

Opinnäytetyö (AMK)

Sosionomi

2024

Toiminnalliset menetelmät

Siri Hörkkö, Erika Paattiniemi

NARRATIIVINEN MENETELMÄ GREEN CARE -TOIMINNASSA

– Tuhansien tarinoiden metsä

Siri Hörkkö, Erika Paattiniemi

NARRATIIVINEN MENETELMÄ GREEN CARE - TOIMINNASSA

- Tuhansien tarinoiden metsä

Toiminnallinen opinnäytetyö keskittyi Alkumaalle kehitetyn uuden narratiivisen menetelmän, Tuhansien tarinoiden metsän, luomiseen. Tavoitteena oli tukea lasten ja nuorten osallisuutta sekä toimia ennaltaehkäisevänä työkaluna. Tämä menetelmä pyrki myös ottamaan huomioon neuropsykiatriset häiriöt sekä niiden tuomat haasteet ja vahvuudet toiminnassa. Opinnäytetyössä hyödynnettiin Green Care -menetelmän näkökulmaa ja vahvistettiin hoivamaatilan ympäristön ja luonnon roolia.

Opinnäytetyö tehtiin vuoden 2023 aikana yhteistyössä Alkumaan yrittäjän Niina Merivirran kanssa, ja uusi menetelmä valmistui käyttöön talvella 2023. Valittu nimi, "Tuhansien tarinoiden metsä," kuvastaa menetelmän tarinallisuutta, luontoa ja pyrkii herättämään uteliaisuutta asiakasryhmien keskuudessa.

Uusi menetelmä, Tuhansien tarinoiden metsä, pilotoitiin syksyllä 2023 Alkumaassa. Pilotointiin osallistui lasten ryhmä sekä nuorten ryhmä. Sen kehittämisessä hyödynnettiin kirjallisuutta, tutustuttiin Alkumaan ympäristöön ja muokattiin tarinallinen ja luova menetelmä ympäristöön sopivaksi. Tämä mahdollisti sen, että menetelmä on sovellettavissa lasten ja nuorten kanssa, riippumatta heidän iästään ja kehitystasostaan.

Tuhansien tarinoiden metsä on innovatiivinen tapa tuoda Green Care -näkökulma lasten ja nuorten hoivamaatilaan ympäristöön. Se tarjoaa mahdollisuuden osallistumiseen, tarinankerrontaan ja luovaan ilmaisuun, samalla kun se edistää yhteyttä luontoon. Menetelmä on suunniteltu huomioiden erilaiset tarpeet ja haasteet, joita nuoret voivat kohdata, ottaen huomioon myös ne, joilla on neuropsykiatrisia häiriöitä. Näin se täyttää ennaltaehkäisevän työn tavoitteet, samalla kun se edistää fyysistä ja henkistä hyvinvointia.

Tuhansien tarinoiden metsä tarjoaa arvokkaan lisän Green Care -ympäristöihin ja voi toimia esimerkkinä siitä, miten luontoympäristöä voidaan hyödyntää toiminnallisessa ja ennaltaehkäisevässä työssä lasten ja nuorten kanssa. Sen pilotointi ja käyttöönotto Alkumaassa antaa uusia näkökulmia tähän kehitystyöhön ja toivottavasti innoittaa muita hoivamaatiloja ja vastaavia toimijoita hyödyntämään Tuhansien tarinoiden metsää omassa toiminnassaan.

ASIASANAT:

Green Care, luontoavusteisuus, eläinavusteisuus, toiminnalliset menetelmät, osallisuus, ryhmäohjaus, neuropsykiatriset häiriöt

BACHELOR'S / MASTER'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Bachelor of Social Services

2023 | 50 pages, 6 pages in appendices

Siri Hörkkö, Erika Paattiniemi

NARRATIVE METHOD IN GREEN CARE -ACTION

- Tuhansien tarinoiden metsä

The practical thesis work focused on developing a new narrative method called "Tuhansien tarinoiden metsä" at Alkumaa. The aim was to support the participation of children and adolescents and serve as a preventive tool. This method also sought to address neuropsychiatric disorders and the challenges and strengths they bring to the practice. The thesis incorporated the Green Care approach and reinforced the role of the care farm's environment and nature.

The thesis was conducted in collaboration with Alkumaa's entrepreneur, Niina Merivirta, and the new method was completed and implemented in the winter of 2023. The chosen name, "Tuhansien tarinoiden metsä," reflects the method's narrative and natural aspects and aims to pique the curiosity of the target audience.

The new method, "Tuhansien tarinoiden metsä," was piloted in the autumn of 2023 at Alkumaa, involving both children and adolescent groups. In its development, literature was utilized, and the local environment was explored to adapt the narrative and creative method to the surroundings. This made it possible for the method to be applied to children and adolescents, regardless of their age and developmental stage.

"Tuhansien tarinoiden metsä" represents an innovative way to introduce the Green Care perspective into the care farm environment for children and adolescents. It provides opportunities for participation, storytelling, and creative expression while promoting a connection to nature. The method is designed to accommodate the diverse needs and challenges that young individuals may face, including those with neuropsychiatric disorders. Thus, it fulfills the objectives of preventive work while enhancing physical and mental well-being.

This method adds value to Green Care environments and can serve as an example of how the natural environment can be leveraged in practical and preventive work with children and adolescents. Its piloting and implementation at Alkumaa offer fresh insights into this developmental work and, hopefully, inspire other care farms and similar organizations to incorporate "Tuhansien tarinoiden metsä" into their practices.

KEYWORDS:

Green Care, Animal Assisted Activity, Nature Assistance, Activating Methods, Participation, Group Counseling, Neuropsychiatric Disorders

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	6
2 GREEN CARE JA LUONTOAVUSTEISUUS	7
2.1 Kehittämistyön tarve ja perustelut	7
2.2 Alkumaan esittely	7
2.3 Green Care	11
3 LAPSET JA NUORET ASIAKASRYHMÄNÄ	15
3.1 Lapset ja nuoret asiakkaana	15
3.2 Lasten ja nuorten ryhmätoiminta	17
3.3 Lasten ja nuorten osallisuus	20
4 NEUROPSYKIATRISET HÄIRIÖT LAPSILLA JA NUORILLA	23
4.1 ADHD	25
4.2 Autismin kirjo	25
4.3 Tic-oireet ja Touretten oireyhtymä	26
4.4 Muut neuropsykiatriset häiriöt	27
4.5 Toiminnallinen rastirata ja neuropsykiatriset häiriöt	28
5 NARRATIIVINEN MENETELMÄ GREEN CARE -TOIMINTAAN	31
5.1 Toiminnalliset menetelmät	31
5.1.1 Narratiivisuus, saduttaminen ja tarinanopat	31
5.1.2 Kuvataide	34
5.1.3 Musiikki	37
5.1.4 Kehollisuus	38
5.1.5 Eläinavusteisuus	39
5.2 Aineiston ja materiaalien analyysitavat	41
5.3 Kehittämistyön eteneminen	42
5.4 Tavoitteet	45
5.5 Kehittämismenetelmät	45
6 YHTEENVETO JA ARVIOINTI	47
6.1 Kehittämistyön luotettavuus ja eettisyys	49

6.2 Ammatillinen pohdinta	50
---------------------------	----

LÄHTEET	51
----------------	-----------

LIITTEET

Liite 1. Menetelmäpohja

Liite 2. Palautelomake

KUVAT

Kuva 1. Tarinanopat.	34
----------------------	----

Kuva 2. Yhteismaalaus kuvataiderastilla.	36
--	----

Kuva 3. Lehmiin tutustuminen.	41
-------------------------------	----

1 JOHDANTO

Opinnäytetyö keskittyi kehittämään uutta toiminnallista menetelmää hoivamaatila Alkumaalle, Saloon. Opinnäytetyön tavoitteena oli uuden narratiivisen menetelmän avulla tukea lasten ja nuorten osallisuutta sekä toimia ennaltaehkäisevänä työkaluna. Menetelmän kehittämisessä on huomioitu myös neuropsykiatriset häiriöt ja niiden tuomat haasteet toiminnassa. Opinnäytetyössä huomioidaan Green Care-menetelmän näkökulma ja hyödynnetään vahvasti hoivamaatilan ympäristöä ja luontoa. Opinnäytetyö tehtiin vuoden 2023 aikana yhteistyössä Alkumaan yrittäjän Niina Merivirran kanssa ja menetelmä valmistui käyttöön talvella 2023. Menetelmän nimeksi valittiin Tuhansien tarinoiden metsä. Nimiehdotuksia oli neljä ja niistä tehtiin äänestys Google Formsin kautta. Nimiehdotukset mietimme kuvastamaan menetelmän tarinallisuutta ja luontoa, sekä herättämään uteliaisuutta asiakasryhmien kohdalla.

Opinnäytetyön tuotos, eli uusi menetelmä pilotoitiin syksyllä 2023 Alkumaassa. Uusi menetelmä kehitettiin ja toteutettiin tutustumalla aiheen kirjallisuuteen, Alkumaan ympäristöön sekä kehittämällä tarinallinen ja luova menetelmä ympäristöön sopivaksi, jota voidaan muokata käyttöön lasten ja nuorten kanssa, iästä ja kehitystasosta riippumatta.

2 GREEN CARE JA LUONTOAVUSTEISUUS

2.1 Kehittämistyön tarve ja perustelut

Opinnäytetyön aihealueena on Green Care-toiminnan sekä maaseudun ympäristön hyödyntäminen, lasten ja nuorten hyvinvoinnin tukeminen, sekä ennaltaehkäisevän työotteiden huomioiminen narratiivisuuden kautta. Kehittämistyön keskeinen tarve oli luoda uusi menetelmä, jonka avulla tuetaan lasten sekä nuorten osallisuutta. Menetelmä helpottaa Alkumaan yrittäjän työtä, sillä menetelmä on muunneltavissa eri ikäisille ja kehitykseltään eri tasoisille lapsille ja nuorille sopivaksi, mutta se on selkeä ja toimiva pohja työskentelylle. Green Care on ajan-kohtainen toimintamalli, jota hyödynnetään enenevässä määrin sosiaali- ja terveysalalla. Siksi on hyvä luoda maataloille erilaisia menetelmävaihtoehtoja siellä hyödynnettäviksi, etenkin lasten ja nuorten kanssa. Green Care-toimintamallia on hyödynnetty useissa eri opinnäytetöissä, toimme kuitenkin uuden erilaisen näkökulman sen hyödyntämiseen.

2.2 Alkumaan esittely

Toimintaympäristönä opinnäytetyölle on Alkumaa Oy, joka sijaitsee Salossa maaseudun rauhassa. Alkumaan omistaa Niina Merivirta, joka on koulutukseltaan lasten ja nuorten erityisohjaaja, ratkaisukeskeinen neuropsykiatrinen valmentaja, ammattijärjestäjä, elintarvikelaborantti, matkailuohjelmalvelutuottaja sekä Green Care-ohjaaja. Lisäksi hänellä on johtamisen ja yritysjohtamisen erikoisammattitutkinto. Alkumaassa on ollut pitkään tukiperhetoimintaa ja vuodesta 2017 lähtien ammatillista tukiperhetoimintaa vammais- ja lastensuojelun asiakkaille, jotka tulevat pääsääntöisesti Etelä-Suomesta. Alkumaa järjestää metsä- ja maatilaretkiä päiväkotien ja koulun ryhmille, sekä työhyvinvointi- ja kehittämispäiviä. Lisäksi Alkumaa järjestää neuropsykiatrista valmennusta. Alkumaa hyödyntää toiminnassaan maatilaa ja ympäröivää luontoa, sekä maatalon eläimiä. (Alkumaa 2023.)

Luominen

Ajatus Alkumaasta syntyi vuonna 2016, kun Merivirta luki Green Care -toimintaan liittyvän artikkelin lehdestä. Merivirta oli juuri valmistunut lasten ja nuorten erityisohjaajaksi. Innostus Green Care -toimintaan kasvoi ja Merivirta lähti selvittämään mahdollisuutta toteuttaa Pelastakaa Lapset ry:n lasten yhteisöllistä ryhmätoimintaa kotitalallaan. Vuotta myöhemmin alkoi toiminta Alkumaassa. Alkumaan toiminta laajeni myöhemmin lapsiryhmien ja kysynnän kasvun myötä myös aikuisille sopiviin palveluihin ja toimintaan. (Alkumaa 2023.)

Toiminta ja ympäristö

Alkumaa on hoivamaatila, joka sijaitsee Salossa. Alkumaan ympäristö on laaja ja monipuolinen. Alkumaassa toimii lypsykarjatila, jonka lisäksi ympäristöön lukeutuvat tilan piha, laitumet ja ympäröivä metsä, johon on rakennettu laavu. Laavulla Alkumaan asiakkaat pääsevät nauttimaan luonnon rauhasta sekä nuotiolla paistetuista herkuista. Alkumaassa hyödynnetään paljon ympäröivän metsän tarjoamaa rauhaa ja voimaa eri asiakasryhmien kanssa. Alkumaan toiminta perustuu Green Care -menetelmään ja sen molempiin puoliin, eli luontohoivaan ja luontovoimaan. Alkumaan luontohoiva-palveluihin lukeutuvat tukiperhepalvelut ja nepsy-valmennukset, sekä vuosina 2017-2021 toiminut Pelastakaa Lapset ry:n Lasten yhteisöllinen ryhmätoiminta. Luontovoima-palveluihin sisältyvät asiantuntijapalvelut, maatila- ja metsäretket, työhyvinvointi- ja kehittämispäivät. (Alkumaa 2023.)

Alkumaa on niin lypsykarjatila, kuin hoivamaatila, jossa asiakas pääsee osallistumaan ympäri vuoden erilaisiin maatilantehtäviin ja muun muassa näkemään miten kotimaista ruokaa tuotetaan ja miten paljon työtä se maatilalla vaatii. Hoivamaatilan toiminta korostaa yhteisöllisyyttä ja osallisuutta kaikenikäisille asiakkaille. Toiminta vaikuttaa asiakkaisiin niin fyysisesti, psyykkisesti kuin sosiaalisesti, sillä maatilalla toimitaan yhdessä muiden toimijoiden, asiakkaiden kuin

eläintenkin kanssa. Lasten kanssa työskentelystä Merivirta nostaa esiin vuoro-vaikutuksen ja tunnetaitojen paranemisen, sekä kaveritaitojen vahvistumisen. ADHD- lasten ja nuorten kanssa maatilán ympäristö on otollinen, sillä sieltä löytyy tilaa liikkeelle ja äänelle ja asiakas saa olla juuri sellainen kun on. Alkumaassa huolehditaan että jokainen asiakas pystyy oman toimintakykynsä mukaan osallistumaan maatilán toimintaan. (Alkumaa 2023.)

Eläinavusteisuus Alkumaassa toteutuu lypsylehmiä hyödyntämällä, sekä tilán koiran ja navettakissojen avulla. Lehmien kanssa työskentelystä hyötyvät niin päiväkotiryhmien lapset, kuin lastensuojelun asiakkuudellakin tulleet nuoret. Lehmän kanssa toimiessa asiakas oppii muun muassa tunnetaitoja, sillä lehmä on herkkä eläin aistimaan ihmisen tunteita ja esimerkiksi osoittaa selkeästi pelkoa äkkinäisissä ja kovaäänisissä tilanteissa, jolloin asiakas oppii toimimaan eläinten seurassa rauhallisesti. Eläinten kanssa toimiessa kehittyy myös kärsivällisyys, kun eläimiin tutustutaan eläinten ehdoilla.

Työntekijät ja osaaminen

Alkumaassa työskentelee yrittäjä ja Alkumaan perustaja Niina Merivirta. Merivirta on kouluttautunut laajasti ja opinnäytetyötä tehtäessä hän suoritti sosionomin opintoja. Lypsykarjatilán emäntä on Merivirta ollut vuodesta 1996 lähtien. (Alkumaa 2023.) Merivirta aloitti Mannerheimin lastensuojeluliitossa tukihenkilönä työskentelyn vuonna 2009 ja siitä pian myös tukiperheenä toimimisen. Alkumaassa on siis ollut pitkään tukiperhetoimintaa ja vuodesta 2017 lähtien ammatillista tukiperhetoimintaa vammaispalveluiden ja lastensuojelun asiakkaille, jotka tulevat pääsääntöisesti Etelä-Suomesta. (Alkumaa 2023.)

Palvelut ja asiakasryhmät

Alkumaan palveluita on kehitetty kaikenikäisille ja kokoisille ryhmille. Esimerkiksi maatila- ja metsäretkiä Alkumaa tarjoaa niin päiväkotiryhmille, perhepäivähoitoryhmille, koululuokille, tukiperheille ja lastenkodeille, erityisryhmille kuten kehitysvammaiset tai mielenterveyskuntoutujat sekä muille ryhmille, kuten vanhemmille, omaishoitajille tai yhdistyksille. Lisäksi Alkumaassa voi toteuttaa niin työhyvinvointi- kuin kehittämispäiviäkin. Jokainen retki räätälöidään ryhmälle sopivaksi, tavoite voi olla mitä vain virkistymisen ja rauhoittamisen väliltä ja palveluiden keskiössä ovat maatila- ja luontoympäristö, elämykset, luonnon hyvinvointivaikutukset sekä ammattitaitoinen ohjaus. (Alkumaa 2023.)

Ammatillisia sosiaalipalveluita Alkumaassa ovat neuropsykiatrinen valmennus sekä ammatillinen tukiperhetoiminta. Alkumaa haluaa hoivamaatilan toiminnalla ja palveluilla tukea lasten ja nuorten kehitystä. Alkumaa pyrkii ennaltaehkäisevään työhön, jolla ehkäistään lasten ja nuorten syrjäytymistä, sekä huostaanottoja kun lapsia tuetaan varhaisessa vaiheessa. Alkumaassa jokainen voi tuntea olevansa osallinen ja merkityksellinen toimija yhdessä muiden ihmisten ja eläinten kanssa, joka tukee niin sosiaalisten taitojen oppimisessa, itsetunnon rakentamisessa että oman polkunsä löytämisessä. Merivirta on kouluttautunut ratkaisukeskeiseksi neuropsykiatriseksi valmentajaksi, joten hänellä on vahvaa osaamista erityistä tukea tarvitsevista lapsista ja nuorista. (Alkumaa 2023.)

Neuropsykiatrinen valmennus on tavoitteellinen ja ohjauksellinen kuntoutusmenetelmä asiakkaille, joilla on neuropsykiatrisia erityisvaikeuksia ja se tukee erityisesti toiminnanohjauksen taitojen harjoittelemista. Valmennuksen tavoitteita ovat myönteisten toimintatapojen kehittyminen sekä arjen- ja elämänhallintataitojen oppiminen. Alkumaassa valmennuksen tarkoitus on tuoda asiakkaan vahvuudet ja osaaminen näkyväksi, sekä auttaa löytämään keinoja arjen vaikeisiin tilanteisiin. Kivijalkana toiminnalle on yhteistyö vanhempien kanssa, jolloin valmennus vaikuttaa koko perheeseen. (Alkumaa 2023.)

Alkumaan ammatillisessa tukiperhetoiminnassa on yhteistyössä Pelastakaa Lapset ry, ja asiakkaat tulevat oman kunnan antamalla perhepalveluiden, vammais- palveluiden tai lastensuojelun maksusitoumuksella. Alkumaa kuntouttaa erityis- lapsia ja nuoria maatala-, eläin- ja luontoavusteisilla Green Care -toiminnan me- netelmillä. Tukiperhetoimintaan osallistuva lapsi tai nuori osallistuu tukiperheen normaaliin arkielämään ja yöpyy tukiperheessä esimerkiksi viikonloppuisin tai lo- mien aikana. Alkumaassa Merivirta puolisoineen tarjoaa tukiperheen, joka kyke- nee kohtaamaan lapsen omana itsenään, vastaa lapsen tarpeisiin, antaa lapselle aikaa ja tilaa sekä toimii yhteistyössä perheen ja sosiaalihuollon kanssa. (Alku- maa 2023.)

2.3 Green Care

Green Care- toimintatavan peruselementit ovat luontoperustaisuus eli luontoläh- töisyys sekä luontosuhde, kokemuksellisuus eli toiminta sekä osallisuus eli yh- teisö. Toimintamuotoja, jotka ovat luontolähtöisiä tarkoitetaan palvelussa käytet- tävää maatilatoimintaa, eläinavusteisuutta, puutarhalähtöisyyttä tai muuta luon- toon perustuvaa toimintamuotoa. Menetelmällä tarkoitetaan esimerkiksi työkäy- täntöä, jossa hyödynnetään tavoitteellisesti ympäristöä ja luonnon elementtejä. Perusedellytykset Green Care- toimintatavassa ovat osaaminen, ammatillisuus, vastuullisuus ja tavoitteellisuus. Kolme peruselementtiä ja - edellytystä eli luon- toperustaisuus, kokemuksellisuus ja osallisuus ovat mukana palveluprosessissa kiinteästi ja suunnitelmallisesti Green Care- toimintatavassa. (Kahilaniemi & Löf 2020, 5.) Suunnitellussa toiminnallisessa menetelmässä on huomioitu Alku- maan Green Care toiminta ja ajattelu. Toiminnallinen menetelmä on kehitetty luontoon käytettäväksi ja siinä hyödynnetään luonnon sekä ympäristön tarjo- amia mahdollisuuksia. Kaikkia kolmea peruselementtiä eli luontoperusteisuutta, kokemuksellisuutta ja osallisuutta hyödynnettiin suunnittelussa ja toteutuk- sessa.

Luonnossa oleskelusta on kehittynyt hyvinvointityöskentelyn suuntaus, jota kutsutaan Suomessa nimellä Green Care, vihreä hoiva. Se on hyvinvointia vahvistavaa luontolähtöistä toimintaa. Menetelmiä hyödynnetään kuntoutuksessa, terapiatyöskentelyssä, kasvatustyössä ja valmennuksessa. Lisäksi menetelmiä on mahdollista käyttää eri asiakasryhmien kanssa. (Suomi ym. 2016, 9.) Green Care – palveluiden tavoitteet määräytyvät palvelu- ja asiakastyypin mukaan. Palvelut ovat aina tavoitteellista toimintaa ja ne voidaan suunnitella asiakasryhmien tai asiakkaan mukaan. Keskeinen osa palveluiden laadunhallintaa on tavoitteiden toteutumisen seuraaminen. (Kahilaniemi & Löf 2020, 6.) Menetelmässä on huomioitu sen kohderyhmä eli lapset ja nuoret ja menetelmän hyödyntäminen kyseisen asiakasryhmän kohdalla.

Luonnossa liikkuaessa ihmisen psyykinen energia vahvistuu. Persoonallisuuden ja luovuuden kehitykseen vaikuttaa merkittävästi lapsuudessa koetut luontokokemukset. Metsäseikkailut ovat lapsen psyykeen ja luonnon intensiivistä vuorovaikutusta. (Suomi ym. 2016, 7.) Toiminnallisessa menetelmässä hyödynnetään luontoa ja siinä liikkumista sekä sen mielikuvitusta rikastuttavaa vaikutusta, joista lapset hyötyvät ja pääsevät vaikuttamaan itse rastien sisältöön ja tarinan luomiseen.

Työmenetelmät Green Caressa voidaan jakaa kahteen eri osaan eli vihreä hoiva ja vihreä voima. Vihreä hoiva on tavoitteellista terapia- ja kuntoutustyöskentelyä, joka on ammatillista. Asianmukaista sosiaali-, terveys- tai kasvatustilan koulutusta edellytetään, joten kuka tahansa ei voi alkaa tuottamaan ”luontoterapiaa”. Riittävä ammattitaito sekä työkokemus täytyy olla Green Care-hoitotyön perustana. Tärkeitä asioita luonnossa liikkumisessa on hyvä ammattitaitoinen organisointi sekä turvallisuus ja vastuukysymysten huomioiminen. Vihreä voima soveltuu kaikille itsehoitomenetelmäksi, nuorisotyöhön, lasten kasvatukseen sekä itsetuntemuksen, pari- ja perhesuhteiden vahvistamiseen sekä voimavarojen lisäämiseen. (Suomi ym. 2016, 9.)

Terapiatyöhön sekä kevyempään työhön luonto tarjoaa monimuotoisia ja –aistillisia kokemuksia ja mahdollisuuksia. Luonnonmateriaalit ovat käytössä hyvä korvike teollisesti valmistetuille tuotteille. Maatila-avusteinen toiminta on Suomessa vielä vieraampaa kuin Euroopassa. Luonnon kiertokulun näkeminen ja maatilan arkiset rutiinit edistävät elämänhallinnan tunnetta maatila-avusteisessa toiminnassa. (Kahilaniemi & Löf 2020, 8.) Ammattimaisella ohjauksella, asiakasta tukemalla, asiakkaan tavoitteista ja tarpeista lähtevällä suunnitelmallisella toiminnalla sekä selkeällä vuorovaikutuksella voidaan saavuttaa vaikuttava ja hyvinvointivaikutuksia aikaansaava Green Care toiminta yhdessä luontoympäristön kanssa. Luontoon perustuvien toimintatapojen kautta syntyy hyvinvointivaikutukset. Hyvinvointivaikutukset voivat olla fyysisiä, psyykkisiä sekä sosiaalisia ja ne voivat muodostua tahdosta riippumatta. (Kahilaniemi & Löf 2020, 9.)

Green Care työskentelyllä on erilaisia positiivisia vaikutuksia kuten tunteiden avautuminen, itsetuntemuksen syventyminen, empatian, vastuuntunnon sekä vuorovaikutustaitojen kehittyminen. Lisäksi positiivisia vaikutuksia on myös oman elämän pohtimisen selkeytyminen, kauneudentajun kehittyminen, keskittymisen, havainnoinnin sekä läsnäolon vahvistuminen, luovuuden ja leikkimiskyvyn kehittyminen, maailmankuvan avartuminen. Green Care työskentelyssä luontosuhde syvenee sekä herkistyy ja keho sekä mieli rauhoittuvat. (Suomi ym. 2016, 16.) Rastikierroksen aikana lapset ja nuoret hyötyvät merkittävästi myös rastien lisäksi luonnosta ja sen ympäristöstä sekä samalla muista positiivisista vaikutuksista, kuten luovuuden kehitymisestä sekä vuorovaikutustaitojen vahvistumisesta ryhmässä toimimisen avulla.

Tärkeitä taitoja luontoavusteisessa työskentelyssä ammattilaisella on luottamusta herättävä varmuus ja rauhallisuus, innostava ja samalla ammatillisen jäämäkää tapa suhtautua ohjattaviin, ihmisten ja eläinten hyvä kohtaamistaito sekä arvostuksen ja luottamuksen osoittaminen kaikkia ohjattavia kohtaan. Lisäksi ammattilaisen tarvitsee osata reagoida yllättäviin tilanteisiin nopeasti luonto-olosuhteissa. (Suomi ym. 2016, 94.) Toiminnallista rastikierrosta toteuttaessa on

tärkeää alusta alkaen luoda miellyttävä ilmapiiri lasten ja nuorten osallistumiseen sekä turvalliset olosuhteet, jossa on mahdolliset yllättävät tilanteet otettu huomioon.

3 LAPSET JA NUORET ASIAKASRYHMÄNÄ

3.1 Lapset ja nuoret asiakkaana

Lapset ja nuoret ovat laaja ja tärkeä asiakasryhmä sosiaaalialalla. Kun esimerkiksi neuropsykiatrisia häiriöitä on alettu tunnistamaan ja diagnosoimaan lasten ja nuorten keskuudessa entistä paremmin, on myös tuen ja osaamisen tarve kasvanut. Ennaltaehkäisevä työ on tärkeää lasten ja nuorten kanssa toimiessa. Alkumaa pyrkii ennaltaehkäisevällä työllään tukemaan niin lastensuojelun asiakkuudessa olevia lapsia, kuin myös niitä lapsia ja nuoria, jotka eivät ole lastensuojelun tuen piirissä. Varhaisen tuen merkitys lasten ja nuorten kehityksen kannalta on merkittävä. Toiminnallinen menetelmämme toimii kaikista lähtökohdista tulevien lasten ja nuorten kanssa, jolloin se myös osaltaan tukee Alkumaan ennaltaehkäisevää työtä lasten ja nuorten tukemisessa.

Kun puhutaan tukea tarvitsevasta lapsesta tai nuoresta, voidaan hänet nähdä haasteellisena omassa toimintaympäristössään, kun taas hän voi itse kokea haasteena esimerkiksi yhteisössä toimimisen. Haastetta tulisi tarkastella siltä kannalta, että nähdäänkö lapsen tai nuoren haasteet lapsessa itsessään, ympäristössä vai esimerkiksi vuorovaikutuksessa. Tämä näkökulma vaikuttaa paljon siihen, miten lapsen tai nuoren tuen tarpeeseen suhtaudutaan. Lasten ja nuorten kohdalla yksilön toimintakyky ja siihen liittyvät yksilön mahdollisuudet sekä kokemus mahdollisuudesta toimia, vaikuttavat vahvasti yksilön kykyyn toimia ja osallistua arjessa ja yhteisössä. (From & Koppinen 2012, 9.)

Yksilölliset tekijät vaikuttavat lapsen ja nuoren toimintaan osallistumiseen sekä ydinvuorovaikutuksen toimintaan. Näitä yksilöllisiä tekijöitä ovat innostuneisuus, oma tahto ja aloitteellisuus, toiminalliset taidot ja tavoitteet, sekä yksilölliset haasteet. Lapsen ja nuoren innostuneisuus, oma tahto ja aloitteellisuus konkretisoituvat silloin kun toiminta on yksilölle merkityksellistä ja mielekästä. Nämä tekijät pääsevät keskiöön siis silloin, kun lapsi tai nuori itsekkin on tekemisen keskiössä. Lapsi ja nuori kokee olevansa toiminnan keskiössä silloin, kun hän saa äänensä kuuluviin niin myönteisessä kuin kielteisessäkin muodossa. Lapsella ja nuorella

tulee siis olla mahdollisuus myös kieltäytyä toiminnasta, jos hän kokee sen epä-mielekkääksi. (From & Koppinen 2012, 60.) Lapsen ja nuoren toiminnalliset taidot ja tavoitteet voivat edistää tai rajoittaa ydinvuorovaikutusta, sekä yhdistyvät ryhmän tavoitteisiin eri tavoin. Olennaista on yhteisymmärrys tavoitteesta, joka toiminnallisen menetelmän kohdalla on esimerkiksi tarinan luominen. Kun tavoite on selkeästi määritelty, se hahmottuu myös lapselle ja nuorelle toiminnallisen taidon tavoitteeksi. (From & Koppinen 2012, 62.) Yksilöllisiä haasteita voi lapsella tai nuorella olla erilaisia, riippuen hänen lähtökohdistaan, toimintakyvystään sekä myös ympäristöstä. Ohjaajan tulee aikuisena pystyä ottamaan huomioon ryhmässä myös lasten ja nuorten yksilölliset haasteet, sekä niiden mahdollinen vaikutus lapsen ja nuoren toimintaan ryhmässä ja yksilönä. Ohjaaja mahdollistaa lapsen ja nuoren toiminnan luomalla turvallisen ja rauhallisen ilmapiirin, jossa yksilön on turvallista jatkaa toimintaa ja osallistua ryhmän tasavertaisena jäsenenä.

Lasten ja nuorten kohdalla ydinvuorovaikutuksen ja toiminnan perusedellytys on lapsen tai nuoren oma kokemus olemassaolosta, sekä kuulumisesta tasavertaisena jäsenenä ryhmään. Lapsilla ja nuorilla on tarve jäsentää ja jäsentyä, tehdä ja toimia, jotka luovat perustaa yksilön olemiselle ja toiminnalle. Nämä tulee ottaa huomioon, jotta lapsi tai nuori voi jäsentyä käsiteltävään sisältöön ja ympäristöön, sekä käsitellä niitä myös omien merkitystensä kautta. Aikuisen tehtävä on tukea yksilön jäsentymistä havainnoimalla, kuuntelemalla, sekä seuraamalla yksilön toimintaa. Tällaiset hyvät kokemukset voivat motivoida ja kehittää lapsen ja nuoren liittymistä toimintaan, sekä syventää yhteyttä muihin. (From & Koppinen 2012, 19.) Toiminnallisen menetelmän avulla pyritään jokaiselle ryhmän jäsenelle antamaan kokemus sekä yksilön tärkeydestä että ryhmään kuuluvuudesta. Menetelmän rakenteen ansiosta ryhmän jäsenten on helppo liittyä toimintaan sekä tukea toinen toistaan sisällön käsittelyssä jakamalla omia näkökulmiaan ja koke-miaan merkityksiä sisältöön liittyen. Kuulluksi tullut lapsi tai nuori usein innostuu keksimään uusia ideoita, sekä jatkamaan vuorovaikutusta ja nähdyksi tullut lapsi tai nuori puolestaan lähestyy uusia ihmisiä ja tilanteita luottavaisesti, sekä on innokas esittelemään luomuksiaan ja oppimiaan asioita (From & Koppinen 2012, 25).

Jokaisella ihmisellä on tarve tulla hyväksytyksi niin yksilönä kuin yhteisön jäsenenä. Lasten ja nuorten keskuudessa tämä tarve korostuu ja jos lapsi tai nuori joutuu jatkuvasti hakemaan hyväksyntää ja kerjäämään huomiota, voivat hänen kykynsä toimia ja oppia estyä. Onkin tärkeää että lasten ja nuorten ohjaaminen perustuu siihen, että jokainen yksilö hyväksytään ehdoitta. Kun lapsi tai nuori kokee tulevansa hyväksytyksi, myös palautteen vastaanottaminen helpottuu ja oman toiminnan tarkastelu kehittyy. (From & Koppinen 2012, 20.) Kun lapsi tai nuori tulee hyväksytyksi omana itsenään, kokee olonsa turvalliseksi sekä pääsee tyydyttämään uteliaisuuttaan luomalla uusia juttuja, kasvaa hänestä oma-aloitteinen. Aikuisen tulisi mahdollistaa lapsen tai nuoren oma-aloitteisuus hänen omassa toimintaympäristössään, sen sijaan että aikuinen pyrkisi sitä määrittelemään. (From & Koppinen 2012, 23.) Opinnäytetyön toiminnallinen menetelmä pyrkii rakenteellaan tukemaan lasten ja nuorten oma-aloitteisuutta ja luovuutta, sillä menetelmä antaa toiminnalle raamit, mutta vapaus luoda on lasten ja nuorten käsissä.

3.2 Lasten ja nuorten ryhmätoiminta

Ryhmässä luova toiminta saa uusia ulottuvuuksia. Luovan ryhmätoiminnan vuorovaikutustilanteet vaativat ohjaajaltaan ryhmätoiminnan ymmärtämistä ja kannattelua (Karjalainen ym. 2019, 11). Ihmisen elämää kuuluu luonnollisesti erilaisia ryhmiä ja ryhmätilanteita, esimerkiksi päivähoitossa, koulussa ja harrastuksissa, jotka vaikuttavat yksilön kehitykseen ja persoonaan (Niemistö 2007, 10). Opinnäytetyön tuotoksen toiminnan vaativia ryhmiä voidaan kutsua tavoitteelliseksi ryhmäksi, sillä niillä on alku ja loppu. Ryhmän toiminta alkaa menetelmän toteutuksen aloituksessa ja päättyy kun ryhmä on kulkenut menetelmän rastit läpi ja ryhmän luoma tarina on valmis.

Menetelmän kulkuun mietittyä aihetta voidaan kutsua ryhmän teemaksi ja teemaan liittyy yleensä sekä tunteita että asiasisältöä (Niemistö 2007, 152). Menetelmän teema tulee vaihtelevaan ohjattavan ryhmän mukaan ja lasten kanssa se

voi olla enemmän satumainen, kun taas nuorten ryhmien kanssa voidaan tarinan kautta käsitellä myös arkisempia asioita sekä vaikeampia aiheita. Ryhmän luonteeseen vaikuttaa ryhmän koko, menetelmän käytössä ryhmä voisi olla pienryhmä, tai keskikokoinen ryhmä, riippuen mistä lapset ja nuoret tulevat asiakkaaksi. Esimerkiksi päiväkotiryhmä voisi muodostaa yhden ryhmän menetelmän toteuttamiseen. Ryhmän ohjaaja on aikuinen, joka johtaa ryhmää, auttaa ryhmää työskentelemään menetelmän eri vaiheissa, huolehtii jokaisen jäsenen osallisuudesta, sekä pitää ryhmän yhtenäisenä. (Niemistö 2007, 67.) Ryhmässä yksilöille ilmenee erilaisia rooleja, jotka voivat syntyä yksilön persoonallisista taipumuksista, sekä ulkopuolelta tulevista odotuksista. Roolit ilmenevät esimerkiksi siten, että yksi puhuu enemmän kuin muut ja yksi ottaa vain kuuntelijanroolin (Niemistö 2007, 107). Näin ollen on tärkeää, että ryhmän ohjaaja tiedostaa eri roolien mahdollisuudet, sekä osaa katsoa näiden roolien yli. Ohjaajan tulee toimia siten, että jokainen ryhmän jäsen on tasavertainen ja saa osallistua juuri niin paljon kuin itse haluaa.

Opinnäytetyön menetelmän ryhmätoimintaa voidaan kutsua luovaksi ryhmätoiminnaksi, sillä siinä pyritään ryhmässä luomaan taiteen eri muotojen kautta tarina, joka jää elämään ryhmäläisten mieleen sekä Alkumaan tarinakirjaan. Luova ryhmätoiminta lisää vuorovaikutussuhteita, luottamusta, sanoja joilla kuvataan tunteita ja kokemuksia, sekä itsesäätelyn keinoja. Luovan ryhmätoiminnan aloituksessa on tärkeää ryhmän virittäytyminen, joka tapahtuu ohjaajan avustuksella ja ohjauksella. Ohjaajan tulee käyttäytymisellään, eleillään ja sanoillaan ohjata ryhmää virittäytymään käsillä olevaan hetkeen. Lasten ja nuorten ryhmätoiminnassa ohjaaja on turvallinen aikuinen, joka varmistaa sallivan ilmapiirin. Virittäytyminen on erityisen tärkeä vaihe, sillä se kiinnittää osallistujat käsillä olevaan hetkeen, sekä luo luottamuksellista ilmapiiriä, jossa jokaisella on oikeus ja vapaus tulla kuulluksi ja jokaisen mielipiteellä on merkitys. (Huhtinen-Hildén & Lamppu 2018, 10).

Kun toimitaan ryhmässä luoden, mahdollistetaan tunteiden ja ajatusten jakaminen turvallisella tavalla. Siinä jakaminen tapahtuu kielen lisäksi taiteen avulla, joka saattaa helpottaa esimerkiksi tunnetyöskentelyä. Lapsille ja nuorille saattaa

olla vaikeaa pukea jotakin tiettyä tunnetta tai ajatusta sanoiksi, mutta kykenee ilmaisemaan sen taiteen avulla, jolloin jokainen ryhmän osallistuja pystyy tulkitsemaan asiaa niin omasta kuin muidenkin näkökulmasta. Kun osallistujat toteuttavat ja jakavat luovaa toimintaa yhdessä ja yhteisellä tavoitteella, se saattaa liittää ihmisiä toisiinsa sekä luo yhteisen tilan, jossa on turvallista toteuttaa itseään (Huhtinen-Hildén & Lamppu 2018, 11).

Ryhmätoiminnassa tärkeää on myös jokaisen osallistujan kuulluksi tuleminen, hyväksynnän kokeminen sekä palaute. Opinnäytetyön menetelmässä rastikieroksen aikana käydään läpi osallistujien tuotoksia tarinaan liittyen samalla kun tarinaa viedään eteenpäin. Jo itsessään tarinan luominen ryhmässä pyrkii tukemaan kuulluksi tulemistä ja siinä vastuu on myös menetelmän ohjaajalla, joka huolehtii, että jokaisella osallistujalla on mahdollisuus tulla kuulluksi. Hyväksyntää osallistujat voivat kokea muiden sanojen, eleiden ja ilmeiden kautta esimerkiksi yhteisen maalauksen aikana, sekä tarinan sanoittamisessa. Palautetta ei menetelmän aikana pyritä antamaan tai saamaan, vaan tarkoitus on ryhmän toimia yhdessä ja pyrkiä luomaan tarina, jossa jokainen on saanut olla osallisena. Pilottiryhmissä osallistujilta pyydettiin palautetta rastikierroksesta ja voidaan ajatella, että myös menetelmän käytössä voi pitää mukana palautteen kysymisen rastikierroksen jälkeen. Tämä tukee osaltaan myös ryhmäläisten kuulluksi tulemistä. (Huhtinen-Hildén & Lamppu 2018, 11).

Erilaisuus ja vastakohdat ovat ryhmässä luovan toiminnan käyttövoimaa, sillä ryhmä luo oman kulttuurinsa, jonka sisällä he uskaltavat luoda jotain uutta, sekä kohdata yhdessä vastaantulevia ongelmia (Niemistö 2007, 176). Näillä ajatuksin myös opinnäytetyön menetelmän ryhmäkäyttöä on suunniteltu.

3.3 Lasten ja nuorten osallisuus

Osallisuus jaetaan yhteisölliseen, yhteiskunnalliseen ja toiminnalliseen osallisuuteen. Osallisuuden vastakohtana on osattomuus. Yhteisöllinen osallisuus on kuulumista yhteisöön, yhteiskunnallinen osallisuus on mukana olemista yhteiskunnallisissa toiminnoissa ja toiminnallisen osallisuus on toimintaa, joka on mielekästä. Osallisuus on mukana oloa, huolenpitoa, vaikuttamista, yhteen kuulumista ja osalliseksi pääsemistä. (Kari & Niskanen 2021, 74.) Opinnäytetyössä ja toiminnallisen menetelmän luomisessa halusimme panostaa osallisuuteen ja sen vaikuttavuuteen.

Ihmisen jäädessä ulkopuolelle yhteisöllisestä toiminnasta eri elämän osa-alueilla, saattaa osattomuus kasaantua. Osattomuuden kokemusta saattaa lisätä huono terveydentila, köyhyys, heikoksi koettu elämänlaatu tai lähiyhteisön puute sekä työttömyys tai oleminen ilman opiskelupaikkaa. Osattomuus voi olla kierre, jossa eri osa-alueet seuraavat toisiaan. Ennaltaehkäisevillä toimilla voidaan pyrkiä vähentämään osattomuutta yhteiskunnassa. (Kari & Niskanen 2021, 74 – 75.) Luomamme toiminnallisen menetelmän on tarkoitus toimia ennaltaehkäisevästi lapsien ja nuorten kohdalla sekä matalalla kynnyksellä, joka on helppo ottaa käyttöön. Yhdessä toimiminen ja toiminnallisen menetelmän eteneminen sisältää valintoja, jolloin on mahdollisuus vaikuttaa itse tehtyjen päätösten kautta. Valinnat ja päätökset ovat kuitenkin lasten ja nuorten taseisia, eivätkä ole liian haasteellisia. Osallisuus syntyy yksilötasolla kuitenkin kokemuksesta, kun ihminen tuntee kuuluvansa itselleen merkitykselliseen ryhmään tai yhteisöön. Osallisuus ja sen kokemus yhteisössä ilmenee keskinäisenä arvostuksena jäsenten välillä sekä luottamuksena ja mahdollisuutena vaikuttaa yhteisössään. Yhteiskunnallisella tasolla osallisuus merkitsee oikeuksien toteuttamista, ihmisten keskinäistä vastavuoroisuutta ja mahdollisuuksien toteutumista. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2020.) Luomamme toiminnallinen menetelmä mahdollistaa yhteen kuulumisuuden tunnetta, sekä tunnetta joukkoon kuulumisesta. Menetelmää pystyy hyödyntämään lasten ja nuorten kanssa erilaisissa ryhmätoiminnoissa ja sitä voidaan toteuttaa erilaisissa luonnon ympäristöissä.

Lapsen tai nuoren näkökulmasta osallisuus ei tarkoita sitä, että lapselle annetaan vastuu päättää kaikesta. Lapsen tulee pystyä luottamaan siihen, että saa aikuisilta rajoja, rakkautta, huolenpitoa ja osallisuus on turvallista. Omien näkemysten kertominen on osallisuutta, vaikkei ne aina toteutuisi. Päätös siitä, että lapsi ei halua kertoa jotakin tai osallistua on myös osallisuutta. On kuitenkin aikuisena muistettava tarjota osallistumisen mahdollisuuksia. Aikuiselta vaaditaan vaivannäköä, taitoa ja kaikenlaisille lapsille osallistumisen tukemista ja mahdollisuuksien luomista. Etenkin pienten lasten kohdalla vaaditaan paljon tukea ja vaivannäköä aikuisilta. (Tulensalo ym. 2021, 19.) Menetelmän ohjaaja on aikuinen, joten on aikuisen vastuulla tarjota jokaiselle ryhmässä olevalle lapselle ja nuorelle mahdollisuus osallistua. Ohjaajan täytyy kuitenkin huomioida vapaaehtoisuus osallistua ja mahdollisuus osallistua eri keinoin sekä tavoin.

Osallisuus on yksilöllisenä kokemuksena henkilökohtainen, subjektiivinen sekä tunneperäinen ilmiö, joka syntyy sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Sen kokemus on jokaiselle yksilöllinen, jossa toiselle ihmiselle voi riittää pieni osallistuminen tunteakseen itsensä osalliseksi. Osallisuuden vastakohtana on myös syrjäytyminen. (Raatikainen ym. 2019, 139.) Menetelmää käyttäessä on myös hyvä huomioida se, että osallisuuden kokemus on henkilökohtainen eikä menetelmän tuomat vaikutukset näy jokaisella osallistujalla selkeästi. Pienikin osallistuminen voi olla yksilölle merkityksellinen kuin puolestaan joku menetelmään osallistujista voi kaivata enemmän myös osallistumisen tunnetta, jotta tuntee itsensä osalliseksi.

Mahdollisuudet ja resurssit osallistua taloudelliseen, poliittiseen, kulttuuriseen ja sosiaaliseen toimintaan kutsutaan sosiaalisiksi osallisuudeksi ja niillä on merkitystä ihmisen oman hyvinvoinnin kannalta. Ihmisen hyvinvoinnin perustana on kokemus omasta merkityksestä osana yhteisöä ja yhteiskuntaa sekä kuulumisen tunne johonkin. (Raatikainen ym. 2019, 136 – 137.) Lapsia sekä nuoria tulee tukea siihen, että he tuntevat itse pystyvänsä vaikuttamaan asioihin sekä kuuluvat joukkoon.

Sosiaalinen osallisuus on sekä keino että arvo torjua köyhyyttä, parantaa oikeudenmukaisuutta, ehkäistä syrjäytymistä sekä vaikuttaa edistämällä tasa-arvoista ja yhdenmukaista yhteiskuntaa. Yhteiskunnassa osallisuudella tarkoitetaan mahdollisuutta koulutukseen, työhön, toimeentulotukeen, asuntoon, sosiaalisiin suhteisiin sekä oikeutta terveyteen. (Raatikainen ym. 2019, 136 – 137.) Menetelmä tukee sosiaalisten suhteiden muodostumista sekä niiden ylläpitämistä. Lisäksi menetelmä tuo uuden ympäristön vaikuttaa asioihin ja päätöksiin eli met-sän sekä rastiradan kulkuun.

4 NEUROPSYKIATRISET HÄIRIÖT LAPSILLA JA NUORILLA

Toiminnallinen menetelmä on suunniteltu siten, että sitä voidaan käyttää myös neuropsykiatrisista häiriöitä omaavien asiakkaiden kanssa ja se on helposti muokattavissa sekä sovellettavissa eri ryhmien kanssa. Neuropsykiatriset häiriöt ovat tavallisesti häiriöitä, joissa ilmenee neurokognitiivisten toimintojen poikkeavuutta sekä käyttäytymisen ja tunnesäätelyn ongelmia. Neuropsykiatrinen oireilu vaikuttaa kognitiivisen tiedon käsittelyyn, tunteiden säätelyyn, sosiaalisiin suhteisiin sekä käyttäytymisen säätelyyn. Se ei kuitenkaan vaikuta älykkyyteen. Neuropsykiatrisissa häiriöissä voi olla aivotoiminnassa toiminnallisia tai rakenteellisia poikkeuksia tai molempia sekä niihin liittyy ongelmia psyykkisessä toimintakyvyssä. Henkilöllä, joka kärsii oireilusta on erilainen tapa toimia ja hahmottaa maailmaa kuin niillä joilla häiriötä ei ole. (Parikka ym. 2020, 10.)

Aivojen kehityksen aikana voi syntyä neuropsykiatrinen häiriö, joka on kehityksellinen. Se muodostuu usein jo sikiövaiheessa ja ilmenee lapsuuden kehitysvaiheiden poikkeavuutena tai viiveenä. Niiden oireet voivat osalla lievittyä tai jäädä pois aikuistuessaa tai ne voivat jatkua aikuisuuteen sekä vanhuuteen saakka, kuten yleensä. Neuropsykiatrinen häiriö voi olla myös hankittu, eli tapaturman tai sairauden jälkeen se voi ilmentyä normaalin toimintakyvyn muutoksena. Syntyhistoriasta riippumatta oireet voivat olla samanlaisia. (Parikka ym. 2020, 10 – 11.)

Kehityksellisissä neuropsykiatrisissa häiriöissä varhaisia oireita voivat olla motorikan tai puheen kehityksen viive, univaikeudet, levottomuus, valikoivuus syömisessä ja vaikeudet kaverisuhteissa sekä tunteiden säätelyssä. Oireet voivat olla yleisluontoisia tai epätarkkoja. Yleensä jo lapsuudessa alkavat kehitykselliset neuropsykiatriset häiriöt. (Parikka ym. 2020, 11.)

Sikiökautiset ja synnytykseen liittyvät komplikaatiot sekä geneettiset tekijät voivat vaikuttaa keskushermoston tai neuropsykiatristen häiriöiden syntyyn. Myös muita altistavia tekijöitä on ympäristötekijät kuten sikiöaikana altistuminen äidin voimakkaalle stressille, tupakalle tai alkoholille sekä infektiot. Kuitenkin perimän merkitys on suuri, sillä usein samankaltaisia vahvuuksia ja ongelmia löytyy läheisyydessä olevilta henkilöiltä. (Parikka ym. 2020, 12.) Usein lapsen kasvaessa oirekuva voi muuttua ja eri kehitysvaiheissa se voi ilmetä eri tavoin. Jokaisessa häiriössä on omat diagnostiset ydinoireet sekä erityispiirteet, mutta samoja oireita voidaan todeta myös muissa häiriöissä lisäoireina. Liitännäisoireina voi esiintyä myös aistitiedon käsittelyn vaikeuksia tai toiminnanohjauksen ongelmia. Pojilla neuropsykiatriset häiriöt ovat yleisempiä. Häiriöitä ei tunnisteta yhtä hyvin tytöillä kuin pojilla. (Parikka ym. 2020, 11.)

Kehityksellisiä neuropsykiatrisia häiriöitä ovat esimerkiksi autismikirjon häiriöt, ADHD ja tic-oireet. Myös oppimiskyvyn häiriöt sekä puheen ja kielen kehityksen häiriöt voidaan luokitella neuropsykiatrisiin häiriöihin. (Parikka ym. 2020, 11.)

Hermorataverkostot toimivat ja säätelevät puutteellisesti impulsiivisuutta, aivojen keskittymistä, tunnetilaa, aktiivisuutta, sosiaalista käyttäytymistä ja motivaatiota neuropsykiatrisissa häiriöissä. (Parikka ym. 2020, 12.) Ihmisen kyvystä suunnitella ja toteuttaa erilaisia toimintoja käytetään termiä toiminnanohjaus. Useat neuropsykiatrisen häiriöiden aiheuttamista oireista ja vaikeuksista liittyvät toiminnanohjauksen ongelmiin. Toiminnanohjaukseen tarvitaan eri aivoalueita ja niitä yhdistäviä säätelypiirejä, kuitenkin se liitetään ensisijaisesti aivojen otsalohkojen etuosan toimintaan. On luonnollista, että lapsilla on vielä puutteita toiminnanohjauksessa, sillä nämä aivoalueet kypsyvät hitaasti ja ovat valmiita vasta varhaisaikuisuudessa. Toiminnanohjauksen toimiessa hyvin se mahdollistaa kyvyn selviytyä arjen eri tilanteista, tavoitteiden muodostamisen, toiminnan aloittamisen sekä lopettamisen ajallaan, mielekkään ajankäytön sekä joustavan toiminnasta toiseen vaihtamisen ja tarkkaavaisuuden kohdistamisen. Toiminnanohjauksen haasteet näkyvät esimerkiksi epäloogisina ja epätarkoituksenmukaisina käyttäytymisinä eri tilanteissa sekä vaikeuksina ajan hahmottamisessa, ar-

jen organisoinnissa, tunteiden sekä käytöksen säätelyssä ja vireystilan säätelyssä. Taitoja sekä muistia voidaan kehittää tietoisesti harjoittelemalla ja ne kehittyvät myös vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa. (Parikka ym. 2020, 12 – 13.)

4.1 ADHD

Tunnetuin ja yleisin neuropsykiatrinen häiriö on ADHD eli attention deficit/hyperactivity disorder. Se on tarkkaavaisuuden ja aktiivisuuden häiriö, joka alkaa lapsuudessa ja jatkuu aikuisuuteen asti. Yleisimpiä oireita ADHD:ssä on aktiivisuuden säätely eli ylivilkkaus tai aliaktiivisuus, impulsiivisuus ja keskittymisvaikeudet. Eri ikä- ja kehitysvaiheissa oireet ilmenevät eri tavoin. (Parikka ym. 2020, 31.) Toiminnallisen menetelmän avulla jokainen saa osallistua omanlaisella panostuksellaan eri rasteille. Aiheet eivät ole tarkasti rajattuja, joten luovalle ajattelulle sekä uteliaisuudelle on tilaa. ADHD:n omaavia henkilöitä kuvataan positiivisella tavalla luoviksi, uteliaiksi, joustaviksi, kekseliäiksi sekä heillä on kyky kyseenalaistaa asioita. (Savikuja & Puustjärvi 2022, 51.)

4.2 Autismin kirjo

Myös neuropsykiatrisia/neurobiologisia häiriöitä ovat autismikirjon häiriöt. Niihin luokitellaan esimerkiksi Aspergerin oireyhtymä ja lapsuusiän autismi. Autismikirjon häiriöiden keskeisiä oireita ovat vaikeudet ei-kielellisessä kommunikiossa sekä luoda, ymmärtää ja ylläpitää ihmissuhteita. Lisäksi haasteina on vastavuoroisessa sosiaalisessa vuorovaikutuksessa, jotka aiheuttavat yleensä eniten haasteita. Autismikirjon häiriöihin kuuluu myös toistavaan käyttäytymiseen liittyvät erityispiirteet, kuten esimerkiksi intensiiviset kiinnostuksen kohteet, kaavamaiset sekä toistuvat rutiinit. (Parikka ym. 2020, 40 – 41.) Usein autismikirjon henkilöiden tarve asioiden jakamiseen toisten kanssa tai ihmissuhteille on muita ihmisiä vähäisempi. Vaikeudet tulkita sosiaalisia tilanteita voivat aiheuttaa kuormitusta tai ahdistusta, joten siksi autismikirjon henkilö saattaa vältellä niitä

tai osoittaa vähempää kiinnostusta. Kuitenkin autismikirjon henkilöillä on merkityksellisiä ihmissuhteita sekä tarve olla oman sietokykynsä rajoissa myös toisten ihmisten seurassa (Savikuja & Puustjärvi 2022, 58 – 59.) Sosiaalisissa tilanteissa toiminnallisessa menetelmässä pystyy ohjaaja tukemaan muiden osallistumista. Samalla pienissä ryhmissä tapahtuva työskentely tukee yhteenkuuluvuutta sekä yhdessä toimimista. Autismikirjon häiriötä kuvataan positiivisesti yksityiskohtaisen havaitsemisen taitoisiksi, tarkoiksi, loogisiksi sekä monet kokevat autismikirjon osana omaa identiteettiään. (Savikuja & Puustjärvi 2022, 65.)

4.3 Tic-oireet ja Touretten oireyhtymä

Tic-oireet eli nykimisoireet ovat myös neuropsykiatrisia häiriöitä. Oireet ja niiden voimakkuus voi vaihdella sekä ne voivat aaltoilla. Ne esiintyvät usein purkauksina tai jaksoina. Oireet ovat usein toistuvia, nopeita ja sarjallisia tahattomia liikkeitä sekä tarkoituksettomia äännähdyksiä ja ne tulevat ilman tietoista päätöstä itsestään. Oireet ovat vaarattomia, mutta voivat aiheuttaa häpeää ja lihaksiston kipeytymistä. Tic-oireet voivat esiintyä kaikkialla vartalossa, mutta yleensä ne ilmenevät pään, kasvojen tai ylävartalon alueella. Touretten oireyhtymästä on puolestaan kyse, kun sekä äänellisiä että motorisia tic-oireita esiintyy yli vuoden ajan, sekä niistä on toimintakyvylle selvää haittaa. Touretten oireyhtymässä oireina on monimuotoiset liikesarjat, eleet, äänelliset oireet, jotka voivat olla murahteluita, asiattomia sanoja tai räjähdysmäisiä toistuvia ääntelyitä. Oireina saattaa olla lisäksi aggressiivista käyttäytymistä, tunteiden hallinnan haasteita, raivokohtauksia tai väkivaltapuheita. (Parikka ym. 2020, 50 – 53.)

Touretten oireyhtymän omaavia kuvataan positiivisella tavalla eloisiksi, luoviksi sekä Tic-oireiden kanssa pärjäämisen vuoksi selviytymiskykyisiksi. (Savikuja & Puustjärvi 2022, 77 – 78.)

4.4 Muut neuropsykiatriset häiriöt

Myös motoriikan eri häiriöt, kuten karkea- ja/tai hienomotoriikan kehityshäiriöt voidaan liittää neuropsykiatrisiin häiriöihin. Ne voivat ilmentyä esimerkiksi liikkeiden koordinoinnin haasteena, törmäilynä, tavaroiden pudotteluna, motoristen taitojen oppimisen vaikeutena sekä tasapainon haasteissa. Lisäksi aistitiedon käsittelyn vaikeudet liittyvät neuropsykiatrisiin häiriöihin. Aistitiedon käsittelyn vaikeudet ilmenevät esimerkiksi vaikeuksina käsitellä, erotella ja havaita eri aistien kautta tulevaa tietoa. (Parikka ym. 2020, 55 – 57.)

Neuropsykiatrisiin häiriöihin liittyy myös puheen ja kielen kehityksen häiriöt eli kielelliset erityisvaikeudet. Sen myötä puheen ymmärtämisessä ja/tai tuottamisessa voi olla haasteita. Siinä ominaista on, että iänmukaista kehitystä ei ole kielellisessä toimintakyvyssä. Usein kielen kehityksen haasteet näkyvät esimerkiksi heikkona sanavaraston kasvuna sekä puheen oppimisen vaikeuksina. (Parikka ym. 2020, 62 – 63.)

Neuropsykiatrisiin häiriöihin lukeutuu myös oppimisvaikeudet. Niiden taustalla on yleensä aivojen toiminnallinen tai rakenteellinen erityispiirre sekä poikkeava tapa käsitellä tietoa. Oppimisvaikeudessa on lapsella selkeästi heikommat opitut taidot, kuin olisi yleisen taitotasoon verraten odotettavissa. Ongelmat eivät myöskään johdu aistivammasta, tunne-elämän haasteista, riittämättömästä opetuksesta tai muista vastaavista syistä. Oppimisen vaikeuksia on esimerkiksi laskemiskyvyn erityisvaikeus, jossa peruslaskutaitojen hallitseminen sekä oppiminen on haastavaa. Lisäksi oppimisvaikeuksiin kuuluu lukemisen ja kirjoittamisen erityisvaikeus, joka voidaan jakaa lukemiskyvyn häiriöön ja kirjoittamisen häiriöön, joista käytetään puhekielessä nimitystä lukivaikeus. Lisäksi oppimisvaikeuksiin lukeutuu myös ei- kielellinen oppimisvaikeus, jossa on ongelmia ei-kielellisessä päättelyssä, vuorovaikutuksessa ja sosiaalisessa havainnoinnissa. Oppimisvaikeudet voivat olla myös monimuotoisia, jolloin ongelmia on useassa eri oppimisen alueessa. Monimuotoisessa kehityshäiriössä kehitys on puolestaan viivästynyt monilla osa-alueilla, mutta yleinen oppimiskyky on kuitenkin parempi kuin lievässä kehitysvammassa. (Parikka ym. 2020, 66 – 71.)

4.5 Toiminnallinen rastirata ja neuropsykiatriset häiriöt

Toiminnallista menetelmää käyttäessä on tärkeää huomioida se, että jokainen on yksilö diagnoosista huolimatta ja jokaisen oirekuva on erilainen. On tärkeää suunnitella rastirata monelle ihmiselle soveltuvaksi, jotta jokaisen on hyvä siihen osallistua.

Vaikutukset neuropsykiatrisissa häiriöissä ilmenevät eri elämän osa-alueilla, kuten sosiaalisissa suhteissa, arjen sujuvuudessa, opiskelussa sekä työelämässä. Toimintakyky ja oireiden haitta voi vaihdella eri ympäristön sekä tilanteen mukaan sekä olla toisinaan haaste tai toisessa tilanteessa toimia vahvuutena. (Savikuja & Puustjärvi 2022, 16.) Ohjaajana tärkeää on pystyä tukemaan rastien eri vaiheissa sekä antaa positiivista palautetta. Tärkeää on kyetä tukemaan lapsia ja nuoria heidän suoriutumisessaan ja antaa heille mahdollisuus luoda itse tarinaa virikkeiden avulla. Rastiradalla on erilaisia pisteitä, jonka vuoksi jokaisen on mahdollista kokeilla erilaisia asioita ja olla jossakin omasta mielestään hyvä. On erityisen tärkeää olla tietoinen nepsy vaikeuksien kanssa toimiessa minäkäsityksestä, minäpystyvyydestä sekä itsetunnosta. Aikuisen on tärkeää tukea lapsen tai nuoren myönteistä minäkäsitystä, sekä tunnistaa vahvuuksia ja sanoittaa niitä ääneen, sillä lapsen tai nuoren voi olla itse vaikea niitä tunnistaa. (Savikuja & Puustjärvi 2022, 113.)

Usein neuropsykiatrisiin haasteisiin liittyy vaikeuksia aistisäätelyssä. Tällöin on merkityksellistä tarjota rauhoittavia ympäristöjä ja sen myötä vähentää aistikuormitusta. On hyvä huomioida, että esimerkiksi lapset rentoutuvat tekemällä, joten liikkumisen mahdollisuus on tärkeää huomioida ympäristöissä ja tukea sitä. (Savikuja & Puustjärvi 2022, 168 – 169.) Maatilaympäristö luo laajan tilan liikkumiseen sekä rauhalliset olosuhteet. Maatilaympäristö on hyvää vastapainoa koulun tuomalle kuormitukselle sekä kaupungin hälinälle. Lapset ja nuoret saavat

liikkua ja olla omia itsejään. Lisäksi luonnolla on terveysvaikutuksia ja se sopii erityisesti neuropsykiatrisista häiriöistä kärsiville lapsille sekä nuorille.

Luonto vahvistaa serotoniinin tuotantoa kehossa. Lisäksi luonto vaikuttaa myös merkittävästi harkintaa, tarkkaavaisuutta ja muita kognitiivisia prosesseja säätelevän dopamiini-välittäjäaineen tuotantoon. On todettu olevan yhteys ADHD-piirteisten lasten ja luonnossa liikkumisen välillä. Luonnossa oleminen ja liikkuminen näkyy myönteisesti lasten kognitiivisissa suorituksissa. (Suomi ym. 2016, 20 – 21.) Lapsille luonnossa ja Green Care ympäristössä toimiminen luo monia mahdollisuuksia sekä kokemuksia. Joillekin luonnossa toimiminen itsessään voi olla harvinainen kokemus, jota ei usein pääse toteuttamaan. Luontoa pystyy hyödyntämään monenlaiseen eri toimintaan, joten on tärkeää toiminnallista rasitirataa toteuttaessa huomioida, että lapset pääsevät luonnossa erilasiin paikkoihin ja ympäristöihin. Mahdollisimman paljon ”vihreää aikaa” eli puuhailua ulkoilmassa sekä luonnon helmassa suositellaan ADHD-lapsille. Lapset nauttivat luonnossa leikkimisestä. Luonto kehittää monia tärkeitä taitoja, kuten kykyä käyttää mielikuvitusta, motorisia taitoja, kykyä hyödyntää luontoa ilonlähteenä ja rauhoittumiseen sekä luonto vaikuttaa vahvasti lapsen aisteihin. (Suomi ym. 2016, 73.)

Toiminnallisen menetelmän tavoitteena on luoda lapsille sekä nuorille turvallinen ilmapiiri osallistua yhteiseen toimintaan, joka lisää osallisuutta. Samalla jokainen saa positiivista palautetta ja tulee nähdyksi sellaisenaan kuin on. Myös ympäristönä luonto luo ennakkoluulottoman ympäristön toteuttaa itseään.

Lapsi, jolla on neuropsykiatrisia haasteita saa usein negatiivista palautetta, saattaa olla haasteita kaverisuhteissa, kokee toistuvia epäonnistumisia sekä voi olla vaikeuksia selviytyä muille helppoista asioista. Nämä voivat muokata lapsen tai nuoren minäkuvaa negatiivisella tavalla sekä lisätä syrjäytymisen riskiä. (Parikka ym. 2020, 16.)

Kuitenkin vaikeuksista voi tulla voimavara. Tärkeää positiivisen minäkuvan kannalta on tunne siitä, että kuuluu joukkoon, joka myötävaikuttaa haluun noudattaa sääntöjä sekä voi osaltaan vähentää kiusaamista. Oppimisen suhteen on

myös tärkeää saada positiivisia kokemuksia oppimistilanteista ja oppimisesta, jotta positiivinen minäkuva säilyy. (Parikka ym. 2020, 18 – 19.)

Ohjaustilanteessa aikuisen on tärkeää kiinnittää huomiota omaan asenteeseen, jonka tulisi olla positiivinen, lämmin, rohkaiseva, rauhallinen, iloinen sekä lapsen kanssa vuorovaikutuksessa vastavuoroinen. Tärkeää on myös lapsen kokemuksen kuuleminen sekä arvostava ja aito kohtaaminen. (Parikka ym. 2020, 28.) Ohjaajan on kiinnitettävä huomiota myös omaan toimintaansa sekä siihen, miten ohjaa lapsia ja nuoria sekä miten on heille aidosti läsnä.

5 NARRATIIVINEN MENETELMÄ GREEN CARE - TOIMINTAAN

5.1 Toiminnalliset menetelmät

Opinnäytetyössä kehitetyn narratiivisen menetelmän tavoitteena on lasten osallisuuden tukeminen sekä ennaltaehkäisevä työ. Menetelmä hyödyntää erilaisia luovia työtapoja, kuten musiikkia, kuvataidetta sekä tarinallista kerrontaa. Sosiaalialan toimintaympäristössä luovan toiminnan tavoitteena on muun muassa itseilmaisun tukeminen, hyvän olon lisääminen, luovuuden herättely sekä ryhmäytymisen edistäminen (Karjalainen ym. 2019, 49). Lisäksi luova toiminta voi tuoda osallistujalle merkityksellisyyden tunteen ja kun luovaa toimintaa toteutetaan yhdessä muiden kanssa, voi se myös lisätä osallistujan osallisuuden kokemusta (Karjalainen ym. 2019, 9). Luovuus lisää yksilön hyvinvointia, se tukee omien tunteiden ilmaisussa, saa aikaan hyviä tunnekokemuksia sekä lisää vuorovaikutusta ja mahdollistaa kokemusten jakamisen (Karjalainen ym. 2019, 9). Luova toiminta helpottaa tunnistamaan tunteita. Esimerkiksi opinnäytetyön menetelmässä, jos nuorten kanssa käsitellään heille ajankohtaisia asioita, kokemuksia tai tuntemuksia, voi niiden käsittely sanojen, kuvataiteen tai musiikin kautta syventää nuorten ymmärrystä tai tuntemuksia asian suhteen. Menetelmän aikana voidaan tarjota nuorelle mahdollisuus oppia ja tunnistaa erilaisia käsityksiä itsestään ja omasta elämästään (Huhtinen-Hildén & Lamppu 2018, 11). Tärkeää luovan toiminnan hyödyntämisessä on, että ohjaaja osaa luoda luovaan toimintaan innostavan, hyväksyvän ja turvallisen ilmapiirin ohjaustilanteeseen. (Karjalainen ym. 2019, 10).

5.1.1 Narratiivisuus, saduttaminen ja tarinanopat

Narratiivinen eli tarinallinen menetelmä toimii luovana toimintana hyvin, sillä ihmisellä on luontainen tarve jakaa tarinoita. Kertominen antaa merkityksen, sen

avulla voidaan tulkita niin kokemuksia kuin myös itseään niiden kokijana (Karjalainen ym. 2019, 11). Kun lapsille ja nuorille annetaan mahdollisuus luoda alusta alkaen tarina, he pystyvät sen avulla tarkastelemaan myös omia unelmiaan, maailmankuvaansa, sekä mahdollisesti käsittelemään heille vierasta tai vaikeaa aihetta. Lisäksi ryhmässä luova toiminta tekee näkyväksi asioita, joita yksin on vaikea havaita, jolloin tunteiden tunnistaminen ja niiden käsittely helpottuu (Karjalainen ym. 2019, 12).

Narratiivisuus on myös terapian muoto, jota voidaan hyödyntää kaikenikäisten kanssa ja se toimii hyvin myös erityislasten kanssa. Narratiivinen terapia kuvataan lähestymistapana joka arvostaa ihmistä, ei-patologisoii ja soveltuu yksilö-, perhe- ja yhteisötyöhön. Narratiivisen terapian tarkoitus on pitää ihmistä oman elämänsä asiantuntijana ja ongelmiin suhtaudutaan ihmisestä erillisinä asioina. (Morgan 2008, 10). Morgan on nimennyt kaksi periaatetta narratiiviselle terapialle, jotka sopivat hyvin myös opinnäytetyön menetelmän periaatteiksi. Narratiivisuus on uteliaisuuden säilyttämistä sekä sellaisten kysymysten jatkuvaa esittämistä, joihin kukaan ei tiedä vastausta etukäteen (Morgan 2008, 10). Menetelmän avulla voidaan myös tukea lasten ja nuorten uteliaisuuden säilyttämistä, sekä rohkaista kysymään niitäkin kysymyksiä, joihin kenelläkään ei vielä ole vastausta.

Narratiivisuuden kautta voidaan käsitellä myös omaa elämää ja oppia ymmärtämään sitä. Voidaan käsitellä niin menneisyyttä kuin tulevaakin. Ihmiselle on luontaista luoda ja kertoa tarinoita, ne antavat tapahtumille merkityksen ja kertovat myös kuulijalle kertojasta itsestään. Ihminen kertoo tarinoita niin ihmissuhteistaan, kuin elämästään yleisellä tasolla, kertoen esimerkiksi itsestään, saavutuksistaan, ponnisteluistaan ja epäonnistumisistaan (Morgan 2008, 14). Kertojasta ja tilanteesta riippuen tarinat voivat olla hyvinkin erilaisia ja jokainen tulkitsee tarinaa omalla tavallaan. Siinä missä toinen tunnistaa vain epäonnistumisen ja väsymyksen, voi toinen tunnistaa myös onnistumisia ja voimavaroja (Mannström-Mäkelä & Saukkola 2008, 65). Menetelmän avulla voidaan esimerkiksi nuorten kanssa käsitellä heidän ikätasoonsa tai kehitykseen liittyviä asioita, jolloin nuoret

voivat yhdessä löytää asioihin erilaisia näkökulmia ja saada tukea toisistaan tarinan tekemisen muodossa. Asiakkailla on myös mahdollisuus tarinaa luodessaan vaikuttaa siihen, minkä näkökulman kautta he haluavat asiaa tarinassaan käsitellä. Narratiivisessa terapiassa käytetään ulkoistavia keskusteluja, joissa ongelma erotetaan ihmisestä ja yhtenä keinona on nimetä ongelma siten kuin asiakas sen haluaa kuvata (Mannström-Mäkelä & Saukkola 2008, 67). Opinnäytetyön menetelmän avulla voidaan hyödyntää myös tätä näkökulmaa, sillä voidaan käsitellä tietyn asiakasryhmän kanssa tiettyä ongelmaa. Ongelma voidaan nimetä ja se voi olla yksi tarinan alkutekijöistä, jolloin ryhmä käsittelee sitä tarinan muodossa ja mahdollisesti löytää siihen liittyen keinoja, voimavaroja ja onnistumisia ongelman ratkaisemiseksi, tarinan ja rastikierroksen edetessä.

Saduttaminen on menetelmä, jonka tavoitteita ovat lasten osallisuus, kuulluksi tuleminen ja lasten oman kulttuurin esille tuominen (Karjalainen ym. 2019, 99). Opinnäytetyön narratiivinen menetelmä hyödyntää sadutuksen peruselementtejä, eli aikuinen ei osallistu tarinan luomiseen muuta kuin tarkkailijan ja ikuistajan roolissa. Kuitenkin menetelmän tarkoituksena on, että lapset ja nuoret keksivät sekä tarinan, että luovat sille oman maailmansa. Menetelmän avulla lapset ja nuoret pystyvät tuottamaan tietoa siitä, mikä heille on tärkeää, rohkaistuu ilmaisemaan itseään, sekä saa kokemuksen siitä että juuri heidän ajatuksensa ovat tärkeitä ja he tulevat kuulluksi (Karjalainen ym. 2019, 99).

Opinnäytetyön menetelmässä hyödynnetään myös tarinanoppia. Tarinanoppien tarkoitus on toimia apuna erilaisin kuvin ja sanoin. Nopan jokaisessa kyljessä on joko kuva tai teksti, noppia heitetään ja nopan silmäluvuksi tuleva kuva tai teksti voi auttaa ryhmää viemään tarinaa eteenpäin. Menetelmää varten Alkumaahan ostettiin kolme isoa säänkestävää tarinanoppaa, joiden kyljissä oli muovitaskut. Nopat valikoituivat sen perusteella, että kuvia on mahdollista vaihtaa eri ryhmille sopiviksi. Kun noppia on useampi, voi yhdessä nopassa olla esimerkkejä tekemisestä, toisessa tunteista ja kolmannessa vaikka hahmoista. Tarinanoppien muokattavuus on iso hyöty menetelmän toimivuuden kannalta kun tarkastellaan erilaisia ryhmiä. Lasten kanssa on hyvä käyttää esimerkiksi piirroskuvia, jotka ovat riittävän selkeitä, mutta jättävät lapselle myös tulkinnanvaraa oman näkökulman

esiin tuomiseksi. Nuorten kanssa taas saattaa toimia paremmin esimerkiksi valokuvat. Kuvat voivat siis olla hyvinkin tarkkoja ja yksityiskohtaisia, tai enemmän suuripiirteisiä ja tulkinnanvaraisia. Kuvien avulla voidaan myös käsitellä paljon eri aiheita, kuten aiemmin todetut tunteet, tekeminen ja hahmot. Kuvien on tarkoitus vilkastuttaa osallistujien mielikuvitusta ja on tärkeää, että jokaiselle osallistujalle annetaan mahdollisuus ja tila tulkita kuvia omalla tavallaan, jolloin se tukee osallistujan osallisuutta sekä mahdollistaa ryhmässä eri näkökulmien tarkastelun. Lapset ja nuoret pääsevät myös osallistumaan tasapuolisesti, kun heille annetaan mahdollisuus heittää noppia, tämä omalta osaltaan tukee myös ryhmäläisten osallisuutta. Tarinanopat on määritelty käytettäväksi tietyillä rasteilla menetelmän toteutuksen aikana, mutta niitä voidaan tarvittaessa käyttää useamminkin.



Kuva 1. Tarinanopat.



5.1.2 Kuvataide

Menetelmään on sisällytetty myös kuvataiteellinen rasti, jossa mahdollisuuksien mukaan lapset ja nuoret voivat piirtää, maalata, rakentaa tai kuvata tarinalleen maisemia, hahmoja ja ympäristöä, tai muuta tarinalle tärkeää sisältöä. Kuvataiteellisessa toiminnassa kynnys tehdä ja toteuttaa voi nousta korkeaksi, jolloin on

tärkeää, että ohjaaja osaa rohkaista ja kannustaa jokaista kokeilemaan omaa luovuuttaan (Karjalainen ym. 2019, 43). Osallistuminen ei vaadi taiteellista osaamista tai lahjakkuutta. Usein yhteiseen taiteelliseen toimintaan osallistuessa kiinnostuksen puute voi johtua esimerkiksi osaamattomuuden pelosta tai muiden arvostelun kohteeksi joutumisen takia. Ohjaajalla on kuitenkin merkittävä rooli rohkaisussa sekä kannustuksessa. Kuitenkin vuorovaikutusta helpottaa, mikäli osallistujilla on etukäteen kiinnostusta asiaan. Taiteelliset tuokiot voivat olla osallistujien ja ohjaajan ideointia ja yhteistoimintaa tai ohjaajan etukäteen ideoimaa toimintaa. (Vilén ym. 2008, 303.) Toiminta on osallistujien kanssa yhdessä suunniteltua, sekä siinä osallistujat pääsevät keskenään kommunikoimaan siitä mitä aikovat yhteiselle kankaalle maalata. Maalaus tapahtuu yhtä aikaa ja jokainen voi osallistua siihen omalla panoksellaan.

Kuvataide mahdollistaa kommunikaation kielestä riippumatta ja sen avulla yksilö voi jakaa tunteitaan ja ajatuksiaan, lisäksi se rentouttaa sekä auttaa keskittymisessä (Karjalainen ym. 2019, 45). Kuvataiteellinen rasti voi olla lapsille ja nuorille myös hetki rauhoittua, esimerkiksi musiikkirastin jälkeen, jossa voi olla enemmän vauhtia ja meteliä. Pilottiryhmissä kuvataiteellinen rasti oli sijoitettu kuitenkin heti toiseksi rastiksi käytännöllisyyden vuoksi, jolloin lapset ja nuoret pääsivät orientoitumaan taiteen äärelle ja tutustumaan toisiinsa yhteisen konkreettisen tekemisen avulla. Erityisen hyödyllistä on luova toiminta silloin kun sitä tehdään ryhmässä. Lisäksi luovaa toimintaa voi hyödyntää myös silloin, kun osallistujilla ei ole yhteistä kieltä. Sillä on hyvinvointia ja osallisuuden tunnetta edistävä vaikutus. Luovaa toimintaa hyödyntäessä ihminen irrottautuu hetkeksi arkielämän haasteista sekä mieli pääsee vapautumaan. (Raatikainen ym. 2019, 156.)

Karjalainen (2019) kertoo miten tutkimuksissa on havaittu, että lasten kielellistä ilmaisua vaikeista tapahtumista ja tunteista voi helpottaa niistä piirtäminen. Valmiin menetelmän olisikin tarkoitus toimia apuvälineenä myös silloin, kun halutaan käsitellä jotain lapsille ja nuorille vaikeaa tai ikävää asiaa positiivisin keinoin.

Taiteellisessa toiminnassa kehollinen ja aistikokemuksia tuottava taidetyöskentely on keskeinen ja oiva keino tutkia, ilmaista, havainnoida sekä jäsentää omia henkilökohtaisia kokemuksia ja vaikeuksia. Ohjaajan on ohjattava taidetyöskentelyä siten, että tuotos on esteettisesti osallistujan mieleen. Lisäksi materiaalien ja tarvikkeiden hyvä laatu edesauttaa esteettisen tuotoksen luonnissa. (Raatikainen ym. 2019, 161.) Menetelmässä osallistujille korostetaan, että he saavat maalata millaisen kuvan haluavat ja miten haluavat sekä jokainen on oikeanlainen. Materiaalit menetelmän pilottiryhmässä olivat hyvät ja tarkoitukseen sopivat, joten niillä oli miellyttävää maalata yhteistä isoa kuvaa. Tärkeää on, että toisten tekemästä taiteesta annetaan vain myönteistä palautetta. Lisäksi arvostuksellisuudesta sekä tavoitteellisuudesta kertoo töiden esillepano, kun taideteokset kootaan näytille kaikkien nähtäville. (Raatikainen ym. 2019, 161.) Menetelmää työstäessä ohjaaja antaa paljon positiivista palautetta osallistujien työskentelystä, sekä kyselee mitä tarinaa liittyvää siihen on maalattu. Samalla ihaillaan myös muiden maalaamia asioita. Rastiradan lopuksi tarinaa uudelleen läpi käydessä esitellään vielä uudelleen yhteinen maalaus, jolloin siihen palataan vielä.



Kuva 2. Yhteismaalaus kuvataiderastilla.

5.1.3 Musiikki

Menetelmään sisältyy musiikin hyödyntäminen, joko itse tuotettuna, ympäristöä kuunnellen, tai valmista musiikkia tarinaan valiten. Musiikilla on oma tärkeä osansa menetelmän tarinan kulkua. Musiikin kuuntelu ryhmässä luo yhteisöllisen kokemuksen ja mahdollistaa mielikuvituksen rajattomuuden, sillä musiikin luoma tunnekokemus voi auttaa löytämään yksilön luovuuden. Lisäksi musiikki mahdollistaa osallisuuden kokemuksen myös silloin, kun mahdollisuutta sanalliseen vuorovaikutukseen ei ole. (Karjalainen ym. 2019, 19) Nuorilla musiikki on usein vahvasti osana oman identiteetin kehittymistä, sekä tunnetilojen säätelyä ja ilmaisua. (Karjalainen ym. 2019, 25). Ryhmässä kuunneltu tai luotu musiikki mahdollistaa erilaisten tunnetilojen kokemisen ja jakamisen, joten ohjaajan on hyvä ottaa huomioon myös se, että jokainen yksilö kokee musiikin eri tavalla ja ryhmän tulee yhdessä toimien löytää juuri heidän tarinaansa sopiva äänimaisema.

Musiikin hyödyntämistä rastikierroksessa pohdittiin jo suunnitteluvaiheessa, mutta itsessään musiikin käyttäminen jäi hakemaan paikkaansa menetelmän kullussa. Rastikierrokseen sisältyy rasti, jossa osallistujien on tarkoitus kuunnella ympäröivän luonnonääniä, sekä tuottaa mahdollisesti ääniä itse. Tässä kohtaa voidaan tarvittaessa ottaa myös valmista musiikkia mukaan, jos tarina tai ryhmä itsessään sen kokee tarpeelliseksi. Luonnonääniä kuuntelu toimii osallistujille rauhoittavana elementtinä, sekä mahdollisuutena hiljentyä hetkeksi omaan tilaansa.

Rastikierroksen kehollisen harjoitteen rastilla, voisi valmista musiikkia hyödyntää enemmän. Rastilla ryhmä pohtii miten tarinassa olevat hahmot liikkuvat, ja miltä eri tunteet tuntuisivat liikkeinä, joten tässä musiikin soittaminen taustalla voisi rohkaista osallistujia liikkumaan. Ryhmätoiminnassa saattaa helposti muodostua ryhmäpaine, jolloin osallistujat jäävät seuraamaan tarkasti toisten osallistujien tekemisiä ja oma tekeminen saattaa vaikeutua. Voi olla että osallistuja ei uskalla lähteä kehollisuuteen mukaan, jos muutkin ryhmäläiset empivät. Musiikki rikkoisi hiljaisuuden ja tukisi liikkeen luontevuutta. Musiikki voi auttaa rytmisyyden hahmottamista liikkumisessa (Vilén ym. 2008, 289).

5.1.4 Kehollisuus

Toiminnallinen menetelmä hyödyntää kehollisuutta rastilla, jossa lapset ja nuoret pääsevät itse liikkumalla pohtimaan ja kokeilemaan sitä, miten hahmot tarinassa liikkuisivat sekä millaiselta esimerkiksi erilaiset liikkeet tuntuisivat ja millaisena liikkeenä erilaiset tunnetilat voisivat näyttäytyä. Tämän rastin lisäksi koko menetelmän rastikierros tukee lasten ja nuorten kehollista liikkuvuutta, kun he pääsevät kulkemaan luonnossa ja erilaisissa maastoissa. Esimerkiksi lasten kanssa luontoympäristö tukee myönteisesti kehonhallintaa, sekä tarjoaa mahdollisuuksia motoristen perustaitojen kehittymiseen (Kuitunen & Valkama 2021, 5). Kehollisuuteen liittyy vahvasti fyysinen viestintä, eli vuorovaikutus, johon lukeutuvat yksilön ilmeet, eleet, liike, kosketus sekä katsekontakti (Vilén ym. 2008, 329). Rastin ansiosta lapset ja nuoret pääsevät myös harjoittamaan fyysistä viestintää.

Liike on ihmisen perustarve, jopa ajoittanen liikunta vaikuttaa aivojen välittäjäaineiden, kuten endorfiinin, dopamiinin sekä serotoniinin pitoisuuksiin. Liikunta tukee niin ihmisen fyysistä kuin psyykkistä hyvinvointia. Kun liikunta yhdistetään ryhmätoimintaan, pystytään samalla harjoittelemaan erilaisia sosiaalisia tilanteita. (Vilén ym. 2008, 330.) Lasten ja nuorten kanssa tulee kuitenkin ottaa huomioon niin yksilöiden eroavaisuudet kuin toimintakyvyn vaihtelevuus. Jokaiselle ryhmän jäsenelle tulee tarjota oma turvallinen tila toteuttaa liikettä. Lisäksi on hyvä kannustaa ryhmäläisiä kertomaan liikkeestään ja tunteistaan myös sanoin, jotta välttyään virhepäätelmiltä (Vilén ym. 2008, 330).

Kehollisuudella voidaan viestittää erilaisia tunteita ja ajatuksia. Kehollisuuden kautta voidaan lapsia ja nuoria kannustaa purkamaan niin positiivista kuin negatiivistakin energiaa ja esimerkiksi suuttumuksen tai vihan ilmaisulle voi kehollisuuden kautta löytyä turvallinen keino purkautua. (Vilén ym. 2008, 335). Tämä ajatus tuodaan ilmi myös toiminnallisen menetelmän kehollisuuden rastilla, jolloin ryhmässä lapset ja nuoret pääsevät vapaasti ja turvallisesti kokeilemaan miltä erilaisten tuntemusten ilmaisu kehollisuuden kautta tuntuu ja näyttää, sillä tarinassa voi ryhmäläisten mukaan ilmetä laaja kirjo eri tunteita. Ohjaavan aikuisen on kuitenkin tärkeää muistaa, että yhdessä liikkuminen vaatii sosiaalisia taitoja ja

kykyä iloita omasta kehostaan muiden läsnä ollessa, joka voi joidenkin lasten ja nuorten kohdalla kuluttaa paljon voimavaroja. Ohjaajan tulisikin pyrkiä pitämään tunnelma rastilla rentona ja leikkisänä, ehkäistäkseen ryhmäläisten kokemusta suoristuspaineista. (Vilén ym. 2008, 335.)

5.1.5 Eläinavusteisuus

Eläinavusteisuus on kasvava ohjauksen, toiminnan ja terapian muoto sosiaalialalla. Eläinavusteisuus on määritelty sosiaalialalla toiminnaksi, joka edistää asiakkaan sosiaalista, emotionaalista ja fyysistä toimintakykyä ja siinä yhdistyy eläimet sekä terapeutit prosessit ja ympäristö. Kuitenkaan eläinavusteista toimintaa ja eläinavusteista terapiaa ei tule sekoittaa keskenään, sillä terapian harjoittamiseen tulee ohjaajalla olla koulutus, sekä terapiakäyttöön soveltuvan kriteerit täyttävä eläin. Eläinavusteista toimintaa voidaan puolestaan järjestää ilman koulutusta. (Leppä ym. 2022, 9). Eläinavusteisuutta tutkittaessa on huomattu, että ihmisen ja eläimen välinen vuorovaikutus usein tuottaa ihmisessä erilaisia positiivisia muutoksia niin fysiologisesti, sosiaalisesti kuin psyykkisesti. Eläinavusteisuutta voidaan näin ollen hyödyntää myös neuropsykiatrisia haasteita omaavien ihmisten, opinnäytetyön kohdalla lasten ja nuorten kanssa. On todettu, että eläimen läsnäolo rauhoittaa ihmistä ja eläimen kanssa vuorovaikuttaminen voi tyydyttää niin ihmisen kuin eläimenkin huomiontarvetta sekä toimia positiivisena kanssakäymisen ja kiintymyksen kokemuksena. (Leppä ym. 2022, 10).

Eläinten käyttö ohjaustyössä erityisten lasten kanssa on palkitsevaa. Eläimiä onkin käytetty jo paljon niin kasvatus- kuin ohjaustyössäkin esimerkiksi päiväkodeissa. Lapsi saa mahdollisuuden sosiaalisten taitojen kehittämiseen eläinten kanssa toimiessaan, jonka lisäksi eläimen hoitaminen opettaa vastuuntuntoa (Leppä ym. 2022, 11). Eläin ei tuomitse eikä arvostele, mutta reagoi aidosti ihmisen tunteisiin, jolloin vuorovaikutus eläimen kanssa voi myös vahvistaa lapsen tai nuoren minäkuvaa sekä rohkeutta olla oma itsensä. Neuropsykiatristen haastei-

den kanssa voidaan eläimen läsnäolo nähdä erityisesti rauhoittavana elementtinä, jossa lapsi tai nuori saa mahdollisuuden harjoitella rauhoittumista ja hiljentymistä eläimen kanssa yhteiseen vuorovaikutustilanteeseen.

Eläinavusteisessa toiminnassa hyödynnetään usein jo kesyjä lemmikkejä, joista yleisimpiä ovat koirat, kissat ja hevoset. Tärkeää on miettiä eläintä yksilöllisesti ja määritellä sen sopivuus eläinavusteiseen työhön. Tärkeitä piirteitä työssä käytettävällä eläimellä ovat rauhallisuus, sosiaalisuus, rohkeus ja ystävällisyys. Eläimen pelkkä olemus voi aiheuttaa ihmisessä niin positiivisen kuin negatiivisenkin reaktion. Siksi eläimenkin tulisikin olla luontaisesti ihmisestä kiinnostunut ja tottunut ihmisten seuraan.

Alkumaassa lypsylehmiä voidaan hyödyntää eläinavusteisena osana toimintaa. Taloustutkimus perehtyi kotieläinrotuihin Green Care-toiminnassa ja käsitteli samalla lypsykarjaa. On huomattu, että erityisesti nuori karja soveltuu eläinavusteiseen toimintaan, sillä nuoret lehmät ovat ihmisläheisiä, uteliaita, ystävällisiä ja rohkeita (Soini & Lilja 2014, 79). Pilottiryhmien aikana Alkumaan pihapiirissä oli kaksi vasikkaa majoitettuna saunarakennuksen viereiseen pihattoon. Näitä vasikoita hyödynsimme pilottiryhmien rastikierroksessa rauhoittavana elementtinä. Niin pienet lapset, kuin nuoretkin viihtyivät vasikoiden aidan luona ja rauhoittuivat katselemaan niitä. Samalla lapset ja nuoret saivat harjoitella sitä, miten eläintä tulee lähestyä sen aristellessa ihmistä ja vasikat lähestyivät lopulta aidan viereen kerääntyneitä ryhmäläisiä. Voidaan tarkastella lehmää osana eläinavusteista toimintaa. Lehmät voivat niin rauhoittaa, lohduttaa kuin antaa hellyyttäkin. Eläinavusteisuuden kannalta hyviä piirteitä lehmissä ovat myös nopea uusien asioiden oppiminen, yhteistyökykyisyys sekä tunteiden ja kiintymyksen ilmaisuntaito (Soini & Lilja 2014, 39). Alkumaassa lypsylehmiä on hyödynnetty myös aikuisryhmien kanssa. Lisäksi Alkumaan toiminnassa on vahvasti mukana perheen oma koira, sekä navetasta löytyvät kissat. Eläinten läsnäolo on useimmiten lapsille ja nuorille iloinen ja merkitsevä asia. Lapset ja nuoret herkästi hakeutuvat eläinten lähelle, sekä ovat uteliaita kohtaamaan eläimen myös omana yksilönään. Myönteisten asioiden jakaminen eläimen kanssa tuottaa usein mielihyvää,

kun taas pahan olon tunne voi lievitä silloin kun sen voi jakaa eläimen kanssa (Soini & Lilja 2014, 39).



Kuva 3. Lehmaan tutustuminen.

5.2 Aineiston ja materiaalien analyysitavat

Opinnäytetyön aineistoon liittyy paljon erilaista kirjallisuutta ja verkkolähteitä, liittyen Green Care-toimintamalliin ja sen hyödyntämiseen, lasten osallisuuteen ja sen tärkeyteen, toiminallisiin menetelmiin ja niiden käyttöön, sekä tietoa erilaisista neuropsykiatrisista häiriöistä. Kehittämistoiminnassa ei usein ole aikaa yhtä perusteelliselle aineistojen analyysille kuin perinteisessä tutkimuksessa, jolloin pyritään usein laadullisen aineiston luokitteluun sekä karkeaan tulkintaan. (Toikko ja Rantanen 2009, 121). Opinnäytetyössä käsiteltiin materiaalia uuden menetelmän kautta, jolloin aiemmat tutkimukset ja menetelmät toimivat vain suuntaa antavana teoriapohjana. Kehittämistoiminnassa tiedon todenmukaisuus ei ole riittävä validiteetti aineistoille, vaan sen tulee olla myös hyödyllistä, jolloin

aineiston luotettavuus mitataan käyttökelpoisuudella (Toikko ja Rantanen 2009, 121). Opinnäytetyön aineisto kerättiin sen perusteella, että teoriapohja rakentuu tukemaan menetelmän tarkoitusta ja tukee perusteita sen käytölle asiakastyössä. Menetelmän toimivuutta kartoitettiin myös lapsille ja nuorille tehdyn palautekyselylomakkeen avulla pilotoinnin yhteydessä. Aineiston analyysissä tulee ottaa huomioon myös toistettavuuden mahdollisuus. Eri ryhmillä ei voida saada aikaan samanlaista prosessia, vaikka ulkoiset olosuhteet ja tehtävänanto eivät muuttuisi, sillä ryhmän jäsenten yksilölliset tekijät vaikuttavat ryhmän toimintaan ja prosessin toteutumiseen. (Toikko ja Rantanen 2009, 123.) Näin ollen menetelmä mukautuu aina ryhmän tarpeisiin, eikä prosessi ole koskaan samanlainen, vaikka menetelmän pohja on vakaa.

5.3 Kehittämistyön eteneminen

Opinnäytetyö alkoi suunnittelulla, jossa etsittiin lähdemateriaaleja teoriaperustan kirjoittamiseen sekä menetelmän sisällön ja rakenteen suunnittelulla, joka sovitettiin toteutukseen Alkumaan ympäristössä. Teoriapohja rakentui yhteistyöllä menetelmän suunnittelun aikana ja teoriaa käytettiin myös menetelmän käytön ja toimivuuden tarkasteluun. Teoriaa käytettiin pohjana toiminnallisen menetelmän suunnittelussa.

Syksyllä 2023 toteutettiin kaksi pilottiryhmää Alkumaan ympäristössä yhdessä toimeksiantajan kanssa. Päivä toteutui siten että ensin pilotoitiin lasten ryhmä, johon osallistui 4-vuotiaita lapsia. Lapsia osallistui menetelmän pilotointiin kolme, sillä osa ilmoittautuneista olivat estyneitä tulemaan paikalle. Lapsien vanhemmat kiersivät mukana rastikierroksessa, mutta eivät osallistuneet toimintaan. Lapset olivat entuudestaan toisilleen hieman tuttuja, joten ryhmäytymisessä ei ollut erityisiä haasteita. Aluksi kokoonnuimme pihalla sijaitsevan suuren tammen juurelle, jossa kerroimme mitä tulemme tekemään ja miksi, samalla kävimme nimikierroksen lasten kanssa. Toiminta alkoi, kun vapaaehtoinen lapsista soitti lehmänkelloa rastikierroksen alkamisen merkiksi. Tämän jälkeen jokainen lapsista

sai heittää yhden tarinanopan, josta tarinan muodostaminen lähti liikkeelle. Lasten noppiin olimme valinneet Papunetin kuvapankista piirroskuvia, jotka olivat vapaasti lasten tulkittavissa. Noppiin valitut kuvat olivat mahdollisimman erilaisia, jotta ne rikastuttaisivat mielikuvitusta ja herättäisivät erilaisia ajatuksia. Ensimmäiseen noppaan oli valittu hahmoja, esimerkiksi oli keiju, peikko, siili, karhu, apina ja maatilan eläimiä. Toisessa nopassa oli tekemistä kuvaavia kuvia, kuten lentäminen, juhliminen, auttaminen, koiran karkaaminen, laulaminen ja nuotiotuli. Kolmanteen noppaan oli kuvattu tunnetiloja, hämmästyys, yksinäisyys, iloisuus, surullisuus, herkullisuus ja lohdutus. Toinen ohjaajista toimi samalla tarinan kirjuriina tarinavihkoon. Noppien heiton jälkeen lähdimme kävelemään kohti laavua, joka oli toinen rastikierroksen pisteistä. Laavulla oli vuorossa tarinan maiseman ja ympäristön maalausta isolle yhteiselle kankaalle. Maalauksessa käytettiin akryylimaaleja sekä erikokoisia siveltimiä. Maalauksen jälkeen lapset ohjattiin kolmannen rastin merkeissä makoilemaan laavun penkeille kuuntelemaan ympäriltä kuuluvia ääniä ja niiden avulla keksimään tarinaa eteenpäin. Tästä jatkoimme matkaa metsätietä pitkin takaisin pihapiiriin. Matkalla pysähdyimme neljännelle rastille poimimaan luonnonmateriaaleja, kuten lehtiä ja kiviä, jotka kuuluivat tarinan sisältöön. Viides rasti sijoittui vasikoiden läheisyyteen, jossa lapset saivat tutustua lehmiiin silittelemällä ja antamalla heinää. Rastin tarkoitus oli rauhoittaa lapsia, sillä vasikat heijastivat lasten käytöstä ja kehonkieltä, lähestymällä lapsia silloin kun he osasivat odottaa rauhallisesti. Lehmien läheisyydessä lapset viihtyivät pitkään. Rastilla heitettiin myös tarinanoppia uudelleen. Kuudennella rastilla lapsia ohjattiin kehoillisuuteen ja pohdittiin, miten eri hahmot tarinassa liikkuisivat. Rastin toteutusta olisi tukenut musiikin käyttö liikkumisen rohkaisuun. Lopetus tapahtui alun tammen juurella, jossa tarinalle suunniteltiin loppu tarinanoppien tukemana. Sään takia tämän jälkeen siirryimme sisätiloihin, jossa tarina luettiin kaikkien kuullen kokonaisuudessaan, sekä samalla esiteltiin ryhmän yhdessä luomaa taidetta.

Toinen pilottiryhmä koostui kahdeksasta 5.-6.luokkalaisesta nuoresta. Osa ryhmäläisistä tunsivat toisensa entuudestaan ja osa puolestaan oli täysin vieraita toisilleen. Ryhmässä oli myös kaksi, jotka eivät puhuneet suomea äidinkielenään.

Aloitukset tapahtui tämänkin ryhmän kanssa suuren tammen juurella. Alkuun kävimme läpi mitä teemme ja miksi. Rastikierros alkoi, kun vapaaehtoinen ryhmästä soitti kelloa ja vapaaehtoiset heittivät tarinanoppia. Nuorten tarinanoppiin olimme valinneet myös hahmoja, tunnetiloja ja tekemistä kuvaavia kuvia, mutta nuorten kohdalla kuvina käytettiin Pixabayn kuvapankista valittuja valokuvia, joita nuoret saivat vapaasti tulkita. Ensimmäiseen noppaan oli valittu eri-ikäisiä ja näköisiä henkilöitä. Toiseen noppaan olimme valinneet tekemistä, kuten harrastuksia, kulttuuria ja nuorten elämään liittyviä asioita. Kolmanteen noppaan olimme valinneet erilaisia tunnetiloja, jotka olivat monipuolisempia kuin lasten ryhmän nopissa. Lähdimme kulkemaan rastikierroksen toiselle rastille, laavulle, jossa maalasimme yhteistä maisemaa tarinalle. Laavulle sijoittui myös kierroksen kolmas rasti, jossa nuoret saivat makoilla laavun ympäristössä ja kuunnella ympäröiviä ääniä. Tämän jälkeen lähdimme metsätietä pitkin takaisin pihapiiriin, tarkoituksena pysähtyä metsätielle neljännelle rastille, keräämään luonnonmateriaaleja. Osa ryhmäläisistä oli kuitenkin niin innoissaan vasikoista, että kiiruhtivat niiden luokse. Ryhmä kerättiin uudelleen kokoon pihapiirissä. Tämän jälkeen siirryimme yhdessä vasikoiden luo. Nuoret rauhoittuivat ja asettuivat vasikoiden läheisyyteen pitkäksi aikaa. Rastilla heitettiin myös tarinanoppia ja keksittiin niiden avulla tarinaa eteenpäin. Kuudennella rastilla kehollisuuden parissa, koimme haasteita ryhmän koossa pysymisessä. Myös tämän ryhmän kanssa olisi ollut hyvä hyödyntää musiikkia kehollisuuden tukemisessa, sekä rohkaisussa heittäytymään. Viimeisellä rastilla luotiin tarinalle loppu, jolloin osa nuorista kiipesi puuhun ja meidän tuli ohjata heidät takaisin yhteisen tekemisen pariin. Tarina saatiin päätökseen ja siirryimme ryhmän kanssa sisälle, jossa tarina luettiin kokonaisuudessaan läpi sekä tarkasteltiin ryhmän luomaa yhteistä taidetta.

Pilottipäivän lopuksi keräsimme sisätiloissa anonymisia palautetta kyselylomakkeen avulla jokaiselta ryhmään osallistujalta. Lasten ryhmässä vanhemmat auttoivat lapsia vastaamaan kyselyyn kirjoittamalla heidän kanssaan yhdessä vastaukset. Merivirta tarjosi pilottiryhmille kahvit ja ruuan rastikierroksen jälkeen sisätiloissa.

Pilottipäivän jälkeen perehdyimme lomakkeiden avulla saatuihin palautteisiin ja pohdimme toteutuneita pilottiryhmiä. Jatkoimme myös teorian kirjoittamista, sekä aloitimme itse kehittämistyön etenemisen läpikäymisen kirjalliseen muotoon. Tämän jälkeen kokosimme valmiin menetelmärungon liitteeksi opinnäytetyöhön. Menetelmärungon suunnittelimme ja tuotimme Canva-työkalua apuna käyttäen ja luotiin mahdollisimman selkeäksi sekä helppokäyttöiseksi. Menetelmärunko on liitteenä opinnäytetyön lopussa. Opinnäytetyöprosessin aikana tapasimme aktiivisesti ja työstimme yhdessä opinnäytetyötä eteenpäin. Olimme aktiivisesti yhteydessä myös toimeksiantajaan ja jaoimme myös hänelle aikataulutettuja opinnäytetyön etenemisvaiheita.

5.4 Tavoitteet

Opinnäytetyössä tavoitteita olivat osallisuuden lisääminen, mielikuvituksen rikastuttaminen sekä haastavien asioiden kohtaaminen tarinallisuuden kautta lasten ja nuorten kanssa. Tarkoituksena oli hyödyntää Green Care-toimintamallia sekä ympäröivää luontoa lasten ja nuorten kanssa erilaisten asioiden käsittelyyn. Tuotoksena toimii narratiivinen menetelmä, jossa lapset kehittävät tarinan erilaisten luovien rastien avulla. Menetelmän luomisessa käytettiin tietoperustaa erilaisten luovien menetelmien käytöstä ja lasten ja nuorten ohjaamisesta.

5.5 Kehittämismenetelmät

Kehittämismenetelmää suunniteltiin yhdessä Alkumaan omistajan kanssa ja kehittämisessä käytettiin tukena kirjallisuutta sekä omaa ideointiamme. Menetelmä kehitettiin yksilöllisesti Alkumaan ympäristöön ja sen tarpeisiin sopivaksi. Menetelmää testattiin ja kehitettiin pilottiryhmien avulla, jolloin pystyttiin muokkaamaan menetelmää eri ikäisten ja tasoisten lasten kanssa käytettäväksi. Tavoitteet saa-

vutettiin luomalla tarkoituksenmukainen menetelmä, jota pystyy pienillä muutoksilla soveltamaan eri ryhmien käyttöön ja sen avulla pystytään myös käsittelemään erilaisia aiheita liittyen esimerkiksi elämäntilanteisiin tai ihmissuhteisiin.

Kehittämistoiminnan toteutus koostui toiminnan ideoinnista ja priorisoinnista, sekä kokeilusta ja mallintamisesta. Ideointi alkoi jo toiminnan perustelun aikana, mutta toteutuksen yhteydessä ideointiin palattiin ja ideaa tarkasteltiin uusista näkökulmista (Toikko ja Rantanen 2009, 59). Toikon ja Rantasen (2009, 60) kehitystulosten kuvaamiseen tähdättiin kokeilevan toiminnan avulla. Opinnäytetyön aikana kehitettävän menetelmän toimivuutta kokeiltiin pilottiryhmien avulla, jolloin saatiin näyttöä siitä miten menetelmä toimii ja pystyttiin miettimään tuleeko menetelmää muuttaa vielä, sekä hyödynnettiin myös lasten ja nuorten kokemukset menetelmän kehittämisessä. Kehittämistoiminnan arvioinnin avulla voitiin kehittää ja suunnata prosessia (Toikko ja Rantanen 2009, 61). Pilottiryhmien avulla pystyttiin myös arvioimaan mikä menetelmässä toimii ja mikä ei.

Opinnäytetyön kehittämistoimintaa voitiin tarkastella lineaarisen mallin avulla. Lineaarisen mallin kehittämistoiminnassa projekti etenee tavoitteiden määrittelyn, suunnittelun ja toteutuksen kautta projektin päättämiseen ja arviointiin (Toikko ja Rantanen 2009, 64). Myös lineaarisen mallin mukaan projektisuunnitelma voi muuttua tai täydentyä toteutusvaiheen aikana, kuten myös tämän opinnäytetyönaikana tapahtui. Projektilla on selkeä päätepiste, jolloin se on ajallisesti rajattu, eikä projekti jatku tämän jälkeen (Toikko ja Rantanen 2009, 65). Tämän kehittämistoiminnan päätepiste oli opinnäytetyön valmistuminen ja menetelmän siirtyminen Alkumaan käyttöön.

6 YHTEENVETO JA ARVIOINTI

Vaikka pilottiryhmiä oli vain kaksi, pystyttiin niillä hyvin kokeilemaan ja todentamaan menetelmän toimivuutta eri-ikäisten ryhmien kanssa. Samalla testattiin ryhmät menetelmälle suunnitellussa Alkumaan ympäristössä. Pilottiryhmien ja palautteen jälkeen pystymme todentamaan, että menetelmä on toimiva ja käyttökelpoinen työväline Green Care-toimintaan. Menetelmä on myös sovellettavissa eri Green Care-ympäristöihin, vaikka se on suunniteltu Alkumaan toimintaa ajatellen. Lisäksi menetelmän toimivuutta tukee se, että menetelmä on muokattavissa eri-ikäisten ryhmien kanssa toimimiseen ja tarinanoppien kuvia pystyy vaihtamaan eri ryhmien kohdalla. Menetelmä sopii myös neuropsykiatrisista häiriöiden omaavien osallistujien kanssa työskentelyyn, sen joustavuuden ja monipuolisuuden ansiosta. Pilottiryhmien kohdalla meillä ei ollut etukäteen tietoa osallistujien mahdollisista diagnooseista, joten käytännössä menetelmää ei varmuudella pilotoitu neuropsykiatrisista häiriöitä omaavien lasten tai nuorten kanssa. Nämä kuitenkin otettiin huomioon menetelmän suunnittelussa teoriaan perustuen, sekä Alkumaan asiakaskunta ja sen tarpeet huomioon ottaen.

Pilottiryhmien aikana huomasimme kehityskohteita rastikierroksen eri vaiheista. Yhtenä kehittämiskohteena menetelmään ilmeni ryhmädynamiikan ja ryhmäytymisen merkitys. Menetelmä itsessään ei ole niinkään ryhmäyttävä, vaikka onkin yhdessä tekemistä ja tukee osallisuutta. Tämän vuoksi täytyy huomioida ryhmiä pitäessä, että kaikilla on tasa-arvoiset lähtökohdat ryhmässä osallistumiseen. Esimerkiksi ryhmän osallistujien tulisi olla toisilleen joko entuudestaan tuttuja tai tuntemattomia. Ryhmän sisällä ei saisi valmiiksi olla tiiviitä porukoita, sillä ne vaikeuttavat muiden ryhmäläisten tasavertaista osallistumista. Myös ryhmäläisten kielitason olisi hyvä olla samantasoinen, jotta osallistumiskyky olisi kaikille yhtäläinen. Osallisuuden kannalta haasteena voi olla esimerkiksi jos osan ryhmäläisten puheen ymmärtäminen ja tuottaminen on nopeampaa kuin toisten ja tämän vuoksi esimerkiksi eri äidinkieltä puhuvien voi olla vaikea pysyä ryhmän tahdissa mukana.

Pilottiryhmien aikana huomasimme myös miten musiikin käyttö olisi saattanut tukea ja rohkaista osallistujia kehollisuuteen sekä liikkumiseen menetelmän kaudennella rastilla. Osallistujilla ilmeni haasteita heittäytyä liikkeeseen ja elää tarinaa kehollisuuden kautta. Musiikki voisi tässä lieventää kynnystä ja antaa tarttumapintaa liikkeeseen.

Palautteen keräsimme kyselylomakkeen avulla jokaiselta osallistujalta rastikierroksen jälkeen. Lomakkeessa kysyttiin millainen olo rastikierroksesta jäi, sekä miltä tuntui tehdä tarinaa ryhmässä. Lomake suunniteltiin olemaan yksinkertainen ja helposti vastattavissa, koska se oli kohdennettu nimenomaan lasten ja nuorten itse vastattavaksi. Näihin kysymyksiin vastausvaihtoehtoina toimi kuvalinen tunnemittari, johon oli valittu eri ilmeitä janaan surullisesta hämmästyneen kautta iloiseen, josta osallistajat saivat värittää tai ympyröidä heidän mielestään kuvaavan ilmeen. Näistä molemmista kysymyksistä saimme iloisia tai nauravia naamoja. Lomakkeessa oli myös tilaa avoimelle palautteelle, joihin saimme palautteeksi että rastikierros oli osallistujien mielestä ollut kiva. Lisäksi viimeisenä kohtana lomakkeessa oli mahdollisuus antaa nimiehdotuksia menetelmälle. Kyselylomakkeiden perusteella osallistujille oli jäänyt hyvä kokemus rastikierroksesta, sekä sitä oli ollut mielekästä toteuttaa muiden kanssa. Saamamme palautteen mukaan pilotointi oli lasten ja nuorten mielestä onnistunut, eikä osallistujilta itseltään tullut kehittämis ehdotuksia. Saadun palautteen perusteella pystyimme tulkitsemaan että lasten ja nuorten näkökulmasta menetelmä oli toimiva.

Menetelmä on helppokäyttöinen ja muunneltavissa eri ammattilaisten käyttöön erilaisissa ympäristöissä. Menetelmä on käyttövalmis toimintaan mukaan otettavaksi, jolloin sen käyttämisen kynnys madaltuu ja menetelmä on helppo ottaa osaksi toimintaa. Menetelmästä on muotoiltu valmis ja helppokäyttöinen menetelmäpohja, joka on kaikkien saatavilla opinnäytetyön liitteistä ja mahdollista tulostaa myös paperiseksi versioksi. Ohjeessa on kerrottu muun muassa yleistä tietoa menetelmän käytöstä, tarvittavat välineet sekä rastikierroksen kulku. Olemme kehittäneet menetelmän Alkumaan käyttöön, mutta sitä pystyy tulevaisuudessa hyödyntämään myös muissa Green Care-toimintamallia käyttävissä

sosiaalialan paikoissa, joissa käy eri-ikäisiä asiakasryhmiä. Menetelmän on tarkoitus jäädä pysyvästi mukaan Alkumaan toimintaan lasten ja nuorten ryhmien kanssa. Merivirran on mahdollista mainostaa ja viedä menetelmää eteenpäin Suomen Green Care -piireissä, oman aktiivisen toimijuutensa ansiosta. Myös me opinnäytetyön kirjoittajina voimme jalkauttaa menetelmää tulevaisuudessa työpaikoissamme, muun muassa kertomalla tekemästämme opinnäytetyöstä ja sen aikana kehitetystä menetelmästä.

6.1 Kehittämistyön luotettavuus ja eettisyys

Kuten ylempänä on viitattu, Toikko ja Rantanen (2009) toteavat että kehittämis-toiminnassa luotettavuus mitataan käyttökelpoisuudella. Opinnäytetyön menetelmä arvioitiin sen perusteella, miten hyvin se palvelee Alkumaan tarvetta, vastaa lasten ja nuorten kanssa työskentelyyn asetettuihin tavoitteisiin, sekä muuntautuu ryhmän mukaan. Menetelmää pilotoitiin Alkumaan ympäristössä, Alkumaan kontakteja hyödyntämällä hankitulla asiakaskunnalla. Lasten ja nuorten kokemus menetelmästä tuotiin näkyväksi opinnäytetyön raportissa. Opinnäytetyötä varten ei kuitenkaan tarvinnut kerätä tietoja asiakkaista ja näin ollen pilottiryhmiin osallistuneet lapset ja nuoret pysyivät anonyymeina.

Ryhmän toiminnan kannalta tärkeää on vapaaehtoisuus. Toiminnan toteutumisen edellytyksenä on toimijan vapaasti valittu ja toimijan itse hyväksen tunnistama tavoite, joka voi olla toimijan aito päämäärä. (Hallamaa 2017, 113.)

Opinnäytetyön toiminnalliseen menetelmään jokainen osallistuu vapaaehtoisesti sekä ohjaajan tukemana, joten siitä ei synny haasteita. Toiminnassa eettisessä näkökulmassa on merkityksellistä myös yksilön oma minäkuva ja käsitykset itsestä. Millaiset tavoitteet yksilö uskaltaa asettaa itselleen ja millaisin keinoin hän uskaltaa niihin tarttua riippuu yksilön minäkuvasta, paikasta sosiaalisessa yhteisössä sekä uskosta omiin mahdollisuuksiin ja kykyihinsä. Yrittämiseen sekä toimintaan voi merkittävästi vaikuttaa läheisten asenne ihmisen kykyihin ja mahdollisuuksiin. Toisaalta läheisillä voi olla vaikutus myös negatiivisesti passiivomalla yksilöllä. (Hallamaa 2017, 31.)

Toiminnallista menetelmää toteuttaessa luotiin asiakasryhmälle kannustava ja positiivinen ilmapiiri, jossa kiinnitettiin huomiota onnistumisiin ja positiivisiin asioihin ja näin vahvistettiin yksilön minäkuvaa. Samalla yhteenkuuluvuuden tunne lisääntyi myönteisyyden kautta ja hyvien kokemusten kautta. Ryhmälle mahdollistettiin positiivinen ilmapiiri kokeilla uutta.

6.2 Ammatillinen pohdinta

Opinnäytetyöprosessi oli meille todella opettavainen kokemus. Pääsimme tutustumaan Alkumaassa tehtävään työhön, sen monipuolisuuteen ja Green Care-toimintaan. Toimeksianto oli vapaamuotoinen, joten saimme itse ideoida mitä opinnäytetyömme tulee käsittelemään. Aluksi meillä oli haasteita keksiä sopivaa aihetta ja toteutustapaa. Kävimme tapaamassa Merivirtaa Alkumaassa ja keskustelemassa eri aiheista. Tämän jälkeen aihe alkoi selkiytyä niin meidän omien mielenkiinnon kohteiden sekä Merivirran toiveiden pohjalta. Oli opettavaista alkaa ideoimaan uutta toiminnallista menetelmää.

Perehtyessämme opinnäytetyön tietoperustaan, opimme paljon uutta toiminnallisten menetelmien käytöstä sekä soveltamisesta, neuropsykiatrisista häiriöistä sekä niiden vaikutuksesta toimintaan ja Green Care-toiminnan monipuolisista mahdollisuuksista. Meillä molemmilla oli entuudestaan kokemusta lasten ja nuorten ohjaamisesta, mutta opinnäytetyön pilotointi tarjosi meille arvokasta lisäkokemusta Green Care-ympäristön ja sen monipuolisesta hyödyntämisestä ryhmänohjauksessa. Opinnäytetyö toi myös uutta näkökulmaa lasten ja nuorten osallisuudesta, sekä sen tärkeydestä jo lapsuudesta asti. Kokemuksena opettavaista oli päästä ohjaamaan kahta täysin erilaista ryhmää menetelmän pilotoinnissa, joka mahdollisti oman ammatti-identiteetin havainnointia ohjaustyössä. Opinnäytetyöprosessi itsessään opetti meille laajan kokonaisuuden suunnittelua, aikatauluttamista, sekä sen toteuttamista yhteistyössä. Opinnäytetyön eri vaiheet sujivat hyvin ja sen tekeminen yhdessä oli meille luontevaa hyvän aikataulutuksen sekä suunnittelun vuoksi.

LÄHTEET

- Alkumaa 2023. *Alkumaa*. Viitattu 11.9.2023. <https://www.alkumaa.fi/tarinamme/>
- Alkumaa 2023. *Palvelut*. Viitattu 11.9.2023. <https://www.alkumaa.fi/palvelut/>
- From, K. & Koppinen, M. 2012. *Menossa mukana: Tukea tarvitsevan lapsen ja nuoren toiminnallinen osallistuminen*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hallamaa, J. 2017. *Yhdessä toimimisen etiikka*. Helsinki: Gaudeamus Oy.
- Huhtinen-Hilden, L. & Lamppu, M. 2018. *Odottamattomia aarteita - Ilmaisua, leikkisyyttä ja luovaa toimintaa ryhmässä*. Helsinki: Metropolia ammattikorkeakoulu. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/152798/2018%20odottamattomia_aarteita_ERILLISJULKAISU.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Kahilaniemi, E. & Löf, L. 2020. *Green Care - menetelmäopas*. 2., korjattu painos. Voimatassut Ky.
- Kari, O. & Niskanen, T. 2021. *Kasvun ja osallisuuden edistäminen*. 5., uudistettu painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Karjalainen, A. L., Heimonen, K., Huhtinen-Hildén, L., Iivanainen, S. & Öystilä, S. 2019. *Luovan toiminnan työtavat: Käsikirja sosiaali- ja terveysalalle*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kuitunen, N. & Valkama, J. 2021. *Kutsu luontoon: Tunnetaitoja tukeva maatilaleiri erityisen tuen tarpeessa oleville lapsille*. Opinnäytetyö (AMK). Sosionomi. Helsinki: Metropolia ammattikorkeakoulu. <https://www.theseus.fi/handle/10024/493666>
- Leppä, I.; Vesterinen, A. & Öysti, S. 2022. *Opas eläinavusteisen työn toteuttamiselle sosiaaalialalla: Metsäkylän koulutus- ja kuntoutuskeskus*. Opinnäytetyö (AMK). Sosionomi. Turku: Turun ammattikorkeakoulu. <https://www.theseus.fi/handle/10024/786328>
- Mannström-Mäkelä, L. & Saukkola, K. 2008. *Voimaannuttavan ohjaamisen käsikirja: Kaaoksesta arjen hallintaan*. Helsinki: Palmenia Helsinki University Press.

Morgan, A. & Malinen, T. 2004. *Johdatus narratiiviseen terapiaan*. Ilola: Kuva ja mieli.

Niemistö, R. 2007. *Ryhmän luovuus ja kehitysehdot*. 7. p. Helsinki: Palmenia.

Parikka, J., Halonen-Malliarakis, N. & Puustjärvi, A. 2020. *Vaikeudesta voimaksi. Neuropsykiatriset häiriöt ja niiden huomioiminen koulussa*. 2.-3. painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Otava.

Raatikainen, E., Rahikka, A., Saarnio, T. & Vepsä, P. 2019. *Ammattina sosionomi*. 3. uud.p. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Savikuja, T. & Puustjärvi, A. 2022. *Nepsy-opas. Tukea neuropsykiatrisiin haasteisiin*. 2. p. Jyväskylä: PS- kustannus.

Soini, K. & Lilja, T. 2014. *Alkuperäiset kotieläinrotumme Green Care-toiminnassa*. Jokioinen: MTT. <http://www.mtt.fi/mttkasvu/pdf/mttkasvu19.pdf>

Suomi, A., Juusola, M. & Anundi, E. 2016. *Vihreä hoiva ja voima*. Helsinki: Terapi- ja valmennuskeskus Helsingin Majakka.

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2020. *Osallisuuden edistäminen*. Viitattu 14.5.2023. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtamien/osallisuuden-edistaminen>

Toikko, T. & Rantanen, T. 2009. *Tutkimuksellinen kehittämistoiminta: Näkökulmia kehittämisprosessiin, osallistamiseen ja tiedontuotantoon*. Tampere: Tampere University Press.

Tulensalo, H., Kalliomeri, R. & Laimio, J. 2021. *Kohti lapsen näköistä osallisuutta*. Helsinki: Pelastakaa lapset ry. Viitattu: 14.5.2023. <https://pelastakaa-lapset.s3.eu-west-1.amazonaws.com/main/2021/05/20140644/kohti-lapsen-na-koista-osallisuutta-kirja.pdf>

Vilén, M., Leppämäki, P. & Ekström, L. 2008. *Vuorovaikutuksellinen tukeminen*. 3. uud. p. Helsinki: WSOY oppimateriaalit.

Liite 1. Menetelmäpohja



RASTIKIERROS

MENETELMÄ ALKAA YHTEISESTÄ
KOKOONTUMISESTA TILAN PIHALTA.
ALUSSA KERROTAAN MENETELMÄN
KULUSTA JA MITÄ ON TARKOITUS TEHDÄ.
SIIRTYMISISSÄ HYÖDYNNETÄÄN TEEMAAN
SOPIVASTI LEEHMÄNKELLOA
MERKKIÄÄNENÄ UUDEN RASTIN
ALKAESSA. JOKAINEN OSALLISTUJA SAA
SOITTAA LEHMÄNKELLOA ERI RASTEILLA.
ALOITUKSESSA MIETITÄÄN AIHE, JONKA
OSALLISTUJAT SAAVAT PÄÄTTÄÄ JA
TARINAN MUODOSTAMINEN ALKAA,
ESIMERKIKSI HAHMOJEN LUOMISELLA
TARINAAN. MENETELMÄ
DOKUMENTOIDAAN KIRJALLISEEN
MUOTOON JA LOPUKSI TARINA VOIDAAN
LUKEA YHDESSÄ ÄÄNEEN JA ELÄYTYÄ SEN
KAIKKIIN VAIHEISIIN.

1. RASTI

ENSIMMÄISELLÄ RASTILLA, JOKA
SIJOITTUU TILAN PIHANURMELLE,
ALOITETAAN TARINAN TEKEMINEN.
TARINAN LUOMINEN ALKAA AIHEEN
PÄÄTTÄMISELLÄ. MIKÄLI OSALLISTUJILTA
ITSELTÄÄN EI TULE AIHEITA, VOIDAAN
HYÖDYNTÄÄ TARINANOPPIA. AIHEEN
LISÄKSI ENSIMMÄISELLÄ RASTILLA
MIETITÄÄN TARINAN MUKANA KULKEVIA
HAHMOJA, JOTKA OSALLISTUJAT SAAVAT
ITSE PÄÄTTÄÄ. TÄMÄN JÄLKEEN
OSALLISTUJAT ALOITTAVAT TARINAN
LUONNIN JA KERRONNAN.



2. RASTI

TOISELLA RASTILLA SUUNNITELLAAN TARINALLE
YMPÄRISTÖ. RASTI SIJOITTUU TILAN LAAVULLE
METSÄÄN. TARINAN YMPÄRISTÖN LUOMISESSA
HYÖDYNNETÄÄN MAALAAMISTA JA ERILAISIA
LUONNOSTA LÖYTYVIÄ MAALATTAVIA ASIOITA,
KUTEN KÄVYT, KIVET, KEPIT JA
KUKKASET. MAALAUUS LUODAAN YHTEISELLE
SUURELLE ALUSTALLE, KUTEN KANKAALLE TAI
KARTONGILLE.

3. RASTI

KOLMANNELLA RASTILLA LUODAAN TARINAA
ETEEPÄIN RENTOUTUMALLA LUONNOSSA TAI
LAAVULLA MAKOILEMALLA. OSALLISTUJA VOI
LÖYTÄÄ INSPIRAATION ESIMERKIKSI
SAMMALMÄTTÄÄLLÄ TAI KANNON PÄÄLLÄ.
RENTOUTUESSA VOI SAMALLA TUNNUSTELLA
ERILAISIA LUONNONMATERIAALEJA JA MIETTÄÄ
MIKÄ TARINASSA TUNTUISI SAMALTA. TÄSSÄ
KOHTAA VOIDAAN MYÖS HYÖDYNTÄÄ
TARINANOPPIA MIELIKUVITUKSEN
RIKASTUTTAMISEKSI.





4. RASTI

NELJÄNNELLÄ RASTILLA LUONTOPOLULLA
HYÖDYNNETÄÄN LUONNON OMIA ÄÄNIÄ SEKÄ
LUONNONMATERIAALEJA ÄÄNIEN TUOTTAMISEEN
TARINAAN. LISÄKSI VOIDAAN TUOTTA ITSE
ÄÄNIÄ YKSIN TAI YHDESSÄ, JOILLA LUODAAN
TARINALLE ÄÄNIMAISEMA.

5. RASTI

VIIDENNELLÄ RASTILLA KEKSITÄÄN TARINAA
ETEENPÄIN. RASTI SIJOITTUU VUODENAJASTA
RIIPPUEN ELÄINTEN LÄHEISYYTEEN, JOKO
ESIMERKIKSI LAITUMELLE TAI NAVETTAAN.
NÄIN OLLEN VIRIKKEENÄ TOIMIVAT JOKO
LEMPPEÄT LYPSSYLEHMÄT, NAVETTAKISSAT TAI
TILAN OMA KOIRA. MYÖS TÄLLÄ RASTILLA ON
MAHDOLLISTA KÄYTTÄÄ TARINANOPPIA.





6. RASTI

KUUDENNELLA RASTILLA NURMELLA ON VUOROSSA KEHOLLISTA TOIMINTAA. RASTILLA POHDITAAN JA LIIKUTAAN SITEN, KUIN TARINAN HAHMOT LIIKKUISIVAT. SAMALLA MIETITÄÄN MYÖS TARINASSA ESIINTYVIÄ TUNNETILOJA JA NIITÄ VOIDAAN ILMAISTA KEHOLLISESTI. APUNA VOI KÄYTTÄÄ KAIUTTIMESTA SOITETTAVAA MUSIIKKIA ELÄYTYMISEN TUEKSI.

7. RASTI

MENETELMÄN VIIMEINEN RASTI JA VUOROSSA ON TARINAN LOPETUS, JOKA TOTEUTUU SAMASSA PAIKASSA JOSSA TARINAN LUOMINEN ALKOI. TÄSSÄ KOHTAA TARINAAN VOI VIELÄ LISÄTÄ ASIOITA TAI JUONENKÄÄNTEITÄ. KUN TARINA ON VALMIS, KIRJURI LUKEE TARINAN OSALLISTUJILLE ÄÄNEEN JA SAMALLA "ELETÄÄN" LUODUN TARINAN MUKANA, HYÖDYNTÄEN AIEMMIN TUOTETTUJA ÄÄNIÄ, KEHOLLISIA LIIKKEITÄ JA LUOTUJA MAALAUKSIA.

IHANIA TARINAHETKIÄ
MENETELMÄN PARISSA!



Liite 2. Palautelomake

Palautekysely toiminnallisen menetelmän kokeilusta

Millainen olo sinulle jäi rastikierroksesta?

						
---	---	---	---	---	---	---

Miltä tuntui tehdä tarinaa ryhmän kanssa?

						
---	---	---	---	---	---	---

Avoin palaute:

Halutessasi voit tähän ehdottaa menetelmälle nimeä:

Kiitos palautteestasi! 