



Kuhmoisten Aistien Puutarha

Selvitys tulevien käyttäjien toiveista ja odotuksista

Saila Mäkinen

Opinnäytetyö, AMK

Kesäkuu 2023

Kuntoutuksen ohjaajan tutkinto-ohjelma (AMK)

Mäkinen Saila, Kuhmoisten Aistien Puutarha. Selvitys tulevien käyttäjien toiveista ja odotuksista

Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. 2023, 72 sivua.

Sosiaali- ja terveysala. Kuntoutuksen ohjaajan tutkinto-ohjelma. Opinnäytetyö AMK.

Julkaisun kieli: suomi

Verkkojulkaisulupa myönnetty: kyllä

Tiivistelmä

Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa tilaajalle KAPY ry:lle, Kuhmoisten Aistien Puutarhan Ystäville, tietoa Kuhmoisiin vanhan kansakoulun tontille vuosina 2022–2029 rakennettavan Aistien Puutarhan tulevista käyttäjistä ja heidän toiveistaan ja odotuksistaan aistipuutarhalle. Kuhmoisten Aistien Puutarhan kohderyhmää ovat kaikki ihmiset, mutta erityisesti sosiaali- ja terveysalan ammattilaiset sekä erityisryhmät, joiden kuntoutuksellisessa toiminnassa aistipuutarhaa tulevaisuudessa hyödynnetään.

Tiedon hankkimiseksi ja asiakasymmärryksen muodostamiseksi opinnäytetyössä käytettiin menetelmänä palvelumuotoilun periaatteita ja työkaluja, kuten samankaltaisuuskaaviota ja aineiston pohjalta luotuja fiktiivisiä käyttäjäpersoonia. Tutkimus toteutettiin kahtena anonyyminä sähköisenä Webropol-kyselynä (N=59). Ensimmäisenä kyselyssä (n=18) kohderyhmänä oli Kuhmoisten sosiaali- ja terveyspalveluiden ikäihmisten, vammaisten ja kehitysvammaisten toiminnan sekä kuntouttavan työtoiminnan asiakkaat ja toimintaa ohjaavat ammattilaiset. Toinen kysely (n=41) suunnattiin kaikille kuntalaisille.

Kyselyiden vastaukset yhdistettiin samojen kysymysten osalta. Aineiston monivalintakysymykset käsiteltiin tekemällä saaduista tiedoista kuvaajia ja avoimet kysymykset jäsenneltiin teemoittain samankaltaisuuskaavioon. Tulosten perusteella luotiin Kuhmoisten Aistien Puutarhalle kolme käyttäjäpersoonaa työkaluiksi aistipuutarhan jatkokehittämistä varten. Tilaaja sai tutkimuksesta käyttökelpoista tietoa siitä, mitä vastaajat tulevalta aistipuutarhalta toivovat: millaisia kasveja, elementtejä ja ominaisuuksia sekä kursseja ja tapahtumia he sinne haluavat, ja milloin ja miten he haluavat aistipuutarhassa vieraila.

Kuntoutuksen näkökulmasta tilaaja sai tietoa siitä, mitä seikkoja tulee puutarhan suunnitellussa huomioida kuntoutuksellisen käytön mahdollistamiseksi sekä saavutettavuuden ja esteettömyyden kannalta. Tuotetun tiedon perusteella KAPY ry voi toteuttaa uusia tarkempia jatkotutkimuksia aistipuutarhan kehittämisen ja toteuttamisen kannalta tärkeistä asioista sekä tutkia aistipuutarhan valmistuttua, ovatko tutkimuksen tuloksena saadut toiveet ja odotukset toteutuneet aistipuutarhassa ja miten ne ovat toteutuneet.

Avainsanat (asiasanat)

Aistipuutarha, palvelumuotoilu, asiakasymmärrys, samankaltaisuuskaavio, käyttäjäpersoonaa, saavutettavuus, esteettömyys, kuntoutus

Muut tiedot

Liitteinä kahden kyselyn kyselylomakkeet sekä avoimiin kysymyksiin saadut pidemmät ja muokkaamattomat vastaukset. Yhteensä 13 sivua. .

Mäkinen Saila

Kuhmoisten Aistien Puutarha. Investigation of future users' desires and expectations.

Jyväskylä: JAMK University of Applied Sciences, May 2023, 72 pages

Health and social studies. Degree Programme in Rehabilitation counseling. Bachelor's thesis.

Permission for web publication: Yes

Language of publication: Finnish

Abstrac

The aim of this thesis was to provide KAPY ry, Kuhmoisten Aistien Puutarhan Ystävät ry, with information about the future users of the Sensory Garden to be built on the site of the old elementary school in Kuhmoinen between 2022–2029, as well as their desires and expectations for the garden. The target group for Kuhmoinen Sensory Garden includes everyone, but specifically social and healthcare professionals and special groups who will utilize the sensory garden in their rehabilitative activities in the future.

To obtain information and gain customer insight, the thesis employed the principles and tools of service design, such as affinity diagrams and fictional user personas based on collected data. The research was conducted through two anonymous electronic Webropol surveys (N=59). First survey (n=18) targeted at Kuhmoinen's social and healthcare service customers including elderly, disabled, and developmentally disabled individuals, as well as professionals who guide the activities. The second survey (n=41) was aimed at all municipal residents.

The answers to the surveys were combined for the same questions. The collected data from multiple-choice questions were processed to create graphs, and the open-ended questions were categorized into themes using affinity diagrams. Based on the results, three user personas were created as tools for future development of Kuhmoinen Sensory Garden. The client received useful information about what the respondents hoped to find in the future sensory garden, such as what kind of plants, elements, and features, as well as courses and events they would like to see there, and when and how they would like to visit the sensory garden.

From a rehabilitation perspective, the client received information on what factors to consider in the garden's design to enable rehabilitative use, as well as accessibility and inclusivity. Based on the produced information, KAPY ry can carry out more detailed follow-up studies on important aspects for developing and implementing the sensory garden, and evaluate whether the expectations and hopes expressed in the survey have been fulfilled after the garden is completed and how they have been realized.

Keywords/tags (subjects)

Sensory garden, service design, customer understanding, affinity diagram, user persona, accessibility, inclusivity, rehabilitation

Miscellaneous (Confidential information)

Attached are the survey questionnaires for the two surveys, as well as the longer, unedited responses to the open-ended questions. The total length is 13 pages.

Sisältö

1	Opinnäytetyö osana Kuhmoisten Aistien Puutarha -hanketta	4
2	Luontoympäristön hyvinvointivaikutukset	5
2.1	Luonnon vaikutukset näkyvät ihmisen kehityksessä ja perimässä	5
2.2	Monitieteinen näyttö luonnon hyvinvointivaikutuksista	6
2.3	Elvyttävä ympäristö ja sen vaikutukset	7
3	Luonto- ja puutarhaympäristö hoitotyössä ja kuntoutuksessa	9
3.1	Puutarhanhoito harrastuksena ja terapeuttisena toimintana	9
3.2	Terapeuttisten puutarhojen suunnittelun malleja	11
3.3	Terapeuttisen puutarhan esteettömyys ja saavutettavuus	14
4	Aistipuutarhat	16
4.1	Aistipuutarhat ja niiden tarkoitus	16
4.2	Aistit ja niiden merkitys luontoyhteyden muodostumisessa	17
4.3	Kuhmoisten Aistien Puutarhan esikuvat	17
5	Opinnäytetyön tavoite, tarkoitus ja tutkimustehtävät	19
6	Tutkimuksen toteutus	19
6.1	Palvelumuotoilu opinnäytetyön menetelmänä	19
6.1.1	Palvelumuotoilu kehittämistyössä	19
6.1.2	Palvelumuotoiluprosessi ja sen soveltaminen opinnäytetyössä	20
6.1.3	Asiakasymmärryksen muodostaminen sekä kehittäminen	21
6.1.4	Asiakasprofiilit asiakasymmärryksen työkaluna	23
6.2	Kohderyhmä sekä aineiston keruu ja kuvaus	23
6.3	Aineiston analyysi ja järjestäminen	26
7	Tutkimustulokset	27
7.1.1	Käyttäjätietoon liittyvät kysymykset ja niiden vastaukset	27
7.1.2	Toivottuihin ominaisuuksiin ja toimintaan liittyvät kysymykset ja vastaukset	31
7.1.3	Saavutettavuuteen ja esteettömyyteen liittyvät kysymykset	37
7.1.4	Sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten näkemykset aistipuutarhan saavutettavuudesta ja esteettömyydestä sekä kuntoutuksellisista ominaisuuksista	40
7.1.5	Nice to know -kysymykset	42
8	Johtopäätökset	46
8.1	Kuntalaiset ja mökkiläiset Kuhmoisten Aistien Puutarhan ensisijaisina käyttäjinä	46
8.2	Kuhmoisten Aistien Puutarhalle asetetut toiveet ja odotukset	48
8.3	Kuhmoisten Aistien Puutarhan esteettömänä, saavutettavana ja kuntouttavana ympäristönä	50

8.4 Tuloksista johdetut käyttäjäpersoonat	52
9 Pohdinta.....	54
9.1 Opinnäytetyön luotettavuus	54
9.2 Opinnäytetyön eettisyys	56
9.3 Jatkotutkimusaiheet.....	57
9.4 Hyödynnettävyys kuntoutuksen ohjauksessa	58
Lähteet	60
Liitteet	63
Liite 1. Ensimmäisen kyselyn saatekirje	63
Liite 2. Kyselylomake 1	64
Liite 3. Kyselylomake 2	68
Liite 4. Unelmien puutarhat	72
Kuviot	
Kuvio 1. Syrjännmäen vanhan kansakoulun alue Kuhmoisissa 1950-luvulla. Kuva: Ilkka Ampuja .4	
Kuvio 2. Osallistumisen taso riippuu yksilön henkisestä voimasta. Suomennettu ja uudelleen kuvitettu versio muunnellusta Grahnin mallista 1991 (Stigsdotter & Grahn 2002, 64).....	12
Kuvio 3. Sensory Trustin kehittämä Access Chain -työkalu suomennettuna ja mukailtuna.	16
Kuvio 4. Palvelumuotoiluprosessi. Ahonen (2017, 73–74, muokattu)	21
Kuvio 5. Ajatuskartta opinnäytetyön tutkimusosan sekä kyselyiden rakenteesta ja sisällöstä .25	
Kuvio 6. Vastaajien (N=59) ikäjakauma, määrät	27
Kuvio 7. Kysymyksen vastanneiden (n=53) harrastukset	29
Kuvio 8. Vastaajien (n=55) vahvimiksi koetut aistit.....	31
Kuvio 9. Samankaltaisuuskaavio: unelmat näkö- , haju- ja makuaistille	32
Kuvio 10. Samankaltaisuuskaavio: kuultavat, nähtävät ja tunnettavat unelmat	32
Kuvio 11. Samankaltaisuuskaavio: unelmat konkreettisista elementeistä ja tyyleistä	33
Kuvio 12. Samankaltaisuuskaavio: kuvaavat adjektiivit sekä toivotut tunnelmat.....	33
Kuvio 13 Vastaajien (N=59) kasvillisuusvalinnat	34
Kuvio 14. Vastaajien (N=59) elementtivalinnat	35
Kuvio 15. Vastaajien (N=59) valitsemat ajanviettotavat aistipuutarhassa	36
Kuvio 16. Vastaajien (n=34) ehdotukset kurssien ja tapahtumien teemoiksi	37
Kuvio 17. Vastaajien (N=59) valinnat vierailun miellyttävyyteen vaikuttavista asioista	38
Kuvio 18. Vastaajien (N=59) vierailuhaluukkuus aistipuutarhassa eri vuodenaikoina, määrät (n=102)	39
Kuvio 19. Vastaajien (N=59) vierailumahdollisuudet aistien puutarhassa prosentteina (%)	40

Kuvio 20. Sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten näkemykset aistipuutarhan saavutettavuuteen ja esteettömyyteen liittyen	41
Kuvio 21. Sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten näkemykset aistipuutarhasta kuntouttavana ympäristönä	42
Kuvio 22. Yhteys, josta vanhan kansakoulun alue on vastaajille (n=34) tuttu	43
Kuvio 23 Vastaajien (n=28) näkemykset vanhan kansakoulun alueella säilytettävistä asioista	44
Kuvio 24 Vastaajien (n=53) mielipide nimiehdotuksesta KAIPUU	45
Kuvio 25. Vapaa sana (n=18).....	46
Kuvio 26. Käyttäjäpersoona 1, sote-ammattilainen	53
Kuvio 27. Käyttäjäpersoona 2, kuntalainen	53
Kuvio 28. Käyttäjäpersoona 3, erityisryhmän edustaja	54

Taulukot

Taulukko 3 Puutarha-alueiden kahdeksan suosituinta ominaisuutta. Suomennettu. (Stigsdotter & Grahn 2002, 65.)	49
Taulukko 1 Esteettömän ja saavutettavan puutarhan ominaisuuksia	50
Taulukko 2 Kuntouttavan ympäristön ominaisuuksia	51

1 Opinnäytetyö osana Kuhmoisten Aistien Puutarha -hanketta

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa KAPY ry:lle, Kuhmoisten Aistien Puutarhan Ystäville, tietoa Kuhmoisiin vanhan kansakoulun tontille (kuvio 1) rakennettavan Aistien Puutarhan tulevien käyttäjien toiveista ja odotuksista. Tiedon hankkimiseksi ja asiakasymmärryksen muodostamiseksi opinnäytetyössä on käytetty menetelmänä palvelumuotoilun periaatteita ja työkaluja. Työn tuloksena pyritään saamaan aikaan ymmärrystä siitä, mitä Kuhmoisten Aistien Puutarhan tulevat käyttäjät ovat ja mitä he aistipuutarhalta toivovat.

Opinnäytetyön tietoperusta on rakennettu tutkimuskysymysten ympärille ja se perustuu tutkituun tietoon luonto- ja puutarhaympäristön hyvinvointivaikutuksista sekä kuntoutuksellisesta käytöstä, saavutettavuudesta ja esteettömyydestä sekä palvelumuotoilun hyödyntämisestä suunnittelun perustana. Ennako-olettamana tässä opinnäytetyössä oli, että tutkimuksen tulokset ovat linjassa aiemmin tutkitun tiedon kanssa ja vahvistavat käsitystä siitä, mitä ihmiset kokevat itselleen puutarhaympäristössä tärkeäksi. Lisäksi oletettiin, että tulokset liittyen kuntoutuksellisiin näkemyksiin sekä esteettömyyteen ja saavutettavuuteen liittyviin asioihin vastaavat hyvin teoriaosassa esitettyä sisältöä. Opinnäytetyön tutkimusvaihe toteutettiin syys-lokakuussa 2022.



Kuvio 1. Syrjänmäen vanhan kansakoulun alue Kuhmoisissa 1950-luvulla. Kuva: Ilkka Ampuja

Kuhmoisten Aistien Puutarha -hankkeen taustalla on vanhan Syrjänmäen kyläkoulun (kuvio 1) joutuminen purku-uhan alle keväällä 2021. Tuolloin kuhmoislaisissa heräsi voimakas vastustus historiallisesti tärkeän kohteen purkamiselle. Kiinteistön jatkokäytöstä virisi vilkas kansalaiskeskustelu, jonka aikana eräs kansakoulun entinen oppilas ehdotti, että tontille rakennettaisiin yrttitarha samaan tapaan kuin Kotkassa sijaitseva Yrttipuutarha Redutti. Ehdotus koettiin niin hyväksi, että yrttitarhahankkeen edistämiseksi perustettiin 15.5.2021 Kuhmoisten Aistien Puutarhan Ystävät KAPY ry. (KAPY ry, 2022.)

Kuhmoisten Aistien Puutarha rakennetaan vuosien 2022–2029 aikana Syrjänmäen alakoulun tontille. Tontilla sijaitseva entinen koulurakennus otetaan käyttöön kurssi- ja huoltotilana. Rakennuksen korjaaminen alkaa sitten, kun puutarhan rakentaminen on saatu päätökseen. (Hotokka, 2021,3.) KAPY ry haluaa säilyttää tontilla mahdollisimman paljon tuttuja elementtejä. (Karhila, 2021.) Vanhan koulun alueella ja rakennuksilla on monelle kuhmoislaiselle erityistä, historiallista ja kulttuurista merkitystä (Brander-Keskinen, 2022).

Kuhmoisten Aistien Puutarha suunnitellaan esteettömäksi, jotta se palvelee myös erityisryhmiä (KAPY ry, 2021). KAPY ry työllistää Aistien Puutarha -hankkeessaan 1–3 henkilöä työkokeilun kautta. Tämän lisäksi Aistien Puutarha tarjoaa kyläläisille mahdollisuuden osallistua erilaisiin talkoisiin ja tapahtumiin. Talkoolaisia on mukana myös alustavissa töissä. (KAPY ry, 2021.)

Tässä työssä näkökulma aistipuutarhan suunnittelulle ja toteutukselle on kuntoutuksellinen, sillä Kuhmoisiin rakennettavan aistipuutarhan nähdään edistävän nimenomaan kuntalaisten hyvinvointia ja toimivan osana myös erityisryhmien kuntoutusta. Kuhmoisten Aistien Puutarhaa tullaan hyödyntämään esimerkiksi ikäihmisten, kehitysvammaisten sekä työrajoitteisten kuntoutuksellisessa toiminnassa, ja puutarhalla nähdään olevan kunnalle tulevaisuudessa myös positiivisia matkailullisia vaikutuksia (Brander-Keskinen, 2022).

2 Luontoympäristön hyvinvointivaikutukset

2.1 Luonnon vaikutukset näkyvät ihmisen kehityksessä ja perimässä

Noin viiden miljoonan vuoden ajan luontoympäristö on vaikuttanut ihmisen kehitykseen ja geneettisen perimän muovautumiseen. Ihmisen aivot, fysiologia ja toiminta ovat sopeutuneet luonnossa

elämiseen, ja ihminen on oppinut aistimaan ja tulkitsemaan luonnon ilmiöitä, sään ja vuodenaikojen vaihteluita ja luonnon vaaroja henkiinjäämiseksi. (Arvonen 2014, 12–13.) Ihmisen kehityshistorian on esitetty selittävän luonnon stressiä vähentävää ja keskittymiskykyä parantavaa vaikutusta sillä, että ihmisen hermosto ja aistinelimet ovat kehittyneet hahmottamaan luonnon piirteet tehokkaasti ja nopeasti kasvillisuusympäristössä. (Rappe 2003, 26.)

Kuitenkin kasvillisuusympäristöä jää kaupunkien alle, kun rakentaminen valtaa yhä enemmän alaa kaikkialla maailmassa. Ihminen on elänyt rakennetussa kaupunkiympäristössä suhteellisen vähän aikaa, joten se on ihmisen fysiologisille, automaattisille elintoiminnoille toistaiseksi luontoympäristöä vieraampi. Kaupunkiympäristössä on paljon enemmän ärsykeitä, liikettä, ruuhkaa ja muuttuvia tilanteita, mikä vaatii jatkuvaa valppautta ja aistiherkkyyttä, sillä ihminen pyrkii reagoimaan uhkaaviin tekijöihin salamannopeasti. (Arvonen 2014, 12, 18.) Ihmisen elimistö määrittelee edelleen uhkatekijöiksi samoja piirteitä, jotka ovat vaarantaneet esi-isiä luontoympäristössä. Tämä aiheuttaa ylimääräistä elimistön kuormitusta altistaen verenpaineen nousulle ja sitä kautta sydän- ja verisuonitaudeille (Rappe 2003, 26).

2.2 Monitieteinen näyttö luonnon hyvinvointivaikutuksista

Luontoympäristöä on tutkittu ja tutkitaan edelleen paljon, ja on vahvaa näyttöä siitä, että luonnolla on myönteinen vaikutus ihmiseen ja ihmisen terveyteen (Salonen 2010, 23). Useissa luonnon ja kasvien hyvinvointivaikutuksiin liittyvissä tutkimuksissa ja julkaisuissa viitataan yhdysvaltalaisen ympäristöpsykologien Rachel ja Stephen Kaplanin (1989) sekä Roger Ulrichin (1992) uraa uurtaneisiin tutkimustuloksiin ja teorioihin. Esimerkiksi Rappen (2003) mukaan Kaplanit ovat tutkineet jo 1960-luvulta lähtien maisemien miellyttävyyttä ja luontoretkien vaikutuksia ihmiseen. He ovat myös esittäneet teorian luonnon elvyttävistä ominaisuuksista, kuten siitä, että kasvillisuusympäristössä ihmisen suunnattu tarkkaavaisuus saa levätä, minkä ansiosta suorituskyky palautuu. Ulrich puolestaan on tutkinut ympäristön vaikutuksia ihmisen terveyteen mittaamalla esimerkiksi psykofysiologisia vasteita osoittaakseen, miten erilaisten ympäristöjen katselu vaikuttaa ihmiseen. Ulrichin mukaan ihminen toipuu stressin aiheuttamista fysiologisista ja psyykkisistä muutoksista nopeammin kasvillisuusympäristössä kuin rakennetussa ympäristössä. (Rappe 2003, 22, 24.)

Kasveilla on sekä kulttuurista että terveydellistä merkitystä ihmisen hyvinvoinnille. Vuosisatoja valinnut uskomus luonnon ja kasvien näkemisestä ihmisen hyvinvoinnin edistäjänä on saanut tuekseen tieteellistä näyttöä HHH-tutkimuksen (Human issues in horticulture -tutkimus) kautta. HHH-tutkimus on monitieteistä perustuen puutarhatieteeseen, ympäristöpsykologiaan, psykologiaan, sosiologiaan sekä lääketieteen menetelmiin ja tietämykseen. HHH-tutkimusta tehdään maailmanlaajuisesti paljon, ja sen aiheita ovat erilaisien ympäristöjen vaikutukset stressiin, puutarhaterapian vaikutukset eri kohderyhmiin ja kasvien vaikutukset elinympäristön terveellisyyteen. (Rappe 2003, 21–22.)

Suomessa on varsinaisesti alettu käsitellä viherympäristön ja puutarhanhoidon merkityksiä ihmisen hyvinvoinnille puutarhatieteen opetuksessa 1990-luvun puolivälissä. Aiempaa tutkimusta ympäristöpsykologian saralla on muun muassa suomalaisten mielipaikoista ja niiden merkityksestä henkiseen hyvinvointiin. Lisäksi on tutkittu esimerkiksi puutarhanhoidon käyttöä ympäristökasvatuksessa, viherympäristöjen vaikutusta laitoshanhusten hyvinvointiin ja maiseman vaikutusta ihmisen tunnetiloihin. (Rappe 2003, 22.)

Rappe (2003) määrittelee HHH-tutkimuksen yhteydessä tarkoitetun hyvinvoinnin olevan terveyteen liittyvää koettua hyvinvointia, jolla on fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen ulottuvuus, ja jotka kaikki osaltaan vaikuttavat yksilön käsitykseen terveydestään. Nämä hyvinvoinnin ulottuvuudet ovat vuorovaikutuksessa keskenään ja voivat jokainen ilmentää sekä hyväksi että huonoksi koettua terveyttä. Esimerkiksi huono fyysinen terveys voi aiheuttaa sosiaalista eristäytymistä ja mielialan laskua, kun taas hyvät sosiaaliset suhteet voivat puolestaan ehkäistä masennusta. (Rappe 2003, 23.)

2.3 Elvyttävä ympäristö ja sen vaikutukset

Grahn, Ottosson ja Uvnäs-Moberg (2021) analysoivat artikkelissaan tutkimuksia, joissa käsitellään, miten kuntoutukseen osallistuneet ihmiset havaitsevat luonnonilmiöitä ja reagoivat niihin. Yhteistä tutkimuksille oli rauhan ja yhteyden kokemus, joka liittyi stressitason alenemiseen ja kykyyn kehittää terveyttä sekä selviytymistaitoja. Analyysinsä perusteella Grahn et al (2021) ovat esittäneet mahdollisuutta, että luonnon stressiä lievittävät, terveyttä edistävät, korjaavat ja parantavat vaikutukset voivat sisältää ihmisen oksitosinergisen järjestelmän aktivoitumisen. He olettavat, että oksitosiinia vapautuu tiettyjen positiivisena koettujen luonnonilmiöiden yhteydessä laskemaan

pelko- ja stressitasoja, lisäämään luottamusta ja hyvinvointia sekä mahdollisesti kehittämään kiintymystä tai sitoutumista luontoon. (Grahn, P. Ottosson, J.& Uvnäs-Moberg, K. 2021,1.)

Luontokokemuksen myönteisiä vaikutuksia kutsutaan elpymiseksi, joka voi koostua rauhoittumisesta ja rentoutumisesta, kiireiden, pelon ja huolten helpottumisesta sekä tarkkaavaisuutta ja keskittymistä vaativista tehtävistä palautumisesta (Arvonen 2014, 18.) Arvosen (2014) mukaan on todettu, että elvyttävään luontokokemukseen liittyy tuttuuden, turvallisuuden ja rentoutumisen elementtejä sekä luonnon kauneudesta nauttimista. Ihmisen elimistön palautuminen ja parasympaattisen hermoston toiminta käynnistyvät automaattisesti, kun uhkia ei ole aistittavissa. Stressihormonien, kortisolin ja adrenaliinin, määrän on mitattu vähentyvän kehossa ja mielihyvähormonien, oksitosiinin ja serotoniinin, lisääntyvän. Luonnon elvyttäviä vaikutuksia ei välttämättä tiedosteta, sillä ne syntyvät osittain tahdosta riippumattomasti. Siten elpymistä tapahtuu luontoympäristössä, vaikka ei itse kokisikaan olevansa "luontoihminen". (Arvonen 2014, 18–19).

Rappen (2003) mukaan elvyttävän ympäristön oleellinen piirre on, että se on kokijalleen miellyttävä, jotta hän pystyy ennakoimaan tulevia tapahtumia ja toimii tehokkaasti saavuttaen tavoitteensa. Rappe (2003) on listannut elvyttävän ympäristön ominaisuudet seuraavasti (Rappe 2003, 32):

1. Järjestäytynyt, selkeä ja riittävän monimuotoinen.
2. Ymmärrettävä, antaa riittävät vihjeet onnistuneelle toiminnalle ja liikkumiselle eikä uhkaa.
3. Huomion kiinnittävä piirre / piirteitä, jotka ylläpitävät tarkkaavaisuutta ja mielenkiintoa.
4. Sisältää salaperäisyyttä ja piirteitä, jotka voidaan liittää henkilökohtaiseen kokemusmaailmaan niin, että ympäristö saa yksilöllisen merkityksen.
5. Vastaa kokijan aikomuksia ja valmiuksia eikä aseta liian kuormittavia vaatimuksia.
6. Tarjoaa mahdollisuuden joko yksinoloon, toisten tarkkailuun tai yhdessäoloon.

Salosen (2010) mukaan elvyttävä luontoympäristö, erilaiset luonnon elementit ja eläimet, tarjoavat mahdollisuuden aistihavaintoihin nähden, tunnustellen tai kuullen. Luontokokemukseen voi liittyä myös kiintyminen tärkeään metsään, puuhun, järvenrantaan tai eläimiin. Kiintyminen on mahdollista kokemuksellisen vuorovaikutuksen kautta, joka perustuu hyväksyntään: eläin ja luonto hyväksyy minut sellaisena kuin olen. (Salonen 2010, 67–68.)

3 Luonto- ja puutarhaympäristö hoitotyössä ja kuntoutuksessa

Ihmiset ovat jo vuosisatojen ajan uskoneet luonnon ja kasvien näkemisen hyvinvointivaikutuksiin (Rappe 2003, 22), ja luontoympäristöä on käytetty hoitotyön tukena jo ennen kuin sen hyvinvointivaikutuksista on ollut tieteellistä näyttöä (Salovuori 2014, 8). Viime vuosikymmeninä kiinnostus luonnon hyvinvointivaikutusten hyödyntämiseen hoidon ja kasvatuksen tukena on kasvanut tieteellisten tutkimusten, luontotoiminnan vaikuttavuudesta saadun vahvan tieteellisen näytön sekä hyvien käytännön kokemusten myötä (Salovuori 2014, 8–10).

Suomessa puutarhaympäristön ja puutarhassa työskentelyn käyttö hoidon ja kuntoutuksen menetelmänä sai alkunsa 1800-luvun alkupuolella mielisairaiden hoidossa, kun mielisairaaloiden ympäristöön rakennettiin puistoja ja puutarhoja, joita käytettiin työtoiminnassa. Työtoiminta oli tärkeä osa psykiatrista hoitoa 1900-luvun alkupuolella. Sen avulla pyrittiin vahvistamaan potilaiden kykyjä ja terveitä puolia. Työtoiminnan arvostus hoitomuotona kuitenkin väheni 1970-luvulle tultaessa ja puutarhatoimintaa supistettiin. Puistomaisen ympäristön ja puutarhatoiminnan terapeuttiset mahdollisuudet alettiin nähdä uudelleen 2000-luvun alussa. (Lindén 2003, 13–14.)

Nykyisin hoidon ja kuntoutuksen tukena käytettäviä erilaisia luontoon ja eläimiin liittyviä menetelmiä tarkoitettaessa Suomessa puhutaan luontoavusteisesta toiminnasta, eli Green Care -toiminnasta (Green Care N.d.). Green Care -käsite pitää sisällään niin sosiaali- ja terveydenhuollon lain-säädännön alaisuudessa toteutettavan Luontohoivan kuin hyvinvointipalveluina tarjottavan Luontovoiman käsitteet (Luontohoiva & Luontovoima N.d.). Luontohoivaan liittyviä Green Care -menetelmiä ovat esimerkiksi sosiaalipedagoginen eläintoiminta, eläinavusteinen ja luontoavusteinen terapia, luonnon kuntouttava käyttö, kuntouttava toiminta maatilalla tai metsänhoidossa, terapia maatilaympäristössä ja sosiaalinen ja terapeuttinen puutarhatoiminta sekä puutarhaterapia. (Green Care -menetelmät N.d.).

3.1 Puutarhanhoito harrastuksena ja terapeuttisena toimintana

Kokoelmateoksessa *Mieli ja taide* Aino-Maija Evers (2000) valottaa artikkelissaan Kasvien merkitys ihmiselle japanilaisen professori Eisuke Matsuon ajatuksia viljelystä. Evers toteaa Matsuon tiivistäneen kasvien kasvattamisen merkityksen yhteen lauseeseen: ”Puutarhanhoito saa meidät tuntemaan olevamme inhimillisiä ihmisiä.” (Evers 2000,118.) Myös Tanja Koivunen (2003) on viitannut

puutarhaharrastuksesta kirjoittaessaan Matsuon pohdintoihin ihmisen luovuuden ja hyvinvoinnin yhteydestä. Koivusen mukaan Matsuo esittää ihmisen luovuuden ilmenevän ihmisen hoivatessa elämää ja asioita, kuten lapsia, eläimiä ja kasveja, sekä kerätessä elämyksiä, kuten metsästys, kalastus, shoppailu, kirjoittaminen ja tiedonkeruu. Tältä pohjalta Koivunen esittää puutarhanhoidon olevan oivallinen harrastus, jossa voi harjoittaa sekä elämän hoivaamista että esineiden, tiedon ja elämysten hankkimista. (Koivunen 2003, 142–143).

Puutarhaterapialla on monia määritelmiä, mutta niitä kaikkia yhdistää ajatus siitä, että ihmisen hyvinvointia pyritään parantamaan kasveihin liittyvän toiminnan avulla. Puutarhaterapian voidaan katsoa olevan suppeammin tietyssä ajankohtana, määrättyssä paikassa tapahtuva ja suunniteltu hoitomuoto tai se voidaan ymmärtää laajemmin erilaisissa ympäristöissä osana jokapäiväistä elämää tapahtuvana ihmisten ja kasvien vuorovaikutuksena (Rappe 2003, 46.). Rappe (2003) toteaa, että puutarhaterapian suurimmat hyödyt saadaan silloin, kun sitä käytetään ennaltaehkäisemään toimintakyvyn menetyksiä. (Rappe 2003, 46.) Sen vuoksi sitä ei kannata ajatella vain suppeasti hoitomuotona tai sairauden tai vamman parantamisena. Rappe (2003) määrittelee puutarhaterapian käsitteen seuraavasti: *”Puutarhaterapia on ihmisen ja kasvien tavoitteellista vuorovaikutusta, jolla pyritään joko parantamaan tai kuntouttamaan toimintakykyä, ennaltaehkäisemään toimintakyvyn heikkenemistä tai edistämään hyvinvointia.”* (Rappe 2003, 47.)

Puutarhaterapian kohderyhmää ovat ihmiset, jotka eivät selviä yksin toiminnoista tai heillä ei ole mahdollisuutta ilman tukea oleskella terapeuttisissa ympäristöissä, kuten mielenterveyspotilaat, vanhukset, kehitys-, liikunta- ja aistivammaiset, kuntoutuspotilaat, oppimishäiriöiset lapset, vangit, huumeiden tai alkoholin väärinkäyttäjät, työttömät tai muuten ammatillista kuntoutusta tarvitsevat sekä etniset vähemmistöt. Puutarhaterapian kohteina voivat olla myös yhteisöt esimerkiksi puutarhanhoitohankkeiden kautta. (Rappe 2003, 47–48.) Rappen (2003) mukaan yhteisöissä tehdyistä hankkeista on saatu hyviä tuloksia, kuten asumisviihtyvyyden parantumista, rikollisuuden ja ilkeiden vähenemistä sekä lapsista ja ympäristöstä huolehtiminen on lisääntynyt. (Rappe 2003, 47.)

Puutarhaterapialla voidaan parantaa tai ylläpitää ihmisen fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä. Lisäksi puutarhaterapian avulla voidaan kuntouttaa tai korvata menetettyä toimintakykyä

ja arvioida sitä. Esimerkiksi fyysiseen harjoitukseen liittyy myös psyykkistä harjoitusta, sillä puutarhatoiminnassa liike ja ajatus yhdistyvät. Sosiaaliset taidot taas vahvistuvat ryhmätoiminnassa tai kuntoiminnan vaikutukset ovat muiden nähtävillä. (Rappe 2003,49.)

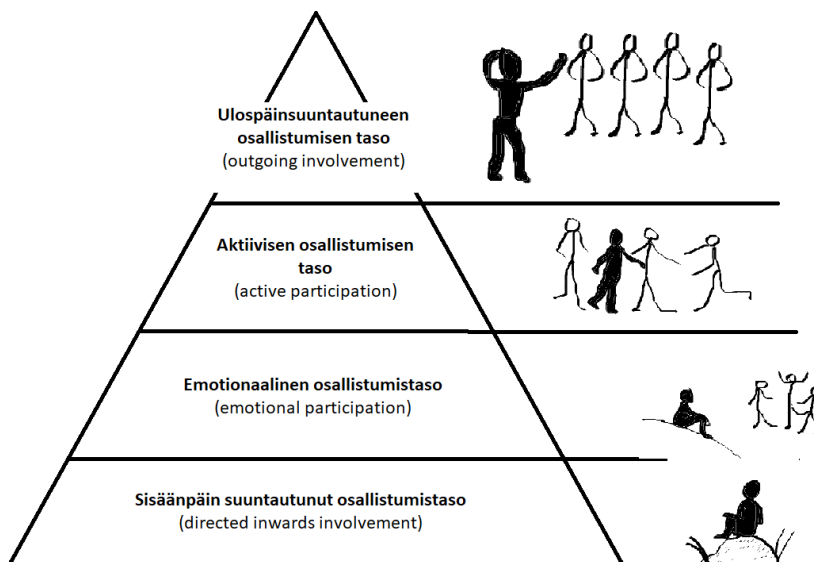
Salovuoren (2014) mukaan puutarhatoiminta hoito- ja kuntoutusyksiköissä voi olla virkistystoimintaa, kuntouttavaa työtoimintaa tai terapeutista puutarhatoimintaa. Virkistystoiminnan tavoite on virkistyä ja saada uusia virikkeitä. Puutarhaharrastuksesta voi tulla väline oman hyvinvoinnin vahvistamiseksi. Kuntouttavassa työtoiminnassa tavoitteet liittyvät työrutiinien oppimiseen, työhön liittyvien voimavarojen arviointiin ja taitojen harjaannuttamiseen. Terapeutin toiminnan tavoitteet ovat asiakkaan henkilökohtaisen hoitosuunnitelman mukaisia, joita puutarhatoiminnalla pyritään vahvistamaan. Tavoitteita voivat olla esimerkiksi sosiaalisten taitojen kehittäminen, aikataulujen noudattaminen tai arjen taitojen kehittäminen. (Salovuori 2014, 24.)

Salovuori (2014) viittaa teoksessaan Luonto kuntoutumisen tukena puutarhatoiminnan tuloksellisuudesta Englannissa Loughboroughin yliopistossa (Semper, Aldridge ja Becker) tehtyyn meta-analyysiin vuodelta 2005, joka on laaja yhteenveto puutarhaterapian vaikuttavuudesta. Salovuoren mukaan yhteenvedossa todettiin puutarhatoiminnan parantavan osallistujien sosiaalisia suhteita, itsetuntoa ja kuntoutumista itsenäisempään elämään. Lisäksi puutarhaprojektit tarjosivat mahdollisuuksia itsereflektioon, rentoutumiseen ja osallisuutta normaaliin työntekoon. Salovuori toteaa puutarhatoiminnan vaikutusten fyysiseen ja henkiseen terveyteen, elämänlaatuun ja hyvinvointiin olleen analyysissä myönteiset. (Salovuori 2014, 32.)

3.2 Terapeutin puutarhojen suunnittelun malleja

Tässä opinnäytetyössä käsitellään käsite terapeutin puutarha kuvaamaan kaikenlaisia ihmisten hyvinvointia ja toimintakykyä parantavia ja ylläpitäviä sekä kuntoutusta varten suunniteltuja elvyttäviä ympäristöjä eli puutarhoja. Sanaa terapeutin käytetään usein kuvaamaan myös palautumisen ja elpymisen vaikutusta, eikä se aina liity terapeutin antamaan hoitoon tai terapeutin ja hoitettavan väliseen suhteeseen. Tässä työssä terapeutin puutarhoja katsotaan olevan esimerkiksi niin sanotut parantavat puutarhat (Healing gardens) sekä aistipuutarhat (Sensory gardens). Aistipuutarhoista kerrotaan tarkemmin seuraavassa luvussa. Tässä alaluvussa käsitellään malleja, joiden pohjalta erilaisia terapeutin puutarhoja voidaan suunnitella, jotta ne toimisivat käyttäjilleen elvyttävinä ympäristöinä.

Ihmisten toimintaa puistoissa ja puutarhoissa tutkineet Grahn (1989,1991) ja Ottosson & Grahn (1998) ovat havainneet, että luontokokemukset vaikuttavat ihmisiin eri tavoin heidän elämäntilanteidensa mukaan. Ihmisen kokemus luonnosta riippuu siitä, miten paljon hän pystyy omaksumaan ympäristöstään ja kuinka vahva hänen henkinen voimansa on. Tätä on havainnollistettu kuvassa (kuvio 2) olevan pyramidin avulla. (Stigsdotter & Grahn 2002, 64–65.)



Kuvio 2. Osallistumisen taso riippuu yksilön henkisestä voimasta. Suomennettu ja uudelleen kuvitettu versio muunnellusta Grahnin mallista 1991 (Stigsdotter & Grahn 2002, 64).

Pyramidin (kuvio2) alaosassa on sisäänpäin suuntautunut (directed inwards involvement) osallistumistaso, jossa olevilla henkinen voima on hyvin heikko. Fyysinen aktiviteetti on usein yksityistä, kuten käveleminen, marjojen poiminta tai puun kerääminen lyhyen matkan päässä metsässä. Tällä tasolla oleva yksilö on henkisesti aktiivinen ja haluaa ajatella asioita ilman häiriötekijöitä. Hän ei kuitenkaan ole yksin vaan yhdessä itsensä kanssa. (Stigsdotter & Grahn 2002, 65.)

Pyramidin seuraavalla tasolla (emotional participation) olevilla yksilöillä on hieman suurempi henkinen voima. Heitä alkaa kiinnostamaan sosiaalinen ympäristö, ja he haluavat tarkkailla ympärillään olevia ihmisiä, mutta heillä ei ole voimaa osallistua aktiivisesti siihen, mitä toiset tekevät. He ovat tyytyväisiä emotionaaliseen osallistumiseen. He pystyvät olemaan hieman ystävällisempiä ja voivat puhua vähän naapureilleen, eivätkä he ole niin synkkiä ja epäsosiaalisia kuin pyramidin alimmalla tasolla olevat yksilöt. (Stigsdotter & Grahn 2002, 65.)

Pyramidin kolmannella tasolla (active participation) löytyy jo aktiivista osallistumista. Tällä tasolla on esimerkiksi henkilö, joka on osa yhdessä toimivaa ryhmää. Tällä tasolla yksilö kykenee esimerkiksi järjestämään illallisen tai auttamaan kukkapenkkin suunnitteluissa ja perustamisessa. Hänellä on kykyä antaa ja jakaa. (Stigsdotter & Grahn 2002, 65.)

Pyramidin huipulla ulospäinsuuntautuneella osallistumistasolla (outgoing involvement) yksilön henkinen voima on vahva ja hän pystyy johtamaan ihmisryhmää. Tällä tasolla olevat voivat tehdä aloitteita asioista ja toteuttaa niitä. He ovat vastuussa luovista prosesseista ja varmistavat, että asiat valmistuvat. Tällä tasolla olevat henkilöt ovat henkisesti tarpeeksi vahvoja toteuttamaan suunnitelmansa ilman ryhmän vahvaa tukea. (Stigsdotter & Grahn 2002, 65.)

Terapeuttisen puutarhan tarkoitus saavutetaan, kun se otetaan huomioon jo suunnittelussa. Gudrun Werlin (2009) on esitellyt julkaisussaan seuraavat kolme puutarhaterapian suuntausta. (Werlin 2009, 3.):

1. Toimintakeskeinen malli (kuntoutus), jossa viljely ja toiminta puutarhassa ovat keskeisessä roolissa. Malli perustuu 1940-luvulla USA:ssa kehitettyyn puutarhaterapian tieteenalaan (eng. Horticultural therapy).
2. Restoratiivinen malli (parantavat puutarhat I. eng. Healing gardens), jossa luonnon ja paikan kokemus korostuu keinona stressistä ja väsymyksestä palautumiseksi. Malli perustuu amerikkalaisten Rachel ja Stephen Kaplanin ja Roger Ulrichin teorioihin.
3. Instoratiivinen malli, joka on synteesi toimintakeskeisestä ja restoratiivisesta mallista. Mallin on kehittänyt Patrik Grahnin tutkimusryhmä (Kuvio 2). Malli perustuu yksilön mahdollisuuksiin löytää merkitys luonnollisessa ympäristössä siinä tilanteessa, jossa yksilö kulloinkin on. Vierailijalla on oltava mahdollisuus valita osallistumistasonsa puutarhassa oman psyykkisen ja fyysisen vointinsa perusteella. Tällaiselle puutarhaympäristölle on ominaista, että siellä on erilaisia alueita, jotka mahdollistavat sekä yksityisyyden mutta myös yhteisen toiminnan.

Myös Rappe (2003) pitää elvyttävän ympäristön suunnittelussa perustana käyttäjien erilaisia tarpeita ja mahdollisuuksia, kun päämääränä on käyttäjien toimintakykyä tukeva ja harjoitusmahdollisuuksia tarjoava, ominaisuuksiltaan vaihteleva sekä monipuolisesti aistittava ympäristö. Tällaisen ympäristön vahvuus on sieltä saatavissa aistielämyksissä ja ajan myötä tapahtuvassa kehityksessä. Ympäristökokemuksesta tulee sitä voimakkaampi, mitä useamman aistin kautta aivot saavat tietoa ympäristöstä. Tällöin yhden tai useamman aistin heikentyminen ei eristä yksilöä ympäristöstään. (Rappe 2003, 32–33.)

Elvyttävien ympäristöjen käyttäjillä on usein ympäristön rakentamisessa turvallisuuden kannalta huomioonotettavia toimintakyvyn vajavaisuuksia, jolloin valinnan mahdollisuuksia ympäristökokeusten suhteen joudutaan jossain määrin rajoittamaan. Haasteena on luoda tila, jossa yksilö voi tuntea henkistä vapautta turvallisesti niin, ettei tule muistutetuksi omista vajavaisuuksistaan. Pyrkimys on lisätä yksilön omatoimisuutta, jolloin hän voi luoda itse, omien tarpeidensa mukaisesti ja omassa tahdissaan suhteensa ympäristöön. (Rappe 2003,32–33.)

Hyvin suunniteltu ympäristö soveltuu kaikkiin elämäntilanteisiin, eikä siellä toimiminen riipu ihmisten toimintakyvystä. Kaikille sopivaa suunnittelua (eng. Design for all, Inclusive design, Universal design) on hyvä pitää suunnittelun lähtökohtana, jolloin ratkaisut sopivat kaikille ja kaikkiin tarpeisiin. Ympäristön tulee mahdollistaa käyttäjilleen yhdenvertainen liikkuminen ja toimiminen niitä rajoittamatta. (Kilpelä 2019, 7.)

3.3 Terapeuttisen puutarhan esteettömyys ja saavutettavuus

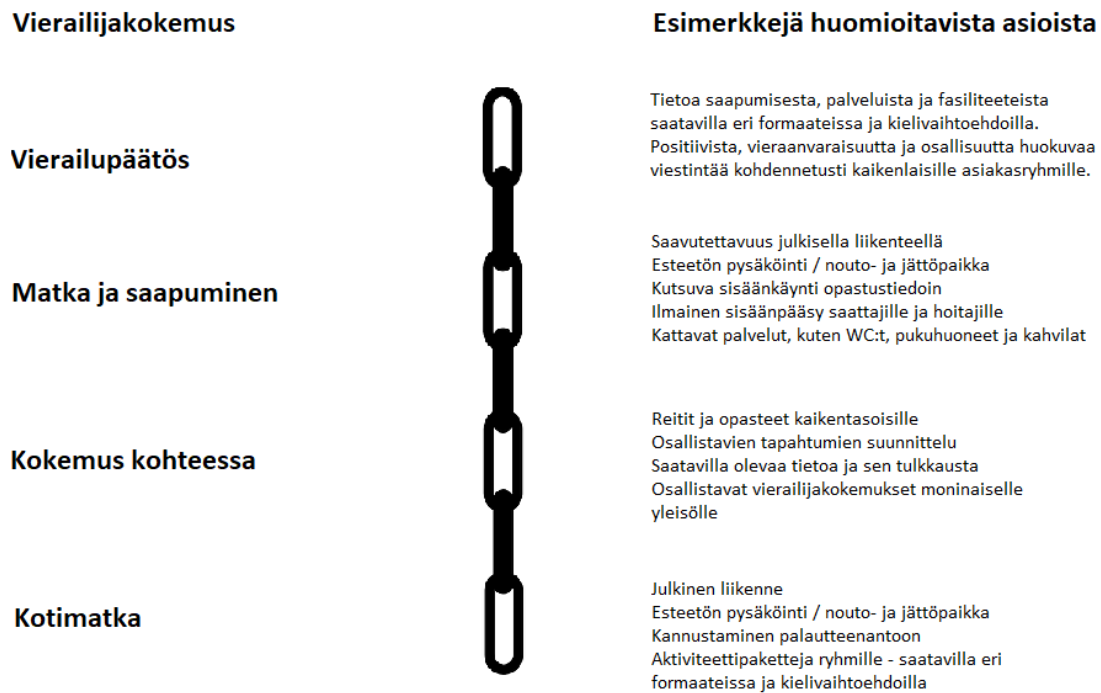
Esteettömyyden ja saavutettavuuden yhteinen tarkoitus on, että fyysisen ympäristön ja palvelujen tulisi olla sopivia ja saatavilla olevia kaikille ihmisille heidän toimintakyvystään riippumatta. Esteettömyydestä puhutaan yleensä, kun tarkoitetaan fyysistä ympäristöä, kuten rakennuksia, ulkoalueita ja julkisia liikennevälineitä. Saavutettavuudella taas tarkoitetaan aineetonta ympäristöä, esimerkiksi palveluita, asenteita ja verkkosivustoja. (Saavutettavuus N.d.)

Esteettömyyttä voidaan määritellä eri tavoin. Liikkumisympäristön esteettömyys tarkoittaa esimerkiksi toimivaa mitoitusta sekä sopivia tasoeroratkaisuja apuvälineiden avulla liikkuville. Aistiesiteettömyydellä tarkoitetaan toiminnallista kokonaisuutta, jonka näkemis- ja kuulemisympäristö muodostavat. Lisäksi ohjaavia materiaaleja käytetään tuntoaistin avulla, ja tasapainoaisesti vaikuttaa mahdollisuuteen käyttää esimerkiksi tiloja, joissa on liikkuvaa valoa. Näkemisympäristön esteettömyyteen liittyvät sopiva valaistus, valaistuksen värintoisto ja tummuuskontrastien huomioiminen. Materiaalikontrasteja voidaan käyttää tuntoaistin tukemiseksi näköaistin rinnalla tai sen sijasta. Selkeät opasteet ja tasoerojen tunto- ja tummuuskontrastimerkinnot ovat näkemisympäristön esteettömyydessä oleellisia. Kuulemisympäristön esteettömyys on tilojen hyvää akustiikkaa, äänentoistoa ja kuulemisen apuvälineitä. Selkeiden ja yksiselitteisten symboleiden käyttäminen opasteissa sekä helposti hahmotettavat tilat ovat puolestaan osa ymmärtämisen esteettömyyttä. (Kilpelä 2019,8.)

Esteettömyydestä säädetään muun muassa YK:n vammaisten henkilöiden oikeuksia koskevassa yleissopimuksessa, perustuslaissa ja yhdenvertaisuuslaissa sekä maankäyttö- ja rakennuslaissa. Maankäyttö- ja rakennuslain 5§ mukaan alueiden käytön suunnittelun tavoitteena on esimerkiksi vuorovaikutteiseen suunnitteluun ja riittävään vaikutusten arviointiin perustuen edistää turvallisen, terveellisen, viihtyisän, sosiaalisesti toimivan ja eri väestöryhmien - kuten lasten, vanhusten ja vammaisten- tarpeet tyydyttävän elin- ja toimintaympäristön luomista (MRL 5.2.1999/132).

Esteettömyydessä ja saavutettavuudessa on otettava huomioon monia toiveita ja tarpeita sekä ratkaistava monia mahdollisia esteitä. Alueen esteettömyyteen vaikuttavat asiat, kuten portaat, polut, WC:t ja niin edelleen, määrittelevät voivatko ihmiset tulla paikan päälle ja pystyvätkö he kulkemaan alueella. Tarjolla olevat kokemukset taas määrittävät sen, haluavatko ihmiset vierailla siellä. (Our approach to accessibility N.d.)

Brittiläinen aistinvaraisen ja inklusiivisen suunnittelun asiantuntijajärjestö Sensory Trust on kehittänyt Access Chain -työkalun (Kuvio 3), jonka avulla voidaan suunnitella vierailijan käyntikokemusta kohteessa niin, että esteettömyys ja saavutettavuus on huomioitu mahdollisimman hyvin. Access Chain on kuvattu ketjuna, joka sisältää neljä vaihetta: vierailupäättöksen, matkan ja saapumisen, kokemuksen paikan päällä sekä kotimatkan. Jos yksikin ketjun lenkki katkeaa, voi vierailu muuttua pettymykseksi tai sitä ei koskaan tapahdu. Esimerkiksi uusi esteetön luontokeskus ei välttämättä saa lisättyä käyttäjiensä moninaisuutta, mikäli se ei tarjoa esteetöntä pysäköintiä tai sen markkinoinnissa ei ole tuotu esille, että vammaiset on otettu huomioon ja ovat kohteeseen tervetulleita. Access Chain tarkastelee saavutettavuutta käyttäjän näkökulmasta, ja sitä voidaan käyttää saavutettavuuden arvioimiseen ja suunnitteluun. (Access Chain:An inclusive design tool N.d.)



Kuvio 3. Sensory Trustin kehittämä Access Chain -työkalu suomennettuna ja mukailtuna.

4 Aistipuutarhat

4.1 Aistipuutarhat ja niiden tarkoitus

Kaikki puutarhat ovat aistinvaraisia ympäristöjä. Varsinaisen aistipuutarhan ympäristöstä tekee aistien erityinen painottaminen. (Gardens and greenspace N.d.) Aistipuutarhan tarkoitus on tuottaa aisteille positiivisia impulsseja ja parhaimmillaan sillä on voimauttavia, virkistäviä ja elvyttäviä vaikutuksia. Aistipuutarhassa voidaan rentoutua, nauttia näkymistä, saada elämyksiä tuoksuista, mauista ja äänistä sekä erilaisten materiaalien ja pintojen tunnustelemisesta, jolloin aistit harjaantuvat tiedostamatta. (Keckman 2019, 15.) Aistipuutarhat (eng. sensory gardens) ovat siis terapeutisia puutarhoja, joissa mahdollistetaan ihmisille kaikkien aistien käyttäminen ja vuorovaikutus puutarhan kasvien ja elementtien kanssa.

Aistipuutarhoja käytetään oppimisen tukena sekä hoitoympäristöissä terapian ja virkistykseen työkaluina. Ne ovat usein sairaaloiden, koulujen ja muiden hoitoympäristöjen omistamia, tietyille ihmisryhmille suunnattuja alueita. Aistipuutarhoja voi olla myös suuren yleisön saatavilla puistoissa

tai yhteisöjen puutarhoissa. Jotkut aistipuutarhat ovat hiljaisia, aistien rauhoittamiseen suunniteltuja levollisia paikkoja ja toiset on suunniteltu stimuloimaan aisteja, herättämään seikkailua ja kannustamaan toimintaan. Hyvässä aistipuutarhassa on alueita, jotka tarjoavat mahdollisuuden sekä hiljaiseen pohdiskeluun että aktiivisuuteen. (Gardens and greenspace N.d.)

4.2 Aistit ja niiden merkitys luontoyhteyden muodostumisessa

Aistinvaraisia ja esteettömiä viherympäristöjä eri kohderyhmille suunnittelevan asiantuntijajärjestön Sensory Trustin mukaan ihmisellä on 5–21 tunnistettua aistia. Järjestö keskittyy toiminnassaan seitsemään pääaistiin, jotka ovat tunto-, näkö-, kuulo-, maku-, haju-, asento- ja tasapanoaisti, joista kaksi viimeisintä kertovat kehon sijainnista ympäristössään. Yleinen käsitys siitä, että ihminen ymmärtäisi maailmaa pääosin näköaistin kautta ei pidä paikkaansa, vaan kaikki aistit toimivat jatkuvasti taustalla vastaanottaen tietoa kokemuksistamme ja tulkitsemalla ympäröivää maailmaa. Muut aistit, erityisesti tunto- ja hajuaisti, tarjoavat merkityksellisimpiä ja mielenpainuvimpia kokemuksia, jotka yhdistävät ja maadoittavat ihmisen ympäristöönsä. (Our sensory approach N.d.)

Usein, kun ihmisiä pyydetään muistelemaan jotain luontoon liittyvää lempikokemustaan lapsuudesta, he puhuvat yleensä jonkin tuoksusta tai paikantunteesta. Tämä johtuu siitä, että aistinvaraiset kokemukset rakentavat ihmisen aivoihin muistokerroksia, jotka luovat emotionaalisen kiintymyksen paikkaan. Mitä enemmän aistielämyksille altistutaan, sitä vahvemiksi luontoyhteys muodostuu. (Our sensory approach N.d.)

Luontoyhteys tarkoittaa ihmisen kokemaa yhteyttä ja yhteenkuuluvuutta luonnon kanssa. (Salonen 2020, 145.) Luontoyhteyden kokemisen on havaittu vaikuttavan myönteisesti elämäntyytyväisyyden, elämän mielekkyyden, itsensä arvostamisen, elämän tarkoituksen ja subjektiivisen hyvinvoinnin saavuttamiselle, ja se on yhteydessä myös ympäristövastuullisuuteen. (Salonen, Kirves & Korpela 2016, 5.) Ympäristön ominaisuudet, kuten luontokohteen suojaavuus, lähellä olo ja turvallisuus liittyvät myös luontoyhteyden kokemukseen (Salonen 2020, 145).

4.3 Kuhmoisten Aistien Puutarhan esikuvat

Opinnäytetyön toimeksiantaja KAPy ry on määritellyt Kuhmoisten Aistien Puutarhan esikuviksi Kotkassa sijaitsevan Yrttipuutarhan lisäksi Delhissä sijaitsevan Garden of Five Sensesin sekä

Tukholmassa Sabbatsbergin sairaala-alueella sijaitsevan, kaikille avoimen Sinneas trädgårdenin (KAPY ry, 2021). Esikuvat osoittavat, miten monella eri tavalla asitipuutarhoja voidaan suunnitella ja hyödyntää ihmisten hyvinvoinnin tueksi sekä virkistykseksi maailmanlaajuisesti.

Yrttipuutarha Redutti-Kotka on perustettu vuonna 2002 ja se sijaitsee Ruotsinsalmen entisöidyssä linnoitusrakennuksessa umpilinnakkeessa eli redutissa, jossa viljellään erilaisia yrtti- ja lääkekasveja. Yrttien muodot, värit ja aromit tarjoavat nautintoja kaikille aisteille. Ne houkuttelevat myös perhosia ja hyönteisiä. Lisäksi puutarhan suunnittelussa on huomioitu erityisesti näkövammaiset ja esteettömyys. (Yrttipuutarha Redutti-Kotka N.d.)

Delhissä sijaitseva The Garden of Five Senses sijaitsee lähellä Mehraulín kulttuuriperintöaluetta. Puutarhan laaja, 25 hehtaarin alue, on yksi kaupungin suosituimmista kulttuuri- ja turistikohteista. Puutarhassa on erilaisia teemoitettuja alueita, joista löytyy muun muassa värikkäitä kukkia, aurinkoenergiapuisto, harvinaisia kasvilajikkeita, pergoloiden ympäröimä lumpeiden lampi, kiipeilykasveja, soivia keraamisia kelloja, intialaista taidetta kuvaavia veistoksia, taidetta, kiviä, musiikkikonseritteja amfiteatterissa, laaja aukio erilaisille tapahtumille, luontokävelyreitti sekä ravintoloita ja baareja istumapaikkoineen. Puutarha on toteutettu Delhi Tourism and Transportation Development Corporationin hankkeena, ja se vihittiin käyttöön helmikuussa 2003. (Garden of Five Senses 2023.)

Sinneas trädgård on yksi terapia- ja kuntoutuspuutarhojen edelläkävijöistä Ruotsissa (Werlin 2009, 3). Puutarha valmistui 1998 ja on kooltaan 2500 neliometriä. (Rappe 2003, 126.) Sinneas trädgård on perustettu erityisesti vanhusten hoidon ja kuntoutuksen tarpeisiin, mutta on myös vapaasti lähialueiden asukkaiden käytettävissä. Siellä vanhuksat saavat monipuolisia aistielämyksiä, joilla pyritään herättämään myönteisiä muistoja ja sitä kautta vahvistamaan olemassaolon kokemusta. Sinneas trädgård tarjoaa käyttäjilleen mahdollisuuden yhdessäoloon tai rauhalliseen mie-tiskelyyn, ja siellä järjestetään myös erilaisia tapahtumia. Puutarhan ovat suunnitelleet toimintaterapeutti Yvonne Westerberg ja maisema-arkkitehti Ulf Nordfjell. (Rappe 2003,126.)

5 Opinnäytetyön tavoite, tarkoitus ja tutkimustehtävät

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa KAPY ry:lle, Kuhmoisten Aistien Puutarhan Ystäville, tietoa Kuhmoisiin vanhan kansakoulun tontille rakennettavan Aistien Puutarhan tulevista käyttäjistä sekä heidän toiveistaan ja odotuksistaan puutarhalle. Tutkimuksessa tavoiteltiin asiakasymmärryksen syntymistä palvelumuotoilun menetelmin. Tieto, jota asiakasymmärrystä varten tavoitteena oleviin asioihin haluttiin, avattiin tutkimuskysymyksissä seuraavasti:

1. Keitä Kuhmoisten Aistien Puutarhan tulevat käyttäjät ovat?
2. Millainen puutarhan tulisi olla, jotta se toimisi käyttäjilleen parhaiten hyvinvointia edistävänä ja kuntouttavana ympäristönä?
3. Mitä olisi hyvä huomioida, jotta puutarha olisi mahdollisimman esteetön ja helposti saavutettava?

Lisäksi haluttiin tutkimuksen yhteydessä selvittää, millaisia muistoja vanhan kansakoulun alueesta ihmisillä on ja onko siellä jotakin erityistä, jonka he toivoisivat säilytettävän. Kyselyyn haluttiin sisällyttää myös kysymykset liittyen siihen, mitä mieltä vastaajat olivat puutarhalle jo ehdotetusta nimestä ja heidän mahdolliset omat nimiehdotuksensa sekä mahdollistaa vapaiden terveisten lähettäminen tilaajalle aiheeseen liittyen.

6 Tutkimuksen toteutus

6.1 Palvelumuotoilu opinnäytetyön menetelmänä

6.1.1 Palvelumuotoilu kehittämistyössä

Voidaan ajatella, että Kuhmoisten Aistien Puutarhan tulevia käyttäjiä, joista tässä työssä käytetään myös termiä asiakkaat, tulevat olemaan kaikki ihmiset – niin paikkakuntalaiset kuin kunnassa vierailijat. Meneillään olevassa aistipuutarhan suunnittelu- ja kehitysvaiheessa KAPY ry:lle ei kuitenkaan vielä ole muodostunut syvällisempää tietoa loppukäyttäjistä tai heidän odotuksistaan. ”Kaikki ihmiset” on valtava asiakasjoukko, johon mahtuu monenlaisia mieltymyksiä ja erityistarpeita, joihin voidaan yrittää vastata hankkimalla asiakasymmärrystä palvelumuotoilun keinoin.

Palvelumuotoilu (eng. service design) on kehittämistyön menetelmä, joka on kasvattanut suosio-
taan organisaatioiden asiakaslähtöiseen arvoajatteluun siirtymisen ja niiden kohtaamien taloudel-
listen paineiden myötä. Ojasalon, Moilasan ja Ritalahden mukaan (2014) palvelumuotoilu käsit-
teenä juontaa juurensa aineellisten tavaroiden muotoilusta, jonka prosesseja ja menetelmiä
sovelletaan aineettoman palvelun kehittämiseen kaikilla tasoilla, esimerkiksi yrityksen strategi-
assa, liiketoimintamalleissa, prosesseissa, fyysisessä ja virtuaalisessa palveluympäristössä sekä
asiakaskontakteissa. Palvelumuotoilun selkeän prosessin, työkalujen ja helppokäyttöisten mene-
telmien avulla voidaan helposti konkretisoida ja testata palvelukonsepteja. Lisäksi palvelumuotoilu
on tuonut kehittämistyöhön entistä paremmin aidon, syvällisen asiakasnäkökulman ja kokemuk-
sellisuuden. (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2014, 71–72.)

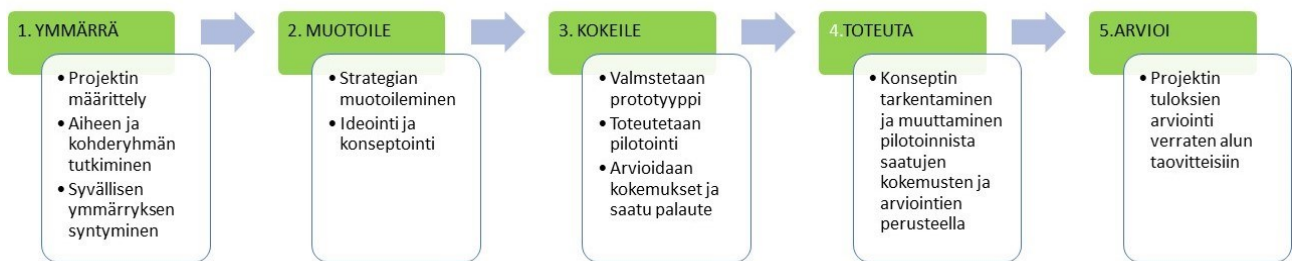
Palvelumuotoilu tähtää siis palveluiden käytettävyyden parantamiseen niin, että asiakas on suun-
nittelun keskiössä. Palvelumuotoilun avulla palveluita voidaan kehittää ja suunnitella käyttäjälleen
mahdollisimman sopiviksi erilaisiin tarpeisiin ja tilanteisiin, ja sillä pyritään vaikuttamaan kokonais-
valtaisesti hyvän asiakaskokemuksen syntymiseen palvelun kontaktipisteiden kautta niin, että pal-
velu olisi mahdollisimman sujuvaa sekä saumatonta. (Jaakkola, 2019.)

Koska palvelumuotoilun keskeisin piirre on käyttäjäkeskeisyys, palvelun kehittäminen perustuu
käyttäjien ja muiden osapuolten toiminnan, tilanteiden, tarpeiden, toiveiden ja muiden taustateki-
joiden syvälliseen ja empaattiseen ymmärtämiseen. Ymmärtämisen saamiseksi käytetään erilaisia
menetelmiä, kuten haastatteluja, havainnointia ja osallistamista ideointiin erilaisilla yhteiskehittä-
misen menetelmillä. (Ojasalo et al. 2014.) Myös luovien menetelmien käyttäminen suunnittelussa
on ominaista palvelumuotoilulle, jonka työskentelyfilosofia perustuu kokeiluihin, visuaalisuuteen
ja iteraatioon. Palvelumuotoiluprosessi muodostuu kokeilujen kautta oppimisesta, ja se pidetään
avoimena ja sitä muokataan jatkuvasti tiedon karttuessa (Kurronen 2015).

6.1.2 Palvelumuotoiluprosessi ja sen soveltaminen opinnäytetyössä

Palvelumuotoiluprosessi on osallistava ja yhteisöllinen palveluiden kehittämisväline. Prosessista
hyötyvät kaikki siihen osallistuvat tahot: asiakas, palvelun tarjoaja ja palvelun tuottaja. Asiakkaan
osallistuminen palvelun kehittämiseen on tärkeintä, sillä palvelun on tarkoitus tuottaa lisäarvoa
juuri hänelle ja hänen elämäänsä. (Ahonen 2017, 75.) Yleinen palvelumuotoiluprosessi koostuu

Tuulaniemen (2011, 126) mukaan viidestä eri vaiheesta, jotka ovat määrittely, tutkimus, suunnittelu, tuotanto ja arviointi. Se on yksi tapa hahmottaa kehittämismallia, jossa huomioidaan kattavasti koko prosessi. (Tuulaniemi 2011,126.) Ahonen (2017, 73–74) puolestaan on kuvannut palvelumuotoilussa perinteisemmin käytettyä mallia, sosiaali- ja terveysalalle soveltuvaa palvelumuotoiluprosessia seuraavasti (kuvio 4):



Kuvio 4. Palvelumuotoiluprosessi. Ahonen (2017, 73–74, muokattu)

Tässä opinnäytetyössä keskitytään palvelumuotoiluprosessin ymmärrysvaiheeseen: työn tuloksena pyritään saamaan aikaan ymmärrystä siitä, mitä Kuhmoisten Aistien Puutarhan tulevat käyttäjät ovat ja mitä he aistipuutarhalta toivovat. Puutarhan toteuttaja ja tämän opinnäytetyön tilaaja KAPY ry voi hyödyntää tässä vaiheessa saatuja tuloksia kehittämisen pohjana prosessin seuraavissa vaiheissa asiakasymmärryksen syventämiseen sekä aistipuutarhan lopullisen konseptin kehittämiseen.

6.1.3 Asiakasymmärryksen muodostaminen sekä kehittäminen

Asiakasymmärrys, eli käyttäjätiedon hankkiminen ja asiakkaan ymmärtäminen, sisältyy siis palvelumuotoilun prosessin (kuvio 4) ensimmäinen vaiheeseen, jossa pyritään ymmärtämään asiakkaan tarpeita, unelmia ja toiveita. Tuotteen tai palvelun käytettävyys varmistetaan asettamalla käyttäjien tarpeet ja odotukset suunnittelun lähtökohdaksi. (Miettinen 2011, 18–23.)

Asiakkaan odotukset palvelusta perustuvat asiakkaan henkilökohtaisiin tarpeisiin, omaan ja ympäristön kulttuuriin, asiakkaan aikaisempiin kokemuksiin sekä siihen mielikuvaan eli imagoon, joka hänellä on palvelusta ja sen tuottajasta. Imago puolestaan perustuu asiakkaan hankkimaan ja saa-

maan tietoon, joka voi olla peräisin esimerkiksi asiantuntijoilta, tiedotusvälineistä tai kuulopuheista. Asiakkaan mielikuvaan palvelusta vaikuttavat voimakkaasti lähiympäristön mielipiteet ja muiden asiakkaiden kertomat kokemukset. Asiakkaan käsitys palvelusta on suhteessa siihen, mitä hän palvelulta haluaa, mitä hän odottaa palvelulta saavansa ja mitä hän ajattelee tarvitsevänsä. (Outinen, Holma & Lempinen 1993, 46.)

Kuhmoisten Aistien Puutarhasta on viestitty hankkeen toteuttajan, KAPY ry:n, toimesta kuntalaisille paikallislehdissä, ja vanhan kansakoulun tontilla on jo tehty puutarhan pohjustustöitä. Paikallismedioita seuraaville kuntalaisille on siis jo tähän opinnäytetyön toteuttamiseen mennessä muodostunut jo jonkinlainen käsitys siitä, millainen puutarhan on suunniteltu olevan ja mitä sen on suunniteltu kuntalaisille tarjoavan. Lisäksi osa kuntalaisista on ollut mukana adressissa, jonka ansiosta vanhan Syrjänmäen kansakoulun rakennuksen myynnistä on päätetty luopua. Jotta kuntalaisten odotukset, toiveet ja tarpeet tulisivat ymmärretyiksi ja hyödynnetyiksi aistipuutarhan kehittämisessä, tulee niistä kysyä suoraan heiltä - tulevilta käyttäjiltä.

Tällaiseen tilanteeseen, jossa halutaan selvittää ihmisten tarpeita ja odotuksia uudelle palvelulle, sopivat hyvin laadulliset tutkimusmenetelmät, kuten erilaiset haastattelumenetelmät tai luovat ja osallistavat menetelmät. Myös kysely sopii kehittämistyössä hyvin tilanteisiin, kun aihealue tunnetaan hyvin, mutta halutaan varmistua sen paikkansapitävyydestä tai halutaan selvittää lähtötilannetta. Se sopii myös kehittämistyön loppuvaiheessa saatujen tulosten arviointiin (Ojasalo et al 2014, 40).

Pelkkä tiedonkeruu ei kuitenkaan vielä riitä asiakasymmärryksen syntymiseen. Asiakasymmärrys lähtee muodostumaan aidosta kiinnostuksesta asiakkaan mielipiteitä kohtaan. Asiakastiedon monipuolisuus, tiedon keräämisen systemaattisuus sekä kyky analysoida ja hyödyntää tietoa asiakaslähtöisen toiminnan kehittämisessä ovat tärkeitä asiakasymmärryksen kehittämisen periaatteita. (Virtanen, Suoheimo, Lamminmäki, Ahonen & Suokas 2011, 41,43,45.)

Myös Tuulaniemi kirjoittaa empatian, eli aidon ja syvällisen kiinnostuksen kohderyhmään, merkityksestä palvelumuotoilun keskiössä. Ihmisen tarpeita, toiveita ja arvoja tutkittaessa laadulliset etnografiset, ihmisen kuvaamiseen keskittyvät menetelmät nousevat keskeiseen asemaan. Tuulaniemen mukaan laadulliset tutkimusmenetelmät sopivat määrällisiä tutkimusmenetelmiä paremmin

suunnittelua ohjaavina tekijöinä asiakasymmärryksen kasvattamiseen, joskin määrälliset tutkimusmenetelmät täydentävät laadullisia menetelmiä ja sopivat hyvin esimerkiksi palvelun tuottamisen onnistumisen arviointiin. (Tuulaniemi 2011, 144, 146–147.)

6.1.4 Asiakasprofiilit asiakasymmärryksen työkaluna

Hankitun tiedon perusteella voidaan rakentaa asiakasprofiileja, jotka ovat kerättyyn tietoon perustuvia fiktiivisiä henkilökuvia. Ne kuvaavat konkreettisesti muun muassa asiakkaiden käyttäytymismallia, motiiveja, tarpeita ja elämäntilanteita. Kuvitteellisesta asiakkaasta tehdään usein visuaalinen kuvaus, jossa hänelle annetaan nimi, ikä, kasvot, elämäntilannetta tai arvomaailmaa kuvaava motto sitaateissa, taustatiedot, käyttäytymismalli, toiminnan motiivit ja asiat, jotka auttavat asiakkaan arvonmuodostuksen ymmärtämisessä. (Ojasalo et al. 2014, 77.)

Asiakasprofiileita käytetään palvelumuotoilussa työkaluna, koska niiden avulla voidaan arvioida kehitettävää palvelua aidosti asiakkaan näkökulmasta. Asiakasprofiilit helpottavat viestintää luoden kehittäjille yhteistä näkemystä asiakasryhmistä, joille palvelua suunnataan. Keskiverto- tai tavoiteasiakkaan lisäksi voidaan luoda profiilit myös niin sanotuista ääriasiakkaista, jotta kehittämissä työssä voitaisiin ottaa huomioon myös erilaisia näkökulmia ja vaihtoehtoja. Lisäksi ennakoitiedon perusteella voidaan rakentaa myös tulevaisuuden asiakasprofiileja. (Ojasalo et al. 2014, 77.)

Asiakasprofiileita voidaan palvelumuotoilussa kutsua myös käyttäjäpersooniksi. Tämän opinnäytetyön aineistosta saadun tiedon perusteella luotiin Kuhmoisten Aistien Puutarhalle kolme käyttäjäpersoonaa, joita tilaaja voi hyödyntää työkaluina aistipuutarhan kehittämisessä. Persoonat luotiin kyselyn kohderyhmiä mukailleen keskiverto kuntalaiselle, erityisryhmän edustajalle / kuntoutujalle sekä kuntoutuksen parissa työskentelevälle ammattilaiselle. Käyttäjäpersoonat esitellään tutkimustuloksissa.

6.2 Kohderyhmä sekä aineiston keruu ja kuvaus

Kuhmoisten Aistien Puutarhan tulevien käyttäjien joukosta tutkimuksen kohteeksi rajattiin ensin Kuhmoisten sosiaali- ja terveystalouden ikäihmisten, vammaisten ja kehitysvammaisten toiminnan sekä kuntouttavan työtoiminnan asiakkaat ja toimintaa ohjaavat ammattilaiset. Perusteena

rajaukselle oli se, että tutkimuksen tuloksena haluttiin saada tulevien käyttäjien toiveiden ja odotusten lisäksi tietoa heidän erityistarpeistaan puutarhan suhteen kuntoutukseen, esteettömyyteen ja saavutettavuuteen liittyen myös asiakkaita ohjaavien ammattilaisten näkökulmasta.

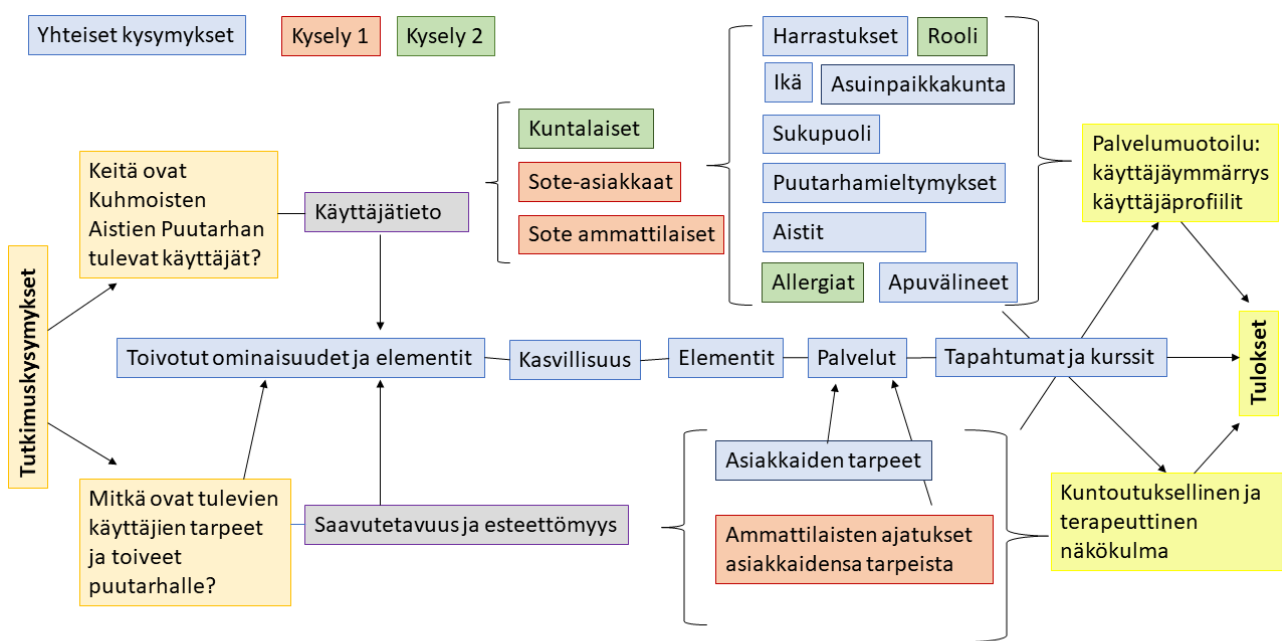
Tiedonkeruumenetelmänä käytettiin anonyymiä sähköistä Webropol-kyselyä (liite 2). Kyselyn saatekirje (liite 1) ja avoin linkki kyselyyn jaettiin syksyllä 2022 Jämsän kaupungin sosiaali- ja terveystoimen kautta sähköpostitse Kuhmoisissa toimiviin yksiköihin, joissa järjestettiin vapaaehtoisille asiakkaille ja ohjaajille mahdollisuus vastata kyselyyn. Kyselylinkki toimitettiin vastattavaksi myös Kuuloliitto ry:n työntekijöille ja asiakkaille. Kysely oli avoinna kaksi viikkoa ja siitä myös muistutettiin vastausajan puolivälissä yksiköitä sähköpostitse, jonka avulla saatiin lisää vastauksia. Vastauksia saatiin lopulta yhteensä 18. Vastausprosenttia oli jälkikäteen saaduilla tiedoilla mahdotonta laskea, sillä saadut tiedot asiakkaiden ja henkilökunnan lukumääristä eri yksiköistä kyselyn hetkellä olivat noin arvioita. Arvioista kuitenkin voitiin todeta vastausprosentin jääneen heikoksi etenkin asiakkaiden osalta.

Vastauksia haluttiin ensimmäisen kyselyn jälkeen vielä lisää, jonka myötä kyselyä (Liite 2) muokattiin vastaajan roolien osalta, jotta se sopi vastattavaksi kaikille kuntalaisille. Toinen kyselykierros toteutettiin jakamalla kyselyn (Liite 3) linkkiä ja QR-koodia kunnan kanavien sekä paikallislehden kautta. Lisäksi Kuhmoisten kirjastossa tarjottiin mahdollisuus kyselyyn vastaamiseen yhdellä asiakaspäätteellä kahden viikon ajan. Toinen kysely tuotti 41 vastausta.

Kyselyissä oli yhteensä 27–30 kysymystä, joista kaikkiin ei ollut pakollista vastata tai edellisen kysymyksen vastauksen perusteella seuraava kysymys oli tarpeeton ja se oli mahdollista hypätä yli. Kyselyissä oli noin puolet monivalintakysymyksiä ja puolet avoimia kysymyksiä. Avoimilla kysymyksillä tarkennettiin monivalintakysymyksiin liittyviä vastauksia ja haluttiin hakea syvempää ymmärrystä vastaajien ajatuksille ja toiveille aistipuutarhan suhteen.

Kyselyiden (liite 2 ja 3) alussa tuli valita etenemisjärjestys sen mukaan, oliko vastaaja kuullut aikaisemmin Kuhmoisiin aiotusta aistipuutarhasta tai tiesikö vastaaja, mitä aistipuutarha tarkoittaa. Mikäli vastaajalla ei ollut näihin asioihin liittyvää tietoa, hän pääsi lukemaan lyhyen infon käsityksen muodostamiseksi ennen kysymyksiin vastaamista.

Kysymysten teemat liittyivät toisaalta vastaajien taustatietoihin, kuten sukupuoliin, ikään, asuinpaikkaan, rooliin, toimintakykyyn sekä harrastuksiin ja toisaalta tulevaan aistipuutarhaan liittyviin ominaisuuksiin, kuten toivottuun kasvillisuuteen, toiminnallisiin mahdollisuuksiin ja palveluihin sekä puutarhan esteettömyyteen (kuvio 5). Kuntoutuksellisesta näkökulmasta tarkasteltavia asioita kyselyissä olivat puutarhan ominaisuuksiin esteettömyyden ja saavutettavuuden osalta liittyvät seikat sekä vastaajien toimintakykyyn, että puutarhan kuntoutuksellisen käytön mahdollistaviin toimintamahdollisuuksiin liittyvät kysymykset. Kuviossa 5 kuvataan kyselyiden rakennetta ja esitetään myös kyselyiden erot eri värein merkittyinä.



Kuvio 5. Ajatuskartta opinnäytetyön tutkimusosan sekä kyselyiden rakenteesta ja sisällöstä

Kyselyn vastauksista saatujen tietojen perusteella KAPY ry voi huomioida esiin tulleet asiat hankkeen seuraavissa toteutusvaiheissa, jotta vuonna 2029 avautuva Kuhmoisten Aistien Puutarha vastaisi mahdollisimman hyvin käyttäjien tarpeita ja toiveita niin kasvillisuuden, elementtien, tapahtumien kuin palveluidenkin osalta. Lisäksi kyselyiden lopussa olevien avoimien kysymysten myötä KAPY ry saa palautetta aistipuutarhan nimiehdotuksesta ja vastaajien omia nimiehdotuksia sekä vapaita terveisiä.

6.3 Aineiston analyysi ja järjestäminen

Kyselyiden 1 ja 2 (Kuvio 5) vastaukset yhdistettiin ja analysoitiin yhtenä aineistona samojen kysymysten osalta, sillä vastaukset olivat niissä hyvin saman suuntaisia vastaajan taustasta (ikä, sukupuoli, rooli, asuinkunta ja harrastukset) riippumatta. Yhdistämällä kyselyt haluttiin lisäksi suojata haavoittuvassa asemassa olevan osallistujaryhmän anonymiteettiä, jotta vastauksia ei voitaisi piennellä paikkakunnalla yhdistää tiettyyn tahoon tai henkilöihin. Erikseen analysoitiin kuitenkin sosiaali- ja terveyspalveluissa sekä järjestötoiminnassa työskentelevien henkilöiden vastaukset vain heille suunnattuihin kysymyksiin. Näin saatiin esiin ammattilaisten näkökulmia Kuhmoisen Aistien Puutarhassa huomioonotettavista asioista kuntoutuksen sekä saavutettavuuden ja esteettömyyden suhteen koskien asiakasryhmiä, joiden parissa vastaajat työskentelivät.

Kyselyiden monivalintakysymyksistä otettiin taulukot ja kuvaajat ensin Webropolista Excel-muotoon, jonka jälkeen ne muotoiltiin tarvittaessa uudelleen visuaalisiksi kuvaajiksi. Monivalintakysymysten kuvaajista tulokset ovat helposti nähtävissä ja analysoitavissa. Avoimet kysymykset käsiteltiin jäsentelemällä vastaukset kysymysten teemojen mukaan samankaltaisuuskaavioon.

Samankaltaisuuskaavio (affinity diagram) on palvelumuotoilussa käytetty visuaalinen työkalu tutkimustulosten purkamiseen ja analysointiin. Samankaltaisuuskaavioon etsitään tutkimusaineistosta samankaltaisia ja toisiinsa liittyviä teemoja ja aiheita, jotka ryhmitellään ja järjestellään yhteisten teemojen alle. Näin syntyneet ryhmät otsikoidaan ja voidaan ryhmitellä vielä suurempiin ryhmiin. Samankaltaisuuskaaviosta voidaan nostaa ja nähdä kerralla käyttäjille olennaiset ja merkitykselliset aiheet. (Tuulaniemi 2016, 154 ekirja.)

Samankaltaisuuskaaviota tehdään usein seinälle muodostaen teemoja ja klustereita muistilapuille kirjoitetuista ideoista, asioista, kuvista ja muusta aineistoon liittyvästä materiaalista. Tätä työtä varten samankaltaisuuskaavioita koostettiin sähköisesti Google Jamboard -sovelluksen avulla. Jamboardissa saa järjestellä muistilappuja vapaasti usealle alustalle, jonka jälkeen alustat voidaan ladata sovelluksesta kuvatiedostoina.

7 Tutkimustulokset

7.1.1 Käyttäjätietoon liittyvät kysymykset ja niiden vastaukset

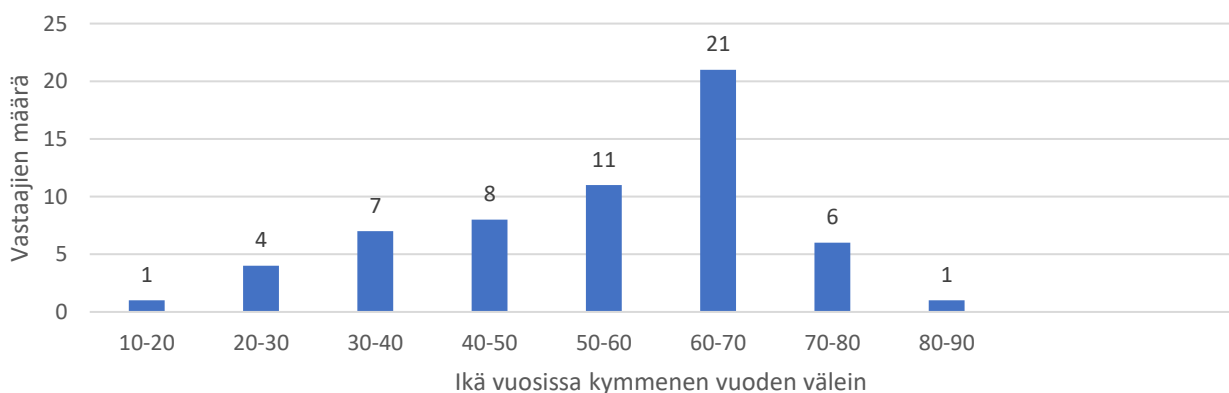
Kyselyn alussa annettiin mahdollisuus edetä suoraan kysymyksiin tai lukea ensin taustatietoa Kuhmoisten Aistien Puutarha -hankkeeseen sekä yleisesti aistipuutarhoihin liittyen. 44 prosenttia vastaajista tiesi Kuhmoisten Aistien Puutarha -hankkeesta sekä aistipuutarhan käsitteen ja he etenivät suoraan kysymyksiin. 56 prosenttia vastaajista eteni kysymyksiin infon kautta.

Vastaajien sukupuoli

Kyselyihin saatiin yhteensä 59 vastausta. Kyselyyn vastanneista 83 prosenttia oli naisia, 14 prosenttia miehiä ja 3 prosenttia ei halunnut ilmoittaa sukupuoltaan. Suodatettaessa tuloksia vastanneiden miesten ja niiden osalta, jotka eivät halunneet kertoa ei havaittu merkittäviä eroja naisten vastauksiin verrattuna. Mikäli haluttaisiin selvittää erityisesti miesten tai muunsukupuolisten ajatuksia aistipuutarhan suhteen, ja sitä, eroavatko ne merkittäväällä tavalla naisten vastauksista, tulisi heiltä saada enemmän vastauksia ja heitä olisi hyvä ottaa mukaan suunnitteluun jatkossa enemmän.

Vastaajien ikä ja asuinkunta

Vastaajien (N=59) keski-ikä oli 54,5 vuotta ja ikähaarukka 19-vuotiaasta 81-vuotiaaseen. Eniten vastauksia saatiin 60–70-vuotiailta (kuvio 6).



Kuvio 6. Vastaajien (N=59) ikäjakauma, määrät

Lähes kaikki vastaajat (n=46) ilmoittivat asuinkunnakseen Kuhmoisen ja loput kolmesta vastaajasta jonkin muun paikkakunnan, kuten Espoon, Helsingin, Jämsän, Kangasalan, Lahden, Längelmäen, Nurmijärven, Orimattilan, Rauman ja Tuusulan.

Kuhmoisten väkiluku vuoden 2021 aluejaon mukaan oli 2158 ihmistä, joista yli 64-vuotiaita oli 44,6 prosenttia. 15–64-vuotiaita oli 47 prosenttia ja alle 15-vuotiaita 8,4 prosenttia (Kuntien avainluvut, N.d.). Kesäaikaan kunnan väkiluku kolminkertaistuu, kun Kuhmoisissa on paljon mökkiläisiä (Kuhmoinen, 2021).

Kyselyt tuottivat siis yhteensä 59 vastausta. Näistä 46 vastaajaa ilmoitti kotikunnakseen Kuhmoisen. Kyselyiden vastausprosentti laskettuna kunnan 2021 vuoden väkiluvun (yli 15-vuotiaat) mukaan olisi noin 0,02 prosenttia. Vastausprosentti on heikko, mikä oli odotettavissa, kun kohderyhmänä on suuri määrä ihmisiä. Muualla asuvat vastaajat saattavat olla Kuhmoisten mökkiläisiä tai kotoisin Kuhmoisista, mutta heidän suhdettaan kuntaan tai kiinnostuksen luonnetta Kuhmoisten Aistien Puutarhaa kohtaan ei voida kyselyiden perusteella päätellä.

Vastaajien roolit

Vastaajien roolien osalta kyselyiden tulokset käsiteltiin erikseen, koska ensimmäiseen kyselyyn roolien vaihtoehdot olivat valmiiksi annetut sosiaali- ja terveyspalveluiden kohderyhmän mukaan. Toisessa kaikille kuntalaisille suunnatussa kyselyssä roolivaihtoehtoja oli enemmän. Ensimmäiseen kyselyyn vastanneista (n=18) 72 prosenttia oli sosiaali- ja terveysalan ammattilaisia, jotka työskentelivät ikäihmisten, kehitysvammaisten ja kuulovammaisten palveluissa. 28 prosenttia kyselyyn vastanneista (N=18) olivat asiakkaina edellä mainituissa palveluissa, kuten ikäihmisten ja kehitysvammaisten asumispalveluissa sekä vammaisten työ- ja päivätoiminnassa.

Toiseen kyselyyn vastanneista (n=41) eläkeläisiä oli 45 prosenttia, työelämässä 32 prosenttia, työttömiä 5 prosenttia ja opiskelijoita 5 prosenttia. Vastaajien joukossa oli myös muutama yrittäjä, kotiäiti sekä muutama henkilö, jotka eivät halunneet rooliaan ilmoittaa.

Vastaajien harrastukset

Kyselyihin vastanneista suurin osa (n=53) vastasi harrastuskysymykseen. Vastaukset visualisoitiin Jamboard -sovellukseen muistilapuvin ja ryhmiteltiin samankaltaisten harrastusten mukaan esimerkiksi, jos se oli jotain kotiin liittyvää, liikuntaa, taidetta, kulttuuria, käsitöitä, järjestötoimintaa, eläimiin tai luontoon ja puutarhaan liittyvää toimintaa. (kuvio 7).



Kuvio 7. Kysymykseen vastanneiden (n=53) harrastukset

Samankaltaisuuskaaviosta nähdään, että liikunta-aktiiviteetit sekä sisä- että ulkolajeissa ovat vastaajien keskuudessa suosittuja. Luonnossa tapahtuva toiminta näyttää olevan vastaajien harrastuksissa vallalla. Lisäksi kädentaite- ja kulttuuriharrastukset sekä sosiaalinen toiminta ovat kuviossa selkeästi edustettuina.

Vastaajien käyttämät avut

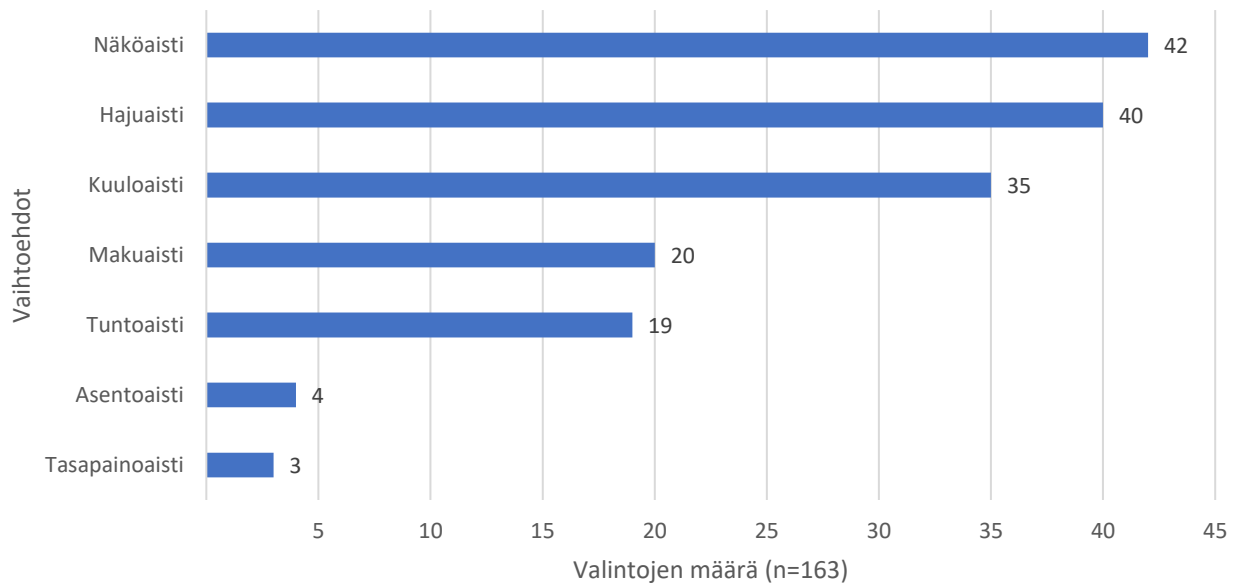
Vain neljällä kaikista vastaajista (N=59) oli käytössään jokin apuväline tai avustaja / saattaja. Tarkentavan kysymyksen vastausten mukaan käytössä olevia apuja olivat potkuri / pyöräkelkka, pyörätuoli, kävelysauvat tai -keppi, kuulolaite ja tukihenkilö. Yksi vastaajista vastasi olevansa laitoshoidossa.

Apuvälineisiin liittyvä kysymys kysyttiin, sillä haluttiin saada tietoa vastaajien toimintakyvystä sekä siitä, millaisia asioita aistipuutarhan esteettömyydelle vastaajien käyttämien apuvälineiden suhteen tulisi ottaa huomioon. Vaikka apuvälineitä tähän kysymykseen vastanneilla olikin vain neljällä käytössään, valittiin vaihtoehtoista silti useampia erilaisia. Mikäli tähän kyselyyn olisi saatu vielä enemmän vastauksia Kuhmoisten kaupungin sosiaali- ja terveysalan yksiköiden asiakkailta, erilaisten apuvälineiden ja avustajien määrä olisi todennäköisesti ollut suurempi. Esimerkiksi näkövammaisia ei tämän tai seuraavan kysymyksen aistitiedon perusteella ollut vastaajien joukossa.

Vastaajien vahvimmat ja heikoimmat aistit

Kyselyissä haluttiin kysyä vastaajilta heidän aisteistaan, koska vastaajien haluttiin tulevan tietoiseksi aisteistaan ennen seuraaviin kysymyksiin siirtymistä. Lisäksi haluttiin nähdä, miten vastaajat aistinsa kokevat ja nouseeko vastauksista aistien kautta merkittäviä eroavaisuuksia toiveissa ja tarpeissa aistipuutarhan ominaisuuksien tai saavutettavuuden ja esteettömyyden suhteen.

Kysyttäessä aistien toiminnasta, suurin osa vastaajista (n=55) kertoi aistiensa toimivan normaalisti. Heikkoutta aisteissa oli neljällä vastaajalla. Tarkentavaan kysymykseen heikoista aisteista vastattiin kuulo-(n=1) ja tasapainoaistin (n=1) sekä haju- (n=2), maku- (n=1) ja tuntoaistin (n=1) olevan heikko. Vastaajat, jotka vastasivat aistiensa toimivan normaalisti, saivat tarkentavassa kysymyksessä valita seitsemästä perusaistista kolme vahvinta aistiaan (kuvio 8). Kollektiivisesti vahvimiksi koetut aistit järjestyksessä olivat: Näköaisti, hajuaisti, kuuloaisti, makuaisti, tuntoaisti, asentoaisti ja tasapainoaisti.



Kuvio 8. Vastaajien (n=55) vahvimmiten koetut aistit

Jälkikäteen voidaan todeta, että tässä kysymyksessä olisi ollut hyvä antaa mahdollisuus vastata molempiin tarkentaviin kysymyksiin siitä huolimatta, mitä oli kysymykseen aistien toiminnasta vastannut. Kysymykseen olisi voinut esimerkiksi pyytää vastaajaa järjestämään annetut aistit hänelle paremmuus tai tärkeysjärjestykseen. Tämän saadun aistitiedon perusteella kuitenkin voidaan sanoa, mitkä aistit ovat vastaajajoukossa koettu vallitseviksi ja mitkä heikoimmiksi.

7.1.2 Toivottuihin ominaisuuksiin ja toimintaan liittyvät kysymykset ja vastaukset

Tässä alaluvussa käsitellään kysymykset ja vastaukset, jotka liittyvät siihen, mitä kasvillisuutta, elementtejä, palveluja ja toimintaa aistipuutarhaan toivovat. Kyselyissä pyydettiin vastaajia kuvailemaan unelmiensa puutarhaa: Miltä siellä näyttää, kuulostaa ja tuntuu. Kysymyksen tarkoitus oli viritellä vastaajat aistien puutarhan maailmaan, jotta jatkokysymyksiin vastaaminen sujuisi luontevammin. Kysymys ei ollut pakollinen, mutta siihen saatiin yhteensä viisikymmentäkolme (n=53) vastausta (Liite 4). Vastaukset ovat kokonaisuudessaan tämän työn liitteenä, sillä ne kertovat vastaajien luontosuhteesta ja luontokokemuksesta – siitä, mikä kullekin on miellyttävää ja elvyttävää.

Vastaukset ryhmiteltiin lyhennettyinä teemoittain myös samankaltaisuuskaavioon (kuviot 9,10,11 ja 12). Vastauksista huokuivat muun muassa aistikkaat unelmat värikylläisyydestä, tuoksuista, syötävistä marjoista, hedelmistä ja yrteistä, kauneudesta, luonnon äänistä, vesi- ja kivelementeistä,

poluista, erilaisista puista ja kasvillisuudesta, ympärivuotisuudesta ja monipuolisuudesta, turvallisuudesta, omasta rauhasta ja muiden kohtaamisesta.



Kuvio 9. Samankaltaisuuskaavio: unelmat näkö-, haju- ja makuaistille



Kuvio 10. Samankaltaisuuskaavio: kuultavat, nähtävät ja tunnettavat unelmat



Kuvio 11. Samankaltaisuuskaavio: unelmat konkreettisista elementeistä ja tyyleistä



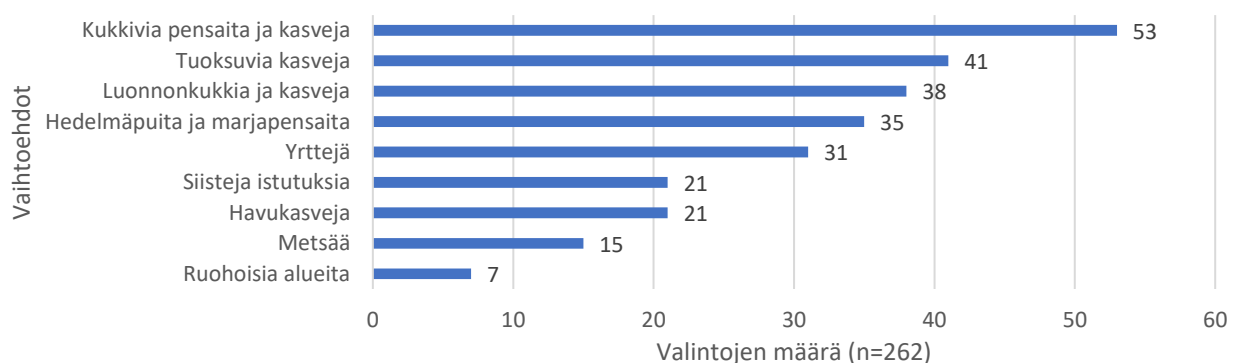
Kuvio 12. Samankaltaisuuskaavio: kuvaavat adjektiivit sekä toivotut tunnelmat

Edellä esitetyissä kuvioissa on nähtävillä vastaajien (n=53) puutarhoihin liittyvät unelmat sekä osittain ajatukset tuntuvat menneen jo toiveisiin liittyen Kuhmoisten Aistien Puutarhaan. Puutarhaunelmia (liite 4) lukiessa voi kuvitella ja jopa aistia ne aivan konkreettisesti. Vastaajien unelmista välittyy monella tavalla toiveet puutarhan rauhoittavasta ja aisteja stimuloivasta, hyvinvointia lisäävästä vaikutuksesta.

Kyselyissä kuitenkin haluttiin selvittää aistipuutarhan tulevien käyttäjien toiveita vielä konkreettisemmin antamalla monivalintavaihtoehtoja kasvillisuuteen, elementteihin, palveluihin sekä tekemiseen ja toimintaan liittyen. Seuraavissa kappaleissa esitellään vastaajien konkreettiset toiveet ja odotukset Kuhmoisten Aistien Puutarhalle.

Vastaajien toivoma kasvillisuus

Vastaajat saivat valita enintään viisi vaihtoehtoa toivomaansa kasvillisuutta koskien. Vaihtoehtoja oli annettu yhteensä yhdeksän kappaletta. Jälkikäteen arvioituna tässä olisi voinut olla myös muuta, mitä? -vaihtoehto. Lisäksi myös vaihtoehtojen pisteyttäminen tärkeysjärjestykseen olisi voinut toimia. Tähän vaihtoehtoon päädyttiin kuitenkin sen vuoksi, että paremmuus- tai tärkeysjärjestyksen kysymisen ajateltiin ehkä tuottavan enemmän vaikeuksia kuin yhden tai useamman mieluisan vaihtoehdon valitseminen. Lopputulos kuitenkin kertoo, että mitä vaihtoehtoja vastaajat ovat eniten valinneet (kuvio 13). Kaikki kyselyihin vastanneet (N=59) vastasivat tähän kysymykseen.



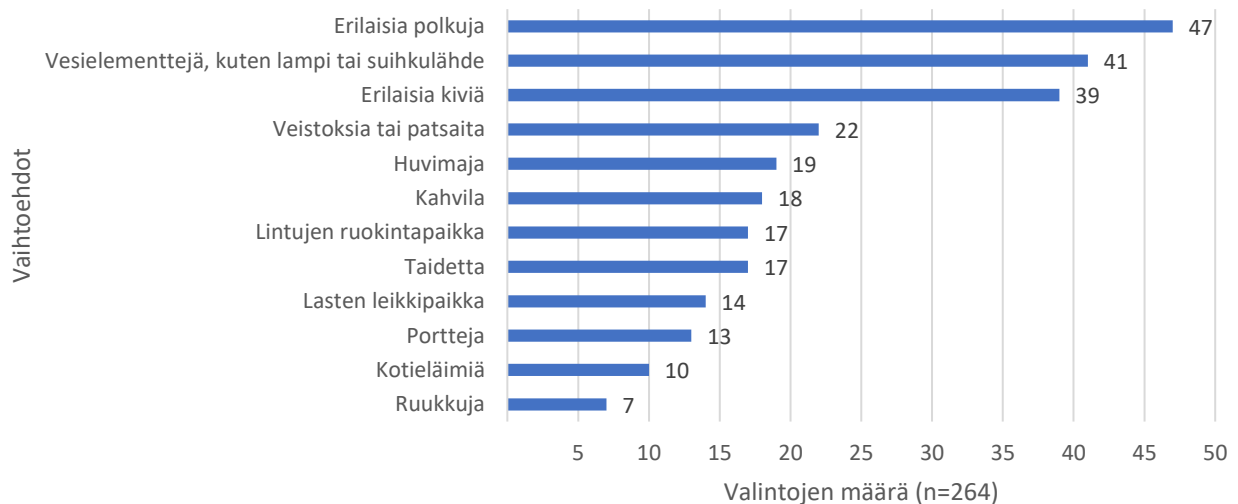
Kuvio 13 Vastaajien (N=59) kasvillisuusvalinnat

Vastaajat valitsivat eniten vaihtoehtoa ”Kukkivia pensaita ja kasveja” ja toiseksi eniten ”Tuoksuvia kasveja”. Kukkivat kasvit aistitaan ensisijaisesti näköaistin kautta ja tuoksuvat kasvit hajuaistin

kautta. Näköaisti ja hajuaisti tulivat valituksi vastaajien vahvimmiksi aisteiksi. Tätä järjestystä noudattelevat hyvin myös vastaajien kuvaukset unelmien puutarhoistaan: niissä oli mainittu paljon kukkia ja värejä sekä tuoksuja, hedelmiä, marjoja ja yrttejä.

Vastaajien valitsemat elementit

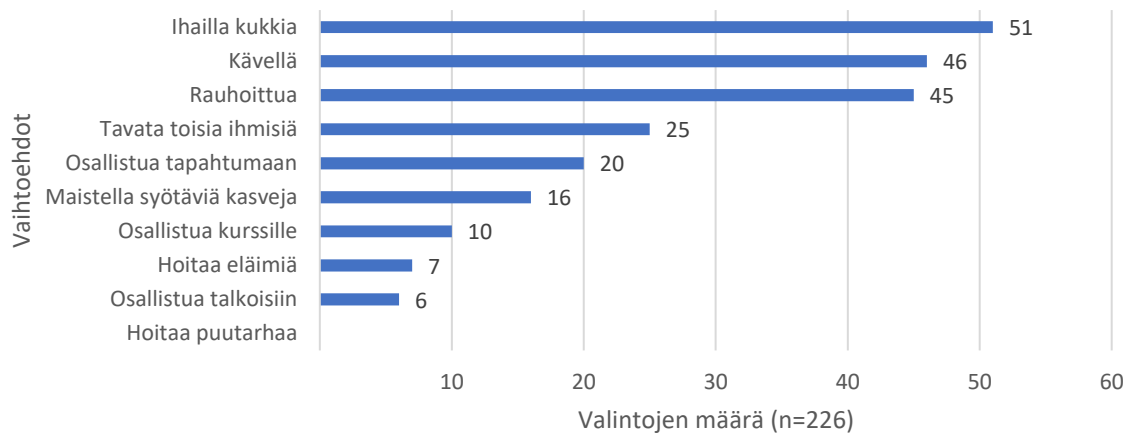
Kaikki kyselyihin vastanneet (N=59) vastasivat tähän kysymykseen. Kysymykseen olisi voinut lisätä myös vaihtoehdon Muu, mikä, jotta vastaajilla olisi ollut mahdollisuus mainita jokin muu itselleen tärkeä elementti, jota vaihtoehdoissa ei ole mainittu. Toisaalta muita elementtejä voidaan löytää myös unelmien puutarha -kysymyksen vastauksista (kuvio 11). Elementtivalinnoissa korostuvat erityisesti erilaiset polut, vesielementit sekä erilaiset kivet (kuvio 14).



Kuvio 14. Vastaajien (N=59) elementtivalinnat

Vastaajille mielekäs toiminta aistipuutarhassa

Tämän kysymyksen tarkoitus oli saada tietoa siitä, mitä vastaajat ajattelevat tekevänsä vierailullaan Kuhmoisten Aistien Puutarhassa ja antaa ideoita siihen, millaista toimintaa aistipuutarha ympäristöineen voisi mahdollistaa (kuvio 15).



Kuvio 15. Vastaajien (N=59) valitsemat ajanviettotavat aistipuutarhassa

Vastaajat valitsivat enintään viisi vaihtoehtoa ja kaikki vastaajat (N=59) vastasivat tähän kysymyksen. Tässä kysymyksessä olisi voinut olla myös muu-vaihtoehto, jolloin vastaajilla olisi ollut mahdollisuus kertoa jokin oma ajanviete.

Eniten valintoja saivat vaihtoehdot ihailla kukkia, kävellä ja rauhoittua. Neljänneksi eniten valintoja sai vaihtoehto tavata toisia ihmisiä. Myös tapahtumat, kurssit ja talkoot saivat ääniä, mutta kukaan ei valinnut vaihtoehtoa hoitaa puutarhaa. Lisäksi syötävien kasvien maistelu sekä eläinten hoito kiinnostivat jonkin verran.

Vastaajia kiinnostavat kurssit ja tapahtumat, joita aistipuutarhassa voisi järjestää

Opinnäytetyön tilaajaa KAPY ry:tä kiinnosti myös tietää, että millaisista kursseista ja tapahtumista Kuhmoisten Aistien Puutarhan käyttäjät voisivat olla kiinnostuneita. Tätä kysyttiin avoimella kysymyksellä ja se kirvoitti paljon ideoita, mutta vain kolmekymmentäneljä vastaajaa vastasi tähän kysymykseen (kuvio 16).



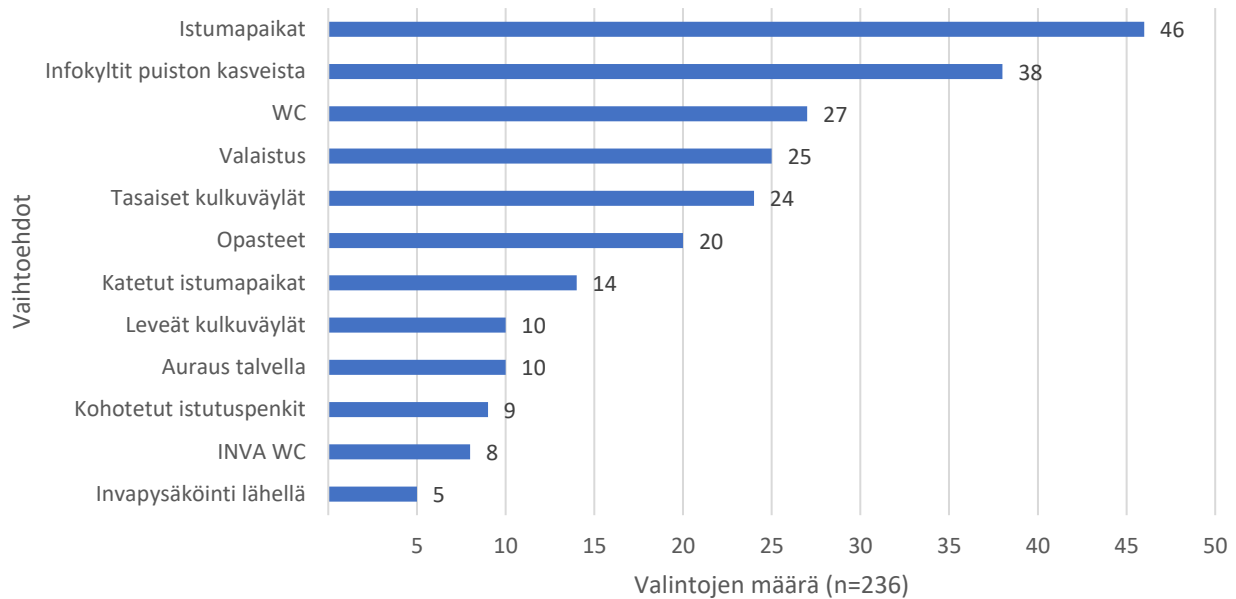
Kuvio 16. Vastaajien (n=34) ehdotukset kurssien ja tapahtumien teemoiksi

Vastaukset käsiteltiin samankaltaisuuskaavion avulla ja ryhmiteltiin teemoihin, jotka liittyivät puutarhan ja pihan hoitoon, tietoon kasveista, niiden kasvatuksesta ja käytöstä, lintuihin, kädentaitoihin, yhteisöllisiin tapahtumiin tai kehollisiin aktiviteetteihin. Kuvasta näkee melko nopealla vilkaisulla ehdotetut ideat kurssien ja tapahtumien aiheiksi. Vastaajien ideoita voidaan hyödyntää ehdotettujen tapahtumien suunnittelussa ja jatkojalostamisessa.

7.1.3 Saavutettavuuteen ja esteettömyyteen liittyvät kysymykset

Vastaajille tärkeät vierailun miellyttävyyteen vaikuttavat asiat

Kyselyn avulla haluttiin myös selvittää, mitä ominaisuuksia ja asioita aistipuutarhassa on tärkeää olla, jotta vierailu on kävijälle miellyttävä (kuviokuva 17). Annetut vaihtoehdot liittyvät läheisesti aistipuutarhan fyysiseen saavutettavuuteen ja esteettömyyteen. Kysymys oli monivalintakysymys, johon myös olisi voinut antaa muu-vaihtoehdon. Vastausvaihtoehdoista sai valita useita vaihtoehtoja ilman rajoituksia. Kaikki kyselyihin vastanneet (N=59) vastasivat myös tähän kysymykseen.



Kuvio 17. Vastaajien (N=59) valinnat vierailun miellyttävyyteen vaikuttavista asioista

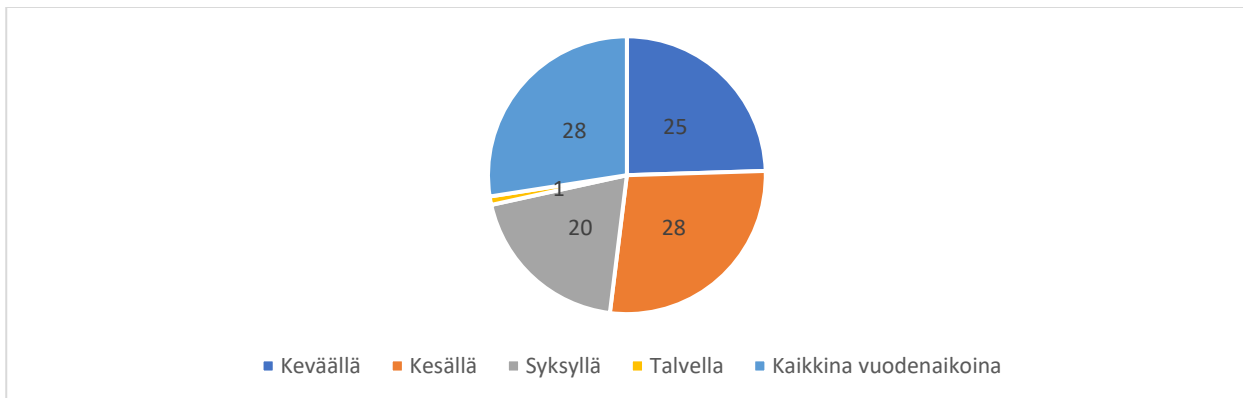
Tärkeimmiksi, eniten valituiksi, asioiksi nousivat istumapaikat sekä infokyltit puiston kasveista. Kolmanneksi eniten oli valittu vaihtoehtoa WC. INVA WC oli valittu kahdeksan kertaa, mikä kertoo siitä, että sekin on tärkeä, vaikka vain pieni osa vastaajista sitä tarvitsisi. Vastauksien jakaumasta huomaa, että saavutettavuuteen ja esteettömyyteen liittyvät seikat, jotka ovat erityisesti niitä tarvitseville merkittäviä, ovat järjestyksessä alimpana. Tämä johtuu siitä, että erityisryhmien edustajia oli vastaajissa selvä vähemmistö.

Jälkikäteen ajatellen, tämä kysymys olisi voinut olla myös avoin kysymys. Se olisi voinut tuottaa enemmän tärkeitä saavutettavuuteen ja esteettömyyteen liittyviä ja vierailun miellyttävyyden kannalta tärkeitä asioita. Toisaalta vastaaja ei välttämättä olisi osannut tai jaksanut ajatella, mikä kaikki miellyttävään vierailuun voisi vaikuttaa. Kysymyksessä olisi voinut olla myös enemmän vaihtoehtoja, lisäksi esimerkiksi yleinen pysäköinti lähellä tai vaikka mahdollisuus nauttia virvokkeita tai syötävää. Oikeastaan elementteihin liittyvän (kuvio 14) kysymyksen kahvila vaihtoehto olisi voinut olla hyvä vaihtoehto tähän kysymykseen.

Vuodenaikojen vaikutus aistipuutarhassa vierailemiseen

Myös vuodenaikat voivat vaikuttaa aistipuutarhan saavutettavuuteen ja esteettömyyteen esimerkiksi vaihtelevien sääolosuhteiden kautta. Näkevätkö tulevat käyttäjät aistipuutarhan vain tietyn

vuodenajan kohteena vai ympärivuotisena mahdollisuutena? Tätä selvitettiin kysymällä, minä vuodenaikaa mieluiten aistipuutarhassa vierailtaisiin (kuvio 18).

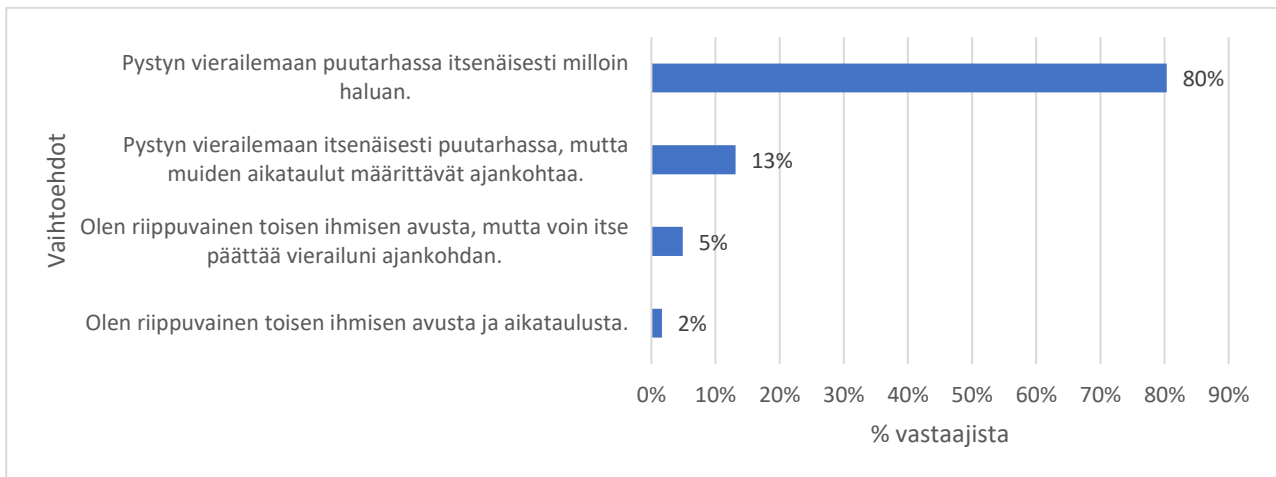


Kuvio 18. Vastaajien (N=59) vierailuhaluukkuus aistipuutarhassa eri vuodenaikoina, määrät (n=102)

Kysymykseen sai vastata enintään kolme vaihtoehtoa. Eniten valittiin vaihtoehtoja kesällä ja kaikkina vuodenaikoina (n=28), toiseksi eniten keväällä (n=25), kolmanneksi syksyllä (n=20) ja talvikin oli saanut yhden valinnan. Vastauksista ei voida tehdä muita johtopäätöksiä kuin, että kaikki muut vaihtoehdot saivat lähes yhtä paljon valintoja paitsi talvi. Kuitenkin kaikkina vuodenaikoina oli kesän ohella eniten ääniä saanut vastaus, joten vastaajat suhtautuvat myönteisesti myös talviajan vierailuihin aistipuutarhassa. Muidenkin kysymysten vastauksissa on tullut esille vuodenaikojen hyödyntäminen aistipuutarhassa esimerkiksi istutuksissa ja erilaisissa tapahtumissa.

Vastaajien vierailumahdollisuudet

Kyselyn avulla haluttiin selvittää, miten vastaajilla on mahdollisuus vieraila aistipuutarhassa: pääsevätkö he vierailulle, milloin haluavat ja itsenäisesti vai ovatko he muiden aikataulujen tai/ ja avun varassa (kuvio 19). Kysymyksessä tuli valita sopivin vaihtoehto. Kaikki kyselyyn vastanneet (N=59) vastasivat tähän kysymykseen.



Kuvio 19. Vastaajien (N=59) vierailumahdollisuudet aistien puutarhassa prosentteina (%)

Vastaajista 80 prosenttia vastasi pääsevänsä vierailemaan aistipuutarhassa, milloin vain ja itsenäisesti. 13 prosenttia voisi vierailla itsenäisesti puutarhassa, mutta muiden aikataulujen mukaan. 5 prosenttia kykenee itse päättämään vierailunsa ajankohdan, mutta on riippuvainen toisen ihmisen avusta ja 2 prosenttia vastaajista on riippuvainen sekä toisen ihmisen aikataulusta että avusta.

7.1.4 Sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten näkemykset aistipuutarhan saavutettavuudesta ja esteettömyydestä sekä kuntoutuksellisista ominaisuuksista

KAPY ry toivoi vastauksiin myös sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten näkemyksiä siitä, miten puutarha toimisi parhaiten heidän asiakkailleen kuntouttavana ja hyvinvointia edistävänä ympäristönä. Ammattilaiset ensimmäisen kyselyn vastaajajoukossa työskentelivät siis ikäihmisten, kehitysvammaisten ja kuulovammaisten palveluissa. Ammattilaisille suunnattiin ensimmäisessä kyselyssä kaksi avointa kysymystä, jotka liittyivät aistipuutarhan esteettömyyteen ja saavutettavuuteen (kuvio 20) sekä kuntoutusta tukeviin toimintoihin (kuvio 21). Kysymykset olivat avoimia kysymyksiä. Saadut vastaukset jäsenneltiin samankaltaisuuskaavioon sekä koottiin taulukoihin, jotka löytyvät opinnäytetyön johtopäätöksistä luvusta 8.3.

Mitä asioita tulee ottaa huomioon asiakkaidenne näkökulmasta, jotta aistipuutarha olisi heille mahdollisimman esteetön ja saavutettava?



Kuvio 20. Sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten näkemykset aistipuutarhan saavutettavuuteen ja esteettömyyteen liittyen

Samankaltaisuuskaaviosta (kuvio 20) voidaan nopealla silmäyksellä päätellä, että ammattilaisten käsityksen mukaan Kuhmoisten Aistien Puutarhan saavutettavuuteen ja esteettömyyteen heidän asiakkaidensa kannalta vaikuttavat istutusten korkeus, äänimaailma, sopivien WC-tilojen olemassaolo, mahdollisuus lepo hetkiin sekä virkistytymiseen, kylttien ja opasteiden helppolukuisuus, pysäköinnin läheisyys, maaston tasaisuus ja leveät kulkuväylät sekä kulkuväylien kunnossapito.

Ammattilaiset ajatuksia olivat esimerkiksi, että kuntoutuksellisessa mielessä heidän asiakkaansa hyötyisivät, jos aistipuutarhassa olisi mahdollisuus muiden ihmisten tapaamiseen, osallisuuteen asiakkaan taidoista riippumatta ja pienimuotoiseen toimintaan osallistumiseen sopivalla tavalla ryhmässä tai yksilöllisessä ohjauksessa (kuvio 21). Ammattilaisten mielestä heidän asiakkailleen kuntouttavaa tekemistä olisivat esimerkiksi kasvien tunnistaminen, aistikokemusten saamisen ja oman kädenjäljen näkemisen mahdollistavat toiminnot. Lisäksi kuntouttavalta ympäristöltä toivottiin turvallisuutta, kiireetöntä tunnelmaa, mahdollisuutta kävellä turvallisesti, rauhoittua ja levähtää, nauttia puutarhasta vain paikallaan istuen, maistella itse marjoja suoraan kasvista, käyttää INVA WC:tä sekä saada vierailulta mukaan tuliainen muistelun mahdollistamiseksi.

Millaisten toimintojen mahdollistaminen tekee aistipuutarhasta asiakkaillenne kuntouttavan ympäristön?



Kuvio 21. Sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten näkemykset aistipuutarhasta kuntouttavana ympäristönä

7.1.5 Nice to know -kysymykset

Kuten jo aiemmin kerrottiin, tämän opinnäytetyön tutkimuksen yhteydessä haluttiin lisäksi selvittää, millaisia muistoja vanhan kansakoulun alueesta ihmisillä on, mitä siellä olevaa tulisi säilyttää, mitä mieltä vastaajat olivat aistipuutarhan nimiehdotuksesta ja oliko heillä omia nimiehdotuksia. Lisäksi haluttiin vapaa sana -tekstikentällä mahdollistaa aiheeseen liittyvien terveisten lähettäminen tilaajalle.

Kyselyn lopulla vastaajat saivat siis kertoa, tunsivatko Syrjänmäen vanhan kansakoulun alueen entuudestaan. Suurimmalle osalle (75 %) vastaajista (N=59) alue oli tuttu. Ne, jotka tunsivat paikan, saivat seuraavaksi kertoa, mistä yhteydestä he sen tunsivat ja mitä muistoja heillä siihen liittyy (kuvio 22). Yhteensä 34 vastaajaa vastasi tähän kysymykseen.

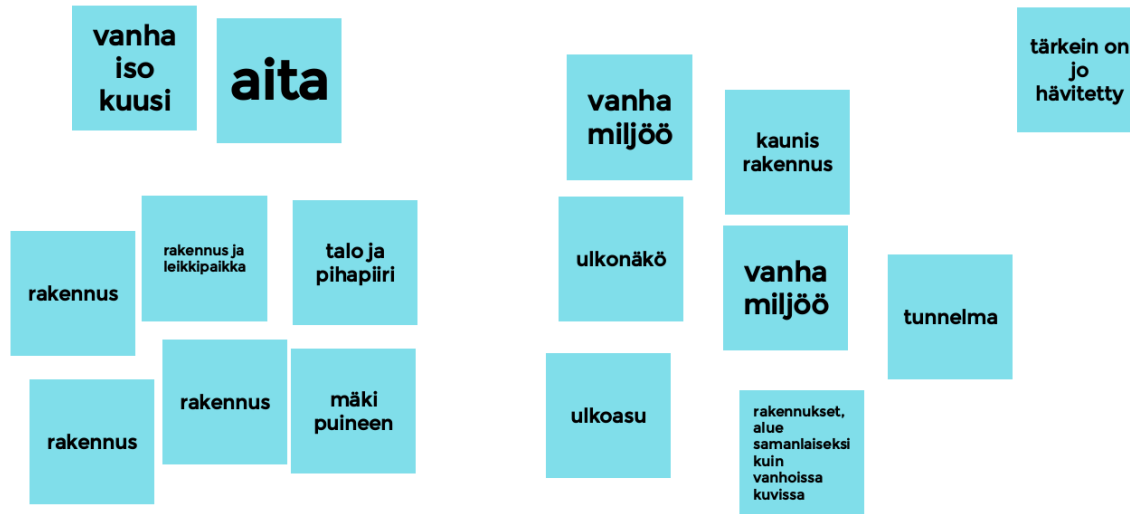


Kuvio 22. Yhteys, josta vanhan kansakoulun alue on vastaajille (n=34) tuttu

Avoimia vastauksia ryhmiteltiin muistilapuilla. Kuviosta (22) käy ilmi, että Syrjänmäen vanhan kansakoulun alue on vastaajille tuttu muun muassa leikki- ja esikoulusta ja luokka-asteilta 1–4, nuorisotalona, lasten kerhoista ja muskarista, biljardin peluusta, hiihtokilpailuista, erilaisista kursseista, sisäilmaongelmista, rakennuksesta ja keskeisestä sijainnista.

Kaksikymmentäkahdeksan vastaajaa vastasi kysymykseen, mitä vanhan kansakoulun alueella tulisi säilyttää (kuvio 23). Vastaukset on jäsennellyt alla olevaan samankaltaisuuskaavioon ja päällekkäisiä vastauksia on karsittu. Useimmat vastaajat halusivat säilyttää aidan ja rakennuksen sekä vanhan miljöön ja tunnelman alueella. Myös puut koettiin tärkeinä, ja yksi vastaajista toivoisi, että alue saataisiin samanlaiseksi kuin vanhoissa kuvissa.

Mitä alueella tulisi säilyttää



Kuvio 23 Vastaajien (n=28) näkemykset vanhan kansakoulun alueella säilytettävistä asioista

Kuhmoisten Aistien Puutarhan nimeksi on ehdotettu KAIPUU, joka muodostuu Kuhmoisten Alstien PUUtarhan alkukirjaimista. Kyselyssä kysyttiin avoimella kysymyksellä mielipidettä ehdotetusta nimestä. Viisikymmentäkolme vastaajaa vastasi tähän kysymykseen (kuvio 24).



Kuvio 25. Vapaa sana (n=18)

8 Johtopäätökset

8.1 Kuntalaiset ja mökkiläiset Kuhmoisten Aistien Puutarhan ensisijaisina käyttäjinä

Ensimmäisen tutkimuskysymyksen osalta kyselyiden tuloksista etsittiin vastausta siihen, keitä tulevat Kuhmoisten Aistien Puutarhan käyttäjät ovat. Kyselyt olivat suunnattu kuntalaisille, mutta kyselyyn vastasi myös jonkin verran muilla paikkakunnilla asuvia henkilöitä. Tästä päätellen Kuhmoisten Aistien Puutarhasta ollaan kiinnostuneita myös kunnan rajojen ulkopuolella. Kyselyiden avulla ei kuitenkaan voitu todentaa ulkopaikkakuntalaisten mahdollista suhdetta tai sidettä kuntaan eikä sitä, miksi he ovat kiinnostuneita Kuhmoisten Aistien Puutarhasta ja siihen liittyvään kyselyyn vastaamisesta. On kuitenkin yleisesti tiedossa, että Kuhmoinen on vireä mökkikunta.

Suurin osa vastaajista oli iältään 60–70-vuotiaita ja rooliltaan eläkeläisiä. Kuhmoinen on eläköityvä kunta ja se näkyi myös näissä vastauksissa. Suurin osa kyselyyn vastanneista oli naisia. Sukupuolen perusteella vastauksissa ei kuitenkaan havaittu merkittäviä eroavaisuuksia ehkä juuri sen vuoksi, että muiden kuin naisten vastauksia saatiin määrällisesti hyvin vähän.

Apuvälineiden tai avustajan tarve sekä aisteissa koettu heikkous oli vastaajajoukossa vähäistä. Muutamalla vastaajalla oli käytössään apuvälineitä ja aisteissa heikkoutta, ja nämä vastaukset tulivat pääasiassa ensimmäisen kyselyn kautta, johon vastasivat ikäihmisten ja kehitysvammaisten asumispalveluissa sekä vammaisten työ- ja päivätoiminnassa olevat asiakkaat. Käytössä olevat apuvälineet sekä koetut aistiheikkoudet olivat linjassa toistensa kanssa. Vahvimiksi koetuiksi aisteiksi vastauksista nousivat näkö-, haju- ja kuuloaisti. Näiden aistien kautta koetut asiat, kuten värit, tuoksut ja äänet olivat vahvasti kuvattuina vastaajien unelmien puutarhoissa.

Erilaisten kurssi- ja tapahtumateemojen runsaus vastauksissa kertonee siitä, että vastaajat suhtautuivat myönteisesti Kuhmoisten Aistien Puutarhan valjastamiselle myös yhteiseksi tapahtumapaikaksi. Vastaajat vaikuttivat olevan harrastuksiensa perusteella aktiivista ja toimeliasta väkeä, ja samanlaista mielikuvaa syntyi myös heidän ehdottamistaan kursseista ja tapahtumista, joita aistipuutarhassa voitaisiin tulevaisuudessa järjestää. Syrjänmäen vanhan kansakoulun alue, jonne aistipuutarha rakennetaan, oli useille vastaajille entuudestaan tuttu myös erilaisien toimintojen ja kurssien yhteydestä. Siten voisi ajatella, että tuleva Kuhmoisten Aistien Puutarha mielellään nähdään myös aktiivisena ja yhteisöllisenä tapahtumapaikkana.

Vastaukseksi tutkimuskysymykseen keitä Kuhmoisten Aistien Puutarhan tulevat käyttäjät ovat hahmoteltiin vielä kyselyiden tulosten perusteella kolme käyttäjäpersoonaa, jotka esitellään tarkemmin luvussa 8.4. Käyttäjäpersoonat ovat fiktiivisiä kuvauksia, joiden avulla voidaan syventää asiakasymmärrystä. Niitä voidaan hyödyntää työkaluna aistipuutarhan jatkokehittämisessä.

Kuhmoisten Aistien Puutarhan tuleviksi käyttäjiksi ei voida kuitenkaan rajata vain tiettyä käyttäjäjoukkoa, sillä aistipuutarha tulee olemaan avoin ihan kaikille. Voidaan kuitenkin olettaa, että ensisijaisesti aistipuutarha tulee vastaamaan kuntalaisten ja kunnan mökkiläisten tarpeisiin.

8.2 Kuhmoisten Aistien Puutarhalle asetetut toiveet ja odotukset

Kyselyiden vastauksista saatiin selville runsas kattaus toiveita ja odotuksia aistipuutarhalle. Toiveisiin ja odotuksiin liittyviin kysymyksiin, myös avoimiin, vastattiin erittäin hyvin ja kattavasti, vaikka ne eivät olleet pakollisia kysymyksiä. Lähes kaikki vastaajat vastasivat aihepiiriin kysymyksiin, mikä on osoitus vastaajien kiinnostuksesta hanketta kohtaan ja halukkuudesta osallistua aistipuutarhan kehittämiseen.

Ensin vastaajat kuvailivat aiheeseen virittelevässä kysymyksessä avoimesti unelmiensa puutarhoja. Tämän jälkeen he vastasivat varsinaisiin monivalintakysymyksiin toivottuihin kasveihin, elementteihin ja ominaisuuksiin liittyen. Monivalintavaihtoehdot kysymyksiin oli mietitty aistipuutarhoihin liittyvän teorian perusteella. Kun monivalintakysymysten vaihtoehtoja ja niihin saatuja vastauksia peilattiin unelmien puutarhojen kuvauksiin, huomattiin samojen asioiden painottuvan niissä. Yhteneväiset tulokset vahvistavat myös teorian perusteella muodostunutta ennakkokäsitystä siitä, mitä ihmiset kokevat luonto- ja puutarhaympäristössä itselleen merkitykselliseksi ja millaista olemista ja tekemistä luontoympäristön halutaan tarjoavan.

Esimerkiksi Salosen (2010) mukaan on tutkittu, että luonnossa arvostetaan kaikkein eniten ulkoilu- ja liikuntamahdollisuuksia sekä esteettisiä elämyksiä. Hiljaisuus, rauha, tuoksut ja luonnon äänet ovat myös arvostettuja asioita (Salonen 2010, 68.).

Tämän opinnäytetyön kyselyissä saatiin vastaavanlaisia tuloksia vastauksissa liittyen toivottuihin ominaisuuksiin ja toimintaan. Kukkivat kasvit ja kukat liittyvät esteettisiin elämyksiin ja esimerkiksi vastaajien halu kävellä aistipuutarhassa ulkoilu ja liikuntamahdollisuuksiin. Myös esimerkiksi rauhoittuminen aistipuutarhassa sekä veden solinan ja lintujen laulun kuunteleminen esiintyivät vastauksissa. Monet unelmien puutarhan kuvauksista ja muissa kysymyksissä ilmaistuja toiveista liittyivät erilaisiin aistimuksiin, erityisesti näkö-, haju- ja kuuloaistin kautta saatuihin.

Stigsdotterin & Grahnin (2002) mukaan aiemmissa puistojen käyttöä selvittäneissä tutkimuksissa on huomattu, että erilaisilla puisto- tai puutarhaympäristöillä on erilaisia ominaisuuksia ja piirteitä, joista tietyt kahdeksan ovat suosituimpia. Nämä kahdeksan ominaisuutta (Taulukko 1) ilmenevät erilaisina tuntemuksina aistien kautta. (Stigsdotter & Grahn 2002, 66.)

Taulukko 1 Puutarha-alueiden kahdeksan suosituinta ominaisuutta. Suomennettu. (Stigsdotter & Grahn 2002, 65.)

Kahdeksan ominaisuutta	Ominaisuuden piirteet
1. Serene / Seesteisyys	Rauhaa, hiljaisuutta ja hoivaa. tuulen, veden, lintujen ja hyönteisten ääniä. Ei roskia, ei rikkaruohoja eikä häiritseviä ihmisiä.
2. Wild/ Villi	Lumoutuminen villistä luonnosta. Kasvit vaikuttavat itsestään kylväätyviltä. Jäkälän ja sammalen peittämiä kiviä, vanhoja polkuja.
3. Rich in Species/ Lajien kirjo	Alue tarjoaa monipuolisesti eläinlajeja ja kasveja.
4. Space/ Tila / Avaruus	Alue tarjoaa levollisen tunteen ”toiseen maailmaan astumisesta”, yhtenäinen kokonaisuus, kuin pyökkimetsä.
5. The Common/ Yhteinen	Vihreä, avoin alue, joka sallii oleskelun ja tarjoaa näköaloja.
6. The Pleasure Garden /Mielihyvän puutarha	Suljettu, turvallinen ja suojaisa paikka, jossa voi rentoutua ja olla oma itsensä, tehdä kokeiluja ja leikkiä.
7. Festive/ Juhlava	Tapaamispaikka juhalle ja ilolle.
8. Culture/ Kulttuuri	Historiallinen paikka, joka kiehtoo ja viestii ajan kulumisesta.

Opinnäytetyön kyselyihin saaduissa vastauksissa ilmeni monia taulukon 3 ominaisuuksista. Osa niistä löytyi vastaajien unelmien puutarhoista ja osa ominaisuuksiin, elementteihin ja toimintaan liittyvistä tuloksista. Rappen mukaan, mitä useampi Grahnin kahdeksan ominaisuuden listasta toteutuu, sitä enemmän alueella on käyttäjiä (Rappe 2003, 65–66). KAPY ry:n kannattaakin huomioida nämä ominaisuudet mahdollisuuksien mukaan aistipuutarhan kehittämisessä.

Grahnin tutkimuksessa on Rappen mukaan ilmennyt myös, että ihmiset käyvät puistoissa ja viheralueilla, jos ne sijaitsevat kodin lähellä. Kun matkaa on enintään 50 metriä, siellä käydään 3–4 kertaa viikossa. Kilometrin päässä puistosta asuvat käyvät siellä kerran viikossa ”pyhäkävelyllä”. Läheinen sijainti ja ympäristöjen erilaiset piirteet edistävät ihmisten hakeutumista viheralueille. (Rappe 2003, 65–66.)

Sijaintiin liittyen kyselyn vastauksissa oli toive, että Kuhmoisten Aistien Puutarhan tulisi sijaita lähellä keskustaa tai Päijännekotia, jotta se olisi saavutettava. Läheinen sijainti varmasti edesauttaa erityisesti paikallisten erityisryhmien säännöllisiä vierailuita aistipuutarhassa. Saavutettavuuteen vaikuttaa myös lähellä oleva pysäköintimahdollisuus, joka on oleellinen erityisesti invapysäköintiä tarvitseville. Lisäksi paikkakunnalla, jossa asutaan myös syrjäisemmässä pidempien välimatkojen

päässä, pysäköintimahdollisuus kohteen lähellä edesauttaa sinne saapumista. Sijainti ja pysäköintimahdollisuus on siten myös paikkakunnalle saapuvien vierailijoiden näkökulmasta oleellinen tekijä Kuhmoisten Aistien Puutarhassa vierailemisen kannalta.

8.3 Kuhmoisten Aistien Puutarhan esteettömänä, saavutettavana ja kuntouttavana ympäristönä

KAPY ry toivoi erityisesti vastauksia erityisryhmien parissa työskenteleviltä ammattilaisilta puutarhan esteettömyyteen ja saavutettavuuteen sekä kuntoutukselliseen käyttöön liittyen. Tulosten perusteella KAPY ry voi huomioida puutarhan rakentamisessa erityisryhmien osalta oleelliset asiat. Lisäksi puutarhaa voidaan suunnitella paremmin kuntoutukselliseen käyttöön sopivaksi huomioimalla mahdollisuuksien mukaan siihen liittyvät toiveet. Saadut tulokset on havainnollistettu analyysivaiheessa luoduista samankaltaisuuskaavioista oheisissa taulukoissa 1 ja 2.

Taulukko 2 Esteettömän ja saavutettavan puutarhan ominaisuuksia

ESTEETTÖMÄN JA SAAVUTETTAVAN PUUTARHAN OMINAISUUKSIA

KASVIT	Kasvien ja marjapensaiden sijoittelu sopivalle korkeudelle ja lähelle kulkuväyliä, jotta asiakas voi itse niitä aistia ja maistella.
TILAVAT WC-TILAT JA INVA WC	WC-käynti mahdollinen asiakkaille, joilla apuväline tai avuntarve.
LEPOPAIKAT	Istumapaikkoja saatavilla, mielellään katettuja tai varjoisia, jotka tarpeeksi tilavia pyörätuoleille saattajineen, virkistytymispaikka esim. kahvila
PYSÄKÖINTI JA SIJAINTI	Iso parkkipaikka lähellä
MAASTO	Ei isoja korkeuseroja, tasaiset, selkeät ja riittävän leveät sekä kantavat kulkuväylät apuvälineillä kuljettavaksi
KYLIT JA OPASTEET	Helppolukuisuus ja selkeys
KUNNOSSAPITO	Huolellinen auraus ja hiekoitus talvella
HILJAISUUS	Ei meteliä ja kovia ääniä / taustamelua

Kyselyn tulokset esteettömyyteen ja saavutettavuuteen ovat hyvin linjassa teoriaosuudessa esiin nostettujen asioiden kanssa. Taulukossa (1) esitetyt asiat liittyvät fyysiseen esteettömyyteen ja aistiesteettömyyteen ja saavutettavuuteen. Sosiaaliseen ympäristöön ja asenneympäristöön liittyvään esteettömyyteen sisältyviä huomioita löytyy seuraavassa taulukossa (2), jossa on esitetty kyselyyn osallistuneiden ammattilaisten näkemyksiä kuntouttavan ympäristön ominaisuuksista.

Kuntoutukseen kuuluu asiakkaan ja hänen ympäristönsä kokonaisvaltainen huomiointi. Taulukossa esitettyihin asioihin kytkeytyy hyvin läheisesti myös sosiaalisen ympäristön ja asenneympäristön esteettömyyteen liittyvät asiat, kuten sopivan toiminnan mahdollistaminen yksilöllisellä ohjauksella, sopivan kokoisilla ryhmillä sekä kommunikointia tukevilla toiminnoilla ja tunne turvallisesta ympäristöstä sekä mahdollisuus kokea aistipuutarha asiakkaalle sopivalla tavalla.

Taulukko 3 Kuntouttavan ympäristön ominaisuuksia

KUNTOUTTAVAN YMPÄRISTÖN OMINAISUUKSIA

SOPIVA TOIMINTA	Pienimuotoinen puuhastelu (talkoot) Osallistavat toiminnot Tuttujen kasvien tunnistaminen Oman kädenjäljen näkeminen Mahdollisuus yksilölliseen ohjaukseen Kommunikointia tukevat toiminnot: osallistuminen ei vaadi luku tai laskutaitoa.
SOSIAALISUUS	Mahdollisuus muiden ihmisten tapaamiseen Elämykselliset, sosiaaliset ja yhteisölliset tapahtumat Sopivan kokoisessa ryhmässä toimiminen
VIRIKKEET	Multisensorinen, värikäs, erilaisia aistikokemuksia tarjoava ympäristö
TURVALLISUUS	Turvalliset kulkuväylät ja tunne turvallisesta ympäristöstä
LIKKUMINEN	kävely, rollaattorilla ja pyörätuolilla rullailu
RAUHOITTUMINEN	Mahdollisuus levähtää istuen Mahdollisuus katsella puutarhaa keskeisellä paikalla vain istuskellen. Puutarhan jo itsessään tarjoama henkinen kuntoutus.
MUISTELU	”Tuliainen mukaan” ja muistellaan, missä käytiin, kun palataan kotiin.

Kuntoutuksellisena toimintana ammattilaiset ovat maininneet pienimuotoisen puuhastelun esimerkiksi talkoot, tuttujen kasvien tunnistamisen, oman kädenjäljen näkemisen, muiden ihmisten tapaamisen ja ryhmässä toimimisen, kävelyn ja apuvälinein kulkemisen, aistikokemusten tarjoamisen sekä muistelun harjoittamisen kotona vierailun jälkeen mukaan otetun tuliaineen avulla. Tuliaineen liittyvästä vastauksesta ei käynyt ilmi, onko tuliainen kuvitteellinen ”Mitä otat mukaan tältä vierailulta?” vai ihan konkreettinen esimerkiksi kasvi, kivi tai vaikka hedelmä.

Taulukkoon kootuista vastauksista käy ilmi myös se, että aina ei tarvitse luontoympäristössä tehdä mitään erityistä vaan ihan pelkkä paikalle tulo istuskelemaan ja tekemään aistihavaintoja tai ihan vain olemaan on jo itsessään henkistä kuntoutusta. Kuhmoisten Aistien Puutarhalla toivotaan myös kuntoutuksellisessa mielessä moniaististen (multisensorinen) kokemusten mahdollistamista.

Saavutettavuuden ja esteettömyyden huomioimiseksi erityisesti syksyllä, talvella ja keväällä tulisi huolehtia kulkuväylien kunnossapidosta, jotta puutarhassa pääsisi turvallisesti kulkemaan huonokalkaisempikin kulkija tai apuvälinein liikkuva. Myös riittävän valaistuksen merkitys hämärän aikaan ja pimeällä korostuu. Lisäksi istumapaikkojen kunnossapitäminen ympäri vuoden on tärkeitä, jotta kävijöillä on paikkoja, joissa levähtää niin usein kuin on tarvis.

8.4 Tuloksista johdetut käyttäjäpersoonat

Tuloksista kehitettiin palvelumuotoilun periaatteiden mukaisesti kolme käyttäjäpersoonaa Kuhmoisten Aistien Puutarhalle. Persoonat ovat täysin kuviteltuja henkilöitä, mutta niissä on käytetty kyselystä saatuja vastauksia. Käyttäjäpersoonat 1 edustaa sote-ammattilaista, käyttäjäpersoonat 2 kuntalaista ja käyttäjäpersoonat 3 on erityisryhmän edustaja. Persooniin otetut kuvat ovat peräisin pixabay-palvelusta.

KÄYTTÄJÄPERSOONA 1

Pieni teko päivässä
on suuri viikossa

NIMI: Tuija Tiainen

IKÄ: 54 vuotta

Rooli: SoTe-ammattilainen,
Kehitysvammaisten työ- ja päivätoiminnan ohjaaja
Järjestöaktiivi

HARRASTUKSET: ryhmäliikunta ja luonnossa lenkkeileminen,
puutarhan hoito, lukeminen ja taidenäyttelyt

Miten ja miksi käy Kuhmoisten Aistien Puutarhassa?

Asuu Kuhmoisten keskusta-alueella ja aistipuutarhan läheisyydessä, joten lenkkeilee usein vapaa-aikanaan käymään puutarhassa. Järjestää myös asiakkailleen työn puolesta ulkoilua ja pienimuotoista työtoimintaa siellä. Asiakkaat auttavat säännöllisesti puutarhan siisteyden ylläpidossa mm. keräämällä roskia alueelta.

Mitä haasteita kohtaa aistipuutarhassa?

Yksin lenkkeilessä ei mitään, mutta työssä asiakkaiden kanssa voi sattua kaikenlaisia yllätyksiä. Muut kävijät saattavat suhtautua asiakkaisiin pelokkaasti tai asiakkaat saattavat aiheuttaa toiminnallaan hämmennystä. Kokonaisvaltainen esteettömyys ei aina toteudu, mutta pääosin toiminta onnistuu kaikille turvallisesti niin fyysisesti kuin henkisesti.

Persoonan tarina aistipuutarhan käyttäjänä

On käynyt alueella muissa merkeissä jo kauan ennen aistipuutarhan perustamista ja on iloinen alueen uudesta käyttötarkoituksesta. Haluaa edistää kuntalaisten hyvinvointia ja ennaltaehkäistä terveysongelmia ja puhuu aktiivisesti luonnon hyvinvointivaikutusten puolesta.

Kuvio 26. Käyttäjäpersoona 1, sote-ammattilainen

KÄYTTÄJÄPERSOONA 2

Ei nimi miestä
pahenna jos ei mies
nimeään

NIMI: Jorma Fisk

IKÄ: 68 vuotta

Rooli: Eläkkeellä, vaari

HARRASTUKSET: kalastus, jouten olo, nikkarointi,
moottoriurheilun seuraaminen, lastenlasten tukeminen
osallistumalla ja läsnäololla, ystävien seurassa oleminen,
hyötykasvien kasvatusta

Miten ja miksi käy Kuhmoisten Aistien Puutarhassa?

Asuu Kuhmoisten syrjäkylällä, mutta vieraillee aistipuutarhassa noin kaksi kertaa kuussa lastenlasten tai muiden tuttavien kanssa, kursseilla ja tapahtumissa tai muuten vain aistimassa tunnelmaa ja kahvittelemassa. Pitää hyvänä, että Aistien Puutarhan tapahtumista ilmoitetaan puutarhan omilla nettisivuilla sekä kunnan kanavissa. Aistipuutarha on Jormalle etenkin iloinen ja kohottava kohtaamispaikka, jossa on lapsillekin tilaa.

Mitä haasteita kohtaa aistipuutarhassa?

Parkkitilaa tai vapaata istumapaikkaa on joskus vaikea löytää, kun kävijöitä osuu puutarhaan samaan aikaan paljon.

Persoonan tarina aistipuutarhan käyttäjänä

Jorma on nikkaroinut aistipuutarhaan muutaman kala-aiheisen puuveistoksen vesielementin läheisyyteen. Hän innostuu yleensä luontoaiheisista käsityökurseista, joita aistipuutarhassa järjestetään. Jormasta on hienoa nähdä oma kädenjälki. Hän on aina asunut luonnon keskellä ja on tottunut seuraamaan luonnon kiertokulkua ja vuodenajan vaihteluita tiiviisti. Jorma pitää siitä, että aistipuutarha on kehitetty ympärivuotiseksi käyntikohteeksi ja talvellakin sitä jaksetaan ylläpitää kuntouttavan työtoiminnan avulla ja vapaaehtoisvoimin.

Kuvio 27. Käyttäjäpersoona 2, kuntalainen

KÄYTTÄJÄPERSONA

NIMI: Tinka Tuppurainen

IKÄ: 25 vuotta

Rooli: Työtön nuorten kuntouttavassa työtoiminnassa, kuulovammainen, mielenterveyskuntoutuja, Charcot-Marie-Toothin tauti, joka vie ajoittain pyörätuoliin.

HARRASTUKSET: värityskirjat, piirustus ja taiteet, valokuvaus, neulominen, elokuvat, ratsastus, koira, huonokuuloisuuteen liittyvät asiat

Älä syö keltaista lunta

Miten ja miksi käy Kuhmoisten Aistien Puutarhassa?

Asuu Kuhmoisten keskustan läheisyydessä vammaisten tuetussa asumisessa, joten pääsee käymään puutarhassa kävellen tai ajoittain pyörätuolilla, mutta tarvitsee mukaansa tukihenkilön, sillä pelkää kulkea yksin. Aistipuutarhassa oleminen rauhoittaa ja antaa voimaa luovuudelle. Tinkalle aistipuutarha on tullut tutuksi jo aistipuutarhan suunnittelu ja kehittämisvaiheessa talkoissa kuntouttavan työtoiminnan kautta. Tinka pitää pienestä puuhastelusta aistipuutarhassa, mutta nauttii enemmän omista harrastuksistaan.

Mitä haasteita kohtaa aistipuutarhassa?

Tinka pelkää uusia ja outoja ihmisiä, jonka vuoksi hän saattaa mennä paniikkiin kohdatessaan muita, jos hänellä ei ole tuttua seuraa mukana. Koiran mukanaolo helpottaa vähän. Tinka ei ole kokonaan kuuro ja kova taustahäly tekee kuulemisesta epämiellyttävää ja haastavaa. Pyörätuolia tarvittaessaan hän ei pääse nurmi- ja kivialueille.

Persoonan tarina aistipuutarhan käyttäjänä

Tinka käy puutarhassa järjestettävissä taidetapahtumissa ja pitää erityisesti talvella puutarhassa olevasta valopolusta ja kesällä kukkivien kasvien värikylläisyydestä ja tuoksusta. Tinka myös valokuvaa ja piirtää aistipuutarhassa.

Kuvio 28. Käyttäjäpersoonaa 3, erityisryhmän edustaja

9 Pohdinta

9.1 Opinnäytetyön luotettavuus

Opinnäytetyön teoriaosuus oli kattava ja se käsitti kyselyiden aihealueen luoden kyselytutkimukselle taustan. Teoria rakennettiin tutkimuskysymysten ympärille ja kyselylomakkeiden kysymykset perustuivat teoriaosuudessa esiin tulleisiin asioihin. Teoriaosuuden lähdevalinnat olivat riittävän monipuolisia ja tutkijat, joiden tutkimuksiin viitattiin, ovat tunnettuja luonnon hyvinvointivaikutusten ja puutarhaterapian asiantuntijoita.

Kyselyt eivät saaneet hyvää vastausprosenttia, kun vastaajajoukko oli niin suuri ja kyselyt olivat avoinna vain kahden viikon ajan. Kyselyä kuitenkin voi pitää sinänsä luotettavana, että kaikki, jotka vastasivat, antoivat vastauksensa lähes kaikkiin kysymyksiin. Kyselyt olivat anonyymejä ja vastaajien yksityisyys oli suojattu.

Kyselyiden kohderyhmät olivat tilaajan määrittelemien kohderyhmien mukaiset. Sosiaali- ja terveyspalveluista olisi ollut hyvä saada mukaan henkilökuntaa ja etenkin asiakkaita laajemmin. Vastaajakunta sukupuolen osalta oli naisvoittainen, mutta se myös saattaa vastata todellisuutta siten, että naiset saattavat olla aihepiiristä kiinnostuneempia kuin miehet ja muut.

Kysymykset testattiin yli kahdenkymmenen henkilön testijoukolla ja palautteen perusteella niitä korjattiin. Kysymykset olivat ymmärrettäviä ja yksiselitteisiä, mutta niistä jäi osittain puuttumaan vastaajien omien mielipiteiden mahdollistavia muu, mikä? – vaihtoehto. Kyselyiden vastauksia tarkistettaessa huomattiin myös, että ensimmäisessä kyselyssä allergioihin liittyvät kysymykset olivat olleet piilotettuina, eikä niihin saatu vastauksia. Allergioita koskevien kysymysten analysointi päätettiin hylätä kokonaan tämän tutkimuksen osalta, sillä toisenkaan kyselyn yksittäiset vastaukset allergiatiedon osalta eivät olleet tutkimuksen kannalta merkittäviä. Mikäli allergiatietoa haluttaisiin selvittää tarkemmin esimerkiksi allergisoiviin kasveihin liittyen, tulisi myös kysymyksen asettelu olla yksiselitteinen sekä vaihtoehtojen tarkkoja.

Kysymyksiin saadut vastaukset vaikuttivat järkeviltä ja uskottavilta ja vastaajien vastauksista välittyi aito kiinnostus aihetta kohtaan. Vastausten tyyppi olisi joidenkin kysymysten kohdalla voinut olla toisenlainen, jotta vastausten analysointi olisi ollut helpompaa. Nyt kaikkien vastausten perusteella ei pystynyt tekemään johtopäätöksiä esimerkiksi prosentuaalisesti.

Kyselyt toteutettiin Webropol -kyselyohjelmalla, joka on hyvä ja toimintavarma työkalu kyselyiden tekemiseen. Kyselyt olivat helppo ja nopea toteuttaa, linkinjako sekä linkkinä että qr-koodilla onnistui helposti ja vastausten analysointiin oli sovelluksessa hyvät toiminnot. Kyselyiden aikana ei ilmennyt, että vastaajilla olisi ollut teknisiä ongelmia. Mitään yhteydenottoja tai kysymyksiä kyselyyn liittyen ei tullut.

Opinnäytetyön menetelmänä käytetty palvelumuotoilu ja samankaltaisuuskaavio olivat varsinkin laadullisten avointen kysymysten käsittelyssä tehokkaita ja niiden avulla tulokset saatiin visuaaliseen esitysmuotoon, josta niitä on nopea ja helppo tulkita. Samankaltaisuuskaavion avulla aineiston jäsenteleminen eri teemojen alle oli mielekäs tapa käsitellä avoimet vastaukset. Vastauksista otettiin sanoja ja lauseita muistilapuille sellaisenaan niitä muuntelematta.

Kuvitteelliset käyttäjäpersoonat olivat tuloksista johdettuja, mutta täysin keksittyjä henkilöitä. Niiden avulla käyttäjien tarpeita ja toiveita voitiin konkretisoida. Käyttäjäpersoonia voitaisiin luoda aineistosta paljon enemmänkin erilaisia. Tässä työssä päätettiin luoda yksi persoona per kyselyn kohderyhmän edustaja. Persoonien tarinoihin nostettiin vastauksista esille nousseita keskeisiä tarpeita ja toiveita asiakasymmärryksen lisäämiseksi.

Opinnäytetyöprosessi oli pidempi kuin oli suunniteltu ja työn valmistumiseen kyselyiden toteutuksesta kului pitkä aika. Aineiston säilytys oli kunnossa ja sinänsä aikataulun venymisestä ei koitunut ongelmia. Tilaaja joutui odottamaan tuloksia pidempään kuin oli suunniteltu, mutta tilaajaan oltiin yhteydessä säännöllisesti opinnäytetyön etenemisen tilanteesta.

9.2 Opinnäyttyön eettisyys

Haastattelulomakkeiden alussa oli saate (liitteet 1,2 ja 3), jossa kerrottiin tutkimuksen taustasta, tarkoituksesta, tietojen tallentamisesta ja tietosuojasta, vastaamisesta sekä vastaajan oikeuksista. Kyselyihin vastattiin anonyymisti. Tulokset käsiteltiin niin, että vastauksia ei ole mahdollista yhdistää tiettyihin henkilöihin, tiettyyn sosiaali- ja terveysalan yksikköön tai yksiköiden tiettyihin asiakaisiin ja työntekijöihin.

Opinnäytetyötä tehdessä noudatettiin hyvää tieteellistä käytäntöä ja raportointiohjeiden ohjeistusta lähdeviitteiden merkitsemisestä. Hyvään tieteelliseen käytäntöön tämän työn kannalta liittyviä lähtökohtia olivat rehellisyys, yleinen tarkkuus ja huolellisuus tutkimustyössä, tulosten tallentamisessa ja esittämisessä sekä tutkimuksen ja sen tulosten arvioinnissa. Työssä huomioitiin muiden tutkijoiden saavutukset ja työt asianmukaisesti ja viitaten. Tutkimuksen suunnittelu, toteutus ja raportointi toteutettiin tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimusten mukaisesti. Tutkimukseen vaikuttaneet eettiset seikat otettiin huomioon niitä etukäteen arvioiden. Opinnäytetyössä käytettiin eettisesti kestäviä tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä ja noudatettiin avoimuutta ja vastuullisuutta tulosten julkaisemisessa. (Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa, 2012.)

9.3 Jatkotutkimusaiheet

Tulosten ja taustateorian perusteella Kuhmoisten Aistien Puutarhan kehittämisessä voisi olla tilausta monenlaisille jatkotutkimuksille. Esimerkiksi voisi olla hyvä selvittää, miten usein kuntalaiset vierailisivat aistipuutarhassa ja millaista yhteistyötä voitaisiin kehittää sosiaali- ja terveystalouden kanssa kuntoutuksen merkeissä.

Kuhmoisten Aistien Puutarhassa tapahtuvaksi ajanvietoksi kukaan ei valinnut vaihtoehtoa ”hoitaa puutarhaa”. Vastauksista päätellen aistipuutarhaan tultaisiin mieluiten kävelemään tai rauhallisesti oleilemaan, itsekseen tai muiden kanssa. Vastaajista useat olivat myös kertoneet harrastukseen puutarhan hoidon, joten sitä ehkä aika moni saa tehdä tarpeekseen myös kotipihaan. Olisiko esimerkiksi eri asiakasryhmien kuntouttavassa työtoiminnassa kiinnostusta hoitaa aistipuutarhaa ja huolehtia sen ympärivuotisesta kunnossapidosta talkoohengessä sekä säännöllisesti. Myös aistipuutarhan verkkosivuista ja puutarhalle mahdollisesti perustettavien somekanavien sisällöntuotannosta voitaisiin löytää hedelmällistä yhteistyötä kuntouttavan työtoiminnan tai starttipajan kanssa.

Tuloksista kävi ilmi, että joillakin ihmisillä aistipuutarhassa vieraileminen on kiinni toisten ihmisten aikatauluista ja avusta. Tämä tilanne voi olla esimerkiksi ikäihmisillä, jotka asuvat palvelutalossa. Tällöin palvelutalon henkilökunnan tulisi voida järjestää aikaa ja henkilökuntaa tai ulkopuolista apua aistipuutarhassa vierailemisen mahdollistamiseksi. Voisi olla kiinnostavaa ja hedelmällistä selvittää, mitä vierailujen mahdollistaminen näille henkilöille vaatisi ja miten se voisi onnistua.

Kiinnostavaa voisi olla myös tietää paremmin, mitä miehet tai muun sukupuoliset aistien puutarhasta ajattelevat ja nousisiko heidän toiveistaan ja tarpeistaan jotakin muuta sellaista, jota tämä tutkimus ei nyt vähäisen osallistujamäärän vuoksi tunnistanut. Ja mikäli tilaaja haluaisi selvittää Kuhmoisten Aistien Puutarhan matkailullista potentiaalia ja vaikutuksia kunnalle, voisi olla hedelmällistä tietää, mikä saisi ihmiset vierailemaan aistipuutarhassa kauempaakin, olisiko matkailu ympärivuotista, millaisia matkailijaryhmät olisivat ja voisiko erityisryhmiä erityisesti houkutella aistipuutarhareissuun muualtakin Suomesta.

Toki Kuhmoisten Aistien Puutarhan avauduttua, olisi hyvä tutkia, vastasiko aistipuutarha ihmisten odotuksia ja hankkia lisää asiakasymmärrystä sekä ajatuksia jatkokehittämiseen. Säännöllinen palaute kävijöiltä tapahtumien ja kurssien yhteydessä voisi olla vaivatonta pyytää. Näin aistipuutarhan olisi mahdollista pysyä ympäri vuoden kehittyvänä ja vireänä kuntalaisten hyvinvointia ja kuntoutumista edistävänä ympäristönä.

9.4 Hyödynnettävyys kuntoutuksen ohjauksessa

Kuntoutuksellisesta näkökulmasta Kuhmoisten Aistien Puutarhan rooli olisi ennen kaikkea kuntalaisten hyvinvoinnin ja terveyden edistämisessä ennaltaehkäisevästi. Aistipuutarha toimisi kuntouttavana ja elvyttävänä ympäristönä kaikille kävijöille, mutta erityisesti kuntoutuksen ohjauksessa aistipuutarhaa voitaisiin hyödyntää monipuolisesti sosiaali- ja terveyspalveluiden eri asiakasryhmien kanssa ryhmä- ja yksilöohjausten tapahtumapaikkana.

Kuhmoisten Aistien Puutarha toimisi erityisen hyvin kuntoutusmenetelmänä niille, jotka tarvitsevat toimintakyvyn tukemiseksi paljon moniaistisia kokemuksia. Aistipuutarha ympäristönä auttaa ihmisiä rentoutumaan ja lievittämään stressiä. Jo ihan pelkkä oleskelu luontoympäristössä laskee tutkitusti sykettä ja verenpainetta sekä rauhoittaa mieltä.

Aistipuutarhan käyttö esimerkiksi sosiaalisessa kuntoutuksessa voisi auttaa asiakkaita kehittämään sosiaalisia taitojaan esimerkiksi aistipuutarhassa tehtävien ryhmäaktiiviteettien kautta. Sopivia vuorovaikutteisia keinoja voisivat olla esimerkiksi puutarhan hoito ryhmätyönä tai yhdessä tehtävät kävelylenkit. Kuntouttavan työtoiminnan asiakkaiden kanssa aistipuutarhan hoitaminen ja ylläpito olisi monin tavoin hyödyllistä. Asiakkaiden kognitiiviset kyvyt ja arkipäivän taidot paranisivat ja he saisivat myös motorista harjoitusta sekä aktiivista tekemistä päivään, ja aistipuutarha pysyisi samalla upeana ja hyvässä kunnossa.

Kyselyiden vastauksissa ehdotettiin aistipuutarhassa järjestettäväksi liikuntatuokioita yhdessä kunnan liikuntatoimen kanssa. Ehdotuksissa oli mainittu ohjatut rentoutushetket ja meditaatiot sekä jooga ja pilates. Nämä terapeuttiset, liikkeen ja hengityksen yhdistävät aktiviteetit voisivat auttaa ihmisiä löytämään uusia tapoja rentoutua ja vähentämään stressiä ja kipua sekä parantamaan keskittymiskykyä ja mielialaa.

Muisti- ja havainnointitoimintojen harjoittaminen ikäihmisten kanssa esimerkiksi kyselyn vastauksissakin ehdotetuilla tuttujen kasvien tunnistamisharjoituksilla ja aistipuutarhasta mukaan otetun tuliaisen muistelulla vierailun jälkeen sopisi hyvin kuntoutuksen ohjauksessa hyödynnettäväksi menetelmäksi. Myös luovan ilmaisun kautta aistipuutarhaa voitaisiin hyödyntää esimerkiksi taide-terapian keinoin asiakkaiden itseilmaisun ja henkilökohtaisten haasteiden käsittelemisessä. Aistipuutarhasta saatavat esteettiset elämykset toimisivat hyvin inspiraation lähteenä esimerkiksi maalaamiselle ja valokuvaamiselle. Miksi ei myös kirjoittamiselle ja vaikka runoudelle.

Kuntoutuksellisesta näkökulmasta aistipuutarha tarjoaa inspiroivan ympäristön monenlaiselle hyvinvointia lisäävälle toiminnalle monien eri asiakasryhmien kanssa. Aistipuutarhassa on mahdollisuuksia monenlaiselle kaikenikäisten kuntouttavalle toiminnalle taitotasosta riippumatta.

Lähteet

Access Chain:An inclusive design tool N.d. Sensory Trust. Viitattu 20.1.2023.

<https://www.sensorytrust.org.uk/resources/guidance/access-chain-an-inclusive-design-tool>

Ahonen, T. 2017. Palvelumuotoilu sotessa. Palvelumuotoilun käsikirja sosiaali- ja terveysalan palvelujen kehittämiseen. Espoo. Tarja Ahonen.

Arvonen, S. 2014. Metsämieli. Luonnollinen menetelmä mielen taitoihin. Metsäkustannus.

Brander-Keskinen, L. 2022. Toimintaterapeutti. KAPY ry:n hallituksen puheenjohtaja. Keskustelu 14.2.2022.

Evers, A-M. 2000. Kasvien merkitys ihmiselle. 115–121. Teoksessa Mieli ja taide. Toim. Heikkilä, T. Paloheimo, L & Taipale, I.

Garden of Five Senses. 2003. Delhi Online Network. Viitattu 25.1.2023.

<https://www.delhionline.in/city-guide/garden-of-five-senses>

Gardens and greenspace N.d. Sensory Trust. Viitattu 22.1.2023.

<https://www.sensorytrust.org.uk/projects/inclusive-greenspace>

Grahn, P. Ottosson, J. & Uvnäs-Moberg, K. 2021. The Oxytocinergic System as a Mediator of Anti-stress and Instructive Effects Induced by Nature: The Calm and Connection Theory. *Frontiers in Psychology*. 12:617814. doi: 10.3389/fpsyg.2021.617814

Green Care -menetelmät. N.d. Green Care Finland. Viitattu 2.10.2022.

<https://www.gcf Finland.fi/green-care-/menetelmat/#fb-13-3-1>

Green Care. N.d. Green Care Finland. Viitattu 2.10.2022. <https://www.gcf Finland.fi/green-care/>

Hirsjärvi, S. Remes, P. & Sajavaara, P. 1997. Tutki ja kirjoita. 15. painos. 2009. Tammi.

Hotokka, P. 2021. Puutarhasta voisi tulla uusi matkailukohde. *Kuhmoisten Sanomat* 8.9.2021, 3.

Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2012. Varantola, K. Launis, V. Helin, M. Spoof & Jäppinen, S. (toim.) Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Helsinki 2013. https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf

Jaakkola, E. 2019. Mitä palvelumuotoilu tarkoittaa? Päivitetty 21.2.2019. Viitattu 18.1.2023.

https://www.youtube.com/watch?v=gh_TS_oyQvM

KAPY ry. 2021. Kuhmoisten Aistien Puutarha. Diasarja.

KAPY ry. 2022. Toimintakertomus 2021.

Karhila, A. 2021. Kirsikantaimet odottavat kevättä. Kuhmoisten Sanomat 24.11.2021.

Keckman, E. 2019. Hyvän mielen puutarha. Terapiaa kaikille aisteille. WSOY.

Kilpelä, N.(toim.) 2019. Esteetön rakennus ja ympäristö. Ympäristöministeriö. Rakennustieto Oy.
https://ym.fi/documents/1410903/38439968/Esteeton-rakennus-ja-ymparisto-EA70FE2A_FF14_4FC8_96B6_AE6B32F89BB7-144306.pdf/0efe51ad-dac4-39e8-d6d4-185050aa0c9f/Esteeton-rakennus-ja-ymparisto-EA70FE2A_FF14_4FC8_96B6_AE6B32F89BB7-144306.pdf?t=1603260119065

Koivunen, T. 2003. Julkaisussa Puisto, Puutarha ja Hyvinvointi. Viherympäristöliitto. Helsinki.

Kuhmoinen. Kuhmoinen ennakkoäänestää nyt – ikääntyvä kunta panostaa lapseen. YLE Uutiset. 2021. Päivitetty 1.6.2021. Viitattu 13.3.2023. <https://yle.fi/a/3-11957987>

Kuntien avainluvut. Tilastokeskus. N.d. Viitattu 13.3.2023. <https://www.stat.fi/tup/alue/kuntienavainluvut.html#?active1=291&year=2021>

Kurronen, J. 2014. Espoon sivistystoimen työkalupakki palvelumuotoiluun. Päivitetty 2014. Viitattu 18.1.2023. [Sivistystoimen työkalupakki palvelumuotoiluun2.pdf \(variaprojektit.fi\)](#)

Lindén, L. 2003. Julkaisussa Puisto, Puutarha ja Hyvinvointi. Viherympäristöliitto. Helsinki.

Luontohoiva & Luontovoima. N.d. Green Care Finland. Viitattu 2.10.2022.
<https://www.gcf Finland.fi/green-care-/luontohoiva---luontovoima/>

Miettinen, S. 2011. Palvelumuotoilu – yhteissuunnittelua, empatiaa ja osallistamista. 20–41. Teoksessa Palvelumuotoilu. Uusia menetelmiä käyttäjätiedon hankintaan ja hyödyntämiseen. Toim. S. Miettinen. Teknologiateollisuus ry & Savonia-ammattikorkeakoulu, Kuopion muotoiluakatemia.

Ojasalo, K. Moilanen, T. & Ritalahti, J. 2014. Kehittämistyön menetelmät. Uudenlaista osaamista liiketoimintaan. Sanoma Pro Oy. Helsinki.

Our approach to accessibility N.d. Sensory Trust. Viitattu 20.1.2023
<https://www.sensorytrust.org.uk/about/accessibility-1>

Our sensory approach. N.d. Sensory Trust. Viitattu 21.10.2022.
<https://www.sensorytrust.org.uk/about/sensory>

Outinen, M. Holma, T. & Lempinen, K. 1993. Laatu ja asiakas. Laatu työskentely sosiaali- ja terveysalalla. WSOY.

Rappe, E. 2003. Julkaisussa Puisto, Puutarha ja Hyvinvointi. Viherympäristöliitto. Helsinki.

Saavutettavuus. N.d. Invalidiliitto. Viitattu 22.10.2022.
<https://www.invalidiliitto.fi/esteettomyys/saavutettavuus>

Salonen, K. Kirves, K & Korpela, K. 2016. Kohti kokonaisvaltaisen luontokokemuksen mittaamista. *Psykologia*. 51, 324-342. https://www.researchgate.net/publication/310136351_Kohti_kokonaisvaltaisen_luontokokemuksen_mittaamista

Salonen, K. 2020. Kokonaisvaltainen luontokokemus hyvinvoinnin tukena. Akateeminen väitöskirja. Tampereen yliopisto, Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta. Jyväskylän yliopisto, Psykologian laitos. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-03-1563-4>

Salonen, K. 2010. Mielen luonto. Eko- ja ympäristöpsykologian näkökulma. Green Spot. Helsinki.

Stigsdotter, U., & Grahn, P. 2002. What makes a garden a healing garden. *Journal of therapeutic Horticulture*, 13(2), 60–69. https://groenomsorg.dk/wp-content/uploads/2015/09/What_makes_a_garden_a_healing_garden_Stigsdotter_U_Grahn_P.pdf

Tuulaniemi, J. 2011. Palvelumuotoilu. Talentum Media Oy.

Virtanen, P. Suoheimo, M. Lamminmäki, S. Ahonen, P. & Suokas, M. 2011. Matkaopas asiakasläh- töisten sosiaali- ja terveystalveluiden kehittämiseen. Tekesin katsaus 281/2011. Tekes. Hel- sinki:2011. <https://www.businessfinland.fi/globalassets/julkaisut/matkaopas.pdf>

Werlin, G. 2009. Sinne trädgård i Sabbatsberg – en terapiträdgård för äldre i förvandling. Examinationsuppgift i fort-och vidareutbildningskursen: Arkitektur för ett årande samhälle. Arki- tekturskolan, Kungl Tekniska Högskolan. KTH. Stockholm. https://www.kth.se/poly-poly_fs/1.176700.1550156246!/Menu/general/column-content/attachment/GWerlin2011.pdf

Yrttipuutarha Redutti-Kotka. N.d. Kotkan kaupunki. Viitattu 16.10.2022. <https://www.kotka.fi/asu- minen-ja-ymparisto/puistot-ja-viheralueet/puistot/yrttipuutarha-redutti-kotka/>

Liitteet

Liite 1. Ensimmäisen kyselyn saatekirje

Sähköpostitse:

Hei, ohessa kuntouksen ohjaaja- opiskelijan saate ja sähköinen linkki hänen opinnäytetyönsä kyselyyn. Tutkimuslupa on myönnetty. Tutkimusaineiston keruu koskee sekä työntekijöitä että asiakkaita. Voisitteko ystävällisesti jakaa kyselyä teidän henkilöstöllenne ja jotenkin mahdollistaa myös asiakkaille kyselyyn osallistuminen.

Aurinkoista syksyä!

Lähettäjä:

Hei

Teen opinnäytetyönäni tutkimusta Kuhmoisten Aistien Puutarhan Ystävät ry:n toimeksiantona Kuhmoisiin rakennettavan aistipuutarhan tulevien käyttäjien toiveista ja odotuksista sekä tulevien käyttäjäryhmien kannalta huomioitavista asioista esimerkiksi esteettömyyteen ja saavutettavuuteen liittyen. Olen suunnannut kyselyn Kuhmoisten sosiaali- ja terveyspalveluiden toimintaan ikäihmisten, vammaisten ja kehitysvammaisten sekä kuntouttavan työtoiminnan palveluihin asiakkaille ja toimintaa ohjaaville ammattilaisille. Tutkimuslupahakemukseni on hyväksytty Jämsän sosiaali- ja terveystoimen johtoryhmässä 31.8.2022 ja tutkimuslupa on myönnetty 5.9.2022.

Sähköiseen webropol kyselyyn vastataan anonyymisti tietokoneella, tabletilla tai älypuhelimella. Kyselyyn vastaaminen vie aikaa n. 10–20 minuuttia. Kysely on rakennettu niin, että ammattilaisille ja asiakkaille aukeaa vastausten perusteella hieman erilaiset kysymykset.

Toiveeni on, että mahdollisimman moni asiakastyötä tekevä ammattilainen vastaisi kyselyyn ja mahdollisuuksien mukaan saataisiin myös asiakkailta vastauksia, tarvittaessa ohjaajan avustamana. Olisiko mahdollista esimerkiksi järjestää asiakkaille vastaamishetki päivä- tai työtoiminnassa?

Kyselyn linkki on avoinna seuraavat kaksi viikkoa, 9.10.2022 saakka. Kysely löytyy osoitteesta:

Kiitos yhteistyöstänne!

Liite 2. Kyselylomake 1

Kyselytutkimus Kuhmoisten Aistien Puutarhan kehittämiseksi

Pakolliset kysymykset merkitty tähdellä (*)

Hei!

Kiitos, että osallistut vanhan Syrjänmäen kyläkoulun tontille rakennettavan Kuhmoisten Aistien Puutarhan kehittämiseen sähköisen kyselyn muodossa.

Olen _____, kuntoutuksen ohjaaja -opiskelija Jyväskylän ammattikorkeakoulusta. Tämä kysely on osa opinnäytetyötäni, jossa tutkin tulevien käyttäjien toiveita ja odotuksia Kuhmoisten Aistien Puutarhalle. Kysely on suunnattu Kuhmoisten sosiaali- ja terveyspalveluiden toimintaan ikäihmisten, vammaisten ja kehitysvammaisten sekä kuntouttavan työtoiminnan palveluihin asiakkaille sekä toimintaa ohjaaville ammattilaisille.

Kyselyyn vastaamiseen kannattaa varata rauhallinen hetki ja aikaa noin 10 - 20 minuuttia. Kyselyn alussa on lyhyesti tietoa hankkeesta sekä aistipuutarhoista yleensä. Tietosivut kannattaa lukea, mikäli aihe on sinulle uusi. Kysely sisältää sekä avoimia että monivalintakysymyksiä. Osa kysymyksistä on pakollisia kyselyssä eteenpäin pääsemiseksi. Voit selata kyselyä taakse- ja eteenpäin kyselyn aikana menettämättä valintojasi. Muista painaa lähetä -painiketta, kun olet valmis.

Kyselyyn osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Kysely on nimetön, eikä sinua voida tunnistaa tai yhdistää vastauksiisi. Kaikki vastaukset ovat tärkeitä, sillä Kuhmoisten Aistien Puutarhan Ystävät, KAPY ry, käyttää tämän kyselyn tuloksia hyödyksi puutarhan suunnittelussa ja toteutuksessa. Vastauksiasi käytetään muokkaamattomina opinnäytetyön tulosten raportoinnissa. Opinnäytetyö julkaistaan Theseuksessa ja kyselyn tiedot hävitetään julkaisun yhteydessä.

Mikäli sinulla on kysyttävää kyselyyn liittyen, voit lähettää minulle sähköpostia osoitteeseen _____

Kiitos jo etukäteen vastauksistasi!

Lomakkeen taustakuva: pixabay



Miten haluat edetä?

Olen kuullut Kuhmoisten Aistien Puutarhasta ja tiedän, mitä aistipuutarhalla tarkoitetaan. Haluan edetä suoraan vastaamaan kysymyksiin.

En tiedä, mitä aistipuutarha tarkoittaa. Haluan tietää lisää Kuhmoisten Aistien Puutarhasta ja aistipuutarhan tarkoituksesta ennen kyselyyn vastaamista.

Kuhmoisten Aistien Puutarha rakennetaan vuosien 2022-2024 aikana Syrjänmäen alakoulun tontille. Sen on suunniteltu olevan pääsymaksuton ja esteetön paikka. Kaikki ovat tervetulleita puutarhaan viettämään aikaa, rentoutumaan ja virkistymään sekä osallistumaan talkoisiin sekä erilaisiin puutarhassa järjestettäviin tapahtumiin.

Kuhmoisten Aistien Puutarhaa tullaan myös hyödyntämään esimerkiksi ikäihmisten, kehitysvammaisten sekä työrajoitteisten kuntoutuksellisessa toiminnassa, ja puutarhalla nähdään olevan kunnalle tulevaisuudessa myös positiivisia matkailullisia vaikutuksia.

Seuraavalta sivulta voit lukea lisätietoa aistipuutarhoista ja siirtyä vastaamaan kyselyyn.

Aistipuutarhat ovat puutarhoja, joissa mahdollistetaan ihmisille kaikkien aistien käyttäminen erilaisin kasvein ja luontoelementein: aistipuutarhassa voi esimerkiksi tunnustella kasveja tai kiviä, maistella turvallisesti syötäviä yrttejä, tuokutella kasvien tuoksuja, katsella kasvien värejä ja kaunista maisemaa sekä kuulostella ympäristön ja luonnon ääniä tai hiljaisuutta.

Aistipuutarhoissa voi olla erilaisia teemoittain jaoteltuja alueita. Niissä voi olla myös esimerkiksi taide- ja vesielementtejä, eläimiä ja lintujen ruokkimispaikkoja, erilaisia polkuja ja penkkejä.

Aistipuutarhan suunnittelussa on usein mietitty ihmisten erityistarpeita esteettömyyden näkökulmasta, esimerkiksi pyörätuolilla tai rollaattorilla liikkuvia ajatellen.

Kuhmoisten Aistien Puutarhan esikuvia ovat Tukholmassa sijaitseva kaikille avoin Sinnenas Trädgård, joka on perustettu erityisesti vanhustenhoidon ja kuntoutuksen tarpeisiin, Kotkassa sijaitseva Yrttipuutarha Redutti sekä Delhissä sijaitseva Garden of Five Senses. Voit halutessasi tutustua edellämainittuihin kohteisiin klikkaamalla linkkejä. Linkit aukeavat uuteen välilehteen.

Kysely alkaa seuraavalla sivulla.

Mikä on sukupuolesi?

Nainen

Mies

Muu

En halua kertoa

Minkä ikäinen olet? *

Mikä on asuinkuntasi? *

Mitä sinä harrastat

Onko sinulla käytössäsi jotain apuvälineitä tai avustaja / saattaja? *

Kyllä

Ei

Valitse seuraavista käytössäsi olevat avut.

Rollaattori	Potkuri/ pyöräkelkka	Pyörätuoli	Invamopo	Kävelysauvat-tai keppi
Valkoinen keppi	Kuulolaite	Opaskoira	Tukihenkilö	Henkilökohtainen avustaja
Muu, mikä?				

Toimivatko kaikki aistisi normaalisti? *

Kyllä

Ei

Valitse seuraavista vaihtoehtoista kolme vahvinta aistiasi:

Näköaisti Kuloaisti Hajuasti Makuasti Tuntoaisti Tasapainoasti Asentoaisti

Valitse seuraavista aistit, joita et pysty käyttämään tai jotka ovat sinulla heikot.

Näköaisti Kuloaisti Hajuasti Makuasti Tuntoaisti Tasapainoasti Asentoaisti

Kuvittele mielessäsi unelmiesi puutarhaa. Kuvaile, miltä siellä näyttää, kuulostaa ja tuntuu?

Valitse seuraavista vaihtoehtoista, millaista kasvillisuutta toivoisit Kuhmoisten Aistien Puutarhassa olevan. Voit valita enintään viisi vaihtoehtoa.

Metsää Ruohoisia alueita Kukkivia pensaita ja kasveja
 Havukasveja Yrttejä Hedelmäpuita ja marjapensaita
 Tuoksuvia kasveja Siistejä istutuksia Luonnonkukkia ja kasveja

Valitse seuraavista vaihtoehtoista, millaisia muita elementtejä haluaisit Kuhmoisten Aistien Puutarhassa olevan. Voit valita enintään 5 vaihtoehtoa.

Erilaisia kiviä Erilaisia polkuja Ruukkuja
 Huvimaja Portteja Vesielementtejä, kuten lampi tai suihkulähde
 Veistoksia tai patsaita Taidetta Lintujen ruokintapaikka
 Kotieläimiä Kahvila Lasten leikkipaikka

Mitä seuraavista asioista Kuhmoisten Aistien Puutarhassa on tärkeää olla, jotta vierailu siellä on sinulle miellyttävä? Voit valita useita vaihtoehtoja.

Istumapaikat Katetut istumapaikat Opasteet
 Infokyltit puiston kasveista Valaistus Tasaiset kulkuväylät
 Leveät kulkuväylät Kohotetut istutuspenkit WC
 INVA WC Invapysäköinti lähellä Auraus talvella

Mitä haluat tehdä Kuhmoisten Aistien Puutarhassa? voit valita enintään 5 vaihtoehtoa.

Rauhoittua Ihailla kukkia Tavata toisia ihmisiä
 Hoitaa eläimiä Maistella syötäviä kasveja Hoitaa puutarhaa
 Kävellä Osallistua kurssille Osallistua tapahtumaan
 Osallistua talkoisiin

Millaisia kursseja ja tapahtumia toivot Kuhmoisten Aistien Puutarhassa järjestettävän?

Minä vuodenaikana mieluiten vierailisit Kuhmoisten Aistien Puutarhassa?

Keväällä

Kesällä

Syksyllä

Talvella

Kaikkina vuodenaikoina

Pystytkö vierailemaan aistipuutarhassa itsenäisesti ja milloin haluat? Valitse seuraavista vaihtoehdoista tilanteeseesi sopivin.

Olen riippuvainen toisen ihmisen avusta ja aikataulusta.

Olen riippuvainen toisen ihmisen avusta, mutta voin itse päättää vierailuni ajankohdan.

Pystyn vierailemaan itsenäisesti puutarhassa, mutta muiden aikataulut määrittävät ajankohtaa.

Pystyn vierailemaan puutarhassa itsenäisesti milloin haluan.

Mikä on roolisi? *

Olen sosiaalipalvelun ohjaaja / työntekijä

Olen sosiaalipalvelun asiakas

Minkä asiakasryhmän parissa työskentelet?

Ikäihmisten Vammaisten Kehitysvammaisten Työttömien Osatyökykyisten
Mielenterveys- ja päihdeasiakkaiden Muun, minkä?

Mitä asioita tulee ottaa huomioon asiakkaidenne näkökulmasta, jotta aistipuutarha olisi heille mahdollisimman esteetön ja saavutettava?

Millaisten toimintojen mahdollistaminen tekee aistipuutarhasta asiakkailenne kuntouttavan ympäristön?

Missä palveluissa olet asiakkaana?

Ikäihmisten päivätoiminnassa Ikäihmisten asumispalveluissa Vammaisten työ- ja päivätoiminnassa
Vammaisten asumispalveluissa Kehitysvammaisten työ- ja päivätoiminnassa Kehitysvammaisten
asumispalveluissa Mielenterveys- ja päihdepalveluissa Kuntouttavassa työtoiminnassa
Muussa toiminnassa tai palvelussa, missä?

Onko Syrjänmäen vanha kansakoulu alueineen sinulle ennestään tuttu paikka? *

Kyllä on

Ei ole

Mistä yhteydestä tunnet paikan? Kerro myös, mitä muistoja se sinussa herättää. Vastauslaatikko on kuvan alapuolella.



Onko kansakoulun alueella jotakin, jonka erityisesti toivoisit säilytettävän siellä?

Kuhmoisten Aistien Puutarhan nimeksi on ehdotettu KAIPUU. Nimi tulee Kuhmoisten Aistien PUUtarhan alkukirjaimista. Mitä mieltä olet nimiehdotuksesta?

Vapaa sana:

Liite 3. Kyselylomake 2

Kyselytutkimus Kuhmoisten Aistien Puutarhan kehittämiseksi

Pakolliset kysymykset merkitty tähdellä (*)

Hei!

Kiitos, että osallistut vanhan Syrjänmäen kyläkoulun tontille rakennettavan Kuhmoisten Aistien Puutarhan kehittämiseen sähköisen kyselyn muodossa.

Olen _____, kuntoutuksen ohjaaja -opiskelija Jyväskylän ammattikorkeakoulusta. Tämä kysely on osa opinnäytetyötäni, jossa tutkin tulevien käyttäjien toiveita ja odotuksia Kuhmoisten Aistien Puutarhalle. Kysely on suunnattu Kuhmoisten sosiaali- ja terveyspalveluiden toimintaan ikäihmisten, vammaisten ja kehitysvammaisten sekä kuntouttavan työtoiminnan palveluihin asiakkaille sekä toimintaa ohjaaville ammattilaisille.

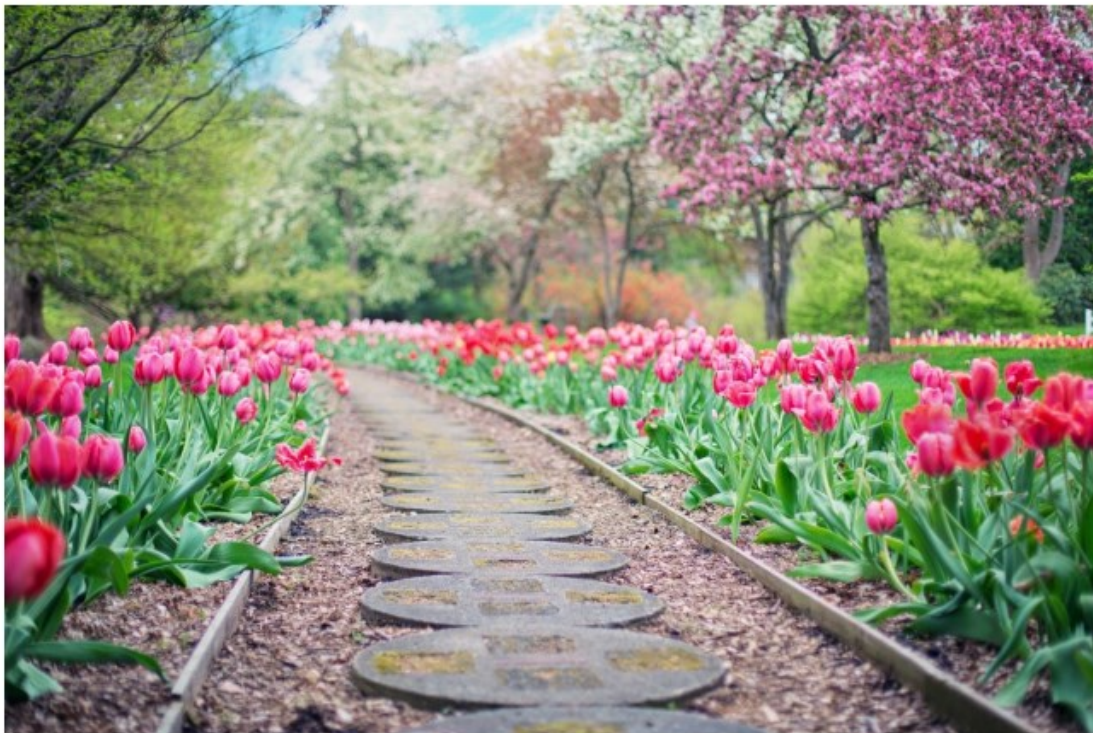
Kyselyyn vastaamiseen kannattaa varata rauhallinen hetki ja aikaa noin 10 - 20 minuuttia. Kyselyn alussa on lyhyesti tietoa hankkeesta sekä aistipuutarhoista yleensä. Tietosivut kannattaa lukea, mikäli aihe on sinulle uusi. Kysely sisältää sekä avoimia että monivalintakysymyksiä. Osa kysymyksistä on pakollisia kyselyssä eteenpäin pääsemiseksi. Voit selata kyselyä taakse- ja eteenpäin kyselyn aikana menettämättä valintojasi. Muista painaa lähetä -painiketta, kun olet valmis.

Kyselyyn osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Kysely on nimetön, eikä sinua voida tunnistaa tai yhdistää vastauksiisi. Kaikki vastaukset ovat tärkeitä, sillä Kuhmoisten Aistien Puutarhan Ystävät, KAPY ry, käyttää tämän kyselyn tuloksia hyödyksi puutarhan suunnittelussa ja toteutuksessa. Vastauksiasi käytetään muokkaamattomina opinnäytetyön tulosten raportoinnissa. Opinnäytetyö julkaistaan Theseuksessa ja kyselyn tiedot hävitetään julkaisun yhteydessä.

Mikäli sinulla on kysyttävää kyselyyn liittyen, voit lähettää minulle sähköpostia osoitteeseen

Kiitos jo etukäteen vastauksistasi!

Lomakkeen taustakuva: pixabay



Miten haluat edetä?

Olen kuullut Kuhmoisten Aistien Puutarhasta ja tiedän, mitä aistipuutarhalla tarkoitetaan. Haluan edetä suoraan vastaamaan kysymyksiin.

En tiedä, mitä aistipuutarha tarkoittaa. Haluan tietää lisää Kuhmoisten Aistien Puutarhasta ja aistipuutarhan tarkoituksesta ennen kyselyyn vastaamista.

Kuhmoisten Aistien Puutarha rakennetaan vuosien 2022-2024 aikana Syrjänmäen alakoulun tontille. Sen on suunniteltu olevan pääsymaksuton ja esteetön paikka. Kaikki ovat tervetulleita puutarhaan viettämään aikaa, rentoutumaan ja virkistymään sekä osallistumaan talkoihin sekä erilaisiin puutarhassa järjestettäviin tapahtumiin.

Kuhmoisten Aistien Puutarhaa tullaan myös hyödyntämään esimerkiksi ikäihmisten, kehitysvammaisten sekä työrajoitteisten kuntoutuksellisissa toiminnassa, ja puutarhalla nähdään olevan kunnalle tulevaisuudessa myös positiivisia matkailullisia vaikutuksia.

Seuraavalta sivulta voit lukea lisätietoa aistipuutarhoista ja siirtyä vastaamaan kyselyyn.

Aistipuutarhat ovat puutarhoja, joissa mahdollistetaan ihmisille kaikkien aistien käyttäminen erilaisin kasvein ja luontoelementein: aistipuutarhassa voi esimerkiksi tunnustella kasveja tai kiviä, maistella turvallisesti syötäviä yrttejä, tuoksutella kasvien tuoksua, katsella kasvien värejä ja kaunista maisemaa sekä kuulostella ympäristön ja luonnon ääniä tai hiljaisuutta.

Aistipuutarhoissa voi olla erilaisia teemoittain jaoteltuja alueita. Niissä voi olla myös esimerkiksi taide- ja vesielementtejä, eläimiä ja lintujen ruokkimispaikkoja, erilaisia polkuja ja penkkejä.

Aistipuutarhan suunnittelussa on usein mietitty ihmisten erityistarpeita esteettömyyden näkökulmasta, esimerkiksi pyörätuolilla tai rollaattorilla liikkuvia ajatellen.

Kuhmoisten Aistien Puutarhan esikuvia ovat Tukholmassa sijaitseva kaikille avoin Sinnenas Trädgård, joka on perustettu erityisesti vanhustenhoitoon ja kuntoutuksen tarpeisiin, Kotkassa sijaitseva Yrttipuutarha Redutti sekä Delhissä sijaitseva Garden of Five Senses. Voit halutessasi tutustua edellämäinittuihin kohteisiin klikkaamalla linkkejä. Linkit aukeavat uuteen välilehteen. Kysely alkaa seuraavalla sivulla.

Mikä on sukupuolesi?

Nainen

Mies

Muu

En halua kertoa

Minkä ikäinen olet? *

Mikä on asuinkuntasi? *

Mikä on roolisi?

Olen eläkkeellä
peruskoulussa

Olen työtön
Muu, mikä?

Olen työelämässä

Olen opiskelija

Olen

Mitä sinä harrastat

Onko sinulla allergioita, jotka vaikuttavat puutarhassa olemiseen?

Ei

En tiedä

Kyllä

Mitä allergioita sinulla on?

Onko sinulla käytössäsi jotain apuvälineitä tai avustaja / saattaja? *

Kyllä

Ei

Valitse seuraavista käytössäsi olevat avut.

Rollaattori	Potkuri / pyöräkelkka	Pyörätuoli	Invamopo	Kävelysauvat tai -keppi	
Valkoinen keppi mikä?	Kuulolaite	Opaskoira	Tukihenkilö	Henkilökohtainen avustaja	Muu,

Toimivatko kaikki aistisi normaalisti? *

Kyllä

Ei

Valitse seuraavista vaihtoehtoista kolme vahvinta aistiasi:

Näköaisti	Kuloaisti	Hajuaisti	Makuaisti	Tuntoaisti	Tasapainoaisti	Asentoaisti
-----------	-----------	-----------	-----------	------------	----------------	-------------

Valitse seuraavista aistit, joita et pysty käyttämään tai jotka ovat sinulla heikot.

Näköaisti	Kuloaisti	Hajuaisti	Makuaisti	Tuntoaisti	Tasapainoaisti	Asentoaisti
-----------	-----------	-----------	-----------	------------	----------------	-------------

Kuvittele mielessäsi unelmiasi puutarhaa. Kuvaile, miltä siellä näyttää, kuulostaa ja tuntuu?**Valitse seuraavista vaihtoehtoista, millaista kasvillisuutta toivoisit Kuhmoisten Aistien Puutarhassa olevan. Voit valita enintään viisi vaihtoehtoa.**

Metsää	Ruohoisia alueita	Kukkuvia pensaita ja kasveja
Havukasveja	Yrttejä	Hedelmäpuita ja marjapensaita
Tuoksuvia kasveja	Siisteja istutuksia	Luonnonkukkia ja kasveja

Valitse seuraavista vaihtoehtoista, millaisia muita elementtejä haluaisit Kuhmoisten Aistien Puutarhassa olevan. Voit valita enintään 5 vaihtoehtoa.

Erilaisia kiviä	Erilaisia polkuja	Ruukkuja
Huvimaja	Portteja	Vesielementtejä, kuten lampi tai suihkulähde
Veistoksia tai patsaita	Taidetta	Lintujen ruokintapaikka
Kotieläimiä	Kahvila	Lasten leikkipaikka

Mitä seuraavista asioista Kuhmoisten Aistien Puutarhassa on tärkeää olla, jotta vierailu siellä on sinulle miellyttävä? Voit valita useita vaihtoehtoja.

Istumapaikat	Katetut istumapaikat	Opasteet
Infokyltit puiston kasveista	Valaistus	Tasaiset kulkuväylät
Leveät kulkuväylät	Kohotetut istutuspenkit	WC
INVA WC	Invapysäköinti lähellä	Auraus talvella

Mitä haluat tehdä Kuhmoisten Aistien Puutarhassa? voit valita enintään 5 vaihtoehtoa.

Rauhoittua	Ihailia kukkia	Tavata toisia ihmisiä	Hoitaa eläimiä
Maistella syötäviä kasveja	Osallistua tapahtumaan	Hoitaa puutarhaa	Osallistua talkoisiin
		Kävellä	Osallistua kurssille

Millaisia kursseja ja tapahtumia toivot Kuhmoisten Aistien Puutarhassa järjestettävän?

Minä vuodenaikana mieluiten vierailisit Kuhmoisten Aistien Puutarhassa?

Keväällä

Kesällä

Syksyllä

Talvella

Kaikkina vuodenaikoina

Pystytkö vierailemaan aistipuutarhassa itsenäisesti ja milloin haluat? Valitse seuraavista vaihtoehtoista tilanteeseesi sopivin.

Olen riippuvainen toisen ihmisen avusta ja aikataulusta.

Olen riippuvainen toisen ihmisen avusta, mutta voin itse päättää vierailuni ajankohdan.

Pystyn vierailemaan itsenäisesti puutarhassa, mutta muiden aikataulut määrittävät ajankohtaa.

Pystyn vierailemaan puutarhassa itsenäisesti milloin haluan.

Onko Syrjänmäen vanha kansakoulu alueineen sinulle ennestään tuttu paikka? *

Kyllä on

Ei ole

Mistä yhteydestä tunnet paikan? Kerro myös, mitä muistoja se sinussa herättää. Vastauslaatikko on kuvan alapuolella.



Onko kansakoulun alueella jotakin, jonka erityisesti toivoisit säilytettävän siellä?

Kuhmoisten Aistien Puutarhan nimeksi on ehdotettu KAIPUU. Nimi tulee Kuhmoisten Aistien PUUtarhan alkukirjaimista. Mitä mieltä olet nimiehdotuksesta?

Mikäli sinulla on oma nimiehdotus puutarhalle, voit ehdottaa sitä tässä.

Vapaa sana:

Liite 4. Unelmien puutarhat

Kuvittele mielessäsi unelmiesi puutarhaa. Kuvaile, miltä siellä näyttää, kuulostaa ja tuntuu?

N1: Paljon värejä, tuoksuja, pörinää

N2: Värikylläinen, tasapainoinen, osittain hyötypuutarha, kekseliäitä ratkaisuja, erikoisia kasveja

N3: Näyttää värikkäältä mutta rauhalliselta, erilaiset tuoksut tuoksuvat, kuuluu veden lorinaa ja lintujen laulua. Tuntuu rauhoittavalta, kun voi vaikka istahtaa kaikessa rauhassa

N4: Erilaisia efektejä, puutarhan ilme vaihtuu vuodenaikojen mukaan. Rauhallinen ja väljä tila.

N5: Paljon erivärisiä ja erilaisia kasveja, erilaisia alueita, lapsiystävällinen ja turvallinen

N6: Vehreyttä, polkuja, kasvien ympäröimiä istumapaikkoja, myös yksin istumiseen, vaikkapa siirenimajoja, Kivipolkuja, kiviä, Kasveja joka vuodenaikaan, Tuoksuja, Lapsille tilaa ja vapautta liikua ja tutkia

N7: Rauhallinen, tuoksuva, veden rauhallinen soljunta

N8: Ruusutarha

N9: Siellä on rauhallista, puita, pensaita, kukkia, hyönteisiä, lintuja, istumapaikkoja, eväsretkipaikoja. Siellä on vieno tuoksu ja nimet kasveilla.

N10: Kaunista, monilajista, rehevää, siistiä.

N11: paljon erilaisia yrttejä kukkia mitkä ovat perhosille mieleen

N12: Sammaleen peittämiä kiviä ja polkuja. Puita, kukkia, veden solinaa. Tuoksuvia kukkia, mullan tuoksua

N13: Siellä on rauhallista, hyvä tuoksu, runsautta ja silmäniloa

N14: Runsaas, rehevä, monipuolinen, monitasoinen, perhosille ja kimalaisille, heinäsirkoille ja sammakoille sopiva, jossa on hyvin monenlaisia pensaita, perennoja ja puita, kuten oma puutarha jo on

N15: Hiljaista, rauhallista, hyviä tuoksuja ja kauniita kukkia

N16: Runsaasti eri värisiä ja erilaisia kukkia polkujen varsilla, eri vuodenajan kasveja, kasvien runsautta, tuoksuvia kasveja (sireeni tuomi jasmiini ym.), puita, joiden alla voi istua, linnun laulua.

N17: Erilaisia kasveja ja puita istutettuna botaanisesti yhteensopiviin ryhmiin, puistonpenkkejä rauhallisissa paikoissa, voisi olla geologisia näyteryhmiä, mahdollisesti eläimiä (lähinnä lintuja) häkeissä. Yleissuunnittelu niin, että kuljeskelu olisi luontevaa.

N18: Lintujen laulua kuuluu.

N19: Siellä on paljon kukkivia kukkia.

N20: Paljon erilaisia ja erivärisiä kukkia, puita ja kukkivia, tuoksuvia pensaita, polkuja kasvillisuuden keskellä, vesiaiheita ja taidetta, esim. pikkupatsaita. Linnunpönttöjä puissa. Talvipuutarhassa pieniä havukasveja.

N21: Hiljaista vedensolinaa, linnun laulua, kukkien tuoksua, värejä.

N22: näyttää moninaiselta, kuuluu linnunlaulua, tuulen suhinaa ja veden liplatusta

N23: Cottage Garden tyyppinen puutarha

N24: Pinkkejä pioneja, runsautta, kauneutta

N25: Kuin viidakko

N26: Värikkäitä eri kokoisia kasveja, jotka kukkivat porrastetusti. Lehtien ja oksien muodot ja värit otettu huomioon. Tuoksuvia osa, syötäviä hyötykasveja. Omenapuita, kirsikkapuita, päärynäpuita ym.

N27: Värikkäitä kasveja. Puutarhan kukintakausi olisi mahdollisimman pitkä eli paljon eriaikaan kukkivia kasveja. Se on myös hyödyksi hyönteisille.

N28: Erilaiset ja erikokoiset puut reunustavat aluetta ja ovat keskeisessä roolissa muodostaen luonnollisen katon puutarhalle. Vettä. Paljon suoraan luonnosta löytyviä kasveja ja omilla alueillaan vahvoja jalostettuja kukkia. Mehiläiset, linnut ja vesi ovat äänessä. Ihastuttava olisi jossain kulmassa yrttejä tuoksuineen sisältävä muotopuutarha. Rauhoittava, ilostuttava ja kohottava.

N29: Ruusuja, vihreää paljon kasveja ja tuoksuja ja värikkäitä kukkia

N30: Silmälle kaunista, värit, muodot

N31: Runsa, hiljainen, salainen

N32: Lämmin, värikäs, salaperäinen. Linnunlaulua, perhosia. Pieniä satumaisia sopukoita. Veden solinaa.

N33: Kuulen ja näen tuulen erilaisissa puissa ja pensaissa. Kuulen ja näen puutarhassa viihtyviä lintuja (ilman ruokintaa). Kuulen, näen ja haistan kevään, kesän, syksyn ja talven puissa, pensaissa ja muissa kasveissa.

N34: Kuuluisi lintujen laulua, veden solinaa, olisi kukkia. Syksyllä kanervia/havupensaita, talviaikaan lumiveistoksia, lyhtyjä, jouluvaloja.

N35: Kiviä voisi olla monenlaisia, isoja esim. litteitä istuskeluun ja esim. koristesoraa ruukuissa ja pienempiä pyöreitä kiviä, joita voisi tunnustella.

Myös kivistä tai puusta tehtyjä veistoksia esim. eläimiä. Jossain päin olen nähnyt esim. seuraavia: jättikokoinen lintupatsas, jättikokoinen leppäkerttu. Ne olisivat hienon näköisiä kauaskin, ja lapsille kivoja ehkä jopa kiipeillä. Olisi kiva jos siellä olisi alue, jossa olisi maalattuja kiviä ja siellä voisi välillä järjestää kivenmaalauksia.

N36: Soljuvaa vettä, syötäviä kasveja, marjoja ja hedelmiä, luonnonkukkia, pölyttäjiä ja muita hyönteisiä, mukavia levähdyspaikkoja puiden/pensaiden ympäröimänä, huumaavia tuoksuja.

N37: Unelmien puutarhassa ei välttämättä kuulu juuri mitään, eli on mahdollisuus hiljentyä. Puutarha näyttää hyvinkin erilaiselta eri vuodenaikoina.

N38: Rauhallista, kukkia, pensaita, puita, veden solinaa, lintuja, tuoksuja, rauhallisia istumapaikkoja polkujen äärellä

N39: Puutarhassa olisi paljon värejä. Puutarhassa voisi tuntea erilaisia tuoksuja. Olisi myös täydellistä hiljaisuutta.

N40: Värejä, tuoksuja, linnunlaulua, veden solinaa

N41: Siellä kuuluu kissan ääni ja siellä on lintuja ja niiden ruokintapaikka. Punaisia omenoita ja mansikoita, luumuja.

N42: Siellä on rauhalista ja hiljaista. Ei kuulu yli määräistä melua. Siellä tuoksuu raikkaalle kesä ilmalle ja siellä on kaunista

N43: romanttinen, rauhallinen

N45: Unelmieni puutarhassa on paljon värejä ja tuoksuja, eri kokoisia kasveja pienen pienistä kukkasista suuriin puihin. Istuimia, lampi tai jokin muu vesipiste, kaunis pieni siltakin olisi mukava.

Siellä ei kuuluisi muuta kuin luonnon ääniä.

N46: Mutkittavia polkuja, kiviä, sammalta, kukkapenkkejä, kasvihuone, kasvimaata, hedelmäpuita, marjapensaita, perhosia, pörriäisiä, lintuja, mukavia istumapaikkoja, riippumatto

N47: Paljon erilaisia värejä ja tuoksuja. Kuuluu lintujen laulua ja veden solinaa. Rauhallinen tunnelma, on aurinkoisia ja varjoisia paikkoja. Paljon erilaisia kasveja.

N48: Siellä on rehevää, vihreää mutta myös paljon erilaisia värejä, tuoksuja, ehkä rauhoittavia ääniä, kuten veden solinaa, lintujen laulua. Ilma on vaihtuvaa ja raikasta hengittää.

N49: linnut laulavat ja mehiläiset pörisevät, purot solisevat. Kukkien tuoksu leijailee, yrtit tuoksuvat, maan- ja sammalen haju tuntuu nenässä. Kivet tai hiekka rahisevat jalkojen alla. Sileitä kiviä voi kosketella ja karheita puunrunkoja tai veden huuhtomia oksia. Värejä on paljon, isoja punaisia

kukkia, herkkiä pieniä sinisiä ja valkoisia , aurinkoisia keltaisia. Valot ja varjot leikkivät oksien lomasta aurinkoisella säällä. Sateella rauhoittava ropina kuuluu jostain.

N50: Siellä on värikkäitä kukkia. Polut on tarpeeksi kovat jotta saattajalla ei ole raskasta työntää pyörätuolia ja polut on turvalliset kulkea. Kukat saavat tuoksuakin hyvälle, koska itselläni ei ole allergioita. On rauhallista mutta myös muita ihmisiä, että saa jutella.

N51: Värikkäitä kukkia ja asetelmia, veden solinaa ja jalkojen alle hiekkaa ja nurmikkoa.

N52: Linnut laulavat, ötökät sirittävät, on vehreää ja rauhallista.

N53: Aurinko paistaa, on runsaasti erilaista kasvillisuutta. Linnut laulavat, pieni tuulenvire tuntuu iholla.

N54: En ole puutarhahmisiä, mahdollisimman luonnollinen.