



Potilaiden kokemuksia Green Care -toiminnasta Vanhan Vaasan sairaalassa

Kirsi Perjus-Pukkila

Opinnäytetyö, ylempi AMK

Kesäkuu 2022

Terveys- ja hyvinvointialat

Monialainen kuntoutus

Perjus-Pukkila, Kirsi

Potilaiden kokemuksia Green Care -toiminnasta Vanhan Vaasan sairaalassa

Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Kesäkuu 2022, 54 sivua.

Terveys- ja hyvinvointialat. Monialaisen kuntoutuksen tutkinto-ohjelma. Opinnäytetyö, ylempi AMK.

Julkaisun kieli: suomi

Julkaisulupa avoimessa verkossa: kyllä

Tiivistelmä

Green Care on konsepti, joka perustuu kolmeen elementtiin: luonto, toiminta ja yhteisö. Ihmisten hyvinvointia, elämönhallintataitoja sekä aktiivisuutta pyritään edistämään luonto- ja eläinavusteisten menetelmien avulla. Toiminnan keskeisiä piirteitä ovat tavoitteellisuus, ammatillisuus sekä vastuullisuus. Luonto on tutkimusten mukaan voimaannuttava ja kuntouttava elementti mielenterveyshäiriöitä sairastavien ihmisten kuntouttamisessa.

Vanhan Vaasan sairaala on valtion mielisairaala, jossa hoidetaan oikeuspsykiatrisia sekä vaikeahoitoisia potilaita. Green Care -toiminta Vanhan Vaasan sairaalassa perustuu luontoympäristön ja eläinavusteisuuden hyödyntämiseen osana kuntouttavaa toimintaa. Tutkimuksen kohderyhmänä olivat kalastustoimintaan sekä lampaiden hoitamiseen osallistuneet potilaat.

Tutkimuksen tarkoituksena oli tuottaa tietoa potilaiden kokemuksista toiminnan kehittämistä varten. Tavoitteena oli kuvata oikeuspsykiatristen ja vaikeahoitoisten potilaiden kokemuksia Green Care -toiminnasta suhteessa hyvinvoinnin, mielekkyyden ja merkityksellisyyden kokemuksiin. Tutkimus toteutettiin laadullisena tutkimuksena. Aineisto kerättiin Green Care -toimintaan osallistuneita potilaita haastattelemalla. Menetelmänä käytettiin teemahaastattelua, jonka teemat liittyivät Green Care -toiminnan sisällön kuvaamiseen, merkittäviin hetkiin sekä toiminnan hyötyihin potilaan näkökulmasta. Aineiston analyysi toteutettiin aineistolähtöistä sisällönanalyysiä käyttäen.

Tutkimus osoitti, että potilaat kokivat Green Care -toiminnan mielekkäänä ja hyödyllisenä. Tutkimuksesta nousivat esiin elämönhallintatunteen vahvistuminen sekä merkityksellisen arjen kokemukset. Mielekäs toiminta lisäsi aktiivisuutta ja motivaatiota. Positiiviset kokemukset kohottivat mielialaa sekä lisäsivät itseluottamusta. Potilaille tärkeää olivat ohjaajien ja potilaiden välinen yhteistyösuhde sekä yhteenkuuluvuus muiden ryhmän jäsenten kanssa. Sairaala-alueen ulkopuolella järjestettävän toiminnan merkitys oli potilaille suuri. Luontoelementti koettiin rauhoittavana ja voimaannuttavana. Oikeuspsykiatristen potilaiden kokemuksia Green Care -toiminnasta ei ole aiemmin tutkittu. Tutkimus nosti esiin potilaiden kokemuksia toiminnasta hyvinvointia lisäävien ilmiöiden kautta. Tutkimuksen tuloksia voidaan hyödyntää Green Care -toiminnan sisällön ja laadun kehittämiseen Vanhan Vaasan sairaalassa.

Avainsanat (asiasanat)

Green Care, oikeuspsykiatria, hyvinvointi, kuntoutuminen

Muut tiedot (salassa pidettävät liitteet)

-

Perjus-Pukkila, Kirsi

Patients' experiences of Green Care activities at Vanha Vaasa hospital

Jyväskylä: JAMK University of Applied Sciences, June 2022, 54 pages.

Health Care and Social Services. Master's Degree Programme in Multidisciplinary Rehabilitation. Master's thesis.

Permission for open access publication: Yes

Language of publication: Finnish

Abstract

Green Care is a concept that is based on 3 elements: nature, activity and community. The goal is to enhance and increase people's wellbeing, self-management and activity by using nature and animal-assisted methods. Goal-orientation, professionalism and responsibility are essential characteristics for the activity. According to the previous studies nature is empowering and recuperating element in rehabilitating people with mental disorders.

Vanha Vaasa hospital is a maximum security hospital where forensic psychiatric patients and patients with challenging and violent behaviour are treated. Green Care activity is based on nature and animal-assisted treatment which is part of rehabilitating activity in Vanha Vaasa hospital. Target group for this study is patients who participated in fishing activity and taking care of lambs.

The purpose of this study was to produce information about experiences of patients to further develop and enforce Green Care activity in Vanha Vaasa hospital. The aim was to describe the experiences that forensic patients had about Green Care activities in relation to well-being, sense of purpose and meaningfulness. The study had a qualitative research approach. The data was collected from patients that took part in the activities by interviewing them. Thematic interviews were used as a method. Themes in the interviews were related to describing Green Care activity, meaningful moments and benefits of activity for patients. Analysis was carried out by using content analysis.

The study showed that the Green Care activity was experienced as meaningful and useful by the patients. The study showed that the activities improved the skills in coping with life, gave the patients meaningful experiences in everyday life and increased activity and motivation. Positive experiences increased positive mood and improved self-confidence. Collaboration between the mentors and the patients and connection with other group members was perceived important by the patients. Activity arranged outside the hospital area was very meaningful for the patients. Nature as an element was experienced as relaxing and empowering. Green Care experiences of forensic psychiatric patients have not been studied earlier. This study highlighted patients' experiences of factors that increase well-being. The results of this study can be used in developing Green Care activity content and quality in Vanha Vaasa hospital.

Keywords/tags (subjects)

Green Care, forensic psychiatry, well-being, rehabilitation

Miscellaneous (Confidential information)

-

Sisältö

1	Johdanto	3
2	Oikeuspsykiatrinen potilas ja vaikeahoitoinen potilas	4
3	Luontoelementti osana kuntoutumista	6
3.1	Green Care.....	7
3.2	Blue Care	9
3.3	Eläinavusteinen työskentely.....	10
3.4	Luontoelementin vaikutukset hyvinvointiin	12
4	Tutkimuksen tarkoitus ja tavoite	15
5	Tutkimuksen toteutus	16
5.1	Tutkimusmenetelmä	16
5.2	Aineiston keruu	17
5.3	Aineiston analyysi.....	20
5.4	Tutkimuksen eettisyys.....	24
6	Tutkimustulokset	27
6.1	Elämänhallinnantunteen vahvistuminen	28
6.1.1	Voimaantuminen	28
6.1.2	Selviytymiskeinojen oivaltaminen	30
6.1.3	Itseluottamuksen koheneminen.....	31
6.2	Merkityksellinen arki.....	32
6.2.1	Kontakti luontoelementtiin	33
6.2.2	Mielekäs toiminta	34
6.2.3	Yhteenkuuluvuus	35
7	Pohdinta	36
7.1	Tutkimuksen luotettavuus	36
7.2	Tulosten tarkastelu.....	38
7.3	Johtopäätökset.....	43
7.4	Jatkotutkimusehdotuksia	44
	Lähteet	45
	Liitteet	49
	Liite 1. Haastattelurunko.....	49
	Liite 2. Aineistonhallintasuunnitelma opinnäytetyössä.....	50
	Liite 3. Haastatteluun osallistuvan saatekirje	51
	Liite 4. Haastatteluun osallistuvan suostumuslomake	53

Liite 5. Rekisteriseloste.....	54
--------------------------------	----

Kuviot

Kuvio 1. Green Care -menetelmän lähtökohdat Green Care Finland ry:n mukaan (Mitä on Green Care? N.d.).....	8
Kuvio 2. Eläinavusteisen työskentelyn käsitteet Kahilaniemen (2016, 21) mukaan	11
Kuvio 3. Elämänlaadun muodostumisen ulottuvuudet (Hyvinvointi 2015.)	12
Kuvio 4. Luonto- ja eläinavusteisen toiminnan hyvinvointivaikutukset aikaisemmissa tutkimuksissa	13
Kuvio 5. Tutkimusaineiston keräämisen vaiheet	19
Kuvio 6. Aineiston analyysin vaiheet	21
Kuvio 7. Vanhan Vaasan sairaalan Green Care -toiminnan hyvinvointitekijät	27
Kuvio 8. Elämähallinnantunteen vahvistumisen ilmiöt	28
Kuvio 9. Voimaantumiseen vaikuttaneet tekijät	28
Kuvio 10. Selviytymiskeinojen oivaltamiseen liittyneet tekijät	30
Kuvio 11. Itseluottamuksen kohenemiseen vaikuttaneet kokemukset	31
Kuvio 12. Green Care -toiminnasta nousseet merkityksellisen arjen elementit	32
Kuvio 13. Kontaktin luontoelementtiin muodostaneet tekijät.....	33
Kuvio 14. Mielekkään toiminnan kokemusten muodostuminen.....	34
Kuvio 15. Yhteenkuuluvuuden muodostuminen Green Care -toiminnassa	35

Taulukot

Taulukko 1. Esimerkki tutkimusaineiston pelkistettyjen ilmaisujen muodostamisesta.....	22
Taulukko 2. Esimerkki tutkimusaineiston klusteroinnista eli ryhmittelystä	23
Taulukko 3. Esimerkki aineiston abstrahointivaiheen etenemisestä alaluokista yhdistäväksi luokaksi	24

1 Johdanto

Green Care on kansainvälinen konsepti, jossa luonto- ja eläinavusteisilla menetelmillä pyritään edistämään ihmisten hyvinvointia. Aikaisempien tutkimustulosten mukaan Green Care -toiminnalla on positiivisia seurauksia ihmisten mielenterveyteen, fyysiseen aktiivisuuteen, merkityksellisyden kokemuksiin sekä sosiaalisten suhteiden vahvistumiseen. Green Care -toiminta voi lisätä elämänhallintataitoja, hyvinvoinnin ja merkityksellisyden kokemuksia. Siihen voi liittyä uudenlaista asennoitumista ympäristöön ja itseensä, vuorokausirytmien hallintaa ja fyysisen terveyden lisääntymistä. Merkittävänä on myös koettu yhteys luontoon ja eläinten kanssa saavutettu luottamus. (Steigen, Kogstad & Hummelvoll 2016, 693, 709–711.)

Vanhan Vaasan sairaala on valtion mielisairaala, jossa tehdään mielentilatutkimuksia ja hoidetaan aikuisia oikeuspsykiatrisia sekä vaikeahoitoisia potilaita. Vanhan Vaasan sairaala on Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen alainen virasto, joka tuottaa oikeuspsykiatrisia erityistason palveluita. (Valtion sosiaali- ja terveydenhuollon erityispalvelut 2018.) Vanhan Vaasan sairaalassa on viime vuosina kehitetty toiminnallisen kuntoutuksen palveluita tarjoamalla potilaille Green Care -toimintaa. Green Care -toiminta on luonto- ja eläinavusteisuuden hyödyntämistä osana kuntouttavaa toimintaa. Green Care toiminnan laatu Vanhan Vaasan sairaalassa koostuu tavoitteellisuudesta, ammatillisuudesta sekä vastuullisuudesta. Green Care -toiminnan tarjoamat hyvinvointivaikutukset potilaille muodostuvat toiminnan, luonnon ja eläinten sekä yhteisön ja osallisuuden kautta. Toiminnan kehittämiseksi on asetettu tavoite arvioida toiminnan hyötyä potilaille. (Kallio-Eerikäinen & Kiuru 2018.) Toiminnan yksilöllisenä tavoitteena eri potilaiden kohdalla voivat olla mm. psykoosioireiden hallinta, toiminnallisuuden ylläpitäminen, osallisuuden lisääntyminen, mielekäs toiminta tai sosiaalisten tilanteiden harjoittelu.

Tämä opinnäytetyö on tutkimus, joka on käsittelee potilaiden kokemuksia Green Care -toiminnasta Vanhan Vaasan sairaalassa. Tämän tutkimuksen kohteena on olleet oikeuspsykiatristen ja vaikeahoitoisten potilaiden kokemukset Green Care -toiminnan vaikutuksista hyvinvointiin. Tutkimus vastaa toiminnalle asetettuun kehittämistarpeeseen seurausten arvioinnin osalta. Tutkimuksen tulokset lisäävät potilaan kokemukseen perustuvaa ymmärrystä ja tietoa toiminnan merkityksistä potilaille. Opinnäytetyöstä saatua tietoa ja tuloksia voidaan jatkossa hyödyntää nykyisen Green Care -toiminnan kehittämiseen ja uusien toimintamuotojen suunnitteluun.

2 Oikeuspsykiatrinen potilas ja vaikeahoitoinen potilas

Vanhan Vaasan Sairaalassa potilaat ovat hoidossa tahdosta riippumatta. Henkilö voidaan määrätä hoitoon tahdosta riippumatta vain, jos hänellä on diagnosoitu mielisairaus, hoitoon toimittamatta jättäminen vaarantaisi henkilön oman tai ympäristön turvallisuuden tai terveyden ja jos muut mielenterveyspalvelut eivät riitä potilaan hoitamiseen (Mielenterveyslaki 1116/1990, 8§). Potilaan itsemääräämisoikeutta ja muita perusoikeuksia voidaan rajoittaa vain sellaisissa tilanteissa, kun potilaan tai jonkun muun turvallisuus tai potilaan hoito ovat uhattuina. (Mielenterveyslaki 1116/1990, 22a§).

Henkilö, joka on ollut epäiltynä, syytettynä tai tuomittuna rikoksesta, voidaan tuomioistuimen päätöksellä määrätä mielentilatutkimukseen. Mielentilatutkimuksessa selvitetään henkilön syyntakeisuus rikoksen tekohetkellä sekä mahdollinen hoidon tarve. (Mielentilatutkimukset 2019.) Oikeuspsykiatrinen potilas on ollut rikoksen tapahtuessa syyntakeeton eikä häntä silloin tuomita rangaistukseen, vaan ohjataan saamaan tarvitsemaansa psykiatrinen hoitoa. Oikeuspsykiatrisen potilaan hoito sairaalassa alkaa Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen päätöksellä, mikäli tahdosta riippumattoman hoidon edellytykset täyttyvät. Päätös on voimassa 6 kuukautta. Tämän jälkeen hoidon tarve arvioidaan kuuden kuukauden jaksoissa. (Mielenterveyslaki 1116/1990, 17§.)

Valtion mielisairaalassa hoidettavien vaikeahoitoisten potilaiden hoitaminen on erityisen vaarallista tai vaikeaa eikä heidän hoitonsa ole sairaanhoitopiirien sairaaloissa tarkoituksenmukaista. (Mielenterveyslaki 1116/1990, 6§.) Tämä tarkoittaa sitä, että potilas on sairautensa vuoksi niin väkivaltainen, että erityissairaanhoidon yksiköiden resurssit eivät ole riittävät potilaan tarpeisiin nähden.

Potilaan hoitoaika sairaalassa on ollut vuonna 2020 keskimäärin kahdeksan vuotta. Potilaista vähän reilu puolet on oikeuspsykiatrisia potilaita ja vähän vajaa puolet on vaikeahoitoisia potilaita. Vuonna 2020 naisia oli oikeuspsykiatrisista potilaista 13 % ja vaikeahoitoisista 29,4 %. (Toimintakertomus 2020, 3–5, 12.) Pääasiallisin diagnoosi potilailla on skitsofrenia. Sen lisäksi yleisiä ovat muut psykoosisairaudet, persoonallisuushäiriöt ja päihderiippuvuus.

Oikeuspsykiatrisessa sairaalassa eläminen eristää potilasta sairaalan ulkopuoliseen tavanomaiseen elämään liittyvistä asioista ja ihmissuhteista (Olausson, Danielson, Berglund Johansson & Wijk 2019, 521). Monilla potilailla esiintyy sairaudentunnottomuutta. Psykiatrisen sairauden hyväksyminen voi olla vaikeaa ja huono vointi voi lisätä epärealistista ajattelua. (Askola, Nikkonen, Paavilainen, Soininen, Putkonen & Louheranta 2016, 67.) Hoitoon liittyy potilaan näkökulmasta epävarmuus. Rajattu hoitoympäristö, tietämättömyys hoidon pituudesta tai siitä, mitä tulee tapahtumaan, heikentävät normaalin elämän kokemusta ja lisäävät turhautumista. (Olausson ym. 2019, 522; Marklund, Wahlroos, Ejneborn Looi & Garbrielsson 2020, 239.)

Potilaille mieleenpainuvaa ovat erilaiset rajoittavat toimet. Ne voivat herättää potilaissa huolta, pelkoa tai tunteen vähättelyä, rankaisemisesta, nöyryyttämisestä, hoitohenkilöstön piittaamattomuudesta tai kontrollin menettämisestä. (Askola ym. 2016, 67; Haw, Stubbs, Bickle & Stewart 2011, 580.) Ohitetuksi tulemisen kokemus, vaikutusvallan puute oman hoidon suhteen, asioiden hidas eteneminen ja haaveet normaalista elämästä voivat lisätä potilaan toivottomuutta ja kunnioituksen puutetta hoitohenkilökuntaa kohtaan. Potilaat voivat kokea sairaalassa vietetyn ajan elämän hukkaan heittämisenä ja ajan haaskaamisena. (Marklund ym. 2020, 238; Olausson ym. 2019, 520–521.) Myös syytteenalaisen teon käsitteleminen on potilaalle haastavaa. Se voi lisätä aluksi toivottomuutta ja syyllisyyttä. Hoitajan asenne ja rohkaisu ovat tärkeitä. (Askola ym. 2016, 68.)

Suljetussa hoitoympäristössä potilaille on tärkeää pyrkimys normaaliin elämään. Tärkeänä osana siihen liittyvät yhteenkuuluvuus ja identiteetti. (Olausson ym. 2019, 520–521.) Potilasnäkökulmasta terveyttä edistävät sosiaalinen yhteenkuuluvuus, osallisuus, luonnossa oleminen sekä läheistä muodostuva turvaverkko (Marklund ym. 2020, 238). Hoidon edetessä potilaiden toiveikkaus, tyytyväisyys, motivaatio ja vastuunotto omaa sairautta kohtaan yleensä lisääntyvät (Askola ym. 2016, 69–70). Hyvän hoidon perusta potilasnäkökulmasta muodostuu hoitohenkilökunnan tuesta, luottamuksesta, luotettavuudesta ja toiveikkuudesta sekä samanarvoisesta, inhimillisestä ja läsnä olevasta kohtelusta (Askola ym. 2016, 69; Marklund ym. 2020, 238). Potilailla voi olla ikäviä kokemuksia hoidostaan, esimerkiksi liittyen potilaan rajoittamiseen. Kokemukset voivat luoda erilaisia asenteita ja ennako-oletuksia. Tällaiset kokemukset voivat heijastua potilaan motivoitumiseen ja mielekkäiden hetkien kokemuksiin.

3 Luontoelementti osana kuntoutumista

Kuntoutumisen tavoitteena on toimintakyvyn lisääntyminen. Kuntoutuminen edellyttää kuntoutujan omaa aktiivisuutta ja motivaatiota. Kuntoutuminen lähtee kuntoutujan omista valmiuksista, tarpeista, tavoitteista sekä myönteisestä asenteesta. (Koukkari 2010, 205; Kuntoutuksen uudistamiskomitea 2017, 35.) Rissanen (2015, 73) toteaa, että mielenterveysdiagnosi voi aiheuttaa potilaalle tunteen muuttumisesta toiseksi ihmiseksi ja vahvistaa potilaan identiteettiä. Kuntoutumisprosessin edellytyksenä on Rissanen mukaan siirtyminen potilaan identiteetistä kuntoutujan identiteettiin oma-aloitteisesti. (Rissanen 2015, 90–91.) Luontolähtöisen toiminnan tulee olla oikea-aikaista, jotta kuntoutuja jaksaa osallistua, on motivoitunut ja vastaanottavainen (Sahlin, Matuszczuk, Ahlborg & Grahn 2012, 14).

Luonto tarjoaa ihmisille merkityksiä ja hyvinvointivaikutuksia. Luontoelementti rentouttaa, elvyttää, voimaannuttaa ja kuntouttaa. Luontoelementin käyttö osana kuntouttavaa toimintaa on lisääntynyt viime vuosina. (Luonto hyvinvoinnin lähteenä 2013, 3; Sahlin ym. 2012, 9; Salonen & Törnroos 2019, 5; Soini 2014, 7.) Mielenterveysongelmista kärsivien ihmisten hoidossa ja kuntoutuksessa käytetään apuna luontoelementtiä ympäri maailman. Euroopassa toiminnasta käytetään käsitettä Green Care. (Granerud & Eriksson 2014, 317–318.) Suomessa Green Care -käsitettä on käytetty vuodesta 2006 eteenpäin (Soini 2014, 7).

Kaplan ja Kaplan (1989, 179) sekä Kaplan (2001, 481) ovat määritelleet tarkkaavuuden elpymisen teorian (ART= Attention restoration theory) niin, että tahdonalainen tarkkaavuus on avaintekijä henkisesti kuormittuneen ihmisen levottomuuteen ja keskittymiskyvyn puutteeseen. Meluisa ympäristö heikentää tahdonalaista tarkkaavuutta. Ihminen tarvitsee lepoa, mutta uni ei ole siihen yksin riittävää. Ylikuormittunut ihminen tarvitsee ympäristön, joka vahvistaa mielen hyvinvointia. Tahdonalaisen tarkkaavuuden palautumiseen auttaa luontoympäristö sen voimakkaiden ja vahvistavien vaikutusten ansiosta. (Kaplan & Kaplan, 1989, 6, 182 & Kaplan 2001, 482.)

Tarkkaavuuden elpymisen teorian mukaan luontokontekstin 4 ominaisuutta edistävät tavoitetta tarkkaavuuden elpymiseen. Nämä ominaisuudet ovat arjesta irtautuminen, lumoutuminen, ulottuvuus, sekä soveltuvuus. Arjesta irtautuminen tarkoittaa ympäristöä, jossa ihminen pääsee eroon velvollisuuksista ja rasitteista. Lumoutuminen luontokontekstiin herättää ihmisen tahattoman

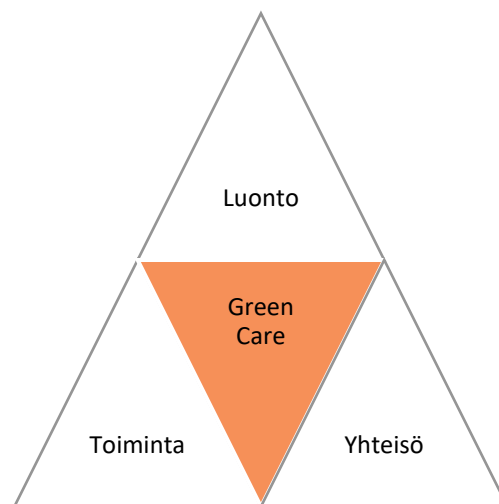
huomion ja mahdollistaa levon tahdonalaiselle tarkkaavuudelle. Lumoutumisen voi herättää esimerkiksi maisema, kasvuprosessi, saalistava eläin tai tunne selviytymisestä luontokontekstissa. Lumoutuminen voi olla maltillista tai niin vaikuttavaa, ettei samanaikaisesti pysty ajattelemaan mitään muuta. Ulottuvuudessa pitää olla nähtävää ja koettavaa, jotta siitä muodostuisi toisen ulottuvuuden kokemus ja tunne olla osa jotain suurempaa. Ympäristön ei tarvitse olla suuri ulottuvuuden kokemukseen, vaan myös pienet puutarhat polkuineen voivat täyttää ulottuvuuden kokemuksen. Soveltuvuus on ihmisen sopeutumista kiinnostavaan luontoympäristöön ja vuoropuhelua ihmisen tarpeiden ja luonnon välillä. (Kaplan & Kaplan, 1989, 184–194; Kaplan 1995, 172–174; Kaplan 2001, 482.) Luontoympäristön vaikuttavuutta mielen hyvinvointiin lisäävät ajatusten selkiytyminen, toiminta, tapahtumapaikka ja kesto (Kaplan & Kaplan, 1989, 196–197).

Vanhan Vaasan sairaalassa on tarjolla monipuolisesti toiminnallista kuntoutusta. Toiminnallinen kuntoutus on osa potilaan kokonaisuhoitoa ja sen tarkoituksena on tukea potilaan kuntoutumista, toimintakykyä ja voimavaroja (Tiitinen 2015, 38). Kuntoutusnäkökulma on voimavaroja vahvistavaa kasvatuksellista ohjausta, mutta työssä otetaan huomioon myös hoidollinen näkökulma (Kallio-Eerikäinen 2019, 1). Vanhan Vaasan sairaalalla on pitkä historia luontoelementin käyttämisestä osana kuntoutusta. Sairaalassa on ollut vuosikymmeniä sitten maanviljelyä, kotieläimiä ja omavaraistaloutta. Green Care -toimintaa Vanhan Vaasan sairaalassa järjestävät toimintaterapeutit, kuntouttavan työtoiminnan työntekijät sekä liikunnanohjaajat. Tässä tutkimuksessa käytetään termiä ohjaaja kuvaamaan työntekijää, joka ohjaa Green Care -toimintaa Vanhan Vaasan sairaalassa.

3.1 Green Care

Green Care on ammatillista toimintaa luonto- ja maaseutuymäristössä. Luonto on tapahtumapaikka tai väline asetettujen tavoitteiden saavuttamiseen sekä ihmisten hyvinvoinnin edistämiseen. (Mitä on Green Care? N.d.; Luonto hyvinvoinnin lähteenä 2013, 2–3.) Luontokokemus muodostuu elävien luonnon elementtien ja niihin liittyvien kokemusten kautta. Eläviä luonnon elementtejä ovat eläimet, maisemat sekä kasvit. Kokemus luontoelementtiin muodostuu läsnäolosta, tilantunnusta, yhteydestä ja huolenpidosta. (Salonen & Törnroos 2019, 9–10.) Toiminta aktivoi, antaa kokemuksia ja luo yhteyden ihmisen ja ympäristön välille. Yhteisön vuorovaikutus lisää osallisuutta ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. (Luonto hyvinvoinnin lähteenä 2013, 3.)

Green Care -toiminnan menetelmät ovat monipuoliset. Ne voivat olla terapeuttisia, pedagogisia, kuntouttavia tai seikkailullisia. Yhteistä kaikille Green Care -menetelmille ovat luontoelementin, toiminnan ja yhteisöllisyyden muodostamat luontokokemukset (kuvio 1). (Luonto hyvinvoinnin lähteenä 2013, 4.) Green Care jakautuu luontohoivan ja luontovoiman palveluihin. Luontohoivaan kuuluvat erilaiset hoivan, kuntoutuksen ja sosiaalityön palvelut. Luontohoivaan kuuluvat palvelut ovat julkisen sektorin järjestämisvastuulla. Luontohoivan puolella korostuvat sote-alan koulutus sekä toimintaa ohjaavat säädökset. Luontovoimaan kuuluvat kasvatukseen, harrastuksiin ja matkailuun liittyvät hyvinvointipalvelut. Luontovoiman palvelut eivät kuulu julkisen sektorin järjestämisvastuulle. (Mts. 6.) Green Care -toiminta perustuu tavoitteellisuuteen, ammatillisuuteen ja vastuullisuuteen. Toiminnan tavoitteet ja ammatillisuus määräytyvät palvelu- ja asiakaskohtaisesti eri palveluntuottajilla. Palveluntuottaja on vastuussa toimintansa vaikutuksista ympäristöön ja ihmisiin. (Mitä on Green Care? N.d.; Luonto hyvinvoinnin lähteenä 2013, 8.) Green Care Finland ry myöntää Luontohoivan ja Luontovoiman palveluihin laatumerkkejä. (Hautamäki, Ramadan & Vilhunen 2021, 16.)



Kuvio 1. Green Care -menetelmän lähtökohdat Green Care Finland ry:n mukaan (Mitä on Green Care? N.d.)

Green Care -toimintaa käytetään asiakkaille ja kuntoutujille vuorovaikutussuhteen luomiseen, aktivoimiseen, voimaantumiseen, fyysisten ja psykososiaalisten taitojen kartuttamiseen sekä toiminnallisuuden, motivaation ja yhteisöllisyyden lisäämiseen. (Mitä on Green Care? N.d.) Luontokokemuksen ominaisuudet ja kokemusten laatu määrittelevät, millainen kokemus osallistujalle

muodostuu ympäristösuhteeseen. Luonnon hyvinvointivaikutukset koostuvat myönteisistä vaikutuksista sekä psyykkisestä prosessoinnista. Luonnossa liikkumista ja luontoelementtejä sisältävät ammattimaisesti ohjatut luontointerventiot ovat monipuolisia ja voivat vaikuttaa vointiin positiivisesti. (Salonen & Törnroos 2019, 9–10, 14.)

Nykyinen Green Care -toiminta Vanhan Vaasan sairaalassa on luontoympäristön ja eläinavusteisuuden hyödyntämistä kuntouttavassa toiminnassa. Se on suunnitelmallista, tavoitteellista ja dokumentoitua toimintaa. Toimintaan kuuluvat kesälampaat, koira-avusteinen toiminta, metsänhoito, patikointiretket, pienimuotoinen puutarhatoiminta ja Blue Care -kalastustoiminta saaristossa sekä rannikkoalueilla. Kuntouttavassa työtoiminnassa potilaat ja työnhajaajat hoitavat sairaala-aluetta vuodenajan mukaisin työtehtävin (kuten lumityöt, hiekoitus, haravointi, ruohonleikkuu). Isompia kuntouttavan työtoiminnan yhteisiä projekteja ovat olleet kuntoradan kunnostaminen, lammasaitauksen rakentaminen sekä hirsilaavun rakentaminen sairaalan alueelle.

3.2 Blue Care

Vesi on aina ollut ihmisille virkistävä ja esteettinen elementti. Vesiympäristöt tarjoavat mahdollisuuksia edistää fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia ja parantaa elämänlaatua. Sinisiin hyvinvointipalveluihin (blue wellbeing) kuuluvat arjen toiminta, virkistys- ja matkailutoiminta, ope- tusta tukevat palvelut sekä hoiva ja kuntoutus (Blue Care). Vesiympäristöjen vaikutuksia ihmisten hyvinvointiin on tutkittu vähemmän kuin luontoympäristöjen vaikutuksia. Vesielementtiin liittyvät emotionaalinen sekä esteettinen kokemus, joka koetaan kuulo-, tunto- ja liikeaisteilla. Veden eri muodot, vuoden kierto sekä valo tekevät vesielementin kokemuksesta monipuolisen. (Eskelinen, Smeds, Soini, Tuohimetsä & Vehmasto 2018, 5–9.)

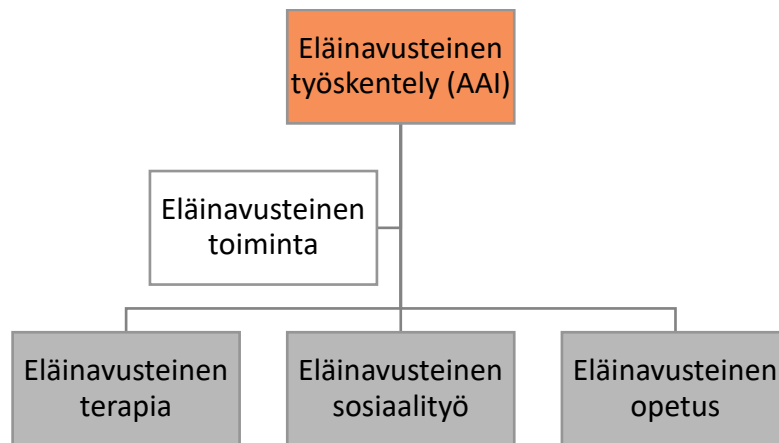
Blue Care on käsitteenä uusi ja sitä voidaan käyttää Green Care -termin rinnasteisena muotona vesiympäristöissä tapahtuvaan luontolähtöiseen hyvinvointitoimintaan. Blue Care -toimintaa ovat vesiympäristössä tapahtuvat hoiva- ja kuntoutuspalvelut sote-sektorilla. (Eskelinen ym. 2018, 3–6.) Toiminnalla pyritään ylläpitämään, edistämään ja tukemaan terveyttä, toimintakykyä sekä arjen taitojen hallintaa. Blue Care -toimintaan kuuluvat mm. vesistöjen äärellä tapahtuva luontoliikunta, kalastus, uinti, erätoiminta ja lintubongaus. (Mts. 22–23.)

Vanhan Vaasan sairaalassa Blue Care -toiminta painottuu rannikko- ja saaristoalueille retkeily- ja kalastustoiminnan muodossa. Potilaille järjestetään virkistysretkiä Vaasan saaristoon ja ne ovat suosittuja potilaiden keskuudessa. Kalastusretket ovat ryhmämuotoista toimintaa. Ryhmän koko ja ohjaajien määrä vaihtelevat. Viime vuosina on järjestetty kerran vuodessa myös yksi isompi kahdena päivänä toteutettu retki, johon osallistuu halukkaita koko toiminnallisen kuntoutuksen alueelta sekä suljetuilta osastoilta. Ryhmätoimintaan kuuluu oleellisesti yhdessäolo, luontoympäristöstä nauttiminen, kalastus, nuotiolla istuminen ja eväiden syönte. Retkikohteen mukaan potilailla on mahdollisuus myös saunaan ja uida. Kalastaminen tapahtuu valvotusti ja ohjatusti rannalta tai veneestä.

Tässä tutkimuksessa käytetään jatkossa termiä Green Care, vaikka tutkimuksen kohderyhmään kuuluu myös Blue Care -kalastustoiminta. Tutkimusasetelman ja aineiston koon kannalta ei ole perusteltua lähteä erottelemaan eri toimintamuotoja.

3.3 Eläinavusteinen työskentely

Eläinavusteinen työskentely (animal-assisted Intervention AAI) on eläimen hyödyntämistä osana kuntoutusprosessia. Eläinavusteinen työskentely voidaan jakaa eläinavusteiseen terapiaan, eläinavusteiseen sosiaalityöhön sekä eläinavusteiseen opetukseen (kuvio 2). Näistä kaikista toiminnan osa-alueista vastaavat ammattilaiset. Eläinavusteinen toiminta (esim. kaverikoira-toiminta) kuuluu eläinavusteisen työskentelyn kategoriaan, vaikka se perustuu vapaaehtoistoimijoihin. (Kahilaniemi 2016, 17, 21.) Eläinavusteinen työskentely on osa Green Care -toimintaa. Eläinavusteisia interventioita toteuttavat tahot vapaaehtoisista ammattilaisiin. Ammattilaisten järjestämä eläinavusteinen työskentely on tavoitteellista toimintaa ihmisen hyvinvoinnin ja motivaation edistämiseksi. Ammatillisissa interventioissa olennaisia ovat asiakkaan tarpeen arviointi, tavoitteiden asettaminen ja toiminnan dokumentointi. (Hautamäki, Ramadan & Vilhunen 2021, 10–16.)



Kuvio 2. Eläinavusteisen työskentelyn käsitteet Kahilaniemen (2016, 21) mukaan

Eläinavusteisen työskentelyn tavoitteena on lisätä ihmisen hyvinvointia, henkilökohtaista kasvua sekä vuorovaikutuksellisuutta. Eläinavusteisia menetelmiä ovat erilaiset aktiviteetit ja harjoitteet. (Hautamäki ym. 2021, 6–8.) Eläinavusteisella työskentelyllä pyritään tukemaan asiakkaan fyysistä, psyykkistä ja kognitiivista toimintakykyä sekä lisäämään vuorovaikutustaitoja ja sosiaalista käyttäytymistä (Kahilaniemi 2016, 21). Eläinavusteisessa työskentelyssä asiakkaan tarpeet määrittävät toiminnan menetelmän. Eläimen rooli työskentelyssä on moninainen. Eläin voi olla työpari tai välittäjä, joka rakentaa vuorovaikutussuhdetta ammattilaisen ja asiakkaan välille. Eläin voi olla myös kuuntelija, jolle puhuminen on helpompaa ja se ei tuomitse ihmistä sanojen mukaan. (Hautamäki ym. 2021,19.)

Ohjaajan tehtävänä eläinavusteisessa työskentelyssä on tukea eläimen ja asiakkaan välistä vuorovaikutusta. Eläimen ja ihmisen välisessä yhteydessä on merkittävää molemminpuolinen kiintymys, luottamus ja vapaaehtoisuus. (Hautamäki ym. 2021, 23, 28.) Eläinavusteisessa työskentelyssä eläimet ovat tärkeitä yhteistyökumppaneita ja niiden hyvinvoinnista sekä on huolehdittava eläinsuojelulakia noudattaen. Interventioissa voidaan käyttää erilaisia eläimiä, suosituimpia ovat kuitenkin koirat, kissat sekä muut maatilan eläimet (hevoset, lampaat, kanat, puput). Eläinavusteista työtä tekevän ammattilaisen tulee omata riittävä tietotaito kouluttaa ja hoitaa eläimiä. Työskentelyssä toimivien eläinten tulee olla soveltuvia toimintaan. (Granerud & Eriksson 2014, 323; Green Care -toiminnan eettiset ohjeet 2012; Hautamäki ym. 2021, 11, 45)

Vanhan Vaasan sairaalassa eläinavusteista työskentelyä ovat kesälampaiden hoito sekä toimintaterapeutin toteuttama koira-avusteinen toimintaterapia. Kesälampaiden hoito Vanhan Vaasan sairaalassa alkoi vuonna 2017. Ensimmäisenä kesänä lampaita oli neljä, toisena ja kolmantena vuonna kuusi, neljäntenä kahdeksan ja viidentenä kesänä seitsemän. Vuonna 2020 lampaiden hoitoon tilastoitiin 212 käyntiä ja siihen osallistui jopa 64 potilasta (Toimintakertomus 2020,18). Lampaat ovat olleet mahdollisuuksien mukaan pitkälti samat. Lammasaitaus on rakennettu kävelypihojen sivuun, jotta suljettujen osastojen potilailla on myös mahdollisuus seurata lampaita kävelypihassa ulkoillessaan. Lampaidenhoito voi olla sekä yksilökuntoutusta, että ryhmätoimintaa. Lampaiden hoitoon kuuluu ruokkiminen ja ruokintapisteen siivoaminen. Toiminnassa olennaista on vuorovaikutustilanteet lampaiden kanssa, kuten silittely ja kädestä syöttäminen. Lampaita on myös otettu suljettuihin kävelypihoihin, jolloin potilaat, joiden liikkumista on rajattu, pääsevät myös ruokkimaan ja silittämään lampaita. Talviaikana sairaalasta järjestetään retkiä lampolaan tuttuja lampaita katsomaan.

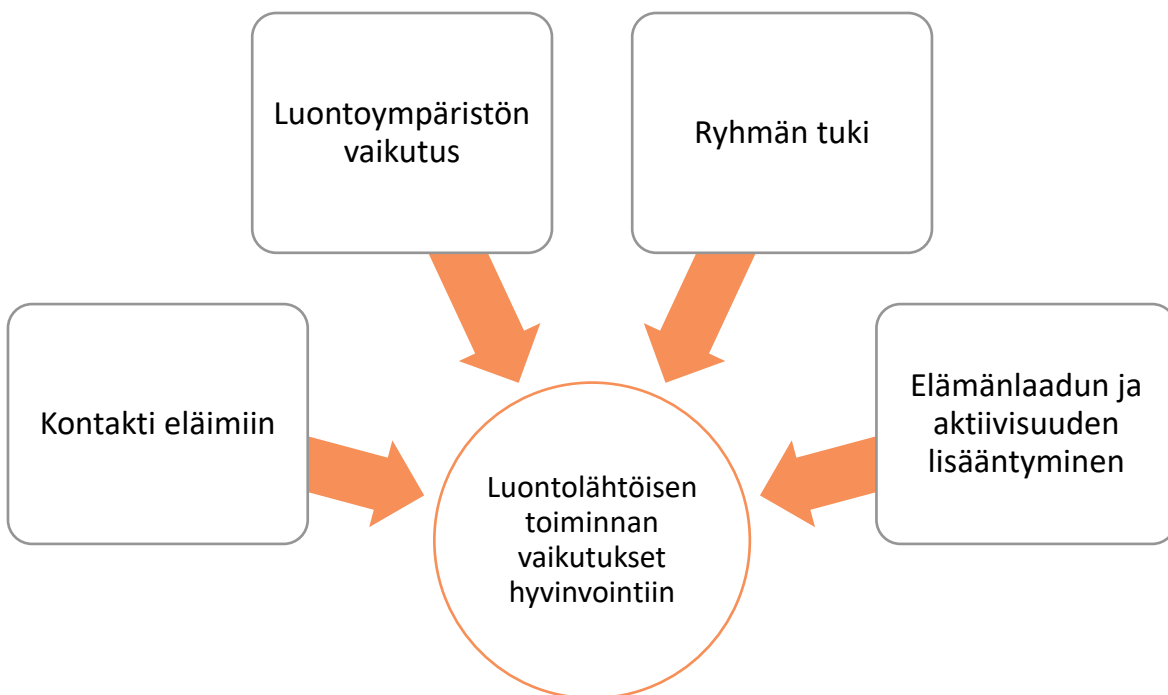
3.4 Luontoelementin vaikutukset hyvinvointiin

Hyvinvointi koostuu terveydestä sekä materiaalisesta ja koetusta hyvinvoinnista. Siihen liittyvät mm. sosiaaliset suhteet, onnellisuus ja itsensä toteuttaminen. Koetun hyvinvoinnin mittarina voidaan pitää elämänlaatua. Elämänlaadun määrittävät yksilön kokemukset ja odotukset hyvästä elämästä (kuvio 3). (Hyvinvointi 2015.) Yli-Viikarin ja Liljan (2016, 75) mukaan Seligman (2008) määrittelee kyvyn löytää merkityksellisiä asioita arjesta tärkeäksi tekijäksi hyvinvoinnin kokemuksen kannalta. Merkitykselliset arjen hetket tekevät elämästä mielekkäämmän, kun yksilö osaa pysähtyä niiden äärelle (Yli-Viikari & Lilja 2016, 77). Oikeuspsykiatrisilla ja vaikeahoitoisilla potilailla mielekkyyden ja merkityksellisyyden hetket voivat olla vaikeampia saavuttaa jo psyykkisen sairauden aiheuttamien erilaisten haasteiden vuoksi, mutta erityisesti hoito tahdosta riippumatta ja siihen liittyvät rajoitukset luovat haasteellisen näkökulman lähestyä hyvinvointikokemuksia.



Kuvio 3. Elämänlaadun muodostumisen ulottuvuudet (Hyvinvointi 2015.)

Green Care -toiminnan vaikutuksista ja vaikuttavuudesta ihmisten hyvinvointiin ollaan hyvin kiinnostuneita. Tutkimuksissa tarkastellaan, mitkä ovat vaikutukset yksilöön ja millaisia ovat toiminnan yhteiskunnalliset vaikutukset. Hyvinvointitutkimuksia luontoelementtien käytöstä on tehty kansainvälisesti paljon ja monialaisesti. (Soini 2014, 7.) Aiemmissa tutkimuksissa saadut tulokset ovat vahvistaneet luonnon ja ihmisen hyvinvoinnin välisiä yhteyksiä sekä hypoteesia Green Care -palveluiden hyödyistä mielenterveysongelmista ja päihderiippuvuudesta kärsivien ihmisten kuntoutumiseen (kuvio 4). (Granerud & Eriksson 2014, 333; Yli-Viikari & Lilja 2016, 77).



Kuvio 4. Luonto- ja eläinavusteisen toiminnan hyvinvointivaikutukset aikaisemmissa tutkimuksissa

Kontakti eläimeen: Aikaisempien tutkimustulosten mukaan kontaktissa eläinten kanssa opitaan kohtaamista, kumppanuutta, läheisyyttä ja huolehtimista. Fyysinen kontakti eläimeen lohduttaa sekä rauhoittaa ja vuorovaikutus koetaan helpommaksi eläimen kuin ihmisen kanssa. (Granerud & Eriksson 2014, 323–325; Shen, Xiong, Chou & Hall 2018, 206.) Eläimen läsnäolo on hyödyllistä ja voimauttavaa, koska se mahdollistaa tunteiden käsittelyn ja minäkuvan vahvistumisen sitoutumisen ja kiintymisen kautta (Salonen & Törnroos 2019, 12; Yli-Viikari & Lilja 2016, 73–74). Eläimen ja ihmisen vuorovaikutuksen vaikutukset näkyvät ihmisessä monitahoisesti, esim. tunteiden tasolla sekä motivaation ja vuorovaikutuksen lisääntymisenä. Kontakti eläimeen lieventää stressiä sekä herättää toivoa ja mielihyvää. Merkittävää ovat myönteiset muutokset vuorovaikutuksessa, keskittymiskyvyn lisääntyminen sekä stressin ja levottomuuden vähentyminen. (Hautamäki ym. 2021, 9,

19–20.) Eläinavusteisen intervention vaikuttavuus syntyy kontaktista eläimeen eikä niinkään eläimen ulkoisen olemuksen ansiosta (Shen ym. 2018, 206).

Luontoympäristön vaikutus: On tutkittu, että kontakti luontoelementtiin voi auttaa haitallisiin ajatusmalleihin sekä käytökseen. Työskentely luonnossa auttaa tunnistamaan ja hyväksymään omia tarpeita, havainnoimaan, keskittymään sekä jakamaan ajatuksia muiden kanssa. (Cipriani, Georgia, McChesney, Swanson, Zigon, & Stabler 2018, 249–250; Sahlin ym. 2012, 17.) Luonnosta haetaan mahdollisuutta lepoon, rentoutumiseen, rauhoittumiseen ja olotilan helpottumiseen haastavien elämäntilanteiden kohdatessa (Salonen & Törnroos 2019, 12; Yli-Viikari & Lilja 2016, 73). Luontoelementin avulla saadaan omaa tilaa ja mahdollisuus käsitellä omia tunteita vaikeinkin hetkinä. Erilaiset aistihavainnot, kehollinen kokeminen ja läsnäolo luonnossa muodostavat merkityksiä ihmisille. Pysähtyminen, läsnäolo ja kokonaisvaltaisen merkityksen luominen luontokokemuksesta muodostavat mieleenpainuvan kokemuksen. Elämys syntyy, kun ihmisen sisäinen maailma ja ulkoisen ympäristön tapahtuma kohtaavat. (Yli-Viikari & Lilja 2016, 73–77.) Konkreettista hyötyä luonnon parissa työskentelystä on saatu mahdollisuudesta hoitaa kasveja ja siitä saadusta opista, onnistumisen kokemuksista, prosessin eri vaiheisiin osallistumisesta, ulkoilmassa vietetystä ajasta sekä käsin työskentelystä (Cipriani ym. 2018, 249). Luonnon kasvun seuraaminen herättää toiveikkuutta ja antaa voimaa (Cipriani ym. 2018, 250; Sahlin ym. 2012, 16).

Ryhmän tuki: Luontointerventiot kehittävät sosiaalista yhteenkuuluvuutta ja yhteishenkeä, ja hyvä ryhmädynamiikka syrjimättömässä ympäristössä voimaannuttaa ja kannustaa. Merkitykselliset työtehtävät ja työhön keskittyminen helpottavat sosiaalisten tilanteiden harjoittelua. Ryhmään ja toimintaan sitoutuminen mahdollistaa taitojen kehittymisen mm. sosiaalisissa taidoissa sekä yhteistyötaidoissa. (Granerud & Eriksson 2014, 326–328; Joyce & Warren 2016, 208–210.) Oma sekä ryhmän hyväksyntä voidaan saavuttaa kunnioituksen, hyväksynnän, luottamuksen ja turvallisuuden tunteen kautta. Vertaistuki ja ymmärrys samassa tilanteessa olevien kesken lisäävät luottamusta ja toiveikkuutta sekä vähentävät yksinäisyyden kokemusta. Yksinäisyyden tunne voi vaihtua ryhmässä samassa tilanteessa olevien vertaistueksi, keskinäiseksi luottamukseksi ja toiveikkuuden tunteeksi. (Sahlin ym. 2012, 16–18.) Luontointerventio edistää sosiaalisen ilmapiirin, hyväksynnän ja tuen saamisen merkitystä. Hyvinvointivaikutuksia vahvistaa vertaistuen lisäksi myös myönteinen ympäristösuhde. Ohjaajan ja ryhmän tuki lisäävät motivaatiota luontoon lähtemiseen. (Salonen & Törnroos 2019, 11–13.)

Elämänlaadun ja aktiivisuuden lisääntyminen: Luontointerventioiden hyöty on todettu näkyvän mielen hyvinvoinnin, itsetunnon, toimintakyvyn, elämänlaadun ja elämönhallinnan keinojen parantumisena (Cipriani, Benz, Holmgren, Kinter, McGarry & Rufino 2017, 64, 67). Luontointerventiot mahdollistavat uusien taitojen oppimisen. Henkilökohtaisen kasvun myötä positiivinen asenne, motivaatio, luottamus, itsenäisyys, mielenkiinto, ulospäinsuuntautuneisuus, tyytyväisyys sekä kyky hallita haasteita lisääntyvät ja mieliala kohoavat. (Cipriani ym. 2018, 250–251; Granerud & Eriksson 2014, 326-327; Joyce & Warren 2016, 210; Maujean, Pepping & Kendall 2015, 29.) Kontakti luontoon on auttanut käyttäytymiseen, omien tarpeiden tunnistamiseen, keskittymiskykyyn, tunteiden käsittelyyn sekä turvallisuudentunteen saavuttamiseen (Sahlin ym. 2012, 17-18; Yli-Viikari & Lilja 2016, 77). Luontointerventioiden myötä on todettu positiivisia muutoksia mielen hyvinvointiin stressin, epäluuloisuuden, masennuksen, ahdistuksen sekä skitsofrenian positiivisten ja negatiivisten oireiden vähenemisen myötä (Cipriani ym. 2017,64; Maujean ym. 2015, 29–31; Salonen & Törnroos 2019, 10). Luontointerventiot ja luonnon tahdin oppiminen ovat edesauttaneet psyykkistä prosessointia, johon liittyvät ajatuksen muutokset, toivon tunne, ymmärrys omaan elämäntilanteeseen sekä itsensä hyväksyminen (Sahlin ym. 2012, 16; Salonen & Törnroos 2019, 10). Systemaattinen katsaus koira-avusteisten interventioiden vaikuttavuudesta antoi viitteitä positiivisista tuloksista mielialan kohoamiseen sekä psyykkisten oireiden ja stressin vähenemiseen. Tulokset siinä jäivät kuitenkin tieteellisesti merkitykseltään vähäisiksi. (Lundqvist, Carlsson, Sjö Dahl, Theodorsson & Levin 2017, 366–367.) Työ luonnossa lisää koettua tyytyväisyyden ja normaaliuden tunnetta, päivä- ja viikkorytmin normalisoitumista sekä sosiaalisen aktiivisuuden lisääntymistä (Granerud & Eriksson 2014, 325–326; Shen ym. 2018, 205). Fyysinen aktiivisuus saa liikkeelle ja antaa päivään sisältöä sekä parantaa lihaskuntoa ja tarkkaavaisuutta (Cipriani ym. 2018, 251). Lisääntyneen aktiivisuuden myötä henkilöt ovat saattaneet aloittaa uuden harrastuksen tai palata vanhan tauolla olleen harrastuksen pariin (Sahlin 2012, 14).

4 Tutkimuksen tarkoitus ja tavoite

Tutkimuksen tarkoituksena on tuottaa tietoa potilaiden kokemuksista, jonka avulla Green Care -toimintaa voidaan jatkossa kehittää. Tutkimuksen tavoitteena on kuvata oikeuspsykiatristen ja vaikeahoitoisten potilaiden kokemuksia Green Care -toiminnasta koettuun hyvinvointiin sekä mielekkyyteen ja merkityksellisyteen.

Tutkimuskysymykset:

1. Millaisia kokemuksia potilailla on Green Care -toiminnasta?
2. Millaisia kokemuksia potilaat pitävät merkityksellisinä Green Care -toiminnassa?
3. Mikä Green Care -toiminnassa on mielekästä potilaille?
4. Onko toiminnalla vaikutuksia potilaan kokemaan hyvinvointiin?

5 Tutkimuksen toteutus

5.1 Tutkimusmenetelmä

Tämä tutkimus toteutettiin laadullisena tutkimuksena. Tieteellisessä tutkimuksessa on pyrkimys loogiseen todisteluun ja objektiivisuuteen. Ihmisellä taas on kyky antaa merkityksiä asioille. Laadullinen tutkimus perehtyy ilmiöihin ja niiden merkityksiin kuvailemalla ja ymmärtämällä tutkimuskohdetta joustavammin kuin määrällinen tutkimus. Laadullisessa analyysissä ei pyritä etsimään tilastollisia todennäköisyyksiä tai eroja muuttujiin, vaan tarkastelemaan aineistoa kokonaisuutena, nostamalla esiin ilmiöitä ja muodostamalla niistä havaintojen joukkoja. (Alasuutari 1993, 15-23; Gray 2017, 251; Patton 2015, 3.)

Tässä tutkimuksessa fokus on ollut potilaiden kokemusten kuvaamisella ja ilmiöillä, jotka nousivat kokemuksista. Tutkimuskirjallisuuden mukaan laadullinen tutkimus kuvaa vaikutuksia tuomalla esiin merkityksiä, tutkimalla kuinka asiat toimivat, luomalla ymmärrystä ihmisten kokemuksista, selvittämällä järjestelmien toimintaa ja niiden seurauksia ihmisten elämään, ymmärtämällä kontekstin (miksi ja miten vaikuttaa) sekä tunnistamalla odottamattomia seurauksia ja vertailemalla tapauksia löytääkseen tärkeitä ilmiöitä ja teemoja niiden välillä (Patton 2015, 13). Tutkijoilla on kiinnostus selvittää ilmiöitä ja näkökulmia tutkimukseen osallistujilta, joilla on kokemusta kyseisestä aiheesta (Gray 2017, 252). Laadullisen tutkimuksen otanta on yleensä pieni, koska merkittävämpää on aineiston laatu (Eskola & Suoranta 2008, 18). Tämän tutkimuksen otos oli verrattain pieni. Tutkimuksessa tärkeintä oli luoda ymmärrys potilaiden kokemuksista ja niiden vaikutuksista potilaan elämään.

Tämä tutkimus oli luonteeltaan fenomenologinen. Tutkimuksessa keskityttiin kokemuksen merkitykseen osallistujan näkökulmasta. Tämän lähestymistavan avulla haluttiin lisätä ymmärrystä

Green Care -toiminnan merkityksistä potilaille ja siitä, miten se on edistänyt potilaan kuntoutumista ja hyvinvointia. Fenomenologia tieteen suuntauksena tutkii ilmiötä henkilön eletyn kokemuksen merkityksen, rakenteen ja ytimen kautta. Ihmisen suhde maailmaan on intentionaalinen eli kaikki merkitsee jotakin. Fenomenologia menetelmänä tarjoaa tarkan ja perusteellisen kuvauksen ihmisten kokemista ilmiöistä ja siinä pyritään saavuttamaan syvä ymmärrys jokapäiväisten kokemusten merkityksistä. (Laine 2007, 29; Patton 2015, 115.) Ilmiön kokemuksen kuvailu ja tulkinta kietoutuvat yhteen. Tulkinta on välttämätöntä kokemuksen ymmärtämiselle, mutta kokemus itsessään sisältää tulkintaa. Ihmisten subjektiiviset kokemukset sisältävät objektiivisia asioita ja niistä muodostuu ihmisen todellisuus. (Patton 2015, 116–117.) Fenomenologisessa lähestymistavassa tutkimusotteen tulee olla kriittinen ja reflektiivinen. Tällä pyritään välttämään tutkijan omat tulkinat ja keskittymään tutkimuskohteen suhteesta johonkin ilmiöön. (Laine 2007, 34–35.)

5.2 Aineiston keruu

Laadullisessa tutkimuksessa voidaan käyttää ja yhdistellä eri metodeja aineiston keräämiseen. Yleisesti käytetty metodi aineiston keruussa on haastattelu. (Gray 2017, 256–259.) Myös suomalaisessa hoitotieteellisessä tutkimuksessa (vuosina 1989–2009) laadullisen tutkimuksen yleisimpänä aineistonkeruumenetelmänä on ollut haastattelu. (Kyngäs, Elo, Pölkki, Kääriäinen & Kanste 2011, 141) Haastattelu on hyvä aineistonkeruumenetelmä, kun kerätään kokempohjaista tietoa ihmisten kokemuksista, tiedosta, tunteista ja odotuksista (Patton 2015, 15; Tuomi & Sarajärvi 2018, 86). Kontekstin huomioiminen on tärkeää tarkasteltaessa ilmiön toimintaa ja ilmiön muutosvoiman seurauksia. Laadullisessa tutkimuksessa kontekstin huomioimisen tärkeys näkyy sekä aineiston keruussa, että tutkimustulosten raportoinnissa. Haastattelu auttaa tutkijaa pääsemään tarkastelemaan tutkittavaa ilmiötä haastateltavan näkökulmasta. (Patton 2015, 8–9, 426.) Haastattelut voidaan jakaa strukturoituihin esim. kysely, puolistrukturoituihin, kuten teemahaastattelu sekä strukturoimattomiin eli avoimiin haastatteluihin (Mathers, Fox & Hunn 1998, 2–3).

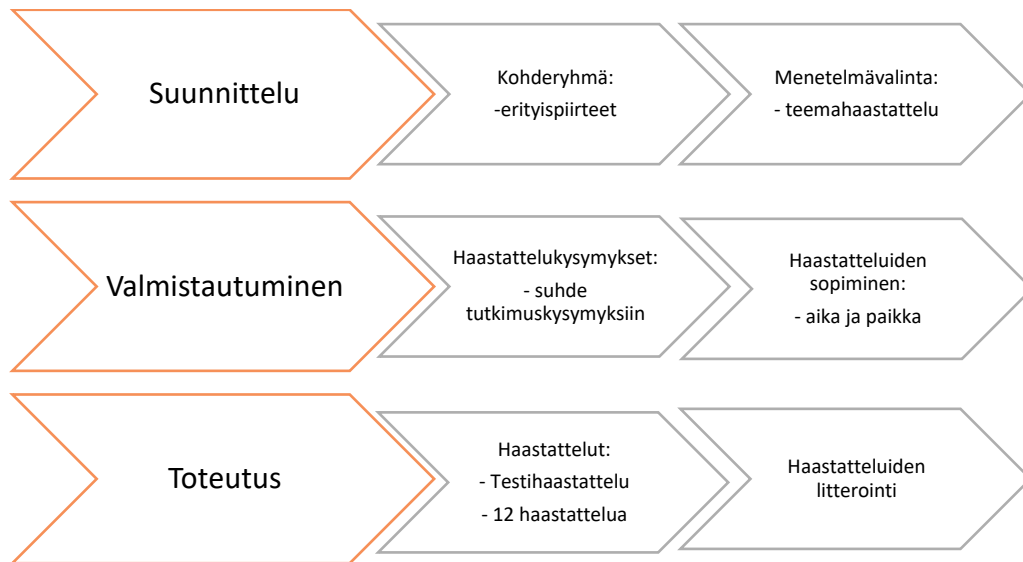
Tässä tutkimuksessa aineisto kerättiin teemahaastattelun avulla, koska tutkimuksessa selvitettiin tutkimukseen osallistuneiden kokemuksia. Teemahaastatteluissa nousevat esiin ihmisten tulkinnat ja merkitykset eri asioille (Tuomi & Sarajärvi 2018, 88). Teemahaastattelu käsittelee tutkimuskysymykseen liittyviä teemoja, mutta avoimien kysymysten ansiosta keskustelua voidaan tarkentaa tai rohkaista haastateltavaa miettimään vastausta tarkemmin (Mathers ym. 1998, 2). Teemahaastat-

telu voidaan muodostaa niin, että se ohjaa haastattelua mahdollisimman vähän tai niin, että kysymysten järjestys on ennalta määritelty (Gray 2017, 256). Teemahaastattelun kysymykset muodostetaan niin, että ne palvelisivat tutkimuksen tarkoitusta, vastaisivat tutkimuskysymyksiin ja niiden avulla voidaan selvittää haastateltavan tietämys, mielipide tai näkökulma tutkittavasta ilmiöstä (Mathers ym. 1998, 9; Tuomi & Sarajärvi 2018, 88). Haastatteluun valmistauduttaessa on hyvä huomioida, että kysymykset ovat tutkimusongelman kannalta tarkoituksenmukaisia, merkityksellisiä ja kuvailevia (Patton 2015, 428).

Fenomenologisessa lähestymistavassa haastattelu keskittyy kuvaamaan eletyn elämän kokemuksia. Haastattelu on mieluiten avoin, jotta on mahdollisuus saavuttaa kokonaisvaltainen kuvaus ihmisten kokemuksista. Kysymykset laaditaan niin, että vastaukseksi saadaan kuvailevia kertomuksia, joissa tutkijan ei tarvitse ohjailta haastattelua. (Laine 2007, 37–38; Patton 2015, 433.)

Teemahaastatteluun päädyttiin avoimen haastattelun sijaan siksi, että potilaille saattaa olla vaikeaa kuvailla asioita monisanaisesti pelkän aiheita kuvaavan kysymyksen pohjalta. Haastattelun luonne ja kysymykset pyrittiin pitämään mahdollisimman vähän vastausta ohjaavina ja antamaan tilaa potilaiden kertomuksille (liite 1). Teemakysymysten avulla pyrittiin saamaan kuvailevia vastauksia Green Care -toiminnasta potilaan omasta näkökulmasta. Lisäkysymyksiä oli mietitty valmiiksi, mikäli potilaalla olisi vaikeuksia vastata esitettyyn kysymykseen. Kysymysten tarkoituksenmukaisuutta pohdittiin suhteessa tutkimuskysymyksiin. Teemahaastattelun runko käytiin läpi ennakkoon esimiehen ja kollegan kanssa. Ensimmäisessä haastattelussa kysymysten toimivuutta tarkasteltiin ja todettiin, ettei niihin ole tarvetta tehdä muutoksia.

Laadullisen tutkimuksen tarkoitus ei ole tilastollinen yleistettävyyys, vaan ilmiön ymmärtäminen, kuvaaminen tai tulkinta. Näin ollen on tärkeää, että tutkimukseen osallistuvat henkilöt ovat aiheen asiantuntijoita ja tarkoitukseen sopivia. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 98.) Tähän tutkimukseen osallistuneet henkilöt olivat aikuisia oikeuspsykiatrisia ja vaikeahoitoisia potilaita, joilla on henkilökohtaista kokemusta Green Care -toimintaan osallistumisesta. Tutkimushenkilöiksi valittiin kaikki vapaaehtoiset kesälampaiden huolehtimiseen sekä kalastustoimintaan osallistuneet potilaat. Tutkimukseen osallistuneet olivat hoidon eri vaiheessa olevia potilaita. Tutkimukseen osallistui yhteensä kaksitoista henkilöä, joista kahdeksan oli kalastustoimintaan osallistuneita ja neljä oli lampaidenhoitoon osallistuneita. Aineisto kerättiin elokuun ja syyskuun välillä vuonna 2019.



Kuvio 5. Tutkimusaineiston keräämisen vaiheet

Haastattelijan tulee itse haastattelutilanteessa pyrkiä olemaan selkeä, empaattinen, neutraali ja kiinnostunut sekä kuuntelemaan aktiivisesti sekä havainnoimaan haastattelutilannetta (Patton 2015, 428). Osa haastatteluista toteutettiin suljettujen osastojen vierashuoneissa ja osa toteutettiin kuntouttavan työtoiminnan yhden työpisteen rauhallisessa työskentelytilassa erillään muista. Haastattelutilanteesta pyrittiin muodostamaan rauhallinen ja mukava kokemus potilaalle. Potilaiden kanssa käytiin ennen haastattelua läpi tutkimuksen tarkoitukseen ja vapaaehtoisuuteen liittyvät asiat. Haastattelutilanteessa potilaalle annettiin tilaa pohdinnalle ja vastaukselle sekä tarkennettiin vastauksia ja pyydettiin kertomaan lisää mielenkiinnon herättäneistä näkemyksistä.

Haastattelun nauhoittaminen mahdollistaa tutkijalle mahdollisuuden keskittyä vuorovaikutukseen haastateltavan kanssa. Haastattelun jokainen yksityiskohta tallentuu ja kaikki tarpeelliset yksityiskohdat ovat käytettävissä aineiston analyysiä varten. (Mathers ym. 1998, 12.) Haastattelut nauhoitettiin ulkoiselle nauhurille potilaan antaman kirjallisen suostumuksen jälkeen. Haastatteluiden yhteenlaskettu kesto oli 2 h 20 min 57 s. Lyhin haastattelu oli 6 minuuttia, pisin puolestaan 25 minuuttia. Keskimääräinen haastattelun kesto oli noin 18 minuuttia.

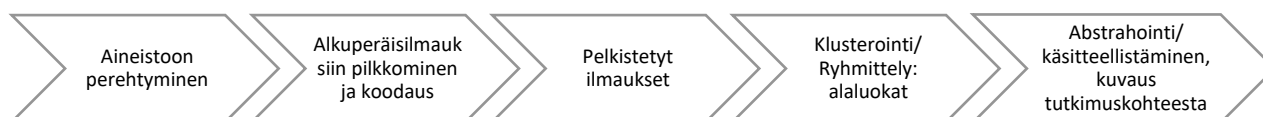
Eskola & Suoranta (2008, 63) toteavat saturaation käsitteen olevan peräisin Bertaux'ltä (1981), jonka mukaan teorettinen peruskuvio tutkimuskohteesta muodostuu aina tietystä määrästä ai-

neistoa. Aineiston kyllääntyminen eli saturaatio tapahtuu silloin, kun tutkimusaineisto alkaa toistaa itseään, eikä uutta tietoa suhteessa tutkimuskysymykseen enää ilmaannu. (Eskola & Suoranta 2008, 62; Tuomi & Sarajärvi 2018, 99.) Tässä tutkimuksessa tehtiin kaksitoista haastattelua. Kymmenen haastattelun jälkeen alkoi olla havaittavissa, että aineisto on kyllääntymässä ja alkaa toistaa itseään.

Haastatteluaineisto puretaan tekstiksi eli litteroidaan tutkijan valitsemalla tarkkuudella. Omat tutkimustavoitteet ja relevantti tarkkuustaso vaikuttavat litteroinnin tarkkuuteen. Litterointi mahdollistaa analyysin läpinäkyvyyttä ja lukijan tekemiä tulkintoja. Tulkintojen ankkuroiminen tutkimusaineistoon kohentaa tutkimuksen validiteettia. (Nikander 2010, 432–433.) Tutkittaessa rajattua ilmiötä, litteroinnin tarkka yksityiskohtaisuus ja ei ole tarpeellista. Haastateltavien puheenvuorojen lisäksi on hyvä litteroida haastattelijan puheenvuorot, koska tutkija pääsee näkemään kysymyksen muotoilun ja siihen annetun vastauksen. Joissakin tutkimuksissa analysoidaan myös ei-sanallista toimintaa, jolloin taukojen ja puhettavan sävyt edellyttävät tarkempaa litteroimista. (Ruusuvoori, 2010, 424–425.) Tämän tutkimusaineiston litterointi suoritettiin sanatarkkuudella. Ei-verbaalista viestintää ja toimintaa ei tässä tutkimusasetelmassa tutkittu, joten niiden litteroiminen ei ollut tarkoituksenmukaista. Litteroinnin pituus oli kirjallisessa muodossaan 49 sivua, rivivälillä 1, fontilla Calibri ja fonttikoolla 12.

5.3 Aineiston analyysi

Sisällönanalyysi on laadullisessa tutkimuksessa yleisesti käytetty analyysimetodi ja sitä käytetään yleisesti myös hoitotieteellisissä tutkimuksissa, erityisesti psykiatriassa, gerontologiassa ja terveys-tutkimuksissa. Sisällönanalyysi on erinomainen menetelmä kuvaamaan erityisesti hoitotieteessä tutkittavia sensitiivisiä ilmiöitä. (Elo & Kyngäs 2008, 107–108, 114; Tuomi & Sarajärvi 2018, 103.) Sisällönanalyysiä on käytetty yleisimmin tutkimuksissa, joissa on tarkoituksena kuvailla jotain ilmiötä (Kyngäs ym. 2011, 141). Tutkimusaineiston analysointimenetelmäksi valittiin sisällönanalyysi, koska tarkoituksena oli potilaiden kokemusten kuvailu ja merkityskokonaisuuksien löytymisen kokemusten pohjalta. Tutkimuksen analyysiprosessi on kuvattu kuviossa 6.



Kuvio 6. Aineiston analyysin vaiheet

Sisällönanalyysin avulla tutkija lisää ymmärrystään aineistoa kohtaan ja tarkastelee sen yhteyttä tutkimusongelmaan. Menetelmän tarkoituksena on tuottaa perusteellinen kuvaus tutkittavasta ilmiöstä. (Elo & Kyngäs 2008, 108.) Aineistolähtöisen analyysin perusidea on siinä, että analyysiyksiköitä ei ole etukäteen suunniteltu. Tutkimusaineistosta on tarkoitus muodostaa teorettinen kokonaisuus ymmärryksestä tutkimuskohteiden kokemukseen. Kaikki aikaisempi tutkimustieto ilmiöstä unohdetaan analyysivaiheessa, jotta se ei pääse vaikuttamaan analyysiin. Tutkijan tulee kriittisesti miettiä, tapahtuuko analyysi objektiivisesti vai vaikuttavatko siihen tutkijan omat käsitykset ja tutkimusasetelma. Fenomenologisessa lähestymistavassa tutkijan tulee suhtautua kriittisesti omiin ennakkokäsityksiinsä ilmiöstä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 108–109.) Fenomenologiassa tutkittava kohde pyritään näkemään pelkistettynä ilman ennako-oletuksia. Yksittäisen ilmiön havainnointia seuraavat muut tutkimusvaiheet ja lopulta tilanne, jonka kautta avautuvat ilmiöön liittyvät merkitykset. Yksittäinen ilmiö on esimerkki yleisilmiöstä. (Eskola & Suoranta 2008, 146.) Elo & Kyngäs (2008, 113) nostavat esiin sisällönanalyysin haasteita aikaisemmista tutkimuksista. Haasteeksi saattavat muodostua metodin joustavuus ja vapaamuotoisuus, koska jokaisen tutkijan täytyy itse arvioida, mikä on tarkoituksenmukaista kyseisessä aineistossa. (Elo & Kyngäs 2008, 113.)

Sisällönanalyysissä aineisto muodostuu sanoista ja ryhmät muodostuvat toistuvista ilmiöistä muodostaen perustietoa tietyn ilmiön olemuksesta. Aineiston teoria muodostetaan alhaalta ylöspäin. (Eskola & Suoranta 2000, 19; Gray 2017, 251.) Tuomi & Sarajärvi (2018, 122) kuvaavat, että Miles & Hubermanin (1994) mukaan aineistolähtöinen sisällönanalyysi etenee kolmivaiheisenä prosessina, johon kuuluvat aineiston redusointi eli pelkistäminen, aineiston klusterointi eli ryhmittely sekä abstrahointi eli käsitteiden luominen. Analyysiyksikkö voi muodostua yhdestä sanasta tai ajatuskokonaisuudesta. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122.) Aineistosta poimitaan tutkimuskäsitteisiin liittyvät merkityskokonaisuudet, jotka analyysin edetessä muodostavat synteetin (Laine 2007, 30–31). Aineistosta pyritään saamaan irti sellaista, jota ei suoraan lue alkuperäislainauksissa.

Tärkeä lähtökohta tähän on havaintoyksikön määrittäminen (esim. ihmisen kokemus). Ryhmitte-
lyn tarkoituksena on antaa merkitys ilmiön kuvailulle, lisätä ymmärrystä ja luoda tietoa. Teoreettis-
ten käsitteiden luominen on yleisen määrittämisen muodostamista tutkimusaiheesta. (Elo & Kyngäs
2008, 111; Ruusuvaori, Nikander & Hyvärinen 2010, 19–25.)

Aineiston tulkittamisen vaihetta voidaan pitää tutkimuksen ongelmallisimpana, mutta myös hedel-
mällisimpänä vaiheena (Eskola & Suoranta 2008, 145). Aineistoon tutustutaan huolella ja luetaan
se läpi useamman kerran (Elo & Kyngäs 2007, 109). Redusoinnissa eli pelkistämässä aineistosta
poistetaan kaikki tutkimukselle epäolennainen. Tässä vaiheessa aineistoa tiivistetään, pilkotaan ja
etsitään tutkimuksen tarkoitukseen ja tutkimuskysymyksiin sopivia havaintoja. Alkuperäisilmauk-
siin muodostetaan pelkistetyt ilmaukset. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 98, 123.) Litteroitu teksti luettiin
läpi muutaman kerran. Aineistosta poistettiin kaikki epäolennainen, joka ei vastannut tutkimusky-
symyksiin. Aineisto pilkottiin yksittäisiin havaintoihin eli alkuperäisilmauksiin ja nimettiin pelkiste-
tyt ilmaukset taulukon 1. mukaisesti.

Taulukko 1. Esimerkki tutkimusaineiston pelkistettyjen ilmaisujen muodostamisesta

ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS
..varmaan se, että oon saanu hauen. --- se on ihan hianoo -- ku saa kalaa.-- No kai siinä jonkunlainen onnistumisen tunne on.	Kalan saaminen on hienoa ja siitä saa onnistu- misen tunteen.
...kyllä mulla jäi se yks iso hauki mieleen ja sitte ne isot ahvenet mitä tuli. -- sehän oli tosiaan mahtava taistelu sen ison hauen kaa, ku se veti veneen alle. -- kyllä sitä aika kauan sai, että sen sai haa- viin että.	Ison hauen saaminen mahtavan taistelun jäl- keen on jäänyt mieleen.
Se on mun mielestä aina kiva, ku se tärppää, sit saa sen ylös, niin tulee tosi hyvä fiilis.	Tärppi ja kalan ylös saaminen on kivaa ja siitä jää tosi hyvä fiilis.
.. ison kalan saaminen. Et jos menee, joskus menee vähän yli kolme kiloo, niin sen kanssa saa, kun se saa rantaan, niin eiköhän se oo siinä se hienoin hetki. -- se saattaa mennä sitte veneen alle tai pyrkiä pintaan, että ravistaa ittensä irti. Tietynlainen väsyttämi- nen ehkä siinä.	Hienoin hetki kalastamisessa on ison kalan vä- syttäminen ja ylös saaminen.

Tutkija pyrkii ymmärtämään aineistoaan ilman ennako-oletuksia, mutta taustalla vaikuttavat kui-
tenkin aina jollain tasolla tutkimustavoitteet ja tutkijan oma perehtyneisyys. Aineiston koodauk-
seen vaikuttavat väistämättä myös tutkijan ennakkoluulot ja aineiston tulkinta. Koodaus on laadul-
lisessa tutkimuksessa koodien liittämistä aineiston merkittäviin tekstiosiin tutkijan tulkinnan

mukaan. Koodaus tarjoaa mahdollisuuden aineiston sujuvaan tarkasteluun ja tekstin juurille palaamiseen. (Eskola & Suoranta 2008, 155–156.) Aineiston alkuperäisilmaukset ja pelkistetyt ilmaukset koodattiin kirjain ja numeroyhdistelmällä niin, että tutkijan oli helppo palata oikeaan haastatteluun tarvittaessa.

Klusteroinnissa eli ryhmittelyssä pelkistetyt ilmaukset ryhmitellään tarkasti samankaltaisten ilmiöiden tai tietyn tyyppiseen ryhmään kuulumisen mukaisiksi ryhmiksi. Klusterointi edellyttää vertailua eri ryhmien välillä ja alaluokat alkavat muotoutua sen perusteella. (Elo & Kyngäs 2008, 108; Tuomi & Sarajärvi 2018, 124.) Alkuperäisilmaukset/pelkistetyt ilmaukset tulostettiin paperille ja leikattiin erillisiksi havainnoiksi. Ryhmittely toteutettiin isolle paperipohjalle. Kokonaisuus oli visuaalisesti helpompi hahmottaa isolta paperilta, kuin tietokoneen ruudulta. Paperilta havaintoja pääsi helposti siirtelemään prosessin ja pohdinnan edetessä. Muotoutuneet alaluokat nimettiin ja alaluokkiin kuuluvat pelkistetyt ilmaukset kiinnitettiin paperiin. Tämän jälkeen analyysi palautettiin takaisin sähköiseen muotoon. Taulukossa 2. on kuvattuna esimerkki aineiston klusteroinnista.

Taulukko 2. Esimerkki tutkimusaineiston klusteroinnista eli ryhmittelystä

ALKUPERÄINEN ILMAUS	ALALUOKKA
Paras fiilis on retkeltä palatessa, hyvä fiilis koko päivästä.	Positiivinen vaikutus hyvinvointiin
Retkelle pääsy on kuin lomailua, koska pääsee pois epämiellyttävästä sairaalaympäristöstä.	Sairaalaympäristöstä irtautuminen
Kalareissut tulevat jäämään tärkeimmiksi sairaala-ajan muistoiksi.	Mieleepainuvat muistot
Yhteinen kokemus ja hieno hetki tuntuivat hyvältä ja autoivat uskommaan, että tilanne vielä paranee.	Toivon herääminen

Aineiston abstrahointivaiheessa eli käsitteellistämässä muodostetaan teoreettiset käsitteet olennaisen tiedon pohjalta. Abstrahointi jatkuu luokkien yhdistelyllä, mutta huomioitavaa on pitää huolta, että polku alkuperäiseen aineistoon säilyy selkeänä. Alaluokat nimetään esimerkiksi ilmiön ominaisuuden tai käsityksen mukaan. Alaluokat yhdistelemällä muodostuvat yläluokat, yläluokat yhdistämällä pääluokat ja pääluokat yhdistämällä muodostuu yhdistävä luokka. Abstrahoinnissa muodostetaan kuvaus tutkimuskohteesta tutkijan muodostamien käsitteiden avulla. Luokkia ja käsitteitä yhdistelemällä saadaan vastaus tutkimuskysymykseen. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 124–127.) Abstrahointi jatkuu niin pitkään, kuin sitä on tarkoituksenmukaista jatkaa (Elo & Kyngäs 2008, 111). Abstrahointivaiheessa luokat ja luokkia kuvaavat käsitteet muotoutuivat useampaan kertaan.

Esimerkki abstrahointivaiheesta on taulukossa 3. Analyysin haastavuus avautui tutkijalle, mutta pienen etäisyyden ottaminen työhön auttoi analyysin etenemiseen. Taulukkoon palattiin useita kertoja tutkimuksen seuraavissa vaiheissa mm. hienosäädön, tutkimuskysymyksiin vertailun ja alkuperäisilmaisujen tarkistamisen vuoksi.

Taulukko 3. Esimerkki aineiston abstrahointivaiheen etenemisestä alaluokista yhdistäväksi luokaksi

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA	PÄÄLUOKKA	YHDISTÄVÄ LUOKKA
Selviytymiskeinojen oivaltaminen	Voimaantuminen	Elämänhallinnan tunteen vahvistuminen	Hyvinvointia lisäävät tekijät Green Care-toiminnassa
Merkitykselliset luontokemukset	Kontakti luontoelementtiin	Merkityksellinen arki	Hyvinvointia lisäävät tekijät Green Care-toiminnassa

5.4 Tutkimuksen eettisyys

Hyvän tieteellisen käytännön periaatteet toimivat lähtökohtana eettisesti toteutetulle tutkimukselle. Tutkimustyössä ja sen raportoinnissa tulee noudattaa rehellisyyttä ja tarkkuutta. Muiden tutkijoiden työtä tulee arvostaa ja viittaukset tehdä asiaankuuluvasti. Tutkimus suunnitellaan ja raportoidaan huolellisesti. (Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa 2012, 6.) Tutkimusetiikan perustana ovat ihmisoikeudet. Tutkijan tulee selvittää tutkimukseen osallistuville tavoitteet, menetelmät sekä riskit. Tutkimukseen osallistumisen pitää olla vapaaehtoista, osallistujilla on oikeus perua osallistumisensa tutkimuksen aikana ja heitä pitää informoida oikeuksistaan. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 155–156.) Tutkimuksessa pyrittiin noudattamaan hyvän tieteellisen käytännön periaatteita huolellisesti. Tutkimuksen jokaisessa vaiheessa noudatettiin rehellisyyttä, tarkkuutta, avoimuutta ja vastuullisuutta. Tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmät valittiin ja aineistonhallintasuunnitelma (liite 2) suunniteltiin mukailen tieteellisen tutkimuksen kriteereitä. (Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa 2012, 6.) Tarvittava tutkimuslupa hankittiin toukokuussa 2019 Vanhan Vaasan sairaalan eettiseltä toimikunnalta tutkimussuunnitelman valmistuttua.

Tutkimuksen eettisiin periaatteisiin ihmistieteissä kuuluvat itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen, vahingon välttäminen sekä tietosuojasta ja yksityisyydestä huolehtiminen.

Osallistumisen vapaaehtoisuuden huomioiminen koko tutkimusprosessin ajan on ensiarvoisen tärkeää. (Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakkoarviointi Suomessa 2019, 7–9.) Tutkija kävi ennen haastatteluiden aloittamista esittäytymässä ja kertomassa tutkimuksesta, sen tarkoituksesta ja tavoitteista kuntouttavan työtoiminnan työpisteessä, jonka kautta kalastustoimintaa järjestetään. Toimintaterapeutti hoiti informaation kesälampaiden hoitoon osallistuneille potilaille. Potilaille, jotka osoittivat kiinnostuksensa tutkimukseen, jaettiin haastatteluun osallistuvan saatekirje (liite 3). Saatekirjeessä kuvattiin tekijän taustatiedot, tutkimuksen tausta, tarkoitus sekä tavoite, aineistonkeruu, salassapito, tutkimuksen vapaaehtoisuus ja aikataulu. Potilaille kerrottiin tutkimukseen osallistumisen vapaaehtoisuudesta koko prosessin ajan sekä siitä, että tutkimukseen osallistuvia pyydettiin allekirjoittamaan haastatteluun osallistuvan suostumuslomake (liite 4) ennen haastattelua.

Tietosuojalain (1050/2018, 6§) mukaan rekisterinpitäjän on huolehdittava rekisteröityjen oikeuksien toteutumisesta. Henkilötietojen käsittelyssä on tärkeää huomioida tietojen pseudonymisointi ja salaaminen sekä luotettavuus. (Tietosuojalaki 1050/2018, 6§) Tieteellisessä tutkimuksessa tulee tarkkaan harkita henkilötietojen tarpeellisuus ja minimoida henkilötiedot. Tietosuojasäännöksiä ei sovelleta, jos tutkimuksessa käsiteltävät tiedot ovat anonyymeja. Anonymisoinnissa tiedot muutetaan tunnistettomaksi siten, että rekisterinpitäjä ei voi niitä muuttaa enää tunnistettavaan muotoon. Anonymisointi tekee tietojen käsittelystä turvallisempaa. Henkilötietoja käsitellään vain, kun tutkimuksen toteuttaminen sitä edellyttää, esimerkiksi nimi- ja osoitetiedot kyselylomakkeen lähettämistä varten. Henkilötiedot voidaan hävittää heti tutkimuksen siinä vaiheessa, kun niitä ei enää tarvita. Anonymisoinnissa on huomioitava, että pelkkä henkilötietojen poistaminen ei aina riitä anonymisointiin. Tutkimusaineistoa täytyy tarkastella kriittisesti ja pohtia, onko joku tiedoista sellainen, joka paljastaa henkilön vastauksen perusteella. (Henkilötietojen minimointi tieteellisessä tutkimuksessa N.d.)

Tietojen minimointi tapahtuu usein pseudonymisoidulla henkilötiedot. Pseudonymisoinnilla tarkoitetaan, että henkilötiedot käsitellään esimerkiksi koodaamalla niin, ettei niitä ole mahdollista yhdistää tiettyyn henkilöön. Koodauksen haltija pystyy palaamaan henkilötietojen pariin koodivaimen avulla. Pseudonymisoiduissa tiedoissa on huolehdittava tietosuojasäännöksistä. (Henkilötietojen minimointi tieteellisessä tutkimuksessa N.d.)

Kirjallinen suostumus oli ainoa osa tutkimusta, jossa tutkimukseen osallistuvien potilaiden nimet olivat näkyvillä. Allekirjoitetut suostumukset säilytettiin koko tutkimuksen ajan erillään tutkimusaineistosta lukittujen ovien takana. Suostumukset muodostivat henkilörekisterin, joista laadittiin rekisteriseloste (liite 5). Aineiston analyysin vaiheessa aineisto pseudonymisoitiin. Vastaukset oli koodattu tutkijalle loogisella kirjain- ja numeroyhdisteillä. Näin ollen yksittäisistä vastauksista tutkija pystyi palaamaan alkuperäiseen aineistoon. Tutkimustuloksissa esitetyistä alkuperäisilmauksista koodaukset päädyttiin poistamaan loppuvaiheessa kokonaan anonymiteetin lisäämiseksi. Aineiston analyysi ja tulokset luettiin tarkasti läpi useampaan kertaan, koska haluttiin varmistua, ettei yksikään vastaus ole tunnistettavissa. Tutkimuksen valmistuttua tutkimuksen aineisto anonymisoitiin lopullisesti hävittämällä suostumuslomakkeet.

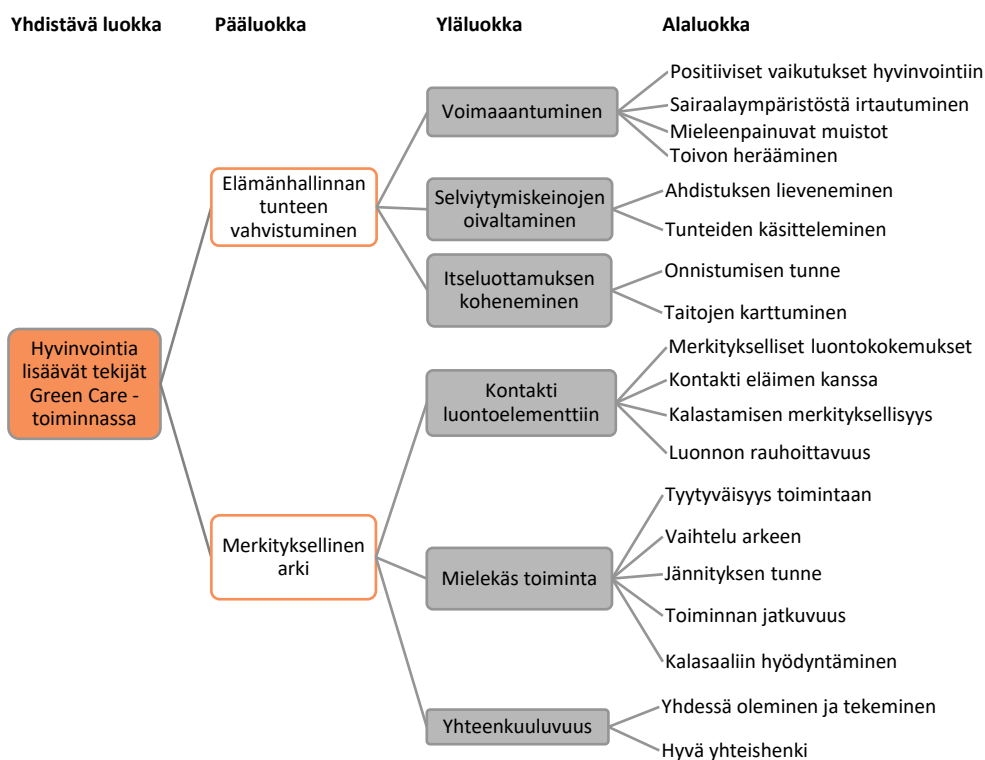
Tutkimusetiikan mukaisesti luottamuksellisuus ja potilaan yksityisyyden suoja huomioitiin jokaisessa tutkimusvaiheessa. Potilas sai itse päättää mitä tietoja itsestään haastattelussa kertoo. Potilastietoja ja henkilötietoja ei käytetty tässä tutkimuksessa. Potilaiden nimiä ei tallennettu nauhoituksiin, eikä dokumentteihin, vaan haastattelut koodattiin ja siten taattiin anonymiteetti. Tutkimusteksteistä ei voida tunnistaa yksittäistä potilasta. Numeroitu haastatteluaineisto tallennettiin pilvipalveluun, jolloin se oli kahden salasanan takana ja vain tutkijan käytettävissä. Nauhoitteet ja dokumentit hävitettiin asianmukaisesti tutkimuksen valmistuttua. Haastattelu- materiaali (nauhoitteet ja litteroitu teksti) olivat vain tutkijan käytössä tämän tutkimuksen ajan. Tutkimuksessa noudatettiin vaitiolositoutumusta, eikä tutkimusaineiston yksittäisiä tietoja raportoitu tutkimushankkeen ulkopuolisille ihmisille. (Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa 2019, 7–9; Kuula 2006, 64–89, 131.)

Tutkimuseettiseen pohdintaan sisältyy tutkimusaiheen valinnan tarkastelu (Tuomi & Sarajärvi 2018, 153–154). Tämän tutkimuksen aiheen valinta lähti Vanhan Vaasan sairaalan Green Care -toimintaa järjestävältä työryhmältä. Toiminta on suunnitelmallista ja sitä halutaan kehittää, joten silloin toimintaan osallistuvien potilaiden kokemukset ovat tärkeitä laadun varmentamiseksi. Aluksi suunnitelmissa oli toteuttaa Green Care -toiminnan hyötyä kartoittava mittari. Aihe olisi silloin rajautunut pelkästään mittarin kehittämiseen ja potilaiden kokemukset olisivat jääneet työn ulkopuolelle. Potilaiden kokemuksia ja mielipiteitä pidettiin tärkeimpänä ja tutkimusta lähdettiin

toteuttamaan sen pohjalta. Toiminnan kehittämisen näkökulmasta potilaiden kokemukset Green Care -toiminnasta olivat ensiarvoisen tärkeitä.

6 Tutkimustulokset

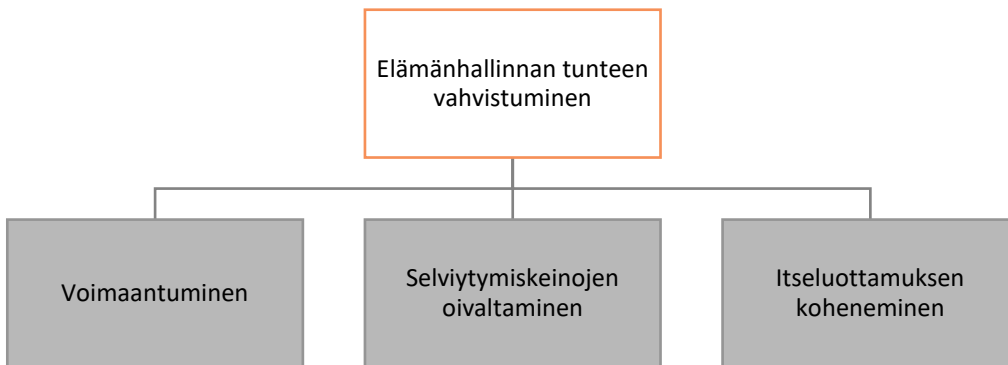
Tutkimuksessa haluttiin selvittää, millaiset tekijät Green Care -toiminnassa olivat potilaille merkittäviä ja hyvinvointia lisääviä. Aineistolähtöisen sisällönanalyysin kautta aineisto muodosti koko analyysin yhdistävän luokan: hyvinvointia lisäävät tekijät Green Care -toiminnassa. Nämä hyvinvointia edistävät tekijät on kuvattu kuviossa 7. Yhdistävä luokka muodostui kahdesta pääluokasta, jotka olivat elämänhallinnan tunteen vahvistuminen sekä merkityksellinen arki. Elämänhallinnan tunteen vahvistuminen -pääluokka kuvaa luontointerventioista muodostuneita ilmiöitä, joiden koettiin vaikuttaneen elämänhallinnan tunteeseen kohentavasti. Merkityksellinen arki -pääluokka puolestaan kuvaa luontointerventioista nousseita merkityksellisiä tekijöitä, joilla oli vaikutus potilaiden kokemukseen merkityksellisestä arjesta.



Kuvio 7. Vanhan Vaasan sairaalan Green Care -toiminnan hyvinvointitekijät

6.1 Elämännhallinnantunteen vahvistuminen

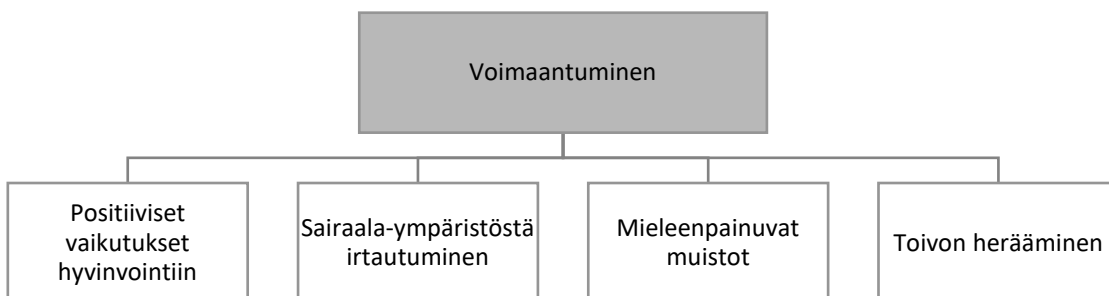
Tulokset osoittivat, että elämännhallinnantunteen vahvistavia tekijöitä voidaan lähestyä kolmen keskeisen ilmiön kautta. Vahvistavia tekijöitä olivat voimaantuminen, selviytymiskeinojen oivaltaminen ja itseluottamuksen koheneminen (kuvio 8). Elämännhallinnantunteen vahvistumista kuvaavat tekijät ja niiden alaluokat avataan seuraavissa luvuissa.



Kuvio 8. Elämännhallinnantunteen vahvistumisen ilmiöt

6.1.1 Voimaantuminen

Analyysin perusteella korostunein osa-alue Green Care -toiminnassa oli kokemus voimaantumisesta. Vastausten perusteella voimaantuminen koostui positiivista vaikutuksista hyvinvointiin, sairaalaympäristöstä irtautumisesta, mieleenpainuvista muistoista sekä toivon heräämisestä (kuvio 9).



Kuvio 9. Voimaantumiseen vaikuttaneet tekijät

Positiiviset vaikutukset hyvinvointiin pitivät sisällään kokemuksen voinnin parantumisesta ja hyvästä mielialasta. Luonnossa olemisen ja toiminnan koettiin virkistävän, lisäävän aktiivisuutta ja hyvää fiilistä. Hyvän fiiliksen merkitys korostui monissa vastauksissa ja sitä pidettiin yhtenä merkittävimpänä asiana toimintaan osallistumisessa. *”No iloinen ja sit tulee semmonen, -- aktiivinen olo. -- ..semmonen tosi hyvä fiilis. Aina ku pääsee mukaan ja sit ku lähtee, niin sit siitä niinku jää semmonen. --- se on niinku tosi miellyttävä olla siellä. --koko ajan sellanen hyvä fiilis vaan siellä.”* Toiminta lisäsi aktiivisuutta, voimaannutti ja auttoi jaksamaan. Vuorovaikutustilanteet nähtiin oleellisesti hyvinvointia tukevana osa-alueena. Vastausten mukaan hyvinvointiin ja kuntoutumiseen vaikutti mielekkääksi koettu toiminta: *”Eikös kaikki oo hyväksi (omalle kuntoutumiselle), mikä on niinku.. oikeesti nauttii jostakin, niin eikös se oo hyväksi.”* Yhdessä vastauksessa toiminnan koettiin tuoneen positiivisuutta hoitoon.

Vastaukset osoittivat, että **sairaalaympäristöstä irtautuminen** oli hyvin merkittävää. Potilaat kokivat toiminnan mahdollisuutena irtautua hetkeksi kokonaan sairaalaympäristöstä, koska toiminta mielekkäässä luontoympäristössä auttoi unohtamaan sairaalan arjen ja sairaalassa olemisen hetkeksi.

Mä herään -- ja oon erittäin iloinen että tämä päivä nyt tuli vihdoin. Sitä monesti joutuu oottaa aina viikkokausiakin -- Sitähän nyt herää, avaa silmänsä ja sitte muistaa siinä, että tänään on tota niin iso päivä ja pääsee koko päiväksi pois jostain Vanhan Vaasan sairaalasta, jostain valtion mielisairaalasta. Ei tartte kattella jotain ikävii hoitajii tai sairaita ihmisiä. Et ne, jotka sinne retkille lähtee, niin kaikki on jonkinlaisessa kunnossa, et tota.. ettei ne pilaa sitä omalla sekoilulla millään lailla. Et kaikki on aika hyvässä kunnossa.

..vähä niinku lomalle menis, että pääsee niinku hetkeks pois täältä ja niinku.. --- ..siis ku mä en pidä vain jotenki tästä niinku sairaalaympäristöstä, niin se on sit niinku kiva päästä pois välillä.

..se on rutiineista ja paikasta irti..niinku sit unohtuu se sairaala -- vähäks aikaa..

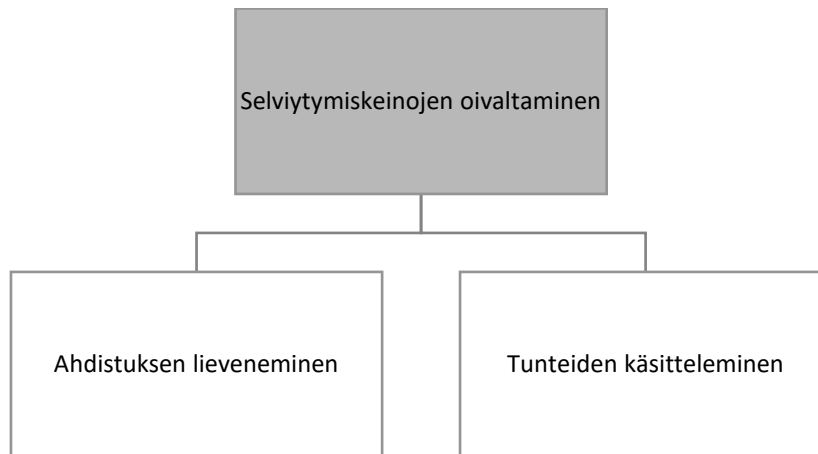
Sairaalan alueelta poistumisen tärkeys korostui alueen ulkopuolelle lähteneiden kalastusryhmän osallistujien keskuudessa, mutta myös sairaala-alueella tapahtuneeseen lampaidenhoitoryhmään osallistuminen koettiin mahdollisuutena päästä hetkeksi pois osastolta.

Toiminnan ansiosta potilaille kertyi **mieleenpainuvia muistoja**. Hauskat ja koomiset tilanteet, iso saalis, kuvien ottaminen kalasaaliin kanssa sekä hyvän mieli toiminnasta muodostivat positiivisia

muistoja. Kalareissujen arveltiin jäävän positiivisten muistojen joukkoon sairaalasta pois pääsemisen jälkeen. **Toivon herääminen** näkyi tutkimuksessa toimintaan sitoutumisena ja uskona parempaan tulevaisuuteen. Toimintaan jaksettiin osallistua huonoinakin päivinä, kun mietti tavoitteena siintävää sairaalasta pois pääsyä ja oman lemmikin hankintaa tulevaisuudessa.

6.1.2 Selviytymiskeinojen oivaltaminen

Toinen elämänhallinnan tunteen vahvistumiseen vaikuttava osa-alue tutkimustuloksissa oli selviytymiskeinojen oivaltaminen (kuvio 10). Tähän osioon kuuluivat ahdistuksen lieveneminen sekä tunteiden käsittely.



Kuvio 10. Selviytymiskeinojen oivaltamiseen liittyneet tekijät

Ahdistuksen lieveneminen oli merkittävä hyvinvointia tukeva tekijä toiminnassa. Kalastaminen helpotti ahdistusta sekä auttoi unohtamaan menneet ja murheet:

Sitte muutenki kalastaessa, niin siinä unohtuu kaikki tommonen, että ei hetkeen mieli niitä kurjia asioita, mitä muuten tulee aika paljon mietittyä ja kelattua... niitä kurjia asioita, niin ne tavallaan jää pois silloin, kun keskittyy siihen kalastukseen --- Tuntuu vähän niin kuin aika katkeis. -- Silloin ei tuu mietittyä mitään kurjia, että silloin tulee mietittyä sitä kalastusta ja on mukavaa.

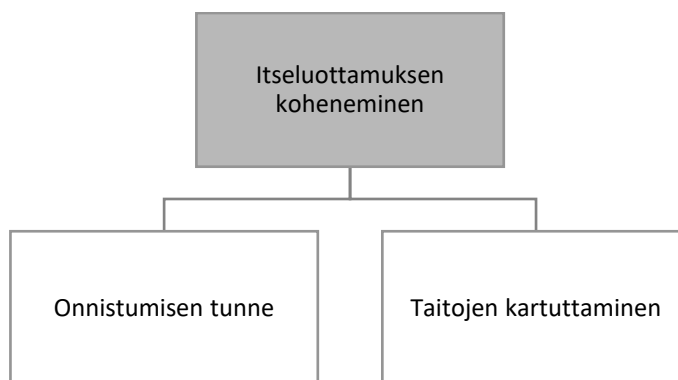
No kyllä se merkitsee tosi paljo, ku muuten monesti pitkin päivää on aika ahdistunut olo, niin on se mukavaa, kun siellä se ahdistus monesti vähän helpottaa.

Merkittävää oli vastauksista nousseet oivallukset, että toiminta oli keino lievittää pahaa oloa. Potilaat huomasivat yhteyden ahdistuksen, toiminnan ja siitä seuranneen paremman olon välillä: *”Sitä, että ainaki, että on mahdollisuus päästä siitä ahdistuksesta sitte..”* Eräessä vastauksessa kuvattiin merkittäväksi, että toiminta tarjosi lääkkeettömän vaihtoehdon parempaan oloon. Kalastuksen vaikutukset parempaan oloon näkyivät myös itsenäisen kalastamisen lisääntymisenä.

Vastaukset osoittivat, että kalastustoiminta tarjosi keinon **tunteiden käsittelymiseen**. Ilman kalaa jääminen ja saaliin karkaaminen harmittivat: *”Ei siinä, jos on pikkuhauki, mut jos se alkaa olla yli kahen kilon, niin vähän harmittaa pakosti (jos kala karkaa) --- Et mitä isompi niin, sitä enempi ottaa päähän.”* Porukan yhteishenki, eväät ja nuotio auttoivat tunteiden hallinnassa. Yhden vastauksen mukaan pilkkireissuilla pieni saalis käytettyyn aikaan nähden oli turhauttaa.

6.1.3 Itseluottamuksen koheneminen

Edellä mainittujen osa-alueiden lisäksi itseluottamuksen koheneminen oli yksi elämänhallinnan tunteen vahvistumiseen vaikuttava tekijä Green Care -toiminnassa. Onnistumisen tunne ja taitojen kartuttaminen lisäsivät itseluottamuksen tunnetta (kuvio 11).



Kuvio 11. Itseluottamuksen kohenemiseen vaikuttaneet kokemukset

Tuloksista nousi merkittävänä esiin **onnistumisen tunne**. Onnistumisen tunne ilmeni, kun kala nappasi kiinni. Myös kalan iso koko, kalan väsyttäminen ja veneeseen ylös saaminen olivat merkittävä osa onnistumisen tunnetta. Kalan saaminen ja siitä seuraava onnistumisen tunne olivat tekijöitä, jotka lisäsivät motivaatiota osallistua toimintaan. Vaikka kalaa ei olisi saatu nostettua veneeseen, tärppi koettiin tärkeimpänä tekijänä. Kova taistelu ison kalan kanssa oli mieleenpainuvaa ja

teki tyytyväiseksi. Vaikka yhden retken aikana olisi saanut paljon kalaa, tärppääminen koettiin silti joka kerta merkittävänä:

Se on se tärppi! Se, kun se näppää kiinni, niin se on niin hieno tunne. Se on jännä juttu, vaikka reissussa tulee pari-kolkytä haukee esimerkiksi, niin aina se tärppi on muka yhtä hyvä ja yhtä mahtava. Vaikka olis tullut kuinka monta ja kuinka paljon, niin aina, kun se tärppää, niin se on yhtä mahtava tunne. -- ..kun tärppi tulee, niin se on hyvä olo: JES!

Vastaukset osoittivat, että Green Care -toiminta opetti potilaille uusia taitoja ja lisäsi tietoa kyseisestä aiheesta. **Taidot karttuivat** itse kokeilemalla, ohjaajien avustuksella sekä muilta oppimalla. Opittuja taitoja olivat kalastukseen, kalastusvälineistöön, eläinten käsittelymiseen ja eläinten hoitoon liittyvät taidot.

6.2 Merkityksellinen arki

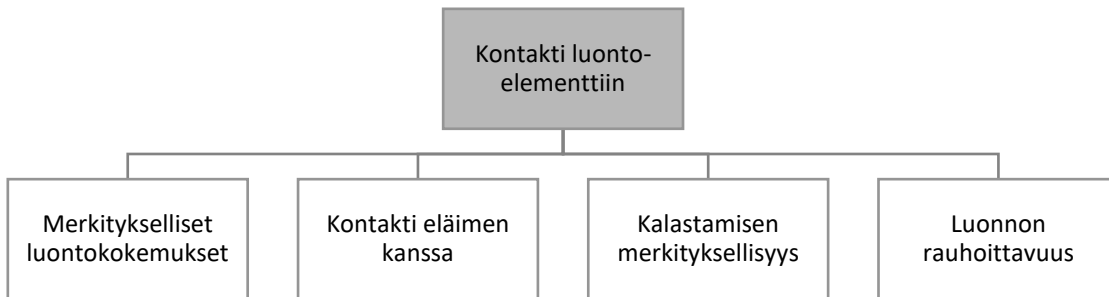
Merkityksellinen arki muodostui kontaktista luontoelementtiin, mielekkästä toiminnasta sekä yhteenkuuluvuudesta (kuvio 12).



Kuvio 12. Green Care -toiminnasta nousseet merkityksellisen arjen elementit

6.2.1 Kontakti luontoelementtiin

Ensimmäinen merkityksellinen tekijä Green Care -toiminnassa oli kontakti luontoelementtiin. Osa-alue muodostui merkityksellisistä luontokokemuksista, kontaktista eläimen kanssa, kalastamisen merkityksellisyydestä sekä luonnon rauhoittavuudesta (kuvio 13).



Kuvio 13. Kontaktin luontoelementtiin muodostaneet tekijät

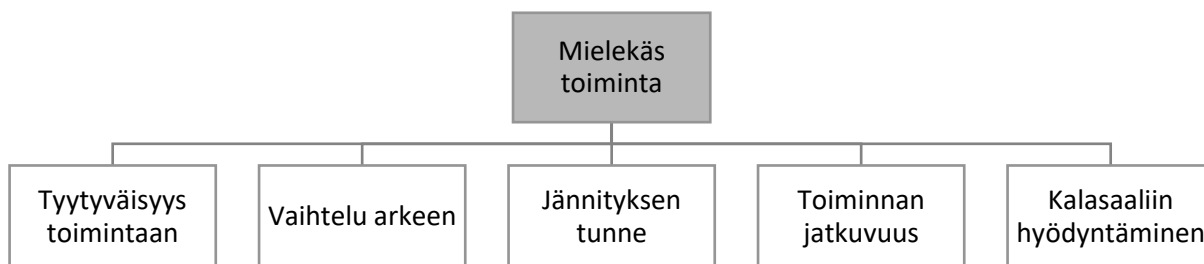
Merkitykselliset luontokokemukset muodostuivat mielekkäistä elämyksistä, kauniista maisemista, hyvistä kala-apajista sekä luonnossa vietetystä ajasta. Toiminta mahdollisti ulkona olemisen ja luonnossa liikkumisen: *"On siinä kalastamista --..siinä samalla tulee vähä niinku käveltyä mettässä ja merenrannalla ja... --- Ulkona oltua koko päivän. --- Kyllä me vähän sieniäkin käytiin kattoon tossa samalla reissulla. --- Mustikkaa vähän poimittiin.. Kaikki mitä luonto nyt tavallaan tarjoaa, niin ne on siinä sitte."* Luonnossa oleminen oheistoimintoineen sekä meren kunnioittaminen koettiin merkityksellisinä.

Lampaiden hoidossa oli tärkeintä **kontakti eläimen kanssa**. Kaikki toimintaan osallistuneet omasivat aikaisempaa kokemusta eläimistä, mutta eivät lampaista. Lampaiden läsnäolo, hellyydenkaipuu ja huomionkipeys koettiin mielekkäänä. Kontaktin saaminen eläimeen sekä luottamuksen muodostuminen olivat merkittäviä hetkiä toiminnassa: *"..siinä oli kaks semmosta arkaa, joista toinen kyllä sit oppi luottaa meihin, mut toinen ei päästäny lähelle -- ne kaikki muut oli sitte ihan huomionkipeitä. --- se tuntui siltä, et hienoa, että saa eläimen luottamuksen. -- Se on iso asia, oli eläin sit mikä vaan. -- kyl se tuntu tosi hyvältä."* Toiminta eläinten kanssa sai aikaan positiivista ja rauhallista mielialaa.

Kalastamisen merkityksellisyys ja kalan saamisen tärkeys näkyivät vahvasti vastauksissa. Veneily ja kalastus koettiin mielekkäinä ja kalastuksen koettiin olevan hyvä terapiamuoto. Kalastustoiminnan myötä into vanhaan harrastukseen saatettiin löytää uudelleen. **Luonnon rauhoittavuus** muodostui rauhasta ja hiljaisuudesta: *”Luonto mulle itelle merkitsee sellasta rauhottumista ja ehkä hiljaisuutta ja semmosta niinku keskittymistä siihen tiettyyn hetkeen.”* Luontoympäristöstä opittiin nauttimaan ja sen vaikutukset mm. stressin helpottamiseen havaittiin.

6.2.2 Mielekäs toiminta

Mielekäs toiminta muodostui tyytyväisyydestä toimintaan, vaihtelusta arkeen, jännityksen tunteesta, toiminnan jatkuvuudesta, sekä kalansaaliin hyödyntämisestä. Mielekkään toiminnan muodostavat ilmiöt on kuvattu kuviossa 14.



Kuvio 14. Mielekkään toiminnan kokemusten muodostuminen

Tyytyväisyys toimintaan nousi esiin vahvasti. Retkitoiminta oli virkistävää sekä odotettua ja silloin jopa herääminen aamulla koettiin helppona, vaikka muuten oli vaikeuksia herätä aamuisin. Mieliala oli innostunut ja odottavainen, kun tiesi, että pääsee rapsuttelemaan lampaita tai kalastamaan. Potilaat kokivat Green Care -toiminnan mukavana ja virkistävänä:

No sitte ku on perillä (sairaalassa), ni ehkä saattaa vähän masentaa, että taas tänne. Kyl ne retkipäivät on mukavia.

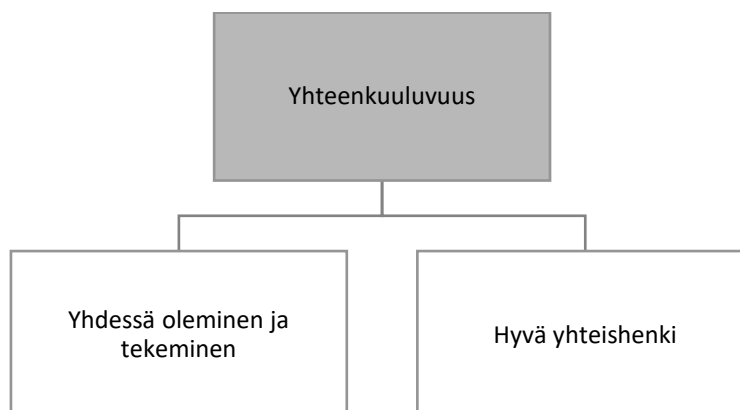
..veneessä pääsee kaks kerrallaan xxx (ohjaajan) kaa. -- kalaa on tullu.. -- Sitte yleensä voi rannalta heitellä. Sitte paljon grillataan tietysti myös makkaraa, syödään eväät ja juodaan kahvia. Sen semmosta, tosi mukavaa. Aina!

Mielekkyyttä elämään toi myös **vaihtelu arkeen**. Sairaala-arki voitiin kokea synkkänä ja haastavana, joten Green Care -toiminta tarjosi vaihtelua ja irtiottoa sairaalan rutiineihin. Retki sairaala-alueen ulkopuolella koettiin vapaana ja loman kaltaisena. Yksi mielekkyyden kokemuksen piirre oli **jännityksen tunne**. Jännityksen tunne liittyi olennaisena osana kalastukseen. Toiminnassa vallitsi epätieto siitä, tulisiko kalaa, millainen taistelu saaliin kanssa käytäisiin, saisiko kalan nostettua ylös ja minkä kokoinen saalis saataisiin. Yhdessä vastauksessa todettiin, että pilkkireissut olivat jännittäviä jään peltämisen riskin vuoksi, vaikka pilkille mentiinkin vain jään ollessa kestävä. Lampaidenhoitotoiminnassa lampaiden innokkuus ruokaa kohtaan teki toiminnasta jännittävää. Jännitystä aiheutti pieni pelko omasta kaatumisesta ja lampaiden alle jäämisestä.

Haastatteluissa potilaiden kommentteista nousi **toive toiminnan jatkuvuudesta**. Green Care -toimintaa todettiin järjestettävän hyvin, mutta toisaalta niitä toivottiin järjestettävän vielä enemmän niiden hyödyllisyyden vuoksi. Eläinavusteista toimintaa toivottiin lisää. Useimmissa vastauksissa kerrottiin, että kala päästettiin takaisin veteen, jos se oli syönyt siististi. Pari vastaajista kokivat **kalaan hyödyntämisen** merkittäväksi. Saalista hyödynnettiin valmistamalla siitä itse herkullinen ateria tai lahjoittamalla se osastolla oleville kavereille.

6.2.3 Yhteenkuuluvuus

Vastaukset osoittivat, että yhteenkuuluvuus muodostui yhdessä olemisesta ja tekemisestä sekä hyvästä yhteishengestä (kuvio 15).



Kuvio 15. Yhteenkuuluvuuden muodostuminen Green Care -toiminnassa

Green Care -toiminnassa **yhdessä oleminen ja tekeminen** koettiin yhdeksi toiminnan tärkeimmistä asioista. Vastausten perusteella ryhmätoiminta oli siis erittäin tärkeää. Yhdessä tekeminen, toiminnassa mukana oleminen sekä luonto yhdessä tekivät toiminnasta mukavaa. Potilaat myös kokivat, että eväiden syönti, makkaranpaisto, nuotiolla istuminen olivat merkityksellinen osa toimintaa:

”Kyllä se on (parasta toiminnassa) se kalastus ja se yhteinen.. yhdessäolo kaverien kaa ja eväitten syönti tietenki, on hernekeittoa ja leipää ja sitte kaffia on ja sit justiin se hyvä henki, mikä meillä on siellä kaverien kanssa.” Tunnelma nuotiolla oli erityislaatuinen ja keskustelu muiden kanssa oli helpompaa ja vapautuneempaa. Nuotion äärellä oli myös helpompi ystäväystyä muiden kanssa.

Tutkimustuloksista nousi merkittävänä esiin hyvän yhteishengen merkitys. **Hyvä yhteishenki** ja toimiva ryhmädynamiikka potilaiden ja tuttujien ohjaajien kesken koettiin ensisijaisen tärkeänä:

”..meillä on aika hyvä yhteishenki siellä retkellä. Ei siellä kiusata ketään. --- Ne on niin tuttuja nuo ohjaajatkin ja kaikki tuntee toisensa. --- Hyvä henki sillä porukalla.” Potilaat kokivat mielekkäänä, että pääsivät Green Care -toiminnassa olemaan osa porukkaa ja sen muodostamia keskusteluita ja tunnelmaa.

7 Pohdinta

7.1 Tutkimuksen luotettavuus

Tutkimuksen luotettavuutta on arvioitava kokonaisuutena ja koherenssi eli sisäinen johdonmukaisuus on oltava keskiössä. Tutkimuksen validiteetti tarkoittaa, että tutkimuksessa on tutkittu sitä mitä on suunniteltu. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 160–163.) Validiteetti voidaan jakaa sisäiseen ja ulkoiseen. Sisäinen validiteetti osoittaa tutkijan tieteellisen pätevyyden teorian, käsitteiden ja menetelmien hallinnassa. Ulkoinen validiteetti on aineiston ja siitä tehtyjen tulkintojen ja johtopäätösten pätevyyttä. (Eskola & Suoranta 2008, 212.) Tutkimuksen validiteettia pyrittiin vahvistamaan aikaisempaan tutkimustietoon perehtymällä, suunnitelmallisella valmistautumisella ja tutkimusvaiheiden huolellisella toteutuksella. Prosessin myötä tutkimusosaaminen laadulliseen tutkimukseen karttui, mutta tutkimuksesta on havaittavissa myös kokemuksen puute menetelmien hallinnan suhteen. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi olivat sopivat menetelmät kuvaamaan potilaiden kokemuksia Green Care -toiminnasta. Teemahaastattelu oli toimiva menetelmä aineiston keräämiseen tähän tutkimukseen osallistuneelta potilasryhmältä.

Tutkimuksen reliabiliteetti tarkoittaa, että tutkimus on toistettavissa. Reliabiliteettia luotettavuuden määreenä on kritisoitu, koska se soveltuu paremmin määrälliseen tutkimukseen. (Tuomi & Sarajarvi 2018, 160.) Yleistäminen voidaan kuvata myös siirrettävyytenä eli tutkimustulosten soveltuvuutena toiseen toimintaympäristöön. Vahvistuvuus tarkoittaa tehtyjen tulkintojen samankaltaisuutta verrattaessa aikaisempiin tutkimuksiin. (Eskola & Suoranta 2008, 68, 212.) Tämän tutkimuksen lähtökohtana olivat oikeuspsykiatristen ja vaikeahoitoisten potilaiden kokemukset Vanhan Vaasan sairaalassa järjestetystä Green Care -toiminnasta. Tutkimusasetelma suunniteltiin kyseiseen ympäristöön. Tämän tutkimuksen tulokset olivat samankaltaisia suhteessa aiempaan tieteelliseen tutkimukseen Green Care -toiminnasta. Sen perusteella voidaan ajatella, että tutkimus olisi siirrettävissä toiseen toimintaympäristöön. Tulokset eivät olleet sattumanvaraisia, jolloin se tukee myös tutkimuksen vahvistuvuutta.

Eskola & Suorannan (2008, 65) mukaan Sulkunen ja Kekäläinen (1992) toteavat, että laadullisessa tutkimuksessa ei pyritä tilastollisen tutkimuksen tavoin empiirisesti yleistettäviin päätelmiin, vaan kokonaisuuden muodostamiseen aineiston avulla. Tähän tutkimukseen osallistuneiden joukko oli verrattain pieni. Tutkimuksen luonne oli laadullinen ja tutkimuksen tarkoituksena oli kuvata potilaiden kokemuksiin pohjautuvaa tietoa Green Care -toiminnan hyvinvointia edistävästä tekijöistä. Tuloksia ei voida yleistää koskemaan kaikkia Green Care -toiminnan asiakasryhmiä tai oikeuspsykiatrisen sairaalan potilaita. Tämä tutkimus kuvasi kohderyhmän kokemuksia käytetyn analyysimenetelmän avulla.

Tutkimuksen uskottavuus on tutkijan käsitteellistyksen ja tulkinnan vastaavuutta tutkittavien käsityksistä (Eskola & Suoranta 2008, 211). Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta mietittäessä voidaan pohtia miten subjekti voi ymmärtää objektia eli miten tutkija voi ymmärtää haastateltua, mutta myös sitä, miten lukija ymmärtää tutkijan kirjoittaman raportin tutkimuksesta (Tuomi & Sarajarvi 2018, 76). Tutkijan objektiivisuus syntyy, kun oma subjektiivisuus tunnustetaan. Tutkija ei pidä mitään itsestäänselvänä, vaan suhtautuu tutkittavaan ilmiöön kuin ei tietäisi siitä etukäteen. (Eskola & Suoranta 2000, 17–18.) Tuloksia ja pohdintaa kirjoitettaessa tutkija palasi alkuperäisilmauksiin ja analyysiin tarkistamaan, että analyysin vaiheet ja käsitteet vastasivat potilaiden aitoja kokemuksia. Potilaiden kokemukset tallennettiin juuri sellaisena, kuin potilaat kertoivat ne. Toisaalta analyysivaiheessa tutkijan subjektiivisuutta saattoi sekoittua työhön

mukaan, kun havaintojen ryhmittely ja käsitteellistäminen tapahtuivat tutkijan oman näkemyksen ja kokemuksen mukaisesti.

Puolueettomuusnäkökulmaa voidaan pohtia siitä näkökulmasta, miten puolueettomasti tutkija tutkimukseen osallistujaan suhtautuu ja kuuntelee häntä. Vaikuttavatko tutkijan oma ammatti, sukupuoli tai jokin muu seikka tutkijan puolueettomuutta heikentävästi. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 160.) Tutkijan oli helppo antaa potilaille asiantuntijan rooli ja asettua haastatteluissa sivustaseuraajan rooliin, koska ei ole osallistunut kyseiseen kalastus- tai lampaidenhoitotoimintaan. Tutkijan oma ammatti toiminnallisen kuntoutuksen parissa edisti aitoa kiinnostusta potilaiden kokemuksia kohtaan.

Tutkimuksen luotettavuutta pyrittiin lisäämään relevantilla lähdeaineistolla. Viitatu tutkimukset ovat vertaisarvioituja artikkeleita ja menetelmäkirjallisuutta pyrittiin käyttämään monipuolisesti. Tämä tutkimus toteutettiin yksin, joten lähestyminen jokaiseen tutkimuksen vaiheeseen oli yksipuolista. Haastatteluiden, analyysin, tulosten ja johtopäätösten osalta tutkimuksen luotettavuutta olisi lisännyt se, että tekijöitä olisi ollut useampia, jolloin perspektiivi tarkastella ilmiötä olisi ollut laajempi. Tutkimusraporttiin kuvattiin rehellisesti tutkimuksen eteneminen vaihe vaiheelta. Haastatteluun osallistujat eivät ole päässeet tutustumaan tutkimuksen tuloksiin ennen työn julkaisua. Potilaille ja henkilökunnalle tullaan järjestämään tilaisuus, jossa tutkimuksen tulokset esitetään. Tämän tutkimuksen tulokset potilaiden hyvinvointikokemuksista ovat arvokasta tietoa toiminnan kehittämiseksi. Tutkimustulokset antavat konkreettista näyttöä siitä, millaisia vaikutuksia ja merkityksiä toiminta tuo tahdosta riippumattomassa hoidossa oleville potilaille. Green Care -toiminnan näkökulmasta tutkimustieto erilaisten asiakasryhmien parissa lisääntyy, vaikka tutkimustuloksia ei voida yleistää.

7.2 Tulosten tarkastelu

Hyvinvoinnin mittaaminen on haastavaa, koska hyvinvointi on jokaisen ihmisen subjektiivinen kokemus. Tutkimuksessa kerättiin tietoa siitä, millaiset tekijät lisäävät oikeuspsykiatristen ja vaikeahoitoisten potilaiden kokemaa hyvinvointia. Jokaiseen tutkimukseen osallistuneen potilaan vastauksista nousi esiin runsaasti erilaisia merkityksellisiä tekijöitä ja potilaiden omia oivalluksia luontoelementin ja toiminnan vaikutuksista omaan vointiin. Vastausten monipuolisuus ja runsaus

olivat positiivinen yllätys jo haastatteluvaiheessa. Haastatteluissa muutama potilas ei positiivisista kokemuksistaan huolimatta kokenut toiminnan edistäneen omaa kuntoutumista.

Tämän tutkimuksen tulokset olivat hyvin samankaltaisia, kuin tutkimuksen teoreettisessa viitekehyksessä esitellyt aikaisempien tutkimusten tulokset luontoelementin vaikutuksista hyvinvointiin. On huomionarvoista, että potilaat tunnistivat eläimen kanssa työskennellessä eläimen läheisyyden ja huomion tarpeen ja he kokivat, että eläimen luottamus tuli ansaita. Granerud ja Eriksson (2014, 329) ovat todenneet, että eläimen kanssa työskentely ja eläinten tarpeiden oppiminen lisäävät mielekkyyttä toimintaan ja vahvistavat henkilökohtaista kasvua.

Aiempien tutkimusten mukaan mielekkäät luontokokemukset rauhallisessa ympäristössä vähentävät stressiä, vahvistavat tahdonalaista tarkkaavuutta ja antavat tilaa ajatuksille (Kaplan & Kaplan, 1989, 180; Marklund ym. 2020, 238; Sahlin ym. 2012, 15). Samaan tapaan luontoelämysten, maisemien, luonnon rauhan ja hiljaisuuden vaikutukset mielen hyvinvointiin nousivat esiin myös tässä tutkimuksessa. Tutkimus korosti hyvän yhteishengen, yhdessäolon ja yhdessä tekemisen merkitystä. Luontoelementti edisti luottamuksellisen ilmapiirin syntymistä. Luottamus lisäsi ryhmädynamiikan vahvistumista ja yhteenkuuluvuuden tunnetta sekä helpotti vuorovaikutustilanteiden harjoittelua. Huomionarvoinen luottamusta lisäävä tekijä oli tasa-arvoinen suhde potilaiden ja ohjaajien välillä. Aiemmissä tutkimuksissa on myös tullut esiin ryhmän tuen merkitys. Yhdessä toimiminen vahvistaa sosiaalisia taitoja ja yhteistyötaitoja sekä lisää luottamusta ja hyväksyntää. (Granerud & Eriksson, 2014, 328; Joyce & Warren 2016, 210; Sahlin ym. 2012, 16.)

Yhteys henkilökunnan ja osallistujien välillä lisää luottamusta ja on toiminnan suurin vahvuus (Cipriani ym. 2018, 252). Potilaiden mielipiteiden huomioiminen ja tasapuolinen ilmapiiri edesauttavat yhteistyötä (Marklund ym. 2020, 238). Green Care -toiminnan vahvuudeksi tämän tutkimuksen vastauksista nousi ohjaajien ja potilaiden välisen yhteistyön toimivuus ja tasavertaisuus. Yhtenä merkittävimmistä asioista tutkimuksesta nousi esiin elämänhallinnan tunteen vahvistuminen (itse-tuntemus, mieliala, selviytyminen). Tämä on erittäin tärkeää oman sairauden ymmärtämisessä. Myös aiempien tutkimusten mukaan Green Care -toiminta on lisännyt osallistujien elämänlaatua elämänhallintaa, psyykkistä prosessointia ja itsetuntemusta edistämällä. (Joyce & Warren, 2016, 209; Salonen & Törnroos 2019, 10.)

Poikkeuksellista aiempiin tutkimuksiin verraten oli se, että tutkimustuloksista eivät nousseet aktiivisuuden lisääntymiseen ja kasvun seuraamiseen liittyvät asiat. Tähän tutkimukseen osallistui kalastustoimintaan ja lampaidenhoitoon osallistuneita potilaita. Toiminnassa ei seurattu luonnon kasvua. Toiminta ei ole ollut niin säännöllistä, että se olisi vaikuttanut aktiivisuuden lisääntymiseen. Joissakin vastauksissa tuotiin kalastustoiminnan tärkeyttä esiin ja kerrottiin, että kalastuspäivinä oli helpompaa herätä kuin normaalisti. Haastatteluissa tutkijan huomio kiinnittyi kalastusryhmään ja lampaidenhoitoryhmään osallistuneiden välinen ero toimintaan suhtautumisessa. Kalastusryhmään osallistuvilla suhtautuminen toimintaan oli motivoituneempaa ja innostuneempaa. He osasivat kuvata toimintaa laajemmin ja kertoa toiminnan merkittävistä tekijöistä. Jatkossa olisi mielenkiintoista selvittää mikä tämän eron aiheutti. Vaikuttivatko siihen tekijät toiminnan kestossa, sijainnissa, toiminnan tai potilaiden psyykkisessä voinnissa? Tämän tutkimuksen rajauksella sitä ei ollut mahdollista selvittää.

Tutkimustuloksista on erittäin tärkeää nostaa esiin se, että sairaala-alueen ulkopuolisen toiminnan merkitys oli potilaille suuri. Sairaala-alueen ulkopuolinen toiminta mahdollisti potilaille irtautumisen potilaan roolista, ikävistä ajatuksista ja sairaalamaailmasta. Aiemmat tutkimukset vahvistavat, että yhteys sairaalan ulkopuoliseen elämään, tilantuntu ja toiminta lisäävät suljetuissa oloissa elävien henkilöiden vapauden tuntua ja mielekkyyden kokemuksia (Marklund ym. 2020, 238; Olausson ym. 2019, 522; Salonen & Törnroos 2019, 13). Tämä tulos kannattaa hyödyntää toiminnan suunnittelussa tulevaisuudessa. Voidaanko negatiivisesti hoitoon suhtautuvan potilaan hoitomyönteisyyteen vaikuttaa sairaala-alueen ulkopuolisessa luontoympäristössä toimimista lisäämällä tai voisiko toimintaa luontoympäristössä hyödyntää potilaan ja hoitajan välisessä hoitosuhteessa potilaan luottamuksen syntymiseen?

Salosen (2020, 58) väitöstutkimuksen mukaan ohjattu toiminta edesauttaa luontokokemuksen kokonaisvaltaisuutta, psyykkistä prosessointia sekä toiminnan vaikutusten havainnointia. Tavoitteellisella luontokokemusten ohjauksella voidaan vaikuttaa psyykkisen hyvinvoinnin kokonaisvaltaiseen edistämiseen esimerkiksi kielteisyyteen tai minäkuvaan vaikuttamalla. (Salonen 2020, 57–58.) Tässä tutkimuksessa havaittiin potilaiden kokemuksista nousseita merkityksellisiä tekijöitä ohjatussa luontotoiminnassa sekä hyvinvointia kohottavia asioita. Nämä asiat tukevat ajatusta säännöllisen, suunnitelmallisen ja tavoitteellisen toiminnan avulla tapahtuvasta hyvinvoinnin edistämisestä.

Tutkimustulosten pohjalta potilaan hyvinvointia lisäävät tekijät Green Care -toiminnassa olivat elämänhallintaan liittyvät henkilön sisäiset tekijät sekä merkitykselliseen arkeen liittyvät ulkoiset tekijät. Sisäisiin tekijöihin lukeutuivat positiivisista asioista nousevat henkilökohtaiseen kasvuun liittyvät asiat sekä haastavissa asioissa selviytymistä tukevien toimintamallien muodostuminen (kuten ahdistuksen sieto). Ulkoisiin tekijöihin kuuluivat osallisuuteen ja motivaatioon liittyvät asiat, joita pidettiin merkityksellisinä. Green Care -toiminta lisäsi potilaan tunnetta osallisuudesta. Osallisuus liittyi luontoelementtiin, yhdessäoloon, yhteistyöhön, luottamukseen, tasa-arvoisuuteen sekä ryhmädynamiikkaan. Motivaatio muodostui mielekkyydestä, aktiivisuudesta ja sitoutumisesta. Potilaan hyvinvointia lisäävät tekijät voidaan nähdä kuntoutumista edistävinä elementteinä. Green Care -toiminnan avulla voidaan harjoitella asioita, jotka ovat potilaalle vaikeita, esimerkiksi sosiaaliset tilanteet. Hetki lammaslauman herkeämättömän huomion keskipisteenä tai yhteisö nuotion ympärillä puhumassa kalatarinoita luovat erilaisen ympäristön ja tunnelman harjoitella sosiaalisia tilanteita kuin suljetun osaston päiväsaali.

Tämän tutkimuksen tuloksista saatiin arvokasta tietoa potilaiden kokemuksista luontoympäristössä toimittaessa. Potilaat ovat selvästi hyötyneet toiminnasta ja osanneet tuoda esiin ilmiöitä, jotka toiminnassa vahvistavat koettua hyvinvointia. Nämä tulokset huomioiden Vanhan Vaasan sairaalassa Green Care -toimintaa tulisi kehittää enemmän yksilöllisiltä tavoitteiltaan näkyväksi osaksi sellaisten potilaiden hoitoa, joille siitä on osoitettavissa hyötyä. Yhteistyötä olisi hyvä lisätä Green Care -toimintaa vetävien ohjaajien ja muun potilaan hoitoon osallistuvan moniammatillisen tiimin välillä. Potilaan hoidon tarvetta voitaisiin pohtia siitä näkökulmasta, miten siihen voitaisiin pyrkiä luontoelementin avulla. Tässä korostuu ohjaajien ammattitaito huomioida Green Care -toiminnassa potilaiden vahvuudet ja kehittämiskohteet. Tavoitteiden kirkastamisen myötä myös toiminnalle kohdistuvat tarpeet ja kehittämiskohteet voisivat tulla enemmän esiin.

Kela ja Kuntoutussäätiö julkaisivat syksyllä 2021 käsikirjan eläinavusteisten menetelmien laadukkaasta toteutuksesta. Käsikirjan mukaan eläinavusteisen työskentelyn suunnittelu ja järjestelmällinen itsearviointi hyödyttävät organisaatiota palvelutoiminnan kehittämisenäkökulmasta ja asiakasta toiminnan vaikutusten näkökulmasta. Järjestelmällinen seuranta edesauttaa hallitsemaan koko palveluprosessin toimivia ja kehitettäviä piirteitä, lisää läpinäkyvyyttä ja ymmärrystä toiminnan vaikutuksista. (Hautamäki ym. 7, 50) Jotta potilaat hyötyisivät toiminnasta parhaalla mahdollisella tavalla ja siitä saataisiin hyvinvointia edistäviä vaikutuksia, toiminnan pitäisi olla säännöllistä

ja jatkuvaa. Tämä pitäisi huomioida toiminnan suunnittelussa ja resursseissa. Aiemmassa ruotsalaistutkimuksessa on todettu, että oikeuspsykiatrisilla potilailla oli selkeä näkemys siitä, mitä he tarvitsisivat kuntoutuakseen ja lisätäkseen hyvinvointiaan. Potilailla oli kokemus, ettei näitä näkemyksiä huomioitu, vaan ne ohitettiin hoitohenkilökunnan taholta. (Marklund ym. 2020, 238.) Toiminnan kehittämisessä kokeilemisen arvoista olisi ottaa potilaat mukaan toiminnan sisällön ja uusien toimintamuotojen suunnitteluun.

Luontolähtöisen toimialan kansallinen tutkijaryhmä suosittelee ihmisen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin kohentamiseen ja ongelmiin puuttumiseen luontolähtöisiä menetelmiä niiden monipuolisuuden vuoksi. Green Care -toiminta on hyödyllinen toimintatapa yksilön voimaannuttamiseen sekä toimijuuteen yksilötasolla. Luontolähtöisen toiminnan vaikuttavuuden arvioinnissa tulisi tunnistaa ja hallita prosessit tarkemmin. (Ylilauri & Yli-Viikari 2021, 68–70) Eläinavusteisen työskentelyn järjestelmällinen itsearviointi lisää asiakkaiden ymmärrystä toiminnasta. Toiminnan suunnitelmällisyys, tavoitteellisuus sekä dokumentointi ovat avainasemassa toiminnan vaikuttavuutta arvioitaessa. Työskentelyn vaikutusten arviointia tulisi tehdä suhteessa asiakasprosessiin sekä palvelumalliin esimerkiksi prosessikuvauksen tai vaikutusketjun avulla. Eläinavusteisten menetelmien vaikuttavuustutkimuksen lähtökohtana on selvittää, mitä hyötyä eläin toimintaan tuo ja millainen on vaikutusmekanismi. (Hautamäki ym. 2021, 50–54.) Prosessikuvauksien tekemistä Green Care -toiminnan eri toimintamuodoista Vanhan Vaasan sairaalassa kannattaisi harkita. Prosessikuvausten kautta saataisiin tietoa, josta hyötyisivät niin potilaat, kuin sairaalan henkilökunta. Green Care -toiminnan sisältö ja merkitys olisi helpommin hahmotettavissa ja perusteltavissa. Lisäksi Green Care -toiminnan vaikuttavuuden arviointia voitaisiin lähteä viemään eteenpäin prosessikuvauksia hyödyntämällä.

Luontolähtöisen toiminnan tärkeydestä ja ajankohtaisuudesta kertoo myös se, että eduskuntaan perustettiin tammikuussa 2022 eläinavusteinen työryhmä, jonka tavoitteena on edistää eläinavusteista työskentelyä Suomessa. Eläinavusteisen työryhmän tavoitteena on toiminnan tunnettavuuden lisääminen, aseman vakauttaminen sote-palveluissa sekä kouluympäristöissä ja tutkimuksen tukeminen. Työryhmän tarkoituksena on eläinavusteisen työskentelyn hyötyjen ja kehitystarpeiden ymmärryksen lisääminen päätöksentekoa varten. (Eduskuntaan perustettiin eläinavusteinen työryhmä 2022.) Kun tämä opinnäytetyö aloitettiin keväällä 2019, Green Care -toimintaan liittyviä

opinnäytetöitä löytyi merkittävästi vähemmän, kuin nyt. Tämä kertoo Green Care -toiminnan kasvusta ja suosiosta kansallisesti. Green Care -toimintaan liittyvät opinnäytetyöt ovat suuntautuneet suurelta osin Green Care -toiminnan toimintamalleihin, menetelmiin, palvelumuotoiluun sekä ohjausosaamiseen. Pienempi osuus opinnäytetöistä on käsitellyt Green Care-toimintaa suhteessa jonkun asiakasryhmän kokemuksiin. Oikeuspsykiatristen ja vaikeahoitoisten potilaiden kohde-ryhmä on Suomessa verrattain pieni, joten tämä tutkimus oli ensimmäinen laatuaan tässä kohde-ryhmässä.

7.3 Johtopäätökset

Tässä tutkimuksessa kartoitettiin potilaiden hyvinvointiin liittyviä tekijöitä, jotka muodostuivat Green Care -toiminnassa. Tutkimuksen tavoitteena oli tarkastella oikeuspsykiatristen ja vaikeahoitoisten potilaiden subjektiivisia kokemuksia Green Care -toiminnasta koettuun hyvinvointiin sekä mielekkyyden ja merkityksellisyyden näkökulmiin. Tarkoituksena oli tuottaa tietoa, jonka avulla Green Care -toimintaa ja toiminnan laatua voidaan jatkossa kehittää. Lähtökohdan tutkimukselle muodostivat tavoite saada selville toiminnan hyötyjä, mielenkiinto potilaiden kokemuksista sekä pyrkimys toiminnan sisällön ja laadun kehittämiseen. Vanhan Vaasan sairaalassa Green Care -toimintaa on vuosien mittaan kehitetty, toiminta on lisääntynyt ja saanut erilaisia muotoja.

Tutkimuskysymysten avulla haettiin vastauksia potilaiden kokemuksista Green Care -toimintaan ja koettuun mielekkyyteen sekä toiminnan vaikutuksista koettuun hyvinvointiin. Tulosten perusteella voidaan todeta, että potilaiden kokemukset toiminnasta olivat hyvin positiivisia ja voimaannuttavia. Mielekkyyden kokemukset syntyivät onnistuneista luontokokemuksista ja arjen merkityksellisistä hetkistä. Green Care -toiminta Vanhan Vaasan sairaalassa on vahvistanut potilaiden elämäntaitoja, jotka voivat edesauttaa henkilökohtaista kuntoutumista. Tutkimus osoittaa, että Green Care -toiminta koetaan mielekkäänä toimintana oikeuspsykiatristen ja vaikeahoitoisten potilaiden joukossa ja tuloksista nousee paljon hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä. Tutkimus onnistui kuvaamaan toimintaan osallistuneiden potilaiden kokemuksia ja tuomaan esiin toiminnan merkittäviä tekijöitä. Tutkimuksesta nousi esiin potilaiden kokemus ja tarve mielekkästä toiminnasta luontoympäristössä. Mielekäs toiminta sai potilaan aktivoitumaan, sitoutumaan toimintaan ja motivaation kasvamaan. Green Care -toiminta voidaan nähdä voimavaralähtöisenä toimintamallina, joka voi auttaa potilaista arjen haasteissa ja vahvistaa pystyvyyden kokemusta.

Johtopäätöksenä saaduista potilaskokemuksista suhteessa Vanhan Vaasan sairaalan Green Care -toimintaan voidaan todeta, että toiminta on tarpeellista ja sen kehittämistä kannattaa jatkaa. Potilaat kokivat toiminnan mielekkääksi ja hyödylliseksi. Saatujen tutkimustulosten perusteella voidaan todeta, että toiminta ei ole ollut pelkästään mukavaa toimintaa sairaala-arjessa, vaan sieltä nousivat esiin potilaiden oppimiskokemukset, psyykkinen prosessointi ja henkilökohtainen kasvu. Green Care -toiminnan avulla potilaiden kuntoutumista voidaan edistää toiminnallisoin keinoin.

7.4 Jatkotutkimusehdotuksia

Tutkimustulosten pohjalta voidaan todeta Green Care -toiminnan olevan potilaskokemusten perusteella merkittävää. Seuraava luonnollinen jatkumo jatkotutkimuksen kautta olisi tutkia Vanhan Vaasan sairaalan Green Care -toiminnan vaikuttavuutta pidemmällä aikavälillä. Vaikuttavuustutkimukseen tarvitaan mittari. Mittarina voidaan käyttää joko jotain olemassa olevaa mittaria tai kehittää aivan uusi. Oleellista on määrittää ne kriteerit, mitä mittarilla halutaan mitata. Vaikuttavuustutkimus pidemmällä aikavälillä antaa toiminnasta perusteellisempaa tietoa, kuin yksittäinen kokemuksen tutkiminen.

Toisena jatkotutkimusehdotuksena on vertaileva tutkimus ohjattujen ja omakohtaisten luontokokemusten hyvinvointivaikutuksista oikeuspsykiatrisessa hoitoympäristössä. Aiheen lähestymiskulmassa voitaisiin tarkastella omaehtoisten ja ohjattujen luontokokemusten eroavaisuuksia ja samankaltaisuuksia.

Luontoelementtiä voidaan käyttää apuna luottamuksen rakentumiseen haastavissa hoitosuhdetilanteissa (Ylilauri & Yli-Viikari 2012, 71). Kolmantena jatkotutkimusehdotuksena on Green Care -toiminnan hyödyntäminen potilaan ja hoitajan välisen hoitosuhteen luottamuksen ja dialogisuuden edistämiseksi.

Lähteet

Alasuutari, P. 1993. Laadullinen tutkimus. Jyväskylä: Gummerus.

Askola, R., Nikkonen, M., Paavilainen, E., Soininen, P., Putkonen, H. & Louheranta, O. 2016. Forensic Psychiatric Patients' Perspectives on Their Care: A Narrative View. *Perspectives in Psychiatric Care*, 54, 64–73.

Cipriani, J., Benz, A., Holmgren, A., Kinter, D., McGarry, J. & Rufino, G. 2017. A Systematic Review of the Effects of Horticultural Therapy on Persons with Mental Health Conditions. *Occupational Therapy in Mental Health*, 33, 1, 47–69.

Cipriani, J., Georgia J., McChesney, M., Swanson, J., Zigon, J. & Stabler, M. 2018. Uncovering the Value and Meaning of a Horticulture Therapy Program for clients at a Long-Term Adult Inpatient Psychiatric Facility. *Occupational Therapy in Mental Health*, 34, 3, 242–257.

Eduskuntaan perustettiin eläinavusteinen työryhmä. 2022. Uutinen Aamuset kaupunkimedian www-sivuilla 14.1. 2022. Viitattu 3.5.2022. <https://aamuset.fi/artikkeli/5537993>

Elo, S. & Kyngäs, H. 2008. The qualitative content analysis process. *Journal of Advanced Nursing*, 62, 1, 107–115.

Eskelinen, P., Smeds, P., Soini, K., Tuohimetsä, S. & Vehmasto, E. 2018. Hyvinvointia luonnonvestistä. Vesiympäristöistä palveluita arkeen, matkailuun, opetukseen sekä sosiaali- ja terveyssektorille. Luonnonvarakeskus LUKE. Viitattu 5.4.2019. <http://jukuri.luke.fi/bitstream/handle/10024/543219/Hyvinvointialuonnonvestista.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Eskola, J. & Suoranta, J. 2008. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 8. painos. Tampere: Vastapaino.

Granerud, A. & Eriksson, B.G. 2014. Mental Health Problems, Recovery, and Impact of Green Care Services: A Qualitative, Participant-Focused Approach. *Occupational Therapy in Mental Health*, 30, 4, 317–336.

Gray, J.R. 2017. Qualitative research methods. Julkaisussa *The Practice of Nursing Research. Appraisal, Synthesis, and Generation of Evidence*. Toim. Gray, J.R., Grove, S.K. & Sutherland, S. 8. painos. St. Louis: Elsevier.

Green Care-toiminnan eettiset ohjeet. 2012. Eettinen ohjeistus Green Care Finland ry:n www-sivuilla 13.4.2012. Viitattu 1.5.2022. Ohjeet <https://www.gcf Finland.fi/yhdistys/yhdistyksen-eettiset-ohjeet/>

Hautamäki, L., Ramadan, F. & Vilhunen, T. 2021. Millainen on hyvä eläinavusteinen interventio? Käsikirja eläinavusteisten menetelmien laadukkaaseen toteuttamiseen eri toimintaympäristöissä. *Kuntoutusta kehittämässä* 29, 2021. Helsinki: Kela. Viitattu 3.5.2022. https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/331626/Kuntoutustakehittamassa29_saavutetta_va.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Haw, C., Stubbs, J., Bickle, A. & Stewart, I. 2011. Coersive treatments in forensic psychiatry: a study of patients' experiences and preferences. *The journal of Forensic Psychiatry & Psychology*, 22, 4, 564–585.

Henkilötietojen minimointi tieteellisessä tutkimuksessa. N.d. Tietosuojavaltuutetun www-sivuilla. Viitattu 10.5.2022. <https://tietosuoja.fi/henkilotietojen-minimointi-tieteellisessa-tutkimuksessa>

- Hyvinvointi. 2015. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivuilla 7.12.2015. Viitattu 20.3.2019. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi>
- Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. 2012. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2012. Helsinki: Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Viitattu 7.4.2019. https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf
- Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. 2019. Tutkimuseettisen toimikunnan ohje 2019. Tutkimuseettisen toimikunnan julkaisu, 3, 2019. Helsinki: Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Viitattu 1.5.2022. https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2020.pdf
- Joyce, J. & Warren, A. 2016. A Case Study Exploring the Influence of a Gardening Therapy Group on Well-Being. *Occupational Therapy in Mental Health*, 32, 2, 203–215.
- Kahilaniemi, E. 2016. Eläinavusteinen interventio. Asiakkaan toiminnallisuuden tukeminen koiraavusteisin menetelmin. Tampere: Eeva Kahilaniemi/ Voimatassu Ky.
- Kallio-Eerikäinen, A-M. 2019. Toiminnallisen kuntoutuksen toimintasuunnitelma. Vanhan Vaasan sairaala.
- Kallio-Eerikäinen, A-M. & Kiuru, P. 2018. Green Care -toiminta Vanhan Vaasan sairaalassa. Esite. Vanhan Vaasan sairaala.
- Kaplan, R. & Kaplan, S. 1989. *The Experience of Nature. A Psychological Perspective*. New York: Cambridge University Press.
- Kaplan, S. 1995. The restorative benefits of nature: Toward an integrative framework. *Journal of Environmental Psychology*, 15, 169–182.
- Kaplan, S. 2001. Meditation, restoration, and the management of mental fatigue. *Environment and behavior*, 33, 4, 480–506.
- Koukkari, M. 2010. Tavoitteena kuntoutuminen. Kuntoutujien käsityksiä kokonaisvaltaisesta kuntoutuksesta ja kuntoutumisesta. Väitöskirja. Lapin yliopisto, yhteiskuntatieteiden tiedekunta, Acta Electronica Universitatis Lapponiensis 56. Viitattu 13.10.2011. <https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/61643/Koukkari+DORIA.pdf?sequence=1>
- Kuntoutuksen uudistamiskomitea. 2017. Kuntoutuksen uudistamiskomitean ehdotukset kuntoutusjärjestelmän uudistamiseksi. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2017:41. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 5.1.2021. http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160273/RAP2017_41.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Kuula, A. 2006. *Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys*. Tampere: Vastapaino.
- Kyngäs, H., Elo, S., Pölkki, T., Kääriäinen, M. & Kanste, O. 2011. Sisällönanalyysi suomalaisessa hoitotieteellisessä tutkimuksessa. *Hoitotiede*, 23, 2, 138-148.
- Laine, T. 2007. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomologinen näkökulma. Julkaisussa Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Toim. Aaltola, J. & Valli, R. Juva: WS Bookwell Oy.
- Lundqvist, M., Carlsson, P., Sjö Dahl, R., Theodorsson, E. & Levin, L-Å. 2017. Patient benefit of dog-assisted interventions in health care: a systematic review. *BMC Complementary and Alternative Medicine*, 17, 1, 358–369.

- Luonto hyvinvoinnin lähteenä. 2013. Esite. VoiMaa!-hanke. Viitattu 12.03.2019.
<https://portal.mtt.fi/portal/page/portal/mtt/hankkeet/greencare/voimaa/greencare.pdf>
- Marklund, L., Wahlroos, T., Ejneborn Looi, G-M. & Garbriellsson, S. 2020. 'I know what I need to recover': Patients' experiences and perceptions of forensic psychiatric inpatient care. *International Journal of Mental Health Nursing*, 29, 235–243.
- Mathers, N., Fox, N. & Hunn, A. 1998. Trent Focus for Research and Development in Primary Health Care: Using Interviews in a Research Project. Trent Focus Group. Päivitetty 2002. Viitattu 22.4.2022. https://www.academia.edu/2202471/Using_interviews_in_a_research_project
- Maujean, A., Pepping, C.A. & Kendall, E. 2015. A Systematic Review of Randomized Controlled Trials of Animal-Assisted Therapy on Psychosocial Outcomes. *Anthrozoös*, 28, 1, 23–36.
- Mielenterveyslaki 1116/1990. Laki mielenterveydestä. Annettu 14.12.1990. Viim. muutos 8.1.2016. Viitattu 12.03.2019. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1990/19901116>
- Mielentilatutkimukset. 2019. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivuilla. Päivitetty 22.8.2019. Viitattu 11.4.2022. <https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyspalvelut/oikeus-psykiatria/mielentilatutkimukset>
- Mitä on Green Care? N.d. Menetelmän esittely Green Care Finland ry:n www-sivuilla. Viitattu 12.3.2019. <http://www.gcfinland.fi/green-care/>
- Nikander, P. 2010. Laadullisten aineistojen litterointi, kääntäminen ja validiteetti. Julkaisussa Haastattelun analyysi. Toim. Ruusuvuori, J., Nikander, P. & Hyvärinen, M. Tampere: Vastapaino.
- Olausson, S., Danielson, E., Berglund Johansson, I. & Wijk, H. 2019. The meanings of place and space in forensic psychiatric care – A qualitative study reflecting patients' point of view. *International Journal of mental Health Nursing*, 28, 516–526.
- Patton, M.Q. 2015. *Qualitative Research & Evaluation Methods*. Fourth edition. SAGE Publications, Inc.
- Rissanen, P. 2015. Toivoton tapaus? Autoetnografia sairastumisesta ja kuntoutumisesta. Väitöskirja. *Kuntoutussäätiön tutkimuksia* 88/2015. Helsinki: Kuntoutussäätiö. Viitattu 4.4.2019. https://kuntoutussaatio.fi/assets/files/2021/04/Paivi_Rissanen.pdf
- Ruusuvuori, J. 2010. Litteroijan muistilista. Julkaisussa Haastattelun analyysi. Toim. Ruusuvuori, J., Nikander, P. & Hyvärinen, M. Tampere: Vastapaino.
- Ruusuvuori, J., Nikander, P. & Hyvärinen, M. 2010. Haastattelun analyysin vaiheet. Julkaisussa Haastattelun analyysi. Toim. Ruusuvuori, J., Nikander, P. & Hyvärinen, M. Tampere: Vastapaino.
- Sahlin, E., Matuszczyk, J.V., Ahlborg, G. Jr. & Grahn, P. 2012. How Do Participants in Nature-Based Therapy Experience and Evaluate Their Rehabilitation? *Journal on Therapeutic Horticulture*, 22, 1, 8–18.
- Salonen, K. 2020. Kokonaisvaltainen luontokokemus hyvinvoinnin tukena. Väitöskirja. Tampereen yliopiston väitöskirjat 253. Tampere: Tampereen yliopisto. Viitattu 10.4.2022. <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/121602/978-952-03-1563-4.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Salonen, K. & Törnroos, K. 2019. Luontointerventiot hyvinvoinnin tukena Green Care -toiminnassa. *Kuntoutus* 42, 1, 5–17.

Shen, R.Z.Z., Xiong, P., Chou, U.I. & Hall, B.J. 2018. "We need them as much as they need us": A systematic review of the qualitative evidence for possible mechanisms of effectiveness of animal-assisted intervention (AAI). *Complementary Therapies in Medicine*, 41, 203–207.

Soini, K. (toim.). 2014. Luonnosta hoivaa ja voimaa. Miten arvioida Green Care-toiminnan vaikuttavuutta. *MTT Kasvu*, 21. Helsinki: Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskus MTT. Viitattu 5.4.2019. <http://www.mtt.fi/mttkasvu/pdf/mttkasvu21.pdf>

Steigen, A.M., Kogstad, R. & Hummelvoll J.K. 2016. Green Care services in the Nordic countries: an integrative literature review. *European Journal of Social Work*, 19, 5, 692–715.

Tietosuojalaki 1050/2018. Laki henkilöiden suojelusta henkilötietojen käsittelyssä. Annettu 5.12.2018. Viim. muutos 27.11.2020. Viitattu 10.5.2022.

<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2018/20181050#L1P1>

Tiitinen, K. 2015. Mielentilatutkimus/oikeuspsykiatrisen potilaan hoitoprosessi Vanhan Vaasan sairaalassa. Mielentilatutkimuksen/hoidon ja kuntouttamisen prosessi- ja menetelmäkuvauksia. Esite. Vanhan Vaasan sairaala.

Toimintakertomus. 2020. Vanhan Vaasan sairaala. Viitattu 11.4.2022. <https://www.vvs.fi/wp-content/uploads/2021/11/Allekirjoitettu-Vanhan-Vaasan-sairaalan-toimintakertomus-2020.pdf>

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos. Helsinki: Tammi.

Valtion sosiaali- ja terveydenhuollon erityispalvelut. 2018. Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivuilla. 8.1.2018. Viitattu 12.03.2019. <https://thl.fi/fi/palvelut-ja-asiointi/valtion-sosiaali-ja-terveydenhuollon-erityispalvelut>

Ylilauri, M. & Yli-Viikari, A. 2021. Green caren tulevaisuudennäkymiä. Julkaisussa Green Care -kokeilemisen arvoinen asia. Luonnollista tukea elämään (LuoNa) -hankkeen kokemukset ja keskeiset tulokset. Toim. Ylilauri, M. Vaasan yliopiston raportteja 26. Vaasa: Vaasan Yliopisto.

Yli-Viikari, A. & Lilja, T. 2016. Se metsä on täynnä kyneleitäni. Luonnon hyvinvointimerkityksiä jäljittämässä. *Alue ja ympäristö*, 45, 1, 68-79. Viitattu 19.3.2019.

<https://aluejaymparisto.journal.fi/issue/view/4261>

Liitteet

Liite 1. Haastattelurunko

Teemarunko: (Nuolen jälkeen merkitty tarkentavia kysymyksiä, mikäli potilaan vastaus jää muutoin suppeaksi.)

- Miten päädyit Green Care -toimintaan?
- Kerro kalastusretkestä/hetkestä, kun olet ollut hoitamassa lampaista.
 - **Miten päivä etenee ja millaisia tehtäviä sinulla on?** → Miten valmistaudut päivään? Miten se poikkeaa muista päivistä? Teetkö tehtävät yksin vai jonkun toisen kanssa? Jutteletko paljon muiden kanssa? Onko sinulla oma vastuualue?
 - **Kerro tärkeä hetki kalastusretkeltä/lampaiden hoidosta.** → Miksi siitä tuli hyvä hetki? Miten se auttoi sinua? Mitä se merkitsi sinulle?
 - **Ajattele päivää, kun olet menossa kalastusretkelle/hoitamaan lampaista. Miten kuvailisit mielialaasi?** → Pysyykö mieliala toiminnan aikana samana ja onko mieliala toiminnan jälkeen erilainen kuin aamulla? Mistä se johtuu? Mitä se merkitsee sinulle?
 - **Mitä pidät kalastusretkillä/lampaiden hoidossa parhaina asioina?** → Onko retkillä jotain, mitä et pidä mielekkäänä?
 - **Mitä kalastusretket/lampaiden hoito ovat/on opettaneet sinulle?** → Mikä on ollut tärkeintä? Mitä se merkitsee sinulle? Edistääkö omia kuntoutustavoitteita?
 - **Mitä luonto ja kalastustoiminta/lampaiden hoito tarjoaa sinulle?** → Mitä se merkitsee sinulle? Millaisena koet toiminnan muiden ihmisten kanssa ryhmässä?
 - **Mikä toiminnassa motivoi?**

Liite 2. Aineistonhallintasuunnitelma opinnäytetyössä

1. Opinnäytetyön aineisto

Opinnäytetyön aineisto muodostuu potilashaastatteluista Vanhan Vaasan sairaalassa, jotka nauhoitetaan nauhurille.

2. Aineiston dokumentointi

Aineisto numeroidaan haastatteluittain. Litteroitu haastatteluaineisto koodataan numeroin (esim. A.1, A.2), jolloin analyysin myöhemmissä vaiheissa päästään tarvittaessa alkuperäisilmaisujen lähteelle alkulähteille. Aineistossa ei mainita haastateltavien nimiä.

3. Aineiston laatu

Haastattelut puretaan nauhalta sanasta sanaan täsmällisesti ja varmistaen, ettei litteroinnin aikana aineistoon synny virheellistä tekstiä. Rehellisyys ja tarkkuus huomioidaan koko prosessin aikana.

4. Henkilötietorekisteri

Potilailta kerätään kirjallinen suostumus tutkimukseen osallistumisesta. Lomake on ainut dokumentti, johon potilaan nimi tulee. Suostumukset säilytetään lukollisessa kaapissa erillään muusta tutkimusaineistosta. Nauhoitettu ja litteroitu aineisto ei sisällä potilaiden henkilötietoja eikä arkaluontoisia tietoja. Nauhoitteet sisältävät epäsuoraa tunnistetietoa eli äänen. Nauhoitteet ovat vain tutkijan käytettävissä ja ne hävitetään asianmukaisesti työn valmistuttua.

5. Aineiston tallennus ja varmuuskopiointi

Anonymisoitu aineisto tallennetaan pilvipalveluun ja tehdään dokumenteista varmuuskopiot. Käytettävissä oleva tietokone on ainoastaan tutkijan käytössä ja suojattu salasanalla. Dokumentteihin pääsy on kahden salasanan takana. Salasanan vahvuuteen on kiinnitetty huomiota.

6. Tietojen suojaaminen

Tietoja suojataan työskentelemällä aineiston parissa yksin. Tietokoneen äärestä poistuessa koneelta kirjaututaan ulos. Salasanoja ei luovuteta muille. Tietokoneen suojaustaso pidetään ajan tasalla.

7. Tutkimuseettiset ongelmat

Tutkimuksessa noudatetaan hyvän tieteellisen käytännön periaatteita. Yksityisyyden turva suojataan sillä, että haastattelut anonymisoidaan koodaamalla, eikä henkilötietoja tallenneta aineistoon. Tutkimustulokset esitellään niin, ettei niistä pysty tutkimukseen osallistuneita tunnistamaan. Potilaat päättävät itse, mitä tietoja he haluavat tutkimukseen itsestään kertoa. Osallistuminen on täysin vapaaehtoista.

8. Aineiston omistus- ja käyttöoikeudet

Opinnäytetyön tilaaja on Vanhan Vaasan sairaala, jonka eettinen toimikunta myöntää tutkimusluvan kyseisen tutkimuksen toteuttamiseen. Aineiston omistusoikeudet ovat Vanhan Vaasan sairaalalla. Aineiston tuottaa tutkimuksen tekijä Kirsi Perjus-Pukkila, jolla on käyttöoikeudet aineistoon.

9. Aineiston jatkokäyttö ja tuhoaminen

Aineistoa ei säilytetä mahdollista jatkokäyttöä varten, vaan tutkimuksen valmistumisen jälkeen se tuhoataan asianmukaisin menetelmin. Tallennetut tiedostot ja varmuuskopiot poistetaan tietokoneelta.

Liite 3. Haastatteluun osallistuvan saatekirje

HYVÄ VASTAANOTTAJA,

Opiskelen Jyväskylän Ammattikorkeakoulussa sairaanhoitajan ylempää ammattikorkeakoulututkintoa monialaisen kuntoutuksen koulutusohjelmassa. Ohjaajani ovat Asta Suomi ja Sanna Sihvonen Jyväskylän Ammattikorkeakoulusta.

Vanhan Vaasan sairaalassa on viime vuosina kehitetty toiminnallisen kuntoutuksen palveluita tarjoamalla potilaille Green Care -toimintaa. Green Care toiminta on luonto- ja maaseutu ympäristön sekä eläinavusteisuuden hyödyntämistä osana kuntouttavaa toimintaa.

Teen opinnäytetyönä tutkimuksen, joka käsittelee potilaiden kokemuksia Green Care ja Blue Care -toiminnasta Vanhan Vaasan sairaalassa. Tavoitteena on selvittää potilaiden kokemuksia siitä, millaiset tekijät Green Care -toiminnassa vaikuttavat hyvinvointiin. Tutkimuksen tulokset lisäävät potilaan kokemukseen perustuvaa ymmärrystä ja tietoa toiminnan merkityksistä potilaille. Opin- näytetyöstä saatua tietoa ja tuloksia voidaan jatkossa hyödyntää nykyisen Green Care -toiminnan kehittämiseen ja uusien toimintamuotojen suunnitteluun.

Tutkimukseen otetaan henkilöitä, joilla on henkilökohtaista kokemusta Green Care tai Blue Care -toimintaan osallistumisesta. Kohderyhmänä ovat kesälampaiden huolehtimiseen osallistuvat potilaat sekä Blue Care -kalastustoimintaan osallistuvat potilaat.

Tutkimus suoritetaan haastatteluna, johon kutsun teidät osallistumaan. Haastattelu kestää noin 30-45 minuuttia ja se nauhoitetaan. Salassapito turvataan niin, että nauhoitteet ja tutkimusaineisto ovat ainoastaan minun käytössäni, ohjauskeskusteluissa ohjaaja voi nähdä niistä osia. Tutkimusaineisto hävitetään asianmukaisesti tutkimuksen valmistuttua. Aineistossa ei säilytetä potilaan nimitietoja, vastaajia ei pysty tunnistamaan aineistosta eikä potilastietoihin kajota. Tutkimusaineistosta ilmeneviä yksittäisiä ihmisiä koskevia tietoja ei luovuteta tutkimuksen ulkopuolisille ihmisille. Tutkimustulokset raportoidaan niin, ettei potilaita pysty niistä tunnistamaan.

Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista koko tutkimuksen ajan. Tutkimuksesta poisjääminen ei aiheuta potilaalle seuraamuksia. Toivon, että mahdollisimman moni osallistuisi tutkimukseen, jotta saisimme mahdollisimman paljon tietoa Green Care ja Blue Care -toiminnan merkityksestä potilaan arjessa.

Opinnäytetyö esitellään Jyväskylän Ammattikorkeakoulussa ja Vanhan Vaasan sairaalassa keväällä 2020. Opinnäytetyö julkaistaan sähköisesti Theseus-tietokannassa.

Vastaa tarvittaessa lisäkysymyksiin. Yhteistyöstä kiittäen,

Kirsi Perjus-Pukkila, puh. xxx xxx xxxx

Liite 4. Haastatteluun osallistuvan suostumuslomake

HAASTATTELUUN OSALLISTUVAN SUOSTUMUSLOMAKE

Opinnäytetyö on Potilaiden kokemuksia Green Care -toiminnasta Vanhan Vaasan sairaalassa. Haastatteluun osallistuvalta tarvitaan kirjallinen suostumus voidakseen osallistua tutkimukseen. Allekirjoituksella potilas vahvistaa ymmärtäneensä tutkimuksen tavoitteen, menetelmän, potilaan osallisuuden tutkimuksessa sekä tutkimustulosten tuottaman hyödyn Vanhan Vaasan sairaalan toiminnalliselle kuntoutukselle. Opinnäytetyöstä saatua tietoa ja tuloksia voidaan jatkossa hyödyntää nykyisen Green Care -toiminnan kehittämiseen ja uusien toimintamuotojen suunnitteluun.

Tutkimus suoritetaan haastatteluna, joka nauhoitetaan tulosten analysointia varten. Nauhoite on ainoastaan haastattelijan hallussa, kunnes se hävitetään asianmukaisesti tutkimuksen valmistuttua. Puhtaaksikirjoitettu tutkimusaineisto ei sisällä tunnistetietoja, eikä haastateltua pysty siitä tunnistamaan. Tutkimusaineisto säilytetään haastattelijan henkilökohtaisella tietokoneella salasanojen takana, eivätkä ulkopuoliset pääse tietoihin käsiksi.

Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista koko tutkimuksen ajan.

Paikka ja päivämäärä

Haastateltavan allekirjoitus

Nimenselvennys

Liite 5. Rekisteriseloste

1. Rekisterinpitäjä

Vanhan Vaasan sairaala, Vierinkiventie 1, 65380 Vaasa

2. Rekisteriasioita hoitava henkilö

Kirsi Perjus-Pukkila

3. Rekisterin nimi

Potilaiden kokemuksia Green Care -toiminnasta Vanhan Vaasan sairaalassa -opinnäytetyön haastatteluihin osallistuvien potilaiden rekisteri

4. Rekisterin käyttötarkoitus

Henkilötietoja kerätään potilaan tutkimukseen osallistumisen yhteydessä potilaan ymmärryksen vahvistamiseksi koskien tutkimuksen tavoitetta, menetelmää ja omaa osallisuuttaan. Tietoja ei käytetä muihin tarkoituksiin.

5. Rekisterin sisältämät tiedot

- Potilaan allekirjoitus
- Suostumus tutkimukseen osallistumisesta

6. Rekisterin säännönmukaiset tietolähteet

Rekisteriin kerätään tiedot tutkimukseen osallistumisen yhteydessä.

7. Tietojen luovutus

Tietoja ei luovuteta ulkopuolisille.

8. Rekisterin suojauksen periaate

Suostumukset tutkimukseen osallistumisesta tehdään kirjallisena ja ne säilytetään lukitussa kaapissa, johon pääsy on rajattu. Tiloissa on käytössä kulunvalvonta.