

Luontoa elämään -hanke oppimisympäristönä

Leena Välimaa, KM, lehtori, Hyvinvointipalveluiden osaamisala, Lapin ammattikorkeakoulu

Asiasanat: oppiminen, integraatio, Green Care

Johdanto

Luontoa elämään! -hankkeen tavoitteena oli kehittää luontolähtöisiä menetelmiä ja palveluita osana sosiaalista kuntoutusta ja muuta osallisuutta vahvistavaa palvelua. Hankkeessa integroitiin opintoja monialaisesti eri koulutusohjelmissa vuosien 2015–2017 välisenä aikana. Opiskelijat saivat kokemusta hanketyöskentelystä, kehittivät verkostoitumisen taitoja sekä toteuttivat ja sovelsivat hankkeessa kehitettyjä menetelmiä työelämään. Kerron tässä artikkelissa opintojen integrointien toteutuksista ja kokemuksista.

Luontoa elämään -hankkeessa integrointia oli eniten hyvinvointialojen opintoihin. Hankkeeseen liittyviä opinnäytetöitä valmistui hyvinvointipalveluiden osaamisalalla hoitotyön koulutusohjelmassa sekä palvelualoilla liikunnan- ja vapaa-ajan koulutusohjelmassa. Kliinisten taitojen sekä mielenterveys-, kriisi ja päihdehoitotyön harjoitteluihin integroitiin kehittämistehtäviä hoitotyön opiskelijoille. Kesäopintoina toteutettiin kolme kertaa viiden opintopisteen laajuinen Yksilökeskeinen elämänsuunnittelu ja luontolähtöinen toiminta –opintopaketti. Myös ensi kesän kesäopinnoissa toteutetaan nämä opinnot. Vapaasti valittavina opintoina toteutettiin Kokemuksellisen osallisuuden tukeminen viiden opintopisteen laajuiset opinnot, johon oli mahdollisuus osallistua ympäri lukuvuoden. Hanke tarjosi oppimisympäristön myös liiketalouden koulutusohjelman tutkimusmenetelmien ja tutkimuskirjoittamisen viiden opintopisteen laajuiselle opintopakettiin yhdelle pienryhmälle kehittämistehtävän muodossa.

Kokemukset integraatioiden toteutuksista

Hankkeessa tuotetut **opinnäytetyöt** olivat pääsääntöisesti toiminnallisia, joissa kuvattiin erilaisia luontolähtöisiä tai eläinavusteisia menetelmiä ja niiden soveltamista eri-ikäisten asiakkaiden kuntoutuksessa ja toimintakyvyn edistämiseksi. Opinnäytetöitä valmistui Lapin ammattikorkeakoulun perustutkintoihin, ylempään AMK-tutkintoon sekä yksi sosiaalityön aineopintoihin liittynyt kandidaatin tutkielma Lapin yliopistoon. Lähtökohtana opinnäytetöissä oli opiskelijoiden oma harrastuneisuus, kiinnostus tai aikaisempi kokemus eläinavusteisesta tai luontolähtöisestä toiminnasta. Vahva kiinnostus aiheeseen ja sen vaikuttavuuteen asiakastyössä motivoi ja edesauttoi opiskelijoita kokeilemaan ja soveltamaan menetelmiä eri asiakasryhmille toiminnallisten opinnäytetöiden muodossa.

Lähes kaikissa opinnäytetöissä tuli esille asiakkaiden osallisuus ja heidän omista tarpeista lähtevä ammatillinen, vastuullinen ja tavoitteellinen Green Care -toiminta. Merkityksellisiä oppimiskokemuksia opiskelijoille olivat havainnot osallistujien toimintakyvyn lisääntymisestä ja osallisuuden vahvistumisesta. Menetelmiä voitiin hyödyntää erilaisen toimintakyvyn omaaville asiakkaille ja hyvin erilaisissa toimintaympäristöissä. Eläinavusteista ja luontolähtöistä toimintaa järjestettiin esimerkiksi päihdekuntoutujille (Leppiaho K. ja Riihimäki A., 2017), erityistä tukea tarvitseville nuorille (Jussila T., Lääkkö R. ja Tervo S-M., 2016) ja ikääntyneille palvelukodin asiakkaille (Hyyry L., 2017).

Lapin yliopistolle sosiaalityön aineopintoihin liittyvässä kandidaatin tutkielmassa, Green Care sosiaalisen kuntoutuksen mallina (Mouhi T., 2017), selvitettiin asiakkaan osallisuuden ja toimijuuden merkitystä. Green Care -toiminnassa asiakkaan mahdollisuus osallistua ja olla toimijana tarjoaa hänelle mahdollisuuden voimaantumisen ja valtaistumiseen kokemukseen. Green Care -toiminta tarjoaa usein eri tasoista tekemistä, joka madaltaa kynnystä osallistua. Tekeminen ja toiminta vahvistaa siten pystyvyyden tunnetta, joka taasen lisää voimaantumista. Aktiivinen toiminta luontolähtöisessä ympäristössä voi siirtyä myös toiseen toimintaympäristöön ja siten vahvistaa työ- ja toimintakykyä.

Hoitotyön opiskelijoiden ensimmäisen vuoden opintoihin sisältyy **kliinisten taitojen harjoittelu**, joka toteutetaan pääsääntöisesti ikääntyneiden hoitoyksiköissä. Tässä harjoittelussa opiskelijat toteuttivat aistielämys tuokion, joka liittyi luontoon, taiteeseen tai kulttuuriin yksittäiselle potilaalle tai potilasryhmälle. Tuokioon laadittiin tavoitteellinen suunnitelma hyödyntämällä näyttöön perustuvaa tietoa ja opiskelijat toteuttivat tuokion joko yksin tai pienryhmissä esimerkiksi

päivittäisten hoitotoimien yhteydessä. Tavoitteena oli, että käytetty menetelmä olisi helposti toteutettavissa hoitotyössä ja hoitotyön tekijät saisivat uudenlaisia aktivoivia ja toimintakykyä ylläpitäviä menetelmiä käyttöön ikääntyneiden hoitotyöhön.

Kokemukset tehtävistä olivat positiivisia ja kannustavia. Opiskelijat raportoivat asiakkaiden hyvän olon tunteen lisääntymisestä, virkistäytymisestä, monipuolisemmasta toimintakyvyn ilmenemisestä sekä eri persoonallisuuden piirteiden esiin tulemisesta toimintatuokiosta. Tehtävät esiteltiin harjoittelun päätyttyä seminaaripäivissä, jotta oppiminen erilaisista tuokiosta ja malleista ovat saavuttaisi mahdollisimman monia opiskelijoita.

Mielenterveys-, kriisi ja päihdehoitotyön harjoitteluun integroidun luontosuhdetehtävän tavoitteena oli ohjata potilasta sekä opiskelijaa tiedostamaan luonnon mielenterveyttä edistävä vaikutus ja sen hyödyntäminen osana hoito- ja kuntoutumisprosessia. Harjoittelussa opiskelijat ohjasivat yksittäiselle potilaalle, asiakkaalle tai ryhmälle luontosuhteeseen ja luontotoimintaan liittyvän tehtävän tai toiminnon. Tämän tehtävän tavoitteena oli, että ohjattavalla olisi mahdollisuus pohtia omaa luontosuhdetta ja sen merkitystä omalle hyvinvoinnille.

Luontosuhteen kuvaamisen apuna käytettiin mm. luontokokemusten kirjoittamista, voimauttavien luontokuvien ottamista ja päiväkirjan kirjoittamista. Opiskelijat järjestivät myös erilaisia luontosuhdetta tukevia tuokioita, kuten hiihto- tai kävelyretkiä luonnossa. Asiakkaiden kokemukset olivat pääsääntöisesti positiivisia, joskin luontoon saattoi liittyä myös ahdistavia ja kipeitäkin muistoja. Luonto koettiin usein rauhoittavana, läsnäolon mahdollistavana ja pienien ja kauniiden asioiden huomioimisena lähiympäristössä. Luonnossa oleminen auttoi myös viemään ajatuksia pois oireilusta ja sairauden miettimisestä.

Opiskelijoiden tiedolliset ja taidolliset valmiudet vahvistuivat luonnon tarjoamien mahdollisuuksien hyödyntämisessä hyvinvoinnin edistämisessä mielenterveys- ja päihdehoitotyössä. Opiskelijat raportoivat myös omien ohjaustaitojen kehittymisestä tehtävien suunnittelussa ja toteutuksessa.

Yksilökeskeinen elämänsuunnittelu ja luontolähtöinen toiminta opintojakson tavoitteena oli mm., että opiskelija omaksuu yksilökeskeisen elämänsuunnittelun ja luontolähtöisten menetelmien periaatteet sekä työtavat ja lisäksi hän osaa soveltaa oppimaansa, hankkia uutta tietoa sekä ideoida ja kehittää yhdessä toisten osallistujien kanssa menetelmien ja niihin liittyvien työtapojen soveltamista sosiaalisessa kuntoutuksessa ja luontotoiminnassa. Opintojaksolla opiskelijat osallistuivat kehittämistyöhön, jonka tavoitteena oli perehtyä Green Care -menetelmiin sekä soveltaa

yksilökeskeisen elämänsuunnittelun menetelmää luontotoiminnan valinnassa ja toteuttamisessa osana sosiaalista kuntoutusta (Lapin ammattikorkeakoulu).

Kehittämistehtäviä toteutettiin erilaisissa luontoympäristöissä eri-ikäisille ja erilaisen toimintakyvyn omaaville. Opiskelijat toteuttivat mm. kehitysvammaisille lapsille luontokerhoa, jossa oli eläin- ja puutarha-avusteista toimintaa sekä ikääntyneiden hoitoyksikössä saunavastojen tekemistä, muistojen aktivointia soveltamalla elämäntarinaa luontosuhteeseen liittyen. Opintojakson palautteiden mukaan opiskelijat kokivat yksilökeskeisen luontotoiminnan työvälineiden opiskelun hyödyllisenä ja soveltamiskokemukset erilaisten asiakasryhmien kanssa avartavina ja rohkaisevina.

Kokemuksellisen osallisuuden tukeminen opintojaksossa tavoitteena oli, että opiskelija ymmärtää osallisuuden kokemuksen rakentumisen periaatteet sekä teoriassa että käytännössä. Lisäksi opiskelijat osallistuivat kehittämistyöhön, jonka tavoitteena oli mm. perehtyä osallisuuden ilmiöön sekä luonnon merkitykseen ihmisen elämässä ja osallisuuden kokemuksessa. Tavoitteena oli myös, että opiskelijat saavat valmiuksia sekä oman että muiden ihmisten osallisuuden edistämiseen (Lapin ammattikorkeakoulu). Opiskelijoiden tekemiä osallisuushaastatteluja verrattiin osahankkeissa asiakkaille tehtyjen haastatteluiden tuloksiin.

Useiden opiskelijoiden näkökulma osallisuudesta ja luontosuhteesta monipuolistui. Haastatteluissa tuli esille selkeitä eroja osallisuuden ja luontoon suhtautumisen välillä. Tehtävä rohkaisi opiskelijoita huomioimaan osallisuutta ja sen edistämistä enemmän tulevassa työssä. Luonto nousi tehtävissä ihmisiä yhdistäväksi asiaksi ja luontokokemusten mahdollistaminen koettiin tärkeäksi myös niille, joilla ei ole itselle mahdollisuutta mennä luontoon esimerkiksi heikentyneen toimintakyvyn vuoksi.

Liiketalouden koulutusohjelman tradenomiopintoihin sisältyvän **Tutkimusmenetelmät ja tutkimuskirjoittaminen** -opintojakson tavoitteita oli mm., että opiskelija tuntee projektityöskentelyn työmenetelmiä sekä osaa toimia tutkimus- ja kehittämishankkeissa. Lisäksi tavoitteena oli tunnistaa työelämän ja ammattikorkeakoulun tutkimus- ja kehittämistoiminnan tarjoamat mahdollisuudet oppimisympäristöinä sekä ammattikorkeakoulun roolin aluekehittäjänä ja uuden tiedon ja osaamisen tuottajana (Lapin ammattikorkeakoulu).

Tradenomiopiskelijat tekivät kehittämistehtävän, jossa he perehtyivät ensiksi Green Care -toimintaan ja Luontoa elämään -hankkeeseen. Varsinaisessa tehtävässä opiskelijat selvittivät eläinten käyttöön liittyviä vastuu- ja vakuutusasioita, kun maatilan tai kotitalouden eläintä käytetään työparina hyvinvointipalveluissa Lapin ammattikorkeakoulun hallinnoimassa hanketoiminnassa. Tehtävänä oli

selvittää kysymyksiä, kuka vastaa eläimen aiheuttamasta vahingosta asiakkaalle, kuka vastaa asiakkaan aiheuttamasta vahingosta eläimelle tai tilallaan kuntoutuspalvelua tarjoavan yrittäjän muulle omaisuudelle tai ympäristölle. Yhteenvetoa hyödynnettiin osahankkeissa eläinavusteisessa työskentelyssä.

Yhteenvetoa

Luontoa elämään -hankkeessa opiskelijoilla oli mahdollisuus saada tietoa Green Care -toiminnasta ja perehtyä opintojen integroinnin kautta luontolähtöiseen ja eläinavusteiseen työskentelyyn. Opiskelijat pääsivät mukaan erilaisiin ja monipuolisiin oppimistilanteisiin hankkeen tarjoamissa oppimisympäristöissä. Opiskelijat kokivat mm. innovaatio- ja työyhteisö-, ohjaus- ja opetus-, asiakaslähtöisyys-, terveyden- ja toimintakyvyn- sekä näyttöön perustuva toiminta ja päätöksentekosaamisen kompetenssien vahvistuneen erityisesti opinnäytetyöprosessissa.

Tässä hankkeessa saatiin vahvaa näyttöä integraatioiden toimivuudesta ja kehittämishankkeiden toimivuudesta oppimisympäristönä eri alojen opiskelijoille. Integraatioiden toteutuminen edellytti suunnitelmallista ja toimivaa yhteistyötä eri koulutusohjelmien opettajien, opiskelijoiden ja hanketyöntekijöiden kanssa. Hankkeiden integrointia olisi hyvä konkretisoida mahdollisimman pitkälle jo hankesuunnittelun vaiheessa, jotta toteutukset voitaisiin suunnitella opetukseen riittävän ajoissa.

Lähteet

Hyry, L. 2017. Senioripuutarha. Luontokokemuksia palvelukeskuksen pihapiirin asukkaille Torniossa. Opinnäytetyö. Lapin ammattikorkeakoulu. Rovaniemi.

Jussila, T., Lääkkö, R. & Tervo, S-M. 2016. Luontofiilistä hakemassa. Luonnossa erityistä tukea tarvitseville nuorille järjestetyn sovelletun psykofyysisen fysioterapian vaikutukset toimintakykyyn. Opinnäytetyö. Lapin ammattikorkeakoulu. Rovaniemi.

Lapin ammattikorkeakoulu. Viitattu 10.4.2018.

https://soleops.lapinamk.fi/opsnet/disp/fi/ops_OpetTapTeks/tab/tab/sea?opettap_id=13343322&stack=push

Lapin ammattikorkeakoulu. Viitattu 10.4.2018.

https://soleops.lapinamk.fi/opsnet/disp/fi/ops_OpetTapTeks/tab/tab/sea?opettap_id=12975806&stack=push

Lapin ammattikorkeakoulu. Viitattu 12.4.2017.

https://soleops.lapinamk.fi/opsnet/disp/fi/ops_OpetTapTeks/tab/tab/sea?opettap_id=11411317&stack=push

Leppiaho, K. & Riihimäki, A. 2016. Mettähöivää hillapitäjässä. Opinnäytetyö. Lapin ammattikorkeakoulu. Rovaniemi.

Mouhi, T. 2017. Green Care sosiaalisen kuntoutuksen mallina. Kandidaatin tutkielma. Lapin yliopisto. Rovaniemi.