

**METSÄISET TOIMINTAPÄIVÄT JA TAIDENÄYTTELY
AMMATILLISESSA PERHEKODISSA**

Aska Tarja

Opinnäytetyö

Sosiaalialan koulutus
Sosionomi AMK

2022

Sosiaalialankoulutus
Sosionomi AMK

Tekijä	Tarja Aska	2022
Ohjaajat	Laura Jokela, Susanna Helavirta	
Toimeksiantaja	Ammatillinen perhekoti	
Työn nimi	Metsäiset toimintapäivät ja taidenäyttely ammatillisessa perhekodissa	
Sivu- ja liitesivumäärä	45 + 20	

Toiminnallisen opinnäytetyöni tarkoitus on tuottaa tietoa, kuinka voidaan vahvistaa ammatillisessa perhekodissa olevien sijoitettujen ja huostanotettujen lasten sekä siellä työskentelevien aikuisten keskinäistä yhteisöllisyyttä, osallisuutta ja vuorovaikutusta Green Care ja taidelähtöisten menetelmien avulla sekä millaisia kokemuksia ja ajatuksia tällainen toiminta saa aikaan.

Opinnäytetyön toimeksiantajana toimi yksityinen ammatillinen perhekoti ja toiminnallisen opinnäytetyön suunnittelu tapahtui yhteistyössä toimeksiantajan kanssa heidän yksilöllisiin tarpeisiinsa pohjautuen. Toiminnallinen opinnäytetyö koostui yhteisestä alkukartoituksesta sekä kahdesta toiminnallisesta päivästä Green Care ja taidelähtöisten menetelmien parissa sekä taidenäyttelyn suunnittelusta ja toteutuksesta, sekä näiden lisäksi vielä loppukartoituksesta ja toimintapäivien palautteista.

Opinnäytetyö perustui laadullisen tutkimukseen ja aineiston keruu tapahtui toimintatutkimuksellisesti havainnoimalla sekä hyödyntämällä alku- ja loppukartoitusten antia sekä osallistujien palautteita. Orientaatio perusteina toimivat tutkimukset luonnon ja taiteen monipuolisista voimauttavista vaikutuksista sekä terveyshyödyistä. Näiden lisäksi myös oma Green Care ja taidelähtöinen osaaminen aiheeseen liittyen.

Toiminnallisen opinnäytetyöni omat havainnot sekä annetut palautteet yhdessä kertoivat osallistujien innostuneisuudesta, positiivisista onnistumisen kokemuksista sekä yhteisistä mieleenpainuvista hetkistä, osallisuuden kokemuksista ja yhteydestä luontoon. Valokuvat sekä muut taidetuotokset palauttavat jälkeensä mieleen näitä ajatuksia ja muistoja. Opinnäytetyön tulokset ja johtopäätökset antavat lisää varmuutta tämän kaltaisen toiminnan vaikuttavuudelle ja tarpeellisuudelle jatkossakin yhteisöllisyyden, osallisuuden ja vuorovaikutuksen tukemiseen sekä voimaantumisen kokemuksiin.

Avainsanat

Green Care ja taidelähtöiset menetelmät, osallisuus, yhteisöllisyys, vuorovaikutus

Bachelor of Social Services

Author	Tarja Aska	2022
Supervisors	Laura Jokela, Susanna Helavirta	
Commissioned by	Professional Foster Home	
Subject of thesis	Forest Activity and Art Exhibition at a Professional Foster Home	
Number of pages	45 + 20	

The purpose of this functional thesis is to produce information on how to strengthen the sense of community, participation and interaction between foster children and employees of a professional foster home with Green Care and art based methods as well as on what kind of experiments and thoughts such activities would generate with participants.

The commission of this thesis comes from a private professional foster home and planning of this functional thesis took place in collaboration with this private professional foster home and was based on their needs. This functional thesis consisted of an initial survey and two action days with Green Care and art based methods. There was also an art exhibition included with planning and execution. In addition to these there were also feedbacks from all activity days and a final survey.

This research was based in qualitative research, and the data was collected in an action research oriented manner by observation, and the form of initial and final surveys and feedbacks. The orientation of this thesis is based on the diverse empowering effects and health benefits of nature and art. In addition to these, I have also own Green Care and art based expertise related to the topic.

The observations of this functional thesis and the given feedbacks together told about the enthusiasm of the participants, positive experiences of success, as well as shared memorable moments, experiences of inclusion and connection to the nature, which as printed photographs and through other art works will still remain in thoughts and memories afterwards. The results and conclusions of this thesis provide more confidence for the effectiveness and necessity of this kind of activity in the future to support communality, participation and interaction with empowerment experiences.

Key words Green Care and art-based methods, participation, communality, interaction

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	5
2	OPINNÄYTETYÖN TAUSTA JA TAVOITTEET	6
2.1	Toimintaympäristönä ammatillinen perhekoti	7
2.2	Lasten ja nuorten erityisyys	9
2.3	Aikaisemmat opinnäytetyöt	10
2.4	Tavoitteet ja tutkimuskysymykset	10
3	GREEN CARE- JA TAIDELÄHTÖISET MENETELMÄT, OSALLISUUS JA YHTEISÖLLISYYS SEKÄ VUOROVAIKUTUS KÄSITTEINÄ	12
3.1	Green Care	12
3.2	Taidelähtöiset menetelmät	13
3.3	Osallisuus ja yhteisöllisyys	13
3.4	Vuorovaikutus ja vuorovaikutuksellinen tukeminen	15
4	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS	18
4.1	Tutkimusmenetelmät, aineiston kerääminen ja analysointi	18
4.2	Eettisyys	19
4.3	Suunnitelma	22
4.4	Opinnäytetyön käytännön toteutus	25
4.4.1	Alkukartoitus	26
4.4.2	Metsäiset toimintapäivät	28
4.4.3	Taidenäyttely	35
4.4.4	Palautteet toimintapäivistä	37
4.4.5	Loppukartoitus	39
4.5	Opinnäytetyön prosessi kaaviona	41
5	TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET	42
6	POHDINTA	44
	LÄHTEET	46
	LIITTEET	50

1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni ”Metsäiset toimintapäivät ja taidenäyttely ammatillisessa perhekodissa” on suunniteltu ja toteutettu vahvistamaan yhteisöllisyyttä, osallisuutta ja vuorovaikutusta Green Care ja taidelähtöisten menetelmien avulla. Green Care tarkoittaa ammatillista ja vastuullista sekä tavoitteellista toimintaa, jossa hyödynnetään luontoa sekä luontoavusteisia menetelmiä asiakkaiden hyvinvointivaikutusten ja elämänlaadun edistämiseksi. (Green Care Finland 2021a.) Green Care toiminnassa on kyse laajemmasta kokonaisuudesta, jossa hyöty kohdistuu myös eri toimijoihin ja verkostoihin sekä vahvistaa ekologisia arvoja ja luontosuhdetta. (Luke 2021.)

Green Care ja taidelähtöiset menetelmät ovat osa sosionomin opintojani, ja oman kiinnostukseni sekä osaamiseni perusteina toimivat näin ollen luontevina sekä mielekkäinä menetelminä opinnäytetyössäni. Green Care ja taidelähtöisten menetelmien monipuolinen ja tutkittu vaikuttavuus antoivat hyvät perusteet opinnäytetyöni aiheeseen. Green Care ja taidelähtöiset menetelmät kietoutuvat hyvin yhteen osallisuuden, vuorovaikutuksen ja yhteisöllisyyden kanssa.

Viime vuosikymmenten aikana on saatu tutkimusnäyttöä sosiaalisesti osallistavan taidetoiminnan merkityksestä ihmisen hyvinvointiin. Taidelähtöiset menetelmät tuovat enemmän mahdollisuuksia itseilmaisuun ja kommunikaatioon etenkin lastensuojelun kentällä, jossa lapsilla voi olla monenlaisia vaikeuksia tunteiden ilmaisun kanssa. Taiteen avulla voidaan löytää ja tunnistaa myös omia vahvuuksia. (Känkänen 2022.)

Opinnäytetyön toteutin yhteistyössä ammatillisen perhekodin kanssa. Yhteisöllisyyden, osallisuuden ja vuorovaikutuksen vahvistaminen lähti ajatuksesta, jossa yksi perhekodin lapsista kokee olevansa ”eri tasolla” toisten kanssa. Luontolähtöistä toimintaa on perhekodissa jonkun verran toteutettu entuudestaan muun muassa erilaisten retkien ja puutarhatoiminnan muodossa, mutta ei tässä laajuudessa ohjattuna koko yhteisöä osallistavana toiminta prosessina.

2 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA JA TAVOITTEET

Opinnäytetyöni orientaatio perusteina toimivat tutkitut luonnon hyvinvointi vaikutukset, joita ovat muun muassa elvyttävät ja elämykselliset kokemukset. Luonnossa vietetty aika laskee kortisolitasoja ja verenpainetta, lievittää stressiä, vahvistaa immunitettiin sekä keskittymistä ja muistia. Luontokuvilla on myös osittain samankaltaisia vaikutuksia. (Williams 2017, 29–39, 40–42, 47–76; Green Care Finland 2022a.) Orientaatio perustana on myös oma osaaminen, joka on kertynyt sosionomin (AMK) opinnoissa, muun muassa taidelähtöisiä työtapoja opintojaksolta (5op) sekä Green Care hyvinvointi ja luonnonvara-alan mahdollisuutena (5op) opintojaksolta. Green Care -opintokokonaisuus on antanut pohjan luontoon liittyvän ammatillisen, tavoitteellisen ja vastuullisen toiminnan suunnitteluun ja toteuttamiseen hyvinvoinnin ja elämälaadun edistämiseksi. Metsäisten toimintapäivien ja taidenäyttelyn kokonaisuus muodostui hyödyntämällä erilaisia luonnon materiaaleja ja taidelähtöisiä menetelmiä, kuten kivien ja puun maalausta sekä metsäisiä soittimia. Menetelmällinen kokonaisuus on suunniteltu hyväksi havaittuja menetelmiä hyödyntämällä, kuten voimauttavaa valokuvausta, aikaisempien opinnäytetöiden sekä tutkimustiedon perusteella. Voimauttava valokuvaus on enemmän kuin valokuvausta, se on syvempi sosiaalipedagoginen menetelmä ja prosessi, jossa osallistuja itse määrittelee kuinka hänet tulisi nähdä. Voimauttava valokuvaus on kohtaamista ja välittämistä, se tarjoaa eheyttäviä nähdäksi tulemisen kokemuksia osallistujalle. Voimauttavan valokuvauksen menetelmää on hyödynnetty sosiaali- ja terveysalalla jo noin kymmenisen vuotta ja erikoitumiskoulutuksia järjestetään menetelmäohjaajille. (Lapin AMK 2019; Savonia AMK 2021; Green Care Finland 2022a; Savolainen 2022.)

Halusin käyttää opinnäytetyössäni voimauttavan valokuvauksen elementtejä, jotta ammatillisessa perhekodissa olevat lapset sekä aikuiset saisivat nähdä ja kohdatuksi tulemisen kokemuksia sekä osallisuuden kokemuksia. Halusin välittää tietoisuutta luonnon hyvinvointivaikutuksista osallistujille, sekä tuoda näitä hyvinvointivaikutuksia vielä konkreettisesti osallistujien arkeen toteuttamalla voimauttavaa valokuvausta luontoympäristössä.

2.1 Toimintaympäristönä ammatillinen perhekoti

Lastensuojelun asiakkuuteen sekä huostaanottoon vaikuttavat moninaiset syyt ja tekijät lasten ja perheiden elämäntilanteissa, muun muassa muutokset perhesuhteissa, asuin- ja ystäväpiireissä, sairastaminen sekä köyhyys ja työttömyys, myös riittämätön vanhemmuus ja muut pahoinvointia aiheuttavat tekijät (esim. päihteet, mielenterveysongelmat, itsetuhoisuus ja väkivalta). Huostaanoton taustalla on harvoin mitään yksittäistä syytä, vaan usein kyseessä on monimuotoisen kokonaisuuden vyyhti, joka on tuonut kuormitusta lapselle ja hänen perheelleen. (Heino 2009, 63–66.)

Lastensuojelun ydintä on miettiä ja toteuttaa keinoja, joilla turvataan lasten ja aikuistenvälistä emotionaalista kohtaamista sekä eheää kiintymistä ja osattomuudesta kokemuksista osallisuuteen pääsemistä. Muun muassa hylätyksi tulemisen kokemukset ja kaltoinkohtelut jättävät syviä jälkiä lapsiin, lastensuojelun tulisikin tarjota korjaavia sekä vahvistavia kokemuksia lapsille ja nuorille. Lastensuojelua voidaanakin näin ollen kuvata myös hoitavaksi sekä kuntouttavaksi toiminnaksi ja palveluksi. Sijaishuollossa olevien lasten taustat ja tilanteet ovat hyvin erilaisia, siksi huomion arvoista ovat myös heidän tarvitsemansa tuki, palvelut ja hoito, jotka ovat lapsikohtaisia. (Bardy 2009, 266; Känkänen 2009, 233, 235, 237.)

Lastensuojelulaki (417/2007 1§, 2§, 38§ 40§) *turvaa lapsien oikeuksia turvalliseen kasvuympäristöön, tasapainoiseen ja monipuoliseen kehitykseen sekä erityiseen suojeluun.* Laki mahdollistaa viranomaisen puuttumisen tilanteissa, joissa katsotaan olevan lapsen edun mukaista sijoittaa lapsi kodin ulkopuolelle ja voidaan ryhtyä tarvittaviin toimenpiteisiin lapsen edun mukaisen hoidon ja huolenpidon järjestämiseksi. huostaanoton edellytyksenä ovat havaitut puutteet huolenpidossa, olosuhteissa, jotka uhkaavat terveyttä ja kehitystä tai lapsen oma käyttäytyminen vaarantaa hänen terveyttään tai kehitystään sekä ensisijaisesti muiden tukitoimien kartoitus ja lapsen edun huomioon ottaminen. Joissakin tapauksissa lapsen ollessa välittömässä vaarassa, joudutaan turvautumaan kiireelliseen sijoitukseen. (Lastensuojelulaki 417/2007, 1§, 2§, 38§ 40§.)

Sijaishuolto on kodin ulkopuolella järjestettyä hoitoa ja kasvatusta. Sijaishuollon muotona voidaan tarjota perhehoitoa, laitoshuoltoa tai muulla tavalla lapsen tarpeiden edellyttämiseksi. Sijaishuollon erityishuomio kiinnittyy huostaanoton perusteisiin, lapsen tarpeisiin ja hoidon jatkuvuuteen sekä sisarusuhteiden ja muiden läheisten ihmissuhteiden ylläpitämiseen. (Lastensuojelulaki 417/2007 49§, 50§)

Ammatillisen perhekodin toiminta pohjautuu olennaisesti myös perhehoitolakiin (263/2015), jossa määritellään perhehoidon perusteet sekä lakiin yksityisistä sosiaalipalveluista (922/2011). Ammatillinen perhekoti tuottaa luvanvaraista ammattimaista toimintaa korvausta vastaan. Toimitilojen sekä henkilöstön tulee olla riittäviä sekä sopivia laadukkaan hoidon, huolenpidon sekä kasvatuksen toteuttamiseen. Asiakkaan, tässä tapauksessa lasten oikeus, on saada hyvää ja laadukasta palvelua. Ammatillisessa perhekodissa voi olla hoidettavana korkeintaan 7 lasta, mikäli heidän hoidostaan vastaa vähintään kaksi hoitopaikassa asuvaa henkilöä, toisen täyttäessä laissa määritellyn kelpoisuuden tarvittavalla koulutuksella ja riittävällä kokemuksella. (Laki yksityisistä sosiaalipalveluista 922/2011, 1§, 3§, 4§, 7§; Perhehoitolaki 263/2015, 4§, 5§, 7§.)

Ammatillinen perhekoti, jossa opinnäytetyö toteutettiin, työskentelee sosiaali- ja terveys sekä opetusalan ammattilaisia. Heistä kaksi ovat osakkeen omistajia, jotka ovat toimineet perhekotivanhempina aikaisemmin, mutta siirtyivät tänä vuonna taka-alalle. Kaksi vakituista uutta perhekotivanhempaa työskentelee nyt heidän tilallaan sekä heidän lisäksi yksi kokoaikainen ja kaksi osa-aikaista työntekijää. Sijoitettuja ja huostaanotettuja lapsia perhekodissa on yhteensä kuusi, iältään 12–18-vuotiaita. Opinnäytetyöhön osallistuivat osakkeenomistajina toimivat perhekotivanhemmat sekä toinen uusista perhekotivanhemmista ja yksi-osa-aikainen työntekijä sekä kaikki kuusi lasta. Kolme muuta ammatillisen perhekodin työntekijää eivät osallistuneet opinnäytetyöhön.

2.2 Lasten ja nuorten erityisyys

Erilaisuuteen, poikkeavuuteen tai erityisyyteen liittyviä tulkintoja ja luokitteluita on tehty vuosien mittaan. Lapsen poikkeavuuden perustana on lääketieteellinen arviointi ja sen mukainen diagnoosi. Vamma voi olla kehollinen tai mielenalueella, ja siihen liittyy toiminnallisia ja sosiaalisia esteitä. Vammaisuus ei ole kuitenkaan sairaus. Diagnosointi voi korostaa lapsen erilaisuutta ja kielteisiä piirteitä, tämä voi vaikuttaa haitallisesti identiteetin kehittymiseen sekä aiheuttaa leimaamista, syrjäytymistä sekä eristäytymistä. Normaalin ja poikkeavan väliin jää myös niin sanottuja rajatapauksia ”*melkein normaaleja ja lähes poikkeavia*”. Tavallisen erityinen lapsi -käsite avaa asian ydintä niin, että poikkeavuudesta huolimatta lapsille kuuluu ihan tavallinen lapsuus erityispiirteineen. Ekokulttuurinen näkökulma nostaa esiin ammatillisessa yhteistyössä toteutettavat lasta ja perhettä kokonaisvaltaisesti tukevat palvelut, jotka vastaavat heidän tarpeisiinsa. Lapsen kehityksen perusta muodostuu erilaisissa arjen kasvuympäristöissä, näiden toimintatapojen tunteminen auttaa ymmärtämään tuen mahdollisuuksia lapsen kasvuprosesseissa. Ekokulttuurisen ympäristön resurssien ja tarpeiden tunnistaminen on tärkeää lapsen kehityksen tukemisessa. Jukka Mäkelän (2009) mukaan erityisominaisuuksia ja temperamenttipiirteitä tukemalla voidaan saavuttaa voimavaroja, jotka ovat hyödyksi yksilöille itselleen, sekä yhteisöille. Katse suuntautuu mahdollisuuksiin, häiriöiden korjaamisen sijaan. Arjessa onkin huomioitava tarpeelliset ja riittävän pitkäaikaiset tuen muodot. (Määttä & Rantala 2016, 27–32, 38, 44, 46–47, 174–175; Mäkelä 2009, 7.)

Ammatillisen perhekodin sijoitetut lapset ovat kaikki ainutlaatuisia ja omalla tavallaan erityisiä lapsia. Heillä on erilaisia haasteita arjessa ja arjen toiminnoissa. Opinnäytetyössäni tämä on otettu huomioon käyttämällä kuvallisia ohjeistuksia sekä huomioimalla heidän kykyjään ja mahdollisuuksia erilaisiin toimintoihin, keskusteluihin sekä palautteen antoon. Green Care ja taidelähtöiset menetelmät tukevat oivaltamisen kokemuksia ja vahvistavat itsetuntemusta, siksi ne soveltuvat hyvin käytettäväksi menetelmiksi erityislasterien kanssa.

2.3 Aikaisemmat opinnäytetyöt

Aikaisempia opinnäytetöitä aiheeseen liittyen on etenkin valokuvaukseen liittyen. Näistä mainittakoon *yhteisöllinen valokuvaprojekti kehitysvammaisten ohjatun asumisen kodissa*, jossa projektimuotoinen toiminta on lisännyt *yhteisöllisyyttä* sekä palvelukodin *viihtyisyyttä* ja osallistava toiminta vahvisti yhteenkuuluvuutta. (Saarinen 2013.). Kaisa Töllin (2012) opinnäytetyö ”*Voimaa valokuvauksesta autismin kirjon henkilöille*” tuo esille, että myös valokuvaus on yksi sopiva keino tukea autismin kirjon henkilöiden arkea. Lastensuojeluyksikössä toteutetun valokuvaprojektin avulla lasten ja aikuisten vuorovaikutussuhteet sekä lasten itsetunto vahvistuivat. (Peippo & Salmivaara 2013.)

Sari Lämsän ja Tuija Tuliharjan (2017) melko tuoreessa opinnäytetyössä järjestetty kuntouttava leiri pohjautuu Green Care ajatteluun, osallistaviin ja taidelähtöisiin menetelmiin. Heidän työnsä vahvisti aikaisempia tutkimuksia osallistavien ja taidelähtöisten menetelmien voimauttavasta vaikutuksesta luontoympäristössä. Työssä tuli myös esiin taidelähtöisten menetelmien kiinnostavuus enemmän nuorten naisten kohdalla kuin nuorten miesten. Omassa opinnäytetyössäni osallistujien joukossa oli vain yksi poika ja yksi mies. Taidelähtöisten opinnäytetöiden anti kertoo myös hyväksytyksi tulemisen kokemuksista ja itseluottamuksen kasvamisesta, hyvinvointivaikutuksista sekä merkityksellisestä toiminnasta sekä yhteisöllisestä merkityksestä (Manzos 2017; Heinonen 2019).

Musiikki näkyy myös monien opinnäytetöiden aiheena. Minua kiinnosti erityisesti luova musiikki ja kommunikaation mahdollisuudet. Lähimpänä tätä aihetta oli Kokkosen Tiian (2016) opinnäytetyö ”*lauluja kuvin ja tukiviittomin: erityislasten kommunikaatiotaitojen tukeminen musiikkitoiminnan avulla*” ja sen johtopäätöksissä todettiin musiikkitoiminnan mahdollisuudet, joskin pidemmällä aikavälillä seurannalla.

2.4 Tavoitteet ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyöni tavoitteena on vahvistaa ammatillisen perhekodin yhteisöllisyyttä, osallisuutta ja vuorovaikutusta sekä kehittää hyvinvointia tukevaa toimintaa, jolle

löytyisi myös jatkuvuutta arjessa. Green Care ja taidelähtöisiä menetelmiä hyödyntämällä saadaan esimerkkejä toimintamalleista, joita voidaan jatkossa hyödyntää ja kehittää niin ammatillisella perhekodilla kuin muilla vastaavilla tahoilla.

Tutkimus kysymyksinä toimivat seuraavat kysymykset:

- Millaisia ovat huostaanotettujen/sijoitettujen lasten sekä ammatillisessa perhekodissa työskentelevien aikuisten ajatukset ja kokemukset osallisuudesta, yhteisöllisyydestä ja vuorovaikutuksesta sekä luonnosta?
- Millaisia kokemuksia Green Care ja taidelähtöinen toiminta saa aikaan?

Tutkimuskysymyksiin lähden etsimään vastauksia havainnoinnin, yhteisen toiminnan ja yhteisten keskusteluiden sekä palautteiden avulla.

3 GREEN CARE- JA TAIDELÄHTÖISET MENETELMÄT, OSALLISUUS JA YHTEISÖLLISYYS SEKÄ VUOROVAIKUTUS KÄSITTEINÄ

Opinnäytetyöni keskeisimpänä käsitteenä on Green Care eli luontohoiva, johon olennaisesti kietoutuu yhteisöllisyyden ja osallisuuden sekä kokemuksellisuuden käsitteet ihmisen hyvinvoinnin tavoitteellisessa vahvistamisessa. Taidelähtöiset menetelmät yhdessä luontolähtöisen toiminnan tukena varmistavat vahvan toiminnallisen yhteyden. Yhtä tärkeänä käsitteenä myös vuorovaikutus, johon liittyy vuorovaikutuksellinen tukeminen, ja nämä olennaisesti linkittyvät yhteisölliseen tekemiseen. Näistä yhdessä muodostuu moniulotteinen kokonaisuus, joka opinnäytetyössäni luo pohjan tutkimukselliselle työlle.

3.1 Green Care

Green Care on ammatillista ja tavoitteellista sekä vastuullista toimintaa, jossa luonto eri tavoin on keskeisenä osana yhteisöllistä toimintaa. Green Care toiminnan tavoitteena on lisätä ihmisen kokonaisvaltaista hyvinvointia. Luonnon hyvinvointivaikutuksia on tutkittu ja niiden on myös todettu konkreettisesti edistävän ihmisen terveyttä ja hyvinvointia, kuten stressinhallintaa ja oppimista. Green Care jakautuu edelleen kahdeksi käsitteeksi suomen kielessä, luontohoivaksi ja luontovoimaksi. Luontohoiva on sosiaali- ja terveysalan lainsäädännön mukaista palvelua, joka käsittää erilaisia hyvinvointipalveluja mm. terapiaa ja kuntoutusta eri muodoissa, kuten ratsastusterapiaa ja puutarhaterapiaa tai sosiaalipedagogista toimintaa. Luontovoimaa puolestaan ovat erilaiset tavoitteelliset virkistys- ja hyvinvointi palvelujen muodossa toteutetut toiminnat, kuten maatilavierailut sekä eläin- ja luontoavusteiset toiminnat. (Green Care Finland 2021a, b, c, d; Tulkki 2012, 13–17.)

Opinnäytetyöni perustuu yhteisölliseen tutkimukselliseen toimintaan luontoympäristössä ja luontoympäristö tuodaan lopuksi myös sisätiloihin valokuvanäyttelyn muodossa. Luontoympäristön hyvinvointivaikutukset oletettavasti edesauttavat yhteisöllisyyden vahvistumista sekä yksilöllistä tukemista. Tähän tutkimuksellinen opinnäytetyöni myös perustuu.

3.2 Taidelähtöiset menetelmät

Taidelähtöiset menetelmät lastensuojelun kentällä näyttäytyvät vielä enimmäkseen projektiluontoisina, kuin säännöllisesti rakenteissa ja arjessa mukana olevina menetelminä, kuitenkin yhä enenevässä määrin ne ovat mukana erilaisina toimintakäytänteinä. Lastensuojelussa nähdään tarvetta erilaisille kommunikation menetelmille lasten ja nuorten parissa, ja taidelähtöiset menetelmät ovatkin yksi keino luovaan itseilmaisuun ja vuorovaikutukseen. Taidelähtöiset menetelmät ovat mahdollisuus tiedon tuottamiseen sekä kohtaamiseen erityisesti vaativalla lastensuojelun kentällä. Taidelähtöisellä toiminnalla voi olla myös terapeuttisia vaikutuksia, vaikka se ei olekaan varsinaisesti terapiaa. Se voidaan kokea hoitavaksi, lohduttavaksi, virkistäväksi ja parantavaksi sekä vahvistavaksi ja elämykselliseksi, näin ollen se tuottaa monipuolisia hyvinvointivaikutuksia, tutkitusti niin yksilö tasolla kuin ryhmässäkin. Toisaalta se voi olla myös hämmentävä, hajottava tai kyseenalaistava kokemus osallistujalle. Taide voikin olla käytäntönä epävarmaa niin kuin sen myötä käynnistyvät prosessitkin. Taide voi olla uutta luovaa ja se voi toimia eräänlaisena tilan aukaisijana, se voi olla kenties vanhoja rakenteita hajottavaa toimintaa, joiden kautta esiin nousee monia tunteita ja muistoja erilaisine prosesseineen. Siksi turvallinen ympäristö ja asioiden läpi käyminen ovat myös tärkeitä huomioitavia seikkoja taidelähtöisiä menetelmiä toteutettaessa. Taidelähtöisiä menetelmiä voidaan hyödyntää esimerkiksi draaman, musiikin, tanssin, tarinan kerronnan muodossa. (Känkänen 2013, 12, 25, 33–34, 66–67, 74–77, 113–114.)

3.3 Osallisuus ja yhteisöllisyys

Osallisuus ja yhteisöllisyys kulkevat käsi kädessä ja ovat erottamaton parivaljakko, sillä osallisuus tapahtuu yhteisöissä ja yhteiskunnassa. Osallisuus ja osallistuminen erotellaan käsitteinä siten, että osallistumista kuvataan prosessina, joka johtaa kokemukselliseen osallisuuden tunteeseen. Sosiaalinen osallisuus on henkilökohtainen kokemus yhteisön ja yhteiskunnan keskellä. Osallisuutta kuvataan myös syrjäytymisen vastakohtana, Englannin kieliset termit kuvaavat tätä asiaa hyvin; inclusion, suomennettuna mukaan ottaminen ja exclusion, suomennettuna poissulkeminen tai poisjättäminen. Eli osallisuutta voidaan hyvin kuvata

myös mukaan ottamisena poissulkemisen sijaan. Sosiaalista osallisuutta voidaan kuvata ihmisten yhdenvertaisesti sosiaali- ja terveystalveluihin sekä työmarkkinoille ja kulttuuriharrastuksiin pääsynä sekä erilaisina vaikuttamisen mahdollisuuksina yhteiskunnassa sekä yhteisöissä. Kokemuksellinen osallisuus on subjektiivinen käsite ja sitä voi olla vaikea arvioida, sillä samassa tilanteessa kokemus osallisuudesta voi vaihdella eri ihmisillä. Osallisuuden muotoja on useampia, kuten tieto-osallisuus eli ihmisen oikeus tietoon sekä sen tuottamiseen. Suunnittelu osallisuus on ihmisen osallisuutta oman elinympäristön suunnitteluun ja järjestämiseen. Päätös osallisuudesta on kyse silloin, kun ihminen pääsee osallistumaan omaa elämää koskeviin kaikenlaisiin päätöksiin. Toiminta osallisuutta kuvataan ihmisen oikeutena ja mahdollisuutena toteuttaa toimintaa omassa elinympäristössään. Keskeisintä osallisuudessa on oman elämän hallintaan liittyvät asiat, kuten kuulluksi tuleminen ja yhteen kuulumisen kokemukset sekä mahdollisuudet osallistua johonkin toimintaan, niin halutessaan. Sosiaalisessa osallisuudessa on kysymys ihmistenvälisistä suhteista sekä yhteiskuntaan kiinnittymisen merkityksestä, sekä sen vahvistamisesta. (Leemann, Kuusio, & Hämäläinen 2015, 1–6; Jämsén & Pyykkönen 2014,9; Nivala 2021.)

Lapset ja nuoret ovat niin sanotusti riskiryhmiä, joiden osallisuutta tulisi tukea ja edistää. Ennaltaehkäiseminen on tärkeää, jotta sosiaaliset ongelmat ja riskit eivät pääse kasvamaan liian suuriksi. Sosiaalisen osallisuuden edistämiseen liittyy muun muassa sosiaalipalveluiden menetelmien uudistaminen. Monet hankkeet tukevat ja edistävät osallisuutta. Esimerkiksi ”*Osallisuushanke Salli*” on toiminut osallisuutta lisäävien toimintamallien kehittäjänä ja osallisuuden herättelijänä eri kunnissa tekemällä tutkimuksellista ja kehityksellistä työtä eri toimijoiden kanssa. (Leemann, Kuusio, & Hämäläinen 2015, 7–8; Jämsén & Pyykkönen 2014, 8, 23–25.)

Yhteisöllisyys tukee ja lisää ihmisen hyvinvointia. Yhteisö vaikuttaa yksilön turvan kokemukseen ja tunteeseen sekä vapauteen valita. Yhteisöt vaikuttavat parhaimmillaan ihmisten hyvinvoinnin kokemuksiin ja toimivat voimavaroina sekä tuovat myös suojaa erilaisissa riski- ja kriisitilanteissa. Yhteisö muodostuu yhteisten intressien ympärille, me- henkisydestä, yhteenkuuluvuuden tunteesta sekä yhteis-

työstä. Yhteisöt toimivat keskinäisessä vuorovaikutuksessa. Yhteisö voi olla pienimuotoisena ja laajempa kokonaisuutena olla osa vielä laajempaa kokonaisuutta ja näin ollen vaikuttaa mahdollisuuksia kuulua sitä myöten suurempaan kokonaisuuteen. (Pessi & Seppänen 2011, 288–297.)

Yhteisöllisyyttä ja osallisuutta voidaan siis valmistella ja mahdollistaa eri keinoin ja menetelmin. Osallisuus toteutuu yksilötasolla kokemuksellisesti. Opinnäytetyössäni osallisuus on otettu huomioon mahdollistamalla ja tukemalla osallistujien osallisuutta, kuten vaikuttamalla palautteen antamisen muodossa, osallistamalla yhteisiin suunnitteluihin sekä keskusteluihin ja erityisesti Green Care ja taidelähetoisten menetelmien avulla toteuttamaan osallisuutta ryhmässä toisten kanssa, menetelmät toimivat myös voimauttavana mahdollisuutena yksilötasolla. Yhteisöllisyys ammatillisessa perhekodissa tarjoaa lapselle ja nuorelle turvallisen ilmapiirin sekä mahdollisia korjaavia kokemuksia. Lapset ja nuoret tulevat erilaisista taustoista, ja jokaisen on ainutlaatuinen persona, kyvyt ja taidot tulisi nähdä voimavaroina. Kannustava ja rohkaiseva yhteisö parhaimmillaan voimauttaa yksilöitä ja koko yhteisöä. Yhteisöllisyyden vahvistaminen mahdollistaa kiinnittymistä yhteisöön ja sitä kautta myös yhteiskuntaan. Opinnäytetyössäni yhteisö ja yhteisön tuki on tärkeää, kuulumisen kokemukset ja toisten huomioiminen. Yhteiset ja yhdessä otetut valokuvat, yhdessä tekeminen sekä yhteiset keskustelut tukevat yhteisöllisyyttä.

3.4 Vuorovaikutus ja vuorovaikutuksellinen tukeminen

Vastavuoroinen suhde on ihmistenvälisen vuorovaikutuksen perusta. Vastavuoroinen suhde syntyy, kun pyritään rakentamaan jonkinlaista yhteyttä toisiin ihmisiin niin sanallisesti kuin sanattomastikin. Ihmissuhteissa ja vuorovaikutuksessa on kyse kunnioittavasta suhtautumisesta toiseen ihmiseen tasavertaisesti. Erilaiset puitteet ja rakenteet mahdollistavat sekä luovat edellytyksiä vuorovaikutukselle. Hyvään vuorovaikutukseen liittyy myös osallistujien myönteiset kokemukset tilanteesta sekä vuorovaikutuksen vaikuttavuus. (Mönkkönen, Leinonen, Arjälvi, Hovatta, Tusa & Salokangas 2019, 35–36.)

Sosiaalialalla vuorovaikutusosaaminen katsotaan vahvasti substanssiosaamiseksi, eli ihan siihen menetelmälliseen osaamiseen, joka perustuu tietoon. Ammatillisessa yhteistoiminnassa on kysymys aina prosessista, jossa tavoitellaan tietty päämäärä ja pohditaan erilaisia keinoja, joilla saavutetaan toivottu päämäärä. Ammatillinen työ on aina tavoitteellista, asiakaslähtöistä sekä vaikuttavaa. Keskinäisen vuorovaikutuksen kehittäminen ja vahvistaminen on osa ammatillista osaamista. (Mönkkönen, Leinonen, Arajärvi, Hovatta, Tusa & Salokangas 2019, 33.)

Vuorovaikutuksellinen tukeminen tiivistyy ohjaamiseen, neuvomiseen sekä kehittämiseen, joiden avulla pyritään voimaannuttamaan toista osapuolta. Pyrkimyksenä löytää ihmisläheisesti jo hänessä olevia voimavaroja, joita vuorovaikutuksellisen tukemisen keinoin pyritään nostamaan esiin. Vuorovaikutuksellinen tukeminen voi tapahtua hyvin nopeassakin kohtaamisessa ihmisen kanssa. Vuorovaikutus onkin osa ammatillista pätevyyttä sosiaalialalla. Ammatillinen vastuu korostuu vuorovaikutuksen rakentumisessa, siinä kuvastuukin enemmän ohjailtava rooli suhteessa toiseen ihmiseen sekä herkkyys tehdä havaintoja ja niiden perusteella vastata esiin nouseviin tai jopa piilossa oleviin tarpeisiin. (Vilén, Lepämäki & Ekström 2008, 3, 11, 22–23, 81.)

Vuorovaikutuksellisen tukemisen käsite on vahvasti sidoksissa siihen ajatukseen, että minä, opinnäytetyön toteuttaja sekä sosionomin ammatti-identiteetissä, olen vuorovaikutuksellisesti tukemassa sekä ammatillisessa perhekodissa työskenteleviä aikuisia että sinne sijoitettuja lapsia ja heidän keskinäisiä vuorovaikutussuhteitansa.

Opinnäytetyössäni korostuu enemmän vuorovaikutuksellisen tukemisen kautta ohjailevarooli lasten kanssa, mutta myös suhteessa ammatillisen perhekodin työntekijöihinkin. Vuorovaikutuksellisen tukemisen kautta opinnäytetyöni pyrkii vahvistamaan niin aikuisia kuin lapsia sekä heidän keskinäisiä vuorovaikutussuhteitaan. Erilaiset tarpeet ja voimavarat tulisikin kartoittaa vuorovaikutuksellisin keinoin, jotta jokaisen yksilön kohdalla tapahtuisi voimaantumista. Opinnäytetyössäni erilaisten voimavarojen vahvistamiseksi ja tarpeiden tyydyttämiseksi

Green Care sekä taidelähtöiset menetelmät ovat osa toteutusta ja ne luovat pohjaa vuorovaikutukselliselle tukemiselle ammatillisen perhekodin yhteisössä.

Jokaisen ihmisen tarpeet ovat erilaiset ja voimaantumisen kokemukset tapahtuvat, kun heidän tarpeisiinsa vastataan. Joissakin tapauksissa voimaantumisen kokemus tulee siitä, kun on tehnyt jotain, mikä onkin ollut vaikeaa itselle tai on päässyt toteuttamaan omaa luomisen tarvetta. Jopa niinkin, että saadaan hyväksytyksi tulemisen kokemus. Psykososiaalinen tarve tulla kuulluksi ja nähdyksi voi heijastua erilaisten tunteiden kautta. Tunteiden kohtaaminen onkin hyvin tärkeää eikä niitä tulisi vähätellä tai ohittaa. Joukkoon kuuluminen ja yhdessä jakaminen sekä yhdessä kokeminen ovat myös ihmiselle tärkeitä asioita voimaantumisen ja tarpeiden tyydyttämisen kannalta. Ammatilliselta odotetaan kykyä eläytyä ja osoittaa sopivalla tavalla empatiaa, jotta vuorovaikutuksessa välittyy kokemus kohdatuksi tukemisesta. Asiakkaan tarpeet ovat lähtökohtana asiakaslähtöiselle työlle ja toiminnalle vuorovaikutuksen rakentumisessa. (Vilén, Leppämäki & Ekström 2008, 53–54, 58, 66–67, 81, 87.)

Vuorovaikutuksellinen tukeminen voi tapahtua kahden ihmisen välillä, mutta myös ryhmässä, kuten opinnäytetyössäni. Yhteisten keskusteluiden tavoitteena on virittää yhteistä keskustelua, jossa on vapaus tuoda esiin yksilöiden näkökulmia. Tavoitteena löytää ja vahvistaa yksilöiden taitoja sekä voimavaroja, mutta myös yhteisöllisiä taitoja ja voimavaroja sekä vahvistaa yhteenkuuluvuuden tunnetta kannustavassa ja turvallisessa ilmapiirissä. Ryhmätyöskentelyssä jokaisella on mahdollisuus avoimeen keskusteluun ja samalla myös toisten auttamiseen. Ohjaajan merkitys tässä korostuu siten, että hän mahdollistaa turvallisen, avoimen ja osallistavan keskustelun. (Vilén, Leppämäki & Ekström 2008, 270–271, 276–279.)

4 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

4.1 Tutkimusmenetelmät, aineiston kerääminen ja analysointi

Opinnäytetyöni on toiminnallinen opinnäytetyö, jossa pääpaino on yhteisessä toiminnassa, johon yhdistyy myös olennaisena osana laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus. Laadullinen tutkimusote pyrkii tuomaan ihmisten kokemusmaailmaa todeksi ja syvällisempään ymmärrykseen tutkimuksellisesti. (Kananen 2008, 24–25.) Opinnäytetyöni sisältää alkukartoituksen yhteisen keskustelun muodossa, havainnointia ja palautteen keräämistä osallistujilta sekä loppukartoituksen kyselylomakkeen avulla.

Aineiston kerääminen tapahtui alku- ja loppukartoitusten, palautteen keräämisen, havainnoinnin sekä dialogisen keskustelun avulla. Aktivoivaa osallistuvaa havainnointia eli toimintatutkimusta kuvataan tilannekeskeiseksi, aktiiviseksi vaikuttamiseksi sekä muutokseen pyrkiväksi tutkimusaineiston keräämiseksi. Kyseinen metodi soveltuu käytettäväksi esimerkiksi kyläyhteisöissä, tässä tapauksessa ammatillisen perhekodin kiinteässä yhteisössä. Kyseinen tutkimusmetodin perusperiaatteena on tutkijan ja tutkimuskohteen (tutkimuskohteiden) yhteistyö ohjaavassa, korjaavassa sekä arvioivassa päätösteossa ja toiminnassa. Toimintatutkimus on kehittämisen tunnistamista, suunnittelemista sekä erilaisten ratkaisujen etsimistä kehittämisen tueksi. Tavoitteellinen ja päämäärätietoinen toiminta aktivoi osallistujia niin, että tutkijan rooli jää lopulta tarpeettomaksi. (Vilka 2007, 46–47.) Toimintatutkimus yhdessä vuorovaikutuksellisen tukemisen sekä toiminnallisten osioiden kanssa sopii hyvin toteutettavan opinnäytetyön aineistonkeruun menetelmäksi osallisuuden, yhteisöllisyyden ja vuorovaikutuksen vahvistamiseksi.

Keskustelut tapahtuivat yhteisöllisesti ja osallisuutta tukevasti, ja keskusteluita tuettiin kuvia apuna käyttäen infotaulujen muodossa. Havainnointi tapahtui toimintapäivien aikana ja päivän päätteeksi kirjoitin tutkimuksen kannalta oleelliset havaintoni sekä keskusteluista oleelliset asiat muistiin. Tällaisessa tutkimuksessa suurin osa havainnoista jää kuitenkin oman havainnointini varaan.

Alku- ja loppukartoitukseen on valmisteltu tarvittavat kysymykset. Alkukartoitus tapahtui yhteisöllisesti ja osallisuutta tukevasti yhdessä keskustellen alkukartoituskysymyksiä käyttäen. Loppukartoitus tapahtui kirjallisesti kysymyksiin vastaten sekä lyhyen yhteisen keskustelun kautta. Palautteen keräsin toimintapäivien jälkeen. Palautteena toimi paperinen lappu, jossa on viisi hymiötä kuvaamassa vastaajan mielipidettä: ”huono”, ”tylsä”, ”melko hyvä”, ”hyvä” ja ”tosi hyvä”. Palaute lappuun sai myös kirjoittaa sanallista palautetta, mikäli lisäpalautetta halusi antaa.

Mitä, kuinka, miten ja miksi? – ovat kysymyksiä, joita havaintoja tehdessä sekä niitä analysoitaessa pohditaan. Havaintomuistiinpanoja, keskusteluiden tuloksia ja tekemisen antia yhdistelemällä, analysoimalla sekä tulkitsemalla muodostuu kokonaisuus. Aineiston analyysissä käytän vertailua, alkutilanteesta välitilanteeseen sekä lopputilanteeseen sekä toisin päin. Vertailua voi tehdä myös muihin vastaaviin menetelmiin tai toteutuksiin. (Vilka 2007, 78–81, 88.)

4.2 Eettisyys

Eettiseen toimintaan ja ohjaustoimintaan yleensäkin liittyy olennaisesti turvallisuus, niin psyykinen kuin fyysinenkin. Lasten ja lastensuojelussa sijoitettuna olevien lasten parissa on erityisesti pohdittava eettisiä kysymyksiä. Ensimmäisenä tulee mieleen, kuinka toimia niin, ettei toista satuta esitetyllä kysymyksellä tai asialla, joka tuo esimerkiksi vaikeita muistoja ja kokemuksia mieleen. Vuorovaikutuksessa voidaan joutua tilanteeseen, jossa jokin hyväksi ajateltu asia voikin koitua pahaksi, vaikka sitä ei niin tarkoittaisikaan. Tärkeää on siksi pohtia jo etukäteen vuorovaikutustilanteita ja kuinka sitten voidaan käsitellä niitä tilanteita, joissa aiottu hyvä koituukin pahaksi. Ammatillisesti on osattava asettua myös toisen asemaan, tässä tapauksessa niin lasten kuin aikuistenkin. (Vilén, Leppämäki & Ekström 2008, 29–30, 32.)

Aktivoiva osallistava havainnointi vaikuttaa konkreettisesti tutkimuskohteen (tutkimuskohteiden) elämään ja siksi on hyvä tiedostaa millaisia vaikutuksia toisen elämään vaikuttaminen tuo tullessaan, tutkimusta tehdessä sekä sen jälkeen. Mahdollisimman luottamuksellinen ja luonteva toiminta on sekä tutkimuksellisesti

että ihmisläheisesti eettistä. Siksi avoimuus rehellisyys ja vastuullisuus tutkimuksen tarkoituksesta aloittaessa sekä sen toteuttamisessa on tärkeää. Sosiaalialalla eettiseen toimintaan kuuluu yksilön sekä yhteisön vahvuuksien sekä voimavarojen tunnistaminen sekä tuetusti niiden kehittäminen ja mahdollistettava niiden käyttäminen. Ammatillisesti kestävään ja eettiseen työhön liittyy toiminta, jossa puututaan epäkohtiin ja kehitetään käytäntöjä, myös asiakkaiden kanssa. Edellä mainitut asiat ovat myös olennaisia tämän opinnäytetyön toteuttamisessa. (Vilkkä 2007, 56–57; Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012, 6; Talentia Ry 2018, 18–10.)

Eettisten periaatteiden mukaan osallistujilla on aina oikeus kieltäytyä tai keskeyttää missä vaiheessa tahansa osallistuminen näin halutessaan ja tällaista päätöstä tulee myös kunnioittaa, eikä kieltäytymisestä pitäisi aiheutua ylimääräistä haittaa. Alle 15-vuotiaiden lasten vanhemmilta tarvitaan suostumus (tai mahdolliselta edunvalvojalta) tutkimukseen osallistumisesta, myös yli 15-vuotiaiden kohdalla vanhempia (ja edunvalvojia) sekä sosiaalityöntekijöitä tulee informoida tutkimuksesta, mikä se tutkimuksen asetelman ja kysymyksien kannalta on mahdollista. Alaikäisten kohdalla eettisiin periaatteisiin kuuluu informoida heitä ikätasoisesti ja ymmärrettävällä tavalla. Eettisesti kestävässä tiedonhankinnassa, tutkimuksen tekemisessä sekä arvioinnissa on huomioitava aina lapsen tahdon ja hänen etunsa toteutuminen. Tutkimuksen toteuttajalla on eettinen vastuu myös keskeyttää osallistuminen tarvittaessa. Samat periaatteet koskevat myös vajaakykyisiä ja turvattomia henkilöitä (erityisryhmät), kuten tässä opinnäytetyössä lastensuojelun sijaishuollossa olevat erityisen tuen tarpeessa olevat lapset. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 8–10; Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012, 6–7; Vilkkä 2007, 63–64.)

Muotoilin kirjallisen suostumuslomakkeen tutkimusinfoilla tutkimukseen osallistuville sekä lasten vanhemmille ja edunvalvojille. Lapsen asioista vastaavien sosiaalityöntekijöiden informointi on myös tärkeää, ja heidän informointinsa tapahtui ammatillisen perhekodin kautta sähköpostitse. Tutkimuslupahakemus tehtiin myös yhteistyössä ammatillisen perhekodin kanssa.

Eettisen toimintaan liittyy myös yksityisyyden ja tietosuojan vaaliminen. (Vilka 2007, 59–62; Tietosuojalaki 1050/2018; Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 11–13.) Opinnäytetyössäni ajattelin ensin, että ikä ja sukupuoli ovat selkeä ja merkittävä tieto tutkimuksen kannalta, mutta tarkemmin mietittyäni pohdin, onko se tutkimustuloksissa sittenkin liian personoivaa ja lisääkö se tunnistettavuutta valmiissa opinnäytetyössä ja onko tällainen tieto ylipäätään oleellista. Mahdolliset erityisyyden taustatiedot ovat oleellisia tietoja toimintaa järjestettäessä, mikäli lapsella on erityisiä haasteita tai tuen tarpeita. Ammatillista perhekotia ei myöskään ole tarvetta nimetä tai sen tarkempaa sijaintia, koska ne eivät ole tutkimuksen ja opinnäytetyön kannalta oleellisia asioita. Muilla tausta- ja henkilötiedoilla ei ole merkitystä tutkimuksen kannalta. Mahdollisesti jotkut lasten aikaisemmat kokemukset voisivat olla oleellisia asioita tietää toiminnan ja keskusteluiden kannalta, mutta en koe niiden olevan tarpeeksi aiheellista tietoa tässä opinnäytetyössä, koska keskustelumme pysyy asiatasolla emmekä kaivele syvällisempiä kokemuksia yhteisissä keskusteluissa. Kirjoittaessa ja muistiinpanoissa sekä puheessa ajattelin käyttää esim. seuraavanlaista kuvausta: aikuinen (m) ja aikuinen (n), 13-vuotias tyttö (autismi) tai vastaavasti 13-vuotias tyttö, jolla haasteita puheen tuottamisessa mutta sitten tulinkin siihen tulokseen, että käytän vain sanoja aikuinen ja lapsi, sen enempää lisäämättä tunnistettavuutta. Toisten lasten ja aikuisten asioita ei jaeta keskenään, ellei joku itse halua niitä tuoda keskusteluissa esille. Painotetaan kuitenkin heti alussa jokaisen mahdollisuutta kertoa tai olla kertomatta asioita itsestään, sekä turvallista ja luotettavaa ilmapiiriä, jolloin toisenkaan kertomat asiat eivät ole tarkoitettu yhteisön ulkopuolelle. Asiasta käydään tarkempaa keskustelua yhteistyötahon kanssa.

Tutkimuksen arvioidut riskit ja haitat ovat arvioni mukaan hyvin minimaaliset. Keskusteluissa emme kaivele menneisyyttä tarkoituksella, vaan keskitymme nykyiseen tilanteeseen, omiin ja toisten vahvuuksiin sekä toisten huomioimiseen sekä kannustamiseen. Yhteistyöhön sekä vuorovaikutukseen. Vähäiseksi haitaksi voi muodostua jonkun osallistujan kohdalla haluttomuus yhteistyöhön, mutta siitä keskusteleminen toisten kanssa sekä asian hyväksyminen auttaa tilanteen yli pääsemiseen. Osallistuessa ja yhteisessä työskentelyssä voi tulla myös tunnekuohuja sekä asioiden yhteen törmäämisiä sekä psyykkistä loukkaantumista toisiin

ihmisiin, nämäkin tilanteet käydään yksitellen ja yhteistyössä läpi tilannekohtaisesti. Ammatillisella perhekodilla on käytössään myös tällaisiin tilanteisiin sopivia käytännön menetelmiä, joissa käytetään kuvia asioiden läpikäymiseen (mm. millaisia tunteita, mitä tapahtui ja mitä olisi pitänyt tehdä toisin? yms.)

4.3 Suunnitelma

Suunnitelmana oli toteuttaa kaksipäiväinen toiminnallinen osuus luontoläheisessä mökkiympäristössä erilaisten aktiviteetti rastien merkeissä sekä taidenäyttelyn järjestäminen ja toteuttaminen toimintapäivien jälkeen siellä syntyvien tuotoksien annista, sekä yhteiset alku- ja loppu kartoitus keskustelut aiheeseen liittyen ja sitä pohjustaen. Alkukartoitus (liite 5.) on yhteinen keskustelu, jossa seitsemän kysymyksen avulla käymme läpi osallistujien ajatuksia ja kokemuksia yhteistyöstä, toisten huomioimisesta, luonnosta ja luontolähtöisestä toiminnasta sekä heidän ajatuksistaan ja odotuksistaan opinnäytetyön suhteen. Palautteita kerätään jokaisen toiminta päivän ja valokuvanäyttelyn jälkeen. Palautteet (liite 7) annetaan nimettömästi palautelaatikkoon. Loppukartoitus (liite 6.) koostuu 13. kysymyksestä liittyen koko opinnäytetyön kokonaisuuteen. Tarkoituksena on kartoittaa osallistujien kokemuksia muun muassa onnistumisista ja kokemuksista sekä kehittämisajatuksista. Loppukartoitukseen liittyy myös yhteinen keskustelutuokio opinnäytetyöhön liittyvistä kokemuksista ja ajatuksista.

Osallistujiksi oli tarkoitus saada koko ammatillisen perhekodin työntekijät sekä siellä olevat sijoitetut ja huostaanotetut lapset. Suunnitelmana oli jakaa aikuiset ja lapset ryhmiin sekä antaa heille rastitehtävien suunnittelua ja toteutusta, ruuan suunnittelua ja valmistamista, luontotietoisuuksien selvittäminen sekä niistä toisille kertominen toimintapäivien aikana. Näiden lisäksi annoin heille tehtäväksi suunnitella ja toteuttaa yhteisen esityksen taidenäyttelyyn teemalla ”meidät lahjat” eli runo, laulu, tanssi, tai joku muu sellainen luontoon liittyvä ohjelmanumero. Yhdessä suunnittelu on osallistavaa sekä yhteisöllistä toimintaa ja valmistaa sekä lapsia että aikuisia tulevaan tapahtumaan.

Ohjaajan roolissa minun tehtävänäni oli suunnitella ja toteuttaa ”meidän metsärummut”, ”meidän taidetta”, ”meidän tunteet”- rastit sekä ”tässä ollaan me” ja

”meidän mielipaikkamme” – valokuva rastit. Minun osuuteeni kuuluu myös luontotietoisuuksien valmistaminen (liite 12) sekä niistä kertominen. ”Meidän metsärummut” -rastilla on tarkoitus sanoittaa metsäisten soittimien avulla omia sanomattomia ajatuksia toisille. ”Meidän tunteet”-rastilla on tarkoitus käydä läpi tunteita, keskustella niistä sekä kuvata niitä. Näin opitaan toisistamme ja tunteistamme enemmän, jotka ovat osa jokapäiväistä arkeamme. Tälle rastille on tarkoitus ottaa mahtitunne -kortit mukaan sekä valmistaa tunnesanat, jotta valokuvuihin tulee myös sanat kertomaan tunteesta. Netistä löytyy myös erilaisia tunteisiin liittyviä lauluja sekä tehtäviä sekä materiaaleja keskustelun tueksi kuten nämä, joita ajattelin hyödyntää:

- ➔ Tunnelaulu hymiöillä: <https://viitotturakkaus.fi/tuote/tunnelaulu-emoji-jos-sun-lysti-on/>
- ➔ Tehtävä tunteisiin liittyen: <https://viitotturakkaus.fi/tuote/missa-ja-miltaminun-tunteeni-tuntuvat/>
- ➔ Keskustelun tueksi: <https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/materiaalit/vahvuuspakka-tutkimusmatka-vahvuuksien-aarelle/>
- ➔ Tunnepilvet: <https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/materiaalit/tunnepilvet/>
- ➔ Tunnepilvet sanoilla ja kuvilla: <https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/materiaalit/tunnepilvet-sanoilla-ja-kuvilla/>
- ➔ Tunnesanat: <https://ryhmarenki.fi/wp-content/uploads/2019/03/Tunnesanat.pdf>

”Tässä ollaan me” sekä ”mielipaikkamme” -rastit pitävät sisällään yhteiskuvia sekä yksittäiskuvia heidän haluamallaan tavalla ja haluamassaan paikassa, jotka sitten tulevat näyttelyyn. Keskustellaan, kuinka voisimme huomioida toisiamme arjen keskellä. Jokainen pääsee myös etsimään itselleen sopivan ja mieluisan paikan, jossa he saavat rentoutua hetken. Tämän jälkeen osallistujat kootaan paikalle soittokellon avulla ja jokainen saa esitellä oman mielipaikkansa toisille, jossa hänet sitten valokuvataan haluamallaan tavalla. Nämä valokuvat tulevat

myös näyttelyyn. Keskustelemme omasta ajasta, rauhasta sekä toisten huomi-
oon ottamisesta.

”Meidän taidetta”-rastilla jokainen pääsee toteuttamaan luovuutta ja tekemään
omaa taidetta, esimerkiksi maalaamalla tai askartelemalla. Tarkoituksena on to-
teuttaa ja tehdä myös yksi yhteinen taideteos, jonka osallistujat saavat yhdessä
suunnitella ja toteuttaa. Keskustelemme taidoista ja vahvuuksista, rohkaisemi-
sesta. Taidetuotokset tulevat sitten taidenäyttelyyn esille.



Kuva 1: Kyllit toimintapäivien rasteille sekä taidenäyttelyyn

Taidenäyttely toteutetaan ammatillisella perhekodilla parin viikon päästä rastipäi-
vistä, jotta saadaan valokuvat tilattua ja toimitettua paikan päälle. Näyttelyyn on
varattu yksi kokonainen huone. Näyttely suunnitellaan ja rakennetaan yhdessä
valokuvista, rekvisiitoista sekä taideteoksista. Lopuksi pidämme juhlat, ja jokai-
nen saa vielä esittää oman henkilökohtaisen tuotoksen. Keskustelemme myös

lopuksi yhdessä koko prosessista ja ajatuksista, mitä on herännyt. Kerään palautteen päivästä sekä kartoitan heidän ajatuksiaan ja kokemuksiaan koko opin- näytetyön kokonaisuudesta lopuksi valikoitujen kysymysten avulla.

Yhteisöllisyyttä vahvistetaan ottamalla niin lapset kuin aikuisetkin mukaan yhteiseen toimintaan ja annetaan mahdollisuus jokaisen olla aktiivisesti osallinen omalla ominaisella tavallaan. Yhteiseen päämäärään pyrkiminen ja toisten kannustaminen sekä jokaisen yksilöllisyyden vahvistaminen yhteisössä ovat keskeistä yhteisöllisyyden näkökulmasta. Toiminta tapahtuu rasteryöskentelynä, johon olen valmiiksi valinnut seuraavat rastien aiheet: ”Meidän taidetta”, ”meidän metsärummut”, ”tässä ollaan me”, ”meidän mielipaikkamme” sekä ”meidän tunteet” ja ”meidän lahjat”. Näiden lisäksi osallistujat saavat yhteistyössä suunnitella kolme lisärastia. Kahden toimintapäivän jälkeen loppu huipennukseksi toteutamme yhdessä taidenäyttelyn näiden toimintapäivien tuotoksista.

Keskinäinen vuorovaikutus vahvistuu yhteisissä keskusteluissa aiheista: omat ja toisten vahvuudet sekä tunteet, rohkaiseminen ja kannustaminen sekä toisten huomioiminen, hyvän huomaaminen. Puhumattomien ja vaikeasti sanoittamattomien asioiden esiin tuominen rytmisoittimien kautta. Vuorovaikutuksellinen tukeminen tapahtuu rasteilla tekemisen lomassa vahvistaen, rohkaisten ja kannustaen. Tunteiden osiossa käymme mahtitunnekorttien avulla erilaisia tunteita läpi sekä valokuvaamme jokaisen erilaisia tunteita.

Suunnitteluvaiheessa pohdin myös, mitä kaikkea pitää ottaa huomioon ja millaista rekvisiittaa tarvitaan? Mistä saadaan lautaa kyltteihin ja missä ne maalataan? Mitä taide- ja askartelutarvikkeita tarvitaan ja tarvitseeko niitä hankkia kaupasta? Missä ja miten itse maalaus ja askartelupiste toteutetaan? Millaisia askartelun ja maalauksen vinkkejä voin esitellä tarvittaessa, tulostanko ja laminoinko ne?

4.4 Opinnäytetyön käytännön toteutus

Opinnäytetyön infokirjeet (liitteet 1–4) ja suostumukset olivat ensimmäinen askel opinnäytetyön varsinaisessa toteutuksessa. Infokirjeet (liitteet 2 ja 3) lähetettiin

sosiaalityöntekijöille sekä vanhemmille, myös edunvalvojiille, sähköpostitse tai kuvaviestinä. Suostumuksien saaminen kesti melko pitkään ja niitä jouduimme kyselymään vielä uudelleen. Saimme kuitenkin suostumukset joka taholta. Lisäkyselyitä ei opinnäytetyöhön liittyen tullut kenenkään taholta. Oletin, että infokirjeet olivat tarpeeksi selvät asian suhteen.

Pidin yhteisen infotilaisuuden perhekodissa lapsille ja työntekijöille. He saivat infokirjeet (liite 1 ja liite 4) ja kerroin sekä sanoin että kuvien avulla opinnäytetyöstäni. Kerroin toimintaan osallistumisen vapaaehtoisuudesta sekä mahdollisuudesta keskeyttää, jos itse niin haluaa. Lapset ja aikuisetkin halusivat osallistua mielellään mukaan opinnäytetyö projektiin. Valitettavasti aivan kaikki työntekijät eivät kuitenkaan päässeet osallistumaan, koska aikataulullisesti oli vaikea saada sovittelua sopia päiviä niin, että ne olisivat sopineet ihan kaikille.

Metsäisten toimintapäivien ohjelmalistojen (liitteet 8 ja 9) tekeminen, kuvittaminen sekä aikataulutus, olikin hieman haasteellista ja huomasin, että aikataulullisesti on vaikeaa sovittaa ihan kaikkea aktiviteettia ja rastitoimintaa näille kahdelle päivälle, ja tästä keskusteltiin perhekodin johtajan kanssa. Joten päätettiin luopua kokonaan ”meidät tunteet” -rastista. On tärkeää huomioida, ettei tarkoitus ole kiire ja suorittaminen, vaan yhdessä tekeminen ja luonnosta nauttiminen. Mikäli päiviä olisi useampi, voisi tämän toteuttaa osana kokonaisuutta tai myöhempänä ajan-kohtana erillisenä aktiviteettina.

4.4.1 Alkukartoitus

Alkukartoitukseen (liite 5) kokoonnuimme yhteen perhekodilla ja kävimme yhteistä keskustelua osallistujien kesken alkukartoituskysymyksien parissa. Tarkoituksena oli saada selville, millaista luontolähtöistä toimintaa perhekodilla toteutetaan ja millaisena he kokevat yhteiset tekemiset sekä millaisia toiveita ja odotuksia heillä on. Kävimme myös keskustelua toisten huomioimisesta. Keskustelimme myös erilaisista luontoympäristöistä ja missä kukin viihtyy parhaiten.

Perhekodilla on monipuolisesti yhteistä tekemistä, yhteiset retkien suunnittelut ja toteutukset ovat osa perhekodin arkea. Monenlaiset pihatyöt ja kasvimaan suunnittelu ja -hoito kuuluu myös yhteiseen tekemiseen. Mökillä he käyvät 1–2 kertaa kuukaudessa ja siellä luonto on lähellä. Heillä on monipuoliset mahdollisuudet marjastaa, kalastaa, veneillä ja ajaa mönkijällä sekä tarkkailla luontoa. He pääsevät jopa tarkkailemaan linnunpöntön elämään sinne asennetun kameran kautta suoraan olohuoneesta. Tämä on niin lapsille kuin aikuisillekin mielenkiintoista puuhaa. Perhekodilla on myös koiria, jotka tuovat mielekkyyttä lasten ja aikuisten arkeen.

Suurin osa lapsista ja aikuisista pitää yhdessä tekemisestä. Yksi lapsista pitää kuitenkin enemmän yksin tekemisestä. Yhteistyö sujuu pääsääntöisesti hyvin, joitakin erimielisyyksiä tulee ja ne selvitetään, aikuisohjattavuutta tarvitaan. Yhteisessä keskustelussa pohdimme, miksi yhteistyötaitoja tarvitaan ja miten ne vaikuttavat tulevaisuudessa työelämässä selviytymiseen. Puhuimme toisten huomiomisesta ja esiin nousivat ajatukset siitä, että toisten ajatuksia on vaikea arvata ja on tärkeää kertoa, jos esimerkiksi haluaa olla yksin ja toisten täytyy myös osata ottaa tämä huomioon. Aikuisten ajatuksissa nousi esille, se että lapsen tarpeet menevät aina kuitenkin omien tarpeiden edelle.

Keskusteluissa kävi ilmi, että heidän mielestään heillä on tarpeeksi yhteistä tekemistä. Joitakin toiveita heräsi keskustelun aikana, kuten rannalla käynnit, ulkohommat ja mökillä oleilu. Keskusteltiin myös tulevan kesän vaellusreissusta, sitä odotettiin innokkaasti niin aikuisten kuin lastenkin toimesta.

Halusin myös selvittää heidän ajatuksiaan luonnosta, sekä missä he viihtyvät parhaiten ja millaisen toiminnan äärellä. Vastauksia oli monipuolisesti korkeista paikoista meren rannoille, sekä tuulen äänien kuuntelemisesta mustikkamaidon juomiseen. Toiset pitivät metsästä ja siellä marjastuksesta ja vaeltamisesta, jotkut eivät tykkäneet metsästä, koska siellä on liikaa ötököitä. Toiset tykkäsivät veneilystä ja mönkijällä ajelemisesta. Joillekin isot eläinten kolot toivat epämukavuuden tuntemuksia. Harmiteltiin myös sitä, ettei ole tarpeeksi aikaa oleilla luonnossa.

Osallistujien odotukset tämän opinnäytetyön suhteen olivat positiivisia ja monet odottivat innolla toteutusta. Toiset pitivät mielenkiintoisena ja jännittävänä, toiset olivat pyörällä päästään, osa oli pohdiskelevilla mietteillä ja toiset eivät olisi malttaneet odottaa toiminta päiviä. Toiset olivat tyytyväisiä ja jopa onnellisia sekä voimissaan. Käytin tässä kuvallista fiilismittaria (liite 13.), joka löytyy ryhmärenki.fi sivustolta, havainnollistamaan sen hetkisiä tuntemuksia.

4.4.2 Metsäiset toimintapäivät

Metsäisiin toimintapäiviin tein kuvalliset ohjelmanlistat sekä kuvalliset ruokalistat (liitteet 8 ja 9) sen mukaan mitä kukin ryhmä oli suunnitellut. Tästä sain hyvää ja positiivista palautetta niin lapsilta kuin aikuisiltakin. Heidän mielestään kuvat olivat järkeviä ja ymmärrettäviä sekä auttoivat myös aikuisia paremmin hahmottamaan päivän kulkua. Lauantai päivä alkoi mökille saapumisen ja tavaroiden purkamisen merkeissä. Kokoonnuimme yhteiselle välipalalle, jonka olin heille jo etukäteen valmistanut ja pidin infon päivän tapahtumista aikatauluineen. Sää oli tällä kertaa sateinen, mutta se olikin oikein innostavaa ja inspiroivaa niin lasten kuin aikuistenkin mielestä. Heistä oli hauskaa sekä innostavaa mennä sadevaatteet päällä metsään valokuvaamaan. Saimmekin aivan loistavia yksittäiskuvia sekä yhteiskuvia värikkäissä sadevaatteissa ja sateenvarjojen kanssa. Metsäinen valokuvaus sujui verkkaisesti ja luontoa tutkailtiin innokkaasti. Jokaiselle annettiin mahdollisuus valokuvata ja jokainen tuli kuvatuksi haluamassaan paikassa, haluamallaan tavalla. Aikuiset kuvasivat lapsia ja lapset aikuisia. Tässä vaiheessa oli hankalaa käydä yhteisiä keskusteluita, koska jokainen oli innoissaan touhuamassa metsässä ja tutkimassa kaikkea, ja osa keskittyi valokuvuihin. Otimme myös saippuakupla kuvia pihalla, niistä tuli myös tosi upeita kuvia. Lapset ja aikuiset olivat jo etukäteen ennen toiminta päiviä suunnitelleet, millaiset omat ”mielipaikka” kuvat he haluavat toteuttaa rekvisiittoineen, ja he odottivatkin innoissaan myös seuraavan päivän kuvauksia. Saimme siis kahtena päivänä erilaisia hienoja yhteis- ja yksittäiskuvia eri teemojen parissa. Tämän jälkeen ohjeistin jokaista etsimään taiderastia varten materiaalia sekä oman metsäisen soittimen ”meidän metsärummut” -rastille.



Kuva 2: Esimerkki kuva "mielipaikkamme"- rastilta, kuvassa Tarja Aska opinnäytetyön tekijä



Kuva 3: "Tässä ollaan me" – rastin tuotoksia

Päivällisrasti oli kodalla ja päivällisen valmistaminen hoitui yhteistuumin hyvässä yhteistyössä. Päivällisen jälkeen oli ”meidän metsärummut” -rasti, jossa jokainen sai metsäisten soittimien avulla puhua/kertoa ajatuksiaan tällä kertaa yhdelle työntekijälle ja työntekijä sai tuoda oman sanomansa muille. Toin ohjaajan roolissa esiin sitä, että joskus voi olla hankalaa sanoittaa tai sanoa asioita toiselle, tällainen menetelmä tarjoaa mahdollisuuden tuoda esiin jotain sellaista, mitä ei ole voinut sanoa. Vain yhdellä osallistujista oli kokemus vastaavasta kommunikoinnin tavasta koulussa, ja hän oli kokenut sen silloin haastavana. Osallistujat kokivat tämän rastin mielekkäänä ja toivoivat sitä lisää, myös hän, joka oli aikaisemmin kokenut sen haastavana. Kerroin, että sama rasti on huomennakin. Soittimina toimivat niin kivet, kävyt oksat kuin puun kaarnakin.

Ennen saunarastia oli vapaata aikaa ja saunarasti ryhmäläiset pitivät meille mielenkiintoisen tietovisan sekä tietoisun kierrätyksestä. Keräsin kirjalliset palautteet päivän päätteeksi sekä yhden lapsen kanssa suullisesti, koska hänellä oli haasteita kirjoitustaidossa. Palautteet olivat ”hyvä” ja ”tosi hyvä” hymiöitä. Sain myös hyvin lisäksi vielä kirjallista palautetta päivästä, kuten ” *Paras mökkipäivä ikinä*”, ” *On ollut tosi kivaa*”, ” *Oli mukavaa viettää aikaa yhdessä*” sekä positiivisia palautteita kuvallisista ohjeista, ne olivat onnistuneita ja selkeitä.

Sunnuntai päivä alkoi yhteisellä aamiaisella, jonka valmistaminen oli erään ryhmän vastuulla. Heillä oli meille mielenkiintoinen tietoisu oravasta. Ryhmän suunnittelema aktiviteetti oli aamujumppa ulkona. Yhteistyö heillä sujui hyvin, ja kaikki olivat mukana. Valmistelimme yhdessä ”meidän taidetta”-rastia terassille. Virittelimme ”meidän taidetta”-kyltin puihin sekä lakanan niiden alle. Tarkoituksena, oli että osallistujat yhdessä suunnittelevat ja toteuttavat taideteoksensa. Taideras-tilla kerroin tietoisuuja luonnon hyvinvointivaikutuksista ja oli tehnyt myös kuvalliset infotaulut (liite 12), jotka olivat kaikkien nähtävillä. Yritin herätellä niin lapsi kuin aikuisia miettimään, kuinka he voisivat huomioida luonnon hyvinvointivaiku-tuksia arjen keskellä, etenkin kiireen ja stressin keskellä. Taideras-tilla oli vipinää. Puutaulun maalaus sekä kivien maalaus olivat suosituimpia. Taideras-tilla vierähti aikaa ja taidetta syntyi mukavasti näyttelyä varten. Yhteinen taideteos syntyi yh-

teistyössä ja yhdessä suunnitellen, kun jokainen valitsi värinsä ja maalasi lakanan kuka mitäkin. Yritin jälleen viritellä yhteistä keskustelua osallistujien taidoista ja lahjakkuuksista, mutta vain yksi nuorista osallistui ja avasi keskustelua kehuen muutaman nuoren maalaustaitoja. Muut olivat niin uppoutuneita taiteen tekemiseen, etteivät halunneet, tai kyenneet osallistumaan sillä hetkellä keskusteluun. Tämä tuli myös suullisessa palautteessa ilmi, että on vaikeaa keskustella, kun keskittyy johonkin tekemiseen.



Kuva 4: Taiderastilta



Kuva 5: Taiderastilta



Kuva 6: Taiderastilla luonto oli lähellä monella tapaa



Kuva 7: "Meidän taidetta"- rasti

Välipalan suunnitellut ryhmä tarjosi meille välipala hetken sisällä vilttien päällä, koska sää ei suosinut ulkopiknikkiä ja terassinpöytä oli taidekäytössä. Nautimme lounasta miellyttävän sekä rentouttavan musiikin ja luontoisten äänien soudessa taustalla. He pitivät meille tietoisuuden pensasmustikoista. Monet saivat aivan uutta ja mielenkiintoista tietoa pensasmustikoista. Välipalan jälkeen jatkoimme "meidän mielipaikkamme" kuvauksia. Jokaisella osallistujalla oli oma ajatuksensa sekä siihen liittyvää rekvisiittaa mukana. Toiset halusivat kuvia joen rannalla, toiset pihalla ja metsässä. Muutama halusi tuoda oman harrastuksensa kuvaan niin sählyn pelaamisen kuin jalkapallon pelaamisen. Yksi halusi kuvan mönkijän kyydissä metsän laidalla. Yksi halusi persoonallisen taidekuvan ulkoilualueissa. Perheiden työntekijöillä on myös kaksi pientä koira mukanaan, ja muutama osallistujista halusi ottaa koiran kuviin matkaan. Kuvia otettiin useampia, jotta niistä voi sitten valikoida parhaimman.



Kuva 8: "Mielipaikkamme"

Päivällisen jälkeen jatkoimme "meidän metsärummut"-rastia. Tällä kertaa jokainen sai itse päättää, kenen kanssa haluaa kommunikoida metsäisillä soittimilla, ja näin käytiin kierros jokaisen osalta. Näin jokainen tuli kuulluksi ja nähdyksi omana itsenään. Lopuksi he halusivat vielä yhteisen "keskustelun/musisoinnin", jonka nauhoitimme. Edelleen tunnelma oli innostunut metsäisistä soittimista. Illan viimeinen rasti oli saunarasti, ja sinne oli ryhmä järjestänyt tietoisun telkistä. Tutkimme myös telkän pönttöä sekä muurahaisten elämää. Lopuksi oli kisailua ja aktiviteettia ketjun heiton, frisbeen heiton sekä saippua kuplien puhaltamisessa. Illan lopuksi keräsin jälleen palautteet päivästä. Palautteissa oli enimmäkseen "hyvä" -hymiöitä sekä "tosi hyvä" -hymiöitä. Edelliseen päivään nähden innostuneisuus ja tosi hyvät kokemukset taisivat hieman laskea, vaikka yhteisistä tekemisistä pidettiin.



Kuva 9: Saunarastilla muurahaisten elämään tutustumista

4.4.3 Taidenäyttely

Taidenäyttelyn suunnitteleminen toteutettiin yhdessä. hyödynsin papunetin kuvakkeita kertoessani taidenäyttelystä. Ensin pohdittiin yhdessä, mitä kukin haluaa taidenäyttelyn juhlatarjoiluun. Taidenäyttelyä edelsi myös jokaisen oman kuvan valitseminen sekä yhteisten kuvien valitseminen. Näistä teetettiin sitten A4 -kokoisia valokuvia valokuvausliikkeessä. Taidenäyttelypäivänä rakensimme sitten yhdessä taidenäyttelyä. Laitoimme kuvat esille pyykkipojilla narulle sekä ripustimme puutaulut ikkunalle. Muut taidetuokset laitoimme pöydille. Yhteinen taideteos ripustettiin esille. Olin valmistanut myös kaikista metsäisen toimintapäivien aikana otetuista kuvista diaesityksen sekä ”meidän metsärummut” -rastin musiikkituoksen. Pidin alkupuheen ja kiitin jokaista osallistujaa osallistumisesta tähän opinnäytetyö projektiin ja lausuin lopuksi myös omana esityksenä metsäisen runon. Tässä vaiheessa kävi ilmi, että muut eivät olleet lainkaan muistaneet valmistaa omia esityksiään, joten siirryimme taidenäyttelyn tutkimiseen ja valokuvadiaesitykseen. Lopuksi keräsin palautteet (liite 7) päivästä.



Kuva 10: Taiderastin tuotoksia taidenäyttelyssä



Kuva 11: Taidenäyttelyn "Tässä ollaan me" ja "Mielipaikkamme" – kuvat



Kuva 12: Taidenäyttelyn taidetaulut ikkunalle ripustettuina

Taidenäyttelyn palautteet olivat suurimmaksi osaksi ”tosi hyvä” -hymiöitä sekä kaksi ”hyvä” -hymiö vastausta. Kirjallista palautetta ei taidenäyttelystä juurikaan tullut. Yksi osallistujista kirjoitti: *”mukavaa olla mukana tässä projektissa”* ja toinen *”kiva näyttely”*. Yhdessä palautteessa tuotiin esille myös onnistumisen kokemukset ja pohdintaa upeista kuvista.

4.4.4 Palautteet toimintapäivistä

Toimintapäivien sekä taidenäyttelyn palautteet olivat ”hyvä” tai ”tosi hyvä” hymiöitä. Yksi ”melko hyvä” hymiöpalaute oli joukossa, palautteessa oli mainittu kiipeän olon vaikuttaneen siihen, ettei juuri mitään voinut tehdä. Kaiken kaikkiaan palautteet olivat enimmäkseen ”tosi hyvä” hymiöitä. Taidenäyttelyn palautteet olivat kuitenkin yhden ”tosi hyvä” hymiön verran parempia kuin muiden toimintapäivien. Useassa palautteessa nostettiin esiin myös hyvät ruoat. Palautteissa nousi esiin mielekkyys, tyytyväisyys ja innostus. Tässä vielä poimintoja kirjallisista palautteista:

"Mukavia aktiviteetteja"

"Tänään oli minun paras päivä mökillä, kiitos"

"Kaikki otettiin mukaan hienosti ja lapset osallistuivat innostuneesti"

"On ollut tosi kivaa, mutta harmi kun olen kipeä", "Kivoja juttuja olit keksinyt"

"Se oli maailman paras juttu ikinä", "Aivan mukava projekti, odotin innolla!"

"Valokuvat onnistui, vaikka satoi vettä", "Luonnossa olo ja yhdessä olo on parasta"

"(päiväohjelman) Kuvat olivat selkeitä ja ymmärrettäviä sekä järkeviä"

"Toimintaa sopivissa jaksoissa ja kaikkia kiinnostavia"

"Hyvää ruokaa, mukavia aktiviteetteja, iloista mieltä ja rentoilua"

"Oli hyvää ruokaa ja kiva liikkua metsässä"

"Oli mukava viettää aikaa yhdessä"

"Mukava päivä yhdessä. Naurua, iloa, onnistumisia, yhdessä oloa"

"Kivoja tehtäviä, joista kaikki näytti tykkävän ja olivat mukana"

"Maalaus oli todella mukavaa ja rentouttavaa"

"Taiteilu oli mukavaa ja vapauttavaa! Tuli olo, että ehkä minäkin voisin"

"On ollut hauskaa ja kivaa. Olet osannut hyvin kaiken"

"Tänään oli mahtavaa päästä haastamaan itseään ja luovuuttaan kivien maalauksen/muiden taiteilujen seurassa. Mukava päivä jälleen"

"Oli kiva maalata ja ruoka oli tosi hyvää sekä koirien kanssa oi mukavaa ja sauna oli kiva ja oli myös kiva ottaa valokuvia"

"Päivässä ei mitään valittamista"

"Maalauspaikka oli ihan mukava, mie tykkäsin siitä"

"Tärkeää kuvallinen päiväjärjestys kaikille"

4.4.5 Loppukartoitus

Taidenäyttelyn jälkeen annoin jokaiselle osallistujalle loppukartoitus (liite 9) kyselyn ja keskustelimme lopuksi yhdessä opinnäytetyön kokonaisuudesta. Tässä vaiheessa osallistujilla oli jo kiire toisiin menoihin, joten aika jäi palautekeskustelun osalta hyvin lyhyeksi. Osallistujat toivat vastauksissa esiin, että yhteistyö oli sujunut hyvin ja mukavasti ja kaikki osallistuivat hyvin toimintoihin mukaan. Onnistumisia eivät kaikki osanneet kuvata ja osa oli onnistunut kaikessa. Useammassa vastauksessa maalauksessa koettiin onnistumisia, etenkin kun onnistuttiin tekemään tarkkaa työtä. Osallistujilla oli positiivisia kokemuksia. He toivat esiin, kuinka olivat saaneet uusia ideoita jatkoon ja toivoivat uudestaan vastaavaa toimintaa. Hyviä, mukavia ja hauskoja sekä ”chillejä” kokemuksia kaiken kaikkiaan.

Monet vastasivat löytäneensä uusia positiivisia asioita itsestään, kaikki eivät eritelleet, mitä uusia asioita olivat löytäneet itsestään. Yksi vastaajista ei löytänyt mitään uusia asioita itsestään. Osa oli huomannut, kuinka he olivat kärsivällisempiä ja rauhallisempia luonnossa. Moni huomasi osaavansa monenlaista ja olivat löytäneet taidollisuutensa taidetöiden kautta.

Kaikki eivät osanneet vastata kysymykseen, kuinka voisi kannustaa ja tukea toisia paremmin. Osa toi esille positiiviset sanat, auttamisen ja kannustamisen merkityksen sekä innostuneisuuden ja kiinnostuksen osoittamisen.

Kysymykseen, mitä olisit toivonut lisää? Useampi vastaa oli sitä mieltä, ettei mitään lisättävää: ”ei mitään, kaikkea oli riittävästi ja monipuolisesti.” Muutama vastaaja vastasi, näin:

”Sitä maalaushommaa, se oli kivaa. Siinä pystyi keskittymään ja rentoutumaan”

”En mitään muuta, kuin aikaa metsäisissä toimintapäivissä”

Uusia ideoita luontolähtöiseen toimintaan ei tullut vastauksissa. Useat olivat sitä mieltä, että toiminta sellaisenaan oli ollut sopivaa ja riittävää sekä tarpeeksi monipuolista. Moni aikoi olla jatkossa enemmän luonnossa ja eivät he aio roskittaa luontoa.

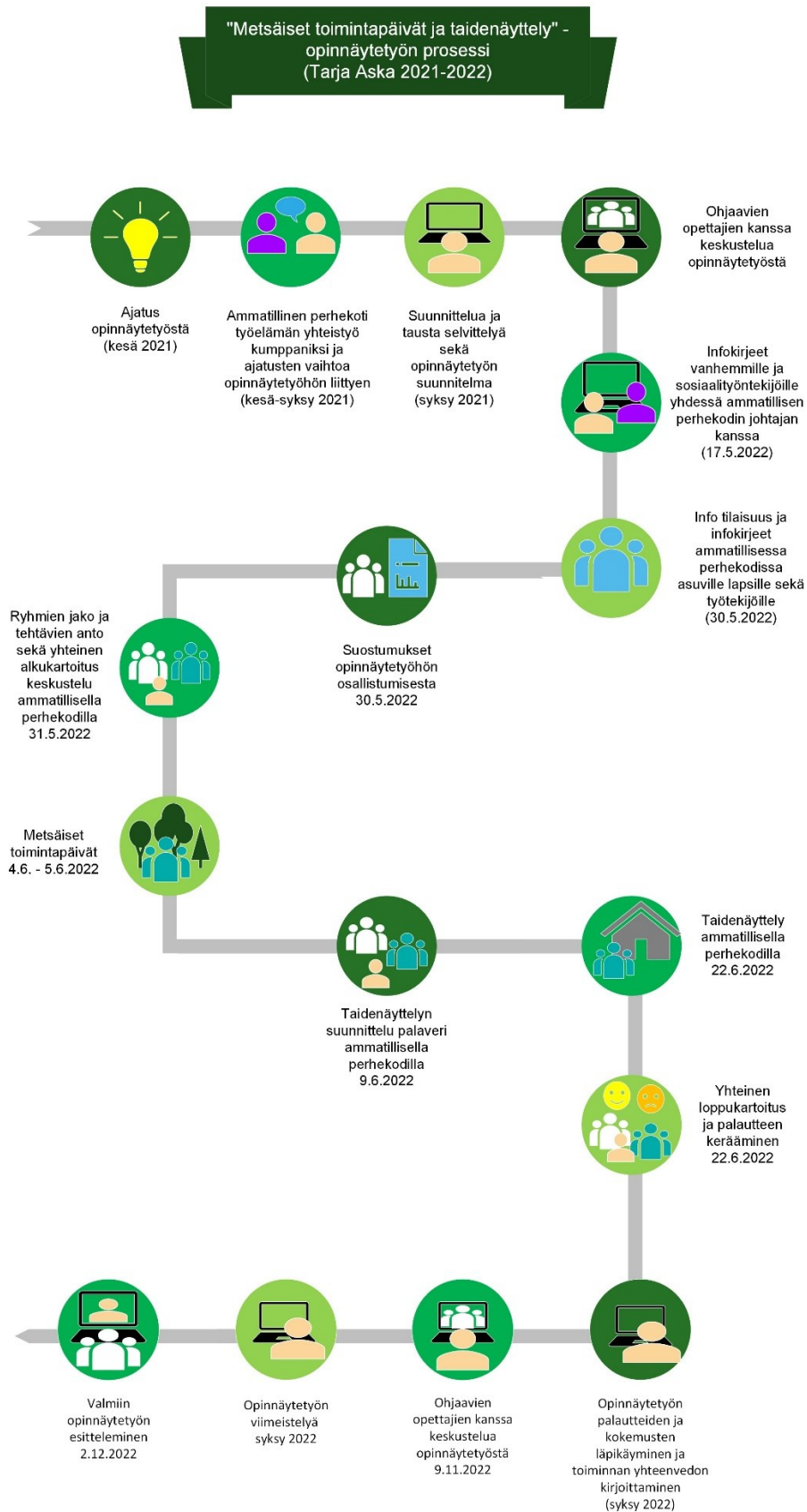
Muuta palautetta:

"Oli rentouttavaa koko juttu. Nautin äksönistä, oli puuhaa. Aika meni nopeasti"

"Kiitos upeasta projektista. Muistelemme tätä pitkään!"

"Ei muuta, kiitos"

4.5 Opinnäytetyön prosessi kaaviona



5 TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Kaiken kaikkiaan opinnäytetyön projekti oli toimiva kokonaisuus perhekodin sen hetkisiin tarpeisiin. Vaikka suunnitteluvaiheessa oli tarkoitus osallistaa koko perhekodin työyhteisö sekä lapset, se ei kuitenkaan toteutunut niin kuin ajatus oli. Toteutus vaiheessa kuitenkin huomasi, että siitä muodostui eräänlainen jäähyväis -teema. Vaikka kaikkia työntekijöitä ei saatu mukaan, olivat juuri ne pitkäaikaiset työntekijät mukana, joiden kanssa lapset ovat tuttuja, pidempi aikaiset perhekotivanhemmat ja lapset saivat vielä yhteisiä kokemuksia, josta jäi mielenpainuvat ja konkreettiset muistot osallistujille. Monet kevään aikaiset muutokset sekä tulevatkin muutokset saivat vastapainoksi irtaantumisen normaaliarjesta ja yhteisiä osallisuuden kokemuksia sekä monia elämyksiä luonnon parissa. Yhteistyö ryhmissä ja osallistujien kesken sujui hyvin. Vuorovaikutuksellinen tukeminen tapahtui yhteisissä keskusteluissa sekä erityisesti ”meidän metsärummut”-rastilla. Jokainen tuli kuulluksi ja nähdyksi omana itsenään. Taiderastilla ei yhteistä keskustelua saatu aikaan juurikaan, koska kaikki olivat niin uppoutuneita taiteen tekemiseen.

Palautteet olivat kaikki positiivisia sekä havainnot niin aikuisten kuin lastenkin kohdalla olivat positiivisia. Toimintaa oli osallistujien mielestä juuri sopivasti ja tällaista toimintaa toivottiin myös lisää. ”Meidän metsärummut”-rasti sai innokkaimmat odottamaan jo seuraavaa uusinta kertaa. Seuraavan päivän ”metsärummut”-rasti saikin luovan huipentuman, kun osallistujat tekivät yhteisen rytmisen ”keskustelun” tai musisoinnin.

Taidenäyttely oli loppuhuipentuma tälle yhteiselle opinnäytetyön projektille. Taide näyttelyn rakentaminen sujui mielekkäästi yhdessä. Huomasin, että valokuvia oli innostavaa katsella jälkepäin yhdessä. Valokuvista perhe koti myös päätti teettää joululahjoja lasten vanhemmille ja muille läheisille. Omat mielipaikka valokuvat tulivat myös jokaiselle itselleen muistoksi omaan huoneeseen.

Tutkimus kysymyksiin palaten sain vahvistusta, että tällainen toiminta tukee ja vahvistaa osallisuutta, yhteisöllisyyttä sekä keskinäistä vuorovaikutusta. Näistä

keskinäinen vuorovaikutus jäi kuitenkin hieman taka-alalle. Osallistujien kokemukset luonnosta voivat olla hyvinkin erilaiset, toiset pitävät metsästä, kun taas toiset eivät tykkää olla siellä, koska siellä on ötököitä ja pelottavia koloja. Toisille yhdessä tekeminen on mieluista, kun taas joku viihtyy enemmän itsekseen. Osallistujat odottivat innolla yhteisiä toimintapäiviä sekä taidenäyttelyä. Innokkuus näkyi myös toimintapäivien aikana. Luontoympäristön vaikutuksia osallistujat olivat myös itse huomanneet, kuten keskittymisenä taiderastilla. Monet olivat myös löytäneet vahvuuksia itsestään. Luontoyhteyttä aiottiin vaalia myös tulevaisuudessa niin yksilö tasolla kuin ammatillisen perhekodin arjessakin.

Miinuksena voidaan sanoa liian tiivis aikataulu toimintapäiville. Yksi lisäpäivä olisi voinut olla myös tarpeellinen. Osallistujille oli myös liikaa itsenäistä suunnittelua, koska yhteiset esitykset taidenäyttelyyn olivat kokonaan unohtuneet. Kaiken kaikkiaan osallistujat kuitenkin saivat osallisuuden ja yhteisöllisyyden mielekkäitä kokemuksia, he saivat tietoa ja oppivat uutta itsestään sekä toisistaan. Yhteys luontoon vahvistui ja monet aikoivatkin pitää yllä luontosuhdettaan jatkossakin. Toiset huomasivat luonnon positiiviset vaikutukset keskittymiseen ja rauhoittumiseen.

Erialaisten kysymysten asettelu voisi tuoda uusia ja erilaisia näkökulmia osallistujien ajatuksista ja kokemuksista. Toimintaa voidaan hyvin muokata osallistujien mukaan esimerkiksi, lisäämällä, poistamalla ja muokkaamalla tai soveltamalla joi-tain aktiviteetteja. Toimintaa voidaan järjestää myös päivä aktiviteetteina tarvitta-essa ja aktiviteettipäiviä voidaan sopia tarpeen mukaan.

6 POHDINTA

Green Care- ja taidelähtöisten menetelmien käyttäminen on innostavaa erityisesti ohjaajan näkökulmasta, kun on perehtynyt sekä syventynyt aiheeseen ja tiedostaa näiden monipuoliset hyvinvointivaikutukset sekä niiden voimauttavan vaikutuksen jo toimintaa suunnitellessa. Toimintaa toteuttaessa saa konkreettisesti itse nähdä ja kokea samoja vaikutuksia ohjattavan ryhmän keskellä. Tämä antaa ohjaajalle ja toiminnan vetäjälle lisää varmuutta tällaisen toiminnan toteuttamiseen jatkossakin.

Toiminnallisen opinnäytetyön suunnitelma ei toteutunut sellaisenaan vaan muotoutui enemmän soveltavammaksi ja aikatauluun sopivammaksi osallistujien tarpeiden mukaisesti, joskin sitä olisi voinut vielä hienosäätää toimivammaksi aikataulutuksen suhteen. Toteutunut kokonaisuus oli kuitenkin toimiva ja pienillä aikataulu muutoksilla voidaan jatkossakin kehittää toimintaa vielä sopivammaksi siirtymien suhteen. Ryhmän hallittavuuden kannalta tarvitaan vahvaa ohjauksellista vetovastuuta ohjaajalta, jotta toiminta toteutuu hallittavasti ajallaan. Suunnittelussa ja toteutuksessa tulee huomioida osallistujien erityistarpeet sekä toiminnan vaikutukset. Vapaaehtoisuuden esillä pitäminen ja samalla kuitenkin aktiivoiva ja ohjaava ote työskentelyssä ovat molemmat tärkeitä.

Vanhempien ja sosiaalityöntekijöiden tiedottaminen ja suostumuksen saamiseen on hyvä varata riittävästi aikaa, ja tarvittaessa voi hyvinkin muistuttaa vielä vastauksen saamisesta. Kesäaika tuo haasteita myös yhteisiin päiviin, koska lasten lomat vanhempien luona ajoittuvat eri aikoihin sekä muut menot niin aikuisilla kuin lapsillakin. Luonnossa työskennellessä ollaan aina sään armoilla ja siihen on hyvä varautua. Joskus vesisateinen päivä voi kuitenkin kääntyä mahdollisuudeksi, kuten tässäkin tapauksessa. Toiminnasta ei aiheutunut haittaa eikä muodostunut riskitekijöitä osallistujille. Osallistujat olivat mielellään mukana toiminnassa ja olivat innostuneita toimijoita, he myös toivoivat lisää vastaavaa toimintaa. Keskustelut pysyivät asia tasolla ja jokainen sai mahdollisuuden osallistua sekä olla osallisena erilaisiin keskusteluihin ja aktiviteetteihin niin halutessaan.

Haasteellisinta taisi olla kysymysten muotoilu sekä oikeanlaisten kysymysten löytäminen, jotta saisin tarvittavia vastauksia opinnäytetyöhön liittyen. Jälkeenpäin

jäin pohtimaan, olinko kysynyt oikeanlaisia kysymyksiä, ja mitä minun oikeastaan olisi pitänyt kysyä. Jälkiviisaani olisin halunnut enemmän tietoa ”meidän metsärummut” -rastilta, kuten miten sanoittaminen ja keskustelu osallistujien mielestä toimi ja oliko sillä esimerkiksi helpottavia vaikutuksia? Tai millaisia ajatuksia tai tunteita kyseinen rasti heissä vaikutti. Osallisuuden ja yhteisöllisyyden kokemukset vahvistuivat toimintapäivien aikana, mutta vuorovaikutukseen liittyvät kysymykset jäivät puutteellisiksi ja näin ollen selvittämättä.

Esimerkiksi THL:n sivuilta löytyvä osallisuus kyselyn avulla olisin voinut selvittää osallisuutta tarkemmin. Osallisuus kysely toimii arviointityökaluna hankkeille ja sen tarkoituksena on kerätä tietoa osallisuuden kokemuksista ja muutoksista. Kyselyllä voidaan käyttää myös soveltavasti ja keskustelun tukena. Kysely on kaksivaiheinen ja toteutetaan ennen osallistumista ja sen jälkeen. Kyselyssä on noin 14–15 kysymystä. (THL 2022.) Pohdin, että se olisi ollut liian vaativa kysely toteuttaa tässä opinnäytetyössä, mutta varmasti hyödyllinen mikäli siihen varataan hyvin aikaa ennen ja jälkeen osallistumisen, jotta kysymyksiä voidaan tarkemmin avata osallistujille.

Green Care- ja taidelähtöisten menetelmien käyttäminen sosiaalialalla ja etenkin lastensuojelun kentällä on ollut tutkitusti merkittävää. Sokran tiiviissä tutkimusviestissä (2/2021) on nostettu esille myös yhteistoiminnallisuus taiteilijoiden sekä sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten kesken. Haluan tässä tuoda saman asian esille, jotta taidelähtöisiä menetelmiä voidaan hyödyntää paremmin ja tämän kaltaista toimintaa voidaan jatkokehittää laadukkaaksi sosiaalipalveluksi monialaisena yhteistyönä, myös erikoiskoulutuksen käyneiden voimauttavan valokuvauksen menetelmä ohjaajia hyödyntämällä.

LÄHTEET

Bardy, M. 2009. Epilogi. Teoksessa: Lasten suojelun ytimissä, toimittanut Bardy, M. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinninlaitos.

Green Care Finland 2021.

- 2021a. Green Care. Viitattu 16.11.2021
<https://www.gcf Finland.fi/green-care/>.
- 2021b. Luontohoiva ja luontovoima. Viitattu 16.11.2021
<https://www.gcf Finland.fi/green-care-/luontohoiva---luontovoima/>.
- 2021c. Menetelmät. Viitattu 16.11.2021
<https://www.gcf Finland.fi/green-care-/menetelmat/>.
- 2021d. Vaikuttavuus. Viitattu 16.11.2021
<https://www.gcf Finland.fi/green-care-/vaikuttavuus/>.

Heino, T. 2009. Lastensuojelun tilastot, asiakkaat ja palvelut. Teoksessa: Lasten suojelun ytimissä, toimittanut Bardy, M. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinninlaitos.

Heinonen, S. 2019. Nuorisotalon avoimen toiminnan ja nuorisotyössä käytettävien taidelähtöisten menetelmien merkitys nuoren elämässä. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö. Theseus. Viitattu 24.11.2021
<https://www.theseus.fi/handle/10024/263567>.

Jämsén & Pyykkönen 2014. Osallisuuden jäljillä. Jämsén, A. & Pyykkönen, A. (toim.) Verkojulkaisu. Viitattu 24.11.2022 <https://www.pksotu.fi/pksotu/wp-content/uploads/2018/02/oSallisuuden-j%C3%A4ljill%C3%A4-verkkoversio-pakattuna-16052014.pdf>.

Kaisa, T. 2012. Voimaa valokuvauksesta autismin kirjon henkilöille. Opinnäytetyö. Metropolia Ammattikorkeakoulu. Theseus. Viitattu 24.11.2021
<https://www.theseus.fi/handle/10024/48518>.

Kananen, J. 2008. KVALI. Kvalitatiivisen tutkimuksen teoria ja käytänteet. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu

Kokkonen, T. 2016. Lauluja kuvin ja tukiviittominen: erityislasten kommunikatiotaitojen tukeminen musiikkitoiminnan avulla. Opinnäytetyö. Laurea ammattikorkeakoulu. Theseus. Viitattu 24.11.2021 <https://www.theseus.fi/handle/10024/117837>.

Känkänen, P. 2022. Kulttuurihyvinvointi ja taidelähtöiset menetelmät. Kehittyvät käytännöt, THL. Viitattu 16.11.2022 <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/kehittyvat-kaytannot/kulttuurihyvinvointi-ja-taidelahtoiset-menetelmat>.

Känkänen, P. 2009. Hoitava ja kuntouttava lastensuojelu. Teoksessa: Lasten suojelun ytimissä, toimittanut Bardy, M. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinninlaitos.

Känkänen, P. 2013. Taidelähtöiset menetelmät lastensuojelussa – kohti tilaa ja kokemuksia. Helsingin yliopisto, Valtiotieteen tiedekunta ja Sosiaalitieteiden laitos. Tutkimus 103/2013. Tampere: THL

Laki yksityisistä sosiaalipalveluista 922/2011.

Lapin AMK 2019. Opinto-opas. Sosiaalialan koulutus, syksy 2019. Viitattu 29.10.2022 <https://opinto-opas-amk.peppi.lapit.csc.fi/708/fi/93/4095/295>.

Lastensuojelulaki 13.4.2007/417.

Leemann, L., Kuusio, H. & Hämäläinen, R.-M. 2015. Sosiaalinen osallisuus. Sosiaalisen osallisuuden koordinaatiohanke (Sokra). THL. Verkkojulkaisu. Viitattu 24.11.2022 https://thl.fi/documents/966696/3775621/Tietopaketti_Sosiaalinen_Osallisuus.pdf/4bc56a65-8eb2-41c3-87b8-0cd963a2c600.

Luke 2021. Green Care -toiminta luo hyvinvointia ja vahvistaa paikallista kestävää kehitystä. Uutinen 27.5.2021. Ajankohtaista. Viitattu 13.11.2022 <https://www.luke.fi/fi/uutiset/green-care-toiminta-luo-hyvinvointia-ja-vahvistaa-paikallista-kestavaa-kehitysta>.

Lämsä, S. & Tuliharja, T. 2017. Vapaat kädet ja vapaa mieli. Toiminnallinen taidelähtöisiin ja osallistaviin menetelmiin sekä Green Care- ajatteluun pohjautuva nuorten aikuissosiaalityön asiakkaiden leiri kuntoutuksen menetelmänä. Opin- näytetyö. Lapin ammattikorkeakoulu. Viitattu 24.11.2021 <http://www.sosiaalipedagogiikka.fi/wp-content/uploads/2018/03/Opinn%C3%A4ytepalkinto-L%C3%A4ms%C3%A4-ja-Tuliharja-ID-7546.pdf>.

Manzos, I. 2017. Taidelähtöiset menetelmät nuorten ryhmissä ja hyvinvointivaikutusten arviointi. Opinnäytetyö. Turun ammattikorkeakoulu. Theseus. Viitattu 24.11.2021 <https://www.theseus.fi/handle/10024/134827>.

Mäkelä, J. 2009. Lastenpsykiatrin tervehdys: Lapsen kehityksen tukeminen hänen kehitysympäristöissään. Teoksessa: Ainutkertainen oppija. Erilaisuuden ymmärtäminen ja kohtaaminen. Juva: PS-kustannus.

Määttä, P & Rantala, A. 2016. Tavallisen erityinen lapsi. Onnistuneen yhteistyön arvoitusta ratkomassa. 2.painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Mönkkönen, Leinonen, Arajärvi, Hovatta, Tusa & Salokangas 2019. Moniammatillisen vuorovaikutuksen tarkastelua. Teoksessa: Mönkkönen, K., Kekoni, T. & Pehkonen, A. (toim.) Moniammatillinen yhteistyö, vaikuttava vuorovaikutus sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Gaudeaus Oy. E-kirja. Viitattu 25.11.2022 Ellibs verkkokirjahylly: <https://www.ellibslibrary.com/book/9789523455665>

Nivala, E. 2021. Osallisuuden moninaisuus. Julkaistu 14.04.2021. Kansalaisyhteiskunta, tietopankki. Viitattu 24.11.2022 <https://kansalaisyhteiskunta.fi/tietopankki/osallisuuden-moninaisuus/>.

Peippo, P. & Salmivaara, A. 2013. ”Vitsi mä oon kaunis...”: Kokemuksia valokuvaprojektista lastensuojelu yksikkö Malmin Pienkotien Jäkäläpolulla. Opin-
näytetyö. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Theseus. Viitattu 24.11.2021
<https://www.theseus.fi/handle/10024/59744>.

Perhehoitolaki 20.3.2015/263.

Saarinen, K. 2013. ”Rakastava ja fiksu ihminen ja se keittää aina hyvät kahvit”:
Yhteisöllinen valokuvaprojekti kehitysvammaisten ohjatun asumisen kodissa.
Opinnäytetyö. Tampereen ammattikorkeakoulu. Theseus. Viitattu 24.11.2021
<https://www.theseus.fi/handle/10024/62182>.

Savolainen, M. 2022. Voimauttavan valokuvan menetelmä. Viitattu 19.11.2022
<http://voimauttavavalokuva.net/menetelma.htm>.

Savonia AMK 2021. Green Care hyvinvointi- ja luonnonvara-alan mahdollisuu-
tena. Verkko-opinnot. Viitattu 29.10.2022 <https://events.savonia.fi/event/OI0Zz>.

Sokra 2021. Sosiaalisen osallisuuden edistämisen koordinaatiohanke – Sokran
tutkimusviesti 2/2021. Viitattu 16.11.2022 [https://thl.fi/docu-
ments/966696/3698292/Sokran+tutkimusviesti+2021-2.pdf/8b72e348-3ab0-
57e2-ba10-a2ba578a4921?t=1661256721029](https://thl.fi/documents/966696/3698292/Sokran+tutkimusviesti+2021-2.pdf/8b72e348-3ab0-57e2-ba10-a2ba578a4921?t=1661256721029).

Talentia Ry 2018. Arki, arvot ja etiikka. Sosiaalialan ammattihenkilön eettiset
ohjeet. 2. painos. Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia ry.

THL 2022. Osallisuus kysely – arviointityökalu ESR TL 5-hankkeiden käyttöön.
Viitattu 16.11.2022 [https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-
johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa-olevien-osalli-
suus/tutkimus/osallisuusindikaattori-mittaa-osallisuuden-kokemusta/osallisuus-
kysely-arviointityokalu-esr-tl-5-hankkeiden-kayttoon](https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa-olevien-osallisuus/tutkimus/osallisuusindikaattori-mittaa-osallisuuden-kokemusta/osallisuus-kysely-arviointityokalu-esr-tl-5-hankkeiden-kayttoon).

Tietosuojalaki 5.12.2018/1050.

Tulkki, A. 2012. Green Care – hyvinvoinnin luontolähtöistä tukemista. Kirjasta:
Green Care – hyvinvointia pohjoisen luonnosta. Hilikka, J. (toim.) Rovaniemen
ammattikorkeakoulun julkaisusarja C 30. Rovaniemi: ELY-keskus.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eet-
tiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Tutki-
museettisen neuvottelukunnan ohje 2019. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan
julkaisuja 3/2019. 2. uudistettu painos. Viitattu 1.12.2021 [https://tenk.fi/sites/de-
fault/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2020.pdf](https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2020.pdf).

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2021. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen louk-
kausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan
ohje 2012. Viitattu 1.12.2021 [https://tenk.fi/sites/tenk.fi/fi-
les/HTK_ohje_2012.pdf](https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf).

Vilén, M., Leppämäki, P. & Ekström, L. 2008. Vuorovaikutuksellinen tukeminen
sosiaali- ja terveysalalla. 3. uudistettu painos. WSOY oppimateriaalit Oy: Hel-
sinki.

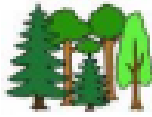
Vilkkä, H. 2007. Tutki ja havainnoi. Vaajakoski: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Williams, F. 2017. Metsän parantava voima. Porvoo: Minerva kustannus

LIITTEET

- Liite 1. Opinnäytetyön infokirje - lapset
- Liite 2. Opinnäytetyön infokirje – vanhemmat
- Liite 3. Opinnäytetyön infokirje - sosiaalityöntekijät
- Liite 4. Opinnäytetyön infokirje – työntekijät
- Liite 5. Alkukartoituskysymykset
- Liite 6. Loppukartoituskysymykset
- Liite 7. Palautehymiöt
- Liite 8. Metsäiset toiminta päivät – la ohjelma, kuvat ja ruokalista
- Liite 9. Metsäiset toimintapäivät – su ohjelma, kuvat ja ruokalista
- Liite 10. Luontotietoiskut
- Liite 11. Taidenäyttely infokuvat
- Liite 12. Luontotietoiskut
- Liite 13. Taidenäyttelyn kuvallinen ohjeistus - papunet kuvat
- Liite 14. Kuvallinen fiilismittari (ryhmärenki.fi)

Liite 1. 1 (3)



TERVETULOA MUKAAN METSÄISIIN TOIMINTAPÄIVIIN!



Olen Tarja Lehtoniemi ja opiskelen sosionomiksi Lapin Ammattikorkeakoulussa. Teen opinnäytetyön, joka arvioidaan ja siitä tulee julkinen.

Pyytäisin sinua mukaan toteuttamaan opinnäytetyötäni kansani. Sen tarkoituksena on, että koko Perhekoti (xxxx) väki, aikuiset sekä lapset, ovat mukana tekemässä erilaisia rastitehtäviä metsässä perhekodin mökillä. Teemme siellä myös erilaisia valokuvaprojekteja. Valokuvista rakennamme yhdessä lopuksi valokuvanäyttelyn. Saat kaikki omat valokuvasi itsellesi muistoksi. Valokuviasi ei esitetä julkisesti. Käytän vain sellaisia kuvia opinnäytetyön esittelyyn, joista sinua ei voi tunnistaa.

Opinnäytetyöhön kuuluu myös alkukartoitus mukaan osallistuvien aikuisten ja lasten ajatuksista ja kokemuksista liittyen osallisuuteen, vuorovaikutukseen, yhteisöllisyyteen ja luontoon sekä mitä toiveita ja odotuksia teillä on. Toteutamme nämä yhdessä keskustellen kaikkien mukana olevien kanssa, voit lisäksi myös kertoa ajatuksistasi kirjoittaen. Voit myös osallistua suunnitteluun ja toteutukseen yhdessä toisten kanssa.

Saat antaa minulle palautetta toimintapäivien jälkeen sekä loppukeskustelussa valokuvanäyttelyn jälkeen. Keskustelemme yhdessä kaikkien mukana olleiden kanssa, miten kaikki oikeastaan sujui. Voit lisäksi myös kertoa ajatuksistasi kirjoittaen.

Haluatko sinä osallistua ja tulla mukaan? Osallistuminen on vapaaehtoista! Olisi ilo tehdä kanssasi yhteistyötä!

Suostun osallistumaan opinnäytetyön toteutukseen (merkitse rastilla):

Kyllä Ei

Allekirjoitus _____

Nimen selvennys _____

Paikka ja päivämäärä _____

Vastaan mielelläni opinnäytetyöhön liittyviin kysymyksiin.

Ystävällisin Terveisin,
Tarja Lehtoniemi
 Sosionomi opiskelija
 Lapin Ammattikorkeakoulu

LAPIN AMK⁷
 Lapland University of Applied Sciences

Liite 1. 2 (3)



Tarja-opiskelija tekee opinnäytetyön, joka arvioidaan ja esitellään julkisesti.

(Aikup. Tässä perheodin logo)



Voit olla mukana tekemässä yhdessä opinnäytetyötä kanssani.

Osallistuminen on vapaaehtoista!



Ensin alkukartoitus: keskustelemme yhdessä, sinun ajatuksistasi ja kokemuksistasi liittyen osallisuuteen, vuorovaikutukseen ja yhteisöllisyyteen sekä luontoon sekä mitä toiveita ja odotuksia sinulla on?



Yhdessä suunnittelua

Liite 1.3 (3) 1



Mökillä 2 päivää erilaisia rastitehtäviä ja valokuvausta



ja päivän päätteeksi voit antaa palautetta yhdessä kaikkien mukana olevien kanssa, voit myös kirjoittaa!

(Alkup. Tässä perhekodin logo)



Teemme yhdessä valokuvanäyttelyn!



Lopuksi keskustelemme yhdessä, miten kaikki sujui? Minkälaisia kokemuksia sinä sait?

Liite 2.

Infokirje ja suostumus lapsen vanhemmille!

Olen kolmannen vuoden sosionomiopiskelija Lapin Ammattikorkeakoulusta. Tarkoitukseni on tehdä toiminnallinen opinnäytetyöni Perhekoti (alkup. perhekodin nimi xx tässä).

Opinnäytetyöni tarkoitus on kehittää ammatillisen perhekodin osallisuutta, yhteisöllisyyttä ja keskinäistä vuorovaikutusta luontolähtöisten ja taidelähtöisten menetelmien avulla.

Toiminnallinen opinnäytetyöni sisältää alkukartoituksen, jonka tarkoituksena on saada tietopohjaa työntekijöiden ja nuorten sen hetkisistä ajatuksista ja kokemuksista liittyen osallisuuteen, vuorovaikutukseen, yhteisöllisyyteen ja luontoon sekä heidän toiveistansa ja odotuksista. Alkukartoituksen jälkeen on yhteinen suunnitteluvaihe, joka osallistaa työntekijöitä ja nuoria toiminnan suunnitteluun. Toiminnallinen osuus on yhteensä kolme päivää: 2 päivää (5.6 – 6.6.2022) erilaisten metsärastien ja yhdessä tekemisen muodossa sekä näistä päivistä koostuva valokuvanäyttely Perhekoti (alkup. perhekodin nimi xx tässä) parin viikon päästä (18.6.2022). Toimintapäivien jälkeen kerään palautetta päivistä osallistujilta. Valokuvanäyttelyn jälkeen käymme vielä yhdessä loppukeskustelua.

Osallistuminen on vapaaehtoista ja edellyttää lapsi/nuori itse haluaa myös osallistua. Opinnäytetyö ei aiheuta minkäänlaisia kustannuksia teille tai lapsellesi. Opinnäytetyössäni en kerää henkilötietoja tai organisaatio tietoja tarkemmin, eikä niitä tule esille opinnäytetyöni missään vaiheessa. Käsittelem keskusteluita ja palautteita nimettöminä ja luottamuksellisesti. Huomioin opinnäytetyöni esittelyvaiheessa valokuvien käyttämisen niin, ettei niistä paljastu nuorten henkilöllisyys.

Valmis opinnäytetyö on julkinen ja se julkaistaan verkko-osoitteessa: www.theseus.fi.

Annan suostumukseni lapseni (nimi) _____ osallistumiseen opinnäytetyön toteutukseen: Kyllä ___ Ei ___

Allekirjoitus _____

Nimen selvennys _____

Paikka ja päivämäärä _____

Ystävällisin terveisin,

Tarja Lehtoniemi

Sosionomi opiskelija
Lapin Ammattikorkeakoulu
(tarja.lehtoniemi@edu.lapinamk.fi)

LAPIN AMK⁷
Lapland University of Applied Sciences

Liite 3.

Infokirje lasten sosiaalityöntekijöille!

Olen kolmannen vuoden sosionomiopiskelija Lapin Ammattikorkeakoulusta. Tarkoitukseni on tehdä toiminnallinen opinnäytetyöni ammatillisessa perhekodissa. Opinnäytetyöni tarkoitus on kehittää ammatillisen perhekodin osallisuutta, yhteisöllisyyttä ja keskinäistä vuorovaikutusta Green Care- ja taidelähtöisten menetelmien avulla.

Toiminnallinen opinnäytetyöni sisältää alkukartoituksen, jonka tarkoituksena on saada tietopohjaa työntekijöiden ja nuorten sen hetkisistä ajatuksista ja kokemuksista liittyen osallisuuteen, vuorovaikutukseen, yhteisöllisyyteen ja luontoon sekä heidän toiveistansa ja odotuksista. Alkukartoituksen jälkeen on yhteinen suunnitteluvaihe, joka osallistaa työntekijöitä ja nuoria toiminnan suunnitteluun. Toiminnallinen osuus on yhteensä kolme päivää: 2 päivää (5.6 – 6.6.2022) erilaisten metsärastien ja yhdessä tekemisen muodossa sekä näistä päivistä koostuva valokuvanäyttely Perhekoti (alkup. perhekodin nimi xx tässä) parin viikon päästä (18.6.2022). Toimintapäivien jälkeen kerään palautetta päivistä osallistujilta. Valokuvanäyttelyn jälkeen käymme vielä yhdessä loppukeskustelua.

Opinnäytetyössäni en kerää henkilötietoja tai organisaatio tietoja tarkemmin, eikä niitä tule esille opinnäytetyöni missään vaiheessa. Käsitelen keskusteluita ja palautteita nimettöminä ja luottamuksellisesti. Huomioin opinnäytetyöni esittelyvaiheessa valokuvien käyttämisen niin, ettei niistä paljastu nuorten henkilöllisyys. Muutoin valokuvat tulevat ammatillisen perhekodin sekä siellä olevien työntekijöiden ja kunkin nuoren omaan käyttöön.

Osallistuminen on vapaaehtoista ja edellyttää myös huoltajien sekä lasten suostumuksen!

Opinnäytetyön esittelen syksyllä 2022 Lapin Ammattikorkeakoululla / verkossa ja sen esittämistä on mahdollista seurata, mikäli niin haluaa. Annan lisätietoja tarvittaessa, jos haluat esittelyyn mukaan. Valmis opinnäytetyö on julkinen ja se julkaistaan verkko-osoitteessa: www.theseus.fi.

Vastaan mielelläni opinnäytetyöhöni liittyviin kysymyksiin.

Annan suostumukseni lapsen (nimi) _____ osallistumiseen opinnäytetyön toteutukseen: Kyllä ___ Ei ___

Allekirjoitus _____

Nimenselvennys _____

Paikka ja päivämäärä _____

Pyydän palauttamaan mahdollisimman pian suostumuksenne (viimeistään 27.5.2022) Perhekoti (alkup. perhekodin nimi xx tässä) tai salatulla sähköpostilla osoitteeseen (alkup. sähköposti osoite tässä)

Ystävällisin terveisin,

Tarja Lehtoniemi
(tarja.lehtoniemi@edu.lapinamk.fi)
Sosionomi opiskelija
Lapin Ammattikorkeakoulu

LAPIN AMK⁷
Lapland University of Applied Sciences

Liite 4.



TERVETULOA MUKAAN METSÄISIIN TOIMINTAPÄIVIIN!



Olen kolmannen vuoden sosionomiopiskelija Lapin Ammattikorkeakoulusta. Tarkoitukseni on tehdä toiminnallinen opinnäytetyöni ammatillisessa perhekodissa. Opinnäytetyöni tarkoitus on kehittää ammatillisen perhekodin osallisuutta, yhteisöllisyyttä ja keskinäistä vuorovaikutusta Green Care- ja taidelähtöisten menetelmien avulla.

Toiminnallinen opinnäytetyöni sisältää alkukartoituksen, jonka tarkoituksena on saada tietopohjaa työntekijöiden ja nuorten sen hetkisistä ajatuksista ja kokemuksista liittyen osallisuuteen, vuorovaikutukseen, yhteisöllisyyteen ja luontoon sekä toiveista ja odotuksista. Alkukartoituksen jälkeen on yhteinen suunnitteluvaihe, joka osallistaa työntekijöitä ja nuoria toiminnan suunnitteluun. Toiminnallinen osuus on yhteensä kolme päivää: 2 päivää (5.6 – 6.6.2022) erilaisten metsärastien ja yhdessä tekemisen muodossa sekä näistä päivistä koostuva valokuvanäyttely Perhekoti (alkup. perhekodin nimi xx tässä) parin viikon päästä (18.6.2022). Toimintapäivien jälkeen kerään palautetta päivistä osallistujilta. Valokuvanäyttelyn jälkeen käymme vielä yhdessä loppukeskustelua.

Opinnäytetyössäni en kerää henkilötietoja tai organisaatio tietoja, eikä niitä tule esille opinnäytetyöni missään vaiheessa. Käsitelen keskusteluita ja palautteita nimettöminä ja luottamuksellisesti. Huomioin opinnäytetyöni esittelyvaiheessa valokuvien käyttämisen niin, ettei niistä paljastu nuorten ja muiden osallistujien henkilöllisyys. Muutoin valokuvat tulevat ammatillisen perhekodin sekä siellä olevien työntekijöiden ja kunkin nuoren omaan käyttöön.

Osallistuminen on vapaaehtoista! Olisi ilo tehdä kanssasi yhteistyötä!

Opinnäytetyön esittelen syksyllä 2022 Lapin Ammattikorkeakoululla / verkossa ja sen esittämistä on mahdollista seurata, mikäli niin haluaa. Annan lisätietoja tarvittaessa, jos haluat esittelyyn mukaan. Valmis opinnäytetyö on julkinen ja se julkaistaan verkko-osoitteessa: www.theseus.fi. Vastaa mielelläni opinnäytetyöhöni liittyviin kysymyksiin.

Suostun osallistumaan opinnäytetyön toteutukseen (merkitse rastilla):

Kyllä Ei

Allekirjoitus _____

Nimen selvennys _____

Paikka ja päivämäärä _____

Pyydän palauttamaan suostumuksenne mahdollisimman pian (viimeistään 27.5.2022)
Perhekoti (alkup. perhekodin xx yhteystiedot tässä)

Ystävällisin Terveisin

Tarja Lehtoniemi

Sosionomi opiskelija

Lapin

(tarja.lehtoniemi@edu.lapinamk.fi)

Ammattikorkeakoulu

LAPIN AMK⁷
Lapland University of Applied Sciences

Liite 5.

Alkukartoitus kysymykset ja keskustelua näiden pohjalta:

1. Millaista yhteistä tekemistä (luontolähtöistä) teillä on täällä perhekodissa?
2. Onko sinusta mukavaa tehdä yhdessä asioita muiden kanssa vai teetkö mieluummin yksin?
3. Miten teillä sujuu yhteistyö toistenne kanssa?
4. Miten huomioitte toisianne?
5. Millaista yhteistä tekemistä toivoisit?
6. Tykkäätkö luonnosta? Millaisessa ympäristössä viihdyt parhaiten? Mitä sinä tykkäät/ haluaisit tehdä luonnossa?
7. Millaisia odotuksia ja toiveita teillä nyt on tämän opinnäytetyön osalta?

Liite 6.

Loppukartoitus toiminta osioiden jälkeen:

1. Missä koit onnistumisia tai epäonnistumisia?
2. Millaisia kokemuksia sait?
3. Miten yhteistyö ja yhdessä tekeminen sujui mielestäsi toisten kanssa?
4. Löysitkö uusia vahvuuksia/positiivisia asioita itsestäsi, millaisia?
5. Saitko olla osallinen riittävästi/ liian vähän/ liikaa?
8. Miten sinä voisit kannustaa ja tukea toisia paremmin, ottaa heitä huomioon paremmin?
9. Mitä olisit vielä toivonut lisää?
10. Mitä olisi pitänyt ottaa huomioon?
11. Minkälaista luontolähtöistä toimintaa olisit toivonut?
12. Miten jatkossa ajattelit hyödyntää luontoa arkielämässä?
13. Muuta palautetta? (voit kirjoittaa toiselle puolelle...)

KIITOS PALAUTTEESTASI!

Liite 7.



KIITOS PALAUTTEESTAI





KIITOS PALAUTTEESTAI




KIITOS PALAUTTEESTAI




Liite 8. 1 (4)


 **LAUANTAI 4.6.2022** 
Metsäinen toimintapäivä


Klo 12 LÄHTÖ [REDACTED] → mökille saapuminen ja tavaroiden purkaminen...


 Klo 14.00 VÄLIPALA (yhdessä ulkona, jos mahdollista)
Tervetuloa metsäisiin päiviin! - Tarjan tiedotus tähän päivään


 **TÄSSÄ OLLAAN ME** - yhteiskuva
sekä **MIELIPAIKKAMME** [REDACTED]

Kivien, käpyjen ja oksien yms. etsintää huomiselle taiderastille,
kerää omaan rasiaan tai pussiin!
SEKÄ etsi oma "metsäinen soitin"



Klo 16.00 PÄIVÄLLINEN KODALLA
Menu: Uuniperunat, grillitassut ja grillisalaattia
Jälkiruuaksi vaahtokarkkeja

"MEIDÄN METSÄRUMMUT" rasti (Tarja)
- Tuo oma "soittimesi" rastille 
"Mitä [REDACTED] haluaa sanoa?"
"Mitä sinä haluat sanoa [REDACTED]?"




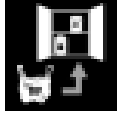
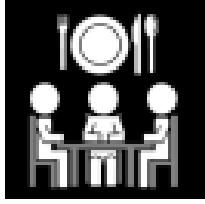


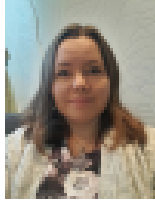
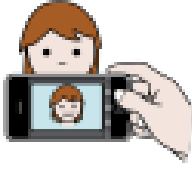
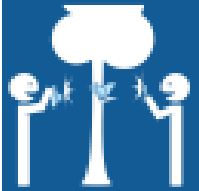
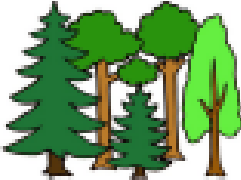


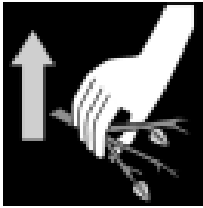
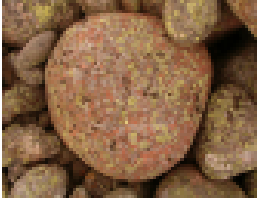

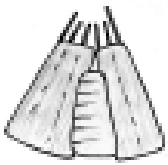

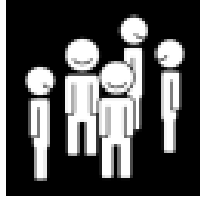




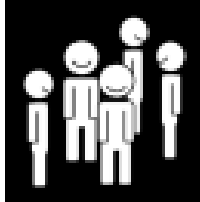
Klo 18 SAUNARASTI (vastuu ryhmällä: [REDACTED])
- Luontoinen tietoisuus
- Sauna
- Aktiviteetti
- Iltapala 

→ PALAUTE PÄIVÄSTÄ TARJALLE! 

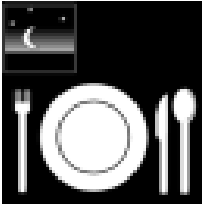



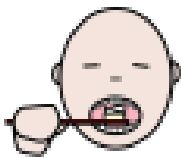


- iltarukoushetki
- Hampaan pesut ja pisut

- n. KLO **NUKKUMAAN!** 

Liite 8. 2 (4)

<p>mökki</p> 	<p>tavaratila</p> 	<p>kantaa</p> 	<p>laittaa ruokaostokset kaappiin</p> 
<p>syödä yhdessä</p> 	<p>välipala</p> 	<p>tieto</p> 	<p>TARJA info</p> 
<p>valokuvata</p> 	<p>ottaa valokuvia</p> 	<p>metsä</p> 	<p>ranta</p> 
<p>liikkua luonnossa</p> 	<p>kerätä risut</p> 	<p>kivet</p> 	<p>käpy</p> 
<p>kota</p> 	<p>päivällinen</p> 	<p>yhdessäolo</p> 	<p>soittaa</p> 
<p>sauna</p> 	<p>tieto</p> 	<p>heittää löylyä</p> 	<p>yhdessäolo</p> 



Liite 8. 3 (4)

<p>iltapala</p> 			
<p>saada palautetta</p> 	<p>Keskustelu</p> 		
<p>rukous</p> 			
<p>harjata hampaat</p> 	<p>wc</p> 	<p>mennä nukkumaan</p> 	

Liite 8. 4 (4)



välipala 			
kahvi 	jogurtti 	täytetty sämpylä 	pillimehu 
päivällinen 			
uuniperuna 	grillitassu 	raikas salaatti 	vaahtokarkki 
iltapala 			
murot 	leipä 	nakki 	lihapullat 

Liite 9. 1 (5)



 **SUNNUNTAI 5.6.2022** 
Metsäinen toimintapäivä

Klo ~~8.00~~ ^{8.30} Herätys


Klo 8.30 AAMUPALA (Vastuu ryhmällä: [REDACTED])
Luontoinen tietoisuus sekä liikunta rasti 


 Klo 10 MEIDÄN TAIDETTA - rasti (TARJA)
Luontoinen tietoisuus ja aloitetaan taidetyöt 


Klo 11 LOUNAS (vastuu ryhmällä: [REDACTED])
Menu: Nuudelit ja nugetit lisukkeineen

 Klo 12 MEIDÄN TAIDETTA - rasti jatkuu.. (TARJA) 


Klo 14 VÄLIPALA (vastuu ryhmällä: [REDACTED])
Croisantit lisukkeineen sekä tietoisuus ja rentoutus

 Klo 14.45 MIELIPAIKKAMME [REDACTED] 
+ TÄSSÄ OLLAAN ME: yhteiskuva


 KLO 16.30 PÄIVÄLLINEN KODALLA
Menu: Grillimakkaraa ja ranskalaisia sekä salaattia
Jälkiruuaksi lettuja

"Meidän METSÄRUMMUT" rasti (Tarja) 
"Mitä sinä haluat sanoa?" → Tuo oma "metsäinen soittimesi"




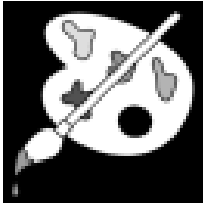



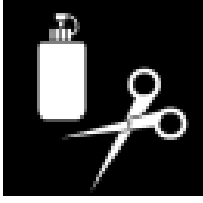



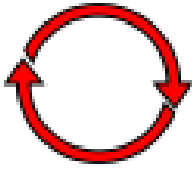
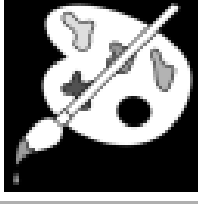




Klo 18 SAUNARASTI (vastuu ryhmällä: [REDACTED])
Luontoinen tietoisuus ja aktiviteetti sekä ILTAPALA (Leipä, maito ja mehu)

→ PALAUTE PÄIVÄSTÄ TARJALLE! 

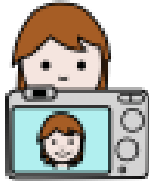
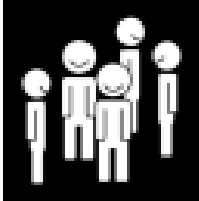
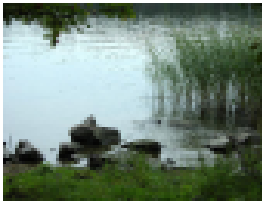


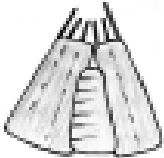
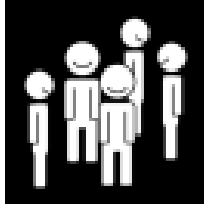




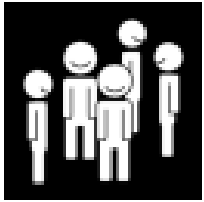
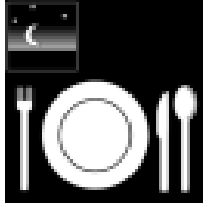



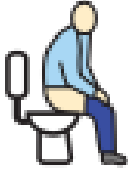

- iltarukoushetki
- Hampaan pesut ja pisut

Klo NUKKUMAANI! 

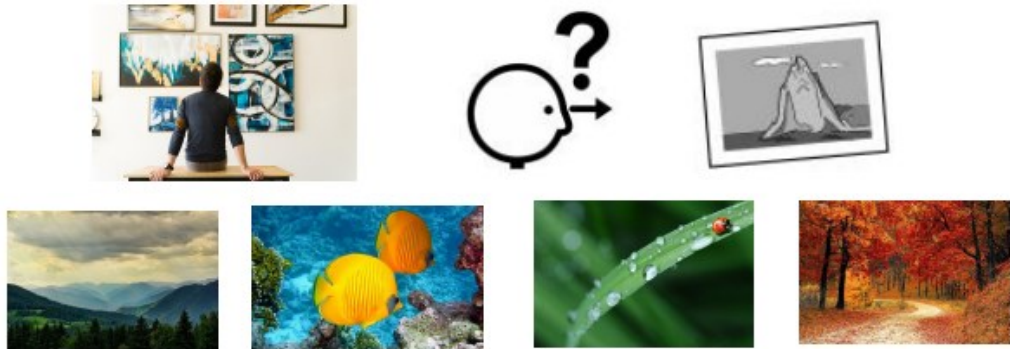
Liite 9. 2 (5) 1

<p>aamupala</p> 	<p>tieto</p> 	<p>liikunta</p> 	
<p>maalata</p> 	<p>kivet</p> 	<p>maalata</p> 	<p>lakata</p> 
<p>askarrella</p> 	<p>oksa</p> 	<p>käpy</p> 	
<p>lounasaika</p> 			
<p>uudestaan</p> 	<p>maalata</p> 	<p>askarrella</p> 	
<p>välipala</p> 	<p>tieto</p> 	<p>rentoutus</p> 	

Liite 9. 3 (5) 1

<p>valokuvata</p> 	<p>yhdessäolo</p> 	<p>ranta</p> 	<p>metsä</p> 
<p>päivällinen</p> 	<p>kota</p> 	<p>yhdessäolo</p> 	<p>soittaa</p> 
<p>sauna</p> 	<p>tieto</p> 	<p>heittää löylyä</p> 	<p>yhdessäolo</p> 
<p>iltapala</p> 			
<p>saada palautetta</p> 			
<p>rukous</p> 	<p>harjata hampaat</p> 	<p>wc</p> 	<p>mennä nukkumaan</p> 

Liite 12. 1 (5)

KATSO LUONTOVALOKUVIA!**SAMANLAISIA HYVINVOINTI VAIKUTUKSIA KUIN LUONNOSSA OLEMALLA!**

Lähde: Williams, F., 2017. Metsän parantava voima. Englanninkielinen alkuperäisteos: The Nature Fix: Why Nature Makes Us Happier, Healthier, and More Creative. Bookwell Oy; Minerva kustannus oy. **Kuvat:** Pixabay ja Papunet

Liite 12. 2 (5)

VIETÄ AIKAA LUONNOSSA!

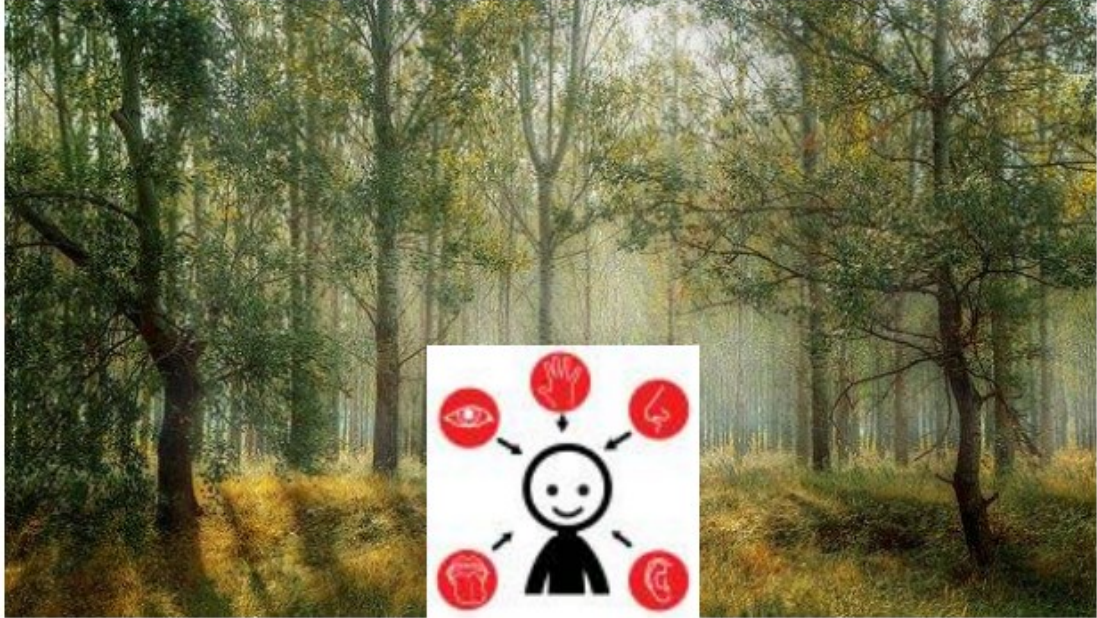
MITÄ KAUEMMIN LUONNOSSA OLEIET JA MITÄ SYVEMMÄLLÄ LUONNOSSA, SITÄ ENEMMÄN HYVINVOINTIVAIKUTUKSIA!

LUONNOSSA OLEILUA TARVITAAN USEIN JA TASAISIN VÄLIAJOIN, HYVINVOINTIVAIKUTUSTEN SAAMISEKSI JA YLLÄPITÄMISEKSI.

Lähde: Williams, F., 2017. Metsän parantava voima. Englanninkielinen alkuperäisteos: The Nature Fix: Why Nature Makes Us Happier, Healthier, and More Creative. Bookwell Oy; Minerva kustannus oy. **Kuvat:** Pixabay ja Papunet

Liite 12. 3 (5)

KOKONAISVALTAINEN HYVINVOINTIVAIKUTUS



Lähde: Williams, F., 2017. Metsän parantava voima. Englanninkielinen alkuperäisteos: The Nature Fix: Why Nature Makes Us Happier, Healthier, and More Creative. Bookwell Oy; Minerva kustannus oy. Kuvat: Pixabay ja Papunet

Liite 12. 4 (5)

LUONNON HYVINVOINTIVAIKUTUKSET



Lähde: Williams, F., 2017. Metsän parantava voima. Englanninkielinen alkuperäisteos: The Nature Fix: Why Nature Makes Us Happier, Healthier, and More Creative. Bookwell Oy; Minerva kustannus oy. Kuvat: Papunet




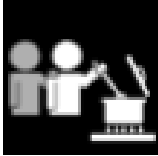

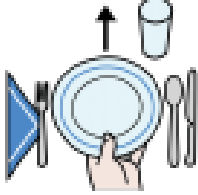


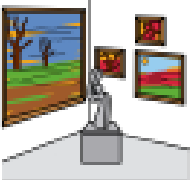
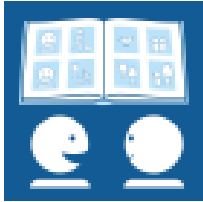


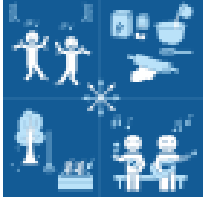


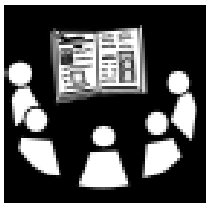
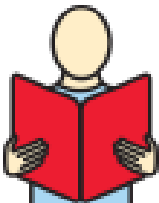
Liite 12. 5 (5)

ELÄINTEN LÄSNÄOLO VAIKUTTAA
MASENNUKSEN, AHDISTUNEISUUDEN TAI TRAUMOISTA
SELVIYTYMISEEN



Lähde: Soini, K. (Toim.), 2014. Luonnosta hoivaa ja voimaa: Miten arvioida Green Care -toiminnan vaikuttavuutta. Verkkojulkaisu. <https://jukuri.luke.fi/bitstream/handle/10024/482135/mtikasvu21.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Kuvat: Pixabay ja Papunet.

Liite 13.

<p>ripustaa</p> 	<p>taulu</p> 	<p>kivet</p> 	
<p>Valmistella tarjoilut</p> 	<p>ruoanvalmistus</p> 	<p>kattaa</p> 	<p>juhla kattaus</p> 
<p>Tervetuloa</p> 	<p>taidenäyttely</p> 	<p>katsoa kuvia</p> 	<p>Diaesitys</p> 
<p>syödä</p> 	<p>Esitykset</p> 		
<p>saada palautetta</p> 	<p>palautelomake</p> 		
<p>Kirjan esittely</p> 	<p>lukea</p> 		

Liite 14.

