

Green Care toiminnan luonto- ja eläinavusteisten menetelmien vaikutukset lastensuojelun sijaishuollossa olevan lapsen hyvinvointiin

LAB-ammattikorkeakoulu

Sosionomi (AMK)

2023

Jenni Nikku

Tiivistelmä

| | | |
|--|--|-------------------------|
| Tekijä(t) Jenni Nikku | Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK Sivumäärä 27 | Valmistumisaika 2023 |
| Työn nimi Green Care toiminnan luonto- ja eläinavusteisten menetelmien vaikutukset lastensuojelun sijaishuollossa olevan lapsen hyvinvointiin | | |
| Tutkinto ja koulutusala Sosionomi (AMK) | | |
| Toimeksiantajaorganisaatio (jos opinnäytetyöllä on toimeksiantaja) | | |
| Tiivistelmä <p>Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, miten Green Care toiminnan luonto- ja eläinavusteiset menetelmät vaikuttavat lastensuojelun sijaishuollossa olevan lapsen hyvinvointiin. Opinnäytetyön tavoitteena oli lisätä ja vahvistaa tietoa Green Care toiminnan luonto- ja eläinavusteisten menetelmien positiivisista vaikutuksista sijaishuollossa olevien lasten hyvinvointiin. Opinnäytetyön kautta pyrittiin tuottamaan tietoa lastensuojelun sijaishuollossa työskenteleville Green Caren luonto- ja eläinavusteisten menetelmien vaikutuksista lasten arjessa. Opinnäytetyö toteutettiin kuvailevana kirjallisuuskatsauksena ja sen aineistoksi valittiin viisi tutkielmaa. Aineiston sisältö analysoitiin sisällönanalyysin keinoin.</p> <p>Sisällönanalyysin tuloksena teemoiteltiin alaluokiksi fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen hyvinvointi. Green Care toiminta voidaan jakaa luonto- ja eläinavusteisiin menetelmiin, jotka teemoiteltiin yläluokiksi.</p> <p>Tulosten perusteella voidaan päätellä, että Green Care toiminnan luonto- ja eläinavusteiset menetelmät vaikuttavat lastensuojelun sijaishuollossa olevan lapsen hyvinvointiin positiivisesti. Green Care toiminnan luonto- ja eläinavusteiset menetelmät tukevat lapsen psyykkistä, fyysistä ja sosiaalista hyvinvointia. Psyykkiseen hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä ovat muun muassa itsensä hyväksyminen, itsetuntemuksen ja itsetunnon paraneminen sekä lapsen empatiakyvyn ja tunnesäätelyn paraneminen. Lapsen ja työntekijän välinen kiintymyssuhde ja luottamus vahvistuu, joka edistää lapsen turvallisuuden tunteen syntymistä. Luonnon ja eläinten rauhoittava vaikutus näkyy myös lasten rauhoittumisena ja keskittymiskyvyn lisääntymisenä. Sosiaaliseen hyvinvointiin vaikuttavia asioita ovat kuulumisen tunne yhteisöön sekä sosiaalisten taitojen ja vuorovaikutustaitojen paraneminen. Fyysiseen hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä puolestaan ovat kehotietoisuuden vahvistuminen, fyysisen toimintakyvyn ja motoristen taitojen paraneminen.</p> | | |
| Asiasanat Green Care, eläinavusteisuus lastensuojelussa, luontoavusteisuus lastensuojelussa, sijaishuolto | | |

Abstract

| | | |
|--|------------------------------------|-------------------|
| Author(s) Jenni Nikku | Type of Publication Thesis, UAS | Published 2023 |
| | Number of Pages 27 | |
| Title of Publication The effects of Green Care's nature- and animal-assisted methods on the well-being of a child in child welfare foster care | | |
| Degree, Field of Study Bachelor of Social Services (UAS) | | |
| Organisation of the client (if the thesis work is commissioned by another party) | | |
| Abstract <p>The purpose of the thesis was to find out how the Cree Care's nature- and animal-assisted methods affect the well-being of a child in child welfare foster care. The aim of the thesis was to increase and strengthen information about the positive effects of the nature- and animal-assisted methods of the Green Care activity on the well-being of children in foster care. Through the thesis, the aim was to produce information for those working in child welfare foster care about the effects of Green Care's nature- and animal-assisted methods in children's everyday life. The thesis was carried out as a descriptive literature review and five theses were selected as its material. The content of the data was analyzed using content analysis.</p> <p>As a result of the content analysis, physical, psychological, and social well-being were themed into subcategories. Green Care activities can be divided into nature- and animal-assisted methods, which were themed into upper categories.</p> <p>Based on the results, it can be concluded that the Green Care's nature- and animal-assisted methods have a positive effect on the well-being of a child in foster care. Green Care's nature- and animal-assisted methods support the child's psychological, physical, and social well-being. Factors affecting psychological well-being include self-acceptance, improvement of self-knowledge and self-esteem, and improvement of the child's ability to empathize and regulate emotions. The attachment relationship and trust between the child and the employee is strengthened, which promotes the emergence of the child's sense of security. The calming effect of nature and animals can also be seen in children's calmness and increased ability to concentrate. Things that affect social well-being are the feeling of belonging to the community and the improvement of social skills and interaction skills. Factors affecting physical well-being, on the other hand, are the strengthening of body awareness, the improvement of physical performance and motor skills.</p> | | |
| Keywords Green Care, animal-assisted methods in child welfare, nature-assisted methods in child welfare, foster care | | |

Sisällys

| | | |
|-----|---|----|
| 1 | Johdanto..... | 1 |
| 1.1 | Opinnäytetyön tausta..... | 1 |
| 1.2 | Tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset | 2 |
| 2 | Green Care..... | 3 |
| 2.1 | Green Caren määritelmä | 3 |
| 2.2 | Green Care -toiminnan muotoja..... | 5 |
| 3 | Lasten hyvinvointi sijaishuollossa | 8 |
| 3.1 | Lastensuojelun sijaishuolto | 8 |
| 3.2 | Sijoitettujen lasten hyvinvointi | 8 |
| 3.3 | Green Care toiminta sekä luonto- ja eläinavusteiset menetelmät hyvinvoinnin tukemisessa sijaishuollossa | 9 |
| 4 | Opinnäytetyön toteuttaminen | 12 |
| 4.1 | Kuvaileva kirjallisuuskatsaus | 12 |
| 4.2 | Aineiston haku ja valinta | 12 |
| 4.3 | Aineiston analyysi..... | 14 |
| 5 | Tulokset..... | 18 |
| 5.1 | Psyykkisen hyvinvoinnin edistäminen | 18 |
| 5.2 | Sosiaalisen ja fyysisen hyvinvoinnin edistäminen | 19 |
| 6 | Yhteenveto ja pohdinta | 21 |
| 6.1 | Johtopäätökset | 21 |
| 6.2 | Eettisyyden ja luotettavuuden arviointi..... | 24 |
| 6.3 | Tulosten hyödynnettävyys ja jatkotutkimukset | 25 |
| | Lähteet | 27 |

1 Johdanto

1.1 Opinnäytetyön tausta

Lastensuojelun tarve on lisääntynyt Suomessa viime vuosina. Lastensuojelulain tavoitteena on edistää lasten kehitystä ja hyvinvointia. (Pulkinen 2022, 173–175.) Sijoitetut lapset ja nuoret ovat erityisen haavoittuva ryhmä. Tutkimuksien mukaan lastensuojelun asiakkaina olevat sijoitetut lapset ovat kokeneet elämänsä aikana useita traumaattisia kokemuksia ja näille kokemuksille altistuminen voi johtaa myöhemmin erilaisiin ongelmiin ja tätä kautta syrjäytymiseen. (Puustinen 2020, 7; Hallberg 2021, 27.) Lastensuojelun sijaishuoltoon sijoitettujen lasten hyvinvointiin vaikuttavat erilaiset tekijät, joista tärkeimmiksi Kotiniemi (2023, 31–35) on nostanut lasten tarpeen kokea turvallisuuden tunnetta, luotettavat ihmissuhteet, osallisuuden kokemukset ja oman vahvistumisensa, johon liittyy esimerkiksi ymmärretyksi tuleminen ja sosiaalisuuden lisääntyminen.

Luonto- ja eläinavusteisten toimintamallien käyttö on yleistynyt Suomessa sosiaali- ja terveysalalla (Yli-Viikari & Ylilauri 2019, 1–2). Luontoympäristö edistää ihmisen fyysistä ja psyykkistä hyvinvointia (Niemelä 2019, 4). Eläinten kanssa koettu vuorovaikutus edistää ihmisten hyvinvointia monella eri tavalla, kuten vähentämällä stressiä ja edistämällä tunteita ja sosiaalisuutta ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa (Hautamäki 2019, 13).

Green Care -käsite on julkaistu ensimmäistä kertaa Suomessa vuonna 2008, mutta sen juuret juontavat 1970-luvulle Alankomaihin. Green Care tarkoittaa interventiota, joka yhdistää luonnon ja ympäristön käytön tavoitteellisesti tähdäten kohti ihmisen hyvinvointia. Green Care on voimavaralähtöinen ajattelutapa, jonka avulla saadaan erilaisia kuntouttavia ja osallistavia toimintaympäristöjä erilaisten asiakasryhmien tarpeisiin. Tunnettuja Green Care -menetelmiä ovat esimerkiksi puutarhaterapia, ratsastusterapia ja sosiaalipedagoginen hevostointi. (Soini ym. 2011, 320–321; Yli-Viikari & Ylilauri 2019, 2.) Green Care toiminnan kolme peruselementtiä ovat luontoperustaisuus (luonto), kokemuksellisuus (toiminta) ja osallisuus (yhteisö). Green Care -toimintaa voidaan toteuttaa erilaisissa luontoympäristöissä, kuten metsässä, puutarhassa, eläinavusteisesti tai maatilalla. Luonnon hyvinvointivaikutuksia voidaan saavuttaa myös rakennetuissa ympäristöissä, luontomateriaalien avulla, hyödyntämällä viherkasveja tai ikkunanäkymää. (Luke ja GCF ry. 2021, 6, 9.)

Opinnäytetyöhön on valittu viisi tutkielmaa, jotka käsittelevät erilaisia Green Care menetelmiä sekä on kohdistettu lapsiin ja heidän hyvinvointiinsa. Opinnäytetyö on toteutettu kuvaillevana kirjallisuuskatsauksena, ja sisällön analyysia on käytetty apuvälineenä aineiston järjestämiseen.

Kiinnostus opinnäytetyöhön lähti työskennellessäni lastensuojelun sijaishuollossa. Kävin lasten kanssa hevostallilla ja huomasin, että toiminta hevostallilla tuntui lähentävän suhdetani lapsiin. Toiminnan lomassa oli luontevaa keskustella erilaisista asioista ja varsinkin automaattitallille ja takaisin sujuivat jutustellen niitä näitä, mutta myös syvällisempi keskustelu oli helppoa. Aloin kiinnostua Green Care toiminnasta ja eläinavusteisista menetelmistä myös omaa tulevaisuuttani ajatellen. Mitä vaikutuksia ne tuovat lapsen hyvinvointiin, ja kuinka itse käyttäisin niitä työssäni.

1.2 Tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset

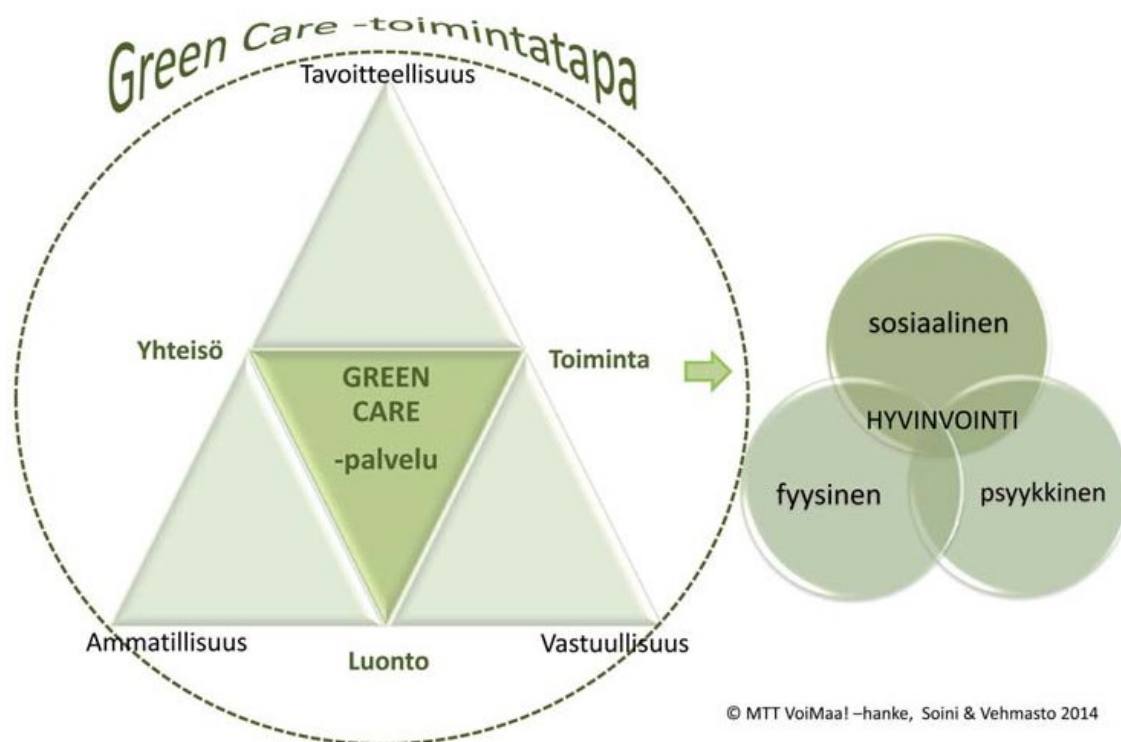
Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää millaisia vaikutuksia Green Care toiminnan luonto- ja eläinavusteiset menetelmät tuovat lastensuojelun sijaishuollossa olevan lapsen hyvinvointiin. Tavoitteena on lisätä ja vahvistaa tietoa Green Care toiminnan luonto- ja eläinavusteisten menetelmien positiivisista vaikutuksista sijaishuollossa olevan lapsen hyvinvointiin. Opinnäytetyön kautta pyrin tuottamaan tietoa lastensuojelun sijaishuollossa työskenteleville Green Care toiminnan luonto- ja eläinavusteisten menetelmien vaikutuksista lasten arjessa.

Opinnäytetyön tutkimuskysymys on, miten Green Care toiminnan luonto- ja eläinavusteiset menetelmät lisäävät lastensuojelun sijaishuollossa olevan lapsen hyvinvointia.

2 Green Care

2.1 Green Caren määritelmä

Green Care käsite on esitelty Suomessa ensimmäistä kertaa vuonna 2006. Green Care toiminnalla edistetään ihmisten hyvinvointia ja elämänlaatua. Green Care toiminnassa käytetään luontointerventioita tukemaan ihmisten hyvinvointia. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että luontoympäristöä hyödynnetään vahvistamaan tai nopeuttamaan erilaisten terapia- hoito- tai ohjaustilanteiden tavoitteita. Green Caren kolme peruselementtiä ovat luontoperustaisuus (luonto), kokemuksellisuus (toiminta) ja osallisuus (yhteisö). Hyvinvointivaikutukset tulevat näkyviin näitä elementtejä yhdistämällä. Elementteihin liittyy olennaisesti myös tavoitteellisuus, ammatillisuus ja vastuullisuus. (Soini 2014, 24; Luke ja GCF ry. 2021, 9.) Green Caren hyvinvointia tukevat elementit on esitelty alla olevassa kuviossa (Kuvio 1). Green Care toiminnan tavoitteena on parantaa ja edistää fyysistä sekä henkistä terveyttä ja hyvinvointia. Hyvinvointia saavutetaan muun muassa luonnon elvyttävyyden, osallisuuden ja kokemuksellisuuden kautta. (Soini ym. 2011, 321, 329–330.) Green Care toiminnan kohderyhmää ovat asiakkaat, jotka tarvitsevat apua oman hyvinvointinsa edistämiseksi (Soini 2014, 26).



Kuvio 1. Green Caren toiminnan elementit ja edellytykset (Soini & Vehmasto 2014)

Green Care palvelut jaetaan LuontoHoivan ja LuontoVoiman palveluihin. LuontoHoivan palvelut järjestää pääosin julkinen sektori ja ne ovat sosiaali- ja terveysalan palveluita. Asiakkaalla on usein erityisen tuen tarvetta ja vahvaa psyykkisen/sosiaalisen tuen tarvetta. Palveluntuottajalla on oltava sosiaali- ja terveysalan koulutus, tai hänen täytyy olla tiiviissä yhteistyössä koulutettujen toimijoiden kanssa. Asiakkaalle tehdään hoito- tai kuntoutussuunnitelma, johon kirjataan asiakkaan tavoitteet ja niitä seurataan säännöllisesti. LuontoVoiman palveluilla ei ole julkista järjestämisvastuuta. Palveluiden tuottajan ei tarvitse olla sosiaali- ja terveysalan ammattilainen, mutta häneltä edellytetään ohjaustaitoja asiakkaan ohjaamisessa luontoyhteyteen sekä tietoa luonnon hyvinvointivaikutusten syntymekanismeista. Palvelut ovat saatavilla kaikille, ja erityistä hoito- tai kuntoutussuunnitelmaa ei tehdä. Tavoitteita laaditaan, mutta niiden seuraaminen tapahtuu kevyemmin. (Luke ja GCF ry. 2021, 12–14.)

Green Care -palveluntuottajalla tulee olla osaamista, jota vaaditaan Green Care toiminnassa. Palveluntuottajalla tulee olla vaadittava ammattipätevyys kyseisen palvelun tuottamiseen. Hänellä tulee olla taitoa käyttää Green Care toimintaa asiakkaan tavoitteiden saavuttamiseksi sekä tietoa luonnon hyvinvointivaikutusten syntymekanismeista. Palveluntuottajan täytyy olla riittävä ohjausosaaminen. (Luke ja GCF ry. 2021, 21.)

Luontoperustaisuus (luonto)

Green Care toiminnassa luonto on kaiken toimimisen perusta. Luonto ei kuitenkaan ole pelkkä tekemisen kohde, vaan ohjaustilanteissa halutaan mahdollistaa asiakkaalle kokemuksellinen yhteys luontoon. Asiakkaalle laaditaan tavoitteet, joita kohti työskennellään hyödyntäen luonnon hyvinvointivaikutuksia ohjatusti. Luonto voi olla esimerkiksi metsää, vesistöjä, puutarhaa tai tuotuja luonnon elementtejä, kuten ääntä ja kuvia. Myös eläimet voivat olla Green Care toiminnan luontoelementti. (Luke ja GCF ry. 2021, 15, 20.)

Eläimen läsnäolo voi tuoda samanlaisia hyvinvoinnin ja rauhoittumisen vaikutuksia, kuten luontoympäristötkin. Eläimen hoidon tuoma aktivoituminen ja vastuu sekä sosiaalinen vuorovaikutus edistävät näitä vaikutuksia. (Yli-Viikari 2014, 57.)

Kokemuksellisuus (toiminta)

Green Care toiminnassa ohjaustilanteissa luontoa käytetään paikkana aktiiviselle toimiselle. Luonnossa, puutarhassa tai maataloilla on paljon erilaisia virikkeitä, jotka mahdollistavat kokemukselliset ohjaustilanteet. Luonnossa toimiminen voi olla myös rauhallista luontoympäristöjen havainnointia. (Luke ja GCF ry. 2021, 16.) Toiminnallisuus on olennainen osa

ihmisen elämää. Luontoympäristössä tai eläinten kanssa toteutetut tehtävät motivoivat tekemiseen. (Yli-Viikari 2014, 63–64.)

Luontoympäristöissä toimiminen voi lisätä kasvatustilanteen vaikuttavuutta. Luonnossa toimimalla ihminen voi nähdä oman työnsä tulokset, ja tuntee syvempää kokemuksellisuutta kartoittaen tietojaan ja taitojaan. (Soini 2014, 22–23.) Toiminnan ja tekemisen kautta ihminen kokee, mihin kaikkeen hän pystyy. Sitä kautta toiminta vaikuttaa ihmisen minäkäsitykseen ja identiteettiin. (Yli-Viikari 2014, 64.)

Osallisuus (yhteisö)

Yhteisö ja osallisuus ovat merkittäviä tekijöitä yksilön hyvinvoinnissa, ja niillä on myös laajempia yhteiskunnallisia vaikutuksia. Ihmisen identiteetti muodostuu sosiaalisten verkostojen kautta. (Lindfors 2007; Soini 2014, 23.) Yhteisön kautta ihminen saa osallisuuden ja nähdäksi tulemisen kokemuksia. Osallisuuteen liittyy vahvasti yhteisöllisyyden/yhteisön ja kuulumisen tunne. Osallisuutta ei voi kokea ilman yhteisöä ja kuulumisen tunnetta. (Nivala & Ryytänen 2019, 138–139.) Osallisuuden tuntu voi liittyä sekä ihmisiin että paikkoihin, joten talliympäristö voi tuottaa lapselle paikkaan kuulumisen tunteen. Talliyhteisössä lapsi osallistuu, vaikuttaa ja ottaa vastuuta, jolloin hän myös kiinnittyy osaksi yhteiskuntaa ja pystyy kokemaan osallisuutta. (Soini ym. 2011, 325.) Luontoympäristö ja eläimet voivat saada aikaan osallisuuden ja kiinnittymisen kokemuksia sekä ne voivat helpottaa yhteisöllisyyden kehittämisessä. Seikkailukasvatuksessa yhteiset haasteet ohjaavat lapset yhteistyöhön. (Yli-Viikari 2014, 67.)

Asiakkaan osallisuuden kokemusta tuetaan antamalla asiakkaan itse osallistua toiminnan suunnitteluun. Asiakas on itse mukana määrittelemässä ja arvioimassa asetettuja tavoitteita. Green Care toiminnassa osallisuuden tunteita saadaan kokemalla yhteyttä luontoon, eläimiin ja muihin ihmisiin. Asiakasta kuunnellaan ja tuetaan hänen kykyjään osallistua. (Luke ja GCF ry. 2021, 17.)

2.2 Green Care -toiminnan muotoja

Eläinavusteiset menetelmät ja maatilatoiminta

Eläimiä on hyödynnetty terapiakäytössä jo 1800-luvun loppupuolelta lähtien. Eläinavusteinen työskentely (Animal Assisted Interventions, AAI) on yläkäsite, joka pitää sisällään erilaisia muotoja tapahtuvasta toiminnasta. Eläinavusteinen terapia (Animal-Assisted Therapy, AAT) sosiaalityö ja opetus/pedagogiikka (Animal-Assisted (Special) Pedagogy, AAP) ovat tavoitteellisia ja dokumentoitavia työmuotoja. Ammatillainen toteuttaa eläinavusteista työtä, jonka tavoitteena on tukea asiakkaan fyysistä, psyykkistä ja kognitiivista toimintakykyä.

Eläinavuisessa terapiassa eläin on osa hoito- tai kuntoutusprosessia. Eläimen ohjaaja on yleensä terveys- ja sosiaalialan tai kasvatustieteen ammattilainen sekä hänellä on eläinavusteisen alan harjoitustutkinto. Eläinavusteinen opetus voi olla toimintaa tai terapiaa. Eläinavusteista toimintaa voi suorittaa esimerkiksi opettaja omassa luokassaan. Mikäli opetus on tavoitteellista terapiaa, on tällöin ohjaajalla oltava asianmukainen koulutus terapian toteuttamiseen. Eläinavusteinen toiminta (Animal-Assisted Activity, AAA) on vapaampi muoto työskentelystä, jossa vapaaehtoiset toimivat eläinten kanssa, eikä toiminta ole tavoitteellista ja dokumentoitua. Tällaista toimintaa on muun muassa kaverikoira-toiminta tai eläinten vierailut eri hoitoyksiköissä. (Ikäheimo 2013a, 10–11; Kahilaniemi 2020, 17–20.) Eläinten kanssa työskennellessä on aina otettava huomioon eettisyys. Toiminta on vapaaehtoista, ja ketään ei voi pakottaa toimimaan eläinten kanssa. Eläinten hyvinvointi on tärkeää, joten eläimen ohjaajan on hyvä olla tietoinen lainsäädännöstä ja perehtyä eläimen käyttäytymiseen ja koulutuksen periaatteisiin. (Latvala-Sillman 2018, 80.)

Sosiaalipedagoginen hevostoiminta on talliyhteisössä tapahtuvaa toimintaa, jonka lähtökohdaksi on ihmisen ja hevosen välinen vuorovaikutus. Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan peruselementit ovat dialogisuus, yhteisöllisyys, elämyksellisyys ja toiminnallisuus. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta on työskentelytapa, jota voidaan käyttää sosiaalisessa kuntoutuksessa. Se tähtää sosiaalisen kasvun ja hyvinvoinnin tukemiseen ammattilaisen avulla. Ammattilaisella tulee olla sosiaali-, terveys- tai kasvatustieteen tutkinto, jota täydennetään sosiaalipedagogisen hevostoiminnan koulutuksella. (Sosiaalipedagoginen hevostoimintayhdistys ry.)

Maatila-avusteista toimintaa voi olla erilaisissa maatilaympäristöissä kuten tuotantoeläintilalla, hevos-/harraste-eläintilalla, metsätilalla tai marjatilalla. Maatiloilla tapahtuva toiminta voi olla osallistumista tilalla tapahtuviin töihin. Kokemalla tavallista arkea ja osallistumalla tilan töihin, saa ihminen yhteisöllisyyden ja merkityksellisyyden tunteita. Toiminnassa mukana olemisen ja toiminnan katselu voi olla myös osallistumista. (Turpeinen & Mäki-Rautila 2022, 4.)

Puutarha- ja luontotoiminta

Puutarha on käsite, johon voidaan liittää myös erilaiset puistot, taajamien viheralueet ja metsäpuutarhat. Puutarhatoiminnassa käytetään termejä, kuten puutarhaterapia ja terapeutin puutarhanhoito. Puutarhaterapia on yleensä ammattimaista ja tavoitteellista toimintaa, kun taas terapeutin puutarhanhoito vapaampaa toimintaa. Viherympäristöissä voidaan sekä toimia aktiivisesti että vain oleskella. Luontoympäristöjä voidaan tuoda myös sisälle. Erilaista puutarhatoimintaa on esimerkiksi hoivapuutarha, jonka voi rakentaa lastenkodin tai vanhusten palvelutalon yhteyteen. (Tuohimetsä & Rantanen 2018, 6–9.)

Luontolähtöisillä menetelmillä tarkoitetaan luontoon perustuvaa työkäytäntöä, jossa tavoitteellisesti hyödynnetään luontoelementtejä ja -ympäristöjä asiakkaan hyvinvoinnin edistämiseksi (Luke ja GCF ry. 2021, 35). Luontoympäristön vaikutuksia on selitetty niin sanotulla biofilia-teorialla; ihmisten yhteisessä muistiperinnössä luonnossa tapahtuva toiminta on merkinnyt yhteistä olemista, turvaa vihollisilta ja ravinnon saantia (Kiskola 2019, 142). Green Caressa luontoa käytetään ohjaustilanteissa helpottamaan, vahvistamaan tai nopeuttamaan intervention tavoitteita (Soini ym. 2011, 323–324). Eli toiminnan kautta tuetaan ohjaajan ja asiakkaan vuorovaikutuksellisen suhteen syntymistä ja vahvistumista. Jokainen ihminen kokee luontomerkityksen erilaisena. Toiset heittäytyvät helpommin ja toisille luonto voi olla pelottavakin asia. (Soini ym. 2011, 323–324.) Erilaisia luontoympäristöjä ovat metsä, vesiympäristö ja puutarhat. Toimintaa voi tapahtua myös kaupunkien luontoympäristöissä. Sisäkasveja, luontokuvia tai esimerkiksi virtuaalitekniikkaa hyödyntämällä voidaan saavuttaa luonnon hyvinvointivaikutuksia. (Luke ja GCF ry. 2021, 9.)

3 Lasten hyvinvointi sijaishuollossa

3.1 Lastensuojelun sijaishuolto

Lastensuojelun tarve on Suomessa laaja, vaikkakin huostassa olleiden lasten määrä on vähentynyt nyt kolmena perättäisenä vuonna. Vuonna 2021 kodin ulkopuolelle sijoitettuna oli 17 727, joista huostaanotettuna 11 210 lasta. (THL 2022.) Lastensuojelun sijaishuoltoon sijoitetaan lapsia jatkuvasti erilaisin perustein. Huostaanoton perusteet täyttyvät, jos lapsen huolenpidossa tai kasvuolosuhteissa on vakavia puutteita tai lapsi itse vaarantaa kasvuaan ja kehitystään. Sijaishuoltoon tai huostaanottoon ryhdytään, mikäli avohuollon tukitoimet on todettu riittämättömiksi tai ne eivät ole lapsen edun mukaisia. (Lastensuojelulaki 417/2007 40 §; Lastensuojelun käsikirja 2022.) Lastensuojelulaissa lapsena pidetään alle 18-vuotiaita (Lastensuojelulaki 417/2007 6 §).

Lapsen sijaishuollolla tarkoitetaan huostaan otetun, kiireellisesti sijoitetun tai väliaikaismääräyksen nojalla sijoitetun lapsen hoidon ja kasvatuksen järjestämistä kodin ulkopuolella. Se voidaan järjestää laitoshoidona, perhehoitona tai muulla lapsen tarpeiden edellyttämällä tavalla. (Lastensuojelulaki 417/2007 49 §.)

3.2 Sijoitettujen lasten hyvinvointi

Lastensuojelulaki velvoittaa huolehtimaan sijoitettujen lasten hyvinvoinnista. Lastensuojelulain tavoitteena on turvata lapsen oikeus turvalliseen kasvuympäristöön, tasapainoiseen ja monipuoliseen kehitykseen sekä erityiseen suojeluun. (Lastensuojelulaki 417/2007 1 §.) Lastensuojelun keskeisiä periaatteita ovat lapsen kehityksen ja hyvinvoinnin edistäminen, lapsen edun huomioiminen, lapsen perheen tukeminen kasvatus- ja hoitotyössä sekä ongelmien havaitseminen ja niihin puuttuminen riittävän ajoissa (Lastensuojelulaki 417/2007 4 §). Sijaishuollossa toimitaan lapsilähtöisesti ja huolehditaan, että lapsen oikeudet toteutuvat. Lapsella on oikeus tavata hänelle läheisiä ihmisiä ja sosiaalityöntekijäänsä, oikeus omiin käyttövaroihinsa ja saada tarvitsemiansa palveluita. (THL.)

Kotiniemi (2023, 39) on tutkinut Pro Gradu -tutkielmassaan sijoitettujen lasten hyvinvointia. Se eroaa monella tavalla vanhempiensa luona asuvista lapsista. Sijoitetuilla lapsilla oli enemmän suuria elämänmuutoksia taustallaan, kuten vanhempien eroaminen, oma tai läheisen sairastuminen, läheisen kuolema tai koulun vaihtuminen ja sitä kautta kaveripiirin vaihtuminen. Sijoitetuilla lapsilla on huomattu olevan enemmän lääkärin diagnosoimia sairauksia tai muita terveysongelmia. Sijoitetuilla lapsilla on suurempi riski joutua kiusatuksi kuin muilla ikätovereillaan. Nivala & Ryytänen (2019, 292) kertovat teoksessaan, että

laitosympäristössä elävien lasten kokonaisvaltaisen kasvun tukeminen on tärkeää. Lapsen yksilölliset tarpeet tulee tunnistaa, jotka voivat vaatia erityistä osaamista.

Huostaanottotilanteissa 78 prosentilla lapsista psyykinen terveydentila on arvioitu huonoksi. Lapsilla on paljon ristiriitatilanteita vanhempien kanssa sekä koulunkäynnissä on paljon haasteita. Lapsilla voi olla väkivaltakokemuksia taustalla. Lasten lapsuuden kuormittuneisuus heijastuu lasten psykososiaaliseen hyvinvointiin ja psyykkiseen oirehdintaan. Tämän vuoksi huostaan otetut lapset tarvitsevat paljon terveydenhuollon ja lasten- ja nuorisopsykiatrian palveluja. (Heino 2013, 98.)

Lasten psyykinen oirehdinta on yleensä viesti psyykkisestä kuormituksesta. Psyykkiset oireet näkyvät kehityksen, tunne-elämän ja käyttäytymisen häiriöinä. Varhain todettuihin psyykkisiin ongelmiin pitäisi tarttua mahdollisimman nopeasti. Tunne-elämän ja käyttäytymisen ongelmat lisäävät riskiä syrjäytymiseen. (Mankinen 2007, 110–112, 127.)

3.3 Green Care toiminta sekä luonto- ja eläinavusteiset menetelmät hyvinvoinnin tukemisessa sijaishuollossa

Green Care toiminnan tulee olla ammatillista, tavoitteellista ja vastuullista. Green Care toiminnassa otetaan huomioon lapsen tarpeet, joiden perusteella hänelle laaditaan realistiset ja konkreettiset tavoitteet. (Luke ja GCF ry. 2021, 19.) Toiminnallisia menetelmiä käyttämällä voidaan saavuttaa erilaisia hyötyjä, kuten oman ajattelun ja itsensä kehittäminen, itsetunnon ja -itsetuntemuksen kasvaminen, kuulumisen tunteen ja yhteisöllisyyden vahvistuminen, itseilmaisun tukeminen ja elämän merkityksellisyyden löytäminen (Nivala & Ryyänen 2019, 211).

Lastensuojelun sijaishuollossa lapselle tehdään asiakassuunnitelma sekä hoito- ja kasvatussuunnitelma, johon kirjataan lapsen tarpeet erityiselle tuelle tai avulle sekä palvelut, joilla tuen tarpeeseen pyritään vaikuttamaan (Lastensuojelulaki 2007 30 § & 30a §). Sosiaali- ja terveystieteiden palvelut ovat julkisen sektorin järjestämisvastuulla, ja asiakkaalle voidaan myöntää palveluseteli tai maksusitoumus, jolla voidaan ostaa palveluita Green Care -yrittäjiltä (Vehmasto 2014, 31).

Green Care menetelmien merkittävimpiä hyvinvointivaikutuksia saadaan erityisesti heikommassa asemassa olevien ja erityistä tukea tarvitsevien asiakasryhmien kohdalla (Ylilauri & Yli-Viikari 2021, 66). Ihminen rauhoittuu luonnossa, joka palauttaa psyykkisiä voimavaroja. Reaktiot tapahtuvat ihmisen autonomisen elimistön kautta eli ihmisen ei tarvitse tietoisesti ajatella elintoimintojensa säätelyä. Lapsen toimintakyky nousee, kun elimistön ylivireystila laskee ja lapsen aivot pääsevät lepäämään. Lasten psyykinen kehitys näkyy keskittymiskyvyn paranemisessa, tunnetilojen käsittelyssä ja toiminnansäätelyssä. (Yli-Viikari 2021, 4–

6.) Luontolähtöisten menetelmien hyötyjä ovat asiakkaiden voimaantuminen oman elämänsä toimijoina. Toiminnallisuus ja osallisuus tulevat esille luonto- ja eläinympäristöissä. Lasta ei nähdä hänen ongelmiansa kautta, vaan hyväksi käytetään hänen voimavarojaan ja vahvuuksiaan. Luonto ja eläimet tarjoavat lapselle mahdollisuuden rauhoittua. Rauhoittumisen myötä lapsi kykenee ottamaan vastaan uutta tietoa, ja käsitellä omia tunnekokemuksiaan. Rauhoittuminen edistää turvallisuuden tunnetta, jota lapsi tarvitsee tilanteissa, joihin liittyy ajattelukyky ja oppiminen. (Yli-Viikari 2021, 11–13.) Luontoympäristöllä voi olla myönteisiä terveysvaikutuksia kaikkiin hyvinvoinnin osa-alueisiin (Vähäsarja 2014, 14).

Luontoavusteiset menetelmät sopivat hyvin asiakkaille, joille kaivataan toimintaa keskustelun rinnalle. Se sopii erinomaisesti myös laitospäätöksissä asuville, sillä luontoon liittyvät aktiviteetit tuovat normaalin arkielämän ja osallisuuden tunteita. Asiakassuhteen alussa, jolloin luottamusta lähdetään rakentamaan, voi yhteinen tekeminen vahvistaa vuorovaikutussuhteita. Green Care menetelmät ovat voimavarakeskeisiä, joten ne tukevat ihmisten selviytymistä haastavissa elämäntilanteissa. Kiinnostus tekemiseen auttaa ihmisiä menemään epämuodollisuuksille, jotka mahdollistavat henkilökohtaisen kasvun. (Green Care Finland ry; Kamau 2022, 7–10.) Toimiminen luonnossa voi parhaimmillaan lisätä kasvatustilanteen vaikuttavuutta. Luonto voi tarjota rauhoittavan, mutta myös virikkeellisen ympäristön tekemisen taustalle, tai se voi olla myös toiminnan kohde. (Soini ym. 2011, 324–325.)

Ihmisillä on taito havainnoida eläimen käytöstä ja reagoida siihen autonomisen hermoston vasteilla. Lemmikkien läheisyyden terveyshyödyt pohjautuvat näihin mekanismeihin. Suhde eläimeen voi vähentää stressiä ja ahdistuneisuutta sekä se voi antaa tunteen läheisyydestä ja yhteenkuuluvuudesta. (Laukkanen 2013, 30–35.) Eläinavusteisten menetelmien avulla ihminen joutuu keskittymään nykyhetkeen ja olemaan läsnä. Eläinten hoito tarjoaa kokemuksia sosiaalisesta onnistumisesta sekä mahdollisuuden harjoittaa vuorovaikutuksen taitoja. Eläimiin liittyy huolenpidon ja vastuunottamisen velvoitteet, jotka palkitsevat tekijäänsä eläimen antamalla välittömällä palautteella. (Yli-Viikari 2014, 57–59.)

Tunnetyöskentelystä eläimen kanssa voi olla suurta hyötyä lapselle, jolla on vaikeutta tunnistaa ja sanallistaa tunteita, tai hän ei erota kehollisia tunneviestejä. Lapsi oppii erottamaan aidot tunteensa, ilmaisemaan ne sekä luottamaan omiin tunteisiinsa sellaisina kuin ne ovat. Jos lapsen on vaikea erottaa pelon tai vihan kaltaisia rajoja tai turvallisuutta ylläpitäviä tunteita, on toisen ihmisen tällöin suojattava eläintä ja vetää rajat. Eläin ei saa joutua kenenkään hallitsemattoman raivon kohteeksi. Lapsi tarvitsee toisen ihmisen tukea sanoittamaan ja tunnistamaan tunteita, jonka myötä vuorovaikutus eläimen kanssa muuttuu myönteisemmäksi ja turvallisemmaksi. (Pitkänen 2023, 258, 297.)

Lastensuojelussa koira voi toimia linkkinä lapsen ja työntekijöiden välillä. Koira voi auttaa lasta sopeutumaan lastensuojelulaitokseen ja hän voi kiintyä koiraan. Kiintymyksen tunteet voivat vähitellen siirtyä työntekijöihin. Koiran kanssa lapsen voi olla helpompi saada arjen rutiinit kuntoon huolehtiessaan koiran hyvinvoinnista. (Latvala-Sillman 2018, 20–21, 43–44.) Kaltoin kohdelluille lapsille eläimestä voi tulla ensimmäinen elävä olento, jolle osoittaa helliä tunteita ja kiintymystään, sillä pettymykset ihmissuhteissa voivat saada heidät suhtautumaan toisiin ihmisiin varautuneesti (Sinkkonen 2013, 43).

Sosiaalisten taitojen ja vuorovaikutustaitojen puute voi johtaa eristäytymiseen ja syrjäytymiseen. Sosiaalisten taitojen ansiosta päivittäiset vuorovaikutustilanteet onnistuvat ja ihminen kokee tulevansa ymmärretyksi. Sosiaaliset taidot auttavat meitä huomaamaan millainen käytös on missäkin tilanteessa toivottua, kuinka säädellä omia tunteita ja vireystilaa sekä kuinka reagoida toisten ihmisten tunteisiin ja käyttäytymiseen. Sosiaalisia taitoja voidaan harjoitella havainnoimalla vuorovaikutusta eläinten tai eläimen ja ihmisen välillä. Sosiaaliset laumaeläimet reagoivat ihmisen ilmeisiin ja elekieleen sekä myös synnyttävät ihmisessä erilaisia ilmeitä ja eleitä, jotka eivät tule aina luonnostaan ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa. Vuorovaikutustaitoja voidaan harjoitella opettamalla eläimelle jokin haluttu asia. Lapselle voi tulla pettymyksiä, kun ei synny haluttua lopputulosta. Pettymyksiä on kuitenkin opittava sietämään ja uuden ratkaisun keksiminen kehittää ongelmanratkaisuntaitoja, joita myös hyvässä vuorovaikutuksessa tarvitaan. (Pitkänen 2023, 230–246.)

4 Opinnäytetyön toteuttaminen

4.1 Kuvaileva kirjallisuuskatsaus

Opinnäytetyö on toteutettu kuvailevana kirjallisuuskatsauksena. Kirjallisuuskatsaukset jaotellaan nykyisin kolmeen eri kirjallisuuskatsaukseen; kuvaileva kirjallisuuskatsaus, systemaattinen kirjallisuuskatsaus tai metatutkimus. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus on menetelmänä yleisesti käytetty. (Kangasniemi ym. 2007, 293.)

Kuvaileva kirjallisuuskatsaus on tutkimusmenetelmä, jossa valitusta aineistosta etsitään vastauksia tutkimuskysymykseen. Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen vaiheiksi määritellään tutkimuskysymyksen muodostaminen, aineiston valitseminen, kuvailun rakentaminen ja tuotetun tuloksen tarkasteleminen. Tutkimuskysymyksen muodostaminen on keskeinen tutkimusprosessia ohjaava tekijä. Tutkimuskysymyksen on oltava tarpeeksi väljä. Aineisto valitaan tutkimuskysymyksen perusteella. Aineiston valinta on aineistolähtöistä ja ymmärtämiseen tähtäävää ilmiön kuvausta. Aineistoa haetaan tieteellisistä tietokannoista tai julkaisuista. Aineisto valitaan eksplisiittisesti, jolloin hakuja ohjaa tutkimuskysymys. Aineisto ei kuitenkaan perustu pelkkiin hakusanoihin, vaan niistä voidaan poiketa prosessin aikana, mikäli se on oleellista tutkimuskysymyksen kannalta. Aineiston valinta ja analyysi tapahtuvat osittain samanaikaisesti. Ilmiötä kuvatessa ei vain esitellä aineistoa, vaan aineistossa olemassa olevan tiedon vahvuuksia ja heikkouksia vertaillaan sekä analysoidaan. Analyysin tavoitteena on kuvailla aineistoa vastaten tutkimuskysymykseen samalla tehden uusia johtopäätöksiä. Valitusta aineistosta pyritään muodostamaan jäsentynyt kokonaisuus ja siitä etsitään ilmiön kannalta seikkoja, jotka ryhmitellään sisällöllisesti kokonaisuuksiksi. Pohdinta tuloksista on kirjallisuuskatsauksen viimeinen vaihe, jossa tulokset tiivistetään ja niitä tarkastellaan suhteessa laajempaan kontekstiin. (Kangasniemi ym. 2013, 291–301.)

4.2 Aineiston haku ja valinta

Opinnäytetyön aineiston haut on suoritettu loppukesästä 2023. Etsin aineistoa hakualustoilta LUT Primo ja Google Scholar. Aineiston haussa hakusanoina käytettiin eläinavusteisuus sijaishuollossa, eläinavusteiset menetelmät, luontoavusteiset menetelmät, Green Care, eläinavusteinen terapia ja eläinavusteinen sosiaalityö. Aineistolle on asetettu sisäänottokriteerejä, jotka on kuvattu taulukossa 1. Valitun aineiston tuli olla suomen- tai englanninkielistä. Opinnäytetyön kirjoittaja valitsi tutkielmia, jotka olivat ilmaiseksi saatavissa ja julkaistu vuonna 2015 tai sen jälkeen. Aineiston tuli vastata tutkimuskysymykseen. Aineiston tuli käsitellä Green Care menetelmiä, luonto- tai eläinavusteisia menetelmiä, ja sen piti kohdistua lapsiin ja nuoriin.

Opinnäytetyön aineistoon on valittu viisi tutkielmaa, joista kolme on Pro Gradu -tutkielmaa ja kaksi YAMK-opinnäytetyötä. Valittu aineisto esitellään taulukossa 2.

| |
|---|
| Aineiston sisäänottokriteerit |
| Suomen- tai englanninkielinen |
| Vastaa tutkimuskysymykseen |
| Ilmainen saatavuus |
| Julkaistu vuonna 2015 tai sen jälkeen |
| Tutkimus käsittelee Green Care menetelmiä, luonto- tai eläinavusteisuutta sekä lapsia ja nuoria |

Taulukko 1. Sisäänottokriteerit.

| Tietokanta | Hakusanat | Tulokset | Valittu aineisto |
|-----------------------------|----------------------------------|----------|---|
| LAB ja LUT Primo -kirjastot | Green Care | 66 765 | Sipilä, S. 2015. ADHD-lasten luontoavusteinen kuntoutus: Green Care menetelmät osana toimintaa sisältävää kuntoutusta |
| Google Scholar | Eläinavusteisuus sijaishuollossa | n. 126 | Tammisto, A. 2022. Koiraavusteinen työskentely osana sijaishuollossa elävän lapsen hyvinvointia |
| Google Scholar | Eläinavusteinen sosiaalityö | n. 514 | Alanko, T. 2020. Eläinavusteinen työskentely osana lastensuojelun avopalveluita |

| | | | |
|----------------|---------------------------------------|---------|--|
| Google Scholar | Eläinavusteinen terapia | n. 1010 | Jokiniemi, T. 2016. Tallilla ei vaan voi räjähtää – Sosiaalipedagoginen hevostoiminta lasten ja nuorten kokemuksissa |
| Google Scholar | Eläinavusteisuus si- jaishuollossa | n. 126 | Vähä-Aho, V. 2017. Koira-avusteinen työskentely lasten kodissa |

Taulukko 2. Suoritetut haut ja valinnat.

4.3 Aineiston analyysi

Sisällönanalyysi on perusanalyysimenetelmä, jota voidaan käyttää kaikissa laadullisissa tutkimuksissa. Sisällönanalyysi on yksinkertainen menetelmä, joten se sopii hyvin aloittelevalle tekijällekin. Erilaisia analyysimuotoja ovat aineistolähtöinen, teoriaohjaava ja teorialähtöinen analyysi. Sisällönanalyysin tarkoitus on selkeyttää kuvattavaa ilmiötä. Aineisto pyritään tiivistämään kadottamatta siitä saatua informaatiota. Sisällönanalyysillä pyritään kuvaamaan aineiston sisältöä sanallisesti. Aineistosta etsitään ja erotellaan asiat, jotka liittyvät juuri omaan tutkimuskysymykseen. Aineisto luokitellaan, teemoitellaan tai tyypitellään, eli aineisto pilkotaan ja ryhmitellään uudelleen. Lopuksi aineistosta kirjoitetaan yhteenveto. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 103–122, 145.)

Kirjallisuuskatsauksessa sisällönanalyysia käytetään apuvälineenä aineiston järjestämiseen. Luokiteltu aineisto ei ole kirjallisuuskatsauksen tulos, vaan apuväline tiivistämään aineiston tietoa. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 140.) Tässä opinnäytetyössä on käytetty sisällönanalyysia aineiston järjestämisen apuvälineenä.

Opinnäytetyöhön valitut tutkielmat luettiin tutkimuskysymys mielessä pitäen. Aineistoa lähdettiin jäsentämään sisällönanalyysin keinoin. Tutkielmista etsittiin tutkimuskysymykseen vastaavia ilmauksia ja sanoja, jotka kirjattiin ylös. Opinnäytetyön tutkimuskysymys on, miten Green Care toiminnan luonto- ja eläinavusteiset menetelmät lisäävät lastensuojelun sijaishuollossa olevan lapsen hyvinvointia.

Aineistosta esille nousseet ilmaukset ja sanat teemoiteltiin, ja teemoista muodostettiin alaja yläluokat. Alaluokiksi valittiin psyykinen, fyysinen ja sosiaalinen hyvinvointi, joiden ulottuvuuksilla hyvinvointia määritellään. Green Care menetelmät voivat olla sekä eläin-

luontoavusteisia, ja olen erotellut ne omiksi yläluokikseen. Taulukossa 3 ja 4. esitellään aineistossa esille nousseet asiat sekä siitä muodostuneet ala- ja yläluokat.

| Aineistosta esille nousseet asiat | Alaluokka | Yläluokka |
|---|--------------------------------|-----------------------------------|
| <p>Itsensä hyväksyminen, itsetuntemuksen ja itsetunnon paraneminen</p> <p>Vastuun ottaminen</p> <p>Empatiakyvyn paraneminen</p> <p>Tunnesäätelyn paraneminen</p> <p>Sisäisen motivaation paraneminen</p> <p>Turvallisuuden tunteen lisääntyminen</p> <p>Kiintymyssuhteen ja luottamuksen vahvistuminen aikuisiin</p> <p>Kosketuksen ja hellyyden osoittaminen</p> <p>Traumaoireiden väheneminen</p> | <p>Psyykinen hyvinvointi</p> | <p>Eläinavusteiset menetelmät</p> |
| <p>Kuulumisen tunne</p> <p>Sosiaalisten taitojen ja vuorovaikutustaitojen paraneminen</p> <p>Osallisuuden ja yhteisöllisyyden tunteet</p> | <p>Sosiaalinen hyvinvointi</p> | |

| | | |
|--|-----------------------------|-----------------------------------|
| <p>Kehotietoisuuden vahvistuminen</p> <p>Motoristen taitojen paraneminen</p> <p>Auttaa rauhoittumaan</p> | <p>Fyysinen hyvinvointi</p> | <p>Eläinavusteiset menetelmät</p> |
|--|-----------------------------|-----------------------------------|

Taulukko 3. Eläinavusteisten menetelmien vaikutukset hyvinvoinnille

| <p>Aineistosta esille nousseet asiat</p> | <p>Alaluokka</p> | <p>Yläluokka</p> |
|--|--------------------------------|------------------------------------|
| <p>Auttaa rauhoittumaan ja keskittymään</p> <p>Kasvattaa pitkäjänteisyyttä</p> <p>Mielialan paraneminen</p> <p>Voimaantumisen kokemus</p> <p>Pettymysten sietäminen</p> <p>Luovuuden ja mielikuvituksen valloilleen pääseminen</p> | <p>Psyykkinen hyvinvointi</p> | <p>Luontoavusteiset menetelmät</p> |
| <p>Yhteisöön kuulumisen tunne</p> | <p>Sosiaalinen hyvinvointi</p> | |

| | | |
|---|----------------------|-----------------------------|
| Fyysinen toimintakyvyn paraneminen Motoristen taitojen paraneminen | Fyysinen hyvinvointi | Luontoavusteiset menetelmät |
|---|----------------------|-----------------------------|

Taulukko 4. Luontoavusteisten menetelmien vaikutukset hyvinvoinnille.

5 Tulokset

5.1 Psykkisen hyvinvoinnin edistäminen

Aineistosta nousi esille luonnon ja eläinten rauhoittava vaikutus lapseen. Puutarhassa oleskelu on kiireetöntä ja rauhallista, joten esimerkiksi ADHD oireet lievittyvät. Lapsi kokee vähemmän ahdistusta. (Sipilä 2015, 45.) Luonto rauhoittaa, kun keskittyy toimintaan, toisaalta se antaa myös energiaa. Tiivis läsnäolo oman itsensä kanssa korostuu luonnossa ja se mahdollistaa oman olotilan havainnoimisen. (Jokiniemi 2016, 43, 48.)

Puutarhanhoito on pitkäaikainen prosessi, jossa kasvin kasvua seurataan vaihe vaiheelta. Aina kaikki ei mene suunnitelmien mukaan, jolloin lapsi oppii sinnikkyyttä ja pitkäjänteisyyttä. Samalla hänen sietokykynsä kasvaa ja hän oppii sietämään epäonnistumisia sekä pettymyksiä. (Sipilä 2015, 45–46.)

Ympäröivä luonto on voimaannuttava elementti, ja se vaikuttaa lapsen hyvinvointiin kokonaisvaltaisesti. Luontoympäristö itsessään kohottaa mielialaa, ja ihmisen peruselintoiminnot vilkastuvat, joka vaikuttaa esimerkiksi jaksamiseen ja oppimiseen. (Sipilä 2015, 47–50.) Vähä-Ahon (2017, 65) mukaan myös koiran läsnäolo kohotti lasten mielialaa.

Luonnossa oleminen tukee lapsen luovuutta. Lapsen luovuus ja mielikuvitus lisääntyvät. Puutarhat ja luonto tarjoavat erilaisia aistivirikkeitä, visuaalista nautintoa ja elämyksiä. Kasvien kasvun huomaaminen on toivon ja elämän jatkuvuuden huomaamista. (Sipilä 2015, 45, 49.)

Eläin tukee lapsen sosioemotionaalista kehitystä, luomalla lapsen arkeen struktuuria ja rutiineja ja sitä kautta lisäämään turvallisuuden tunnetta sekä oman toiminnan ohjauksen taitoja. Koiran läsnäolo rauhoittaa, jolloin keskusteleminen on helpompaa. Tunteiden sanoittaminen, osoittaminen ja tunteiden säätely helpottuu, ja sitä voidaan harjoitella eläinten kanssa. Omia tunteita voi peilata eläimen kautta ja eläimeltä voi saada vertaistukea. (Sipilä 2015, 44; Jokiniemi 2016, 47–48; Vähä-Aho 2017, 60–71; Tammisto 2022, 29–31.) Eläimen kautta voi käyttää erilaisia menetelmiä, kuten tunnekortteja tai tunnemittaria. Aineistossa tuotiin ilmi lastensuojelulaitoksessa tehdyt tunnekortit, johon oli koottu laitoksessa vierailevan koiran ilmeitä. Tunteita pystyttiin tätä kautta nimeämään ja sanoittamaan. Laitoksessa oli käytetty myös tunnemittaria, jossa koiran ilmeet oli yhdistetty liikennevaloihin. Jos osastolla oli levotonta tai aggressiivista käyttäytymistä, olivat liikennevalot punaisella, jolloin koiran ei ollut turvallista tulla paikalle. (Vähä-Aho 2017, 60–61.) Sosiaalipedagogisessa hevosuostoinnissa tunteet sanoitetaan ja kohdataan turvallisessa ympäristössä ohjaajan kanssa. Toimintaan liittyy onnistumista ja hyväksyntää, mutta myös negatiivisia tuntemuksia ilmaantuu, kun hevonen ei tottele tai lapsi kokee itse epäonnistuneensa jossakin.

Pettymys, kiukku ja turhautuminen on turvallista käsitellä ohjaajan kanssa. (Jokiniemi, 2016, 46–47, 54–57.)

Kielteinen minäkuva on usein yhteydessä oppimisvaikeuksiin ja tunne-elämän ja käyttäytymisen ongelmiin. Voi olla vaikeuksia sietää pettymyksiä ja lapsi kokee epäonnistuvansa. Kun lapsi oppii hallitsemaan eläintä, voi hän voittaa omia pelkojaan ja saada onnistumisen- ja hallinnankokemuksia. Lapsi alkaa luottamaan omiin kykyihinsä. (Jokiniemi 2016, 50, 57–60.) Onnistuessaan esimerkiksi kasvien kasvatuksessa lapsen itsetunto paranee ja hän kokee saavuttavansa jotakin. Lapsi oppii vastuuta toiminnallaan. (Sipilä 2015, 46.) Toiminnan kautta on helppo antaa hyvää palautetta, jolloin itsetunto kasvaa ja minäkuva paranee. Myös itsetuntemus lisääntyy. Eläimestä huolehtiminen, ja tunne siitä, että on eläimelle tärkeä ja tarpeellinen, saa lapsen tuntemaan arvostusta itseään kohtaan. Vastuun antaminen esimerkiksi koiran ulkoilutuksesta on lapselle tärkeää, ja onnistumista voidaan kokea tätä kautta. (Jokiniemi 2016, 59–63; Vähä-Aho 2017, 58.) Eläimen silittely ja kosketus rauhoittavat ja kosketuksen kautta lapsi tuntee olevansa hyväksytty ja rakastettu (Jokiniemi 2016, 54).

Eläimen läsnäolo motivoi tekemään ja toimimaan. Lapsi jaksaa nousta ylös sängystä aamulla paremmin, kun tietää, että koira täytyy lähteä ulkoiluttamaan. Tai hevostallille lähteminen saa lapsen liikkeelle, kun tiedossa on mukavaa puuhastelua hevosten kanssa. Eläimen kanssa työskentely on lapsille mielekäästä, eikä vain pakollista osallistumista toimintaan. Koiran kanssa toimiminen voi synnyttää sisäistä motivaatiota. Koira voi toimia myös ulkoisen motivaation lähteenä. Lapselle voi antaa palkkioksi ulkoiluttaa koira tai antaa sille herkkuja jonkin toiminnan päätteeksi. (Jokiniemi 2016, 46; Vähä-Aho 2017, 61–62; Tammistö 2022, 31–33.) Sipilän (2015, 50) mukaan myös luontoympäristö motivoi lasta. Lapsilla on usein luonnollinen innostus ulkona olemiseen, joten motivointi tekemiseen voi olla helppoa.

5.2 Sosiaalisen ja fyysisen hyvinvoinnin edistäminen

Aineistosta nousi esille lapsen ja työntekijän vuorovaikutuksellisen ja luottamuksellisen suhteen kehittyminen eläinavusteisen toiminnan kautta. Toiminnallisuus tukee vapautunutta vuorovaikutusta. Vuorovaikutus on luontevaa toiminnan yhteydessä ja mahdollistaa aidon vuorovaikutuksen, joka vaikuttaa lapsen ja ohjaajan keskinäiseen suhteeseen myönteisesti. Keskusteleminen helpottuu ja vaikeatkin asiat on helpompi ottaa puheeksi. Eläin on välittäjä suhteen luomisessa sekä kommunikoinnin väline vaikeissa tilanteissa. (Jokiniemi 2016, 73–75; Vähä-Aho 2017, 70–71; Alanko 2020, 36.)

Yhdessä tekeminen korostui aineistossa. Lapsen on tärkeä tuntee olevansa osa ryhmää, ja tämä lisää sosiaalista osallisuutta. Koiran läsnäolo lisäsi lasten sosiaalisuutta, olemalla enemmän yhteisissä tiloissa, eikä niin paljon omassa huoneessaan. Eläin motivoi lapsia sosiaaliseen kanssakäymiseen. (Sipilä 2015, 41; Vähä-Aho 2017, 66.)

Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa yhteisöllisyys on yksi pääpilareista, joihin kuuluu aito vuorovaikutus ja osallisuus. Ryhmätoiminta tai yksilötoiminta, johon kuuluu lapsi, hevonen ja ohjaaja. Ristiriidat selvitetään ohjaajan kanssa rakentavasti, mikä lisää ryhmän yhteisöllisyyttä, avoimuutta ja turvallisuutta. Hevostallilla on mahdollista solmia uusia ystävyysuhteita, esimerkiksi eläimistä puhumalla, jota kautta saa yhteyden muihin ihmisiin. Tallilla on tilaa erilaisuudelle, eikä joukosta erotu samalla tavalla kuin esimerkiksi koulumaa-ilmassa. (Jokiniemi 2016, 67–72.) Ryhmätoiminnassa lapsi oppii toimimaan sääntöjen mukaan. Ryhmän myötä opitaan yhteistyötaitoja, ongelmanratkaisua, itsehillintää ja vastuullisuutta. (Sipilä, 2015, 48.)

Fyysisen toiminnan ja tekemisen kautta lapsen fyysinen toimintakyky paranee sekä motoriset taidot kehittyvät. Luonnossa on helppo leikin varjolla kohottaa fyysistä kuntoa. Eläimen kanssa voi harjoitella motorisia taitoja. Eläinten kanssa syntyy paljon fyysistä tekemistä, joka parantaa fyysistä terveyttä. Koiraa on helppo lähteä ulkoiluttamaan, mikä on luonteva tapa lisätä lasten liikkumista. Ratsastaessa lapsen kehotietoisuus paranee. (Sipilä 2015, 42, 47; Vähä-Aho 2017, 59.)

6 Yhteenveto ja pohdinta

6.1 Johtopäätökset

Opinnäytetyössä tarkasteltiin, millaisia vaikutuksia Green Care toiminnan luonto- ja eläinavusteiset menetelmät tuovat lastensuojelun sijaishuollossa olevien lasten ja nuorten hyvinvointiin. Tutkimuskysymys oli, miten Green Care toiminnan luonto- ja eläinavusteiset menetelmät lisäävät lastensuojelun sijaishuollossa olevan lapsen hyvinvointia. Opinnäytetyö on toteutettu kuvailevana kirjallisuuskatsauksena. Opinnäytetyöhön valittiin viisi tutkielmaa, joiden sisältöä on analysoitu sisällönanalyysin keinoin.

Sisällönanalyysissa nousi esille kolme alaluokkaa: Green Care toiminnan luonto- ja eläinavusteisten menetelmien psyykkiset, fyysiset ja sosiaaliset vaikutukset. Jokaisesta alaluokasta nousi esille hyvinvointiin vaikuttavia asioita. Psyykkiseen hyvinvointiin vaikuttavia asioita olivat itsensä hyväksyminen, itsetuntemuksen ja itsetunnon paraneminen. Green Care menetelmät opettavat lapselle empatiakykyä ja tunnesäätely paranee, varsinkin eläinten kanssa toimiessa. Lapsen sisäisen motivaation paraneminen näkyy Green Care menetelmien kautta. Motivaation kautta lapsi sitoutuu toimintaan, mikä näkyy lapsen ja työntekijän välisen kiintymyssuhteen ja luottamuksen vahvistumisessa ja tätä kautta myös turvallisuuden tunteen vahvistumisessa. Lapsi pystyy osoittamaan hellyyttä ja ottamaan vastaan kosketusta. Luonnon ja eläinten rauhoittava vaikutus näkyy myös lasten rauhoittumisena ja keskittymiskyvyn lisääntymisenä. Toiminnan kautta lapsi oppii sietämään pettymyksiä, kasvattamaan pitkäjänteisyyttä ja ottamaan vastuuta. Yleinen mielialan paraneminen, voimaantumisen kokemus, mielikuvituksen ja luovuuden valloilleen pääseminen näkyivät myös psyykkistä hyvinvointia edistävinä tekijöinä. Sijoitettujen lasten kohdalla psyykkisen hyvinvoinnin tukeminen on erityisen tärkeää ja Green Care toiminnan kautta psyykkiseen hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä löytyy paljon. Sosiaaliseen hyvinvointiin vaikuttavia asioita olivat kuulumisen tunne yhteisöön, osallisuuden ja yhteisöllisyyden tunteet sekä sosiaalisten taitojen ja vuorovaikutustaitojen paraneminen. Fyysiseen hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä puolestaan olivat kehotietoisuuden vahvistuminen, rauhoittuminen sekä fyysisen toimintakyvyn ja motoristen taitojen paraneminen.

Tammisto (2022, 31) kertoo tutkielmassaan, että koiran läsnäololla on suuri merkitys lapsen sosioemotionaalisen kehityksen tukijana. Lapsen turvallisuuden tunnetta lisätään tuomalla arkeen struktuuria ja rutiineja eläimen kanssa työskentelemällä. Penttala (2023, 73) toteaa, että sijaishuollossa olevan lapsen turvallisuuden tunteeseen ja sitä kautta hyvinvointiin vaikuttaa merkittävästi arjen säännöllisyys ja ennakoitavuus. Hevosten kanssa on mahdollista

kokea turvallisuuden tunteita ja varsinkin ilman satulaa ratsastaminen on tuonut kokemusta turvallisesta fyysisestä läheisyydestä. (Jokiniemi 2016, 42.)

Lastensuojelulaitoksessa työntekijän tehtävä on olla kärsivällinen ja opettaa lapselle tunteiden säätelyä. Jos lapsi tekee virheitä, aikuinen ei jätä lasta yksin tunteiden kanssa, vaan kohtaa ne lapsen kanssa yhdessä. Lapsen tunteita ja tekemistä sanoitetaan, jotta lapsi tulee tietoiseksi omasta osaamisestaan, erityisyydestään ja asioista, joita häneltä odotetaan. Lapsi tarvitsee ennakkointia, jotta hänen arkensa sujuisi. (Penttala 2023, 74–75.) Green Care toiminnan avulla voidaankin harjoitella lapsen tunteiden säätelyä ja tunteiden tunnistamista, joka korostuu jokaisessa tutkielmassa. Hevosten kanssa toimiminen aiheuttaa paljon erilaisia tunteita. Sosiaalipedagoginen hevostoiminnassa tunteita käsitellään turvallisesti yhdessä ohjaajan kanssa. (Jokiniemi 2016, 46–47.) Eläimen läsnäolo voi vaikuttaa lapsen tunnesäätelyyn ja vaikeissa tilanteissa eläin voi rauhoittaa. Harmistuessaan lapsi ei poistu tilanteesta, vaan siirtyy silittämään koiraa. Eläimen kautta lapsi voi tunnistaa ja peilata omia tunteitaan. (Tammisto 2022, 29.) Tämä vaikuttaa lapsen hyvinvointiin edistävästi, kun työntekijät pääsevät käsittelemään vaikeitakin asioita lapsen kanssa. Kiskola (2019, 184, 208–209) kertoo, että hevosen kanssa on turvallista harjoitella elämässä tarvittavia taitoja ja sosiaalisia vuorovaikutustaitoja. Hevonen voimaannuttaa, opettaa, kuuntelee ja tukee, ja hevosten kanssa toimimalla on mahdollista voittaa pelkoja ja ahdistuksia. Lapsi pääsee havaitsemaan, kuinka hänen toimintansa vaikuttaa hevoseen ja hän oppii hallitsemaan isoa eläintä. Lapsi oppii tunnistamaan omia tunteitaan eläimen kanssa toimiessaan, ja tämä tuo lapselle itsevarmuutta ja keinoja oppia elämään erilaisten tunteiden kanssa. Jokiniemi (2016, 41) kertoo, että hevosen hoitaminen lisää lapsen empatiakykyä. Lapsen on osattava asettua hevosen asemaan, jotta lapsi ymmärtää miten hevosen perustarpeet saadaan tyydytetyksi.

Vähä-Ahon (2017, 57–66) mukaan toiminnallisuus on keskeinen osa koira-avusteista työskentelyä lastensuojelulaitoksessa. Koira voi olla mukana toiminnassa tai toiminnan pääpisteinä. Ohjatun toiminnan taustalla on yleensä aina jokin kasvatuksellinen tai kuntoutuksellinen tavoite, kuten esimerkiksi tunnetaitojen opettelu tai onnistumisen kokemusten saaminen, joiden tarkoitus on edistää lapsen hyvinvointia. Aina toiminnan ei tarvitse olla ohjattua, vaan pelkkä koiran läsnäolo lastenkodissa on osa koira-avusteista työskentelyä toiminnallisuuden ohella. Koiran läsnäolo toi positiivisuutta arkeen ja lapset kertoivat, että heidän mielialansa on korkeammalla silloin kun koira on paikalla lastenkodissa. Lapset kertoivat viettävänsä enemmän aikaa yhteisissä tiloissa koiran ollessa paikalla. Koiran läsnäolo houkutteli lapsia sosiaaliseen kanssakäymiseen, eikä kaiken tarvinnut olla suunniteltua toimintaa. Nivala & Ryyänen (2019, 292) kertovat teoksessaan, että lastensuojelulaitoksessa lapset ja aikuiset muodostavat yhteisön, joka opettaa elämässä tarvittavia valmiuksia, kuten

vuorovaikutustaitoja, ryhmässä toimimista ja vastuun kantamista. THL:n (2015) mukaan osallisuutta edistämällä vähennetään eriarvoisuutta ja ehkäistään syrjäytymistä. Osallisuuden ja yhteisöllisyyden tunteet edistävät sijoitettujen lasten kokemaa hyvinvointia. Osallisuuden ja yhteisöllisyyden kokemukset lapsilla nousevat esille tutkielmista. Jokiniemi (2016, 63–66, 71–72) kertoo, että hevosstalleilla tapahtuu paljon yhteisöllistä toimintaa. Lapsi, hevonen ja ohjaaja luovat oman yhteisönsä tai mukana voi olla koko talliyhteisö. Lapset toivat haastatteluissa esille yhdessä tekemisen ja toisten auttamisen tärkeyden. Lapsi kokee itsensä tärkeäksi voidessaan neuvoa muita jossakin osaamassaan asiassa. Ryhmätoiminnassa jokaisella lapsella on jokin rooli, joka edistää osallisuuden tunnetta. Oli tärkeää, että ohjaaja kuuntelee lasta. Lapsen ei ole pakko suorittaa asioita, jos häntä pelottaa sekä lapsen mielipidettä asioihin ja toimintaan kysytään. Sipilän (2015, 41) mukaan lapselle on tärkeää saada kokemus siitä, että hän pärjää yhteisössä. Eläinavusteisessa toiminnassa on tilaa erilaisuudelle.

Vuorovaikutuksen ja luottamuksellisen suhteen vahvistuminen lapsen ja työntekijän välillä korostuu aineistossa. Turvalliset ja läheiset ihmissuhteet ovat tärkeitä sijoitetuille lapsille, joilla on paljon elämänmuutoksia taustallaan. Onnistuneet suhteet sijaishuollon työntekijöihin vaikuttavat merkittävästi lapsen hyvinvointiin. (Kotiniemi 2023, 33.) Työntekijöiden suhde lapseen on voinut parantua eläimen läsnäolon myötä. Negatiivisesti työntekijöihin suhtautunut lapsi oli koiran kautta pystynyt luomaan uudelleen suhdetta työntekijään, sillä koira oli ollut luonteva osa toimintaa. (Vähä-aho 2017, 70.) Eläimen läsnäolo voi auttaa lasta keskustelemaan työntekijän kanssa ja lapsen voi olla helpompi puhua koiran kautta. Eläin edesauttaa luottamuksen syntymistä työntekijöihin. Traumataustaisten lapsien voi olla vaikea ottaa vastaan toisen ihmisen läheisyyttä, mutta eläimeltä voivat. (Tammisto 2022, 30–31, 38.) Koiran kautta voi olla helpompi puhua, kun katsoo koiraan tai tekee jotakin koiran kanssa eikä tarvitse puhua suoraan ihmiselle. Koiran avulla ilmapiiri saadaan luontaisesti myönteiseksi ja yhteys lapseen voidaan saada helpommin. (Ikäheimo 2013b, 145–147.) Alanko (2020, 37) kertoo, että puheeksi otto helpottuu. Lapsista voi olla luontevampi puhua vaikeammistakin asioista toiminnan ohella. Yli-Viikari (2022, 18–19) toteaa, että lasten on helpompi kertoa omista mielipiteistään ja elämästään luontoympäristön tukemana.

Niemi (2015, 12–13) kertoo, että hyvä itsetunto vaikuttaa hyvinvointiin. Hoivaa vaille jääneiltä lapsilta puuttuu usein itsearvostus ja myönteinen käsitys itsestä. Aineistosta nousee vahvasti esille itsearvostuksen, itsetuntemuksen, itsetunnon paraneminen ja minäpystyvyyden tunteen kokeminen, joka vaikuttaa sijoitettujen lasten hyvinvointiin merkittävästi. Yli-Viikari (2014, 63–64) kertoo, että toiminnan ja tekemisen kautta lapsi saa palautetta kyvyistään ja osaamisestaan. Tätä kautta toiminnan vaikutukset voivat näkyä ihmisen identiteetin ja minäkäsityksen vahvistumisessa. Sipilä (2015, 41) sekä Jokiniemi (2016, 46–47) kertovat

tutkielmissaan, että lapsi saa hyväksyntää eläinavusteisen toiminnan myötä. Esimerkiksi hevostallilla ollessaan saa olla juuri sellainen kuin on. Eläin ei tuomitse eikä leimaa lasta. Myönteistä palautetta on helppo antaa tekemisen lomassa. Lapsen itsetunto kasvaa, kun hän oppii sietämään epäonnistumista tai voittamaan pelkojaan. Kokemus siitä, että hallitsee isoa eläintä vahvistaa myös itsetuntoa sekä minäpystyvyyttä.

Luontoympäristöjen ja eläinten rauhoittava vaikutus tulee esille jokaisessa tutkielmassa. Hevosten kanssa voi liikkua maastossa, ja luonnossa liikkumisen rauhoittavuus oli koettu tärkeäksi. Luonto on voimaannuttava elementti ja siellä korostuu tiivis läsnäolo oman itsensä kanssa. (Jokiniemi 2016, 43.) Sipilä (42–43, 45) kertoo, että eläin rauhoittaa lasta vaatimalla häneltä keskittymistä ja läsnäoloa. Sipilän mukaan myös puutarhaympäristöt rauhoittavat ja lapsi voi nauttia hiljaisuudesta ja kiireettömyydestä. Pitkänen (2023, 27) kertoo, että eläimen seurassa opittu rentoutuminen ja rauhoittuminen voi helpottaa ihmisen kykyä säädellä stressiä huomaamalla muutoksen itsessään.

Jokiniemi (2016, 45–47, 63) on havainnut tutkielmassaan, että eläinavusteinen työskentely voi lisätä motivaatiota kuntoutumiseen. Mielekäs toiminta houkuttelee lähtemään tallille, vaikka aina ei huvittaisikaan. Myös onnistumisen kokemukset motivoivat jatkamaan. Tamisto (32–34) mainitsee, että eläin itsessään tuntuu motivoivan lapsia toimintaan. Toiminta on mielekästä ja vapaaehtoista, lasta ei pakoteta mihinkään. Ervast & Raukola-Lindblom (2021, 86, 92) kertovat, että eläin toimii ulkoisena katalysaattorina lisäten ihmisen sisäistä motivaatiota ja tätä kautta kuntoutumisen vaikuttavuus tehostuu. Näin ollen voidaan päätellä, että lapsen ollessa motivoitunut toimintaan, on helpompi saavuttaa asetettuja tavoitteita ja sitä kautta hyvinvointivaikutuksia.

Green Care toiminnan kautta lapsen fyysinen hyvinvointi vahvistuu. Vähäsarja (2014, 14) ja Yli-Viikari (2014, 50–55) toteavat, että luonnossa liikkuminen rauhoittaa mieltä ja kehoa, sekä se lisää fyysisiä terveyshyötyjä. Lapsen motoriset taidot paranevat luonnossa toimissaan. Jokiniemi (2016, 48, 51) kertoo, että fyysinen työ kiihdyttää endorfiinin eli mielihyvähormonin tuotantoa. Hevostallilla pääsee tekemään fyysisiä töitä, ja fyysisen työn on todettu vähentävän stressiä. Tallipäivän jälkeen lapset kertoivat tuntevansa miellyttävää väsymystä. Fyysinen terveys kohentuu huomaamatta ratsastaessa ja tallitöitä tehdessä. Ratsastaessa oman kehon hallinta paranee. Sipilän (2015, 42) tutkielmassa nousevat esille kehotietoisuuden tunteminen ja vahvistuminen, motoriikan kehittyminen ja hahmottaminen.

6.2 Eettisyyden ja luotettavuuden arviointi

Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa luotettavuuden kannalta on tärkeää, että tutkimuskysymys on selkeä ja läpinäkyvyys prosessin aikana on tärkeää (Kangasniemi ym. 2013).

Kanasen mukaan (2017, 176–178, 121) luotettavuustarkastelu edellyttää riittävää dokumentointia ja dokumentoinnin lisäksi uskottavuutta lisää kirjoittajan perustelut ratkaisuisista. Luotettavuutta parannetaan keräämällä ja vertaamalla eri lähteistä saatua tietoa vahvistukseksi esimerkiksi omaan tulkintaan. Dokumenttien käytössä otetaan huomioon niiden objektiivisuus. Luotettavuutta arvioidessa on otettava huomioon, esimerkiksi miksi teksti on tuotettu ja kenelle se on tarkoitettu. Tuomi & Sarajärvi (2018, 164) mukaan opinnäytetyön lukijoille on annettava riittävästi tietoa, miten tutkimus on tehty. Koin hankalaksi rajata aineistoa, sillä uusia mielenkiintoisia näkökulmia löytyi jatkuvasti, joita olisin halunnut sisällyttää opinnäytetyöhön.

Tutkijalla on oltava riittävästi aikaa tehdä tutkimuksensa (Tuomi & Sarajärvi 2018, 165). Olen aloittanut opinnäytetyöni alkuvuodesta 2023 ja edennyt rauhallisesti käyttäen runsaasti aikaa aineiston hankkimiseen ja analysointiin. Opinnäytetyön luotettavuutta voi heikentää, että tutkimuksia luontoavusteisista menetelmistä oli vähäisemmin saatavilla. Eläinavusteisista menetelmistä löytyi runsaammin tutkittua tietoa. Opinnäytetyön luotettavuuteen voi vaikuttaa myönteisesti se, että kaikki aineisto oli suomenkielistä. Tällöin virhetulkintojen määrä voi olla pienempi. Olen yrittänyt suhtautua aineistoon kriittisesti, sillä omat kokemukset tallitoiminnasta sijaishuollon lasten kanssa ovat olleet positiivisia.

Opinnäytetyön tekijän on hallittava hyvä tieteellinen käytäntö. Opinnäytetyö tarkistetaan plagiaatintunnistusjärjestelmässä. Opinnäytetyössä kunnioitetaan muiden tekemää työtä ja lähdeviittaukset ja lainaukset tehdään asiallisesti muiden tekemiin tutkimuksiin viitaten. Hyvän tieteellisen käytännön perusperiaatteet ovat luotettavuus, rehellisyys, arvostus ja vastuunkanto. (Arene ry 2020, 4–9; TENK 2023, 11.) Olen toiminut opinnäytetyötä tehdessäni hyvän tieteellisen käytännön mukaisesti muiden tekemää työtä kunnioittaen.

6.3 Tulosten hyödynnettävyys ja jatkotutkimukset

Tutkimuksesta kävi ilmi, että erilaisia Green Care toimintatapoja on alettu käyttää sosiaali- ja terveysalalla lisääntyvissä määrin. Tämän vuoksi on tärkeää lisätä sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten tietoutta menetelmien vaikuttavuudesta. Green Care menetelmät ovat kustannustehokkaita, eivätkä yleensä vaadi käyttäjiltään suuria investointeja.

Aineistosta nousi hyvin esille sekä lasten että työntekijöiden mielipiteitä Green Care toiminnan luonto- ja eläinavusteisista menetelmistä ja niiden vaikutuksista lasten hyvinvointiin. Tulosten perusteella voidaan todeta, että Green Care menetelmillä on positiivisia vaikutuksia lastensuojelun sijaishuollossa olevan lapsen hyvinvoinnin osa-alueisiin.

Jatkotutkimuksena lastensuojelulaitokseen voisi tehdä oppaan, jossa käydään läpi ja opastetaan toimimaan erilaisten Green Care menetelmien parissa. Lastensuojelun asiakkaat

nauttisivat myös toiminnallisesta päivästä maatilalle, hevostallilla tai vaikkapa liikunnallinen metsäseikkailu olisi monen mieleen. Lapset voisi itse ottaa mukaan suunnittelemaan toiminnallista päivää ja heidän toimintaansa havainnoida tutkimukseen.

Lähteet

- Alanko, T. 2020. Eläinavusteinen työskentely osana lastensuojelun avopalveluita. Kaakois-Suomen ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö (YAMK). Viitattu 25.9.2023. Saatavissa https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/348353/Tanja_%20Alanko.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Araneva, M. 2016. Lapsen suojeleminen: Toteuttaminen ja päätöksenteko. Liettua: Balto print.
- Arene ry. 2020. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto arene ry. Viitattu 12.11.2023. Saatavissa <https://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULU-JEN%20OPINN%C3%84YTET%C3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf?t=1578480382>
- Green Care Finland ry. Green Care. Viitattu 7.12.2022. Saatavissa <https://www.gcfi-land.fi/green-care/>
- Ervast, L. & Raukola-Lindblom, M. 2021. Eläinavusteisuus vuorovaikutuksen kuntoutusta tehostamassa. Teoksessa Ervast, L. & Raukola-Lindblom, M. (toim.) 2021. Hevoset ja koirat eläinavusteisessa työssä. Sanasilta. 86, 92.
- Hallberg, M. 2021. Psykkisen trauman vakauttaminen lastensuojelun sijaishuollossa. LAB-ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö (YAMK). 27. Viitattu 9.12.2022. Saatavissa <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/496292/Opinn%c3%a4ytety%c3%b6.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Hautamäki, L. 2019. Monilajinen hyvinvointi: Eläimet, bakteerit, ympäristö ja ihmisten terveys. Teoksessa Ylilauri, M. & Yli-Viikari, A. 2019. Kohti luonnollista hyvinvointia. Näkökulmia luontoperusteisen toiminnan kehittämiseen. Levón-instituutin julkaisuja. 143. Vaasan yliopisto. 13. Viitattu 7.11.2023. Saatavissa <https://osuva.uwasa.fi/bitstream/handle/10024/8172/978-952-476-861-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Heino, T. 2013. Lastensuojelun tilastot, asiakkaat ja palvelut. Teoksessa Bardy, M. (toim.) 2013. Lastensuojelun ytimessä. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy. 98.
- Ikäheimo, K. 2013a. Eläinavusteisen työskentelyn määritelmiä ja termejä (AAA ja AAT) Teoksessa Ikäheimo, K. (toim.) 2013. Karvaterapiaa: Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Yliopistopaino. 10–11.

Ikäheimo, K. 2013b. Koira-avusteinen lasten ja nuorten yksilöpsykoterapia. Teoksessa Ikäheimo, K. (toim.) 2013. Karvaterapiaa: Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Yliopistopaino. 136, 145–147.

Jokiniemi, T. 2016. Tallilla ei vaan voi räjähtää – Sosiaalipedagoginen hevostoiminta lasten ja nuorten kokemuksissa. Oulun yliopisto. Pro Gradu -tutkielma. Viitattu 25.9.2023. Saatavissa <https://oulurepo.oulu.fi/bitstream/handle/10024/7251/nbnfioulu-201611163045.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Kahilaniemi, E. 2020. Eläinavusteinen interventio: Asiakkaan toiminnallisuuden tukeminen koira-avusteisin menetelmin. Tampere: Nekapaino. 17–20.

Kamau, A. 2022. Green Care -palvelut sosiaalialalla. -esihenkilöiden ja asiantuntijoiden näkemyksiä. Savonia-ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö (YAMK). 7–10. Viitattu 7.12.2022. Saatavissa https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/783840/Kamau_Anu.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Kananen, J. 2017. Laadullinen tutkimus pro graduna ja opinnäytetyönä. Jyväskylä: Suomen yliopistopaino oy.

Kangasniemi, M., Utriainen, K., Ahonen, S., Pietilä, A., Jääskeläinen, P. & Liikanen, E. 2013. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus: eteneminen tutkimuskysymyksestä jäsennettyyn tietoon. Hoitotiede 25 (4). 291–301. Viitattu 19.5.2023. Saatavissa https://moodle.lut.fi/pluginfile.php/1154162/mod_resource/content/1/kuvailevakirjallisuuskatsaus.pdf

Kiskola, M. 2019. Toiskan filosofia: Hyvän elämän avaimia etsimässä. Helsinki: Into.

Kotiniemi, S. 2023. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus kodin ulkopuolelle sijoitettujen nuorten hyvinvoinnista. Jyväskylän yliopisto. Pro Gradu -tutkielma. Viitattu 26.10.2023. 31–35, 39. Saatavissa <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/87845/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-202306163900.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Laukkanen, S. 2013. Eläinten läheisyys tunne-elämämme säätelykeinona. Teoksessa Ikäheimo, K. (toim.) 2013. Karvaterapiaa: Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Yliopistopaino. 30–35.

Lastensuojelun käsikirja. 2022. Työprosessit. Huostaanotto. Viitattu 8.2.2022. Saatavissa <https://thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/huostaanotto>

Lastensuojelulaki 417/2007.

Latvala-Sillman, P. 2018. Työparina koira. Sanasilta.

- Lindfors, P. 2007. Psykoterapia (2007), 25(1), 21–37. Viitattu 2.11.2023. Saatavilla <https://www.psykoterapia-lehti.fi/tekstit/lindfors107.htm>
- Luke ja GCF ry. 2021. Suomalainen Green Care: Green Care -toimintatavan käsikirja & LuontoHoivan ja LuontoVoiman laatutyökirja. Luonnonvarakeskus ja Green Care Finland ry. 6, 9, 12–17, 19–21, 35. Viitattu 8.12.2022. Saatavissa https://jukuri.luke.fi/bitstream/handle/10024/547708/GreenCare_t%C3%B6kirja.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Maikku, H. 2021. Psykologisen turvallisuuden rakentuminen hevosavusteisessa koulutuksessa. Teoksessa Ervast, L & Raukola-Lindblom, M. (toim.) 2021. Hevoset ja koirat eläinavusteisessa työssä. Sanasilta. 36–37.
- Mankinen, K. 2007. Lapsen psyykkisestä sairastamisesta. Teoksessa Schulman, M. ym. (toim.) Lasten psykoterapia ja sen vuorovaikutukselliset ulottuvuudet. 2007. Helsinki: Dark Oy. 110–112, 127.
- Niemelä, M. 2019. Luonto puhuttelee ihmisen sielua. Teoksessa Ylilauri, M. & Yli-Viikari, A. 2019. Kohti luonnollista hyvinvointia. Näkökulmia luontoperusteisen toiminnan kehittämiseen. Levón-instituutin julkaisuja. 143. Vaasan yliopisto. 4. Viitattu 7.11.2023. Saatavissa <https://osuva.uwasa.fi/bitstream/handle/10024/8172/978-952-476-861-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Niemi, N. 2015. Lapsen heikko minäkuva, itsetunto ja sosiaaliset ongelmat - Menetelmiä lastensuojelun laitoshuoltoyksikköön. Turun ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö (AMK). 12–13. Viitattu 27.11.2023. Saatavissa <https://core.ac.uk/download/pdf/38128253.pdf>
- Nivala, E. & Rynänen, S. 2019. Sosiaalipedagogiikka. Tallinna: Gaudeamus.
- Oja, S. 2021. Ammatillisen työtteen rakentuminen hevosavusteisessa työssä. Teoksessa Ervast, L & Raukola-Lindblom, M. (toim.) 2021. Hevoset ja koirat eläinavusteisessa työssä. Sanasilta. 105, 116.
- Penttala, P. 2023. Jämäkkä ja lämmin aikuinen sijaishuollossa. Teoksessa Kekkonen, E. & Jahnukainen, J. (toim.) 2023. Näkökulmia sijaishuoltoon. Lastensuojelun keskusliiton verkkojulkaisu 2/23. Viitattu 21.11.2023. Saatavissa <https://www.lskl.fi/wp-content/uploads/2023/06/20230605NakokulmiaSijaishuoltoonJulkaisuValmis.pdf>
- Pitkänen, A-K. 2023. Eläinten hoivassa: Eläimet mielenterveyden tukena. Helsinki: Kirjapaja.
- Pulkkinen, L. 2022. Lapsen hyvinvointi alkaa kodista. Jyväskylä: PS-Kustannus.

- Puustinen, K. 2020. Sijoitettujen lasten traumatisoituminen ja perheille tarjotut palvelut sosiaalityön asiakirjoissa. Itä-Suomen yliopisto. Pro Gradu tutkielma. 7. Viitattu 8.12.2022. Saatavissa https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/23679/urn_nbn_fi_uef-20201458.pdf
- Sinkkonen, J. 2013. Lapsen yksilökehitys ja suhde eläimiin. Teoksessa Ikäheimo, K. (toim.) 2013. Karvaterapiaa: Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Yliopistopaino. 43.
- Sipilä, S. 2015. ADHD-lasten luontolähtöinen kuntoutus: Green Care menetelmät osana toimintaa sisältävää kuntoutusta. Lahden ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö (YAMK). Viitattu 25.9.2023. Saatavilla https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/98500/Sipila_Salla.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Soini, K., Ilmarinen, K., Yli-Viikari, A. & Kirveennummi, A. 2011. Green Care sosiaalisena innovaationa suomalaisessa palvelujärjestelmässä. Yhteiskuntapolitiikka 76 (2011):3. 320–330. Viitattu 8.12.2022 Saatavissa <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/102903/soini.pdf?sequence>
- Soini, K. 2014. Green Care toiminnan vaikuttavuuden arvioinnin lähtökohdat. Teoksessa Soini, K. (toim). 2014. Luonnosta hoivaa ja voimaa. Miten arvioida Green Care toiminnan vaikuttavuutta? 22–26. Viitattu 10.12.2022. Saatavissa <https://jukuri.luke.fi/bitstream/handle/10024/482135/mttkasvu21.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Soini, K. & Vehmasto, E. 2014. Green Care toiminnan elementit ja edellytykset. Viitattu 26.11.2023. Saatavissa <https://jukuri.luke.fi/bitstream/handle/10024/482161/mttkasvu20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Sosiaalipedagoginen hevostoimintayhdistys ry. Viitattu 25.10.2023. Saatavissa <https://www.hevostoiminta.net/seura/>
- Tammisto, A. 2022. Koira-avusteinen työskentely osana sijaishuollossa elävän lapsen hyvinvointia. Turun yliopisto. Pro Gradu -tutkielma. Viitattu 25.9.2023. Saatavissa https://www.utupub.fi/bitstream/handle/10024/154442/Gradu_TammistoA.pdf?sequen
- TENK. 2023. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen lautakunnan julkaisuja 2/2023. Viitattu 12.11.2023. Saatavilla https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje_2023.pdf
- THL. 2015. Tiedä ja toimi. Osallisuutta edistämällä vähennetään eri arvoisuutta. Viitattu 27.11.2023. Saatavissa https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/128983/Osallisuus_final_17.11.2015.pdf?sequence=1

THL. 2022. Tilastoraportti 22/2022. Viitattu 7.12.2022. Saatavissa https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/144518/Lastensuojelu_2021_korjattu_07062022.pdf?sequence=5&isAllowed=y

THL. Hoito ja kasvatus sijaishuollossa. Viitattu 20.8.2023. Saatavissa <https://thl.fi/fi/web/las-tensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/sijaishuolto/hoito-ja-kasvatus-sijaishuollossa>

Tuohimetsä S. & Rantanen, M. 2018. Puutarhan iloa ja voimaa – Green Care puutarhassa. 6–9. Viitattu 24.9.2023. Saatavilla <https://jukuri.luke.fi/handle/10024/541779>

Turpeinen, M. & Mäki-Rautila, J. 2022. Opas ja sopimus pohja Green Care -hoivapalvelun tuottamisesta kumppanuusmallin avulla. ProAgria Etelä-Pohjanmaa ry/maa- ja kotitalousnaiset. Eskoon sosiaalipalveluiden kuntayhtymä Green Care -hoivahanke 2019-2022. 4. Viitattu 22.9.2023. Saatavilla https://www.proagria.fi/uploads/PIENI_Opas-ja-sopimuspohjan-Green-Care-hoivapalvelun-tuottamisesta-kumppanuusmallin-avulla.pdf

Vehmasto, E. 2014. Green Care -palvelutyypit Suomessa. Teoksessa Vehmasto, E. (toim.) 2014. Green Care -toimintatavan suuntaviivat Suomessa. 13. Viitattu 22.9.2023. Saatavilla <https://jukuri.luke.fi/bitstream/handle/10024/482161/mttkasvu20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Viitikko, S. 2019. Kuulumisen kokemus ja suhde yhteiskuntaan sijaishuollossa kasvaneiden nuorten aikuisten elämässä. Itä-Suomen yliopisto. Pro Gradu -tutkielma. Viitattu 10.12.2022. Saatavissa https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/22078/urn_nbn_fi_uef-20191284.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Vähä-Aho, V. 2017. Koira-avusteinen työskentely lastenkodissa. Helsingin yliopisto. Pro Gradu -tutkielma. Viitattu 25.9.2023. Saatavissa <https://helda.helsinki.fi/server/api/core/bitstreams/ffe31cc1-284f-4849-9d1b-49901172fcb1/content>

Vähäsarja, V. 2014. Luontoympäristön terveys- ja hyvinvointivaikutusten taloudellinen arvottaminen. Metsähallituksen luonnonsuojelujulkaisuja sarja A 210, 14–15. Viitattu 18.8.2023. Saatavissa <https://julkaisut.metsa.fi/assets/pdf/lp/Asarja/a210.pdf>

Ylilauri, M. & Yli-Viikari, A. 2021. Green Caren tulevaisuuden näkymiä. Teoksessa Ylilauri, M. (toim.) Green Care - kokeilemisen arvoinen asia. Luonnollista tukea elämään (LuoNa) -hankkeen kokemukset ja keskeiset tulokset. Vaasan Yliopiston raportteja 26. 66. Viitattu 3.11.2023. Saatavissa <https://osuva.uwasa.fi/bitstream/handle/10024/13009/978-952-476-970-9--FI.pdf?sequence=5&isAllowed=y>

Yli-Viikari, A. 2021. Luonnon hyvinvointivaikutukset. Teoksessa Ylilauri, M. (toim.) 2021. Green Care - kokeilemisen arvoinen asia. Luonnollista tukea elämään (LuoNa) -hankkeen

kokemukset ja keskeiset tulokset. Vaasan Yliopiston raportteja 26. 4–6, 11–13. Viitattu 3.11.2023. Saatavissa <https://osuva.uwasa.fi/bitstream/handle/10024/13009/978-952-476-970-9--FI.pdf?sequence=5&isAllowed=y>

Yli-Viikari, A. & Ylilauri, M. 2019. Johdanto. Kohti luonnollista hyvinvointia. Näkökulmia luontoperusteisen toiminnan kehittämiseen. Levón-instituutin julkaisuja. 143. Vaasan yliopisto. 1–2. Viitattu 7.11.2023. Saatavissa <https://osuva.uwasa.fi/bitstream/handle/10024/8172/978-952-476-861-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Yli-Viikari, A. 2022. Tassunjälkiä sydämessä ja mielessä: Luontoavusteisuus lasten ja nuorten tukipalveluissa. Luonnonvara- ja biotalouden tutkimus 5/2022. Luonnonvarakeskus. Helsinki. 39 s. Viitattu 8.12.2022. Saatavissa https://jukuri.luke.fi/bitstream/handle/10024/551434/luke-luobio_5_2022.pdf?sequence=7&isAllowed=y

Yli-Viikari, A. 2014. Green Care toiminnan hyvinvointivaikutukset. Teoksessa Soini, K. (toim.) Luonnosta hoivaa ja voimaa. Miten arvioida Green Care toiminnan vaikuttavuutta? Viitattu 10.12.2022. Saatavissa <https://jukuri.luke.fi/bitstream/handle/10024/482135/mttkasvu21.pdf?sequence=1&isAllowed=y>