

**LUONNON VAIKUTUS LASTEN JA NUORTEN KASVUUN JA  
KEHITYKSEEN ERITYISPEDAGOGIIKAN NÄKÖKULMASTA**



Ammattikorkeakoulututkinnon opinnäytetyö

Hoitotyön koulutusohjelma

Forssa, syksy 2016

*Nina Rantala*

Nina Rantala

Forssa  
Hoitotyön koulutusohjelma  
Sairaanhoitaja

---

<b>Tekijä</b>	Nina Rantala	<b>Vuosi</b> 2016
<b>Työn nimi</b>	Luonnon vaikutus lasten ja nuorten kasvuun ja kehitykseen erityispedagogiikan näkökulmasta	

---

## TIIVISTELMÄ

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, kuinka luontolähtöiset menetelmät tukevat erityislasten ja -nuorten kasvu ja kehitystä, miten luontolähtöiset menetelmät edistävät erityislasten ja -nuorten terveyttä ja hyvinvointia sekä miten luonto toimii erityislasten ja -nuorten oppimisympäristönä. Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa uutta tietoa luontolähtöisten menetelmien hyödyllisyydestä erityislapsille ja -nuorille Forssan seudulla. Opinnäytetyö kuuluu osaksi Forssan seudun Green Care -klusterihanketta, jonka tavoitteena on lasten ja nuorten luontolähtöiseen toimintaan keskitetyn klusterin perustaminen ja tämän toiminnan käynnistäminen.

Teoriaosuudessa perehdyttiin Green Care Finland ry:n toimintaan ja luontolähtöisiin menetelmiin, luonnon terveys- ja hyvinvointivaikutuksiin, kouluikäisen ja nuoren normaaliin kasvuun ja kehitykseen, kehityshäiriöihin, terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen sekä erityispedagogiikkaan. Opinnäytetyö toteutettiin kvalitatiivisena tutkimuksena, teemahaastattelemalla kuutta Tölön koulun erityisopettajaa.

Koulussa tapahtuvan luontolähtöisen toiminnan avulla voidaan tukea erityislasten ja -nuorten kasvu ja kehitystä sekä edistää heidän terveyttään ja hyvinvointiaan kokonaisvaltaisesti. Luonto toimii erityislasten ja -nuorten oppimisympäristönä, mutta luonto-opetuksen toteuttamiseen liittyy useita haasteita, kuten talouskysymykset ja organisoinnin vaikeudet. Opinnäytetyön tulokset ovat merkittäviä, koska luontolähtöisillä menetelmillä voidaan tukea erityislasten ja -nuorten kasvu ja kehitystä sekä kokonaisvaltaista terveyttä ja hyvinvointia. Tuloksia voidaan soveltaa kotona, kouluissa ja muilla sektoreilla.

**Avainsanat** luonto, erityislapsi, erityisnuori, kasvu, kehitys, terveys, hyvinvointi

**Sivut** 62 sivua, joista liitteitä 4 sivua

Forssa  
Degree Programme in Nursing  
Registered Nurse

---

<b>Author</b>	Nina Rantala	<b>Year</b> 2016
<b>Subject</b>	Nature's effect on the growth and development of children and youth from the point of view of special education	

---

ABSTRACT

The purpose of this thesis was to find out how nature oriented methods support the growth and development of special children and youth, how nature oriented methods promote health and wellbeing of special children and youth as well as how nature works as a learning environment for special children and youth. The aim of this study was to produce new information about the usefulness of nature oriented methods for special children and youth in Forssa. The thesis is related to Green Care -cluster project in the Forssa area. The objective is to set up and start a cluster which focused on the action with nature oriented methods for children and young people.

The theoretical part of this thesis is focused on the Green Care association and nature oriented methods, natural effects on health and welfare, school aged and youth normal growth and development, developmental disorders, promotion of health and well-being as well as special education. The research was executed as a qualitative research. Six special teachers from Tölö school were interviewed with premade questions.

Using natural oriented methods in school can support special children and youth growth and development as well as their overall health and well-being at the physical, mental and social level. Nature works as a learning environment for special children and youth. External factors must be considered in nature education, such as finance and weather conditions. Nature education needs more organization than classroom education. The results are significant because nature oriented methods can promote and support special children and youth healthy growth and development. It also can be applied at home, school and in other sectors.

**Keywords** nature, special child, special young, growth, development, health, well-being

**Pages** 62 pages including appendices 4 pages

# SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	1
2	GREEN CARE FINLAND RY JA LUONTOLÄHTÖISET MENETELMÄT .....	3
3	LUONTO JA SEN HYVINVOINTIVAIKUTUKSET .....	4
3.1	Luonnon hyvinvointivaikutukset .....	4
3.2	Eläinten hyvinvointivaikutukset .....	5
3.3	Oppimisympäristö ja luonto.....	6
4	LASTEN JA NUORTEN KASVU JA KEHITYS .....	8
4.1	Fyysinen kasvu ja motorinen kehitys .....	9
4.1.1	Kouluikäinen .....	9
4.1.2	Nuori .....	10
4.2	Psyykinen kehitys .....	11
4.2.1	Kouluikäinen .....	12
4.2.2	Nuori .....	14
4.3	Sosiaalinen kehitys .....	15
4.3.1	Kouluikäinen .....	16
4.3.2	Nuori .....	17
4.4	Kehityshäiriöt .....	18
5	LASTEN JA NUORTEN TERVEYS JA HYVINVOINTI .....	21
5.1	Terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen .....	21
5.2	Kodin, koulun ja muiden sektoreiden merkitys terveyden edistämässä .....	22
6	ERITYSPEDAGOGIIKKA .....	23
7	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE .....	24
8	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	25
8.1	Kvalitatiivinen tutkimus.....	25
8.2	Aineiston analyysi.....	26
9	OPINNÄYTETYÖN TULOKSET .....	29
9.1	Luontolähtöiset menetelmät tukevat kasvua ja kehitystä.....	29
9.1.1	Fyysinen kasvu ja motorinen kehitys .....	29
9.1.2	Psyykinen kehitys.....	31
9.1.3	Sosiaalinen kehitys .....	33
9.2	Luontolähtöiset menetelmät edistävät terveyttä ja hyvinvointia .....	35
9.2.1	Fyysinen terveys ja hyvinvointi.....	35
9.2.2	Psyykinen terveys ja hyvinvointi.....	37
9.2.3	Sosiaalinen terveys ja hyvinvointi .....	39
9.3	Luonnon toimiminen oppimisympäristönä.....	40
9.3.1	Luonnon toimiminen oppimisympäristönä .....	41
9.3.2	Luonto-opetuksen haasteet .....	45

10 POHDINTA.....	49
10.1 Tulosten tarkastelu.....	49
10.2 Eettisyys.....	55
10.3 Luotettavuus .....	56
10.4 Johtopäätökset ja jatkotutkimusehdotukset .....	57
LÄHTEET .....	60

Liitteet

Liite 1	Saatekirje
Liite 2	Suostumus opinnäytetyöhön osallistumisesta
Liite 3	Teemahaastattelurunko

## 1 JOHDANTO

Sahin (2014) mukaan kaupungistumisen myötä lapset ja nuoret ovat etääntyneet luonnosta. Nykypäivän vanhempien antamat ”hyvää tarkoittavat” säännöt rajoittavat lasten ja nuorten vapaata liikkumista luonnossa ja tilalle tulee usein virtuaalinen maailma. Suomalaisista lapsista enemmistö asuu taajamissa, josta vanhemmat eivät aina jaksakaan viedä lapsiaan tutustumaan luontoon. Tämän vuoksi varhaiskasvatuksen ja perusopetuksen rooli lasten ja nuorten luontosuhteen luomisessa on merkittävä. (Green Care -hanke n.d.)

Polvisen, Pihlajamaan ja Bergin (2012) mukaan luontoympäristö tarjoaa lapselle mahdollisuuden rauhoittumiseen, rentoutumiseen, virkistymiseen, itsetunnon vahvistumiseen, minäkuvan selkiintymiseen ja stressioireiden helpottumiseen. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen (2010, 2012) mukaan, lasten tulisi käyttää luonnosta saatavia kasviksia enemmän sekä ulkoilla ja liikkua luonnossa enemmän. Myös nuorten kohdalla terveellisiin elämäntapoihin tulisi kiinnittää enemmän huomiota, kuten ulkoilua ja liikuntaa lisäämällä ja viihdemedian käyttöä vähentämällä. (Green Care -hanke n.d.)

Forssan seudun hyvinvointikuntayhtymän (2014, 2015) mukaan lapset ja nuoret tarvitsevat osallisuuden ja yhteisöllisyyden luomaa turvaa. Lasten ja nuorten terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen menetelmiin tulisi kuulua elämyksellisyys, kokemuksellisuus ja yhteisöllisyys. Myrskylän (2012) mukaan syrjäytyminen vaikuttaa nuorten terveyteen ja hyvinvointiin heikentävästi. Elinkeinoelämän valtuuskunnan arvioiden mukaan Suomessa syrjäytyneitä nuoria on 50 000 ja heidän määränsä lisääntyy myös jatkossa. Syrjäytymisvaarassa olevien nuorien tavoittaminen ja heidän ohjaaminen luontolähtöisen toiminnan pariin on erityisen tärkeää. (Green Care -hanke n.d.)

Opinnäytetyö on toteutettu osana Forssan seudun Green Care -klusterihanketta. Hanke on käynnissä 1.1.2016—31.12.2017 ja sen rahoittaa Euroopan maaseudun kehittämisen maatalousrahasto sekä LounaPlussa ry. Hankkeen tavoitteena on lasten ja nuorten luontolähtöiseen toimintaan keskittyvän klusterin perustaminen ja tämän toiminnan käynnistäminen. Hankkeeseen osallistuu monia toimijoita, kuten yksityinen, julkinen ja kolmas sektori. (Forssan seudun Green Care -klusteri n.d.)

Opinnäytetyössä tutkitaan, kuinka Tölön koulussa käytetyt luontolähtöiset menetelmät ovat tukeneet erityislasten ja -nuorten kasvua ja kehitystä sekä edistänyt heidän terveyttä ja hyvinvointia koulun erityisopettajien näkökulmasta. Tölön koulussa hyödynnetään paljon luontoa opetuksessa ja erityisopettajat ovat erityislasten ja -nuorten kanssa viikoittain tekemisissä, joten heidät valittiin tutkimuksen otantaan.

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää, kuinka luontolähtöiset menetelmät tukevat erityislasten ja -nuorten kasvua ja kehitystä, miten luontolähtöiset menetelmät edistävät erityislasten ja -nuorten terveyttä ja hyvinvointia sekä miten luonto toimii erityislasten ja -nuorten oppimisympäristönä. Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa uutta tietoa luontolähtöisten menetelmien hyödyllisyydestä erityislapsille ja -nuorille Forssan seudulla. Tavoitteena on myös tuottaa uutta tietoa siitä, miten erityislasten ja -nuorten kasvua ja kehitystä sekä terveyttä ja hyvinvointia voidaan tukea ja edistää.

Opinnäytetyöaihe on ajankohtainen ja sen ansiosta saadaan vahvistusta luonnon terveys- ja hyvinvointivaikutuksista sekä sen merkityksellisyydestä erityislapsille ja -nuorille. Aihe on ollut tutkimuksen arvoinen.

## 2 GREEN CARE FINLAND RY JA LUONTOLÄHTÖISET MENETELMÄT

Green Care Finland ry toimii Suomessa edistäen luontoavusteisten menetelmien käyttöönottoa hyvinvointi- ja terveyspalvelujen yhteydessä. Green Care tavoittelee terveyden, hyvinvoinnin ja elämänlaadun edistämistä luonnon avulla. Green Care haluaa tuoda esille myös toimintakyvyltään heikentyneiden oikeuden luontoon. Toiminta sijoittuu luontoon ja maaseutu ympäristöön, jolla edistetään ihmisten hyvinvointia ja terveyttä. Green Care käyttää monia erilaisia eläin- ja luontoavusteisia menetelmiä hyvinvoinnin edistämiseksi. Green Care -toimintatapa perustuu ammatillisuuteen, tavoitteellisuuteen ja vastuullisuuteen. Palvelu perustuu toimintaan, yhteisöön ja luontoon. (Green Care n.d.)

Luontolähtöiset menetelmät perustuvat ihmisen ja ympäristön väliseen suhteeseen. Eläinavusteisuus on yksi luontolähtöinen menetelmä. Eläinavusteisuus voi olla ratsastusterapiaa, sosiaalipedagogista hevostoittoa, kaveri- ja avustajakoiria tai muuta eläinavusteista terapiaa tai toimintaa. Toinen luontolähtöinen menetelmä on luontoavusteisuus, johon kuuluu ekopsykologian menetelmät, elämyspedagogiikka tai seikkailukasvatus, luonnon materiaalien käyttö, luontoliikunta ja ympäristökasvatus. Kolmantena menetelmänä on viherympäristön kuntouttava käyttö, johon kuuluu puutarhaterapia, sosiaalinen ja terapeuttinen puutarhatoiminta ja terapeuttiset pihat. Neljäntenä ja viimeisenä menetelmänä on kuntouttava maatilatoiminta, johon kuuluu kuntouttava työ ja osallisuus yhteisössä. (Green Care Suomessa 2014.)



### 3 LUONTO JA SEN HYVINVOINTIVAIKUTUKSET

Kemiallisesti ja filosofisesti arvioituna luonto on kaikkialla. Tästä tulee johdopäätös, että kaikki on luontoa. Tämä vaikeuttaa arviota siitä, mikä on luontoa ja mikä ei. Luonnosta on monenlaisia määritelmiä ja niiden kiistämistä. Jokainen kuitenkin määrittelee itse, mitä luonto tarkoittaa. Vaikka luontoa onkin vaikea määritellä, on sen vaikutuksesta ihmismieleen paljon tutkittua tietoa. (Salonen 2010, 21.)

Luonnolla tarkoitetaan yleensä maisemaa, jonka ihminen voi ympärillään havaita. Käsitteeseen kuuluu sekä rakennettu ja rakentamaton, enemmän tai vähemmän luonnonvarainen ympäristö. Yksityiskohtaisempi kuvaus luonnosta on se, että luonnon muodostavat ne elolliset ja elottomat tekijät, joista elämä maapallolla on riippuvainen tai joihin eliöt ovat vuorovaikutussuhteessa. Käsitteellä luonto voidaan myös tarkoittaa ihmisen ulkopuolista luonnonvaraista maisemaa tai luonnonvaraista rakennettua maisemaa. Käsite luonto jaetaan rakennettuun ja luonnonvaraiseen ja edelleen elolliseen ja elottomaan. (Honkala, Sundström & Tuominen 2010.)

#### 3.1 Luonnon hyvinvointivaikutukset

Tutkimusten perusteella luonnolla on paljon terveys- ja hyvinvointivaikutuksia. Luonto vaikuttaa psyykkiseen hyvinvointiin, kuten mielen elpymiseen. Myös luontokuvien katselu auttaa rentoutumaan. Mieliala, itsetunto ja tarkkaavaisuus voivat parantua luontoliikunnan jälkeen. Vihan, väsymyksen sekä surun tunteet taas voivat vähentyä luontoliikunnan jälkeen. Viherliikunnan määrä korreloitu parempaan mielenterveyteen. Luonnossa vastustuskyky kasvaa ja verenpaine laskee. Luonto voi edistää liikumista, jolloin fyysinen suoritus ei välttämättä tunnu yhtä raskaalta kuin sisällä. Luonnon läheisyys saattaa kasvattaa myös eliniän todennäköisyyttä. (Pasanen & Korpela 2015, 5–7; Vihreää hyvinvointia n.d.)

Luontoympäristö voi tarjota elvyttäviä kokemuksia, kuten arkipäivästä irti päästämistä sekä ykseyden ja sopusoinnun kokemista, ympäristön kanssa. Ihminen pystyy säätelemään olotilaansa terveyttä edistävään suuntaan, luonnossa olevassa mielipaikassaan. Kokonaisuudessaan luontoympäristö elvyttää ja vaikuttaa myönteisesti sekä fyysiseen että psyykkiseen terveydentilaan, ja nämä vaikutukset voivat olla nopeita ja tiedostamattomia. Luontokokemukset lievittävät myös lasten ylivilkkausoireita. (Tyrväinen, Silvennoinen, Korpela & Ylen 2007, 58; Salonen 2010, 30, 43.)

Luonto synnyttää ihmisissä erilaisia tuntemuksia ja kokemuksia. Luontokokemuksiin liittyy neljä tekijää, jotka ovat turvallisuus, hyväksyntä, kokemuksellisuus ja jatkuvuus. Turvallisuus voidaan jaotella fyysiseen ja psyykkiseen kokemukseen. Turvallisuus synnyttää kaksi muuta tekijää: elpymisen ja terapeuttisen vaikutuksen. Turvallisuuden tunnetta edesauttavat

pysyvät luontokohteet, kuten kalliot ja vanhat puut, joista kokijoiden mukaan välittyy pysyvyyden tunne ja ajatus elämän jatkumisesta. Suojaisat mielipaikat lisäävät myös turvallisuuden tunnetta, koska siellä voi itse säädellä omaa näkyvyyttä ja vetäytymistä. Turvallisuuden tunnetta luonnossa voi vähentää eksymisen pelko. Tätä voidaan vähentää liikkumalla tutuilla paikoilla tai pienellä ja sovitulla alueella. (Salonen 2010, 54–56.)

Hyväksyntä on toinen luontokokemuksen tärkeä tekijä. Myönteisen minäkuvan ydin on hyväksynnän tunteessa. Hyväksynnän kokemus ei ole välttämättä myönteinen, jos saa paljon onnistumisen kokemuksia. Hyväksyntä ilman suorituksen ja onnistumisen painetta tai epäonnistumisen pelkoa, kasvattaa myönteistä minäkuvaa. Hyväksynnän tunteeseen vaaditaan tuntemusta siitä, että on riittävä sellaisena kuin on ja hyväksynnän kokemus saavutetaan ”olemalla oma itsensä”. (Salonen 2010, 56.)

Kolmas luontokokemuksen tärkeä ominaisuus on kokemuksellisuus. Aistihavainnot luovat kokemuksia ja synnyttävät esimerkiksi tunteen: tässä on hyvä olla. Näin voi syntyä kokemus omasta mielipaikasta. Ihmisen ja eläimen välinen vuorovaikutus perustuu myös kokemuksellisuuteen. Ihminen pystyy vapautumaan sosiaalisista odotuksista, joita on yleensä ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa. Eläimen kanssa vuorovaikutus tapahtuu ruumiinkielellä. Kiintyminen on myös kokemuksellisuutta. Aistimukset, kuten tuoksut, ihokontaktit, kuulohavainnot, ovat varhaisimpia äitiä ja vauvaa yhteen sitovia kokemuksia. Kiintymyssuhde johonkin syntyy siis aistien avulla. ”Aistihavainnot ohjaavat ja houkuttavat kokemuksellisuuteen. Tällöin toiminnan kautta tulee esille myös tunnetason tietoa”. (Salonen 2010, 57–58.)

Jatkuvuus on neljäs ja viimeinen tärkeä tekijä luontokokemuksellisuudessa. Ihmiset kokevat usein olevansa yhtä luonnon kanssa. Jatkuvuuden ja yhteyden tunne luontoon, sisältää sulautumisen kokemuksen. Tällöin minuus voi joutua ja kasvaa osaksi ympäristöä. Jatkuvuuden kokemuksesta minuus tietyllä tavalla laajenee ympäristöön. Luontokokemus on yleisesti myönteinen, joten omatkin tuntemukset ja minuus muuttuvat myönteiseksi. (Salonen 2010, 58.)

### 3.2 Eläinten hyvinvointivaikutukset

Eläimen läsnäolo rauhoittaa ja rentouttaa. Ihminen saa mielihyvää hoitamalla tai silittelemällä eläintä. Eläin toimii rauhoittumisen ohella eräänlaisena peilinä ja harjoituskumppanina vuorovaikutustilanteessa. Hevosta on erityisesti käytetty terapeuttisessa työssä eli ratsastusterapiassa. Asiakas joutuu työntämään huolenaiheet syrjään eläimen kohdatessaan, koska tilanne vaatii rauhoittumaan ja keskittymään sekä olemaan hetkessä läsnä. Eläin voi toimia muutoksen aktivoijana ja auttaa katkaisemaan vaikean elämäntilanteen, kuten yksinäisyyden, toivottomuuden ja sosiaalisen eristämisen, aiheuttaman noidankehän. (Salonen 2010, 81–82.)

Lapsen on helppo samaistua eläimeen. Eläin auttaa saamaan uusia näkökulmia ongelmatilanteiden ratkaisemiseen. Eläinavusteisen terapian edelläkävijä on 1947 perustettu Green Chimneys Farm. Tilan perustaja on Samuel B. Ross, joka on kertonut eläinavusteisen terapian perustuvan siihen, että emotionaalisesti haastavat lapset saavat eläimen kanssa koetun tunnesuhteen kautta kokea huolenpitoa, välittämistä ja vastuuta. (Salonen 2010, 81–82.)

Koira-avusteisella työtavalla on myös saavutettu hyviä tuloksia autismiluokassa. Koiran osallistuessa opetukseen, koulupäivät ovat rauhallisempia ja rennompia. Näin oppimistilanne on suotuisampi ja oppimistulokset paranevat. Koiran silittäminen laskee verenpainetta ja vapauttaa elimistössä kemiallisia hyvinolontunteita, mikä helpottaa esimerkiksi autismiin tyypillisesti liittyvää stressiherkkyyttä. Erityisopetukseen koira soveltuu hyvin, koska koiran läsnäolo rauhoittaa, se auttaa lapsia keskittymään ja koiran kanssa tehtävät veto-, nouto- ja piilotusleikit kehittävät lasten motoriikkaa. Autismi-luokan lapset kehittävät koiran avulla myös vuorovaikutustaitojaan, motivoituvat oppimaan ja harjaantuvat ohjaamaan omaa toimintaansa. Koiran silittäminen, harjaaminen, halaaminen ja sen antamat märät pusut tarjoavat oppilaille hyviä aistikokemuksia. Koira voi myös auttaa lapsia harjoittelemaan tunteiden tunnistamista ja tunneilmaisuja. Koiran kanssa pystytään kehittämään empatian, pettymysten, erilaisuuden ja kielteisten tunteiden käsittelyä. (Luukko 2014, 40–44.)

### 3.3 Oppimisympäristö ja luonto

Oppimisympäristöt ovat tiloja ja paikkoja sekä yhteisöjä, joissa opiskelu ja oppiminen tapahtuvat. Oppimisympäristöön luetaan myös välineet, palvelut ja materiaalit, joita opiskelussa käytetään. Oppimisympäristöjen tulee tukea oppimista, vuorovaikutusta ja kasvua. Kaikki yhteisöön kuuluvat vaikuttavat toiminnallaan oppimisympäristöihin. Oppimisympäristöt toimivat hyvin, jos ne edistävät vuorovaikutusta, osallistumista ja yhteisöllistä tiedon rakentamista. Oppimisympäristöissä tulee olla mahdollisuuksia luoviin ratkaisuihin sekä asioiden tarkasteluun ja tutkimiseen eri näkökulmista. Perusopetuksen tilaratkaisujen toteutuksessa otetaan huomioon ergonomia, ekologisuus, esteettisyys, esteettömyys ja akustiset olosuhteet. Eri oppiaineiden opetuksessa hyödynnetään luontoa ja rakennettua ympäristöä. Oppilaita innostaa oman osaamisen kehittämiseen onnistumisen kokemukset ja elämykset erilaisissa ympäristöissä ja oppimistilanteissa. Suunniteltaessa oppimisympäristöä, otetaan huomioon oppilaiden yksilölliset tarpeet. Oppilaille voi olla tuen tarpeen mukaan räätälöityjä oppimisympäristöjä. Oppimisympäristöjen tulee kattaa oppilaiden kokonaisvaltainen hyvinvointi ja ympäristöjen tulee olla turvallisia, terveellisiä ja edistää oppilaiden ikäkauden ja edellytysten mukaista tervettä kasvua ja kehitystä. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014, 29–30.)

Hyvän oppimisympäristön tunnuspiirteitä ovat monipuolisuus ja vaihtelevuus sekä silmää miellyttävä ympäristö, jossa on nähtävissä vanhaa sekä

uutta. Lapset saavat haasteita monipuolisesta fyysisestä ympäristöstä, jossa he voivat harjoitella motorisia taitojaan. Tällä on hyvin positiivinen vaikutus lasten kasvuun ja kehitykseen. Ympäristö, jossa lapsi voi liikkua omaehtoisesti, tukee lapsen minäkuvan kehitystä. Ympäristöstä saadut onnistumisen kokemukset auttavat minäkuvan kehityksessä. (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 72.)

Lapsen motoriikan kehityksen, leikin ja ajattelun välillä on tärkeä yhteys. Lapsen oppimismotivaatio ja keskittymiskyky paranevat mahdollisimman luonnonmukaisessa ympäristössä. Myös muut kognitiiviset taidot voivat parantua, kuten havaintokyky, luokittelun, tunnistamisen ja nimeämisen taidot sekä muisti. Toimintaympäristö, joka on monipuolinen, tarjoaa mahdollisuuksia erilaisille tavoille oppia. Luonto on monipuolinen toimintaympäristö ja voi toimia terapeuttisena ja tuottaa hyvää oloa. (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 77.)

Lapsen taidot kehittyvät motorisella, sensomotorisella, sosioemotionaalisella, vuorovaikutuksellisella ja kognitiivisella puolella luonnonmukaisessa ympäristössä. Luonnossa olevat epätasaisuudet ja vaihtelevat pinnat kehittävät lapsen motoriikkaa. Luonnossa olevat pinnat, värit ja tuoksut kehittävät lapsen sensomotorisia taitoja. Vuodenajat ja huolehtiminen sekä muista ihmisistä riippumattomat ilmiöt kehittävät lasta sosioemotionaalisissa taidoissa. Erilaiset leikit ja pelit kehittävät taas vuorovaikutus taitoja ja ympäristön monimuotoisuus, lajit ja elinympäristö muovaavat lapsen kognitiivisia taitoja. (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 78.)

Lasten lisääntynyt ulkoileminen luonnonmukaisessa ympäristössä vaikuttaa positiivisesti itsetuntoon ja itseluottamuksen kehitykseen, sosiaalisten suhteiden muodostamiseen, kielellisten valmiuksien kehittymiseen, motorisiin taitoihin, ympäristöön liittyvään oppimiseen ja ymmärrykseen, leikkien monipuolisuuteen ja luovuuteen sekä lasten ja työntekijöiden sairauspoissaolojen määrään. Theemes (1999) on todennut, että ”mitä enemmän aistimuksia ja erilaisia kokemuksia, sitä enemmän tietämystä”. Ympäristön tarjoamat mahdollisuudet ovat siis laajat. Hyvä ympäristö innostaa havaintojen tekoon ja tukee lapsen kasvua ja kehitystä jokaisella osa-alueella. Parhaimmillaan ympäristö tarjoaa tilaa ihmettelylle, ruokkii uteliaisuutta ja innostaa pohtimaan. (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 81–82.)

Lukuisten tutkimusten tulos on, että ”lapsen terve kehitys edellyttää ulkoilemista”. Kyttä (2004) on sanonut, että ”vaikka kehittävät leikkipaikat on mahdollista leikkiä loppuun, metsää ei koskaan”. Metsä kannustaa lasta loputtomasti toimintaan, luovuuteen, yhteisleikkiin, yksinoloon ja rauhoittumiseen. (Salonen 2010, 30.)

## 4 LASTEN JA NUORTEN KASVU JA KEHITYS

Kasvulla tarkoitetaan fyysistä kasvua eli suurimmaksi osaksi solujen lukumäärän ja koon lisääntymistä. Luusto ja lihaksisto kehittyvät kasvun aikana ja lisääntyvät määrällisesti. Vartalon suhteissa tapahtuu muutoksia eri ikäkausina. Kasvua tapahtuu läpi elämän, sillä esimerkiksi hiukset kasvavat elämän loppuun asti. Kasvulla ja kehityksellä on oma rytminsä, joten lapsuusikä voidaan jakaa monella tavalla eri ikäkausiksi (Taulukko 1.). Ikäkaudet on jaettu rajakohtiin ja nimityksiin sopimusluonteisesti. Ikäkaudet vaihtuvat liukuvasti. (Vilén, Vihunen, Vartiainen, Sivén, Neuvonen & Kurvinen 2006, 133.)

*Taulukko 1. Ikäkausien jakautuminen fyysisessä kasvussa ja kehityksessä (Vilén, Vihunen, Vartiainen, Sivén, Neuvonen & Kurvinen 2006, 133.)*

Ikäkaudet	Ikäkausien ajoittuminen
Sikiökausi	Munasolun hedelmöitymisestä lapsen syntymään
Neontaalikausi	Ensimmäinen elinkuukausi
Imeväisikä	Ensimmäinen elinvuosi
Leikki-ikä	Ajoittuu 2—6 vuoden välille
Kouluikä	Alkaa 7 ikävuodesta ja päättyy murrosikään
Murrosikä	Kestää kasvukauden loppuun (n. ikävuodet 12—18)

Kehitystä tarkastellaan erottelemalla ihmisen fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen osa-alue toisistaan. Osa-alueet kuvaavat kokonaiskehityksen perustana olevia inhimillisen elämän puolia. Fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen kehityksen alueella tapahtuvat muutokset, vaikuttavat toisiinsa ja tapahtuvat toisiinsa sidoksissa. Yhden alueen kehittyessä, tapahtuu myös muutoksia muilla alueilla. Näin kehitys on kokonaisvaltaista ja dynaamista. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 30.)

Kehitys on kokonaisuus, johon vaikuttavat monet biologiset, psykologiset, sosiaaliset ja kulttuuriset tekijät. Kehitykseen sisältyy eri kehitysvaiheita, joita jokainen lapsi kohtaa eri ikäisenä. Lapsen kehityksessä on mahdollista hahmottaa tietyt lainalaisuudet ja kehitysvaiheet, jotka seuraavat toisiaan samassa järjestyksessä. Lapsi toteuttaa kehitysvaiheita persoonallisuudellaan ja olosuhteista riippuen. Lapsen kehitys tapahtuu vaiheittain. Kasvuun ja kehitykseen kuuluvat myös tietyt herkkyyksikaudet, jolloin lapsen valmiudet oppia jotakin uutta tai tiettyä taitoa, ovat parhaimmillaan. (Kehityopsykologia n.d.)

## 4.1 Fyysinen kasvu ja motorinen kehitys

Kehityksen fyysisestä osa-alueesta puhuttaessa tarkoitetaan fyysistä kasvua ja motorista kehitystä. Muutoksia, jotka tapahtuvat perimän ja kypsymisen kautta, kutsutaan kasvuksi. Motorinen kehitys tarkoittaa lihasten hallinnan ja liikkumisen kehittymistä. Motoriikka jakautuu karkeamotoriikkaan ja hienomotoriikkaan. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 31.)

### 4.1.1 Kouluikäinen

Kouluikäisen kasvu on hyvin tasaista verrattuna alle kouluikäisen tai nuoruusiän kehityspyrähdykseen. Vuodessa kouluikäinen kasvaa pituutta noin 5–7 senttimetriä. Tytöt kehittyvät fyysisesti poikia nopeammin ja ovat keskimääräisesti poikia pidempiä ja painavampia. Myöhemmin murrosiän alussa tapahtuva kasvupyrähdys on myös tytöillä aikaisempaa. Kouluikäisellä lapselle kehittyy lihaksia ja voimaa. Pojat menestyvät tyttöjä paremmin lihasvoimaa ja -kestävyyttä sekä nopeutta vaativissa suorituksissa. Tytöt taas menestyvät paremmin tasapainoa ja ketteryyttä vaativissa suorituksissa. Kouluikäisillä on kuitenkin havaittavissa erityisen suuria yksilöllisiä eroja. Pituuserot voivat olla tyttöjen ja poikien kesken kymmeniä senttimetrejä. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 134.)

Motorinen kehitys kattaa lapsen vartalon ja sen osien toiminnalliset muutokset. Lihasten koordinaation kehittyminen on kouluikäisen tärkein karkeamotoriikan kehitysmuutos. Lapset oppivat kouluikäisessä monia uusia motorisia taitoja ja nauttivat niistä: uinti, rullalautailu ja -luistelu, lumilautailu ja baletti kiinnostavat monia kouluikäisiä. Pojat käyttävät tyttöjä enemmän aikaa fyysiseen toimintaan, joka herättää kysymyksen ovatko pojat fyysisesti taitavampia kuin tytöt. Fyysinen kunto kehittyy tytöillä aikaisemmassa ikävaiheessa kuin pojilla. Pojat kehittyvät hitaammin ja heidän kestävyytensä ja voimansa paranevat aina aikuisiän kynnykselle saakka. Poikien käsivarsilihaksien maksimivoimat alkavat parantua huomattavasti 12. ikävuoden jälkeen. Tytöt ja pojat ovat yhtä taitavia liikunnassa, josta molemmat ryhmät pitävät. Tärkeää on, että tytöt sekä pojat osallistuvat tässä kehityksen vaiheessa monenlaiseen fyysiseen toimintaan ja saisivat näin mahdollisuuden harrastaa monipuolisesti eri lajeja yhdessä muiden kanssa. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 134–135.)

Huomattavaa kehitystä tapahtuu hienomotoriikassa kouluikäisillä. Tietokoneen näppäimistön käyttö ja tekstiviestien lähettäminen sujuvat kätevästi ja nopeasti. Myös piirtämistäidot kehittyvät. Kouluuntulijan tulee osata napittaa vaatteensa ja solmia kengännauhansa. Lähes aikuisen tason hienomotoriikka on saavuttanut noin 11–12 vuoden iässä. Aivojen myeliinin lisääntyminen vaikuttaa hienomotoriikan kehitykseen. ”Myeliini on rasvatuppi, joka ympäröi hermosoluja”. Myeliinin ansiosta hermosolujen väliset hermoimpulssit siirtyvät nopeammin ja motorinen koordinaatio parantuu. Suurin osa myelinisoitumisesta tapahtuu jo ennen kymmentä ikävuotta. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 135.)

Fyysiseen kasvuun vaikuttavia tekijöitä ovat geneettiset tekijät, ravitsemus ja lapsen yleinen terveydentila. Terveellinen ravitsemus ja yleisestä terveydestä huolehtiminen on fyysisen kasvun turvaaja. (Nurmi ym. 2006, 72.) Lasten ylipaino on maailmanlaajuisesti yleistynyt. Suomalaisten lasten ylipainoisuus on yleisempää verrattuna muihin Pohjoismaihin. Pojista ylipainoisia on 26 prosenttia ja tytöistä 21 prosenttia. (ESS 2014.) Ylipainoisista tai lihavista lapsista ja nuorista tulee todennäköisesti myös aikuisena ylipainoisia ja lihavia. Erityisiä huolenaiheita Maailman terveysjärjestön (WHO) mukaan ovat lasten ja nuorten epäterveellinen ruokavalio, riittämätön liikunta ja huono energiatasapaino. Sen lisäksi ylipainoon liittyy paljon terveyshaittoja ja sosiaalisia haittoja. Lasten ja nuorten elämäntavat ovat muuttuneet ja he liikkuvat vähemmän kuin aikaisemmin. Koululaisten fyysinen kunto on heikentynyt viimeisten 25 vuoden aikana ja heikkenemistä on havaittu erityisesti pojilla. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 135.)

#### 4.1.2 Nuori

Varhais- ja keskinuoruudessa tapahtuvat nuoruusiän suurimmat fyysiset muutokset. Murrosiästä käytetään sanaa puberteetti, biologisen kehityksen näkökulmasta. Sukupuolirauhasiin vaikuttava hormonien erityis lisääntyy ja kasvuhormonin erityis muuttuu murrosiän alkaessa. Nuori kasvaa fyysisesti yhtä nopeasti kuin varhaislapsuudessa ja kehittyy vähitellen sukukypsäksi naiseksi tai mieheksi. Murrosiän alkaminen on hieman aikaistunut viime vuosisadan aikana. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 167.)

Kasvupyrahdyks kestää joitakin vuosia ja se kuuluu murrosikään. Tytöillä pituuskasvun nopein vaihe alkaa aikaisemmin kuin pojilla. Pojat kuitenkin kasvavat tyttöjä pidemmiksi, koska heidän fyysinen kasvunsa tapahtuu pidemmällä aikavälillä. Pojille kasvaa myös enemmän lihasmassaa kuin tytöille. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 167.)

Hormonaaliset muutokset alkavat kehittää nuorta kohti aikuisuutta. Tytöillä alkaa kehittyä rintarauhaset, rinnat ja kohtu. Sukupuolielimet kasvavat, lantio pyöristyy ja paino myös lisääntyy tytöillä. Keskimäärin kuukautiset alkavat 13. ikävuoden tienoilla tytöillä ja ne saattavat olla epäsäännölliset eikä munasolun irtoamista tapahdu ensimmäisten kuukautisten aikana. Tyttöjen sukukypsyys saavutetaan vähitellen. Poikien murrosikään kuuluvat kivesten ja peniksen kehittyminen, siemensyöksyjen alkaminen, ihokarvoituksen lisääntyminen, parrankasvun alkaminen ja äänenmurros. Pojat saavuttavat sukukypsyyden heti siemensyöksyjen alettua. Murrosiän aikana kainalo- ja häpykarvoitus kehittyy ja hieneritys lisääntyy sekä tytöillä että pojilla. Talinerityksen lisääntymisen vuoksi, monet nuoret kärsivät aknesta. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 168.)

Lapsuuden aikana nuorelle on muodostunut fyysinen omakuva eli käsitys siitä, miltä hän näyttää ja miten hänen kehonsa toimii. Aluksi oman kehon

muuttuminen ja heräävät seksuaaliset tarpeet, saattavat tuntua hämmäntäviltä, ja tuntemukset voivat vaihdella häpeästä itseihasteluun. Muuttuvaa ulkomuotoa ja seksuaalisesti toimivaa kehoa, nuori alkaa yhdistää osaksi aiempaa käsitystä itsestään. Myöhemmin kypsyvillä nuorilla muutokset saattavat olla enemmän odotettuja ja siten vähemmän hämmäntäviä. Kehon kehityksen seuraaminen on nuorelle normaalia. Nuori pohtii, kehonsa seksuaalisten puolien normaaliutta. Nuoret ovat usein tyytymättömiä omaan ulkomuotoonsa. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 168.)

Kokemus itsestä muodostuu oman ulkomuodon kautta. Kasvaminen naiseksi ja mieheksi ei ole pelkästään fyysistä kehitystä vaan myös persoonallisuuden kehitystä. Nuori saattaa haluta olla vielä tyttö tai poika eikä koe tai halua kokea itseään vielä naiseksi tai mieheksi. Minäkuvaan ja itsekäsitykseen kuuluu suhde omaan kehoon. Se, miten nuori kokee ulkomuotonsa, vaikuttaa nuoren itsetuntoon joko myönteisesti tai kielteisesti. Oman kehon kypsytyksen tai oman fyysisen vetovoiman kokemus on osa identiteetin kehitystä. Seksuaalisuus kiinnostaa ja hämmäntää samaan aikaan. Sosiaalinen ulottuvuus liittyy psyykkisen ja fyysisen ulottuvuuden rinnalla seksuaalisuuteen. Tärkeintä on, että nuori saa kohdata seksuaalisuutensa omalla tavallaan ollessaan itse siihen valmis. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 168.)

#### 4.2 Psyykkinen kehitys

Psyykkiseen kehitykseen viittaa mielensisäiset toiminnot. Psyykkisiä perustoimintoja ovat tietoisuus, aistiminen, havaitseminen, tunteet, ajattelu, muisti ja oppiminen. Näitä ilmiöitä voidaan tarkastella yksilön sisäisinä toimintoina. Psyykkiset toiminnot kehittyvät, kun yksilö toimii suhteessa ympäristöönsä. Psyykkinen kehitys on monimuotoista ja se jaetaan usein kognitiiviseen kehitykseen, persoonallisuuden kehitykseen ja motivationaalisiin toimintoihin. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 31.)

Kognitiivinen kehitys on havaitsemista, ajattelua, kielen, muistin ja oppimisen kehitystä. Havaitseminen on sitä, kun ihminen liittyy aistiensa kautta ympäristöönsä. Havaintojen muodostaminen on monimutkainen prosessi. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 31–33.)

Ihmisen kehittyminen omaksi ainutlaatuiseksi yksilökseen ja sosiaalistuminen yhteisön jäseneksi, liittyy persoonallisuuden kehitykseen. Persoonallisuuden kehitykseen liittyy myös vahvasti minän tunto ja minäkäsitys. Kokonaisvaltainen itsen kokeminen eli minän tunto käsittää laaja-alaiset aistitunnot ja fyysis-psyykkiset kokemukset itsestä. Se kuuluu siihen identiteetin puoleen, joka toimii ilman tietoista ponnistelua. ”Minän tunto rakentuu kokemuksellisesti, aktiivisessa fyysisessä, psyykkisessä ja sosiaalisessa toiminnassa”. Ihminen on tietoinen olemassa olostaan, kun hän näkee, kuulee, puhuu, tuntee nälkää ja väsymystä, maistelee ja koskettelee.



Minäkäsitys kattaa ihmisen tietoisien käsityksen itsestään eli kaikki ne puolet, jotka ihminen tietoisesti liittää itseensä kuuluviksi. Minäkäsityksessä erotetaan kaksi puolta: minäkäsityksen pohja eli laaja-alainen, aisti-kokemuksellinen minä sekä minäkäsityksen toinen puoli, kyky tarkastella ja pohtia minuuden kokemuksia. Kyky tarkastella itseään eli reflektiivinen kyky, kuvaa prosessia, jossa ihminen pohdiskelee tuntojaan ja kokemuksiaan. Tietoinen minäkäsitys eli identiteetti muodostuu myös reflektiivisyyden kautta. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 33–34.)

Motivationalisiin toimintoihin kuuluvat motiivit ja emootiot. Motiivi ohjaa toimintaa, johon vaikuttavat sisäiset vaikuttimet, kuten halu, tarve tai toive. Tällaisia ovat esimerkiksi onnistumisen kokemusten saaminen, uteliaisuus ja vallan halu. Tunteet eli emootiot ovat käsitteenä tunteenomaisia kokemuksia ja elämyksiä, kuten iloa, surua ja pelkoa. Emootioita pidetään laajimmillaan mielihyvän- tai mielihänsävyisinä psyykkisinä tiloina. Perusominaisuuksia emootioissa ovat tunnesävy, voimakkuus ja kesto. Kokonaispersoonallisuuden kehityksen osia ovat motiivien ja tunteiden kehitys. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 34–35.)

#### 4.2.1 Kouluikäinen

Kouluiän kynnyksellä lapsi oppii erottamaan mielikuvituksen ja todellisuuden paremmin toisistaan. Lapsi tarvitsee vielä kuitenkin mielikuvitustaan ja sille aineistoa. Lapsi tarvitsee aikaa ja mahdollisuuksia leikkeihin, kuten roolileikkeihin. Koululaiselle erilaiset sääntöleikit, pelit ja ryhmäleikit tulevat yhä tärkeämmiksi. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 136.)

Lapsen kerronta kehittyy huomattavasti, jolloin siitä tulee loogisempaa ja ymmärrettävämpää. Puhe saattaa olla hieman joustamatonta, mutta sanavarasto on kehittynyt hyvin kouluikään mennessä. Lapsi ymmärtää sananlaskut konkreettisesti. Lapsen on aluksi vaikea ymmärtää abstrakteja sanoja ja erilaisia merkityksiä saavia sanoja. Käsitteiden ymmärtäminen kehittyy vähitellen. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 136–137.)

Koulussa lapsi oppii lukemaan ja kirjoittamaan. Lukemaan oppiminen avaa lapselle uudenlaisen tiedon maailman ja vapauden ottaa itse asioista selvää. Lapsen kyky pitkäjänteiseen työskentelyyn ja ohjeiden noudattamiseen kehittyy. Vähitellen lapsi oppii tekemään tehtäviä itsenäisesti. Psyykinen itsesäätely tarkoittaa kykyä säädellä omaa toimintaansa, jonka lapsi pian oppii. Kehittynyt itsesäätely motivoi lasta ja auttaa oppimista. Lasten toiminnassa näkyy itsesäätely, kun he asettavat itselleen tavoitteita, tekevät arvioita omasta toiminnastaan ja suoriutumisestaan sekä säätelevät omia tunteitaan. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 139–140.)

Lapsi on kouluikänsä toimelias. Lapsi hahmottaa maailmaa eri tavalla kuin ennen, koska hän on oppinut uusia kykyjä pohtia ja päätellä asioita. Lapsi oppii muodostamaan omia mielipiteitä, lukemaan oppimisen kautta. Lapsi voi lukea asioista, jotka häntä kiinnostavat eikä hän ole riippuvainen enää

siitä, mitä aikuiset hänelle kertovat. Uusi tieto on lapsista kiehtovaa, mutta se voi myös pelottaa tai ahdistaa. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 140.)

Operationaalinen ajattelu kehittyy, jolloin lapsi käyttää ajattelussaan organisoituja ja loogisia ajattelumalleja eli operaatioita. Lapsen mielessä tehdyt päättelyt ja loogiset operaatiot eivät aina onnistu, vaan vaativat havaintomateriaaleja ja konkreettisia välineitä. Lapsi ymmärtää paremmin syysuhteita ja kykenee päättelemään laadullisesti eri tavoin. Lapsi jäsentee myös asioita varmemmin kuin ennen. Lapsi luokittelee asioita ja peruslaskutaidot kehittyvät. Kouluiässä lapsi käyttää ongelmatilanteissa mieluummin kokeilua ja yrityksen ja erehdyksen menetelmää kuin lakien ja periaatteiden menetelmää. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 140—141.)

Piaget'n mukaan ratkaiseva käänne ajattelussa tapahtuu seitsemän vuoden iässä. Tätä ajattelun kehitysvaihetta kutsutaan konkreettisten operaatioiden vaiheeksi. Tässä vaiheessa lapsi pystyy tekemään päätelmiä muistin ja mielikuvituksen varassa. "Lapsen kehityksessä on vaikea erotella toisistaan kehityksen eri alueilla tapahtuvia muutoksia, koska ne heijastuvat kokonaisvaltaisesti lapsen kehitykseen." (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 143.)

Lapsi on aktiivinen ja toimelias, ja hänellä on paljon harrastuksia ja omia kiinnostuksen kohteita. Lapsi suuntautuu kouluiässä yhä enemmän kodin ulkopuolisiin toimintoihin ja ihmissuhteisiin. Vanhemmilla on suuri rooli siinä, kuinka lapsi saa harjoittaa kykyjään ja taitojaan. Harrastamisen lähtökohtana, tulee olla lapsen oma kiinnostus harrastusta kohtaan. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 145.)

Persoonallisuus kehittyy kouluiässä ja tärkeimpiä teemoja ovat laajeneva peilisuhde maailmaan, aktiivisuus, toimeliaisuus ja tuotteliaisuus sekä kasvava kyky kertoa itsestään ja rakentaa käsitystä itsestään ja maailmasta kertomusten kautta. Lapsi hahmottaa vähitellen omia persoonallisuuden piirteitään ja oppii, että jokainen yksilö on erilainen. Minäkäsitys ja itsetunto alkavat kehittyä lapsella. Lapsi saa koulusta oppimishaasteita ja ne vaikuttavat minäkäsitykseen. Lapsi oppii koulussa, millaisissa asioissa hän on hyvä. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 146—147.)

Lapsen kyky ilmaista tunteita kehittyy kouluiässä ja hän oppii nimeämään niitä varmemmin. Lapsi opettelee myös pettymysten sietämistä. Vastoinkäymisien sietämistä, auttaa tunteiden nimeämisen oppiminen. Kouluikäinen tarvitsee tilanteita, jossa voi opetella epäonnistumisia ja virheiden tekemistä. Hän tarvitsee myös tilanteita, joissa hän voi kokea onnistumista. Realistinen ja positiivinen minäkäsitys sallii itselleen myös virheitä ja vaikeasti hyväksyttäviä asioita. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 148.)

#### 4.2.2 Nuori

Motivoituneisuuden vaikuttaa nuoren tunteet ja tuntemukset sekä kiinnostuksen kohteet. Nuoren toiminta on hyvin korostunutta ja nuoren tapa ilmaista itseään, saattaa olla raju ja ristiriitainen. Toiveet ja haaveet sekä epävarmuus ja pelot ovat ristiriitojen taustalla. Nuori kyseenalaistaa aiemmin opittuja asioita ja hän rakentaa omaa ajattelumaailmaansa. Nuori tekee ymmärrettäväksi sitä, mitä hän on aiemmin oppinut, ja suuntautuu sen pohjalta tulevaan. Ongelmanratkaisutaidot kehittyvät kriittisen arvioinnin ja kyseenalaistamisen myötä. Kriittisyys kertoo vain siitä, että nuori harjoittaa itsenäistä ajattelua. Nuori on altis uusille asioille ja erilaiset aatevirtauksset ja ideologiat kiinnostavat. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 169.)

Nuoruuden egosentrismi eli minäkeskeisyys tarkoittaa sitä, että nuoren maailmankuva keskittyy vahvasti oman itsen ympärille. Nuori miettiikin, mitä muut ajattelevat hänestä. Nuori on kriittinen auktoriteetteja kohtaan. Nuoren on vaikea kestää kritiikkiä ja hän löytää toisista paljon vikoja. Nuoret olettavat, että muut kiinnittävät heihin huomiota. Nuori ajattelee muiden tarkastelevan häntä ja hänen toimintaansa. Nuoruuden toisessa ajattelunpiirteessä nimeltään henkilötarina, nuori olettaa kokemuksiansa olevan ainutlaatuisia ja vain hänelle tapahtuvia. Nuori olettaa onnettomien asioiden tapahtuvan vain hänelle. Nuori myös kokee, että kukaan ei ymmärrä häntä. Nuori kokeilee myös rajojaan ja kuvittelee, että vaarat eivät koske häntä. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 170.)

Muodollisten operaatioiden vaihe sijoittuu nuoruusikään. Se on Piaget'n ajattelun kehitysteorian neljäs ja ylin vaihe, jossa nuori kykenee abstraktiin ajatteluun. Hypoteettinen päättely kehittyy eli nuori pystyy tekemään oletuksia siitä, mitkä asiat johtavat mihinkin. Deduktiivinen päättely kehittyy eli nuori pystyy tekemään johtopäätöksiä ilmiöistä. Nuoren ongelmanratkaisutaidot kehittyvät näiden ansiosta huomattavasti. Nuori pystyy omaksumaan abstraktit ajattelumallit ja verbalisoimaan toimintaansa ja ajatteluaan. Nuorta kiinnostavat olemassaolon kysymykset. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 170–171.)

Lapsuuden aikana kehittyneet käsitykset itsestä muokkautuvat ja rakentuvat nuoruudessa. Kehityshaasteet ovat mullistavia nuoruudessa. Elämän merkityksen ja oman paikkansa etsiminen kuuluu nuoruuteen. Nuoruuden kehityshaasteina ovat yksilöllisyyden ja erillisyyden löytäminen. Nuori opettelee selviytymään entistä itsenäisemmin ja etsii erillisyyttä vanhemmistaan. Nuoren etsiessä yksilöllisyyttään ja erillisyyttään, hän samalla rakentaa tuntoa itsestään ja muodostaa käsitystä siitä, kuka hän on. Persoonallisuuden kehitys nuoruudessa on identiteetin etsimistä. Identiteetti-termi tarkoittaa yksilön kokemaa jatkuvaa samankaltaisuuden tunnetta itseään kohtaan sekä ainutlaatuisuuden ja erilaisuuden kokemusta suhteessa toisiin. Identiteetti voi olla persoonallista identiteettiä tai sosiaalista identiteettiä. Persoonallinen identiteetti viittaa yksilöllisesti koettavaan ajallisesti jatkuvaan samanlaisuuteen ja ainutlaatuisuuteen. Sosiaalinen

identiteetti viittaa samaistumiseen johonkin ryhmään, kuten harrastus- tai ystäväryhmään, josta tulee tärkeä osa yksilön kokonaisidentiteettiä. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 172.)

Nuoruudessa Erikosonin teorian mukaan on tavoitteena saavuttaa eheytyneyt minä-identiteetti. Nuori työstää minuuteen liittyviä kysymyksiä, kuten seksuaali-identiteettiä sekä ideologista ja ammatillista identiteettiä. Nuoren rakkaus on usein kaukorakkautta tai ystävyteen perustuvaa rakkautta, joka auttaa häntä peilaamaan omaa rooliaan parisuhteen toisena osapuolena. Nuoret ovat kriittisiä vallitsevaa kulttuuria ja aikuisten elämäntapoja kohtaan. Omien ideologioiden kehittäminen ja halu parantaa yhteiskuntaa ovat tyypillistä nuorille. Nuorena läpikäydyn kriisin kautta ihminen saavuttaa kyvyn uskollisuuteen eli kyvyn säilyttää läheiset merkittävät suhteet. Kehitysvaiheen vaarana on roolidiffuusio eli identiteettirollien hajaantuminen, jolloin nuori ei tiedä, kuka ja mitä hänen oikeastaan pitäisi olla. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 172–173.)

### 4.3 Sosiaalinen kehitys

Sosiaalisella kehityksellä tarkoitetaan sitä, että yksilö kehittyy erilaisten ryhmien ja sosiaalisten yhteisöjen jäseneksi. Kehityksen kuluessa sosiaaliset suhteet muuttuvat ja laajenevat. Ihmisillä on synnynnäinen tarve liittyä muihin ihmisiin. Kehityksen varhaisvaiheessa yksilö tarvitsee muita sekä fyysisesti että psyykkisesti säilyäkseen hengissä. Tulevat ihmissuhteet perustuvat varhaisiin vuorovaikutustilanteisiin ja kiintymyssuhteisiin. Varhaislapsuudessa lapsi tulee osaksi ympäristöä ja omaksuu kokemuksellisen tiedon siitä, että elää maailmassa muiden kanssa. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 35–36.)

Ihmisen sosiaaliseen kehitykseen vaikuttaa vallitseva kulttuuri ja sen historia. Vanhempien kautta lapsi saa ensimmäisen epäsuoran kulttuuriperustan. Kulttuurin merkitys korostuu myöhemmin yksilön kehityksessä. Sosialisatioprosessi tarkoittaa sitä, että yksilö sisäistää yhteisön vallitsevat tiedot ja tavat sekä arvot, normit ja asenteet. Ihminen osallistuu yhteisöönsä vähitellen ja näin sosiaalistuu. Sosiaaliset roolit eli yksilön omaksumat toimintamuodot tietyissä sosiaalisissa tilanteissa, auttavat yksilöä toimimaan erilaisesti työpaikalla tai ystävien kanssa. Näin yksilö suoriutuu erilaisista rooliodotuksista ja hän saa sosiaalisissa tilanteissa oikeuksia ja velvollisuuksia, jotka säätelevät hänen toimintaansa ryhmässä. Sosiaalisessa toiminnassa tulee ottaa toiset huomioon. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 36.)

Sosiaalisen kehityksen kautta ihminen tulee tietoiseksi omasta erillisyydestään ja samalla tarpeestaan liittyä muihin. Minäkäsityksen perusta on sosiaalisessa toiminnassa, jolloin yksilö pohtii itsen liitettyjä ajatuksia, käsityksiä ja arviointeja. Vuorovaikuttaminen toisten kanssa, auttaa yksilöä kokemaan itsensä määrättyllä tavalla ja saamaan palautetta ja uusia kokemuksia toisten kanssa olemisesta. Sosiaalinen minuus eli millaisia olemme muiden seurassa, kehittyy vuorovaikutussuhteissa muihin ihmisiin, jolloin

vahvistamme ja muokkaamme tuntoa itsestämme. Ihminen kehittyy ”sosiaalisten peilien” kautta. ”Psykologiassa käytettävät käsitteet psykososiaalinen ja sosioemotionaalinen korostavat, että sisäinen maailma ja sosiaalinen elämä ovat kietoutuneina toisiinsa.” Vastuullisuus ja moraalinen miinus liittyvät väistämättä sosiaalisiin tilanteisiin ja vuorovaikutussuhteisiin. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 36–37.)

#### 4.3.1 Kouluikäinen

Kouluiässä lapsen sosiaaliset suhteet laajenevat ja lapsi viettää enemmän aikaa ystäviensä ja koulutovereidensa kanssa. Kouluikäinen pitää tärkeänä sitä, miten vertaiset suhtautuvat häneen ja miten he itse ymmärtävät toisiltaan saamaansa palautetta. Henkilöhavaitsemiseen eli sosiaaliseen havaitsemiseen liittyy se, miten toisten ajatukset, tunteet ja käyttäytyminen vaikuttavat yksilöön. Henkilöhavaitsemiseen liittyy myös erityisesti se, miten yksilö havaitsee ja tulkitsee toisten ihmisten käyttäytymistä, kuten puhetta tai ilmeitä ja eleitä. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 154.)

Lapsen siirtyessä kouluun, sosiaalisten taitojen merkitys muuttuu yhä tärkeämmäksi. Vaikeuksista kärsivät lapset jäävät usein syrjään ryhmässä. Sosiaalinen toiminta vakiintuu kouluikäisillä kuitenkin pian. Poikien aggressiivisuus vähenee kouluiässä, koska he eivät pidä sitä enää yhtä hyväksyttävänä kuin aikaisemmin. Poikien aggressiivisuus on lähinnä fyysistä ja tyttöjen lähinnä relationaalista eli vertaissuhteisiin liittyvää. Tytöille tyyppillistä on esimerkiksi toisen tytön sulkeminen pois leikeistä ja yhteisestä toiminnasta. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 155.)

Kouluiässä jatkuva aggressiivisuus ja siihen liittyvä empatian ja prososiaalisen käyttäytymisen puuttuminen, lisää riskiä myöhemmin käyttäytymis- ja sopeutumisongelmiin. Prososiaalinen käytös tarkoittaa sosiaalista vuorovaikutusta edistävää käyttäytymistä. Lapset, joilla on aggressiivista käyttäytymistä ja prososiaalisia taitoja, selviävät myöhemmin paremmin vaikeuksista kuin lapset, joilla nämä taidot ovat puutteelliset. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 155.)

Aggressiivinen toisia vahingoittava toiminta on yleensä merkki häiriöstä. Aggressiivisuudesta ei välttämättä kerro riidat vertaissuhteissa. Jos käyttäytymismalliksi alkaa vakiintua aggressiivinen ja toisia vahingoittava toiminta, toiset lapset alkavat helposti syrjiä aggressiivista lasta. Mikäli lapsella ei ole käytössään muita keinoja tai häneltä puuttuvat prososiaaliset keinot, syrjiminen voi olla erityisen suuri riski hänen kehitykselleen. Kysymys on siitä, kuinka lapsi hallitsee tunteitaan ja löytää toimivia ratkaisuja riitatilanteissa. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 156.)

Ystäväistä ja ystävydestä on paljon lapselle hyötyä. Ystävyys toimii sekä sosiaalisena että kognitiivisena voimavarana. Lapset käyvät paremmin kehityshaasteet ja kehityssiirtymät läpi, jos heillä on ystäviä. Ystävyydellä on

erilaisia tehtäviä: toveruus, virikkeet, fyysinen tuki, minäkäsityksen tukeminen, sosiaalinen vertailu ja tunnenerkitys. Ystävä on aina valmis keksimään yhteistä toimintaa ja antamaan aikaansa. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 156.)

Yksinäisyys voi olla aktiivista tai passiivista. Pohditaankin, pitäisikö lapsen yksinäisyyteen puuttua ajoissa. Aktiivisessa yksinäisyydessä lapsi saattaa valita yksin leikkimisen tai lapsi on ujo ja hiljainen tai nauttii omista mielikuvitusleikeistä. Passiivisessa yksinäisyydessä lapsi on surullinen, arka tai jopa depressiivinen, jolloin lapsi haluaisi leikkiä, mutta ei uskalla tehdä aloitetta. Yksinäisyys voi olla ongelma, mutta ei aina. Yksinäisyys voi kehittää myös luovuutta ja voimaa. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 157.)

Kouluikäisen lapsen kasvattaminen vaatii perheeltä erilaisia asioita kuin pienen lapsen kasvattaminen. Lapsen osallistuminen kotitöihin, itsenäisen tekemisen keksiminen ja kodin ulkopuolisista asioista huolehtiminen ovat uusia asioita. Lapsella on luja tahto selvitä ja osata asioita omin toimin, mutta on vielä riippuvainen vanhemmistaan. Suhde vanhempiin pysyy merkittävänä, mutta ei sisällä enää myrskyisiä tunteita ja ristiriitoja. Kouluikäinen on vielä lapsi, joten hänelle ei tule asettaa vielä liiallisia vaatimuksia. Lapsilähtöinen kasvatus on suojaava tekijä myöhemmiltä vaikeuksilta. Tähän kuuluu kiintymystä ja lämpöä, mutta myös sopivasti lapsen iän mukaisia rajoituksia ja odotuksia. Tällöin vanhempi myös osoittaa kiinnostusta lapsen elämään. Vanhempi tukee, rohkaisee ja kannustaa, eikä käytä ruumiillisia rangaistuksia. Tutkimukset ovat osoittaneet, että vaikka lapsella olisi aggressiivisuutta ja itsehillinnän puutetta, lapsilähtöinen kasvatus suojaaa lasta myöhemmiltä sosiaalisilta vaikeuksilta. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 160.)

Kyky empatiaan vaikuttaa lapsen moraaliarvojen kehittymiseen. Varhaisessa vuorovaikutuksessa syntyvät empatian juuret ja lapsen sosioemotionaalinen kehitys. Ne vaikuttavat paljon siihen, miten hän tekee moraalisia päätöksiä ja toimii niiden perusteella. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 160.)

#### 4.3.2 Nuori

Nuoruuden aikana tapahtuvat fyysiset ja psyykkiset muutokset vaikuttavat nuorten ihmissuhteisiin. Nuoret viihtyvät mieluummin ystäviensä kanssa ja suhde vanhempiin alkaa etäännyä. Nuorella on tarve itsenäisyyteen ja yksityisyyteen. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 181.)

Konfliktit lisääntyvät nuoren ja vanhempien välillä ja niillä on kaksi merkitystä: ne edistävät nuoren itsenäisyyden ja identiteetin kehittymistä ja kertovat muille perheenjäsenille nuoren muuttuvista tarpeista ja odotuksista. Nuoresta tulee jatkuvasti kriittisempi, koska hänen kognitiiviset taitonsa kehittyvät koko ajan. Aikuisten ajatukset ja mielipiteet saattavat nuorista tuntua vanhanaikaisilta. Riitoja tulee vapauksiin ja rajoihin liittyvistä kysymyksistä, kuten nuoren menoista, kotiintuloajoista tai päihteidenkäytöstä.

Nuoret kokevat, että aikuiset eivät ymmärrä heitä. Ystävien merkitys korostuu kokemusten jakajina. Vanhempien ja nuoren välinen suhde vaikuttaa suuresti nuoren hyvinvointiin. Nuori tarvitsee vielä vanhempiansa, vaikka antaa ymmärtää toista. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 181—182.)

Tytöt muodostavat tiiviitä vuorovaikutussuhteita pienissä ryhmissä, kun taas pojat viettävät aikaansa isommissa ryhmissä. Tyttöjen vuorovaikutussuhteille on ominaista emotionaalinen läheisyys, jota ilmentävät yhdessä viihtyminen, jutteleminen, uskoutuminen ja vastavuoroinen tukeminen. Pojat kilpailevat ja pelaavat sekä riitelevät usein koulu- ja urheilusuorituksesta. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 184.)

Nuoren kehitystehtäviin kuuluu itsenäistymisen lisäksi, liittyminen läheiseen ja vastavuoroiseen ihmissuhteeseen. Ihmissuhteilla harjoitellaan tullevia ihmissuhteita. Ystäviltä nuoret odottavat läheisyyttä, luottamusta ja vastavuoroista ymmärrystä. Nuoret oppivat ihmissuhteiden hoitamiseen ja säilyttämiseen tarvittavia taitoja, kuten empatiaa. Nuorten kehittyessä, he toivovat ystävyysuhteelta yhteisiä mielenkiinnon kohteita ja arvoja, vastavuoroisuutta, ajatusten ja tuntemusten jakamista ja kiinnostusta ystävän ajatus- ja kokemusmaailmaa kohtaan. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 185.)

Ystävyysuhteet voivat vaikuttaa nuoren hyvinvointiin myönteisesti tai kielteisesti. Nuoret voivat kokea ahdistusta tai masentuneisuutta vertaillessaan itseään ystäviinsä. Ystävyysuhteet voivat aiheuttaa paineita, että nuoren tulee toimia tietyllä tavalla, kuten pukeutumisessa. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 185—186.)

Medialla on suuri vaikutus nuoren käyttäytymiseen. Nuoret haluavat samaistua mediassa näkemiinsä hahmoihin, kuten sankareihin tai suosittuihin hahmoihin. Media suuntaa nuoren ajattelumaailmaa tiettyyn suuntaan. Median vaikutuksen ajatellaan olevan negatiivinen nuoreen. Media voi myös tukea kehitystä ja vaikuttaa erityisesti luku- ja kielitaitoon. Medianlukutaito onkin nykypäivänä tärkeä taito opeteltavaksi. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 186—190.)

#### 4.4 Kehityshäiriöt

”Kehitys on kehitystapahtumien ketju, jonka vaiheet ja aikataulu ovat yksilöllisiä”. Kehityshäiriöistä tai -viivästyistä voidaan puhua, jos kehitys poikkeaa merkittävästi tavanomaisesta. Ne voivat ilmetä kehityksen eri alueilla ja niiden laajuus voi vaihdella. Syyt kehityshäiriöihin voivat olla synnynnäisiä, perimään ja raskausaikaan liittyviä, synnytyksessä aiheutuneita tai syntymän jälkeisiin tekijöihin liittyviä. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 56.)

Yleensä kehityshäiriöt huomataan silloin, kun uusi odotettu taito ei ilmaannukaan ajallaan. Vaikeasta tai laajasta häiriöstä on kyse, jos kehityshäiriö ilmenee aikaisin. Kehityshäiriön havaitseminen mahdollisimman aikaisin

on tärkeää, jotta mahdollisimman tehokas kuntoutus voidaan käynnistää ajoissa. Kehitystä seurataan tiiviisti kahden ensimmäisen ikävuoden aikana. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 56.)

Varhaisessa vaiheessa helpommin havaittavissa on vaikeat fyysisen ja motorisen kehityksen ongelmat kuin psykososiaalisen tai kognitiivisen kehityksen ongelmat. Motoristen taitojen kehittymisen hitaus, liiallinen veltous ja jäykkyys, kertoo vaikeasta liikuntavammaisuudesta, kuten CP-vammasta. Ensimmäisiä oireita ilmaantuu jo ensimmäisinä ikäkuukausina ja useimmiten ne huomataan lääkärintarkastuksissa. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 56—57.)

Kognitiiviset kehityksen häiriöt ovat spesifejä häiriöitä, kuten havaintotoimintojen ja tarkkaavaisuuden häiriöitä sekä oppimisvaikeuksia tai laajalajaisia kognitiivisen kehityksen häiriöitä eli kehitysvammaa. Neuvolatar- kastuksissa erottuvat vaikeasti ja syvästi kehitysvammaiset lapset jo varhain. Lievästi kehitysvammaisten lasten kehityspoikkeamat havaitaan vasta leikki-iässä, koska he kehittyvät usein motorisilta taidoiltaan normaalisti. Päiväkodissa ja koulussa tulevat esille spesifit kognitiivisen kehityksen häiriöt, kuten hahmottamisen vaikeudet ja tarkkaavaisuuden häiriöt. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 57.)

Imeväisiässä on jo mahdollista arvioida ihmisen psykososiaalista kehitystä. Vuorovaikutustaitojen ja käyttäytymisen ongelmat sekä tunne-elämän häiriöt, pystytään havaitsemaan kommunikaatiotaitojen kehityksen myötä. Psykososiaalisten ongelmien alkuperä voi olla vaihteleva. Ongelmat voivat liittyä muihin kehityksellisiin häiriöihin. Lasten tarkkaavuus- ja ylivilkkaus- häiriö (ADHD) on neuropsykiatrinen häiriö, joka ilmenee usein myös sosiaalisen vuorovaikutuksen, tunne-elämän ja käyttäytymisen ongelmina. ADHD sisältää tarkkaavuuden ja keskittymisen ongelmia, impulsiivisuutta sekä ylivilkkautta. Se vaikuttaa lapsen ja hänen ympäristönsä elämään kokonaisvaltaisesti. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 57.)

Kielen kehityksen ja sosiaalisen vuorovaikutuksen erityisvaikeudet voivat aiheuttaa kehityshäiriöitä, jotka vaikeuttavat itsenäistä elämää, muihin liittymistä ja oppimista. Toisen ikävuoden aikana, pystytään vasta arvioimaan tarkasti kielen kehitystä, koska lapsen oletetaan tällöin oppivan sanoja ja puhetta. Erityisvaikeudet tulevat esiin puheen kehityksessä, jolloin puhe voi olla hidasta ja niukkaa, epäselvää tai erikoista. Dysfasiaan eli kielen kehityksen ongelmiin voi liittyä myös muita keskushermostoperäisiä kehityshäiriöitä, kuten motorista kypsymättömyyttä, hahmotushäiriöitä tai tarkkaavaisuusongelmia. Kielen kehityksen ongelmat ennakoivat usein myös oppimisvaikeuksia. Kokonaiskehityksen viivästymiseen voivat viitata puheen kehityksen viipyminen, huonot leikkitaidot tai jokapäiväisten taitojen puutteet. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 57—58.)

Varhaisesta lapsuudesta asti oleva poikkeava kehitys, kertoo laajasta kehityshäiriöstä. Laajat kehityshäiriöt ilmenevät ennen kuuden vuoden ikää ja



niihin liittyy keskushermoston biologisen kypsymisen ja psyykkisen kehityksen estymiä tai viivästymiä. Häiriössä yksilön vuorovaikutustavat poikkeavat tavanomaisesta. Kommunikaatio ja kiinnostuksen kohteet voivat poiketa vertaisryhmästä. Laajoihin kehityshäiriöihin liittyy yleensä myös jonkinasteista yleistä älyllisten toimintojen heikkenemistä sekä psyykkisiä ongelmia, kuten pelkoja ja ahdistusherkkyyttä. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 58.)

## 5 LASTEN JA NUORTEN TERVEYS JA HYVINVOINTI

Terveydellä tarkoitetaan fyysisen, sosiaalisen ja henkisen hyvinvoinnin tilaa. Terveydellä on laajempi merkitys, kuin pelkkä vaivan tai sairauden puute. Terveys on voimavara, jonka avulla eri hyvinvoinnin osatekijät ja hyvä elämä ylipäänsä voivat toteutua. Se on inhimillinen perusarvo ja välttämätön sosiaaliselle ja taloudelliselle kehitykselle. (Keskeisiä käsitteitä 2015.)

Hyvinvoinnilla tarkoitetaan kolmeen ulottuvuuteen jakautuvaa osatekijää, jotka ovat terveys, materiaallinen hyvinvointi ja koettu hyvinvointi ja elämänlaatu. Käsitteenä hyvinvointi viittaa suomen kielessä sekä yksilölliseen hyvinvointiin että yhteisötason hyvinvointiin. Yksilöllisen hyvinvoinnin osatekijöitä ovat sosiaaliset suhteet, itsensä toteuttaminen, onnellisuus ja sosiaalinen pääoma. (Keskeisiä käsitteitä 2015.)

### 5.1 Terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen

Terveyden edistämällä pyritään sairauksien ehkäisyyn, terveyden parantamiseen ja hyvinvoinnin lisäämiseen. Se tarkoittaa yksilöiden ja yhteisöjen terveydentilan parantamista, terveyden merkityksen korostamista, terveyden tukemista ja puolustamista sekä terveystarkastusten nostamista sekä yksilöiden, että viranomaisten tärkeinä pitämien asioiden huipulle. ”Tavoitteena on parantaa ihmisten mahdollisuuksia vaikuttaa omaan ja ympäristön terveyteen”. (Koistinen, Ruuskanen & Surakka 2009, 14.)

Lapsen fyysinen kasvu on nopeaa ensimmäisten elinvuosien aikana, jonka vuoksi on tärkeää seurata lapsen kehitystä hyvin tiheään. Seurannalla voidaan havaita ajoissa mahdolliset kasvun häiriöt ja tiettyinä herkkyyksikautena saavutettavien taitojen kehitysviiveet. Seuraamalla lapsen fyysistä terveyttä, voidaan havaita sairauksia ja rakenteellisia kehityspoikkeamia, joiden varhainen toteaminen parantaa ennustetta ja vähentää hoidon tarvetta. (Fyysinen terveys, kasvu ja kehitys 2015.)

Lapsen terveyttä ja hyvinvointia on mahdollista edistää ymmärtämällä lapsen tarpeita, tukemalla vanhemmuuden taitoja, tukemalla vanhempien jaksamista ja parantamalla terveystottumuksia. Vanhempien mahdolliset vakavat sairaudet tai ongelmat vaikuttavat lapsen kehitykseen, joten ne ovat tärkeä tunnistaa varhain. Vanhemmille tulee kertoa, mitä lapsi heiltä tarvitsee kehittyäkseen ja voidakseen hyvin. Lapsen tärkein kehitysympäristö on koti ja perhe, jossa lapsen hyvinvoinnin edellytykset muotoutuvat. Laajoissa terveystarkastuksissa pystytään keskittymään tähän kehitysympäristöön ja hyödyntämään tutkimustietoa vanhempien kanssa käytävässä keskustelussa. Perheen hyvinvointia arvioidaan laajassa terveystarkastuksessa, jossa otetaan huomioon vanhempien ja lasten näkemykset perheen terveydestä ja hyvinvoinnista, terveystottumuksista ja elämäntilanteeseen

liittyvistä voimavaroista. Huolen aiheet ja tuen tarve tulee myös arvioida. (Terveyden ja hyvinvoinnin arvio 2015.)

## 5.2 Kodin, koulun ja muiden sektoreiden merkitys terveyden edistämässä

Lasten ja nuorten terveyden edistäminen kuuluu kaikille sektoreille. Terveyden edistäminen tapahtuu areena-ajatteluna, joka määrittellään ihmisten arkipäivän toimintojen paikaksi tai sosiaalisesti kontekstiksi, jossa ympäristölliset, organisatoriset ja henkilökohtaiset tekijät ovat vuorovaikutuksessa vaikuttaen terveyteen ja hyvinvointiin. Arkipäivän areenoita voivat olla asuinyhteisö, päiväkotit, koulu, työpaikka ja perheen kotikunta. Nämä areenat voivat joko tukea tai vähentää lasten ja perheiden terveyttä ja hyvinvointia elämän eri vaiheissa. Lapsen kehitys ja hyvinvointi riippuvat perheen hyvinvoinnista, erityisesti vanhempien parisuhteesta ja vanhemmuuden laadusta. (Koistinen ym. 2009, 14–16.)

Kouluikä on erityisen tärkeä nuoren myöhemmän terveyden ja hyvinvoinnin kannalta. Lapsuudessa ja viimeistään murrosiässä luodaan elämälle suuntaa ja tehdään terveyttä koskevia elämäntapavalintoja. Nämä valinnat kantavat pitkälle aikuisuuteen. Kouluterveydenhoitaja toimii yhteistyössä koulun muun henkilökunnan kanssa taatakseen koululaiselle riittävät tiedot ja taidot, joiden pohjalta hän voi itse ylläpitää tai parantaa omaa terveyttään. Koululaisen hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä ovat muun muassa riittävä lepo ja liikunta, ruokailut ja ravitsemus sekä niiden yhteys jaksamiseen, turvallinen koulumatka ja iltapäivähoidon järjestäminen. Kouluikäisen terveyteen ja hyvinvointiin vaikuttavat myös koulun käynnin sujuminen, kaverisuhteet, harrastukset ja elämäntavat. (Koistinen ym. 2009, 111–112.)

Murrosikäisen terveysriskit ovat erilaiset kuin pienen kouluikäisen. Nuorta tulee kannustaa tiedostamaan oma terveydentilansa ja ottamaan vastuuta sen hoitamisesta. Nuorten terveydessä ja hyvinvoinnissa korostuvat terveysriskit, psyykinen hyvinvointi ja sosiaaliset suhteet. Nuoren kanssa tulisi keskustella päihteiden käytöstä, seksuaalisesta kehityksestä, seurustelusta ja tulevaisuudensuunnitelmista. (Koistinen ym. 2009, 112.)

## 6 ERITYSPEDAGOGIIKKA

Erityispedagogiikan keskeinen tavoite on löytää toimintarajoitteisten ja erityistukea tarvitsevien ihmisten auttamiseen soveltuvia teoreettisia lähestymistapoja, toimintamalleja ja käytänteitä. Yksiselitteistä määritelmää erityispedagogiikalle on hankala löytää. Erityisopetusta järjestetään oppilaille, jotka joku muu on määritellyt poikkeaviksi. Yhteiskunnat ja koulut joutuvatkin määrittelemään rajalinjan, jonka ylittävät teot nimetään poikkeavuudeksi. Nykyään toimintarajoitteisuus pyritään ymmärtämään tieteellisten ja erityisesti luonnontieteellisten metodien avulla, minkä vuoksi ilmiö on selitetty ihmisten fysiologisilla ja henkisillä puutteilla tai vioilla. ”Erityisoppilaiden luokittelussa ei ole yhteisesti sovittua kansainvälistä käytäntöä. Erityisopetuksen tarpeessa olevalla oppilaalla on yleensä erityisiä vaikeuksia ajattelussa, oppimisessa, keskittymisessä, käyttäytymisen kontrolloinnissa, puhekommunikaatiossa, kuulemisessa, näkemisessä, liikkumisessa tai fyysisen hyvinvoinnin ylläpitämisessä”. (Moberg, Hautamäki, Kivirauma, Lahtinen, Savolainen & Vehmas 2015, 12, 27, 49, 58, 68.)

Opetuksen lisäksi erityiskasvatukseen liittyy muita, varsinaisen opetuksen ulkopuolelle jääviä palveluja, jotka täydentävät kokonaiskuvaa erityiskasvatuksesta ja sen toimenpiteistä. Erityisoppilaat saavat kasvatuksellisia lisäpalveluja ja ammatillista yhteistyötä, kuten psykologin ja sosiaalityöntekijän ohjausta ja palveluita. Erityiskasvatukseen kuuluu myös erilaiset terapiat, joihin joudutaan turvautumaan. Terapioilla tarkoitetaan ulkopuolisten ammattilaisten toimenpiteitä, jotka tehdään johonkin erityistarpeeseen. Yleisimpiä ovat puheterapia, fysioterapia, psykoterapia, musiikkiterapia, työterapia ja taideterapia. Erityisopetuksen toisessa ääripäässä ei tarvita lainkaan terapiapalveluja ja toisessa ääripäässä taas terapiaa annetaan päivittäin. Erityisopetukseen voi myös vaikeimmissa tapauksissa kullua lääkinnälliset palvelut. (Moberg ym. 2015, 12, 27, 49, 58, 68.)

## 7 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää, kuinka luontolähtöiset menetelmät tukevat erityislasten ja -nuorten kasvua ja kehitystä, miten luontolähtöiset menetelmät edistävät erityislasten ja -nuorten terveyttä ja hyvinvointia sekä miten luonto toimii erityislasten ja -nuorten oppimisympäristönä.

Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa uutta tietoa luontolähtöisten menetelmien hyödyllisyydestä erityislapsille ja -nuorille Forssan seudulla. Tavoitteena on tuottaa uutta tietoa siitä, miten erityislasten ja -nuorten kasvua ja kehitystä voidaan tukea luonnon avulla, miten erityislasten ja -nuorten terveyttä ja hyvinvointia voidaan edistää luonnon avulla ja miten luonto toimii erityislasten ja -nuorten oppimisympäristönä.

Opinnäytetyön tutkimuskysymykset ovat seuraavat:

1. Miten luontolähtöiset menetelmät tukevat erityislasten ja -nuorten kasvua ja kehitystä?
2. Miten luontolähtöiset menetelmät edistävät erityislasten ja -nuorten terveyttä ja hyvinvointia?
3. Miten luonto toimii erityislasten ja -nuorten oppimisympäristönä?

## 8 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

Opinnäytetyö aloitettiin aiheenvalinnalla syksyllä 2015. Aiheen valintaan vaikutti kiinnostus lapsia ja nuoria sekä luontoa ja sen hyvinvointivaikutuksia kohtaan. Opinnäytetyön tekeminen alkoi opinnäytetyösuunnitelman laatimisella syksyllä 2015 ja se hyväksyttiin huhtikuussa 2016. Tämän jälkeen opinnäytetyölle haettiin tutkimuslupaa toimeksiantajakoulun eli Tölön koulun rehtorilta. Tutkimusluvan saatua, kutsut opinnäytetyöhön osallistumisesta ja saatekirjeet lähetettiin sähköpostitse Tölön koulun erityisopettajille. Yksilöhaastattelut sovittiin ja yhteensä kuusi haastattelua suoritettiin. Haastattelut toteutettiin viikkojen 19–22 aikana vuonna 2016.

Aineiston analysointi aloitettiin litteroimalla haastattelut kesäkuussa 2016. Sisällönanalyysi ja tutkimustulokset sekä tulosten ja opinnäytetyöprosessin pohdinta saatiin valmiiksi lokakuussa 2016. Opinnäytetyön viimeistely ja raportointi tapahtuivat marraskuussa 2016.

### 8.1 Kvalitatiivinen tutkimus

Opinnäytetyö on toteutettu kvalitatiivisesti eli laadullisesti. Opinnäytetyöhön valittiin kvalitatiivinen menetelmä, koska haluttiin tutkia erityisopettajien kokemuksia, tulkintoja, käsityksiä ja näkemyksiä luonnon vaikutuksista erityislapsiin- ja nuoriin. Luonnon vaikutuksista erityislapsiin ja -nuoriin on vielä vähän tutkittua tietoa, joten kvalitatiivinen tutkimus oli parempi tutkimusmenetelmä valitulle opinnäytetyöaiheelle. Opinnäytetyön aineistoista etsittiin samanlaisuuksia, joka on tyypillistä kvalitatiiviselle tutkimukselle. Opinnäytetyöhön osallistui kuusi erityisopettajaa, joka on kvalitatiiviselle tutkimukselle runsas osallistujamäärä. Tutkimukseen osallistuvien määrällä ei ole merkitystä, koska kvalitatiivinen lähestymistapa ei pyri yleistettävyyteen. Opinnäytetyön otantaan valittiin erityisopettajia, koska heillä oli monipuolista ja viikoittaista tietoa erityislusten ja -nuorten kasvusta ja kehityksestä. Kvalitatiivinen tutkimus pyrkii lisäämään ymmärrystä tutkimusilmiöstä ja se hakee teoreettista yleistettävyyttä. Opinnäytetyöaiheen tapauksessa, haettiin ymmärrystä luontolähtöisten menetelmien hyödyllisyydestä erityislapsille ja -nuorille. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 65–74, 110.)

Opinnäytetyössä käytettiin aineistonkeruumenetelmänä teemahaastattelua. Teemahaastattelulle tyypillistä ovat osallistujien samankaltaiset kokemukset, haastattelija on selvittänyt tutkittavan ilmiön kokonaisuuden, haastattelija kehittää haastattelurungon ja haastattelu suunnataan haastateltavien subjektiivisiin kokemuksiin, tutkijan ennalta analysoiduista tilanteista. Teemahaastattelulla voidaan tutkia kaikkia yksilön kokemuksia, ajatuksia, uskomuksia ja tunteita. Teemat ohjaavat haastattelua ja ne sisältävät oleellimmat asiat tutkittavasta ilmiöstä. Teemahaastattelu pyrkii saamaan haastateltavien mielipiteet julki. Ihmisten tulkintojen merkityk-

set syntyvät vuorovaikutuksessa, joten ihmisten tulkinnat asioista ja heidän asioille antamansa merkitykset ovat teemahaastattelussa keskeisiä. Teemahaastattelu on puolistrukturoitu, koska teema-alueet ovat kaikille samat. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 47–48.)

## 8.2 Aineiston analyysi

Aineisto analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä (Tuomi & Sarajärvi 2012, 108). Aineiston analyysi aloitettiin pelkistämällä, jota seurasi ryhmittely ja abstrahointi. Analyysin ensimmäisessä vaiheessa pyrittiin muodostamaan aineistosta kokonaisuus, lukemalla auki litteroidut haastattelut (n=6) muutamaan kertaan läpi. Litteroitua aineistoa oli yhteensä 82 sivua fonttikoolla 12 ja fontilla Calibri. Litteroinnit tulostettiin ja niistä alleviivattiin eri väreillä tutkimuskysymyksiin sopivia vastauksia. Tutkimuskysymyksiin sopivat vastaukset siirrettiin Word-tiedostoon mahdollisimman alkuperäisessä muodossa. Alkuperäisiä lainauksia käytiin vielä moneen kertaan läpi ja apuna käytettiin lihavoitua, kursivoitua ja alleviivausta eri tutkimuskysymyksiin sopivien vastauksien tunnistamisessa. Lihavoidut, kursivoidut ja alleviivatut lainaukset siirrettiin toisiin Word-tiedostoihin, jakautuen eri tutkimuskysymysten mukaan.

Lainaukset pelkistettiin jokaisessa tutkimuskysymyksessä. Pelkistyksistä etsittiin samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia. Samaa tarkoittavat pelkistykset ryhmiteltiin ja yhdistettiin alaluokaksi (n=26, n=29, n=45). Muodostetuille luokille annettiin sisältöä mahdollisimman monipuolisesti kuvaava nimi ja analyysiä jatkettiin yhdistämällä saman sisältöisiä alaluokkia yläluokiksi (n=7, n=7, n=12). Abstrahointia pyrittiin jatkamaan niin kauan kuin se oli aineiston sisällön kannalta mahdollista. Pääluokat muodostuivat tutkimuskysymyksiin mukaan, koska aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä käsitteitä yhdistellään ja näin saadaan vastaus tutkimuskysymyksiin. (Tuomi & Sarajärvi 2012, 108–112.) Analyysin kulkua havainnollistaa esimerkki yhden yläluokan muodostumisesta (Taulukko 2, 27).

Taulukko 2. Esimerkki aineistolähtöisestä sisällönanalyysistä yhden yläluokan osalta.

Lainaus	Pelkistys	Alaluokka	Yläluokka
"Pojat keräs kukkia..."	Lapset keräävät kukkia	Hienomotoriikka kehittyä luonnossa	Motoristen taitojen kehitys
"...syksyllä mentiin sieneen..."	Lapset käyvät opettajan kanssa sienestämässä		
"...marja-aikaan pääsee jonnekkin puolukka tai sieneen niin sitten niitä voi tuoda tänne kouluun ja tehdä vaikka kotitalous tunnilla niistä jotain."	Lapset käyvät opettajan kanssa marjastamassa ja sienestämässä Koulussa niistä tehdään ruokaa		
"...kerätään niin ku niitä risuja..."	Lapset keräävät risuja ja tekevät niistä käsitöitä		
"...me otetaan mettästä sellasia niin kun risuja, kuusesta oksia ja tehdään siitä naulakot, kuoritaan ja hiotaan ja katkaistaan ne sopivan mittasiksi, tulee sellanen naulakko..."	Lapset tekevät luonnonmateriaaleista käsitöitä		
"...luonnon materiaalia kiviä haetaan ja niitä maalataan..."			
"...sieltä voi etsiä luonnon materiaaleja, mitä voi hyödyntää vaikka sitten askartelussa tai kuvaamataidon töissä tai käsitöissä..."			
"...lumi on semmonen elementti että lapset tykkää siitä tehdä kuviksen tunnilla ja samaten käydään kuviksen tunnilla tekemässä maataidetta, käytetään mitä maasta löytyy, risuja, käpyjä, kiviä, ruohoo, oksia ja niistä tehdään taidetta..."	Lapset tekevät luonnonmateriaaleista taidetta		
"...semmosia teemoja ja on vaikka ravustettu ja sitten niitä on tuolla sitten valmistettu ruuaksi..."	Lapset ravustavat ja tekevät niistä ruokaa		
"...siellä kun on ne vuohet niin saa ainakin niitä lypsää tai on ainakin silloin saanut..."	Lapset saavat lypsää vuohia		
"...voidaan tehdä vaikka tiukuista joitain numeroita, mutta se materiaali on tässä kädessä..."	Luonnonmateriaali on lasten kädessä metsämätikan tunnilla	Karkeamotoriikka kehittyä luonnossa	
"...käveltiin ihan tässä puistossa..."	Lapset kävelevät lähipuistossa		
"...lähdettiin metsään retkelle ja lähdettiin koko päiväksi..."	Lapset retkeilevät metsässä		
"...pojat renkkuu puussa, jos siihen on mahdollisuus..."	Lapset renkkuvat puussa		

Jatkuu



## Jatkuu

"...jos olis vaikka metsikkö lähellä ja siellä olis kiviä ja muuta, et pystys sitä tasapainoa harjottamaan tai sit vois kiipeillä vähän puuhun, jossa saisi vähän sitä voimankäyttöä sillä lailla käyttää niin kun turvallisesti..."	Lapset voivat harjoitella tasapainoa ja voimankäyttöä turvallisesti metsässä		
"...sitten ihan voidaan kävellä ja etsiä erilaisia ilmiöitä, mitä sieltä luonnosta tulee..."	Lapset kävelevät luonnossa		
"...tietenkin fyysiseen, metsässä liikkumien vaatii vähän erilaista ponnistelua ku se että asfaltilla käveltäis..."	Metsässä liikkuminen vaatii enemmän ponnistelua		
"...luonnossa liikkuminen on semmosta kaikkia aisteja kehittävää ja motoriikkaa kehittävää..."	Luonnossa liikkuminen on motoriikkaa kehittävää		
"...laajentaa näiden lasten aisti maailmaa..."	Lasten aistit kehittyvät luonnossa	Sensomotoriikka kehittyi luonnossa	
"...laitetaan jotain herneitä ni niitä saa jopa syödä et ne tykkää syödä ne oppilaat siinä tulee moniaistillisuus — et se maistuukin hyvältä, kyl ne tykkää rouskuttaa niitä herneitä."	Lapset syövät kasvatamiaan herneitä ja käyttävät kaikkia aistejaan		
"...jos mä huomaan et peipponen laulaa ni sit mä pysäytän koko jengin ja sanon et kuunnelkaas tosi tarkasti ja sitten viellä näytänkin missä se on..."	Lapset oppivat luonnossa käyttämään kaikkia aistejaan		
"...tattimuhennosta ja syötiin hyvällä ruokahalulla."	Lapset oppivat käyttämään kaikkia aisteja		
"...luonnossa liikkuminen niin onhan se semmosta kaikkia aisteja kehittävää..."	Luonnossa lapsi voi kehittää kaikkia aistejaan		

## 9 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET

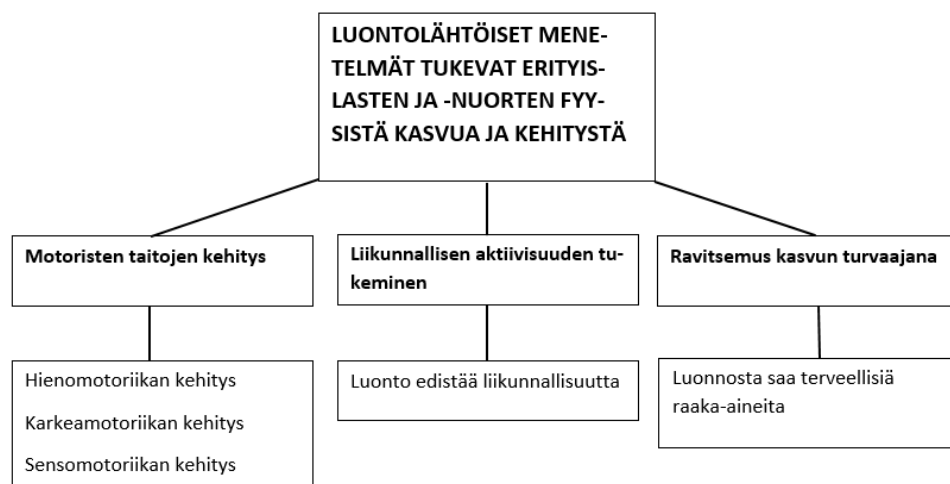
Ennen tutkimuksen aloittamista, asetettiin kaksi hypoteesia. Ensimmäinen hypoteesi oli, että luonto tukee erityislasten ja -nuorten kasvua ja kehitystä. Toinen hypoteesi oli, että luontolähtöisillä menetelmillä on terapeuttisia sekä terveyttä ja hyvinvointia edistäviä vaikutuksia erityislapsiin ja -nuoriin. Tutkimuksesta saadut tulokset vahvistavat ennen tutkimusta asetettuja hypoteeseja.

### 9.1 Luontolähtöiset menetelmät tukevat kasvua ja kehitystä

Koulussa käytettävät luontolähtöiset menetelmät tukevat erityislasten ja -nuorten kasvua ja kehitystä, opettajien haastatteluista saadun aineiston perusteella. Aineistosta tuli ilmi, että luontolähtöiset menetelmät tukevat erityislasten ja -nuorten kasvua ja kehitystä kokonaisvaltaisesti eli fyysisellä, psyykkisellä ja sosiaalisella osa-alueella. Teoriaosuuden neljännessä kappaleessa on käyty läpi, mitä on lapsen ja nuoren kasvu ja kehitys, ja mitkä tekijät vaikuttavat niihin. Haastatteluiden aineistoista muodostui pääluokiksi seuraavat: **luontolähtöiset menetelmät tukevat erityislasten ja -nuorten fyysistä kasvua ja kehitystä, luontolähtöiset menetelmät tukevat erityislasten ja -nuorten psyykkistä kehitystä sekä luontolähtöiset menetelmät tukevat erityislasten ja -nuorten sosiaalista kehitystä.**

#### 9.1.1 Fyysinen kasvu ja motorinen kehitys

**Luontolähtöiset menetelmät tukevat erityislasten ja -nuorten fyysistä kasvua ja kehitystä** kuvaa erityisopettajien haastatteluissa kertomia havaintoja, miten koulussa käytettävät luontolähtöiset menetelmät ovat heidän mielestään tukeneet erityislasten ja -nuorten fyysistä kasvua ja kehitystä (Kuvio 1, 30). Opettajien haastatteluista ilmeni, että koulussa käytettävät luontolähtöiset menetelmät tukevat erityislasten ja -nuorten fyysistä kasvua ja kehitystä **motoristen taitojen kehityksellä, liikunnallisen aktiivisuuden tukemisella ja terveellisellä ravitsemuksella, joka turvaa erityisoppilaiden terveen kasvun.**



Kuvio 1. Luontolähtöiset menetelmät tukevat erityislasten ja -nuorten fyysistä kasvua ja kehitystä.

**Motoristen taitojen kehitys** tarkoitti *hienomotoriikan, karkeamotoriikan ja sensomotoriikan kehitystä*. *Hienomotoriikan kehitys* ilmeni opettajien haastatteluista siten, että erityisoppilaat keräilevät kasveja koulun lähiympäristöstä. Erityisoppilaat keräävät myös materiaaleja luonnosta ja tekevät niistä käsitöitä ja taidetta. Erityisoppilaat hakevat luonnon raaka-aineita, kuten marjoja ja sieniä, ja tekevät niistä ruokaa ja syövät. Erityisoppilaat ovat saaneet lypsää myös vuohia eläintilalla. *Karkeamotoriikan kehitys* ilmeni siten, että opettajat kertoivat kävelevänsä erityisoppilaiden kanssa lähipuistossa ja metsässä. Metsässä erityisoppilaat voivat harjoittaa tasapainoa ja kiipeillä puihin. Luonnossa liikkuminen on kokonaisuudessaan erityisoppilaiden motoriikkaa kehittävää. *Sensomotorinen kehitys* ilmeni siten, että luonnossa liikkuminen kehittää erityisoppilaiden kaikkia aisteja ja heidän aistimaailmansa laajenevat luonnossa. Erityisoppilaat syövät myös kasvattamiaan herneitä tai valmistamiaan luonnon raaka-aineita, kuten sieniä ja marjoja, ja näin käyttävät kaikkia aistejaan.

*"...me otetaan metsästä risuja, kuusesta oksia ja tehdään siitä naulakot, kuoritaan ja hiotaan ja katkastaan ne sopivan mittaisiksi, tulee sellainen naulakko..."*

*"...luonnossa liikkuminen niin onhan se semmoista kaikkia aisteja kehittävää..."*

**Liikunnallisen aktiivisuuden tukeminen** tarkoitti, että *luonnossa olemisen edistää liikunnallisuutta*. *Luonnon liikunnallisuutta edistävä vaikutus* ilmeni opettajien haastatteluista siten, että luonnossa liikkuvat erityisoppilaat ovat liikunnallisempia kuin vähemmän luonnossa liikkuvat vertaisensa. Erityisoppilaat hyppivät, juoksevat ja liikkuvat luonnossa paljon. Eläintilalla kasvanut erityisoppilas on liikunnallisempi kuin vertaisensa.

*"...he ovat liikunnallisempia, motoriikka toimii..."*

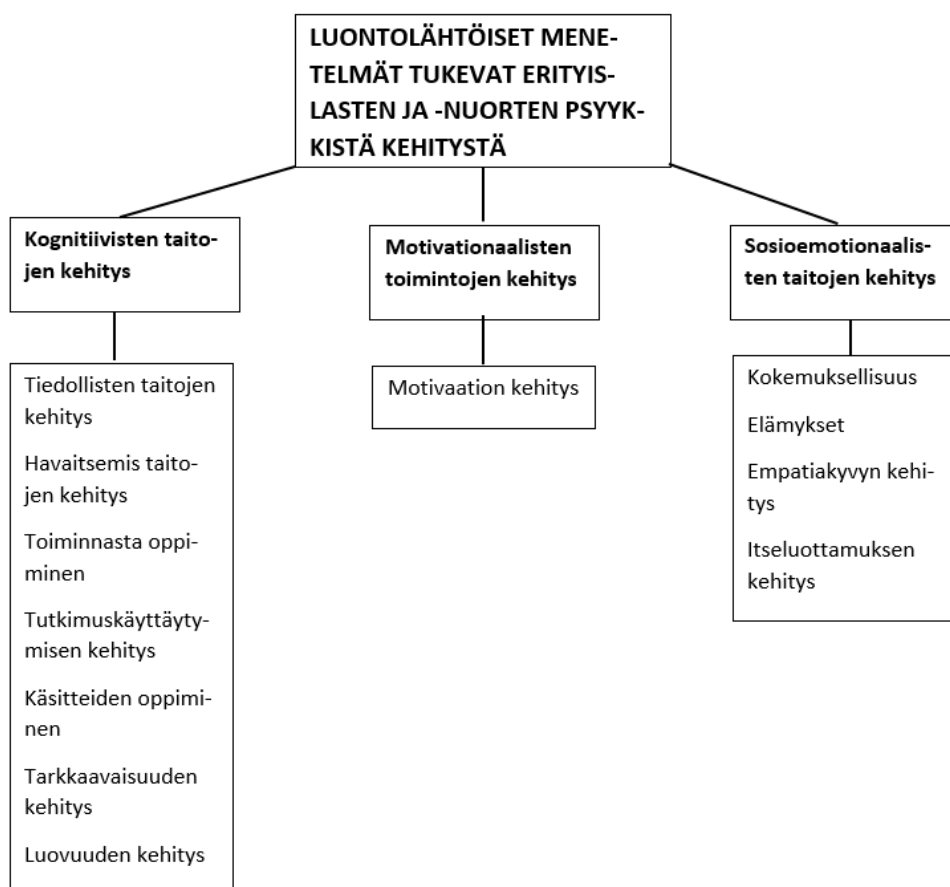
**Ravitsemus kasvun turvaajana** tarkoitti, että *luonnosta saadaan terveellistä ravintoa. Luonnosta saatavat terveelliset raaka-aineet* ilmenivät siten, että koulussa kasvatetaan syötäviä kasveja, kuten herneitä. Koulusta käydään myös marjastamassa, sienestämässä ja ravustamassa. Näistä luonnon raaka-aineista erityisoppilaat valmistavat koulussa ruokaa ja syövät.

*”...laitetaan jotain herneitä ni niitä saa jopa syödä et ne tykkää syödä ne oppilaat...”*

*”...otettiin parhaat lehtikuusen tatit ja mentiin kotitalouteen ja tehtiin siitä tattimuhennosta ja syötiin hyvällä ruokahalulla.”*

### 9.1.2 Psyykinen kehitys

**Luontolähtöiset menetelmät tukevat erityislasten ja -nuorten psyykkistä kehitystä** kuvaa erityisopettajien haastatteluissa kertomia havaintoja, miten koulussa käytettävät luontolähtöiset menetelmät ovat heidän mielestään tukeneet erityislasten ja -nuorten psyykkistä kehitystä (Kuvio 2.). Opettajien haastatteluista ilmeni, että koulussa käytettävät luontolähtöiset menetelmät tukevat erityislasten ja -nuorten psyykkistä kehitystä **kognitiivisten taitojen kehityksellä, motivationaalisten toimintojen kehityksellä ja sosioemotionaalisten taitojen kehityksellä.**



Kuvio 2. Luontolähtöiset menetelmät tukevat erityislasten ja -nuorten psyykkistä kehitystä.

**Kognitiivisten taitojen kehitys** tarkoitti *tiedollisten taitojen kehitystä, havaitsemistaitojen kehitystä, toiminnasta oppimista, tutkimuskäyttäjytymisen kehitystä, käsitteiden oppimista, tarkkaavaisuuden kehitystä ja luovuuden kehitystä*. Tiedollisten taitojen kehitys ilmeni opettajien haastattelusta siten, että erityisoppilaat voivat oppia luonnossa tiedollisia taitoja. Erityisoppilaat opiskelevat luonnon keskellä eri oppiaineita, kuten biologiaa, maantietoa, matematiikkaa ja historiaa. *Havaitsemistaitojen kehitys* ilmeni siten, että erityisoppilaat seuraavat eri vuodenaikojen vaihtelua koulun lähiympäristössä. Erityisoppilaat etsivät eri ilmiöitä luonnosta ja havainnoivat ympäristöä. Luonnossa oleminen, on erityisoppilaalle omaehtoista pakotonta havainnointia.

*Toiminnasta oppiminen* ilmeni siten, että erityisoppilaat laittavat herneitä kasvamaan koulussa ja oppivat itse toimimalla, mitä kasvu vaatii. Erityisoppilaat valmistavat luonnon raaka-aineista ruokaa ja tekevät luonnon materiaaleista käsitöitä, ja näin oppivat itse toimimalla. *Tutkimuskäyttäjytymisen kehitys* ilmeni siten, että erityisoppilaat tutkivat koulun lähiympäristöä, kuten ojanpientareita ja lammikoita. *Käsitteiden oppiminen* ilmeni siten, että erityisoppilaat voivat mennä biologian tai ympäristötiedon tunnilla, tunnistamaan puita ja niiden lehtiä. *Tarkkaavaisuuden kehitys* ilmeni siten, että luonnossa viihtyvät erityisoppilaat pystyvät keskittymään paremmin kuin vähemmän luonnossa viihtyvät vertaisensa. Erityisoppilaiden käydessä useammin luonnossa, he rauhoittuvat paremmin ja oppivat keskittymään luonnossa. *Luovuuden kehitys* ilmeni siten, että erityisoppilaista tulee kekseliäitä luonnossa.

*”...otti ongelma nuoria — vei niitä luonnon keskelle ja opetti niille tämmösiä sosiaalisia taitoja ja sit ihan tiedollisiakin...”*

*”...se on tavallaan oppilaalle tälläistä omaehtoista pakotonta havainnointia...”*

*”...he tutkivat ja kiertävät ojanpientareet ja katsovat ja keskustelelevat...”*

**Motivaationaalisten toimintojen kehitys** tarkoitti *motivaation kehitystä*. *Motivaation kehitys* ilmeni opettajien haastatteluista siten, että erityisoppilaat ovat kiinnostuneita luonnosta. Erityisoppilaiden kiinnostus eliölajeja kohtaan on sisäänrakennettua. Erityisoppilaita kiinnostavat kaikki mahdollinen luonnossa ja luonto varastaa hyvin heidän huomionsa. Erityisoppilaat kyselevät paljon ja ovat motivoituneempia luonnossa kuin luokkatilassa.

*”...se on jotenkin sisään rakennettua noille lapsille se kiinnostus eläimiä ja kasveja kohtaan, että ne on kiinnostunut kaikesta muurahaisista ja kaikesta.”*

*”Mun mielestä ensinnäkin motivaatio kasvaa oppilailla valtavasti...”*

**Sosioemotionaalisten taitojen kehitys** tarkoitti *kokemuksellisuutta, elämyksiä, empatiakyvyn kehitystä ja itsetunnon kehitystä*. *Kokemuksellisuus* ilmeni opettajien haastatteluista siten, että luonnossa oleminen on erityisoppilaille vapaudenkokemus. Erityisoppilaille tulee myös kokemus siitä, että he ovat osa luontoa. Luonnossa oleminen on erityisoppilaille hyvä kokemus ja muut asiat voivat tuntua tylsiltä, sieltä pois lähtemisen jälkeen. *Elämykset* ilmenivät siten, että erityisoppilaat saavat paljon elämyksiä luonnosta. Erityisoppilaat muistelevat mielellään luonnossa olemistaan. Luonnossa tapahtuu myös aina jotain, mikä jää erityisoppilaiden mieliin. Erityisoppilaille eläimen silittäminen on myös elämys.

*Empatiakyvyn kehitys* ilmeni siten, että erityisoppilaat kasvattavat koulussa kasveja, joita myös hoitavat. Erityisoppilaat kokevat tuottavansa iloa eläimelle, silittämällä tätä. Aggressiivisista erityisoppilaista muuttuu empaattisia pienen eläimen, kuten kanin poikasten, äärellä. Erityisoppilaat saavat eläimiltä lämpöä ja läheisyyttä, ja ne ovat rakkaita heille. Erityisoppilaiden on helppo lähestyä eläimiä. Erityisoppilas hoitaa mielellään omia kissojaan. Eläintilalla kasvavasta erityisoppilaasta näkyy empaattisuus ja eläinrakkautta. *Itsetunnon kehitys* ilmeni siten, että erityisnuoret oppivat luonnon keskellä luottamaan itseensä. Erityisoppilas saa luonnosta myönteisiä kokemuksia ja onnistumisen kokemuksia. Erityisoppilas voi olla oma itsensä eläimen kanssa ja eläin auttaa häntä myös arvostamaan itseään.

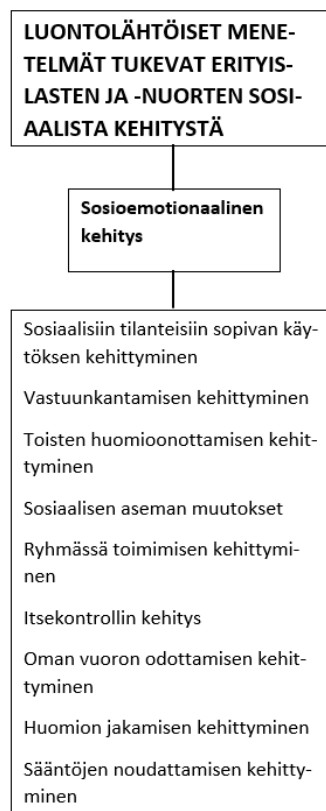
*”...mä oikein niin kun ihastelin kuinka se vapautti semmoisen estyneen ja ahdistuneen oppilaan...”*

*”...se oli muutaman kuukauden luonnossa näiden poikien kanssa, ne oppi siellä luottamaan itseensä, selviytymään...”*

*”...oikeasti tää on mun tekemä siitä pienestä siemenestä, nyt tää on laitettu multa ja sitä on möyhitty ja peitelty ja kasteltu ja nyt sitä katsotaan ja ihailaan — näkee siitä lapsesta, että se on jotakin mitä hän on saanut aikaan...”*

### 9.1.3 Sosiaalinen kehitys

**Luontolähtöiset menetelmät tukevat erityislasten ja -nuorten sosiaalista kehitystä** kuvaa erityisopettajien haastatteluissa kertomia havaintoja, miten koulussa käytettävät luontolähtöiset menetelmät ovat heidän mielestään tukeneet erityislasten ja -nuorten sosiaalista kehitystä (Kuvio 3, 34). Opettajien haastatteluista ilmeni, että koulussa käytettävät luontolähtöiset menetelmät tukevat erityislasten ja -nuorten sosiaalista kehitystä **sosioemotionaalisella kehityksellä**.



Kuvio 3. Luontolähtöiset menetelmät tukevat erityislasten ja -nuorten sosiaalista kehitystä.

**Sosioemotionaalinen kehitys** tarkoitti *sosiaaliin tilanteisiin sopivan käytöksen kehittymistä, vastuunkantamisen kehittymistä, toisten huomioonottamisen kehittymistä, sosiaalisen aseman muutoksia, ryhmässä toimimisen kehittymistä, itsekontrollin kehittymistä, oman vuoron odottamisen kehittymistä, huomion jakamisen kehittymistä ja sääntöjen noudattamisen kehittymistä.*

*Sosiaaliin tilanteisiin sopivan käytöksen kehittyminen* ilmeni opettajien haastatteluista siten, että nuoret oppivat luonnon keskellä sosiaalisia taitoja, kuten käyttäytymistä ja tiettyjä lainalaisuuksia ihmisten elämästä. *Vastuunkantamisen kehittyminen* ilmeni siten, että erityisoppilaat saavat kantaa vastuuta leirikouluissa. Huolimattomat eli ”huithapelit” erityisoppilaat muuttuvat vastuullisiksi luonnossa. *Toisten huomioonottamisen kehittyminen* ilmeni siten, että erityisoppilaat oppivat leirikouluissa yhteisöllisyyttä, yhdessä toimimista ja muiden ihmisten huomioonottamista. *Sosiaalisen aseman muutokset* ilmenivät siten, että erityisoppilaiden sosiaalinen asema muuttuu luonnossa oltaessa.

*Ryhmässä toimimisen kehittyminen* ilmeni siten, että leirikouluissa erityisoppilaat kiinteytetään toisiinsa ryhmäytymisellä. Erityisoppilaat leikkivät metsämatematiikan tunneilla ryhmässä ja se on hauskaa yhteistoimintaa. *Itsekontrollin kehittyminen* ilmeni siten, että luonnossa erityisoppilaiden väliset tappelut vähenevät. *Oman vuoron odottamisen kehittyminen* il-

meni siten, että erityisoppilaat kyselevät opettajalta paljon asioita luonnossa, mutta joutuvat odottamaan omaa vuoroaan. *Huomion jakamisen kehittyminen* ilmeni siten, että erityisoppilaiden on vaikeata saada huomiota luonnossa yhdeltä opettajalta, joten he joutuvat opettelemaan huomion kohteen jakamista. *Sääntöjen noudattamisen kehittyminen* ilmeni siten, että opettajat antavat erityisoppilaille ohjeita, kuinka luonnossa tulee toimia.

*”...se rooli, mikä täällä koulussa on oppilaalla, niin se saattaa olla ihan toisenlainen rooli sitten siellä luonnossa ja semmoiset tietyt sosiaaliset hierarkiat, mitä täällä koulussa on olemassa — koulussa sosiaalisesti heikommassa asemassa olevan sosiaalinen status nousee ihan toiseen asemaan sitten ku päästään pois täältä koulusta...”*

*”Mä mietin, et ku me oltiin luokassa neljän seinän sisällä, niin mulla oli siellä muutama sellanen kaveri, jolla oli hirveen vaikea tulla toimeen keskenään, mut ku oltiin pihalla ja siellä oli mielekästä toimintaa ja pääsi tekemään niin ne kismat niitten oppilaiden välillä huomattavasti väheni ja et mulla oli iso ryhmä ja mä pärjäsinkin niitten kans hyvin pihalla yksistään...”*

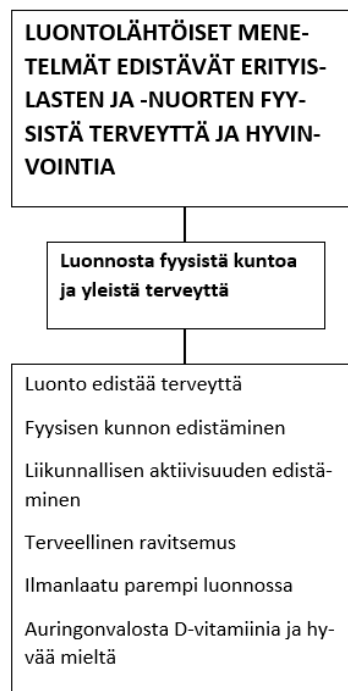
## 9.2 Luontolähtöiset menetelmät edistävät terveyttä ja hyvinvointia

Koulussa käytettävät luontolähtöiset menetelmät edistävät erityislapsen ja -nuoren terveyttä ja hyvinvointia opettajien haastatteluista saadun aineiston perusteella. Aineistosta tuli ilmi, että luontolähtöiset menetelmät edistävät erityislasten ja -nuorten terveyttä ja hyvinvointia kokonaisvaltaisesti fyysisellä, psyykkisellä ja sosiaalisella osa-alueella. Teoriaosuuden viidennessä kappaleessa on käyty läpi, mitä on lapsen ja nuoren terveys ja hyvinvointi, ja mitkä tekijät vaikuttavat niihin. Haastatteluiden aineistoista muodostui pääluokiksi seuraavat: **luontolähtöiset menetelmät edistävät erityislasten ja -nuorten fyysistä terveyttä ja hyvinvointia, luontolähtöiset menetelmät edistävät erityislasten ja -nuorten psyykkistä terveyttä ja hyvinvointia sekä luontolähtöiset menetelmät edistävät erityislasten ja -nuorten sosiaalista terveyttä ja hyvinvointia.**

### 9.2.1 Fyysinen terveys ja hyvinvointi

**Luontolähtöiset menetelmät edistävät erityislasten ja -nuorten fyysistä terveyttä ja hyvinvointia** kuvaa erityisopettajien haastatteluissa kertomia havaintoja, miten koulussa käytettävät luontolähtöiset menetelmät ovat heidän mielestään edistäneet erityislasten ja -nuorten fyysistä terveyttä ja hyvinvointia (Kuvio 4, 36). Opettajien haastatteluista ilmeni, että koulussa käytettävät luontolähtöiset menetelmät edistävät erityislasten ja -nuorten fyysistä terveyttä ja hyvinvointia siten, että **luonnossa fyysinen kunto kasvaa ja se edistää yleistä terveyttä.**





Kuvio 4. Luontolähtöiset menetelmät edistävät erityislasten ja -nuorten fyysistä terveyttä ja hyvinvointia.

**Luonnosta fyysistä kuntoa ja yleistä terveyttä** tarkoitti *luonnon terveyttä edistävää vaikutusta, fyysisen kunnon edistämistä, liikunnallisen aktiivisuuden edistämistä, terveellistä ravitsemusta, luonnossa ilmanlaatu parempi ja auringonvalosta D-vitamiinia ja hyvää mieltä. Luonto edistää terveyttä* ilmeni opettajien haastatteluista siten, että luonnossa viihtyvät erityisoppilaat ovat terveempiä. *Fyysisen kunnon edistäminen* ilmeni siten, että luonnossa vaeltelu kohottaa erityisoppilaiden fyysistä kuntoa ja heidän painoindeksinsä pienenevät luonnossa liikuttaessa. Metsässä liikkuminen vaatii erityisoppilaalta myös enemmän ponnistelua.

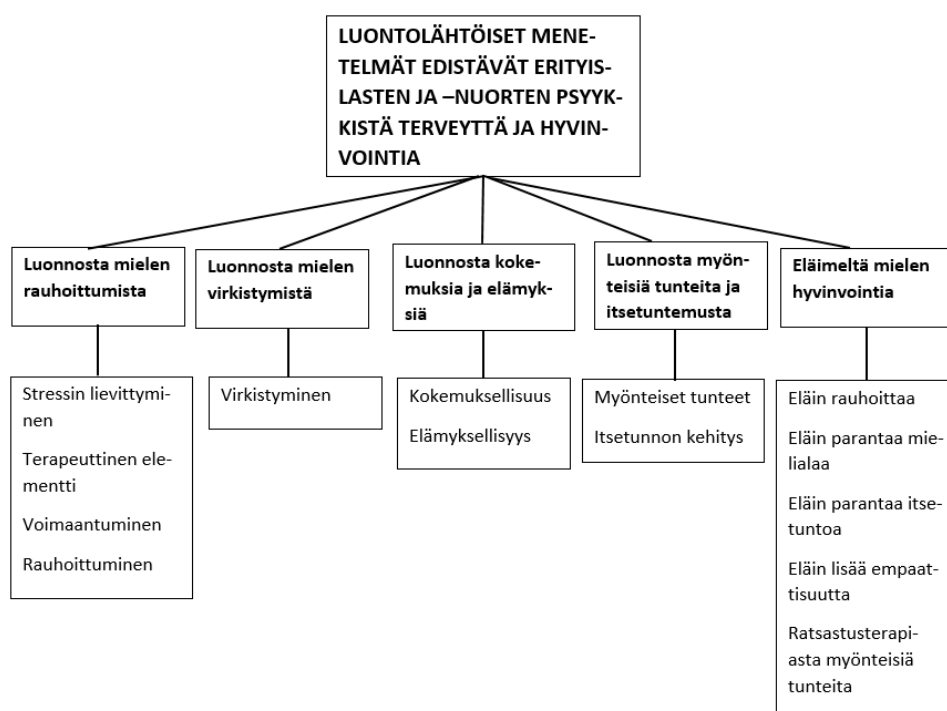
*Liikunnallisen aktiivisuuden edistäminen* ilmeni siten, että partiossa erityisoppilaat saavat luontoliikuntaa. Erityisoppilaiden liikuntatunnit voidaan myös yhdistää luontoretkiin. Luonnossa viihtyvät erityisoppilaat ovat liikunnallisempia kuin luonnossa vähemmän viihtyvät vertaisensa. Luonnossa erityisoppilas voi harjoittaa monia liikunnallisia taitojaan. *Terveellinen ravitsemus* ilmeni siten, että erityisoppilaat hakevat luonnon raaka-aineita, kuten marjoja ja sieniä, ja valmistavat niistä koulussa ruokaa. *Ilmanlaatu parempi luonnossa* ilmeni siten, että luonnossa on happirikasta ilmaa ja raitista ilmaa. *Auringonvalosta D-vitamiinia ja hyvää mieltä* ilmeni siten, että erityisoppilaat ulkoilevat koulussa ja saavat näin aurinkoa.

*”...ne oppilaat joilla on mahdollisuus päästä luontoon — ovat terveempiä...”*

*”...tietenkin fyysiseen, kyllähän metsässä liikkumien vaatii vähän erilaista ponnistelua ku se että asfaltilla käveltäis...”*

## 9.2.2 Psyykinen terveys ja hyvinvointi

**Luontolähtöiset menetelmät edistävät erityislasten ja -nuorten psyykkistä terveyttä ja hyvinvointia** kuvaa erityisopettajien haastatteluissa kertomia havaintoja, miten koulussa käytettävät luontolähtöiset menetelmät ovat heidän mielestään edistäneet erityislasten ja -nuorten psyykkistä terveyttä ja hyvinvointia (Kuvio 5.). Opettajien haastatteluista ilmeni, että koulussa käytettävät luontolähtöiset menetelmät edistävät erityislasten ja -nuorten psyykkistä terveyttä ja hyvinvointia siten, että **luonnossa mieli rauhoittuu, luonnossa mieli virkistyy, luonnosta saa elämyksiä ja kokemuksia, luonnosta saa myönteisiä tunteita ja itsetuntemusta ja eläimiltä saa mielen hyvinvointia.**



Kuvio 5. Luontolähtöiset menetelmät edistävät erityislasten ja -nuorten psyykkistä terveyttä ja hyvinvointia.

**Luonnosta mielen rauhoittumista** tarkoitti *stressin lievittymistä, luonto on terapeuttinen elementti, luonnosta voimaantumista ja rauhoittumista*. *Stressin lievittyminen* ilmeni opettajien haastatteluista siten, että luonnossa erityisoppilaiden stressi lievittyy ja luonto rauhoittaa heitä. *Luonto on terapeuttinen elementti*, ilmeni siten, että luonnossa oleminen on terapeuttista erityisoppilaille ja luonto on heille terapeuttinen elementti.

*Luonnosta voimaantumista* ilmeni siten, että luonnossa oleminen voimaannuttaa erityisoppilaita ja edistää heidän henkistä kasvua sekä henkistä vireyttä. *Luonnosta rauhoittumista* ilmeni siten, että luonto rauhoittaa erityisoppilaita, jolloin he saattavat olla jopa väsyneitä luonnosta luokkatilaan palaamisen jälkeen. Luonnossa erityisoppilaat voivat purkaa ener-

giaa turvallisesti. Luonnossa olemisen jälkeen, erityisoppilaista näkyy tyytyväisyys ja tyyneys. Erityisoppilaiden väliset riidat ja tappelut ovat vähäisempiä ulkona kuin luokassa.

*”...se on terapeutin elementti...”*

*”Mulla oli hyvin vallaton luokka ja mä ajattelin kuinkahan mahdan pärjätä sitten, kun menttiin tota vesi takseilla ja kuinka pärjätään, mutta kyllä se luonto tekee tehtävänsä, että lapset rauhoittuu siellä ihan eri lailla...”*

**Luonnosta mielen virkistymistä** tarkoitti virkistymistä luonnossa. Virkistymisen ilmeni siten, että erityisoppilaat virkistyvät luonnossa ja jaksavat loppupäivän paremmin koulussa. Auringonvalon lisääntyessä erityisoppilaista tulee aktiivisempia ja energisempiä. Raitisilma ja fyysisen kunnon kohentuminen luonnossa liikkuen, auttaa erityisoppilaita jaksamaan koulussa pidempiä aikoja.

*”...mun erityislapsilla huomaa et kun auringon määrä on lisääntyny —se vaikuttaa meidän käyttäytymiseen osa selkeesti aktivoituu ja heille tulee semmosta ylimääräistä energiaa ja muuta verrattuna siihen mitä talvella on.”*

*”...aika tärkeätä on, että ne saa sitä raitista ulkoilmaa ihan sen jaksamisen kannalta.”*

**Luonnosta elämyksiä ja kokemuksia** tarkoitti luonnon kokemuksellisuutta ja elämyksellisyyttä. Luonnosta kokemuksellisuutta ilmeni siten, että erityisoppilaat kokevat olevansa osa luontoa ja vapaita luonnossa. Luonnossa erityisoppilaat saavat hyviä kokemuksia. Luonto voi vapauttaa estyneen ja ahdistuneen erityisoppilaan. Luonnon elämyksellisyys ilmeni siten, että erityisoppilaat saavat luonnosta elämyksiä esimerkiksi eläinten kautta.

*”...kokemus, että on itsekkin niin kun osa luontoa.”*

*”...onhan se lapsille elämys, jos he näkee ja pääsee koskettamaan ja silittelemään, tutustumaan vuohiin, kissoihin ja koiriin...”*

**Luonnosta myönteisiä tunteita ja itsetuntemusta** tarkoitti luonnosta saatavia myönteisiä tunteita ja itsetunnon kehitystä. Luonnosta myönteisiä tunteita ilmeni siten, että erityisoppilaiden mielestä retkeily luonnossa on hauskaa ja luonto on viihtyisä oppimisympäristö. Erityisoppilas nauttii mato-ongella käymisestä ja luonnossa olemisesta. Kasvit ovat tärkeitä erityisoppilaille ja ne tuottavat hyvää mieltä. Luonnossa erityisoppilaista tulee positiivisempia, innostuneempia, avoimempia, rohkeampia ja reippaampia kuin luokassa. Erityisoppilaat haluavat palata usein luontotoelmiin. Luonnosta erityisoppilaat saavat hyvinvointitunteita sekä myönteisiä kokemuksia. Itsetunnon kehitys ilmeni siten, että erityisoppilaat näke-

vät oman työnsä jäljen ja nauttivat onnistumisestaan. Kasvien kasvattaminen antaa onnistumisen kokemuksia erityisoppilaille. Luonto tarjoaa erityisoppilaille mahdollisuuksia testata omia rajojaan.

*”...oppilaat ovat innostuneita, positiivisia, avoimempia, rohkeampia ja reippaampia...”*

*”No niitten kautta lapsi saa semmosia myönteisiä kokemuksia ja onnistumisen kokemuksia...”*

**Eläimiltä mielen hyvinvointia** tarkoitti *eläimen rauhoittavaa vaikutusta, eläin parantaa mielialaa, eläin parantaa itsetuntoa, eläin lisää empaattisuutta ja ratsastusterapiasta saatavia myönteisiä tunteita. Eläin rauhoittaa* ilmeni siten, että luokkakoiraa rauhoittaa levottomia erityisoppilaita. Vilkkaat ja aggressiiviset erityisoppilaat rauhoittuvat pienen eläimen äärellä. Erityisoppilaat tietävät eläimen rauhoittavan vaikutuksen. *Eläin parantaa mielialaa* ilmeni siten, että erityisoppilaat ovat innostuneita eläimistä ja pitävät lemmikeistä. Eläimet ovat erityisoppilaille rakkaita ja heidän on helppo lähestyä niitä.

*Eläin parantaa itsetuntoa* ilmeni siten, että eläin tuottaa erityisoppilaille mielihyvää ja antaa onnistumisen kokemuksia. Erityisoppilaat oppivat arvostamaan itseään eläimen kautta, koska he voivat olla omana itsenään eläimen kanssa. *Eläin lisää empaattisuutta* ilmeni siten, että erityisoppilas on kiintynyt omiin kissoihinsa ja hoitaa näitä mielellään. Eläimillä on suuri merkitys erityisoppilain, koska ne herättävät heissä hyvinolontunteita. Eläimet antavat erityisoppilaille heidän tarvitsemaansa lämpöä ja läheisyyttä. Erityisoppilaat silittelevät eläimiä ja näin oppivat, kuinka tuottaa toisille iloa ja hyvää mieltä. *Ratsastusterapiasta myönteisiä tunteita* ilmeni siten, että se on parantanut erityisoppilaiden mielialaa ja siellä on ollut heille mielekästä tekemistä.

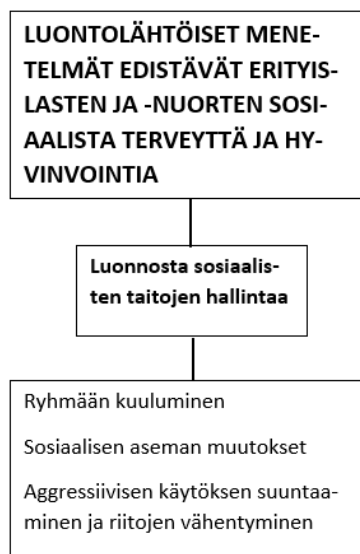
*”...siitäkin on hyviä kokemuksia, että se näitä levottomia lapsia kauheesti rauhoittaa kenellä on tällönsä käyttäytymiseen liittyviä ongelmia...”*

*”...se lisää sitä hyvinvointia ja mielihyvää ja onnistumisen kokemusta ja ehkä myös sitä itsensä arvostamista, että tää eläin pysyy mun kanssa näin rauhallisena ja mä voin tuottaa sille iloa silittämällä sitä...”*

### 9.2.3 Sosiaalinen terveys ja hyvinvointi

**Luontolähtöiset menetelmät edistävät erityislasten ja -nuorten sosiaalista terveyttä ja hyvinvointia** kuvaa erityisopettajien haastatteluissa kertomia havaintoja, miten koulussa käytettävät luontolähtöiset menetelmät ovat heidän mielestään edistäneet erityislasten ja -nuorten sosiaalista terveyttä ja hyvinvointia (Kuvio 6, 40). Opettajien haastatteluista ilmeni, että koulussa käytettävät luontolähtöiset menetelmät edistävät erityislasten ja

-nuorten sosiaalista terveyttä ja hyvinvointia siten, että **luonnosta opitaan sosiaalisten taitojen hallintaa**.



Kuvio 6. Luontolähtöiset menetelmät edistävät erityislasten ja nuorten sosiaalista terveyttä ja hyvinvointia.

**Luonnosta sosiaalisten taitojen hallintaa** tarkoitti *ryhmään kuulumista, sosiaalisen aseman muutoksia ja aggressiivisen käytöksen suuntaamista ja riitojen vähenemistä*. *Ryhmään kuulumisen* ilmeni opettajien haastatteluista siten, että leirikoulussa erityisoppilaat toimivat yhdessä ja kokevat näin yhteisöllisyyttä. Luonnossa on paljon myös ryhmätoimintaa erityisoppilaille. *Sosiaalisen aseman muutokset* ilmenivät siten, että erityisoppilaiden sosiaalinen asema muuttuu luonnossa. *Aggressiivisen käytöksen suuntaaminen ja riitojen väheneminen* ilmenivät siten, että metsässä erityisoppilaat voivat harjoitella voimankäyttöään turvallisesti, toisia ihmisiä vahingoittamatta. Ulkona erityisoppilaiden väliset riidat ja tappelut myös vähenivät.

*"...sit ku niitä pareittain etsitään tai kolmistaan ryhmissä niin, kun se on sitä yhteistä toimintaa, niin se on vallattoman hauskaa."*

*"...vois kiipeillä vähän puuhun, jossa saisi vähän sitä voimankäyttöä sillä lailla käyttää niin kun turvallisesti, että siinä ei vahingoittaisi ketään toista..."*

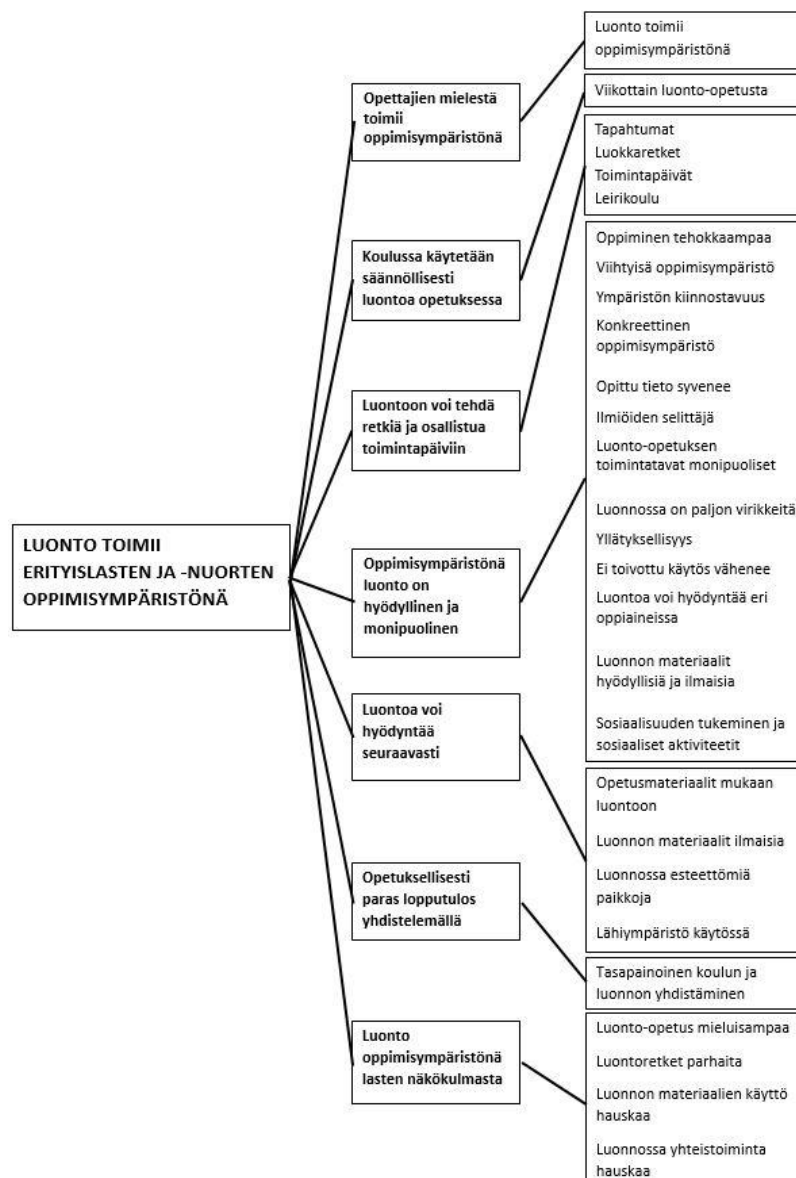
### 9.3 Luonnon toimiminen oppimisympäristönä

Luonto toimii erityislasten ja -nuorten oppimisympäristönä opettajien haastatteluista saadun aineiston perusteella. Aineistosta tuli ilmi, että luonto-opetus on tärkeä osa erityislasten ja -nuorten koulunkäyntiä. Aineistosta tuli myös ilmi, että luonto-opetukseen liittyy haasteita, kuten talouskysymykset ja organisointi. Teoriaosuuden toisessa kappaleessa on

käyty läpi luontoa oppimisympäristönä. Haastatteluiden aineistoista muodostui pääluokiksi seuraavat: **luonto toimii erityislasten ja -nuorten oppimisympäristönä** ja **luonto-opetuksen haasteet**.

### 9.3.1 Luonnon toimiminen oppimisympäristönä

**Luonto toimii erityislasten ja -nuorten oppimisympäristönä** kuvaa erityisopettajien haastatteluista poimittuja havaintoja, miten luonto toimii erityislasten ja -nuorten oppimisympäristönä (Kuvio 7.). Opettajien haastatteluista ilmeni, että luonto toimii erityislasten ja -nuorten oppimisympäristönä siten, että **luonto toimii opettajien mielestä oppimisympäristönä, koulussa käytetään säännöllisesti luontoa opetuksessa, luontoon voi tehdä retkiä ja osallistua toimintapäiviin, oppimisympäristönä luonto on hyödyllinen ja monipuolinen, luontoa voi hyödyntää seuraavasti, opetuksellisesti paras lopputulos yhdistelemällä ja luonto oppimisympäristönä lasten näkökulmasta**.



Kuvio 7. Luonnon toimiminen oppimisympäristönä.

**Opettajien mielestä luonto toimii oppimisympäristönä**, tarkoitti *luonnon toimimista oppimisympäristönä*. *Luonnon toimiminen oppimisympäristönä* ilmeni opettajien haastatteluista siten, että luonto toimii todella hyvin oppimisympäristönä. Ala-asteikäisten kanssa, luonto on lähes paras paikka oppia.

*”Toimii tosi hyvin, ja jos vain haluais ja olis resursseja ni kaiken lähes kaiken tällaisen koulussa tapahtuvan oppimisen vois siirtää tonne luontoon.”*

*”No se toimis todella hyvin ja etenkin, jos ajatellaan alaluokkien kanssa niin sehän on melkein niin kun paras paikka mennä bilsan tunnilla, ympäristötiedon tunnilla, puiden lehtiä tunnistamaan ja puita tunnistamaan.”*

**Koulussa käytetään säännöllisesti luontoa opetuksessa** tarkoitti, että koulussa on *viikoittain luonto-opetusta*. *Viikoittain luonto-opetusta* ilmeni siten, että koulussa käytetään ja hyödynnetään luontoa opetuksessa viikoittain. Enemmistö opettajista käyttää luontoa viikoittain oppimisympäristönä.

*”Joka viikko, jos suinkin sää sallii...”*

**Luontoon voi tehdä retkiä ja osallistua toimintapäiviin** tarkoitti *tapahtumia luonnossa, luokkaretkiä luontoon, toimintapäiviä luonnossa ja leirikouluja luonnossa*. *Tapahtumat luonnossa* ilmeni opettajien haastatteluista siten, että koululta on käyty erityisoppilaille järjestetyissä tapahtumissa maatiloilla. *Luokkaretket luontoon* ilmeni siten, että koulusta on käyty luokkaretkillä luontokeskuksissa, katselemassa maatilan eläimiä ja historiallisilla linnavuorilla. *Toimintapäiviä luonnossa* ilmeni siten, että luonnossa järjestetään erilaisia toimintapäiviä, jossa tehdään tehtäviä luonnon keskellä erilaisilla radoilla. *Leirikouluja luonnossa* ilmeni siten, että vuoden alkuun järjestetään uusille ryhmille leirikouluja ryhmäytymistä varten. Pidempiäkin leirikouluja on järjestetty, jolloin luonnon keskellä on opiskeltu eri oppiaineita.

*”Hämeen luontokeskuksessa, kyllä me siellä kerran vuodessa käydään ja sitten täällä Jokioisten elonkierrossa on näitä kaikkia maatalouteen liittyviä eläimiä ja kasveja, ja siellä käydään kerran vuodessa ja siellä farminäytelyssä oltiin luokkaretkellä viime keväänä.”*

**Oppimisympäristönä luonto on hyödyllinen ja monipuolinen** tarkoitti, että *oppiminen on tehokkaampaa, viihtyisää oppimisympäristöä, ympäristön kiinnostavuutta, konkreettista oppimisympäristöä, opitun tiedon syventymistä, ilmiöiden selittäjää, luonto-opetuksen toimintatavat monipuoliset, luonnossa on paljon virikkeitä, luonto on yllätyksellinen, ei toivottu käytös vähenee, luontoa voi hyödyntää eri oppiaineissa, luonnonmateriaalit hyödyllisiä ja ilmaisia ja sosiaalisuuden tukemista ja sosiaalisia aktiviteetteja*.

*Oppiminen tehokkaampaa* ilmeni opettajien haastatteluista siten, että erityisoppilaiden oppimistulokset ovat parempia luonnossa kuin luokassa ja oppiminen saattaa olla luonnossa myös tehokkaampaa. *Viihtyisä oppimisympäristö* ilmeni siten, että luonto on erityisoppilaille viihtyisä ympäristö oppia ja havainnoida. *Ympäristön kiinnostavuus* ilmeni siten, että luonto ei ole normaali ympäristö, joka tekee luonnosta kiinnostavan.

*Konkreettinen oppimisympäristö* ilmeni siten, että vuodenajat voidaan käydä erityisoppilaiden kanssa luonnossa konkreettisesti läpi. Opettaja pystyy näyttämään erityisoppilaille eri eliölajeja ja opettamaan monipuolista aistien käyttöä. Luonto-opetus antaa enemmän informaatiota erityisoppilaille kuin luokkaopetus, koska luonnossa asiat ovat aitoja ja oikeasti olemassa. Luonnosta saa paljon käytännön esimerkkejä, jotka auttavat erityisoppilaiden oppimista. *Opittu tieto syvenee luonnossa*, ilmeni siten, että luonto syventää opittua asiaa erityisoppilaille. Koulussa opetellaan erityisoppilaiden kanssa ensin teoriaa ja sen jälkeen lähdetään luontoon katsomaan ilmiöitä käytännössä. *Ilmiöiden selittäjä* ilmeni siten, että luonto toimii erilaisten ilmiöiden selittäjänä ja tutkimuskohteena erityisoppilaille.

*Luonto-opetuksen toimintatavat monipuoliset* ilmeni siten, että opetus luonnossa voi olla suunnitelmallista, tavoitteellista, leikinomaista ja seikkailupedagogiikkaa. Luonnossa mahdollisuudet ovat rajattomat ja siellä voi tehdä paljon asioita. Koulussa on opiskeltu erityisoppilaiden kanssa monia oppiaineita luonnossa. *Luonnossa on paljon virikkeitä*, ilmeni siten, että luonnossa on paljon virikkeitä. Luonnossa on aina myös elämää ja toimintaa. *Luonto on yllätyksellinen*, ilmeni siten, että luonnossa on aina yllätyksiä niin erityisoppilaille kuin opettajillekin. *Ei toivottu käytös vähenee*, ilmeni siten, että erityisoppilaiden väliset riidat ja tappelut vähenevät luonnossa. Osa ylivilkkaista erityisoppilaista keskittyy opetukseen paremmin luonnossa kuin luokkatilassa.

*Luontoa voi hyödyntää eri oppiaineissa* ilmeni siten, että luontoa voidaan hyödyntää eri kouluaineissa ja kaikki kouluaineet voidaan integroida luontoon. *Luonnon materiaalit hyödyllisiä ja ilmaisia* ilmeni siten, että luonnosta saa ilmaisia materiaaleja, joita voi hyödyntää monissa kouluaineissa. *Sosiaalisuuden tukeminen ja sosiaaliset aktiviteetit luonnossa* ilmeni siten, että luonnossa erityisoppilaiden sosiaalinen asema voi muuttua. Luonnossa on paljon yhteistoimintaa erityisoppilaille ja luonnossa he voivat leikkiä ja kisailla.

*”Kyllä erittäin hyvä ja justiin se, että oppimistuloksetkin on parempia.”*

*”...se on konkreetimpaa, ainahan se kun sä näet niin kun jäniksen tai rusa-  
kon luonnossa, kun näyttää kuvan, et sen näkee miten se liikkuu ja se antaa  
enemmän informaatiota ja se on konkreetimpaa...”*



*”No se konkretisoi ihan hirvittävän hyvin sitä, mitä kirjasta katsottaisiin joku kuva, mutta jos me mennään katsomaan se tuolta luonnosta, silloin kun se on mahdollista, niin onhan se ihan eri et se on ihan oikeasti silloin olemassa ja silloin niillekin lapsille, joille on vaikea esimerkiksi lukee taikka kirjottaa niin he pystyy tutustumaan esimerkiksi kasvistoon taikka johonkin eläinlajeihin ihan konkreettisesti eli sillä tavalla se on merkityksellinen.”*

**Luontoa voi hyödyntää seuraavasti** tarkoitti *opetusmateriaalien mukaan ottoa luontoon, luonnonmateriaalit ovat ilmaisia, luonnossa on esteettömiä paikkoja ja lähiympäristö on käytössä. Opetusmateriaalit mukaan luontoon* ilmeni opettajien haastatteluista siten, että koulussa käytettävät kirjat, vihot ja smartboardit voidaan ottaa luontoon mukaan. *Luontomateriaalit ilmaisia* ilmeni siten, että koulussa käytetään luonnon materiaaleja ja jätemateriaaleja, koska ne ovat ilmaisia. *Luonnossa on esteettömiä paikkoja*, ilmeni siten, että liikuntarajoitteisillekin on luonnossa esteettömiä reittejä ja paikkoja. *Lähiympäristö käytössä* ilmeni siten, että koulun lähiympäristöä voidaan aina käyttää opetuksessa ja sinne meneminen on ilmaista.

*”...meillä on nykyään niin smartboardit ja tietokoneet, ja niin kaikki mahdollinen kirjarekvisiitta, mitä meillä on ja sitten luontoon tietenkin me voidaan ottaa tarvittaessa kirjat ja vihot mukaan...”*

*”...se on ihan raha kysymyksen, että kaikkea tommosta luonnon materiaalia ja jäte materiaalia käytetään, koska se on ilmaista.”*

*”...sit on näitä liikuntarajoitteisia, että on aika vaikea lähteä, mut on sekin mahdollista, että on niin kun semmosia reittejä, mitä voi pyörätuolilla mennä...”*

**Opetuksellisesti paras lopputulos yhdistelemällä** tarkoitti *tasapainoista koulun ja luonnon yhdistämistä. Tasapainoinen koulun ja luonnon yhdistäminen* ilmeni opettajien haastatteluista siten, että kaikkea opetusta ei olla valmiita viemään luontoon. Luonnon käyttäminen sopivasti opetuksessa on hyvä lisä ja monipuolistaa opetusta.

*”Jotakin sieltä väliltä, en minä kaikkea olisi valmis viemään pois luokkatileteesta, koska se ei vaan ole mahdollista.”*

*”...sanotaan, että sopivassa määrin, niin se on hyvä lisä ja monipuolistaa.”*

**Luonto oppimisympäristönä lasten ja nuorten näkökulmasta** tarkoitti *luonto-opetuksen mieluisuutta, luontoretket ovat parhaita, luonnonmateriaalien käyttö on hauskaa ja luonnossa yhteistoiminta on hauskaa. Luonto-opetus mieluisampaa* ilmeni opettajien haastatteluista siten, että erityisoppilaat ovat mieluummin ulkona kuin sisällä koulussa. Koulun ulkopuolella asiat tuntuvat mieluisilta erityisoppilaiden mielestä. *Luontoretket parhaita* ilmeni siten, että erityisoppilaiden mielestä luontokohteet olivat

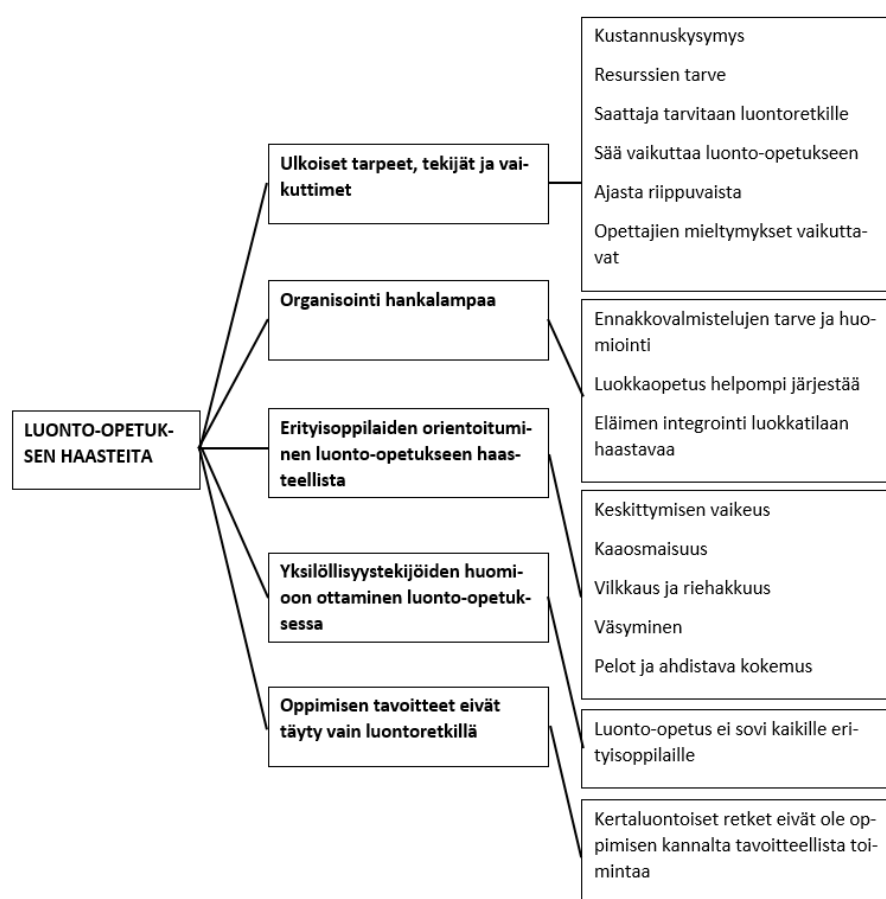
parhaita luokkaretki kohteita. *Luonnon materiaalien käyttö hauskaa* ilmeni siten, että erityisoppilaat pitivät luonnonmateriaalien käytöstä eri koulu-aineissa. *Luonnossa yhteistoiminta hauskaa* ilmeni siten, että ryhmissä toimiminen luonnossa on erityisoppilaista vallattoman hauskaa.

*”...me keskusteltiin niiden kanssa, että mikä oli paras kohde, missä käytiin, niin se oli se Suomenlinna, missä saatiin olla ja tutkia sitä ympäristöä ja sen historiaa...”*

*”...lumi on semmoinen elementti, että lapset tykkää kyllä siitä tehdä esim. kuviksen tunnilla ja samaten käydään kuviksen tunnilla tekemässä tämmöstä maataidetta, käytetään, mitä maasta löytyy risuja, käpyjä, kiviä, ruohoo, oksia ja niistä tehdään taidetta...”*

### 9.3.2 Luonto-opetuksen haasteet

**Luonto-opetuksen haasteita** kuvaa erityisopettajien haastatteluissa esille tuomia havaintoja ja pohdintoja luonto-opetuksen haasteista (Kuvio 8.). Opettajien haastatteluissa esiin tuomat havainnot ja pohdinnat luonto-opetuksen haasteista koskivat **ulkoisia tarpeita, tekijöitä ja vaikuttimia, organisoinnin hankaluutta, oppilaiden orientoitumisen hankaluutta luonto-opetukseen, yksilöllisyys tekijöiden huomioon ottamista luonto-opetuksessa** ja sitä, että **oppimisen tavoitteet eivät täyty vain retkillä**.



Kuvio 8. Luonto-opetuksen haasteita.

**Ulkoiset tarpeet, tekijät ja vaikuttimet** tarkoittavat kustannuskysymyksiä, resurssien tarvetta, saattajan tarvetta luontoretkille, sään vaikutuksia luonto-opetukseen, luonto-opetuksen riippuvuutta ajasta ja opettajien omien mieltymysten vaikutusta luonto-opetukseen. Kustannuskysymykset ilmenivät opettajien haastatteluista siten, että luontoretkille lähdetään, jos varat antavat myöden, koska retket ovat kalliita. Luonto-opetus on budjetointi- ja kustannuskysymys koululla. Resurssien tarve ilmeni siten, että luonto-opetusta olisi enemmän, mikäli olisi resursseja. Saattaja tarvitaan luontoretkille, ilmeni siten, että liikuntarajoitteiset erityisoppilaat tarvitsevat aina saattajan luontoon halutessaan. Sää vaikuttaa luonto-opetukseen ilmeni siten, että luonto-opetusta järjestetään, mikäli on kohtuullinen sää. Luonto-opetus ajasta riippuvaista ilmeni siten, että luonto-opetukseen vaikuttaa käytettävissä oleva aika. Opettajien mieltymykset vaikuttavat luonto-opetukseen ilmeni siten, että opettajien omat valinnat ja mieltymykset vaikuttavat luonto-opetuksen toteuttamiseen.

*”...rahasta on moni asia kiinni, niin kalliita ne tuollaiset retket ovat, ei niihin vaan ole mahdollista lähteä läheskään aina tai kovin usein.”*

*”...mitä paremmat resurssit oppilaitoksilla on niin sitä paremmin he pystyvät toteuttamaan tätä kasvatusta...”*

*”...erityislapset, jos ne haluaa lähteä luontoon, niin siellä pitää aina olla saattaja mukana, ainakin näillä meidän, hyvin harva pystyy lähtemään edes kotipihalle, että se pitää olla aina se saattaja...”*

**Organisointi hankalampaa** tarkoitti ennakkovalmistelujen tarvetta ja huomiointia eli opetuksen organisointia, luokkaopetuksen järjestäminen on helpompaa ja eläimen integrointi luokkatilaan on haastavaa. Ennakkovalmistelujen tarve ja huomiointi eli opetuksen organisointi ilmeni opettajien haastatteluista siten, että luonto-opetus vaatii ennakkovalmisteluja, kuten turvallisuuden huomioimista ja selkeiden ohjeiden antamista. Luokka-opetus helpompi järjestää ilmeni siten, että luokkatila on erityisoppilaille tuttu ja turvallinen ja he tietävät, miten siellä toimia. Eläimen integrointi luokkatilaan haastavaa ilmeni siten, että erityisoppilaiden eläinallergiat tulee huomioida ja luokkakoiralla tulee olla koulutus. Eläimen tuominen luokkatilaan koettiin yleisesti haastavana.

*”...tietenkin se turvallisuus on semmoinen asia, mitä joutuu ottamaan huomioon...”*

*”...luokassakin tarvitsee miettiä, miten sen organisoit, mutta mun mielestä siinä se tulee erityisesti, miten annan ohjeet, koska se voi olla, kun sä luonnossa puhut niin erityislapsella saattaa olla huomio ihan muualla...”*

*”...luokassa on kaikkea tuttua ja kaikki tietää suurinpiirtein valmiiksi, että miten siellä toimitaan.”*

**Oppilaiden orientoituminen luonto-opetukseen haastavaa** tarkoitti keskittymisen vaikeutta, kaaosmaisuuutta, vilkkautta ja riehakkuutta, väsymistä ja pelkoja ja ahdistavia kokemuksia. Keskittymisen vaikeus ilmeni opettajien haastatteluista siten, että luonto varastaa erityisoppilaiden huomion opetuksen aikana. Osa erityisoppilaista pystyy keskittymään luonnossa ja osa ei. Luonnossa isoissa ryhmissä oleminen, tuottaa keskittymisen hankaluutta osalle erityisoppilaista. *Kaaosmaisuus* ilmeni siten, että luonto voi olla kaaosmainen erityisoppilaille, koska luonnosta saa runsaasti aistikokemuksia. *Vilkkkaus ja riehakkuus* ilmenivät siten, että luontoon mennessä erityisoppilaat saattavat riehua hetken aikaa. Luonnossa on runsaasti kiinnostavia kohteita, joten erityisoppilaiden on vaikea pysyä paikoillaan. Erityisoppilaat voivat olla vilkkaita ja riehakkaita luonnosta luokkatilaan palaamisen jälkeen. *Väsyminen* ilmeni siten, että luonnosta koulun sisätiloihin palaamisen jälkeen, erityisoppilaat saattavat olla väsyneitä ja ärsyyntymisherkempiä. *Pelot ja ahdistava kokemus* ilmenivät siten, että luonnossa on erityisoppilaiden mielestä myös pelottavia asioita. Osalle erityisoppilaista luontokokemus voi olla myös ahdistava.

*”...sä luonnossa puhut niin erityislapsella saattaa olla huomio ihan muualla, mitä se opettaja puhuu, koska kiinnostuksen kohteita on ehkä ihan muualla, kun mitä se opettaja yrittää nostaa esille.”*

*”...se luonto aika hyvin varastaa sen lasten huomion.”*

*”...kun lähdetään ulos, voi laittaa hanttiin just sen takia, että se on kaaosmainen, että ei hallitse enää siellä ulkona, et siellä on niin hirveä määrä ääniä ja tota voi olla se valon määrä ja kirkkaus...”*

**Yksilöllisyystekijöiden huomioonottaminen luonto-opetuksessa** tarkoitti, että *luonto-opetus ei sovi kaikille erityisoppilaille. Luonto-opetus ei sovi kaikille erityisoppilaille* ilmeni opettajien haastatteluista siten, että luonto-opetus ei sovi kaikille erityisoppilaille. Osan erityisoppilaista on vaikea lähteä luontoon. Aistiyliherkille erityisoppilaille luonnossa oleminen voi olla hankalaa. Kaikki erityisoppilaat eivät pidä opetuksen toteuttamisesta luonnossa.

*”...tulee mieleen semmoinen hyvin vilkas luonteeltaan oppilas, niin mä muistan, että hänen kanssaan me ei niin kun pystytty olemaan tuolla paikallaan kauaa, että ei sekään kaikille sovi.”*

*”...aistiyliherkkiä lapsia niin joille hajuasti on esim. liian hyvä tai tarkka, niin heillä voi olla ihan tuskallista olla maastossa, luonnossa missä on voimakkaita tuoksujia...”*

*”...joku tykkää siitä ihan hirveesti, kun ollaan ja tehdään asioita eri tavalla, mutta ei kaikki halua eikä tykkää siitä.”*

**Oppimisen tavoitteet eivät täyty vain retkillä** tarkoitti, että kertaluontoiset retket eivät ole oppimisen kannalta tavoitteellista toimintaa. Kertaluontoiset retket eivät ole oppimisen kannalta tavoitteellista toimintaa ilmeni opettajien haastatteluista siten, että yksi luontoretki kerta, ei riitä oppimistavoitteiden saavuttamiseen erityisoppilailla.

*”...jos ajatellaan semmoista oppimisen kannalta tavoitteellista toimintaa, niin ei se yksi kerta riitä sen tavoitteen saavuttamiseen, että sitten sen pitäisi olla semmoinen pidempi jakso, että voitaisiin oppimisen kannalta tavoitteita asettaa.”*

## 10 POHDINTA

Opinnäytetyöprosessi sujui kokonaisuudessaan hyvin. Haasteita opinnäytetyöprosessissa tuotti aikataulussa pysyminen, teorian tiedon löytäminen ja laaja aihealue. Helpotusta opinnäytetyön tekemiselle toi se, että opinnäytetyösuunnitelma oli tehty hyvin ja aihe oli erityisen mielenkiintoinen. Yhteistyö sujui hyvin toimeksiantajakoulun kanssa. Haasteita opettajille tuotti lukuvuoden loppupuolisko, jolloin heillä oli paljon töitä. Haastattelut olisi voinut sijoittaa toiseen ajankohtaan, mikäli se olisi ollut mahdollista. Opettajat osallistuivat työtaakastaan huolimatta opinnäytetyöhöni, josta olen hyvin kiitollinen.

### 10.1 Tulosten tarkastelu

Opinnäytetyöntulokset ovat merkittäviä erityislasten ja -nuorten kasvun ja kehityksen sekä terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen kannalta. Opinnäytetyötulokset tukevat monia muita tutkimuksia, kuten luonnon terveys ja hyvinvointi vaikutuksia ihmiseen sekä luontoympäristön toimimista oppimisympäristönä. (ks. Luonnon vaikutus hyvinvointiin n.d.; Parikka-Nihti & Suomela 2014.) Opinnäytetyö vahvisti luonnon terveys ja hyvinvointi vaikutuksia myös erityislasten ja -nuorten osalta sekä luonto ympäristön toimivuutta erityislasten ja -nuorten oppimisympäristönä.

Erityislasten ja -nuorten kasvun ja kehityksen tukeminen luontolähtöisillä menetelmillä ilmeni siten, että luontolähtöiset menetelmät tukevat erityislasten ja -nuorten fyysistä, pyykkistä ja sosiaalista kasvua ja kehitystä. Parikka-Nihti ja Suomela (2014, 72) ovat kirjoittaneet kirjassaan, että lapset saavat haasteita monipuolisesta fyysisestä ympäristöstä, jossa he voivat harjoitella motorisia taitojaan. Tällä on hyvin positiivinen vaikutus lasten kasvuun ja kehitykseen. Opettajien haastatteluista kävi myös ilmi, että koulussa käytettävät luontolähtöiset menetelmät tukevat erityisoppilaiden motorista kehitystä, kuten karkea-, hieno- ja sensomotoriikkaa.

Koulussa erityisoppilaat käyvät metsäretkillä ja näin kävelevät luonnossa, joka edistää karkeamotoriikan kehitystä. Luonnosta erityisoppilaat keräävät luonnon materiaaleja ja tekevät niistä taidetta, ja tämä edistää heidän hienomotoriikan kehitystä. Luonnossa erityisoppilaiden kaikki aistit ovat käytössä, koska luonto on moniaistillinen. Parikka-Nihti ja Suomela (2014, 78) ovat kirjoittaneet myös kirjassaan, että luonnossa olevat pinnat, värit ja tuoksut kehittävät lapsen sensomotorisia taitoja. Opinnäytetyötuloksista ilmeni, että luonnossa näkee, kuulee, tuntee, haistaa ja maistaa ja näin kehittyvät sensomotoriset taidot. Sensomotoristen taitojen kehitys on tärkeää, koska Salosen (2010, 57–58) mukaan kiintymyssuhde johonkin syntyy aistien avulla. Aistihavainnot luovat kokemuksia ja synnyttävät tunteita. Ulkoleikit ovat edellytys lapsen terveille kehitykselle. Theemes (1999) on myös todennut, että ”mitä enemmän aistimuksia ja erilaisia kokemuksia, sitä enemmän tietämystä”.

Ravitsemuksen tarpeeseen vaikuttavat yksilölliset tekijät, fyysinen aktiivisuus ja liikuntaharrastukset. Ennakkoluulottomat ruokailutottumukset omaksutaan lapsuudessa. Ravinnontarvetta lisää murrosiän kasvupyrähdys. Monipuolinen, laadukas ja säännöllinen ruokavalio on tärkeää jaksamisen kannalta. (Koistinen, Ruuskanen & Surakka 2009, 68–69, 74.) Opettajien haastatteluista kävi ilmi, että koulussa pyritään opettamaan moniaistillisuutta ja terveellisiä makumaailmoja, kasvattamalla herneitä, käymällä sienestämässä, marjastamassa ja ravustamassa erityisoppilaiden kanssa. Näistä luonnon raaka-aineista erityisoppilaat valmistavat koulussa ruokaa ja syövät hyvällä ruokahalulla. Koulussa erityisoppilaat oppivat terveellisten raaka-aineiden käyttöä ja luonnosta saatavien raaka-aineiden hyödyntämistä. Suomalaiset ravitsemussuositukset (2014) painottavat, että terveyttä edistävä ruokavalio sisältää runsaasti kasvikunnan tuotteita, kuten kasviksia, marjoja ja hedelmiä. Koulun ruokailusuosituksessa (2008) kerrotaan myös, että koulun terveellinen ravitsemus edistää tervettä kasvua ja kehitystä ja auttaa jaksamaan.

Opettajien haastatteluista kävi ilmi, että luonnossa viihtyvät ja kasvavat erityisoppilaat ovat liikunnallisempia kuin vertaistoverinsa. Liikunnalliset erityisoppilaat ovat myös motorisesti kehittyneempiä kuin vertaisensa. Opettajien mielestä erityisoppilaiden aktiivisuus ja toimiminen lisääntyivät enemmän luonnossa kuin koulun sisätiloissa. Luonnon vaikutukset hyvinvointiin (n.d.) kertovat myös, että luonnossa fyysinen aktiivisuus lisääntyy ja näin edistää ihmisen hyvinvointia.

Psyykkisen kehityksen tukeminen luonnon avulla jakautui kognitiivisten, motivationaalisten ja sosioemotionaalisten taitojen kehitykseen. Opettajien haastatteluista ilmeni, että koulussa käytettävät luontolähtöiset menetelmät tukevat erityisoppilaiden tiedollisten ja havaitsemistaitojen, toiminnasta oppimisen, tutkimuskäyttämisen, käsitteiden oppimisen, tarkkaavaisuuden ja luovuuden kehitystä. Parikka-Nihti ja Suomela (2014, 77–78) ovat kirjoittaneet kirjassaan, että kognitiiviset taidot voivat parantua, kuten havaintokyky, luokittelun, tunnistamisen ja nimeämisen taidot sekä muisti. Toimintaympäristö, joka on monipuolinen, tarjoaa mahdollisuuksia erilaisille tavoille oppia. Lajit ja elinympäristö muovaavat lapsen kognitiivisia taitoja.

Opettajien haastatteluista kävi ilmi, että luonnossa voi opettaa erityisoppilaille tiedollisia taitoja ja heidän oppimisensa saattaa olla luonnossa tehokkaampaa kuin luokassa. Erityisoppilaiden havaitsemistaidot kehittyvät luonnossa, koska luonnossa voi seurata vuodenaikojen vaihteluita ja etsiä erilaisia luonnon eliölajeja, kuten sieniä ja marjoja. Luonnossa havainnointi on myös omaehtoista pakotonta havainnointia, joka tukee minäkuvan kehitystä. Parikka-Nihti ja Suomela (2014, 72, 81–82) ovat kirjoittaneet kirjassaan, että parhaimmillaan ympäristö tarjoaa tilaa ihmettelylle, ruokkii uteliaisuutta ja innostaa pohtimaan. Ympäristö, jossa lapsi voi liikkua oma-

ehtoisesti, tukee myös lapsen minäkuvan kehitystä. Kronqvistin ja Pulkkinen (2007, 31–34) mukaan havaitseminen on sitä, kun ihminen liittyy aistiensa kautta ympäristöön. Minän tunnon kehittyminen ja rakentuminen tapahtuu kokemuksellisessa fyysisessä, psyykkisessä ja sosiaalisessa toiminnassa. Ihminen on tietoinen olemassa olostaan, kun hän näkee, kuulee, puhuu, tuntee nälkää ja väsymystä, maistelee ja koskettelee. Näin ollen voidaan todeta, että erityisoppilaat kokevat olevansa olemassa havainnoidulla kaikilla aisteillaan ympäristöä ja tämän kautta myös heidän minän tunteensa ja minäkuvansa vahvistuvat.

Parikka-Nihdin ja Suomelan (2014, 77) kirjoittaman mukaan lapsen oppimismotivaatio ja keskittymiskyky paranevat mahdollisimman luonnonmukaisessa ympäristössä. Opettajien haastatteluistakin kävi ilmi, että erityisoppilaiden motivaatio kasvoi luontoympäristössä enemmän kuin luokkaympäristössä. Motivaation lisääntyminen näkyi erityisoppilaiden kiinnostuksesta luontoa kohtaan, jolloin luonto usein varastaa heidän huomionsa ja he kyselevät paljon luonnosta. Erityisoppilaista tulee myös innostuneempia ja he nauttivat luonto-opetuksesta.

Parikka-Nihdin ja Suomelan (2014, 72) kirjoittaman mukaan ympäristöstä saadut onnistumisen kokemukset auttavat minäkuvan kehityksessä. Opettajien haastatteluista ilmeni myös, että luonnosta erityisoppilaat saavat elämyksiä ja onnistumisen kokemuksia. Hyvät kokemukset ilmenivät siten, että erityisoppilaat halusivat usein palata luontoon kuvasarjojen tai keskustelun avulla. Onnistumisen kokemukset ilmenivät siten, että erityisoppilaat kasvattivat kasveja, joiden kautta saivat onnistumisen kokemuksia. Eläimet antoivat myös erityisoppilaille onnistumisen kokemuksia sekä hyvänolontunteita. Erilaiset retket, metsässä oleminen ja eläimet, tarjosivat erityisoppilaille elämyksiä. Erityisoppilaiden empatiakyky kehittyi eläinten ja luonnon avulla. Parikka-Nihti ja Suomela (2014, 78) ovat kirjoittaneet myös, että vuodenajat ja huolehtiminen sekä muista ihmisistä riippumattomat ilmiöt kehittävät lasta sosioemotionaalisissa taidoissa.

Aktiivisessa yksinäisyydessä lapsi saattaa valita yksin leikkimisen tai lapsi on ujo ja hiljainen tai nauttii omista mielikuvitus leikeistä. Passiivisessa yksinäisyydessä lapsi on surullinen, arka tai jopa depressiivinen, jolloin lapsi haluaisi leikkiä, mutta ei uskalla tehdä aloitetta. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 157.) Yksinäisyys voi olla monen erityisoppilaan ongelma. Luonnon avulla voitaisiin puuttua erityisoppilaiden aktiiviseen tai passiiviseen yksinäisyyteen. Jos erityisoppilas kärsii ujoudesta tai hiljaisuudesta, voi hänen sosiaalinen asemansa muuttua luonnossa ollessa puheliaaksi ja avoimeksi. Jos erityisoppilas kärsii surullisuudesta tai arkuudesta, voi hän saada luonnosta mielihyvää ja rohkeutta. Opinnäytetyö tuloksissa opettajat kuvasivat erityisoppilaita innostuneiksi, iloisiksi, rohkeiksi, avoimiksi ja reippaiksi luonnossa.



Kronqvistin ja Pulkkisen (2007, 156) mukaan toiset lapset alkavat helposti syrjiä, jos lapsen käyttäytymismalliksi alkaa vakiintua aggressiivinen ja toisia vahingoittava toiminta. Mikäli lapsella ei ole käytössään muita keinoja tai häneltä puuttuvat prososiaaliset keinot, syrjiminen voi olla erityisen suuri riski hänen kehitykselleen. Opinnäytetyötuloksien perusteella, luonto lievittää aggressiivisen erityisoppilaan oireilua. Aggressiivisuus voi olla monen erityisoppilaan ongelma ja he eivät itse välttämättä ymmärrä käytöstään. Luonto voi tarjota tähänkin ongelmaan ratkaisua. Opettajien haastatteluista tuli ilmi, että ylivilkkaista ja aggressiivisista erityisoppilaista muuttui pienen eläimen äärellä empaattisia yksilöitä. Myös metsä koettiin ylivilkkautta ja aggressiivisuutta lievittävänä paikkana, jossa erityisoppilaat voivat harjoitella voimankäyttöään turvallisesti sekä kuluttaa ylimääräistä energiaansa. Myös Salosen (2010, 43) mukaan luontokokemukset lievittävät lasten ylivilkkausoireita. Luukon (2014, 40–44) mukaan eläin auttaa saamaan uusia näkökulmia ongelmatilanteiden ratkaisemiseen ja esimerkiksi koiran läsnäolo rauhoittaa.

Kronqvistin ja Pulkkisen (2007, 36–37) mukaan sosiaalisen kehityksen kautta ihminen tulee tietoiseksi omasta erillisyydestään ja samalla tarpeestaan liittyä muihin. Minäkäsityksen perusta on sosiaalisessa toiminnassa, jolloin yksilö pohtii itseen liitettyjä ajatuksia, käsityksiä ja arviointeja. Opinnäytetyötuloksista tuli ilmi, että luonnossa on paljon monipuolista ja yhteistä toimintaa erityisoppilaille, kuten leikkejä ja pelejä. Erityisoppilaiden mielestä ryhmäleikit ovat hauskoja. Luonto auttaa erityisoppilaita tulemaan avoimiksi ja näin vuorovaikutus voi olla luonnossa helpompaa. Nämä yhteistoiminnat auttavat erityisoppilaita tulemaan tietoiseksi omasta erillisyydestään ja se taas auttaa minäkäsityksen kehityksessä. Parikka-Nihti ja Suomela (2014, 77–78) ovat kirjoittaneet, että lapsen motoriikan kehityksen, leikin ja ajattelun välillä on tärkeä yhteys. Erilaiset leikit ja pelit kehittävät myös vuorovaikutus taitoja.

Erityislasten ja -nuorten terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen luontolähtöisillä menetelmillä ilmeni siten, että luontolähtöiset menetelmät edistävät erityislasten ja -nuorten fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista terveyttä ja hyvinvointia. Anttila ja Nygård (2016, 18–19) ovat tutkineet, että luontolähtöiset menetelmät auttavat esikouluikäisiä lapsia rauhoittumaan ja heidän aktiivisuutensa liikuntaan lisääntyy. Luontolähtöisillä menetelmillä on myös terveydellisiä vaikutuksia, kuten sairasteluiden vähenemistä. Parikka-Nihti ja Suomela (2014, 77) ovat kirjoittaneet, että luonto on monipuolinen toimintaympäristö ja voi toimia terapeuttisena sekä tuottaa hyvää oloa. Luonnon vaikutukset hyvinvointiin (n.d.) kertoo myös, että luonnolla on ihmiseen terveyttä ja hyvinvointia edistäviä vaikutuksia, kuten stressin lieventymistä, mielialan kohenemistä ja sosiaalista hyvinvointia. Opinnäytetyöstä saadut tulokset vahvistavat näitä aikaisempia tutkimustuloksia, sillä erityisoppilaista tulee luonnossa liikunnallisempia ja heidän kuntonsa kasvaa. Luonnosta erityisoppilaat saavat raitista ilmaa ja aurinkoa, joka vaikuttaa jaksamiseen ja yleisesti terveyteen ja hyvinvointiin. Erityisoppilaat rauhoittuvat ja virkistyvät myös luonnossa.

Salosen (2010, 81—82) mukaan eläimen läsnäolo rauhoittaa ja rentouttaa. Ihminen saa mielihyvää hoitamalla tai silittelemällä eläintä. Eläin toimii rauhoittumisen ohella eräänlaisena peilinä ja harjoituskumppanina vuorovaikutustilanteessa. Emotionaalisesti haastavat lapset saavat eläimen kanssa koetun tunnesuhteen kautta kokea huolenpitoa, välittämistä ja vastuuta. Opettajien haastatteluista kävi myös ilmi, että eläimet rauhoittavat ylivilkkaita ja aggressiivisia erityisoppilaita. Erityisoppilaat tietävät kuinka eläin rauhoittaa ja tämän vuoksi haluaisivat päästä silittelemään eläimiä. Erityisoppilaan on myös helppo lähestyä eläimiä, koska erityisoppilas saa olla oma itsensä eläimen kanssa. Salosen (2010, 56—58) mukaan eläimen kanssa ihminen pystyy vapautumaan sosiaalisista odotuksista, joita on yleensä ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa. Hyväksynnän kokemus saavutetaan ”olemalla oma itsensä”. Opinnäytetyötuloksista ilmeni myös, että eläin on vilpittömän ilman mitään taka-ajatuksia. Eläimen kanssa toimiminen lisää erityisoppilaan itse arvostusta ja antaa onnistumisen kokemuksia, kun eläin pysyy rauhallisena erityisoppilaan kanssa ja hän huomaa voitavansa tuottaa eläimelle iloa silittämällä tätä. Salosen (2010, 56) mukaan myönteisen minäkuvan ydin on hyväksynnän tunteessa. Hyväksyntä ilman suorituksen ja onnistumisen painetta tai epäonnistumisen pelkoa, kasvat-  
taa myönteistä minäkuva.

Luonnon toimiminen oppimisympäristönä ilmeni siten, että luonto toimii erityislasten ja -nuorten oppimisympäristönä ja luonto-opetuksessa on omat haasteensa. Parikka-Nihti ja Suomela (2014, 81—82) ovat kirjoittaneet, että hyvä ympäristö innostaa havaintojen tekoon ja tukee lapsen kasvua ja kehitystä jokaisella osa-alueella. Salosen (2010, 30) mukaan metsä kannustaa lasta loputtomasti toimintaan, luovuuteen, yhteisleikkiin, yksinoloon ja rauhoittumiseen. Opinnäytetyötuloksista ilmeni, että luontoympäristö tukee erityisoppilaiden kasvua ja kehitystä kokonaisvaltaisesti. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet (2014, 29—30) vaatii, että oppimisympäristöjen tulee tukea oppimista, vuorovaikutusta ja kasvua. Oppimisympäristöissä tulee olla mahdollisuuksia luoviin ratkaisuihin sekä asioiden tarkasteluun ja tutkimiseen eri näkökulmista. Oppilaita innostaa oman osaamisen kehittämiseen: onnistumisen kokemukset ja elämykset erilaisissa ympäristöissä ja oppimistilanteissa. Opinnäytetyö tuloksista ilmeni, että luontolähtöiset menetelmät tukevat erityisoppilaiden oppimista, sosiaalisuutta ja kokonaisvaltaista kasvua ja kehitystä. Näin ollen luonto on hyvä oppimisympäristö erityisoppilaille. Tuloksista tuli myös ilmi, että erityisoppilaat saavat onnistumisen kokemuksia ja elämyksiä luonnosta, joka auttaa motivaation ja minäkuvan kehittymisessä.

Luontoympäristön hyödyntämisessä on myös haasteita. Luonto-opetuksen haasteiksi ilmeni ulkoiset tarpeet, tekijät ja vaikuttimet, organisoinnin hankaluus, oppilaiden orientoituminen luonto-opetukseen vaikeaa, yksilöllisyystekijöiden huomioonottaminen luonto-opetuksessa ja oppimisen tavoitteet eivät täyty vain retkillä. Haasteiksi koettiin talouskysymykset,

joista luontoretket ja -tapahtumat ovat hyvin riippuvaisia. Resursseja tarvitaan luontoon menemiseen, koska osa erityisoppilaista tarvitsee saattajia luontoon halutessaan. Luonto-opetus on myös säästä ja ajasta riippuvaisista. Opettajien mieltymykset vaikuttavat luonto-opetuksen toteuttamiseen, koska opettajat valitsevat opetuksensa toimintatavat ja ympäristön. Ennakkovalmistelut ja organisointi koettiin haasteellisemmaksi luonto-opetuksessa kuin luokkaopetuksessa, koska turvallisuus ja ohjeistus tulee ottaa luonto-opetuksessa paremmin huomioon. Näin ollen, opettajat kokivat luokkaopetuksen tutumpana, turvallisempaan ja helpompana toteuttaa.

Opettajat kokivat eläimen tuomisen luokkatilaan haasteellisena, koska oppilaiden allergiat tulee ottaa huomioon, ja esimerkiksi luokkakoiralla tulee olla koulutus luokkakoirana toimimiseen. Erityisoppilaiden orientoituminen luonto-opetukseen koettiin myös haastavana, koska erityisoppilaiden on vaikea keskittyä luonnossa, he ovat vilkkaita luontoon päästessään ja heillä saattaa olla pelkoja tai ahdistuksen tunteita luontoa kohtaan. Näistä edellisistä tuloksista päätellen ja erityisopettajilta saadun aineiston mukaan, luonto-opetus ei sovi kaikille erityisoppilaille. Erityisoppilaiden oppimisen tavoitteita ei voida saavuttaa yhdellä luontoretkellä vaan retkien tulisi olla säännöllisiä. Erityisopettajat ovatkin sitä mieltä, että luonto ympäristöä kannattaa käyttää opetuksessa sopivasti. Oppimisympäristön vaihtelu koulun sisätilojen ja luontoympäristön välillä tasapainoisesti, on erityisopettajien mielestä paras vaihtoehto opetuksellisesti.

Parikka-Nihti ja Suomela (2014, 81–82) ovat kirjoittaneet, että ympäristön tarjoamat mahdollisuudet ovat siis laajat. Hyvä ympäristö innostaa havaintojen tekoon ja tukee lapsen kasvua ja kehitystä jokaisella osa-alueella. Salosen (2010, 30) mukaan metsä kannustaa lasta loputtomasti toimintaan, luovuuteen, yhteisleikkiin, yksinoloon ja rauhoittumiseen. Opinnäytetyötuloksista tuli myös ilmi, että luonto on monipuolinen oppimisympäristö, joka tukee erityisoppilaiden kasvua ja kehitystä sekä terveyttä ja hyvinvointia joka osa-alueella. Luonto motivoi erityisoppilaita, heistä tulee kekseliäämpiä, sosiaalisempia ja rauhallisempia.

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet (2014, 29–30) vaatii huomioonottamaan oppilaiden yksilölliset tarpeet suunniteltaessa oppimisympäristöä. Oppilaille voi olla tuen tarpeen mukaan räätälöityjä oppimisympäristöjä. Oppimisympäristöjen tulee kattaa oppilaiden kokonaisvaltainen hyvinvointi ja ympäristöjen tulee olla turvallisia, terveellisiä ja edistää oppilaiden ikäkauden ja edellytysten mukaista tervettä kasvua ja kehitystä. Opinnäytetyötuloksien perusteella, luonto-oppimisympäristönä ei sovellu kaikille erityisoppilaille erinäisistä syistä. Oppimisympäristöt tuleekin valita sen mukaan, mikä on oppilasryhmän kannalta järkevää ja mahdollista. Luonto oppimisympäristönä tarjoaa paljon mahdollisuuksia kasvun ja kehityksen sekä terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen, mutta oppimisympäristön valinnassa tulee ottaa huomioon erityisoppilaiden yksilöllisyys. Turvallisuuskysymykset tulee ottaa myös huomioon käytettäessä luontoa

oppimisympäristönä, koska luontoympäristö voi olla laaja ja ennalta arvaamaton. Opinnäytetyötuloksien perusteella luokka oppimisympäristönä on helpompi kuin luonto, koska luokka on kaikille tuttu, se on turvallinen ja erityisoppilaat tietävät kuinka toimia siellä.

## 10.2 Eettisyys

Tässä opinnäytetyössä on pyritty käyttämään hyvää tieteellistä käytäntöä tutkimuseettisen neuvottelukunnan (TENK) laatimien ohjeiden mukaisesti. Opinnäytetyö on suunniteltu ja toteutettu asianmukaisesti ammattikorkeakoulussa vaaditun suunnitelman pohjalta. Tutkimukselle on hankittu vaadittavat luvat Tölön koulun rehtorilta. Opinnäytetyön eettisenä periaatteena on ollut erityislasten ja -nuorten terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen sekä Forssan seudun Green Care -klusterihankkeen kehittäminen tulevaisuudessa parempaan suuntaan. Opinnäytetyöhön osallistumisen lähtökohtana on ollut itsemääräämisoikeus, joka on tehnyt tutkimukseen osallistumisesta vapaaehtoista ja antanut tutkittaville mahdollisuuden kieltäytyä tutkimukseen osallistumisesta. Opinnäytetyöhön osallistuminen on ollut aidosti vapaaehtoista. Osallistujat ovat tienneet tutkimuksen luonteen, koska he ovat saaneet saatekirjeen (Liite 1) ja allekirjoittaneet suostumuslomakkeen ennen haastattelua (Liite 2). Osallistujille on kerrottu oleellinen tieto tutkimuksesta ja heille on vastattu heitä askarruttaviin kysymyksiin. Osallistujat ovat saaneet tutkijan yhteystiedot, jotta pystyivät olemaan yhteydessä tarvittaessa tutkijaan. Tutkimustyö on ollut oikeudenmukaista eli kaikki tutkimukseen osallistuvat ovat olleet tasa-arvoisia katsomatta kulttuuriseen uskomukseen, tapoihin tai elämäntapaan. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 212–225; TENK 2012.)

Opinnäytetyöstä saadut tiedot eli aineistot on säilytetty tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimuksien mukaisesti muilta salassa. Tutkimukseen osallistujien anonymiteetti on säilytetty, koska kyseessä on ollut pieni koulu ja paikkakunta. Opinnäytetyössä murresanat on pyritty muokkaamaan yleiskielelle, jotta omaperäisestä murteesta ei voitaisi tunnistaa tutkittavia. Opinnäytetyössä on noudatettu rehellisyyttä ja yleistä huolellisuutta käymällä aineisto useaan kertaan läpi ja pohtien tulosten luotettavuutta. Opinnäytetyössä on viitattu asianmukaisesti muiden tutkijoiden julkaisuihin ja noudatettu tekijänoikeuksia merkitsemällä lähteet opinnäytetyöhön. Opinnäytetyössä on noudatettu kaikkia tutkimuseettisiä pykäliä. Plagiointia, tulosten sepittämistä tai vähättelyä, opinnäytetyössä ei ole harrastettu. Tämän opinnäytetyön etiikkaa on ohjannut myös Suomen lait ja asetukset. Opinnäytetyöstä raportoidaan julkisesti, Hämeen ammattikorkeakoulun hoitotyön opinnäytetyösarjassa. Opinnäytetyö on toteutettu kokonaisuudessaan eettisesti. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 212–225; TENK 2012.)

### 10.3 Luotettavuus

Kvalitatiiviseen tutkimusmetodiin päädyttiin, koska haluttiin lisätä ymmärrystä tutkittavasta ilmiöstä (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 65). Opinnäytetyössä on haettu vastauksia opinnäytetyön aihealueen kolmeen tutkimuskysymykseen ja niihin on saatu vastauksia aineistosta, joten tutkimus on ollut validi. Opinnäytetyön tutkimusmenetelmänä on ollut yksilöhaastattelu, joka on pyritty toistamaan samanlaisesti kuusi kertaa eri erityisopettajille. Erityisopettajat ovat antaneet samansuuntaista aineistoa, joka voi viitata reliabiliteettiin eli tutkimustulosten toistettavuuteen. Kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuuden arvioimiseen, ei kuitenkaan riitä vain validiteetin ja reliabiliteetin arvioiminen. (Tuomi & Sarajärvi 2012, 136.)

Kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuutta arvioitaessa, otetaan huomioon myös uskottavuus, siirrettävyys, riippuvuus ja vahvistettavuus. Opinnäytetyön uskottavuuteen ovat vaikuttaneet tutkijan (NR) ymmärrys aiheen käsitteellistämisestä ja tulkinta tutkittavien käsityksistä. Esimerkiksi teema-haastattelurungon kysymysten asettelu ja ymmärrettävyys sekä tutkijan (NR) tulkinnat aineistosta, ovat vaikuttaneet opinnäytetyön uskottavuuteen. Opinnäytetyössä on kuvattu ja perusteltu riittävästi tutkimukseen valittua otantaa, joka lisää tutkimuksen uskottavuutta. Aineiston totuudenmukaisuuteen on vaikuttanut erityisopettajien rehellisyys haastattelu-tilanteissa, jota on vaikea arvioida. (Tuomi & Sarajärvi 2012, 138.) Opinnäytetyön uskottavuuteen ovat myös vaikuttaneet tutkijan (NR) subjektiivisuus ja objektiivisuus. Esimerkiksi yksintyöskentely ja aiheen kiinnostavuus ovat vaikuttaneet tutkimuksen uskottavuuteen. Yksintyöskentely ja aiheen kiinnostavuus ovat voineet aiheuttaa holistista harhaluuloa, jota on pyritty välttämään käymällä aineistoa useaan otteeseen lävitse ja vertaamalla alkuperäisilmauksia tutkimuksesta saatuihin tuloksiin. Näin tutkija (NR) on pyrkinyt säilyttämään neutraalin otteen, tutkimuksen löydöksiä kohtaan. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 197–198.)

Opinnäytetyön siirrettävyys ilmenee siten, että tutkimusprosessi on pyritty kuvaamaan mahdollisimman tarkasti. Opinnäytetyötä on ohjannut alusta alkaen opinnäytetyösuunnitelma, jonka mukaan opinnäytetyö on edennyt. Opinnäytetyöhön käytetyistä lähteistä enemmistö on tutkittua tietoa ja alan kirjallisuutta, ja ne on merkitty Hämeen ammattikorkeakoulun ohjeiden mukaisesti sekä tekstiin että lähdeluetteluun. Teemahaastattelurunko on laadittu teoriaosuuden pohjalta, jotta tutkimuskysymyksiin saataisiin luotettavia ja kattavia vastauksia. Opinnäytetyön vaiheet on käyty selkeästi lävitse ja tulosten raportoinnissa on käytetty havainnollistavia taulukoita, kuvia ja lainauksia tutkimusaineistosta. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 197–198.)

Riippuvuudessa eli totuudellisuudessa voidaan tarkastella tutkimuksen luotettavuutta muun muassa triangulaation avulla (Willberg 2009). Tutkimusaineiston triangulaatiossa, tutkimusaineistoa tulisi kerätä monelta eri

tiedonantajaryhmältä. Opinnäytetyössä on ollut vain yksi tiedonantajaryhmä eli erityisopettajat. Tutkijaan liittyvässä triangulaatiossa tulisi olla tutkijoina mahdollisimman monia henkilöitä. Opinnäytetyössä on ollut vain yksi tutkija (NR), joka on aloittelija tutkimuksen tekemisessä. Teoriaan liittyvässä triangulaatiossa otetaan huomioon monia teoreettisia näkökulmia. Opinnäytetyössä on pyritty käyttämään monia tieteelliselle tiedolle soveltuvia lähteitä, mutta lähteiden monipuolisuus on ollut opinnäytetyössä kuitenkin hieman puutteellista. (Tuomi & Sarajärvi 2012, 144–145.)

Methodinen triangulaatio jaetaan kahteen osa-alueeseen: metodien sisäiseen ja väliseen alaluokkaan. Metodien sisäisessä alaluokassa tutkija valitsee yhden metodin, esimerkiksi kyselyn, ja kysyy samaa asiaa monin eri tavoin. Metodien välisessä alaluokassa tutkija käyttää eri tutkimusmetodeja samaan tutkimusilmiöön. Opinnäytetyössä käytettiin teemahaastattelurunkoa, jonka teema-alueiden mukaan haastattelut etenivät. Tutkija (NR) esitti kuitenkin haastatteluiden aikana erilaisia tarkentavia kysymyksiä haastatteluissa syntyneisiin keskusteluihin liittyen. Teemahaastattelurunko oli kaikille tutkittaville sama, mutta tarkentavat kysymykset olivat erilaisia jokaiselle tutkittavalle. Jokainen haastattelu oli yksilöllinen, ja syntyi tutkijan (NR) ja tutkittavan vuorovaikutuksesta. Opinnäytetyössä käytettiin vain yhtä tutkimusmetodia, joka oli kvalitatiivinen lähestymistapa. (Tuomi & Sarajärvi 2012, 144–145.)

Opinnäytetyön vahvistettavuus ilmenee siten, että tutkimustulosten esittäminen ja tarkastelu on tehty mahdollisimman seikkaperäisesti, jotta lukija pystyisi seuraamaan tutkijan päättelyä ja arvioimaan sitä. Opinnäytetyössä käytetyt lähteet, kuten aikaisemmat tutkimukset, tukevat opinnäytetyössä saatuja tutkimustuloksia. Opinnäytetyön vahvistettavuuteen vaikuttaa myös ulkopuolisen henkilön, kuten toimeksiantajakoulun ja ohjauksen opettajan, antama arvio tutkimusprosessin toteutumisesta. (Tuomi & Sarajärvi 2012, 138; Willberg 2009.)

#### 10.4 Johtopäätökset ja jatkotutkimusehdotukset

Johtopäätöksinä voidaan todeta, että:

1. koulussa käytettävät luontolähtöiset menetelmät tukevat erityislasten ja -nuorten kasvua ja kehitystä sekä edistävät heidän terveyttään ja hyvinvointiaan kokonaisvaltaisesti
2. luontolähtöiset menetelmät ovat hyödyllisiä erityislapsille ja -nuorille
3. luonto toimii erityislasten ja -nuorten oppimisympäristönä, mutta luonto-opetuksen toteuttamiseen liittyy haasteita
4. luontoympäristö voi olla epämiellyttävä erityislapsille ja -nuorille, joten yksilöllisyys tulee ottaa huomioon oppimisympäristöä valittaessa.

Opinnäytetyötulosten ansiosta tiedetään, että luontolähtöiset menetelmät voivat tukea erityislasten ja -nuorten kasvua ja kehitystä sekä edistää heidän terveyttään ja hyvinvointiaan kokonaisvaltaisesti. Opinnäytetyö tuotti uutta tietoa siitä, että luonnolla on erityislapsiin ja -nuoriin samankaltaisia vaikutuksia kuin enemmistö ryhmiin. Opinnäytetyössä käytetyt lähteet perustuivat enemmistö ryhmiin eli niin sanottuihin normaali ryhmiin, koska luonnon hyödyllisyydestä erityisryhmille ei ole vielä paljon tutkittua tietoa. Näin opinnäytetyö vahvisti myös erityisryhmien eli erityislasten ja -nuorten saamia hyötyjä luontoympäristöstä ja luontolähtöisten menetelmien käytöstä.

Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa uutta tietoa luontolähtöisten menetelmien hyödyllisyydestä erityislapsille ja -nuorille Forssan seudulla. Opinnäytetyötulosten perusteella voidaankin todeta, että luontolähtöiset menetelmät ovat hyödyllisiä erityislapsille ja -nuorille Forssan seudulla. Tavoitteena oli myös tuottaa uutta tietoa siitä, miten erityislasten ja -nuorten kasvua ja kehitystä sekä terveyttä ja hyvinvointia voidaan tukea ja edistää. Opinnäytetyötulosten perusteella erityislasten ja -nuorten kasvua ja kehitystä sekä terveyttä ja hyvinvointia voidaan tukea ja edistää myös luontolähtöisten menetelmien avulla. Luontolähtöisten menetelmien hyödyllisyyttä voidaan soveltaa niin kotona, koulussa, terveystalvelujen yhteydessä kuin kolmansilla sektoreillakin.

Terveystalvelujen yhteydessä on hyvä huomioida luonnon tärkeys niin enemmistö ryhmille kuin erityisryhmillekin. Vanhempien valistaminen lapsen ja nuoren viemisestä ja totuttamisesta luontoon, voisi ehkäistä monia terveyshaittoja, kuten ylipainoisuutta tai mielenterveys ongelmia. Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (2015) ohjeistuksen mukaan vanhemmille tulee kertoa, mitä lapsi heiltä tarvitsee kehittyäkseen ja voidakseen hyvin. Opinnäytetyötulosten perusteella lapsen ja nuoren luontoon vieminen voi parhaimmillaan edistää lapsen ja nuoren liikunnallista aktiivisuutta, motoriikan kehitystä, oppimista, minäkäsityksen kehitystä ja sosioemotionaalisten taitojen kehitystä. Näin ollen vanhempia on hyvä valistaa luonnon vaikutuksista lasten ja nuorten terveeseen kasvuun ja kehitykseen. Näin lapset ja nuoret voisivat saada mahdollisimman pian kosketuksen luontoon ja sen hyvinvointi vaikutuksiin.

Opinnäytetyötulosten perusteella luonto toimii erityislasten ja -nuorten oppimisympäristönä, joten luontoa on hyvä käyttää sopivasti oppimisympäristönä, koulun sisätilojen ohella. Opinnäytetyötulosten perusteella luonto on täydellinen oppimisympäristö erityisoppilaille, koska se tukee heidän kokonaisvaltaista kasvua ja kehitystä sekä terveyttä ja hyvinvointia. Luonto-oppimisympäristön täydellisyydestä huolimatta, tulee ottaa huomioon sen toteuttamiseen liittyvät haasteet. Talouskysymyksiin, sääolosuhteisiin, aikatauluihin, resursseihin on vaikea lähteä puuttumaan, mutta opettajien mieltymyksiin ja opetuksen organisointiin voidaan jonkin verran vaikuttaa. Luonto-opetuksen haasteita ja hyötyjä tulee punnita ja opetus tulee järjestää kullekin ryhmälle sopivassa ympäristössä. Erityisoppilaiden,

joiden on vaikea lähteä luontoon, jotka kokevat kaaosmaisuuutta tai ahdistusta luonnossa, luontoon totuttamisen tulisi tapahtua vähitellen.

Jatkotutkimuksena voitaisiin tutkia yleisopetuksen oppilaiden sekä erityisoppilaiden omia kokemuksia luonnosta ja sen kiinnostavuudesta. Tutkimus voitaisiin toteuttaa havainnointitutkimuksena tai kyselytutkimuksena. Voittaisiin myös tehdä vertailututkimus, jossa olisi kaksi verokiryhmää. Toinen ryhmä voisi kasvaa varhaislapsuudesta asti luonnon äärellä, ja toinen ryhmä voisi kasvaa vain vähän luonnon äärellä. Myöhemmin voitaisiin verrata, millaisia eroavaisuuksia olisi ryhmien käyttäytymisessä, aatteissa ja arvoissa. Kolmas mielenkiintoinen jatkotutkimus olisi, kuinka luonnon rauhoittava vaikutus saataisiin luokkatilaan integroitua kokoaikaisesti. Luokkakoiraa ei ole helppo tuoda luokkaan, koska tulee ottaa huomioon allergiat ja koiran luokkakoirana toimimiseen vaatima koulutus. Vaihtoehtoisia rauhoittavia elementtejä voisivat olla esimerkiksi akvaario, terraario, viherpuutarha ja vesielementti, mutta mikä näistä toimisi luokkatilassa parhaiten rauhoittavana elementtinä.



## LÄHTEET

Anttila, S-M. & Nygård, S. 2016. Esikouluikäisten lasten ja heidän perheidensä kokemuksia luontolähtöisestä toiminnasta. Hämeen ammatti-korkeakoulu. Hoitotyön koulutusohjelma. Opinnäytetyö.

Forssan seudun Green Care -klusteri. n.d. Forssan seudun Green Care -klusterihanke. Viitattu 18.10.2016. [http://www.hamk.fi/tyoelamalle/hankkeet/green-care/tiedotteet-ja-esitteet/Documents/HAMK\\_greencare-klusteri\\_2016.pdf](http://www.hamk.fi/tyoelamalle/hankkeet/green-care/tiedotteet-ja-esitteet/Documents/HAMK_greencare-klusteri_2016.pdf)

Fyysinen terveys, kasvu ja kehitys. 2015. THL. Viitattu: 4.10.2016. <https://www.thl.fi/fi/web/lastenneuvolakasikirja/lastenneuvolatyon-perusteet/tavoitteet/fyysinen-terveys-kasvu-ja-kehitys>

Green Care. n.d. Green Care Finland ry. Viitattu 24.11.2015. <http://www.gcfinland.fi/>

Green Care -hanke. n.d. Sähköpostiviesti Homan-Helenius, P. 2015. Green Care -hanke. Sähköpostiviesti tekijälle 18.11.2015.

Green Care Suomessa. 2014. Green Care Finland ry. Viitattu 9.2.2016. <http://www.gcfinland.fi/file/original/green%20care%20suomessa%20esittely-powerpoint.pdf?fileId=95989>

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2010. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudemus.

Honkala, S., Sundström, K. & Tuominen, R. 2010. Ympäristö ja luonto. Edu.fi. Viitattu 26.1.2016. [http://www.edu.fi/perusopetus/elamankatso-mustietoa\\_perusopetuksen\\_alaluokille/opintokokonaisuuksia\\_ja\\_oppituntiesimerkkeja/ihminen\\_ja\\_maailma/ymparisto\\_ja\\_luonto](http://www.edu.fi/perusopetus/elamankatso-mustietoa_perusopetuksen_alaluokille/opintokokonaisuuksia_ja_oppituntiesimerkkeja/ihminen_ja_maailma/ymparisto_ja_luonto)

Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2013. Tutkimus hoitotieteessä. 3. uud. p. Helsinki: Sanoma Pro.

Kehityspsykologia. n.d. Utaj. Viitattu 26.1.2016. [http://www.utaj.fi/koulu/psykologia/sangin\\_opet/kehitys.html](http://www.utaj.fi/koulu/psykologia/sangin_opet/kehitys.html)

Keskeisiä käsitteitä. 2015. THL. Viitattu 25.1.2016. <https://www.thl.fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/keskeisia-kasitteita>

Koistinen, P., Ruuskanen, S. & Surakka, T. 2009. Lasten ja nuorten hoitotyön käsikirja. 1.—3. p. Helsinki: Tammi.

Kouluruokailusuositus. 2008. VRN. Viitattu: 25.10.2016. [http://www.ravitsemusneuvottelukunta.fi/attachments/vrn/kouluruokailu\\_2008\\_kevyt\\_nettiin.pdf](http://www.ravitsemusneuvottelukunta.fi/attachments/vrn/kouluruokailu_2008_kevyt_nettiin.pdf)

Kronqvist, E. & Pulkkinen, M. 2007. Kehityspsykologia. Matkalla muutokseen. 1. p. Helsinki: WSOY.

Lasten ja nuorten liikunta. 2014. Suomen tilannekatsaus 2014 ja kansainvälinen vertailu. Viitattu: 4.10.2016. [file:///C:/Users/Tuubi/Downloads/tilannekatsaus\\_web.pdf](file:///C:/Users/Tuubi/Downloads/tilannekatsaus_web.pdf)

Luonnon vaikutus hyvinvointiin. n.d. Mielenterveystalo.fi. Viitattu: 24.10.2016. [https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/oppaat/tietoa\\_luonnon\\_hyvinvointivaikutuksista/Pages/luonnon\\_vaikutus\\_hyvinvointiin.aspx#fyysinen\\_aktiivisuus](https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/oppaat/tietoa_luonnon_hyvinvointivaikutuksista/Pages/luonnon_vaikutus_hyvinvointiin.aspx#fyysinen_aktiivisuus)

Luukko, N. 2014. Koira rauhoittaa ja kannustaa lasta autismiluokalla. *Koiramme* 11/2014, 40–44.

Moberg, S., Hautamäki, J., Kivirauma, J., Lahtinen, U., Savolainen, H. & Vehmas, S. 2015. Erityispedagogiikan perusteet. 3. uud. p. Jyväskylä: PS-kustannus.

Nurmi, J–E., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruopila, I. 2006. Ihmisen psykologinen kehitys. Helsinki: WSOY.

Parikka-Nihti, M. & Suomela, L. 2014. Iloa ja ihmettelyä. Ympäristökasvatus varhaislapsuudessa. Jyväskylä: PS-kustannus.

Pasanen, T. & Korpela, K. 2015. Luonto liikuttaa ja elvyttää. *Liikunta ja tiede* 4 (52), 4-9. Viitattu 26.11.2015. Saatavissa Medic tietokannasta: [http://www.lts.fi/sites/default/files/page\\_attachment/lt\\_4-15\\_4-9\\_lowres.pdf](http://www.lts.fi/sites/default/files/page_attachment/lt_4-15_4-9_lowres.pdf)

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet. 2014. Määräykset ja ohjeet 2014:96. Opetushallitus. Tampere: Juvenes Print.

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

Suomalaiset ravitsemussuositukset. 2014. VRN. Viitattu: 25.10.2016. [http://www.ravitsemusneuvottelukunta.fi/files/attachments/fi/vrn/ravitsemussuositukset\\_2014\\_fi\\_web.3\\_es.pdf](http://www.ravitsemusneuvottelukunta.fi/files/attachments/fi/vrn/ravitsemussuositukset_2014_fi_web.3_es.pdf)

Taulukko 1. Vilén, M., Vihunen, R., Vartiainen, J., Sivén, T., Neuvonen, S. & Kurvinen, A. 2006. Lapsuus erityinen elämänvaihe. 1. p. Helsinki: WSOY.

Terveyden ja hyvinvoinnin arvio. 2015. THL. Viitattu: 4.10.2016.  
<https://www.thl.fi/fi/web/lastenneuvolakasikirja/maaraaikaistarkastukset/laaja-terveystarkastus/terveyden-ja-hyvinvoinnin-arvio>

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2012. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje. 2012. TENK. Viitattu 10.12.2015. <http://www.tenk.fi/fi/htk-ohje>  
Tutkimus: Jo yli puolet suomalaisista on ylipainoisia - suurempi osuus kuin koskaan aiemmin. 2014. ESS. Viitattu: 4.10.2016. <http://www.ess.fi/uutiset/kotimaa/2014/05/29/tutkimus-jo-yli-puolet-suomalaisista-on-ylipainoisia---suurempi-osuus-kuin-koskaan-aiemmin>

Tyrväinen, L., Silvennoinen, H., Korpela, K. & Ylen, M. 2007. Luonnon merkitys kaupunkilaisille ja vaikutus psyykkiseen hyvinvointiin. Metlan työraportteja 52.

Vihreää hyvinvointia. n.d. Green Care Finland ry. Viitattu 26.11.2015.  
<http://www.gcf Finland.fi/MitaOnGreenCarePaavalikko;jsessionid=6E3F6899E54260CEE082F5A68DBE41C9.08>

Vilén, M., Vihunen, R., Vartiainen, J., Sivén, T., Neuvonen, S. & Kurvinen, A. 2006. Lapsuus erityinen elämänvaihe. 1. p. Helsinki: WSOY.

Willberg, E. 2009. Laadullisen aineiston luotettavuus. Viitattu: 4.11.2016.  
<https://www.jyu.fi/edu/laitokset/eri/opiskelu/opiskelu-info/prosem/laadullinen>



Hoitotyön koulutusohjelma  
Sairaanhoitaja  
Nina Rantala  
nina.ma.rantala@student.hamk.fi

## SAATEKIRJE

Hyvä vastaanottaja, kuulut tutkimukseni kohderyhmään. Olen Nina Rantala ja opiskelen sairaanhoitajaksi viimeistä vuotta Forssan yksikössä. Teen opinnäytetyöni aiheesta ” Green Care- Luonnon vaikutus lasten ja nuorten kasvuun ja kehitykseen erityispedagogiikan näkökulmasta”. Opinnäytetyöni on osana ”Forssan seudun luontolähtöinen toiminta lasten ja nuorten kasvun ja kehityksen tukena” –klusterihanketta, joka on osana Green Care Finland ry –hanketta. Hankkeen toimeksiantaja on Forssan seudun Green Care-klusteri. Opinnäytetyöni tarkoituksena on selvittää kuinka luontolähtöiset menetelmät vaikuttavat erityislapsien ja -nuorien kasvuun ja kehitykseen sekä terveyteen ja hyvinvointiin. Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa uutta tietoa luontolähtöisten menetelmien vaikutuksista erityislapsiin ja –nuoriin Forssan seudulla. Tavoitteena on myös tuottaa tietoa siitä, millä voidaan edistää erityislasten ja –nuorten terveyttä. Yhteistyökouluna opinnäytetyössäni toimii Tölön koulu, jolla on kokemusta luontolähtöisistä menetelmistä.

Opinnäytetyön tutkimusmenetelmänä on teemahaastattelu ryhmässä eli haastattelu tapahtuu kasvotusten haastateltavalle ryhmälle sopivana ajankohtana. Haastattelu nauhoitetaan tai videoidaan sopimuksen mukaan. Aikaa haastatteluun tulee varata n. 2 tuntia. Haastattelun aikana pidetään yksi tauko, jossa tarjoan pientä purtavaa haastatteluun osallistujille. Aineiston keruu tapahtuu toukokuun aikana 2016.

Tutkimuksessa noudatetaan tutkimuseettisen neuvottelukunnan laatimia ohjeita ja tutkimus tehdään tieteellisentutkimuksen ohjeiden mukaisesti. Anonymiteetti säilytetään koko tutkimuksen ajan ja tutkimuksesta saatu aineisto säilytetään muilta salassa.

Opinnäytetyön tulokset julkistetaan julkisessa opinnäytetyön raportointi tilaisuudessa viimeistään jouluna 2016.

Pyydänkin nyt teitä mitä hartaimmin osallistumaan tutkimukseeni, jolla voitaisiin tulevaisuudessa parantaa erityislasten ja -nuorten kasvun ja kehityksen tukemista sekä heidän terveyttä ja hyvinvointia. Tutkimukseen osallistuminen on kuitenkin vapaaehtoista.

Kiitos vaivannäöstänne ja mahdollisesti tutkimukseen osallistumisesta sekä erityislasten ja –nuorten terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen kehittämisestä!

Kunnioitavasti,

*Nina Rantala*

**SUOSTUMUS OPINNÄYTETYÖHÖN  
OSALLISTUMISESTA**

Hämeen ammattikorkeakoulu  
Hoitotyön koulutusohjelma  
Wahreninkatu 11  
30100 Forssa

Suostun Hämeen ammattikorkeakoulussa tehtävän opinnäytetyön tiedonantajaksi

Opinnäytetyön aihe \_\_\_\_\_

Opinnäytetyön tekijät \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Opinnäytetyötä ohjaava opettaja \_\_\_\_\_

**Opinnäytetyön toteutus**

Aineistonkeruun menetelmä ja aikataulu

Aineiston käsittely ja raportointi

Olen saanut riittävästi tietoa opinnäytetyöstä ja siihen liittyvästä aineiston keruusta. Olen selvillä, että minuun liittyviä tietoja käsitellään luottamuksellisesti ja ainoastaan tässä opinnäytetyössä. Opinnäytetyöhön osallistuminen on vapaaehtoista. Voin halutessani keskeyttää opinnäytetyöhön osallistumisen ja kieltää minua koskevan tiedon käyttämisen opinnäytetyössä.

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_ 20\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Opinnäytetyöhön osallistujan allekirjoitus

## **TEEMAHAASTATTELU**

### **1) Henkilökunnan taustat**

- ammattinimikkeet
- ammattinharjoittamisen vuodet
- täydennyskoulutukset
- luontolähtöisten menetelmien käyttö tai luonnon käyttäminen opetuksessa

### **2) Oppilaiden taustat**

- ikäluokat
- yleisimmät oppimisvaikeudet tai -ongelmat
- tiedossa oleva luontolähtöisten menetelmien käyttö

### **3) Luonto ja luontolähtöisyys**

- mitä luonto on ja miten määrittäisitte sen?
- mitä luontolähtöisyys on ja miten määrittäisitte sen?
- mitä tiedätte luonnon vaikutuksista ihmiseen?
- onko Green Care teille käsitteenä tuttu?

### **4) Kasvu ja kehitys sekä luontolähtöisyys**

- Miten määrittäisitte kasvun ja kehityksen?
- Mitkä tekijät vaikuttavat erityislasten ja -nuorten kasvuun ja kehitykseen, ja kuinka niitä voidaan tukea?
- Miten erityislasten ja -nuorten kasvua ja kehitystä voidaan tukea?
- Miten luontolähtöiset menetelmät tukevat erityislasten ja -nuorten kasvua ja kehitystä?

### **5) Terveys ja hyvinvointi sekä luontolähtöisyys**

- Miten määrittäisitte terveyden ja hyvinvoinnin?
- Mitkä tekijät vaikuttavat erityislapsen ja -nuoren terveyteen ja hyvinvointiin?

-Miten erityislasten ja -nuorten terveyttä ja hyvinvointia voidaan tukea?

-Miten luontolähtöiset menetelmät tukevat erityislasten ja -nuorten terveyttä ja hyvinvointia?

-Miten luontolähtöiset menetelmät vaikuttavat erityislasten ja -nuorten koko olemukseen: fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen?

## **6) Oppimisympäristö sekä luontolähtöisyys**

-Miten luonto toimii erityislasten ja -nuorten oppimisympäristönä?

-Kuinka usein käytätte luontoa oppimisympäristönä?

-Miten luonnossa opettaminen eroaa luokassa opettamisesta?

-Kumpaa oppimisympäristöä suositte mieluiten?

-Millaisia havaintoja olette tehneet erityislasten ja -nuorten käytöksessä tai olemuksessa luonnossa opettamisen aikana?

-Millaisia havaintoja olette tehneet erityislasten ja -nuorten käytöksessä tai olemuksessa luonnossa opettamisen jälkeen?

-Mitä mieltä itse olette luontolähtöisten menetelmien käytöstä erityislasten ja -nuorten kanssa?

## **7) Vapaa keskustelu**

-Kysymyksiä, mieltä askarruttavia asioita tai lisättävää aikaisempiin kysymyksiin koskien tutkimusta

-Haastattelun haasteellisuus, luotettavuus ja onnistuminen

-Muuta kommentoitavaa