed. Oxford: Oxford University Press.

WHO.2013. Comprehensive mental health action plan 2013-2020. Geneva: World Health Organization.



Annamaija Id-Korhonen

Digitaalisten palveluiden mahdollisuuksia retkeilyreittien terveyttä edistävän käytön edistämisessä- kaksi esimerkkiä yhteissuunnittelusta

Tässä artikkelissa esitellään luontoretkeilyn terveysvaikutuksia tutkimusten valossa ja digitaalisten palveluiden mahdollisuuksia retkeilyreittien terveyttä edistävän käytön edistämisessä. Asiaa tarkastellaan palvelumuotoilun näkökulmasta, hyödyntäen yhteiskehittämisen työtapaa. Asiakkaan ja palveluun osallistuvien tahojen yhteissuunnittelulla saadaan kehitettyä asiakkaalle lisäarvoa tuottavia palveluita, jotka edistävät myös liiketoiminnan menestymistä alueella. Yhteiskehittämisen esimerkkeinä esitellään monialaisen ja kansainvälisen työryhmän kaksi viikkoa kestäneen kehittämishankkeen tuloksia Co-Design and Better Urban Living Summer Schoolissa.

Metsässä liikkumisen terveysvaikutuksia

Erilaisten tutkimusten perusteella metsässä liikkumisen terveyshyödyt ovat kiistattomia. Mitä enemmän metsässä oleilee, sitä enemmän saa elpymiskokemuksia ja sitä parempi on emotionaalinen hyvinvointi. Luonnossa liikkuminen vahvistaa tarkkavaisuutta, lisää psyykkistä tyyneyttä ja laskee stressihormonien tasoa. Stressihormoni kortisolin taso laskee kaikilla esteettisillä viheralueilla oleskellessa. Metsässä olemisen on todettu helpottavan lievää ja keskivaikeaa masennusta. (Suomi ym. 2017.) Ulkoliikunnan ja sisäliikunnan eroja selvitettäessä tutkimushenkilöt raportoivat rauhallisuuden tunteen lisääntyneen enemmän ulkoliikunnan kuin sisäliikunnan jälkeen. He raportoivat myös jännityksen, vihan ja depression vähentyneen enemmän ulkoliikunnan aikana. Tutkimuksessa selvitettiin 13 erilaisen muuttujan muutosta sekä asennoitumista harjoitteluun. Osallistujat raportoivat suurempaa nautinnon ja tyytyväisyyden tasoa ulkoliikunnan jälkeen sekä parempaa sitoutumista liikunnan jatkamiseen. (Thompson ym. 2011.)

Luontoaltistuksen kestoa arvioivan tutkimuksen mukaan ulkoilu ja aktiivisuus luonnossa näyttää meta-analyysin perustella johtavan myönteisiin terveysvaikutuksiin lyhyt- ja pitkäaikaisseurannassa. Kaikenlainen vihreä ympäristö paransi itsetuntoa ja mielialaa. Mikäli vihreään ympäristöön liittyi vesiaihe, paranemista oli vielä enemmän. Jo lyhyt aktiivisuus luontoympäristössä tuotti myönteisiä vaikutuksia. Henkilöt, joilla on mielenterveysongelmia, hyötyivät eniten metsän terveysvaikutuksista. (Barton & Pretty 2010.)

Metsähallituksen kävijätutkimuksena toteutetun tutkimuksen mukaan puistossa käynnillä koetaan olevan positiivisia vaikutuksia mielialaan ja psyykkiseen hyvinvointiin, käynti koetaan myös elvyttävänä. Vaikutusten kesto psyykkiseen hyvinvointiin piteni, kun kohteessa viivytettiin pidempään. Naiset kokivat sekä psyykkisen että fyysisen hyvinvointinsa lisääntyneen useammin kuin miehet. Fyysinen hyvinvointi lisääntyi eniten normaalipainoisilla ja liikuntasuosituksia noudattavilla kävijöillä. Ryhmässä liikkuneilla oli yli kaksinkertainen todennäköisyys saada myönteisiä vaikutuksia sosiaaliseen hyvinvointiinsa verrattuna yksin metsässä liikkuneisiin henkilöihin. (Kaikkonen ym. 2014.)

Keväällä 2010 tutkittiin luonnon elvyttävää vaikutusta hyödyntävää teemaympäristöä, Voimametsää, ja sen käyttäjiltä kerättiin kokemuksia. Tämän ulkoilureitin varrelle on sijoitettu luontoympäristön kokemiseen ja havainnoimiseen liittyviä harjoitetauluja, tutkimustietoon perustuvista luonnon elvyttävistä vaikutuksista ja elpymisen vaiheista. Tulosten mukaan valtaosa vastaajista koki olotilansa kohentuneen reitin kulkemisen ansiosta. Pitkän Voimapolon kulkeneilla olotila kohentui vertailuryhmää enemmän. Reitin harjoitteisiin ja Voimapolkuun oltiin tyytyväisiä. Sukupuolella, iällä tai säällä ei ollut vaikutusta kokemuksiin Voimametsästä. (Vattulainen ym. 2011.)

Erilaiset käyttäjäryhmät arvostavat erilaisia asioita luonnossa ja heillä on erilaisia odotuksia retkeilyreiteille. Luonnossa liikkumista kannattaa hyödyntää hyvinvoinnin ja elpymisen tukena ennalta ehkäisevässä mielessä, ennen kuin terveyshaasteita ilmenee ja näin monet suomalaiset tekevätkin. Luontoympäristöä hyödynnetään virkistykseen, mutta sen käyttöä voitaisiin tehostaa helpottamalla luontoon hakeutumista erilaisilla palveluilla. Erityisesti terveyden näkökulmasta riskiryhmissä olevien saaminen luontoelämysten pariin on tärkeää, metsässä liikkumisen on koettu olevan kevyempää kuin muualla ja elpymiskokemukset vaikuttavat olevan kiistattomia. Luonto- ja metsäympäristön käytöstä osana terveystaloutta on saatu rohkaisevia kokemuksia, esimerkiksi Sipoon terveystaloutessa osana Terveystaloutta hanketta (Pitkänen 2016). Liikunta-aktiivisuus metsässä tuottaa terveyshyötyjä, joiden osoittamiseen voidaan hyödyntää hyvinvoinnin tunnusmerkkejä mittaavia laitteita. Näin erilaiset terveysvaikutukset, kuten esimerkiksi verenpaineen lasku, saadaan näkyväksi ja sitä voidaan seurata terveyshyötyjen näkökulmasta. Terveystaloutta näkyväksi tekeminen voi innostaa hyödyntämään retkeilyreittejä terveyden edistämiseen.

Hyvinvointi- ja terveystaloutta kehittämisen ja tuotteistamisen edistää monella tapaa alueen elinvoimaisuutta, luonnosta voidaan ammentaa sekä hyvinvointia että liiketoimintaa.

Yhteiskehittäminen työtapana

Palvelumuotoilulla tarkoitetaan menetelmää, joka auttaa organisaatiota havaitsemaan palveluiden mahdollisuudet liiketoiminnassa, innovoimaan uusia palveluita ja kehittämään jo olemassa olevia. Palvelumuotoilua voidaan kuvata olemassa olevien asioiden yhdistämiseksi uudella tavalla. Palvelumuotoilu on toimintaa, joka yhdistää käyttäjien tarpeet ja odotukset sekä palveluntuottajan liiketaloudelliset tavoitteet toimiviksi palveluiksi. Palvelumuotoilun tavoitteena on optimoida asiakkaan palvelukokemus poistamalla palvelua häiritsevät asiat. Sille on ominaista kokonaisvaltainen lähestyminen kehitettävään palveluun, palvelun pilkkominen pienempiin kokonaisuuksiin ja sen kehittäminen näihin osa-alueisiin vaikuttamalla. Ajatusmallina on se, että parempia palveluita käyttävät useammat ihmiset ja he maksavat näistä palveluista sekä kertahankintana että toistuvina ostoksina enemmän. Hyvä palvelu ilahduttaa ihmisiä, luo arvoa asiakkaalle ja johtaa parempaan asiakasuskollisuuteen. Parhaimmillaan tämä johtaa myös palvelua tarjoavan organisaation tyytyväisyyteen. (Tuulaniemi 2011.)

Olellaisia piirteitä palvelumuotoilussa ovat 1) käyttäjä- ja ihmiskeskeisyys suunnittelun lähtökohdaksi sekä 2) eri osapuolten osallistaminen yhteissuunnittelun avulla. Käytännössä tämä tarkoittaa esimerkiksi käyttäjätutkimusta, jossa palveluiden asiakkaita haastatellaan tai havainnoidaan. Se voidaan myös toteuttaa erilaisina työpajoina, joissa yhdessä asiakkaiden ja palveluntarjoajien kanssa pyritään löytämään hyviä ratkaisuja palvelun kehittämiseen.

Lisäksi palvelumuotoilussa käsitellään monimutkaisia verkostoja, systeemejä ja prosesseja visuaalisten keinojen avulla. Niiden avulla pyritään saamaan kokonaisvaltainen kuva esimerkiksi palveluprosessien vaiheista, eri toimi-joista sekä niiden vaikutuksista toisiinsa. (Jyrämä & Mattelmäki 2015.)

Yksi palvelumuotoilun työtapa on yhteiskehittäminen. Se tarkoittaa palvelun eri osapuolten osallistamista palvelun kehittämiseen. Asiakkaan lisäksi on tarpeen osallistaa prosessiin myös palvelun toteuttamiseen vaikuttavat tahot ja henkilöt. Yhteiskehittäminen sitouttaa eri osapuolet palvelun kehittämiseen sekä palvelun tuottamiseen. (Tuulaniemi 2011.)

Esimerkki 1: Kehittämishanke nuorten stressin ja mielialahäiriöiden lievittäminen - miten saada nuoret luontoreiteille ja hyötymään luonnon terveysvaikutuksista?

Luonnossa liikkumisen tiedetään edistävän mielenterveyttä ja erityisen hyvin myönteisiä vaikutuksia ovat saaneet henkilöt, joilla on mielenterveysongelmia. Metsässä liikkuminen vaikuttaa lupaavalta menetelmältä tukea mielenterveyttä nuorilla aikuisilla, joilla on raportoitu olevan yhä enemmän siihen tarvetta. Eri maista ja kulttuureista lähtöisin oleva monialainen työryhmä selvitti, miten digitaalisilla ratkaisuilla voidaan kannustaa nuoria aikuisia metsässä liikkumiseen. Työryhmä tutustui Lapakiston retkeilyreitteihin. Lahtelaisilta opiskelijoilta eli potentiaalisilta metsässä liikkujilta kysyttiin mielipiteitä Lapakiston retkeilyreittien käytöstä. Nuoret aikuiset ideoivat työryhmän kanssa tapoja, joilla metsässä liikkumisen hyötyjä voidaan tehokkaasti markkinoida nuorille aikuisille. Ideoinnin tuloksena syntyi useita ehdotuksia.

Digitaalisesti toteutettujen kilpailujen ja pelillisyyden koettiin olevan hyvä tapa markkinoida nuorille luonnon terveysvaikutuksia. Kilpailut ja pelillisyydet voivat innostaa osallistumaan luontoretkeilyyn haasteiden voittamisen kautta. Kilpailun tuottava mielihyvä edistää positiivisen mielikuvan luomista luonnossa liikkumisesta. Digitaalisen teknologian hyödyntäminen on toinen hyvä keino markkinoida nuorille aikuisille luonnon terveysvaikutuksia ja tuottaa tietoa luontoon pääsemisestä, esimerkiksi konkreettisesta saapumisesta luontoreiteille. Luontopalveluiden tulee olla myös helposti saavutettavissa. QR-koodien käyttö voi helpottaa luontoliikuntamahdollisuuksien löytämistä internetin tarjonnasta tai niitä voi käyttää luontoretkeilyreiteillä. Videoaineiston kautta tehtävä markkinointi tavoittaa nuoret aikuiset kohderyhmänä hyvin. (Hopponen ym. 2017.)

Esimerkki 2: Kehittämishanke luontoretkeilyreitin saavutettavuuden edistämiseksi

Luontoretkeilyreitit voivat sijaita pitkän matkan päässä keskustasta eikä niihin välttämättä pääse perille julkisen liikenteen avulla. Yhteiskehittämisen menetelmää hyödyntäneen toisen työryhmän Lapakiston retkeilyreitin kehittämishankkeessa toteutettiin kysely retkeilyreittien käyttäjille sekä henkilöille, jotka osallistuvat tai voisivat osallistua palveluiden tuottamiseen. Työryhmä haastatteli kahta yrittäjää, Lahden matkailuneuvonnan henkilöstöä, kestävän kehityksen ohjaajaa ja teknisen toimen luontoliikuntareitistöistä vastaavaa henkilöä.

Haastattelujen perusteella julkisen liikenteen lisäksi tarvitaan palveluita, joiden avulla retkeilijä pääsee perille luontokohteeseen. Tutustumiskohteeseen Lapakiston retkeilyreitille pääsee julkisella liikenteellä vain neljän kilometrin päähän. Ratkaisuja tähän tulee ideoida yhteistyössä julkisten palveluiden ja

yrittäjien sekä palveluita käyttävien henkilöiden että potentiaalisten käyttäjien kesken. Kaksi viikkoa kestäneessä kehittämishankkeen aikana tulokseksi saatiin, että luonto itsessään oli yhteiskehittämismenestyksen osallistuneiden henkilöiden mielestä pääasiallinen syy käyttää retkeilyreittejä. Muita palveluita ei välttämättä kaivattu. Retkeilyreittejä käyttävät haastatteluun vastanneet henkilöt toivat esiin, että eniten Lapakiston retkeilyreiteillä viehättää rauhallisuus ja hiljaisuus.

Internetin kautta ei löytynyt kansainväliselle matkailijalle riittävästi tietoa reitin saavutettavuudesta, joten tietoa luontoretkeilykohteista tulee työryhmän mukaan koota saataville siten, että myös kansainvälinen matkailija sen helposti löytää. Kehittämishankkeessa todettiin retkeilyreittien hyvän saavutettavuuden olevan olennainen kriteeri reittien käytölle. Työryhmä ehdottaakin Lapakiston retkeilyreittiin liittyen polkupyörävuokrausta julkisen liikenteen pysäkin yhteyteen, jotta 5 kilometrin matkaa ei tarvitse ensin kävellä päästäkseen retkeilyreitille. Tätä palvelua voisi järjestää joku alueen yrittäjästä. Työryhmä ehdottaa myös erilaisten aktiviteettien järjestämistä käyttäjille, esim. lapsiperheille, jotta käyttäjät voisivat levittäytyä Lapakiston eri alueille. Tämä edistäisi myös sitä, etteivät luontoretkeilyreitit tunnu liian kuormitetuilta. (Ahuja ym. 2017.)

Yhteenveto

Useissa tutkimuksissa tuodaan esiin metsässä liikkumisen terveyshyötyjä. Hyvin suunnitelluilla palvelupoluilla luontoretkeilyyn liittyen voidaan edistää ihmisten aktiivista liikkumista luonnossa sekä terveyshyötyjä siihen liittyen. Digitaalisilla palveluilla ja pelillisyyden yhdistämisellä retkeilyreitipalveluihin voidaan kannustaa nuorten henkilöiden luontopalveluiden käyttöä. Digitaaliset palvelut voivat helpottaa myös luontoliikuntareitin löytymistä, sinne pääsemistä ja siellä eksymättä liikkumista. Palvelumuotoilua hyödyntämällä saadaan aikaan retkeilyreittien käyttöä edistäviä palveluita, jotka tuottavat asiakkaalle lisäarvoa ja joista asiakkaat ovat silloin valmiita maksamaan. Yhteissuunnittelun menetelmiä hyödyntäen voidaan tuottaa käyttäjille helposti lähestyttäviä sekä hyödynnettäviä luonnossa liikkumisen terveyshyötyjä tuottavia palveluita.

Kotimaiset ja ulkomaalaiset matkailijat arvostavat puhdasta suomalaista luontoa ja käyttäisivät mielellään retkeilyreittejä hyödyntäen niiden ympärille kehitettyjä palveluita. Palveluiden kehittäminen avaa uudenlaisia liiketoimintamahdollisuuksia ja yhteiskehittäminen on hyvä keino tunnistaa näitä mahdollisuuksia. Retkeilyreittien kehittämisen verkosto koostuu julkisen ja yksityisen sektorin palveluista. Monitahoisten verkostojen yhteistoimintaan vaikuttaminen vaatii pitkäjänteistä työskentelyä. Alueen palveluntarjoajat ja matkailuelinkeino hyötyvät siitä, että retkeilyreiteille tulee lisää käyttäjiä. Kotimaiset ja kansainväliset matkailijat myös käyttävät erilaisia ruoka-, majoitus- ja ohjelmapalveluita, ja tällä on positiivista vaikutusta alueen liiketoimintaan. Metsässä liikkumisesta saatavien terveyshyötyjen edistämisen näkökulmasta artikkelissa esitellyt yhteiskehittämisen kokeilut vaikuttivat retkeilyreitien palveluiden ja liiketoiminnan kehittämiseen hyvin soveltuville menetelmille.

Lähteet

Ahuja, G., Janssens, A. Peeters, R., Pitko, A. & Yadav, P. 2017. Co-design project: Let's go to the forest project. Julkaisematon aineisto.

Barton, J. & Pretty, J. 2010. What is the Best Dose of Nature and Green Exercise for Improving Mental Health? A Multi-Study Analysis. *Environmental Science & Technology*. 44 (10), 3947.

Hopponen, N., Mees, E., Phan, N., Serrien S. & Sobolev, D. 2017. Let's go to the forest- Marketing/Digital. Julkaisematon aineisto.

Jyrämä, A. & Mattelmäki, T. 2015. Palvelumuotoilu saapuu verkostojen kaupunkiin. Verkosto- ja muotoilunäkökulma kaupungin palveluiden kehittämiseen. Helsinki: Unigrafia.

Kaikkonen, H. Virkkunen, V., Kajala, L. Erkkonen, J. Aarnio, M. & Korpe-lainen, R. 2014. Terveyttä ja hyvinvointia kansallispuistoista -Tutkimus kävi-jöiden kokemista vaikutuksista. [Verkkodokumentti]. Vantaa: Metsähallitus. Metsähallituksen luonnonsuojelujulkaisusarja. Sarja A 208. [Viitattu 21.9.2017] Saatavissa: <https://julkaisut.metsa.fi/assets/pdf/lp/Asarja/a208.pdf>

Pitkänen, P. 2016. Lääkäri määräsi metsäterapiaa Sipoossa. Potilaan lääkä-rilehti. [Verkkolehti]. [Viitattu 18.10.2017]. Saatavissa: <http://www.potilaanlaa-karilehti.fi/uutiset/laakari-maaras-metsaterapiaa-sipoossa/>

Suomi, A., Juusola, M. & Anundi, E. 2017. Vihreä hoiva ja voima. Helsinki: Terapia- ja valmennuskeskus Helsingin Majakka.

Thompson Coon, J., Boddy, K., Stein, K., Whear, R., Barton, J. & Depledge, M. 2011. Does participating in physical activity in outdoor natural environments have a greater effect on physical and mental wellbeing than physical activity indoors? A systematic review. Julkaisussa: *Environmental science & technology*, Vol. 45(5), 1761-1767.

Tuulaniemi, J. 2011. Palvelumuotoilu. Helsinki: Talentum.

Vattulainen K., Sarjala T., Savonen E. & Korpela K. 2011. Elpymiskokemuk-sia metsästä. Voimapolun käyttäjäkysely. [Verkkodokumentti]. Vantaa: Met-säntutkimuslaitos. Metlan työraportteja 204. [Viitattu 16.10.2017]. Saatavilla: <http://www.metla.fi/julkaisut/workingpapers/2011/mwp204.pdf>

Tämä julkaisu on tuotettu osana Euroopan maaseuturahaston rahoittamaa Mennään metsään -hanketta Lahden ammattikorkeakoulussa. Artikkelien kirjoittajat ovat olleet tiiviisti mukana hankkeen toiminnassa ja edistäneet osaltaan hankkeen tavoitteiden saavuttamista Päijät-Hämeen luontomatkailun ja retkeilyreittien kehittämiseksi.

Julkaisu tuo esiin monialaisen asiantuntijuuden mitä luontomatkailun ja hyvinvointipalveluiden kehittämiseen ja tuottamiseen liittyy. Eri koulutusalojen asiantuntijat ja opiskelijat saavat äänensä kuuluviin Lahden ammattikorkeakoulun liiketalouden ja matkailun alalta, sosiaali- ja terveysalalta, tekniikan alalta sekä muotoilun ja median alalta Muotoiluinstituutista.

Artikkeleissa tarkastellaan luontoympäristön tarjoamia mahdollisuuksia edistää ihmisten hyvinvointia ja terveyttä sekä kasvua ja yritystoimintaa luontomatkailussa ja hyvinvointipalveluiden kehittämisessä. Kehitetyt konseptit ja eri näkökulmat jäävät hyödynnettäväksi alueen julkisten toimijoiden ja yritysten käyttöön. Julkaisu palvelee luontomatkailun ja hyvinvointipalveluiden parissa työskenteleviä, alaa opiskelevia sekä siitä kiinnostuneita.

Lahden ammattikorkeakoulun julkaisusarja, osa 33

ISSN 2342-7507 (verkkojulkaisu)

ISBN 978-951-827-277-2



Euroopan maaseudun
kehittämisen maatalousrahasto:
Eurooppa investoi maaseutualueisiin