

# Modell för naturunderstöd, delaktighetsstärkande rehabiliteringsverksamhet

Temapublikation 1/3 Natur i livet, natur i rehabiliteringen

Taimi Tolvanen & Arja Jääskeläinen



Taimi Tolvanen • Arja Jääskeläinen

# Modell för naturunderstödd, delaktighetsstärkande rehabiliteringsverksamhet

Temapublikation 1/3 Natur i livet, natur i rehabiliteringen

Projektet Natur i livet! Funktionsförmåga och delaktighet genom naturbaserade metoder och tjänster.

Serie B. Rapporter och utredningar 22/2017

Lapplands yrkeshögskola Rovaniemi 2016

© Lapplands yrkeshögskola och upphovsmän

ISBN 978-952-316-197-9 (PDF)

ISSN 2342-2491 (webbpublikation)

Projektet Natur i livet! Funktionsförmåga och delaktighet genom naturbaserade metoder och tjänster.

Lapplands yrkeshögskolas publikationer Serie B. Rapporterna och utredningar 22/2017

Finansiärer: NTM-centralen i Norra Österbotten, Lapplands yrkeshögskola, Hävkraft från EU 2014–2020, Europeiska Unionen – Europeiska socialfonden  
Skribenter: Tolvanen, Taimi, pol. mag., lektor, Lapplands yrkeshögskola & Jääskeläinen, Arja, ped. dr, lektor, Lapplands yrkeshögskola  
Omslagsbild: Laura Niskala  
Ombrytning: Janette Mäkipörhölä, Lapplands YHS, kommunikationsenheten

Lapplands yrkeshögskola Jokiväylä 11 C  
96300 Rovaniemi

Tfn 020 798 6000  
[www.lapinamk.fi/julkaisut](http://www.lapinamk.fi/julkaisut)



Lapin korkeakoulukonserni

Lapplands högskolekoncern LUC är en strategisk sammanslutning av universitetet och yrkeshögskolan. Till koncernen hör Lapplands universitet och Lapplands yrkeshögskola.  
[www.luc.fi](http://www.luc.fi)

# Innehåll

FÖRORD . . . . .	5
INLEDNING . . . . .	7
2 KONTEXTEN FÖR UTVECKLING AV MODELLEN FÖR REHABILITERINGSVERKSAMHETE . . . . .	8
2.1 Ekologiska frågor med i socialpolitiken . . . . .	8
2.2 Social delaktighet som mål för socialpolitiken och rehabiliteringen . . . . .	9
3 PROJEKTET NATUR I LIVET! SOM MILJÖ FÖR UTVECKLING AV REHABILITERINGSMODELLEN . . . . .	11
4 NY LAGSTIFTNING OCH GREEN CARE-VERKSAMHET SOM EN MÖJLIGHET FÖR SOCIAL REHABILITERING . . . . .	15
4.1 Social rehabilitering som metod för att stärka vardagskompetensen och arbetslivsfärdigheterna . . . . .	15
4.2 Green Care som ett naturbaserat verksamhetssätt under utveckling . . . . .	16
5 PARADIGM FÖR DELAKTIGHETSSTÄRKANDE, NATURUNDERSTÖDD REHABILITERING . . . . .	19
5.1 Rehabiliteringsparadigmets utgångspunkter och grunder . . . . .	19
5.3 Stärkning av delaktigheten och vardagskompetensen som mål för rehabiliteringen . . . . .	22
5.4 Natur, verksamhet och gemenskap som verksamma element . . . . .	25
5.5 Naturbaserade verksamhetsformers inverkan på välbefinnandet . . . . .	26
6 MODELLEN FÖR NATURUNDERSTÖDD, DELAKTIGHETS- STÄRKANDE REHABILITERINGSVERKSAMHET . . . . .	31
6.1 Det individcentrerade tanke- och verksamhetssättet i rehabiliteringen . . . . .	31
6.2 Stöd och delad verksamhet i planeringen, genomförandet och uppföljningen av den naturbaserade verksamheten . . . . .	33
6.3 Visualitet som stöd för deltagandet och aktörskapet . . . . .	35
7 SLUTSATSER . . . . .	37
KÄLLOR . . . . .	39



# Förord

Den här webbpublikationen har skapats inom projektet Natur i livet! Funktionsförmåga och delaktighet genom naturbaserade metoder och tjänster (2015–2017). Projektet administrerades av Lapplands yrkeshögskola och genomfördes i Finland via Europeiska socialfondens program Hållbar tillväxt och jobb.

Projektets huvudmål var att stärka funktionsförmågan och delaktigheten hos rehabiliteringspatienter inom området mental hälsa och missbruk samt långtidsarbetslösa, i synnerhet unga personer, med hjälp av naturbaserade metoder. Målet var att skapa modeller för stärkande av delaktigheten och för aktivitetsbetonad rehabilitering individuellt och i grupp. Målet var även att producera utvecklingsdata om tillämpningen av naturbaserade metoder i stärkandet av delaktigheten och rehabiliteringen.

Vid sidan av Lapplands yrkeshögskola genomfördes delar av projektet även av stiftelsen Eduro i Rovaniemi, Kemijärvi stad och Salla kommuns ungdomsväsen. Medverkande aktörer satte sig in i Green Care-verksamhet och modellen för individcentrerad livsplanering. Projektparterna testade Green Care-metoder i olika slags naturmiljöer i enlighet med deltagarnas behov. Utifrån experimenten skapades Green Care-verksamhetsmodeller för stärkande av funktionsförmågan och delaktigheten.

Som resultat av projektet fick man verksamhetsmodeller för individ- och grupprehabilitering som utnyttjar Green Care-metoderna, verksamhetsmodellen Verkstad utan väggar, modellen för Fotvandringens verksamhet, modellen för Lantgårdsverksamhet, modellen för Stallverksamhet, verksamhetsmodellen Husky Park, modellen för naturbaserad rehabilitering Kraft från naturen och modellen för identifiering av naturkompetens. Dessutom fick man utvecklingsdata om tillämpning av Green Care-metoderna inom social rehabilitering.

I de Green Care-projekt som Lapplands yrkeshögskola har genomfört tidigare har behovet av aktörernas ömsesidiga samarbete och nätverkande för att utnyttja möjligheterna inom de naturbaserade metoderna kraftigt lyfts fram. Efterfrågan på naturbaserad verksamhet har ökat inom social- och hälsovården, men även inom landsbygdsnäringarna och turismen. I Finland och framför allt i Lappland kräver utvecklingen av Green Care-verksamhetsmodellen ännu särskilda satsningar. I tidigare projekt har man också till exempel satt sig in i Green Care-verksamhetsmodellen i Norge (Inn på tunet) och fastställt dess fördelar i den sociala rehabiliteringen av olika klientgrupper.

Under det här projektet har projektaktörerna också satt sig in i Green Care-verksamheten i Sverige. Studieresan till Västra Götaland och Halland var mycket lyckad och de erfarenheter och samarbetspartner som man fick där har stöttat utvecklingen av naturbaserade metoder och etableringen av naturbaserad välfärdsverksamhet i Lappland. På projektets avslutningsseminarium på Finlands riksomfattande Green Care-dagar 2017 medverkade svenska naturföretagare som gästföreläsare. Dagarna är ett branschövergripande forum för informationsförmedling och nätverkande mellan Green Care-organisationer och aktörer i olika branscher.

Lapplands yrkeshögskola har valt Främjandet av en klok användning av naturresurserna som ett prioriterat strategiområde, vilket för sin del profilerar och styr utbildnings-, forsknings-, innovations- och serviceverksamheten inom olika områden vid högskolan. Inom området för välfärdstjänster, som koordinerar detta projekt för naturunderstödd rehabilitering, syns främjandet av en klok användning av naturresurserna i att naturtjänster som skapar välbefinnande utvecklas vid sidan av andra funktioner inom naturresursområdet, i form av den offentliga sektorns samarbeten inom social- och hälsovårdstjänster och andra välfärdstjänster och utvecklingen av dem.

I Lapplands yrkeshögskola pågår och planeras just nu flera Green Care-projekt, där man utvecklar Green Care-verksamheten i Finland. Dessutom finns ett samarbetsprojekt för stärkande av den nordiska Green Care-verksamheten. Projekten handlar om utbildning, företagsverksamhet, integration, rehabilitering och forskning. Anställda vid Lapplands yrkeshögskola har nyligen deltagit i konferensen Green Care- och naturassisterade interventioner i Norge för att utöka sina kunskaper om Green Care-verksamheten och främja nätverkandet med de nordiska kollegorna.

För att stärka det nordiska Green Care-samarbetet publicerar Lapplands yrkeshögskola en svenskspråkig webbversion av Temapublikation 1/3 Natur i livet, natur i rehabiliteringen. Modell för naturunderstödd, delaktighetsstärkande rehabiliteringsverksamhet, skriven av Taimi Tolvanen och Arja Jääskeläinen, finansierad och utgiven av projektet Natur i livet! Också projektets andra publikation, Temapublikation 2/3 Natur i livet, natur i rehabiliteringen. Handbok för individcentrerad planering av naturbaserad verksamhet finns tillgänglig i form av en svenskspråkig webbversion.

Vi hoppas att denna svenskspråkiga publikation, som beskriver utvecklingen av modellen för social rehabilitering inom projektet Natur i livet! och grunderna för den, ska väcka nordisk diskussion om naturbaserad rehabilitering, dess betydelse och värde i totalrehabiliteringen.

Rovaniemi, den 15 november 2017

Tero Leppänen  
projektchef



# 1 Inledning

I den här publikationen beskriver vi utvecklingen av den rehabiliteringsmodell som skapades inom ramen för projektet Natur i livet! samt motiveringen för modellen. Vi förklarar modellen som en metod för social rehabilitering, där man tillämpar Green Care-verksamhet, och som en arbetsform som stödjer klientindividens målsättningar. Vi presenterar projektets utgångspunkter och skissar upp ett paradig för en delaktighetsstärkande, naturunderstödd rehabiliteringsverksamhet. Modellen för rehabiliteringsverksamheten utvecklas framför allt för arbete med människor som använder rehabiliteringstjänster på grund av psykisk ohälsa, långvarig arbetslöshet, missbruk eller andra svårigheter som påverkar vardagskompetensen och en anknytning till arbetslivet. I processen för naturunderstödd social rehabilitering tillämpas metoden för individcentrerad livsplanering i form av ett klientorienterat verksamhets sätt. De som deltar i projektet finns med i denna publikation i form av direkta citat som återger deras tankar kring förhållandet till naturen och delaktigheten i början av verksamheten. Vi vill tacka dem som medverkat i projektet för att de delat med sig av sina erfarenheter, för det gemensamma utvecklingsarbetet och för fotografierna som de överlämnat till publikationen.



Bild 1 Spänger (Laura Niskala)

## 2 Kontexten för utveckling av modellen för rehabiliteringsverksamhet

### 2.1 EKOLOGISKA FRÅGOR MED I SOCIALPOLITIKEN

Under de senaste åren har man försökt hitta kopplingar mellan socialpolitiska och ekologiska frågor. Det har manifesterats att de begränsade naturtillgångarna och överkonsumtionen samt klimatförändringen och den ekologiska krisen bör beaktas inom socialpolitiken och i systemet för social trygghet samt i utvecklingen av dem. Socialpolitiken bör eftersträva en hållbar välfärd, där målet är både social och ekologisk hållbarhet. Människans verksamhet och socialpolitiken är möjliga endast på naturmiljöns villkor. (Helne et al. 2012.)

Enligt Arto O. Salonen (2012) behöver vi paradig som främjar hållbarhetsmålet som grund för en hållbar livsstil och kultur. En förändring av tanke- och handlingsmönstren erbjuder en möjlighet att bygga en grund för livet som främjar både människornas välbefinnande och en hållbar livsstil och kultur. Enligt Helne et al. (2012) bör vi minimera tjänsternas negativa ekologiska konsekvenser och utveckla ekologiskt hållbara arbetssätt. För att lösa den globala ekosociala krisen bör vi med hjälp av samhällspolitiska medel utveckla människornas verksamhet i en riktning som är så gynnsam som möjligt såväl för den mänskliga gemenskapen som för naturmiljön som helhet.

Salonen (2012) skriver om ekosocial bildning som hjälper i att beakta ekologiska och sociala frågor i den dagliga verksamheten. Människan och människans välbefinnande är i grunden helt beroende av naturen. Enligt den ekosystembaserade människosynen är människan en del av både det levande och det icke-levande ekosystemet. Konsekvenserna av ekologiskt ohållbar verksamhet hotar också den sociala och den ekonomiska hållbarheten. I byggandet av välfärd bör vi ta hänsyn till de etiska aspekterna och en humanitet gentemot kommande generationer. Uppfattningarna om medborgarskap och välbefinnande i den globala tiden borde utvidgas så att idealet för den sociala existensen blir en på immateriellt kapital konstruerad blomstring.

I stärkningen av samhörighet och delaktighet bör man enligt Helne et al. (2012) satsa mer på att utveckla en social trygghet som stärker naturanknytningen, betydelsefulla vänskapsrelationer samt gemenskaplighet och lokala

samhällen. Att bli identifierad som sig själv och att kunna påverka sin omgivning genererar välbefinnande för människan. Genom att sakta ned och söka måttlighet skulle människan kunna hitta en starkare kontakt till sitt inre, upplevelsebaserade välbefinnande och till den omgivande naturen samt världen i övrigt.

Synen på välfärd påverkar ett hurdant samhälle, en hurdan livsmiljö och hurdan socialpolitik man skapar. Helne et al. (2012) anser att omsorg om miljön och främjande av människans naturanknytning är en del av socialpolitiken, eftersom naturmiljön har konstaterats främja hälsoupplevelsen och funktionsförmågan. Människans naturanknytning skulle kunna värnas mer inom social- och hälsovårdens tjänster, vilket också är utgångspunkten för Green Care-tjänsterna. I social- och hälsoministeriets framtidsöversikt (2014a) anses att en livsmiljö av hög kvalitet och naturen bidrar till bättre hälsa och ökat välbefinnande. Dessa sägs även ha en totalekonomisk betydelse, eftersom de positiva effekterna för hälsan hjälper att hålla hälso- och sjukvårdskostnaderna i styr. Enligt Agenda 2030 – de globala målen för hållbar utveckling är målet för hållbar utveckling att avskaffa extrem fattigdom och skapa hållbar utveckling inom alla delområden såväl ekonomiskt som med tanke på människans välfärd och miljön (Utrikesministeriet 2016).

## 2.2 SOCIAL DELAKTIGHET SOM MÅL FÖR SOCIALPOLITIKEN OCH REHABILITERINGEN

Målsättningarna för rehabilitering definieras i samhället och är beroende av vad som vid vardera tidpunkten anses vara värdefullt och en ändamålsenlig investering av resurserna. Enligt det rådande, ekologiska och egenmaktskapande rehabiliteringsparadigmet är social delaktighet det centrala rehabiliteringsmålet (Järvikoski 2013). Välbefinnande och hälsa är resurser som hjälper individerna att delta i gemenskapens verksamhet samt att skaffa sig och upprätthålla välbefinnande. Konstruktionen av delaktighet är kopplad till levnadsstandarden och livskvaliteten samt hithörande grundläggande behov och rättigheter och till att man hör till en gemenskap och har möjligheter att förverkliga sig själv. Enligt Det nationella utvecklingsprogrammet för social- och hälsovården KASTE 2012–2015 betyder delaktighet i samhället att varje individ har möjligheter till hälsa, arbete, försörjning, bostad, sociala relationer och utbildning (Social- och hälsoministeriet 2012).

Med hjälp av aktiv inklusion möjliggörs ett fullskaligt samhällsdeltagande för alla, i synnerhet för de individer som har den svagaste ställningen, vilket även innefattar sysselsättning (Europeiska Kommissionen 2016). På detta sätt säkerställer man att människor som löper risk för fattigdom eller marginalisering får likvärdiga möjligheter och medel att fullt ut delta på såväl ekonomiskt som samhällsligt och kulturellt plan och uppnå sådan levnads-

standard och livskvalitet som anses acceptabelt i samhället. Samtidigt främjar man alla människors möjligheter att i en större omfattning vara delaktiga i beslut som påverkar deras liv och möjligheter att utöva sina mänskliga och grundläggande rättigheter. (Leeman et al. 2015.)



**Bild 2.** På stigen (Laura Niskala)

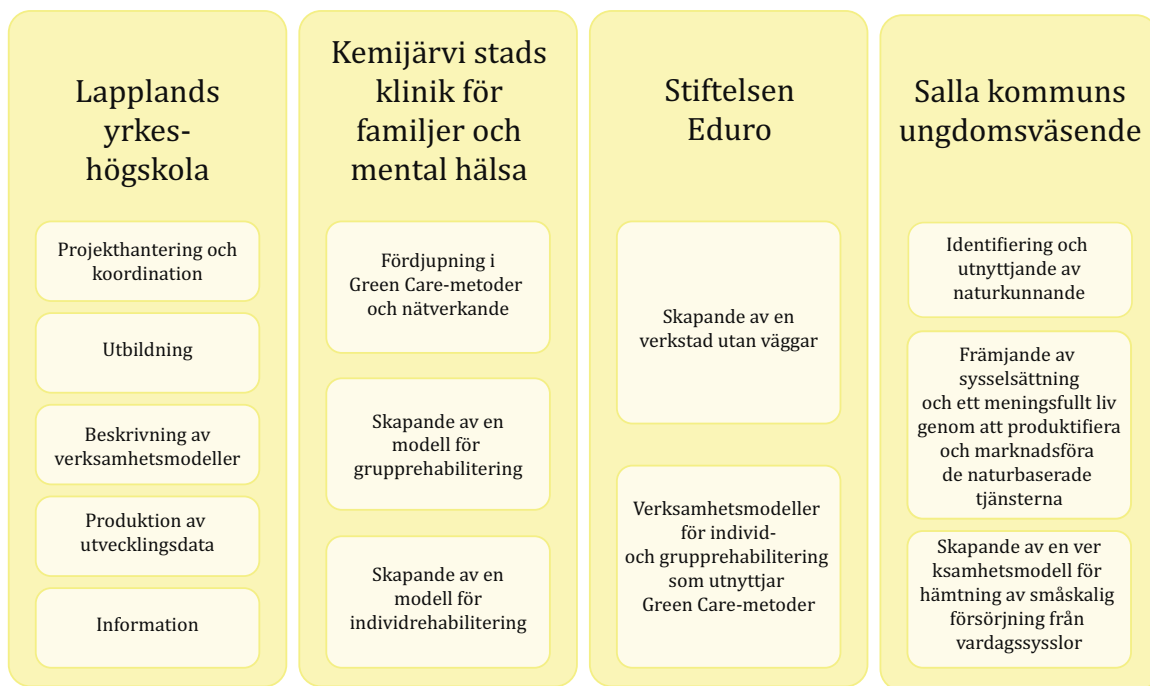
### 3 Projektet Natur i livet! som miljö för utveckling av rehabiliteringsmodellen

Med åtgärderna som finansieras av EU:s strukturfond stöds stärkandet av delaktigheten, funktionsförmågan och de egna resurserna genom kamrattstöd samt lokala och gemenskapliga tjänster. Projektet Natur i livet! Funktionsförmåga och delaktighet genom naturbaserade metoder och tjänster (2015–2017) genomförs av Lapplands yrkeshögskola tillsammans med stiftelsen Eduro, Kemijärvi stads klinik för familjer och mental hälsa Lapponia samt Salla kommuns ungdomsväsende. Det finansieras av NTM-centralen i Norra Österbotten från Europeiska socialfondens program Hållbar tillväxt och jobb, prioriterat område 5, främjande av social delaktighet och bekämpning av fattigdom. I detta programtema satsar man på aktiv delaktighet och förbättring av anställbarheten. (Hållbar tillväxt och jobb 2014–2020.)

Ett specialmål för prioriterat område 5 är förbättring av arbets- och funktionsförmågan för personer utanför arbetslivet. Avsikten är att projekten som ingår i det prioriterade området ska skapa mer effektiva och bättre serviceprocesser, vilka stärker deltagarnas gemenskaplighet och medborgarskap. Målet är att medborgare med en svagare arbetsmarknadsposition får bättre möjligheter att avancera på sysselsättningsstigen, och många projektdeltagare som befinner sig utanför arbetslivet har i slutet av projektet kunnat gå vidare till en stig som stärker arbetsförmågan. Utvecklingsobjekt är till exempel serviceinnovationer som stärker den sociala delaktigheten. Enligt principerna för verksamhetslinjen är deltagarna själva de bästa experterna på sina egna behov och därmed även de bästa utvecklarna av produkter och tjänster som förbättrar deras välbefinnande. Projektet stödjer principerna för hållbar utveckling. (Hållbar tillväxt och jobb 2014–2020.)

Projektet har som mål att genom en aktionsforskande metod utveckla verksamhetsmodeller för naturunderstödd individ- och grupprehabilitering. Varje aktör som genomför ett delprojekt har sina egna, särskilda mål med lokal anknytning när de skapar verksamhetsmodeller för stärkande av delaktigheten och funktionsförmågan (Figur 1). Deltagarna i projektverk-

samheten har rätt till tjänster i enlighet med olika lagar när de går med i den naturbaserade verksamheten. De använder sig av någon socialtjänst, tjänst för främjande av delaktigheten i arbetslivet, rehabiliteringstjänst eller tjänst för socialt stärkande. Organisationerna som producerar tjänsterna söker från den naturunderstödda verksamheten mervärde för rehabiliteringen och nya metoder som komplement till de övriga stödfunktionerna. Människorna som använder tjänsterna får möjligheter att prova på ny slags verksamhet och hitta lämpliga aktivitetsformer i naturmiljön.



**Figur 1.** Målsättningarna för delprojekten inom Natur i livet!

I verksamheten inom projektet Natur i livet! erbjuder antingen en rehabiliteringsmedarbetare eller en individ- eller arbetscoach personerna som får rehabilitering och använder tjänster en möjlighet att delta i projektets naturbaserade verksamhet som en del av sin helhetsrehabiliteringsprocess. Delprojekten vid stiftelsen Eduro, som producerar rehabiliterings- och handledningstjänster i Kemijärvi, samarbetar med jordbruks-, renskötar- och häststallsföretagare samt med Forststyrelsen. Deltagare som är intresserade av naturen får arbeta med djurskötsel och på lantgården i små grupper.

Utöver naturbaserad verksamhet i samarbete med företagare som producerar naturbaserade tjänster kan producenterna av rehabiliteringstjänster även ordna mångahanda naturbaserad verksamhet som sin egen verksam-

het. En sådan verksamhetsmodell har utvecklats i alla delprojekten. Till exempel ordnar medarbetarna målinriktade några timmar långa naturutflykter eller några dagar långa läger. Dessa kan vid sidan av den övriga naturbaserade verksamheten omfatta ekopsykologiska övningar. Utflykts- och lägerdeltagarna deltar i att planera och ordna verksamheten. Deltagare i projektet intervjuades i början av projektet och de direkta citaten som finns i denna publikation är deras tankar om vad naturen betyder för dem och om delaktighet.



**Bild 3.** I skogens lugna vrå (Laura Niskala)





## 4 Ny lagstiftning och Green Care-verksamhet som en möjlighet för social rehabilitering

### 4.1 SOCIAL REHABILITERING SOM METOD FÖR ATT STÄRKA VARDAGSKOMPETENSEN OCH ARBETSLIVSFÄRDIGHETERNA

Social rehabilitering enligt socialvårdslagen som trädde i kraft år 2015 beskriver väl målsättningarna för projektet Natur i livet! och rehabiliteringsmodellen som utvecklas. Med social rehabilitering enligt denna lag avses intensifierat stöd med hjälp av socialt arbete och social handledning för att stärka den sociala funktionsförmågan, förhindra marginalisering och främja delaktighet (Socialvårdslagen 30.12.2014/1301). Projektets naturunderstödda rehabilitering som främjar funktionsförmågan i vardagen kan definieras som social rehabilitering enligt socialvårdslagen, vilken förverkligas i form av en tjänst som kombinerar individuellt stöd och funktionsstöd. Träning i att klara av vardagsfunktioner och olika livssituationer, gruppverksamhet och stödet för den sociala interaktionen kan ske i en naturmiljö. Uppbyggandet av en konfidentiell relation och utredning av rehabiliteringsbehovet samt individuellt psykosocialt stöd kan till tillämpliga delar förverkligas i en naturmiljö, i skogen eller vid en sjö.

Syftet med samtliga tjänster som deltagarna i projektverksamheten använder är att främja funktionsförmågan och stärka de färdigheter som behövs i vardagen, så att man bättre klarar av de sedvanliga funktionerna i livet. Dessutom kan målet vara att förbättra förutsättningarna för sysselsättningen. En del av deltagarna i projektverksamheten får tjänster i form av stödverksamhet i sysselsättningssyfte eller arbetsverksamhet för handikappade i enlighet med den gamla socialvårdslagen. En del får tjänsten i enlighet med lagen om arbetsverksamhet i rehabiliteringssyfte eller lagen angående specialomsorger om utvecklingsstörda, andra enligt lagen om missbrukarvård eller mentalvårdslagen.

Socialvårdslagen stödjer genom social rehabilitering unga personer (18–24-åringar) att få till exempel en arbetsprövnings-, ungdomsverkstads- eller rehabiliteringsplats (Socialvårdslagen 30.12.2014/1301). Unga deltagare i projektet, personer under 29 år, är mestadels deltagare i ungdomsverkstäder som ligger i gränsområdet mellan socialtjänsterna samt den öppna utbildnings- och arbetsmarknaden. Socialt stärkande enligt ungdomslagen är innehållsmässigt mycket likt social rehabilitering. Målet är att stötta de ungas livskompetens,

sociala kompetens och sammanhållning samt deras förmåga att lära sig genom att göra och att genom dessa åtgärder förebygga marginalisering.

Verksamheten kan hjälpa den unga att lägga om dygnsrytmen och att planera sin framtid samt förbättra hens möjligheter att komma in på en utbildning, slutföra en utbildning eller komma in på den öppna arbetsmarknaden. (Undervisnings- och kulturministeriet 2014.) Människor som behöver rehabiliterings-tjänster på grund av psykisk ohälsa eller missbruk kan ha likadana mål.

Enligt riktlinjerna som getts av arbetsgruppen för utredning av behovet att reformera lagstiftningen och servicesystemet inom socialvården som stöder arbetslivsdelaktighet bör delaktighetsfrämjande rehabilitering med anknytning till arbetslivsdelaktighet bestå av stöd för den sociala funktionsförmågan, så att klientens möjligheter att klara av olika livssituationer, gruppverksamhet och social interaktion förverkligas. Rehabilitering som främjar arbetslivsfärdigheterna skulle vara stöd för den sociala funktionsförmågan, så att klienten kan förse sig med färdigheter att delta i arbetskraftstjänster, yrkesinriktad rehabilitering, utbildning eller arbete. (Social- och hälsovårdsministeriet 2014b.)

## 4.2 GREEN CARE SOM ETT NATURBASERAT VERKSAMHETSSÄTT UNDER UTVECKLING



**Bild 4.** Vattnets kraft  
(Laura Niskala)

I Finland har Green Care-utveckling startat på allvar först efter år 2010. Eftersom verksamhet under detta namn är relativt ny i Finland, har projekten i detta område varit utvecklingsprojekt med fokus på utredning av nuläget och experimenterande med verksamhetsmodeller. Inom ramen för projektens utvecklingsverksamhet har man skapat sig finländska uppfattningar om och tillämpningar av Green Care-begreppet. Verksamhetsmodeller för rehabilitering har till exempel utvecklats inom Sininauhaliittos projekt Vihreä veräjä och i samarbetsprojekt mellan Institutet för hälsa och välfärd samt kommuner i södra Finland. Den aktiva utvecklingsverksamheten koordineras och utbildning i området förenhetligas med nationella EU-finansierade projekt.

Green Care som begrepp förstås i Finland mer brett än i många andra europeis-

ka länder, där verksamheten är mer etablerad och oftast sker som rehabiliterande verksamhet på lantgårdar. Hos oss definieras Green Care-verksamhet som en ansvarstagande, målinriktad och professionell verksamhet för stärkande av människans välbefinnande, som vanligtvis sker i naturmiljöer, inte bara på lantgårdar. Ansvarstagande innebär att verksamheten bedrivs enligt principerna för hållbar utveckling. Man respekterar och skyddar naturen och djur samt tar ansvar för dem. I en ansvarstagande verksamhet ska också de som deltar i verksamheten eller använder tjänsterna bemötas på ett ansvarsfullt och respektfullt sätt. Att Green Care-verksamheten är professionell har att göra med att aktören behärskar sitt område och har ett tillräckligt kunnande om den naturbaserade verksamheten. Målinriktning innebär att verksamheten har ett medvetet deltagarorienterat mål och att man arbetar långsiktigt mot detta mål. (Soini et al. 2011.) Producenten av den naturbaserade tjänsten eller den som använder verksamhetssättet i sitt arbete baserar sin verksamhet på de gemensamt överenskomna principerna för Green Care-verksamheten och förbinder sig att följa de etiska regler som Green Care Finland ry (2016) har fastställt. Utgångspunkten för utvecklingen av Green Care-verksamheten i Finland har varit en strävan efter att hålla landsbygden levande, med andra ord att stödja grönt välfärdsföretagande för att skapa förutsättningar för ny affärsverksamhet på landsbygden (Soini & Vehmasto 2014). I projektens utvecklingsarbete har Green Care-tjänsterna klassificerats och man jobbar på att ta fram ett kvalitetscertifikat för dem. Grunden för klassificeringen av tjänsterna har varit en uppdelning i tjänster inom grön omsorg och grön kraft. Tjänsterna inom grön omsorg innefattar vård och omsorg eller rehabilitering och ordnandet av dem åligger den offentliga sektorn, medan tjänsterna inom grön kraft producerar rekreation och kraft utan rehabiliteringsmål och samhället har ingen skyldighet att ordna dem. (Vehmasto 2014.)

I många andra länder i Europa har Green Care-verksamheten utvecklats i riktning mot en rehabiliteringsverksamhet på lantgårdar för människor i behov av särskilt stöd. Verksamheten har olika benämningar i olika länder, till exempel Social Farming, Care Farming, Farming for Health, Inn på tunet eller Grön rehabilitering. Termen Care omfattar utöver hälsovård även social rehabilitering, fostran och sysselsättning, med andra ord har begreppet en bredare innebörd än svenskans "omsorg". (Sempik et al. 2010).

I Irland definieras "Social Farming" som verksamhet på landsbygden, där man arbetar med både växter och djur. Målet är att genom den naturbaserade verksamheten stödja deltagarens terapeutiska behandling, rehabilitering, stärkande av hens sociala delaktighet och lärande samt dessutom att utveckla socialtjänsterna på landsbygden. Verksamheten ger deltagarna bättre möjligheter att välja stödformer som passar dem. (Kinsella et al. 2014.)

Social Farming är enligt Kinsella et al. (2014) nyttigt när en liten grupp deltagare arbetar på en lantgård tillsammans med familjen som driver gården och yrkesmänniskor som socialområdet. Stärkningen av de sociala relationer-

na mellan deltagarna är särskilt beaktansvärd i arbetet på lantgården. Deltagarna betraktas som jämlika, ansvarstagande människor, som i och med arbetet på lantgården blir mer självständiga. Deltagarna har möjlighet att utföra intressanta och motiverande riktiga arbeten. Verksamheten är beständig och det finns en kontinuitet som skapar trygghet och tillit för deltagaren.

I Inn på tunet-verksamheten i Norge tillämpas liknande principer och verksamhetssätt som till exempel inom Social Farming på Irland. I Norge understöds och koordineras verksamheten av staten och Inn på tunet-gårdarna ska uppfylla nationella kvalitetskrav. Verksamheten erbjuds i anslutning till fostrings-, hälso- och socialtjänster. (Haugan et al. 2006.)

I Nederländerna har Care farming ökat kraftigt under hela 2000-talet och verksamheten är ett exempel på den utveckling av en mångformig jordbruksverksamhet som sker i landet. I verksamheten kombineras jordbruksproduktion samt tjänster inom social- och hälsovården. Tjänsterna erbjuds som dagverksamhet, stödarbetsplatser eller boendeplatser för människor med särskilda behov. (Hassink et al. 2014.)

I terapeutiska Green Care-gemenskap används olika dimensioner i naturen som symboler för gemenskapens och människornas verksamhet på samma sätt som i trädgårdsterapi. Till exempel jämförs beskärning av dåliga grenar, vattning av torr mark, tillväxt och näringstillförsel samt växtföljden med människans liv och olika skeden under livet. I dessa gemenskaper får medlemmarna förutom individuellt stöd och stödet från gemenskapen även terapeutisk nytta av arbetet i trädgården (Hickey 2008).



**Bild 5.** Livets kretslopp (Arja Jääskeläinen)

# 5 Paradigm för delaktighetsstärkande, naturunderstödd rehabilitering

## 5.1 REHABILITERINGSPARADIGMETS UTGÅNGSPUNKTER OCH GRUNDER

Modellen för rehabiliteringsverksamheten har utvecklats på basis av erfarenheterna under tidiga skeden i projektet Natur i livet och de förpliktelser som vi ålagt oss när projektet inleddes. I användningen av begreppet paradigm för naturunderstödd rehabilitering tillämpar vi Järvikoskis och Härkäpääs (2011) syn på möjligheterna att använda paradigmets. Paradigmet beskriver det tanke- och verksamhetssätt samt de kunskaper och insikter som utgör grunden för denna rehabiliteringsverksamhet och styr dess genomförande. I detta kapitel beskriver vi de uppfattningar samt tanke- och verksamhetssätt som utgör grunden för paradigmets för delaktighetsstärkande, naturunderstödd rehabilitering.



**Bild 6.** Vinterljus (Eila Nurmela)

I och med att värdegrunden förändras och samhället utvecklas uppstår det förändringsbehov och nya möjligheter i rehabiliteringstjänsterna. Vi granskar de faktorer som påverkar utvecklingen av rehabiliteringsparadigmet i ljuset av de förändringar som presenteras i den nedanstående tabellen (tabell 1).

**Tabell 1.** Förändringar som påverkar hur rehabiliteringsparadigmet formas

Område där förändringen sker	Förändring
<b>Global och samhällelig utveckling</b>	Förändring av värdesystemet så att social och ekologisk hållbarhet träder fram vid sidan av ekonomisk hållbarhet.
<b>Områdesutveckling</b>	Landsbygden och naturen är en möjlighet och resurs.
<b>Människosyn</b>	Den ekosystembaserade människosynen (människan en del av både det levande och icke-levande ekosystemet) utvidgar människosynen.
<b>Välfärdsbegreppet</b>	Delaktighet är en central del av välfärden. Omsorg om miljön och värnande av människans förhållande till naturen är en del av välfärden.
<b>Socialpolitik</b>	Ekologiska frågor är en del av socialpolitiken. Målsättningar och åtgärder som stärker den sociala delaktigheten är i kärnan av välbefinnande och rehabilitering.
<b>Lagstiftning</b>	Den nya socialvårdslagen och riktlinjerna för social rehabilitering som främjar arbetslivsfärdigheter förnyar rehabiliteringen.
<b>Produktion av välfärdstjänster</b>	Branschövergripande verksamhet, företagande och småskalig affärsverksamhet samt Green Care erbjuder nya möjligheter. Social- och hälsovårdsreformen för med sig nya möjligheter, till exempel valfrihet.
<b>Tjänsternas innehåll och utförande</b>	Digitaliseringen och robotiseringen behöver en motkraft. Den naturbaserade verksamheten blir en del av social- och hälso-tjänsterna. Tjänsterna förverkligar och främjar en ekologiskt hållbar utveckling.
<b>Medborgar- och klientorientering</b>	Människan själv utvecklar sina tjänster. Skräddarsydda tjänster och individuell budgetering är framtidens möjligheter.

Rehabiliteringsparadigmet som utvecklas är ett tanke- och verksamhetsätt för social rehabilitering. I det framhävs kraftigt delaktighet samt vardag och aktörskap som är meningsfulla för individen. Naturen och den naturbaserade verksamheten har en synlig roll i den ekologiska verksamhetsmiljön. I tabell 2 beskriver vi rehabiliteringsparadigmet så att egenskaperna och huvuddragen i det egenmaktsskapande, ekologiska paradigmet finns i den vänstra kolumnen (se Järvikoski 2013, 75). I kolumnerna till höger finns huvuddragen i paradigmet för naturunderstödd rehabilitering, som i sin tur är indelade i individcentrerat tänkande och naturbaserad verksamhet.

**Tabell 2.** Paradigmet för delaktighetsstärkande, naturunderstödd rehabilitering (tillämpat efter Järvikoski 2013, 75).

	Ett egenmaktsskapande och ekologiskt paradigm	Huvuddragen i paradigmet för delaktighetsstärkande, naturunderstödd rehabilitering	
		Individcentrerat tänkande	Naturen och den
<b>Orsak till rehabiliteringsbehovet</b>	Konflikt mellan människan och omgivningen (den fysiska, sociala, kulturella).	Förverkligande av de mänskliga rättigheterna, likvärdighet. Behov av stöd för att stärka vardagskompetensen och delaktigheten.	Naturen som verksamhetsmiljö. Rätten till naturen och stärkning av naturanknytningen.
<b>Orsak till att rehabilitering inleds</b>	Svårigheter att klara arbetet och vardagen, välfärdsunderskott; risk för att individen förlorar kontrollen över livet.	Vilja att förändravardagen. Hur meningsfull rehabiliteringen upplevs i förhållandetill individens livsmål, vardagskompetens och delaktighet.	Möjlighet att välja en naturbaserad verksamhet som individen upplever som betydelsefull.
<b>Mål</b>	Förstärkning av resurserna; uppkomsten av nya möjligheter; bättre överlevnad och social delaktighet.	Livet är meningsfullt, delaktigheten och vardagskompetensen har stärkts på ett sätt som har betydelse för individen.	Individuella, funktionella mål. Naturen ger återhämtning och de positiva upplevelserna stärker utan medvetna mål.
<b>Rehabiliteringens metoder</b>	Man påverkar individens resurser och möjligheterna i omgivningen.	Möjlighet att använda sig av de egna styrkorna och skaffa sig nya, meningsfulla färdigheter. Anslutning till den närliggande gemenskapen. Uppskattade sociala roller möjliggörs. Upplevelser av delaktighet, gemenskap och jämlikhet. Individcentrerad planering och individcentrerat stöd.	Djur-, natur-, trädgårds- och lantgårdsassisterad verksamhet. Naturens effekter på välbefinnandet. Man påverkar uppkomsten av en funktionell identitet och erfarenheter av återhämtning.
<b>Tyngdpunkt i verksamheten</b>	I bas- och närservicen; i rehabilitering i gemenskap och i hemmet; i arbetsgivar-samarbetet; i utnyttjandet av möjligheterna till kamratstöd.	I rehabiliteringstjänsterna, närliggande gemenskap och områden. I branschövergripande lokala tjänster och gemenskap som bildar nätverk.	I de möjligheter som finns i naturmiljön, i tjänsterna utan väggar, i samarbetet mellan lokala företagare och aktörer som producerar naturbaserade tjänster.
<b>Klientindividens roll</b>	En aktör som planerar sitt liv; en myndig partner i planeringen av rehabiliteringen, beslutsfattandet och utvärderingen.	En aktör som planerar och utvärderar sitt liv och sin rehabiliteringstjänst. Ett uppskattat subjekt i sitt eget liv och i händelserna i sitt liv.	En jämlik och ansvarstagande aktör. En uppskattad deltagare i delad verksamhet.
<b>Rehabiliteringens verksamhetsfält</b>	Individen och hans verksamhetsmiljö och sociala nätverk.	Individens situation. Skapandet av möjligheter i den närliggande och lokala omgivningen och gemenskapen.	Nya möjligheter i naturmiljön. Aktörer som producerar naturbaserade tjänster och verksamhetsmiljöerna som de erbjuder.

Rehabiliteringsparadigmets människosyn är i enlighet med det individcentrerade tankesättet positiv och resursorienterad: varje individ har styrkor, var och en kan uttrycka vad man gillar och göra val. Målet är att personen känner egenmakt och tar sig friheten att bestämma över sitt eget liv. (Sanderson & Lewis 2012.) Detta är viktigt även för människor som behöver rehabiliteras eller rehabilitera sig, som det heter på servicesystemets språk. Förmåga, en positiv identitet, självkänsla, upplevelse av att vara uppskattad och delaktig är viktiga förutsättningar för ett aktivt aktörskap i vardagslivet och samhällsdeltagandet.

### 5.3 STÄRKNING AV DELAKTIGHETEN OCH VARDAGSKOMPETENSEN SOM MÅL FÖR REHABILITERINGEN

Delaktighet tar sig uttryck i jämlikhet och likvärdiga möjligheter att leva och verka i samhället, i känslor baserade på upplevelser samt i individens funktionsförmåga och resurser att delta på olika områden i livet. Delaktighet är också aktivitet och att man gör saker som är betydelsefulla för en själv. I modellen som utvecklas betonas social delaktighet och stärkande av förmågan att klara av normala livsfunktioner samt förbättring av arbetslivsfärdigheterna eller färdigheterna att delta i utbildning genom att man stärker vardagsfärdigheterna och de egna resurserna.

Ur ett individcentrerat perspektiv är delaktighet en privat känsla hos individen som baserar sig på upplevelse och som uppstår genom att man deltar. Det viktigaste är känslan av att höra till gemenskapen och samhället, vilken uppstår i social interaktion, till exempel via arbete, hobbyer, medverkan i frivilligorganisationer eller annat påverkande. Att delta i och påverka sådant som rör en själv och ens omgivning och att vara aktiv möjliggör en



**Bild 7.** Människans vän  
(Susanna Jussila)

emotionell upplevelse som bygger på samhörighet. Individens subjektiva uppfattning om hur hen själv kan påverka livets gång och bestämma över sitt liv har stor betydelse för upplevelsen av delaktighet. Upplevelsen av delaktighet är kopplad till känslan av egenmakt och delaktighetsupplevelse utgör en motkraft till upplevelse av utslagning eller marginalisering. En känsla av att vara uppskattad och accepterad i olika slags situationer med social interaktion bygger upp människans upplevelse av delaktighet. Känslan förstärks när människan upplever att hon får hjälp och kan hjälpa andra. (Särkelä-Kukko 2014; Rouvinen-Wilenius 2014; Leeman et al. 2015.)

Enligt Salonen (2005; 2010) kan känslan av delaktighet vara kopplad till en plats eller ett landskap. I detta fall uppstår den via sinnesförnimmelser, känslor och minnen. Delaktighet och kontakt med naturen kan uppstå fysiskt,



via kroppslig aktivitet, rörelse och närvaro. Naturen förmedlar tidsbundenhet, upprepning och kontinuitet samt konstruerar identiteten. Naturen kan även upplevas genom föreställningar, kunskaper och estetik.

Enligt det ekopsykologiska synsättet är människan en oskiljaktig del av naturen. Människan har ett ömsesidigt förhållande till naturen. Det handlar om anknytning, en känsla av förbindelse, respekt och om verksamhet i den egna livsmiljön. Identifikation med naturen skapar en grund för att ta hand om naturen, vara ekologiskt ansvarstagande och för upplevelsen om att höra någonstans. Mellan människor och djur kan det uppstå ett ömsesidigt kamratskap. Den känslomässiga relationen till naturen kan vara lika viktig som relationerna till andra människor. (Salonen 2005.)

*”När jag är i naturen så är det lika naturligt för mig som att det finns älgar och björnar och vilka som helst andra levande djur där. De hör dit och på samma sätt upplever jag att också jag hör dit och att jag har samma rätt att vara där och få från naturen det jag vill hämta där.” (H18)*

*”Jag har ju åtminstone skogar och sjöar i närheten där jag bor på landsbygden i den lappländska ödemarken. Där är jag helt klart en del av naturen.” (H4)*

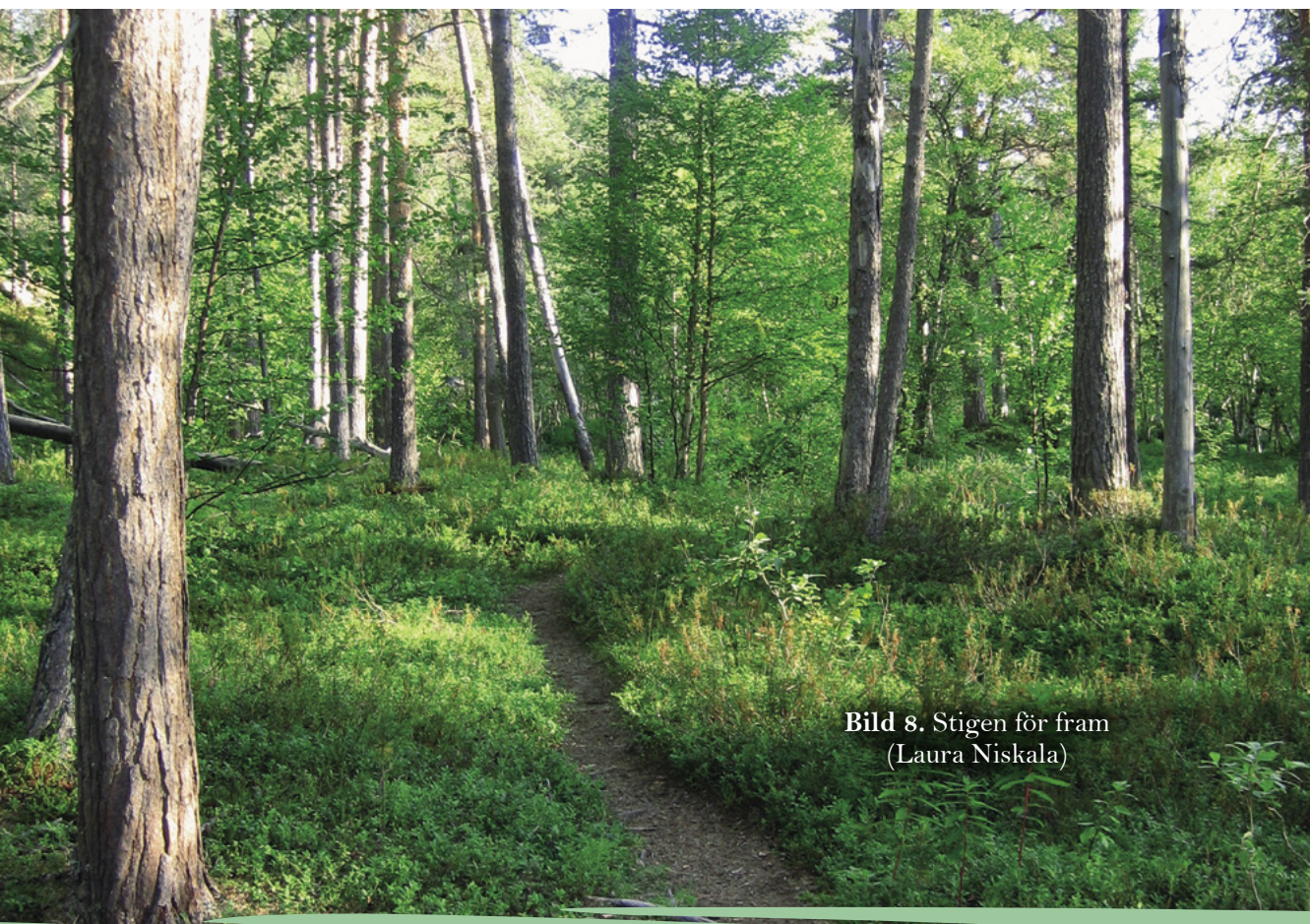


Bild 8. Stigen för fram  
(Laura Niskala)

En god funktionsförmåga möjliggör deltagande och valfrihet. Enligt Institutet för hälsa och välfärds definition (Institutet för hälsa och välfärd 2016) avser funktionsförmåga människans fysiska, psykiska, kognitiva och sociala förutsättningar att klara av betydelsefulla och nödvändiga vardagsfunktioner i den miljö där hon lever. Sådana funktioner är till exempel arbete, studier, fritid och hobbyer, att ta hand om sig själv och andra samt att delta i livet i gemenskapen. Funktionsförmåga är inte någon egenskap hos individen, utan ett tillstånd som har med förhållandet mellan individen och omgivningen att göra.

I fråga om projektets mål ligger fokus på den sociala funktionsförmågan, då den enligt definition avser vardagsfärdigheter och förmågan att agera som en samhällsmedlem. Hit hör till exempel livets meningsfullhet som en helhet, sociala resurser och relationer såsom det sociala nätverket, förmågan att vårda relationer, ta hänsyn till andra och ta emot hjälp av andra samt användningen av materiella tillgångar.

I vardagen behövs en fysisk funktionsförmåga, vilket avser en förmåga att klara av fysiskt olika vardagsfunktioner och uppgifter och att delta i olika situationer till exempel på jobbet. Man behöver en kognitiv funktionsförmåga, som bland annat omfattar minne, lärande, koncentration och verksamhetsstyrning samt olika slags funktioner som har med bearbetning av information att göra. För de personer som deltar i projektet är målet att stödja en sådan psykisk funktionsförmåga som de behöver för att kunna hantera vardagen och klara av vardagsfunktioner, komma vidare till arbetslivsstigen eller studiestigen samt för att i övrigt kunna ansluta sig till samhället.

Vid målsättning och utvärdering av målen för den naturbaserade verksamheten inom projektet Natur i livet! används mätaren Kykyviisari, som utvecklas i Arbetshälsoinstitutets projekt Solmu (2016). Den är avsedd för bedömning av funktions- och arbetsförmågan för personer utanför arbetslivet och vi deltar i utvecklingen av mätaren. Begreppet för funktionsförmåga som utgör grunden för Kykyviisari baserar sig på definitionen i rekommendationen om mätning av funktionsförmåga enligt Koskinen et al. (2011). Enligt den avses med funktionsförmåga människans fysiska, psykiska och sociala förutsättningar att klara av de utmaningar som hon ställs inför i sin livsmiljö.

Utöver att använda Kykyviisari intervjuar vi projektdeltagarna om deras möjligheter att hjälpa andra och påverka frågor som berör dem själva, deras bostadsmiljö och samhället. I intervjun frågar vi även hur deltagaren uppfattar och vilka erfarenheter hen har av delaktighet och om hens förhållande till naturen. Element som har betydelse för deltagaren och hens önskemål kartläggs med verktygen för individcentrerad livsplanering.

## 5.4 NATUR, VERKSAMHET OCH SAMHÄLLE SOM VERKSAMMA ELEMENT

De faktorer inom den naturbaserade verksamheten som stärker välbefinnandet är natur, verksamhet och gemenskap, vilka definierats som verksamma element i definitionen av Green Care-verksamheten (Soini et al. 2011). Enligt Kaplan och Kaplan (1989) är naturmiljön en omgivning som ger återhämtning från psykisk utmattning tack vare fyra faktorer. Naturen ger människan möjlighet att frigöra sig från vardagen och fascineras av naturens skönhet och fenomen. Dessutom har människan möjlighet att uppleva naturens storhet och känna samhörighet med naturen, vara en del av en större helhet. Naturen kan iakttas, den kan vara en verksamhetsmiljö eller också kan man aktivt interagera med naturen (Haubenhofers et al. 2010).

Gemenskapen som ett verksamt element i Green Care-verksamheten har på senaste tid även kallats gemenskaplighet eller delaktighet, eftersom delaktighet kan upplevas, förutom i en mänsklig gemenskap, också i kontakt med naturen, utan den mänskliga gemenskapen. Stärkandet av delaktigheten i den naturunderstödda verksamheten framhävs även i de etiska reglerna för Green Care-verksamheten (Green Care Finland 2016).

Individen kan uppleva delaktighet med naturen när hen tar hand om djur och växter, men även genom att uppleva att hen är en del av naturens kretslopp och händelserna i naturen under olika årstider. Enligt biophiliahypotesen har människan en naturlig önskan att bli en del av naturens processer (Wilson 1993). Anslutning till naturen och ömsesidighet med naturen stöder människans psykiska hälsa och mentala tillväxt.



**Bild 9.** Naturens gåvor (Susanna Jussila)

Begreppet verksamhet kan förstås som en serie aktiviteter som har ett mål och ett syfte. Ur terapeutiskt perspektiv har verksamhet en särskild betydelse och mening för människan. Människans identitet och funktionella roll formas via verksamhet. (Hautala et al. 2011.) I Green Care-verksamhet kan människan hitta en ny slags identitet och roll när hon får utföra arbeten på lantgården eller sköta djur eller växter. Arbetet som utförs tillsammans leder till att man värdesätter sig själv och andra mer. Med hjälp av Green Care-verksamheten kan människan genom dagliga rutiner hitta en regelbunden rytm i vardagen. Hon får utföra ett arbete som ger nytta och vara en del av gemenskapen på lantgården. Hon har möjlighet att delta i produktionsverksamheten i en lugn gårdsmiljö. (Sempik et al. 2010.)

## 5.5 NATURBASERADE VERKSAMHETSFORMERS INVERKAN PÅ VÄLBEFINNANDET

Naturunderstödd verksamhet kan enligt Soini (2014) delas in i djur-, natur-, trädgårds- och lantgårdsassisterade interventioner. Djurassisterade verksamhetsformer är till exempel ridterapi, socialpedagogisk hästverksamhet och djurassisterad fostran.

Som naturassisterade interventioner betraktas ekopsykologiska övningar, vildmarksterapi, äventyrsfostran och handledd naturmotion. Till exempel modellen Mettäterapia ("skogsterapi"), som utvecklades i Enontekiö i Lappland för rehabiliteringen av missbrukare, räknas som en naturassisterad intervention (Heikkilä 2014).



**Bild 10.** Interaktion med en häst (Arja Jääskeläinen)



**Bild 11.** På lantgårde  
(Laura Niskala)

Trädgårdsassisterade verksamhetsformer är trädgårdsterapi samt social och terapeutisk trädgårdsverksamhet. För att använda benämningen trädgårdsterapi måste handledaren vara utbildad trädgårdsterapeut. Lantgårdsassisterad verksamhet kan innefatta många olika naturassisterade inventioner såsom trädgårdsverksamhet, djurskötsel och andra arbeten på lantgården.

Kontakten med naturen kan även upplevas genom att ta in element från naturen inomhus, till exempel i form av bilder eller som naturmaterial. (Soini et al. 2011.) Förmågan att använda naturen som resurs hänger samman med naturupplevelserna i barndomen, på så sätt att ju mer tid man har tillbringat i naturen som barn, desto mer sannolikt är det att man beger sig till naturen även i vuxen ålder och drar nytta av de möjligheter till återhämtning som naturen erbjuder (Thompson et al. 2008).

Verksamhet i en naturmiljö och med djur har många slags fysiska, psykiska och sociala effekter för människans välbefinnande. De har undersökts med fysiologiska mätningar och genom att analysera människornas erfarenheter. I kroppens funktioner har man konstaterat positiva förändringar redan efter tjugominuters vistelse i naturen. Blodtrycket och pulsen sjunker, halten av stresshormoner minskar i kroppen och kroppens motståndskraft förbättras (Hartig et al. 2003; Korpela et al. 2010; Li et al. 2011; Ochiai et al. 2015). Vistelse i naturen höjer stämningsläget, förbättrar koncentrationsförmågan och uppmärksamheten samt främjar återhämtningen från stress (Ulrich 1984; Kaplan & Kaplan 1989; Hine et al. 2008; Rappe 2005; Salonen 2010; Sahlin 2015). Green Care-verksamheten har konstaterats vara särskilt nyttig för personer som lider av psykisk ohälsa, till exempel depression, schizofreni eller post-traumatisk stress. De positiva effekterna uppstår när man utför meningsfulla aktiviteter, är fysiskt aktiv, lär sig färdigheter och tack vare den återhämtning som naturmiljön ger. (Sempik 2010.)



**Bild 12.** På väg  
(Taimi Tolvanen)

*"I naturen tycker jag om att vandra på sådana här naturstigar. Till exempel gå dit helt själv och bara vara. Det är så tyst. Och landskapet såklart. Jag står inte ut om det är hemskt livat." (H23)*

Naturen är för många en angenäm plats. Människor går ut i naturen för att koppla av, hitta lugnet, återhämta sig. De flesta stadsbornas (60 %) favoritplats är ett ställe i naturen. (Korpela 2007.) Med hjälp av en medveten favoritplatsövning i naturen kan människan utveckla sin självkänedom och få lindring på stressrelaterade syndrom. Användningen av naturföreställningar upprätthåller den positiva känsla som naturupplevelsen ger även annanstans än mitt i naturen. (Salonen 2010.)

*"Det betyder mycket. Jag kan gå dit för att lösa mina problem och där får jag kraft och energi." (H22)*

*"Det är en plats som ger nya krafter, där sinnet får lugn och där man inte behöver tänka på något." (H18)*

Gruppverksamhet i en naturmiljö ger deltagarna möjligheter till naturlig interaktion med olika slags människor. Naturen är en befriande miljö som underlättar interaktionen i gruppen och som tillåter reglering av närhet och avstånd enligt individuella behov. Användningen av naturassisterade verksamhetsätt har konstaterats förbättra gruppmedlemmarnas interaktion och beteende (Annerstedt & Währborg 2011). Meningsfulla uppgifter i en naturmiljö, till exempel en trädgård, ger en känsla av tillhörighet och en upplevelse av delaktighet för den som utför arbetet (Diamant & Waterhouse 2010; Whatley et al. 2015).

Enligt McNicholas och Collis (2006) kan det sociala stödet från djur ersätta avsaknaden av stöd från människor. Verksamhet med djur kan också hjälpa en att börja använda sig av det stöd som människor erbjuder. Djur har en

positiv inverkan på människor för att de aktiveras till rörelse och förbättrar den fysiska konditionen, vilket även minskar stress och stärker det mentala välbefinnandet. Djurassisterad gruppverksamhet ger deltagaren möjlighet att iaktta sitt förhållande till djur och andra människor. När personen vistas med djur kan hen lära sig om de lagbundenheter som gäller i interaktion och nya sätt att interagera (Törmälehto 2013). I en jämförelseundersökning konstaterades också att djurassisterad verksamhet ökar den ömsesidiga interaktionen mellan deltagarna, deras hjälpsamhet och annat hänsynstagande till varandra (Marr ym. 2000).



**Bild 13.** Fridfull samlevnad (Arja Jääskeläinen)





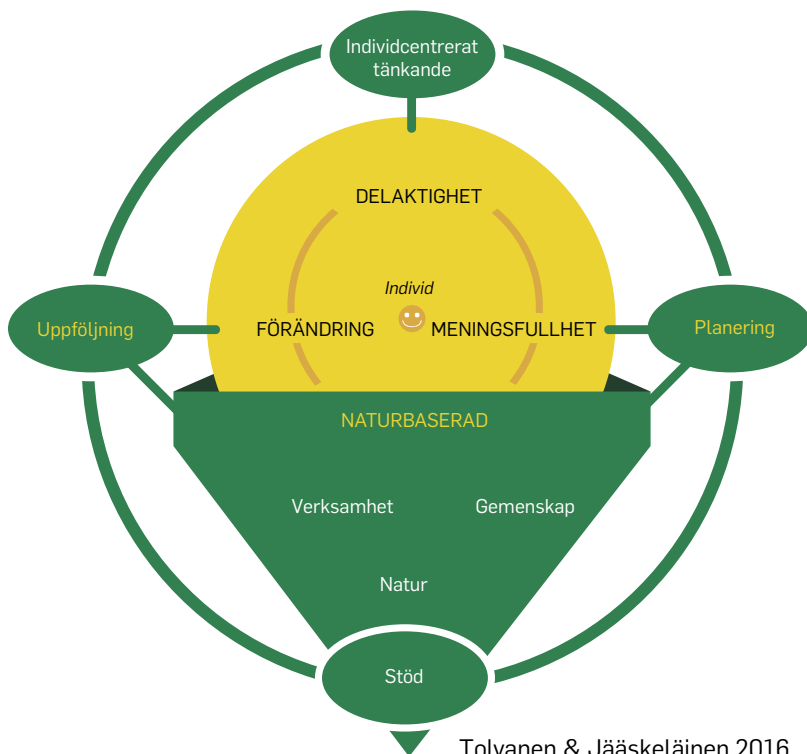
# 6 Modell för naturunderstödd, delaktighetsstärkande rehabiliteringsverksamhet

## 6.1 DET INDIVIDCENTRERADE TANKE- OCH VERKSAMHETSSÄTTET I REHABILITERINGEN

Modellen för naturunderstödd, delaktighetsstärkande rehabiliteringsverksamhet beskriver principerna för rehabiliteringsverksamheten och en praktisk tillämpning av dessa. I verksamheten tillämpas metoden för individcentrerad livsplanering. Metoden lämpar sig bra för rehabilitering, eftersom rehabiliteringsverksamhet ska stödja deltagaren att återta makten över sitt liv och stärka hans möjligheter att påverka samt upplevelser av kontroll (tillämpat efter Järvikoski 2013). Rehabiliteringen och det individcentrerade arbetssättet bygger på samma värdegrund och samma positiva syn på människan och hennes förmåga att leda sitt eget liv, förändras och växa (Sanderson & Lewis 2012).

Den individcentrerade livsplaneringen (ICL), från engelskans Person Centred Planning (PCP), är ett tanke- och verksamhetssätt där målet är att möjliggöra människans delaktighet i sådant som är viktigt för henne och som stödjer förverkligandet av ett liv som är meningsfullt för henne. Den naturunderstödda rehabiliteringen stödjer genomförandet av rehabiliteringens huvudmål och är en del av helhetsrehabiliteringsprocessen. Dess kärna utgörs av en målinriktad verksamhet mot en aktivitet i linje med de målsättningar som individen som använder rehabiliteringstjänsterna har i sin rådande livssituation (tillämpat efter Järvikoski 2013, 73).

I figur 2 presenteras vår modell för den naturunderstödda rehabiliteringsverksamheten där vi tillämpar det individcentrerade tanke- och verksamhetssättet. Människan som individ är i fokus, och hon är ett subjekt som planerar sitt eget liv samt en aktiv aktör i processen för den rehabiliterande naturbaserade verksamheten. Utgångspunkten för tankesättet är att processens olika skeden är händelser i människans liv och att människan själv är huvudaktören. Hon har rätt till delaktighet; delaktighet i samhället, gemenskapen och naturen. Det betyder även självbestämmanderätt samt rätt till valfrihet och kontroll över det egna livet i samband med rehabiliteringen. Meningsfullhet innebär ett meningsfullt liv, vari en meningsfull rehabilitering och förverkligande av sådant som är betydelsefullt för en själv är inbegripet. Individen strävar efter att förändra sitt liv, sin vardagskompetens eller funktionsförmåga med hjälp av den rehabiliterande naturbaserade verksamheten.



Tolvanen & Jääskeläinen 2016

**Figur 2.** Modell för naturunderstödd, delaktighetsstärkande rehabiliteringsverksamhet

Med naturbaserad verksamhet avses djur-, natur-, trädgårds- och lantgårdsassisterad verksamhet. I naturunderstödd rehabilitering är de verksamma elementen stödet från rehabiliteringsmedarbetaren samt naturen, verksamheten och gemenskapen. Medarbetarens individuella stöd och handledning siktar mot att förändra individens livssituation, funktionsförmåga och vardagskompetens på ett sätt som är i linje med hens mål. Detta är ett samarbete och ett partnerskap mellan individen och den instans som tillhandahåller den naturbaserade verksamheten i syfte att uppnå de mål som satts upp för rehabiliteringen.

Den yttersta kretsen beskriver rehabiliteringsprocessen, där medarbetarens individcentrerade arbetssätt förverkligas i alla skeden. I enlighet med värdegrundstänkandet främjar medarbetaren förverkligandet av klientens jämlika medborgarskap samt mänskliga och grundläggande rättigheter. Medarbetaren är individens partner på rehabiliteringsstigen och medarbetaren strävar i planeringen, genomförandet och uppföljningen av den naturbaserade verksamheten efter att skapa en jämlik atmosfär som stödjer individens känsla av egenmakt och som präglas av samarbete. I uppföljningen utvärderas uppnåendet av målen och genomförandet av den naturbaserade verksamheten. Rehabiliteringsmedarbetaren stödjer individen med hjälp av interaktion som möjliggör delaktighet och olika verktyg som är i linje med de individuella behoven.

## 6.2 STÖD OCH DELAD VERKSAMHET I PLANERINGEN, GENOMFÖRANDET OCH UPPFÖLJNINGEN AV DEN NATURBASERADE VERKSAMHETEN

I en optimal situation förverkligar den individcentrerade planeringen tanken om att människan, när hon får stöd och är delaktig i den delade verksamheten, själv planerar, fattar beslut kring och utvärderar sin egen naturunderstödda rehabiliteringstjänst. Hon kan då agera på ett meningsfullt och betydelsefullt sätt i den naturmiljö och gemenskap som hon själv har valt och som motsvarar hennes behov. Naturen är en interagerande verksamhetsmiljö för rehabiliteringen. Naturmiljön, till exempel landskapsbilder eller växter, används även vid planerings-, samtals- och uppföljningsmöten inomhus.

I planeringen av den naturbaserade verksamheten utgår man från sådant som deltagaren själv, ur sitt eget perspektiv, anser vara betydelsefullt, från deltagarens styrkor och resurser samt från deltagaren som individ och person. För att medarbetaren ska kunna ge deltagaren individuellt stöd, måste hen lära känna deltagaren på ett djupgående sätt. När man tar fram information om deltagaren föredrar man sådana verksamhetsätt som stödjer hens aktörskap och deltagande. Då använder man verktyg som har betydelse för individen själv, med andra ord inte verktyg som utgår från medarbetarens och organisationens dokumentationsbehov (Ritchie 2002).

Verktygen för den individcentrerade planeringen är ofta visuella och aktivitetsbetonade och de hjälper personen att strukturera sina tankar, förhoppningar och sitt kunnande i förhållande till den naturbaserade verksamheten. Med hjälp av verktygen kan personen bättre uttrycka sina tankar och åsikter än genom att svara på intervjufrågor eller en enkät, vilket redan i sig kan vara en upplevelse som ger en känsla av egenmakt. (Ritchie 2002, Sanderson & Lewis 2012.) Till exempel kan förhållandet till naturen beskrivas via en visuell livshistoria med koppling till naturen och personens viktiga roller med koppling till naturen kan beskrivas i form av en karta över drömmar och förhoppningar, som man sammanställer av bilder från tidningar. Informationen som metoden ger ska förmedla vad som är viktigt för personen, vad andra uppskattar hos hen och på vilket sätt hen vill få stöd. Denna information skapar grunden för planeringen av den individuella verksamheten och stödet för verksamheten.

Individen producerar målen för rehabiliteringsverksamheten tillsammans med medarbetarna som deltar i rehabiliteringen och eventuellt med sina närstående, varvid man söker en balans mellan sådant som har betydelse för individen och sådant som är viktigt med tanke på servicesystemet. Planeringen är helhetsbetonad och kartlägger också individens vardagsfärdigheter, upplevelser av delaktighet och funktionsförmåga. Individen får stöd för sina val och en känsla av kontroll över det egna livet av de visuella verktyg som används vid planeringen.



**Bild 14.**  
Vedhuggning för  
lägerelden  
(Arja Jääskeläinen)

Naturbaserad verksamhet kan genomföras individuellt eller i grupp. Medarbetaren hjälper i att hitta arbetsuppgifter eller platser där personen skulle kunna använda sina styrkor, lära sig nytt och samtidigt förverkliga sådant som är betydelsefullt för hen själv. Om verksamheten ordnas till exempel på en lantgård deltar också företagaren i samtalen när man försöker hitta sätt att förena individens målsättningar och de möjligheter och krav som är förknippade med verksamheten på lantgården. Då utnyttjar man profilbeskrivningen för producenten av den naturbaserade tjänsten och deltagarens profil, varefter man ännu diskuterar för att säkerställa förenligheten samt komma överens om stödet och praktiska frågor. (Kinsella et al. 2014.)

För att genomföra den naturbaserade verksamheten planeras och genomförs det stöd som behövs. Hit hör ordnande av praktiska saker och resurser, men även sådant som har med metoderna för det individuella stödet, kommunikationen, interaktionen och bemötandet att göra. Det är viktigt att personen själv får bestämma hur målsättningarna och stödet nedtecknas.

I rehabiliteringsverksamheten inom Kemijärvi kommuns och Eduros delprojekt i projektet Natur i livet! är lantbruksföretagarens uppgift att vara arbetsledare och ge råd i hur arbetena ska göras. Också projektarbetaren deltar i det praktiska arbetet, varvid jämlikheten och det ömsesidiga samarbetet framhävs. Arbetsuppgifterna består av att mocka kofällor, fodra och borsta kor, städa lokalerna samt utföra små reparationer. Vid renskötande hushåll har den huvudsakliga uppgiften varit fodring av renarna, på hästgårdar hästskötsel. Häststallsmiljön används även som verksamhetsmiljö för individuell psykoterapi.

På uppföljningsmötet säkerställer man att den naturbaserade verksamheten motsvarar de individuella behoven och att den grundar sig på det som är viktigt för personen själv och på hans önskemål om stödformer. Personen utvärderar hur väl den naturbaserade verksamheten passar hen och hur hans förändringsmål och planer förverkligas. Det är också viktigt att man tillsammans utvärderar och analyserar hur de olika skedena under rehabiliteringsprocessen fungerar ur de olika parternas perspektiv och att komma överens om vilka förändringar som bör göras på rehabiliteringsverksamheten och arbetssätten. Syftet är att utveckla de gemensamma planerings- och utvärderingsmötena så att idealet för det individcentrerade tanke- och verksamhetssättet samt individens aktörskap och delaktighet förverkligas även i dem.

### 6.3 VISUALITET SOM STÖD FÖR DELTAGANDET OCH AKTÖRSKAPET

I planeringen och utvärderingen av rehabiliteringsverksamheten föredras visuella verktyg för den individcentrerade planeringen. De ger personen själv möjlighet och redskap till att uttrycka sig själv och sina verkliga åsikter, strukturera förändringsbehoven och återta makten över sitt liv. För medarbetaren ger verktygen möjlighet till att höra individens egna tankar och verkliga åsikter. (Ritchie 2002, Sanderson & Lewis 2012, Webbtjänsten för handikappområdet Verner 2014.)

Visuella verktyg används idag i allt större omfattning inom företagsvärlden i teamarbete, ledning och facilitering. I rehabiliteringsarbetet bidrar dessa verktyg till att värdegrunden för det individcentrerade tänkandet förverkligas i interaktionen. Med hjälp av verktygen kan frågor behandlas mer individuellt och flexibelt och människan behöver inte längre anpassa sig till medarbetarens traditionella sätt att samla in information, upprätta planer och inhämta respons. Visuella anteckningar och facilitering stödjer interaktionen genom att de synliggör det man tänker och säger. För att främja ett jämlikt deltagande är det bra att använda en utomstående facilitator vid de gemensamma planerings- och utvärderingsmötena. (Ritchie 2002, Sanderson & Lewis 2012.)

Anteckningar kan göras genom att teckna eller skriva på blädderblock eller med digitala verktyg, varvid visualiseringen sker på en surfplatta och bilden projiceras på väggen. Fördelen med att rita på blädderblock är att man ser pappret hela tiden. När till exempel målsättningarna är synliga, hjälper de också i att omsätta planer i praktiken och agera enligt målsättningarna.

Visuella anteckningar främjar upplevelsen av jämlikhet och skapar en angenäm stämning som minskar pressen och auktoriteten. Visualiteten åskåd-

liggörsaker och ting samt samband mellan olika saker och är ett praktiskt verktyg för verksamhetsutövare. När berättaren skriver ner eller tecknar informationen så att alla kan se den, får hen själv se att informationen går fram, vilket i sin tur ökar deltagandet och engagemanget i situationen. Visuella anteckningar på ett blädderblock underlättar tankearbetet och kreativiteten när man arbetar både i par och i grupp. De gör det möjligt att kartlägga, beskriva, jämföra och upptäcka samt bolla nya idéer kring frågor och perspektiv. När man under samtalets gång, förutom att diskutera och lyssna, även skriver ner eller tecknar saker, skapas en mer enhetlig uppfattning av dem. Detta stärker upplevelsen av att man för en dialog och arbetar tillsammans. Det blir även lättare att komma ihåg saker och återkoppla till dem senare. Man kommer bättre ihåg det som producerats i gruppen när innehållet samtidigt har fått en visuell form. (Sibbet 2010; 2013.)



**Bild 15.** Livshistoria med koppling till naturen  
(Taimi Tolvanen)

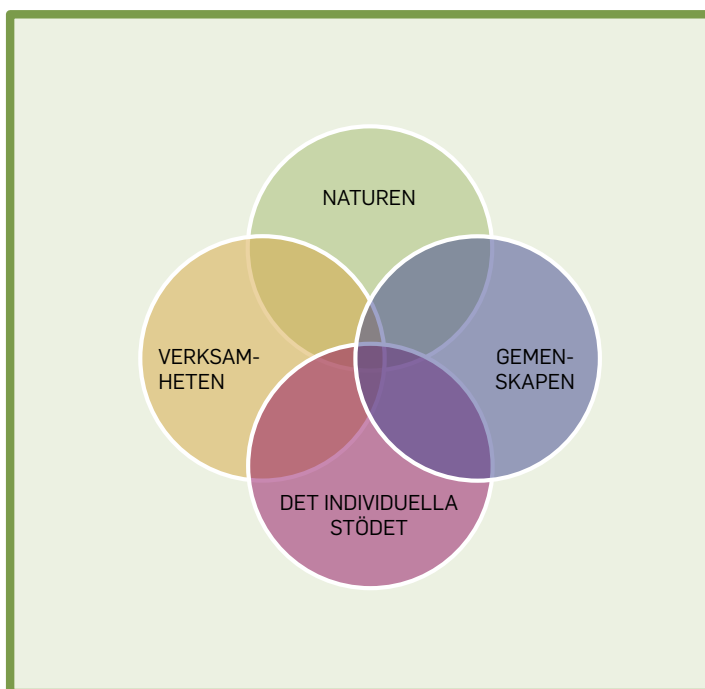
## 7 Slutsatser

Allt socialt liv är en del av ekosystemet och därför bör ekologiska frågeställningar beaktas även i genomförandet av rehabiliteringstjänster. Människans välbefinnande och verksamhet är beroende av naturens välbefinnande. Den sociala funktionsförmågan bör också omfatta att man värnar om naturanknytningen och tar ansvar för naturen.

Delaktighet är, förutom delaktighet i samhället och gemenskapen, även delaktighet i naturen. Verksamhet i naturen och med djur stärker vardagskompetensen samt förmågan till samarbete och interaktion och ger upplevelser av betydelsefullhet. Delaktighet byggs upp i verksamhet tillsammans med andra i en naturmiljö.

Naturunderstödd rehabilitering är en delaktighetsfrämjande social rehabilitering som kan genomföras i enlighet med många olika lagar. I projektet har grön rehabilitering varit en del av helhetsrehabiliteringen, men i framtiden skulle den även kunna vara den huvudsakliga rehabiliteringsformen. Dess mål kan vara stärkning av deltagarens vardagsfärdigheter, att få ut deltagaren på arbetslivsstigen och stödd sysselsättning.

Rehabiliteringsparadigmet som vi har beskrivit stärker perspektivet för den sociala rehabiliteringen i Green Care-metoden som växer kraftigt i Finland, vilket hjälper i att utveckla och etablera detta verksamhets sätt inom rehabiliteringstjänsterna. Vi anser att det mest centrala verksamma elementet i tjänsterna inom grön omsorg och grön rehabilitering, förutom naturen, verksamheten och gemenskapen, är det individuella stödet. Det individuella stödet är förutsättningen för att naturens inverkan på välbefinnandet ska kunna främja rehabiliteringen. (Figur 3)



**Figur 3.** Verksamma element i naturunderstödd rehabilitering

Med det individcentrerade arbetsättet kan man säkerställa att den naturbaserade verksamheten är i linje med individens mål och att individen är en aktiv aktör i rehabiliteringsprocessen. Individen definierar sina behov och mål tillsammans med medarbetaren, har möjlighet att göra val beträffande verksamheten och är delaktig i uppföljningen och utvärderingen av processen.

För att omsätta i praktiken de principer för den delaktighetsstärkande, naturunderstödda rehabiliteringsmodellen som beskrivs i publikationen är det bra att beskriva de praktiska handlingsmodellerna till exempel som processer, där deltagarna i rehabiliteringsprocessen har sina egna roller. På så sätt kan man bli medveten om och säkerställa delaktigheten och aktörskapet av varje person som deltar i processen, under alla skeden av rehabiliteringen. Samtidigt får man information som kan användas för att vidareutveckla rehabiliteringsmodellen.



# Källor

- Diamant, E. & Waterhouse, A. 2010. Gardening and belonging: reflections on how social and therapeutic horticulture may facilitate health, wellbeing and inclusion. *British Journal of Occupational Therapy* 73:2, 84–88.
- European Commission. 2016 Active Inclusion. Hämtad 2.5.2016 <http://ec.europa.eu/social/main.jsp?langId=en&catId=1059>
- Green Care Finland ry. 2016 Hämtad 29.3.2016 [www.gcfinland.fi](http://www.gcfinland.fi)
- Hartig, T., Evans, G., Jamner, L., Davis, D. & Gärling, T. 2003. Tracking restoration in natural and urban field settings. *Journal of Environmental Psychology* 23:2, 109–123.
- Hassink, J., Hulsink, W. & Grin, J. 2014. Farming with care: the evolution of care farming in the Netherlands. *NJAS - Wageningen Journal of Life Sciences* 68: 7, 1–11.
- Haubehofer, D. K., Elings, M., Hassink, J. & Hine, R. E. 2010. The development of green care in western European countries. *Explore* 2010: 6, 106–111.
- Haugan, L., Nyland, R. & Fjeldavli, E., Meistad, T. & Braastad, B. O. 2006 Green Care in Norway: farms as a resource for the educational, health and social sector. I verket: J. Hassink & M. van Dijk (red.) *Farming for Health. Green-Care farming across Europe and the United States of America*. Netherland, Springer, 109–126.
- Hautala, T., Hämäläinen, T. & Mäkelä, L. & Rusi-Pyykönen, M. 2011. Toiminnan voimaa. Toimintaterapia käytännössä. Helsingfors, Edita Prima.
- Heikkilä, L. 2014. (red.) Meahcceterapiija – Mettäterapia. Kulttuurilähtöistä päihdetyötä luonnossa. Rovaniemi, Sámi Sister ry.
- Helne, T., Hirvilammi, T. & Laatu, M. 2012. Sosiaalipolitiikka rajallisella maapallolla. FPA:s forskningsavdelning Hämtad 2.5.2016 [https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/34643/Sosiaalipolitiikka\\_rajallisella\\_maapallolla.pdf?sequence=4](https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/34643/Sosiaalipolitiikka_rajallisella_maapallolla.pdf?sequence=4)
- Hickey, B. 2008. Lothlorien community: A holistic approach to recovery from mental health problems. *International journal of therapeutic communities* 29: 3, 261–272.

- Hine, R., Peacock, J. & Pretty, J. 2008. Care farming in the UK: Contexts, benefits and links with therapeutic communities. *International journal of therapeutic communities* 29: 3, 245–260.
- Järvikoski, A. 2013. Rehabilitering i olika former och rehabiliteringsbegrepp. Social- och hälsovårdsministeriets rapporter och promemorior 2013:43. Hämtad 2.3.2016 [http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/70263/URN\\_ISBN\\_978-952-00-3457-3.pdf?sequence=1](http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/70263/URN_ISBN_978-952-00-3457-3.pdf?sequence=1)
- Järvikoski, A. & Härkäpää, K. 2011. Kuntoutuksen perusteet. Näkökulmia kuntoutukseen ja kuntoutustieteeseen. Helsingfors, WSOYpro Oy.
- Kaplan, R. & Kaplan, S. 1989. *The experience of nature*. Cambridge, Cambridge University Press.
- Webbtjänsten för handikappområdet (Vernereri, på finska). 2014 Yksilökeskeinen työote. Hämtad 3.5.2016 <http://verneri.net/yleis/yksilokeskeinen-työote>.
- Hållbar tillväxt och jobb 2014–2020 Finlands strukturfondsprogram. Hämtad 24.2.2016 <https://www.rakennerahastot.fi/documents/10179/43217/Ohjelma-asiakirja+valmis.pdf/>
- Kinsella, J., O'Connor, D., Smyth, B., Nelson, R., Henry, P., Walsh, A. & Doherty, H. 2014. *Social Farming Handbook*. Dublin, The School of Agriculture and Food Science.
- Korpela, K. 2007. Luontoympäristöt ja hyvinvointi. *Psykologia* 42, 364–376.
- Korpela, K., & Yle'n, M., Tyrväinen, L. & Silvennoinen, H. 2010. Favorite green, waterside and urban environments, restorative experiences and perceived health in Finland. *Health Promotion International* 25:2, 200–209.
- Leemann, L., Kuusio, H. & Hämäläinen, R. 2015. Sosiaalinen osallisuus. Projektet för koordination för främjande av social delaktighet (SOKRA). Institutet för hälsa och välfärd. Hämtad 2.3.2016 [https://www.thl.fi/documents/10531/2088501/Tietopaketti\\_Sosiaalinen\\_Osallisuus.pdf/52a41c04-c4fa-4cf0-bc6f-0bb06705903b](https://www.thl.fi/documents/10531/2088501/Tietopaketti_Sosiaalinen_Osallisuus.pdf/52a41c04-c4fa-4cf0-bc6f-0bb06705903b)
- Li, Q. & Morimoto, K. & Kobayashi, M. & Inagaki, H. & Katsumata, M. & Hirata, Y. & Hirata, K. & Shimizu, T. & Li, Y. J. & Wakayama, Y. & Kawada, T. & Ohira, T. & Takayama, N. & Kagawa, T. & Miyazaki, Y. 2008 A Forest bathing trip increases human natural killer activity and expression of anticancer proteins in female subjects. *Journal of biological regulators & homeostatic agents* 22: 1, 45–55.
- Marr, C., French, L., Thompson, D., Drum, L., Greening, G., Mormon, J., Henderson, I. & Hughes, C. 2000. Animal-Assisted Therapy in Psychiatric Rehabilitation. *A multidisciplinary journal of the interactions of people and animals* 13: 1, 43–47.
- McNicholas, J. & Collis, G. 2006. *Animals as Social Supports: Insights for Understanding AAT*. I verket: Aubrey Fine (red.) *Handbook on animal-assisted therapy*. San Diego, USA, Elsevier, 49–71.
- Ochiai, H., Ikei, H., Song, C., Kobayashi, M., Miura, T., Kagawa, T., Li, Q., Ku-med, S., Imai, M. & Miyazaki, Y. 2015 *Physiological and Psychological Effects*

- of a Forest Therapy Program on Middle-Aged Females. *International Journal of Environmental Research Public Health* 12:12, 15222–15232.
- Undervisnings- och kulturministeriet. 2014 Allmänna grunder och rekommendationer för ungdomsverkstäderna. Undervisnings- och kulturministeriets beslut 8.10.2014 dnr 10/600/2014. Hämtad 2.5.2016 [http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Nuoriso/nuorisotyoen\\_kohteet\\_ja\\_rahoitus/tyopajat/Liitteet/tyopajasuosituksset.pdf](http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Nuoriso/nuorisotyoen_kohteet_ja_rahoitus/tyopajat/Liitteet/tyopajasuosituksset.pdf)
- Rappe, E. 2005. The influence of a green environment and horticultural activities on the subjective well-being of the elderly living in long-term care. Helsingfors, Yliopistopaino.
- Ritchie, P. 2002. A Turn for the Better. I verket J. O'Brien & C. L. O'Brien (eds.) *Implementing Person-Centered Planning. Voices of Experience*. Toronto, Inclusion Press, 11–24.
- Rouvinen-Wilenius, P. 2014. Kohti osallisuutta – mikä estää, mikä mahdollistaa. I verket: A. Jämsén & A. Pyykönen (red.) *Osallisuuden jäljillä*. Saarijärvi, Pohjois-Karjalan sosiaalityö- ja nuorisotyökeskus, 51–68. Hämtad 7.5.2016 <http://www.jelli.fi/lataukset/2014/05/osallisuuden-j%C3%A4ljill%C3%A4-verkkoversio-pakattuna-16052014.pdf>
- Sahlin, E. 2015. To Stress the Importance of Nature. *Nature-Based Therapy for the Rehabilitation and Prevention of Stress-Related Disorders*. Doctoral Thesis Swedish University of Agricultural Sciences. Alnarp, SLU Service/Repro
- Salonen, A. O. 2012 Sosiaalinen saneeraus – tie ekososiaaliseen sivistykseen. I verket: T. Helne & T. Silvasti (red.) *Yhteyksien kirja. Etappeja ekososiaalisen hyvinvoinnin polulla*. Helsingfors, FPA:s forskningsavdelning, 134–147. Hämtad 2.5.2016 <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/37654/YhteyksienKirja.pdf?sequence=1>
- Salonen, K. 2005. Mieli ja maisemat. *Eko- ja ympäristöpsykologian näkökulma*. Helsingfors, Edita.
- Salonen, K. 2010. *Mielen luonto*. Helsingfors, Green Spot.
- Sanderson, H. & Lewis, J. 2012. *Practical Guide to Delivering Personalisation. Person-Centred Practice in Health and Social Care*. London, Jessica Kingsley Publishers.
- Sempik, J. 2010. Green care and mental health: gardening and farming as health and social care. *Mental Health and Social Inclusion* 14:3, 15–22.
- Sempik, J. & Hine, R. & Wilcox, D. (eds.) 2010. *Green Care: A Conceptual Framework, A Report of the Working Group on the Health Benefits of Green Care*. Loughborough, Centre for Child and Family Research, Loughborough University.
- Sibbet, D. 2010. *Visual meetings. How graphics, sticky notes & idea mapping can transform group productivity*. New Jersey, John Wiley & Sons, Inc. Hoboken.

- Sibbet, D. 2013. Visual leaders. New tools for visioning, management & organization change. New Jersey, John Wiley & Sons, Inc. Hoboken.
- Soini, K. & Vehmasto, E. 2014. Kohti suomalaista Green Care toimintatapaa. I verket E. Vehmasto (red.) Suomalaisen Green Care -toiminnan suuntaviivat. MTT Kasvu 20, 8–28. Hämtad 23.3.2016 <http://www.mtt.fi/mtt-kasvu/pdf/mttkasvu20.pdf>
- Soini, K. 2014. Green Care -toiminnan vaikuttavuuden arvioinnin lähtökohdat. I verket K. Soini (red.) Luonnosta hoivaa ja voimaa: Miten arvioida Green Care -toiminnan vaikuttavuutta. MTT Kasvu 21, 12–49. Hämtad 23.3.2016 <http://www.mtt.fi/mttkasvu/pdf/mttkasvu21.pdf>.
- Soini, K., Ilmarinen, K., Yli-Viikari, A. & Kirveennummi, A. 2011. Green care sosiaalisena innovaationa suomalaisessa palvelujärjestelmässä. Yhteiskuntapolitiikka 76:3, 320–331.
- Socialvårdslagen 30.12.2014/1301. Finlex. Hämtad 2.3.2016 <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20141301>
- Social- och hälsovårdsministeriet. 2012 Det nationella utvecklingsprogrammet för social- och hälsovården (KASTE) 2012–2015. Social- och hälsovårdsministeriets publikationer 2012:21. Tammerfors, Juvenes Print.
- Social- och hälsovårdsministeriet. 2014a. Välbefinnande innebär funktionsförmåga och delaktighet. Social- och hälsovårdsministeriets framtidsöversikt. Hämtad 2.5.2016 [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116799/URN\\_ISBN\\_978-952-00-3522-8.pdf?sequence=1](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116799/URN_ISBN_978-952-00-3522-8.pdf?sequence=1)
- Social- och hälsovårdsministeriet. 2014b. Slutrapport av arbetsgruppen för utredning av behovet att reformera lagstiftningen och servicesystemet inom socialvården som stöder arbetslivsdelaktighet. Social- och hälsovårdsministeriet. Rapporter och promemorior 2014:32. Hämtad 3.5.2016 <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116877/978-952-00-3524-2.pdf?sequence=1>.
- Särkelä-Kukko, M. 2014. Osallisuuden eriarvoisuus ja eriarvoistuminen. I verket: A. Jämsén & A. Pyykönen (red.) Osallisuuden jäljillä. Saarijärvi, Pohjois-Karjalan sosiaaliturvayhdistys, 34–49. Hämtad 7.5.2016 <http://www.jelli.fi/lataukset/2014/05/oSallisuuden-j%C3%A4ljill%C3%A4-verkko-versio-pakattuna-16052014.pdf>
- Institutet för hälsa och välfärd. 2016 Mitä toimintakyky on? Institutet för hälsa och välfärd. Hämtad 29.4.2016. <https://www.thl.fi/fi/web/toimintakyky/mita-toimintakyky-on>
- Thompson, W. C., Aspinall, P. & Montarzano, A. 2008. The childhood factor: Adult visits to green places and the significance of childhood. *Environment and Behavior* 40: 1, 111–143.
- Arbetshälsoinstitutet, Solmu-projektet. 2016 Hämtad 20.4.2016 <http://www.ttl.fi/fi/tutkimus/hankeet/tyoura/solmu/Sivut/default.aspx>
- Törmälehto, E. 2013. Hevostoiminnan terapeuttinen voima lasten ja nuorten ryhmissä. I verket: K. Ikäheimo (red.) Karvaterapiaa – Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsingfors, Solution Models House, 171–183.

- Utrikesministeriet. 2016 Agenda 2030 – de globala målen för hållbar utveckling Hämtad 2.5. 2016 <http://formin.finland.fi/Public/default.aspx?nodeid=49313&culture=fi-FI&contentlan=1>
- Ulrich, R. S. 1986. Human responses to vegetation and landscapes. *Landscape and Urban Planning* 13, 29–44.
- Vehmasto, E. 2014. Green Care -palvelutyypit Suomessa. I verket E. Vehmasto (red.) *Suomalaisen Green Care -toiminnan suuntaviivat*. MTT Kasvu 20. Hämtad 14.4.2016 <http://www.mtt.fi/mttkasvu/pdf/mttkasvu20.pdf>
- Whatley, E., Fortune, T. & Williams, A. E. 2015. Enabling occupational participation and social inclusion for people recovering from mental ill-health through community gardening. *Australian Occupational Therapy Journal* 62:6, 428–37.
- Wilson, E. O. 1993 *Biophilia and the Conservation Ethic*. I verket: S. Kellert & E. O. Wilson (red.) *Biophilia Hypothesis*. United States of America, Island Press, 31–41.

Naturens inverkan på människans välbefinnande är välkänd. Green Care-verksamhets sättet växer också kraftigt i Finland. I projektet Natur i livet! Funktionsförmåga och delaktighet genom naturbaserade metoder och tjänster (ESF) har man utvecklat en modell för naturunderstödd, delaktighetsstärkande rehabiliteringsverksamhet som tillämpar individcentrerat tänkande. Det nya rehabiliteringsparadigmet som man har beskrivit som ett underlag för modellen stärker för egen del utvecklingen av Green Care-metoden och etablering av den i rehabiliteringstjänsterna..

Den här publikationen presenterar modellen som utvecklats och rehabiliteringsparadigmet som ligger bakom den som en motivering för skapandet av modellen. Modellen beskrivs som en metod för social rehabilitering som tillämpar Green Care-verksamheten och som en arbetsform som stödjer klientpersonens målsättningar.

Publikationen är en av tre temapublikationer i projektet Natur i livet! Natur i rehabiliteringen. Den andra delen, Handbok för individcentrerad planering av naturbaserad verksamhet innehåller verktyg för applicering av modellen på rehabiliteringsverksamhet. Den tredje temapublikationen behandlar verksamhetsmodellerna för rehabilitering som utvecklats inom projektet Natur i livet!.



Elinkeino-, liikenne- ja  
ympäristökeskus

Vipuvoimaa  
EU:lta  
2014–2020



Euroopan unioni  
Euroopan sosiaalirahasto

**LAPIN AMK**<sup>7</sup>

Lapland University of Applied Sciences

[www.lapinamk.fi](http://www.lapinamk.fi)