

Juha Yli-Talonen

LUONTOAVUSTEISUUS LASTENSUOJELUN
SIJAISHUOLLOSSA

Sosiaalialan koulutusohjelma
2019



Satakunnan ammattikorkeakoulu
Satakunta University of Applied Sciences

LUONTOAVUSTEISUUS LASTENSUOJELUN SIJAISHUOLLOSSA

Yli-Talonen, Juha
Satakunnan ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan koulutusohjelma
Huhtikuu 2019
Ohjaaja: Lepistö, Heli
Sivumäärä:28
Liitteitä:1

Asiasanat: Green Care, retkeily, valokuvaus, lastensuojelun sijaishuolto

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli tuoda sijoitetuille lapsille ja nuorille luontoavusteisen toiminnan hyödyt tutuiksi ja koetuiksi, sekä samalla kehittää Green Care toimintamallia osaksi Perhekeskus Harjulan toimintaa, retkeilyn ja valokuvauksen näkökulmasta. Retket sisälsivät ympäristö-kasvatusta, jonka avulla lapset oppivat omalta osaltaan arvostamaan luontoa ja sen ainutlaatuisuutta.

Projektin tavoitteena oli saada lapset innostumaan ja osallistumaan luonto-retkille, sekä niiden suunnitteluun. Projektin tavoitteena oli tehdä retkistä kuntouttavia, elämyksellisiä oppimis-kokemuksia, joissa mukana oli valokuvaus. Valokuvaus antaa mahdollisuuden retkien ikuistamiseen, jakamiseen ja muistojen säilyttämiseen. Lasten ottamista luontokuvista tuotoksena syntyi valokuvanäyttely Harjulaan.

Lapset kokivat, että luonnossa liikkuminen vähensi stressiä ja virkisti heidän mielialaansa. Luonnossa liikkumisella on todettu olevan parantava vaikutus psyykkiseen, fyysiseen, sekä sosiaaliseen hyvinvointiin. Hyvinvointikokemukset syntyvät eri aistien välittämänä. Tämä projektin vaikutukset näkyivät lasten innostumisella ulkoilusta ja retkeilystä, sekä valokuvauksesta. Luonnon hyvinvointivaikutukset tulivat selkeästi esille lasten haastatteluista. Luonnolla oli myös sosiaalista hyvinvointia lisäävä vaikutus.

NATURE-ASSISTANCE IN CHILD WELFARE UNIT

Yli-Talonen, Juha
Satakunta University of Applied Sciences
Degree Programme in Social Services
April 2019
Supervisor: Lepistö, Heli
Number of pages:29
Appendices:1

Keywords: Green Care, Expedition, photography, child welfare

The purpose of this thesis was to bring the advantages of nature-assisted activities to children and youth in child welfare by experience. Simultaneous purpose was also to develop Green Care as a part of operating model for Perhekeskus Harjula from nature activities and Photographing's viewpoint. The expeditions included environmental education that will help children value nature and its uniqueness.

The goal of the project was to get children excited and take part to expeditions, and to planning. Other goals are that expeditions are rehabilitative in experience that involve Photographing. Photographing gives the possibility to commemorate, share and re-live memories. We held a photo-exhibition in Perhekeskus Harjula from the photos that the children took.

The children experienced nature to ease their stress and refresh their mood. It has been discovered that moving in the wild has a healing effect to physical, psychological and social well-being. These experiences of well-being are created through different senses. The effects of this project are visible in the children's interest towards the nature, camping and photography. Answers were also shown in interviews. Nature also has an effect to increase communality.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	5
2	PERHEKESKUS HARJULA YHTEISTYÖKUMPPANINA	6
3	SIJAISHUOLTO JA LUONTOAVUSTEISUUS.....	7
3.1	Lastensuojelun sijaishuolto.....	7
3.2	Sijaishuollon tehtävät.....	8
3.3	Lastensuojelulaki	8
3.4	Omaohjaajuus	9
3.5	Green care – luontoavusteisuus	10
3.6	Retkeily luontoavusteisena toimintana	12
3.7	Jokamiehen oikeudet.....	13
3.8	Valokuvaus	13
4	OPINNÄYTETYÖPROJEKTIN TAVOITE JA TARKOITUS	14
4.1	Toiminnallinen opinnäytetyö ja haastattelu	14
5	LUONTOPROJEKTIN TOTEUTUS.....	16
5.1	Retkien suunnittelu ja tavoitteet.....	16
5.2	Luontoretket.....	17
5.3	Retki Lauhavuoren kansallispuistoon	17
5.4	Retki lähimetsään.....	19
5.5	Retkellä yön yli	20
6	POHDINTA.....	23
6.1	Irti virtuaalimaailmasta	23
6.2	Työn tulosten arviointi	25
	LÄHTEET.....	28
	LIITTEET	

1 JOHDANTO

Olen aina ollut kiinnostunut luonnosta ja sen terveysvaikutuksista. Sosionomi opintojeni alkuvaiheessa pääsin tutustumaan Green Careen. Pidin ensimmäisen esitelmäni eläinavusteisesta työstä. Tästä lähti ajatus siitä, miten voisin tuoda sosionomiopinnoissani oppimani luontoavusteisen näkökulman suoraan työhöni omaohjaajana lastensuojelun sijaishuollossa. Opintojeni ohessa hankin lisätietoa luontoavusteisuudesta.

Luonnon moninaisuutta ja elvyttävää voimaa hyödynnettiin tässä opinnäytetyössä. Paljon luonnossa liikkuvilla on puolet vähemmän mielenterveysongelmia, kuin niillä jotka eivät liiku luonnossa. Pelkkä luontoon meneminen, luontokuvien näkeminen ja ikkunasta ulos katsominen ovat terapiaa mielelle (Juusola 2016, 8).

Toimeksiantaja tälle opinnäytetyölle oli lastensuojelulaitos Perhekeskus Harjula, jossa Green Care toiminnan kehittäminen sijaishuollossa luontoavusteisuuden kautta koetaan tärkeänä. Toiminnallinen osuus sisälsi neljä luontoavusteista retkeä, joissa mukana oli luontokuvaus. Luontoretkille osallistui kaksi Perhekeskus Harjulaan sijoitettua poikaa. Luontoretket suuntautuivat erilaisiin luontoympäristöihin ja ne olivat erilaisia oppimiskokemuksia lapsille. Perhekeskus Harjula on profiloitumassa luontoympäristöä kuntoutuksessa hyödyntäväksi lastensuojelulaitokseksi. ”Viimeisimpänä tärkeänä toiminnanmuotona on otettu käyttöön metsä- ja laavuretket, joilla pyritään kuntouttamaan lasten arjen hallinnan taitoja” (Harjula, 2018, 9).

Opinnäytetyön teoriaosuudessa perehdytään luonnon hyvinvointivaikutuksiin, sekä tarkastellaan luontoavusteisuuden hyödyntämistä sosiaalialalla. Tämän toiminnallisen opinnäytetyön aihe syntyi kiinnostuksestani luontoon, luonnossa toimimiseen ja valokuvaukseen. ”Toiminnallisuus on osoittautunut hyväksi tavaksi työskennellä huostaan otettujen lasten ja nuorten kanssa. Erilaiset seikkailu-, toimintaelämykset ja

kokemukset ovat hyvä lähtökohta lapsen kuntoutumiselle. Toiminnallisuuden kautta päästään usein pureutumaan myös vaikeisiin tunne-elämän ongelmiin” (THL, 2019.)

Opinnäytetyön toiminnallinen osuus toteutettiin Perhekeskus Harjulaan sijoitetuille kahdelle omaohjattavalle lapselle. Retket tehtiin syksyllä 2018. ”Useissa laitoksissa käytetään omahoitajaa eli lapselle nimetään saapumisvaiheessa omahoitaja/-t, jotka ovat päävastuussa lapsen asioista. Omahoitajan tehtävänä on tukea lasta kotiutumaan laitokseen, luoda kokonaiskuvaa lapsen sen hetkisestä ja aikaisemmasta elämästä ja kasvuympäristöstä, pitää yhteyttä viranomaisverkostoihin, rakentaa lapsen arkea laitoksessa jne.” (THL, 2019.) Lastensuojelulaitos Perhekeskus Harjulassa käytetään nimikettä omaohjaaja.

2 PERHEKESKUS HARJULA YHTEISTYÖKUMPPANINA

Toimin ohjaajana ja omaohjaajana Perhekeskus Harjulassa, joka on yksityinen lastensuojelulaitos Kauhajoella. Perhekeskus Harjulassa on jo vuosia toimittu luontoa kunnioittaen ja esim. ekologisuus huomioon ottaen. Lastensuojelulaitoksen miljöö antaa erinomaiset puitteet toteuttaa Green Care ajattelumallia. Perhekeskus Harjulan toiminta aloitettiin 19 vuotta sitten kyläkoulun loputtua Harjan kylässä, 12 kilometriä Kauhajoen keskustasta.

Tilat ovat vanhasta kyläkoulusta muokattu lastensuojelun tarpeita vastaaviksi. Huoneet ovat avaria ja niiden isoista ikkunoista näkee suoraan luontoon. Päärakennus on rakennettu mäen päälle, mäntymetsän kupeeseen. Päärakennus on luonnon välittömässä läheisyydessä.

Lähellä virtaa Kauhajoki. Joenrannassa on oma soutuvene, joka mahdollistaa kesäisin muun muassa kalastamisen. Ulkona voi pyöräillä metsäiteitä pitkin tai käydä kävelyretkillä luonnossa. Päärakennuksen vieressä on iso nurmikenttä. Kesäisin siinä pelataan jalkapalloa tai heitellään frisbeeta ja talvisin Harjula tekee siihen ladut hiihtämistä varten koko Harjankylälle. Harjulaan on rakennettu pihapiiriin kota, sekä

laavu muutaman kilometrin päähän päärakennuksesta, metsätien viereen. Laavulle voi tehdä esimerkiksi retkiä lasten kanssa.

Perhekeskus Harjula on profiloitumassa luonnonläheiseksi lastensuojeluyksiköksi. Green Care toiminnan kehittäminen Harjulassa on lähtenyt liikkeelle Kota ry:n järjestämästä koulutuksesta henkilökunnalle. Perhekeskus Harjulassa yksi yrittäjistä on käynyt Green Care painotteisen ammattitutkinnon. Harjulassa on tällä hetkellä meillä pitkäkestoinen luontoprojekti, jossa lähialuetta kunnostetaan lapsia ja nuoria kiinnostavaksi harrastealueeksi.

Harjulan toiminta-ajatus on syrjäytymisen ehkäisemisessä, koulunkäynnin tukemisessä, sekä ikätasoisessa kasvatuksessa ja hoidossa. Lapsia tuetaan moraalisen kehityksessä, jotta he oppivat ottamaan vastuuta teoistaan ja arvioimaan syy- ja seuraussuhteita. Työote on toiminnallinen, liikunta ja luontopainotteinen. (Perhekeskus Harjulan www-sivut 2019.) Harjulan toiminta arvoissa pidetään tärkeinä, että asiakkaat tulevat kuulluiksi, nähtyiksi, vastaanotetuiksi ja rakastetuiksi omana itsenään. Muita arvoja ovat turvallisuus, koskemattomuus, tasa-arvo, oikeudenmukaisuus, yksilöllisyys, yhteisöllisyys ja toisen ihmisen sekä luonnon kunnioittaminen. (Harjula 2018, 3.)

3 SIJAISHUOLTO JA LUONTOAVUSTEISUUS

3.1 Lastensuojelun sijaishuolto

Perhe on lastensuojelun keskiössä. Suojelun tarpeen laukaisee erityisen huomion kohde lapsi tai lapset. Lastensuojelun tehtävänä on näiden ihmisten tukeminen ja työskentely paremman tulevaisuuden eteen, ottaen huomioon heidän omat voimavaransa ja odotuksensa. Lastensuojelu lähtee nimensäkin mukaan lapsen suojelun tarpeesta, se tähtää lapsen ja koko perheen kuntoutumiseen ja integrointiin takaisin muiden joukkoon. Laissa on nimetty kolme eri avainkäsitettä tukitoimille: avohuollon tukitoimet, sijaishuolto ja jälkihuolto. (Puonti, Saarnio & Hujala 2004, 77.) Tässä opinnäytetyössä on toimittu nimenomaan sijaishuollon näkökulmasta, tukemalla si-

joitettuja lapsia heidän arjessaan, luontolähtöisen hyvinvoinnin lisäämisellä ja vahvistamisella.

3.2 Sijaishuollon tehtävät

Sijaishuolto on lapsen huolenpidon järjestämistä kodin ulkopuolella. Sitä ennen on usein perheessä ollut jo avohuollolliset tukitoimet, jolloin perhettä on tuettu heidän omassa elinympäristössään. Kun nämä avohuollolliset tukitoimet ovat riittämättömät, eivätkä lapsen oikeudet täyty on “sosiaalihuollosta vastaavan toimielimen määräämä virkasuhteessa oleva sosiaalityöntekijän” (Lastensuojelulaki 3 luku 13§) tehtävä huostaanotto tai kiireellinen sijoitus, joka tarkoittaa lapsen sijoittaminen kodin ulkopuolelle. Tämä konkreettinen toimi rajaa vanhempien huoltajuutta ja siirtää lapsen arjen vastuun järjestämisen kunnan sosiaalilautakunnalle. (Puonti ym. 2004, 77.) ”Sijaishuoltoon voidaan sijoittaa vain sosiaalilautakunnan huostaanottama lapsi. Lapsen sijaishuoltoa järjestetään perhehoitona, laitoshuoltona tai muulla tarkoituksenmukaisella tavalla.” (Puonti ym. 2004, 202.) ”Lapsi voidaan sijoittaa asumaan kodin ulkopuolelle vanhempien suostumuksella myös avohuollon tukitoimena tai jälkihuollon perusteella. Tällöin kuitenkin alaikäisen huoltajilla säilyvät kaikki huoltajien oikeudet, jolloin he voivat halutessaan esimerkiksi keskeyttää sijoituksen.” (Taskinen 2010, 124.) Lastensuojelun sijaishuollon tavoitteena on tavallisen arjen, ja siihen liittyvän huolenpidon, hoidon, sekä kasvatuksen mahdollistaminen pitkänkin ajanjaksona, jonka rinnalla pyritään tukemaan lapsen sosiaalisten suhteiden ylläpito. (Puonti ym. 2004, 206.) Lastensuojelun sijaishuollon tehtävä on tarjota sijoitetulle lapselle yksilöllisiä tarpeita vastaava hoito ja huolenpito asianmukaisesti toteutettuna.

3.3 Lastensuojelulaki

”Sosiaali- ja terveydenhuollon suunnittelusta vastaavana sosiaali- ja terveystieteiden valmistelee toimialaansa kuuluvat lait ja alemmantasoiset säädökset” (Puonti ym. 2004, 21.) Lait määrittelevät vahvasti lastensuojelutyötä. Tässä opinnäytetyössä se näkyy lapsen oikeuksien, hyvinvoinnin, ja kasvatuksellisuuden huolehtimisena kodin ulkopuolella lastensuojelun sijaishuollossa. Lastensuojelulain tarkoituksena on turvata lapsen oikeus turvalliseen kasvuympäristöön, tasapainoiseen ja monipuoliseen ke-

hitykseen sekä erityiseen suojeluun. (Lastensuojelulaki 1 luku 1 §). Tässä opinnäytetyössä on keskitytty lapsen kasvuympäristön hyödyntämiseen voimaannuttavalla luontotoiminnalla. ”Lapsen asemaa ja oikeuksia sijaishuollossa säätelevät kansallisen lainsäädännön lisäksi kansainväliset ihmisoikeussopimukset. Lapsen oikeus valtion antamaan erityiseen suojeluun ja tukeen tilanteissa, joissa lapsi on tilapäisesti tai pysyvästi vailla perheen turvaa, tai jonka edun mukaista ei ole antaa hänen pysyä perhepiirissä, tunnustetaan YK:n lapsen oikeuksien sopimuksen 20 artiklassa 21.” (Hoikkala, Kojo, Tervo & Aaltonen 2017, 11.)

Lastensuojelulain toinen pykälä kertoo lapsen vanhempien ja muiden huoltajien vastuusta lapsen hyvinvointiin. Tässä pykälässä on kyse lapsen hyvinvoinnin, tasapainoisen kehityksen turvaamisesta siten kuin lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta annetussa laissa (361/1983) on säädetty. (Lastensuojelulaki 1 luku 2 §). Tässä opinnäytetyössä on nimenomaan pyritty lasten hyvinvoinnin vahvistamiseen luontoretkien kautta. Green Care toiminnassa luontoa käytetään tavoitteellisesti ihmisten hyvinvoinnin vahvistamiseksi ja ylläpitämiseksi. Terapeuttinen puutarhanhoito, eläinavusteinen terapia, sekä luontoympäristöjen ja maatilojen hyödyntäminen hoitotyössä ovat vihreän hoivan keskeistä sisältöä. (Salovuori 2014, 10.)

3.4 Omaohjaajuus

Omaohjaajuus on lapsen tai nuoren vierellä kulkemista, kuuntelemista, tukemista, sekä erilaisten arjen asioiden hoitamista. Omaohjaaja luo turvaa ja auttaa lasta tai nuorta elämännäköntaitojen opettelussa. Luonnossa voi harjoitella monenlaisia taitoja. Itsetunto kohoaa pienistäkin onnistumisista, kuten esim. tulenteke ja ruokaileminen luonnossa. Selviytymisen taidot kasvavat, kun uskaltaa lähteä maastoon missä ei ole aiemmin ollut. Uskaltaa luottaa aikuiseen ja siihen että minusta pidetään huolta. Elämännäköntaitoa on kun jaksaa kävellä luontopolun alusta loppuun, eikä hermostu vaikka polulla kaatuisi. Luonnossa mieli piristyy ja stressi katoaa.

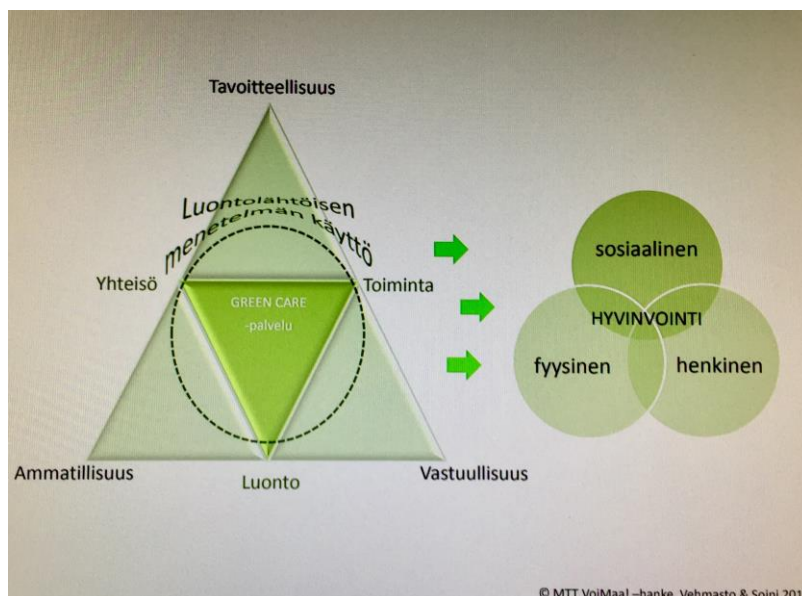
Olen toiminut Perhekeskus Harjulassa ohjaajana ja omaohjaajana yli kymmenen vuotta. Tiedän, että omaohjaajuus on ennen kaikkea vahvaa ja pitkäaikaista sitoutumista lapsen hyväksi tehtävään työhön, omalla persoonalla ja ammattitaidolla. Se on

pitkäjänteistä työskentelyä yhdessä lapsen ja hänen perheensä, sekä sosiaalihuollon kanssa. Pitkäjänteisyydellä tarkoitan sitä, että suhde lapseen ei synny hetkessä. Sijoitettu lapsi on usein kokenut jo pitkään kaltoinkohtelua ja turvattomuuden tunnetta, sekä epäluottamusta muihin ihmisiin. Omaohjaaja on sillanrakentaja, joka luo pala palalta uudelleen luottamuksen haavoitettuun ja rikottuun persoonaan. Omaohjaaja toimii usein yhtenä jäsenenä moniammatillisessa ryhmässä, lapsen asioiden edustajana ja hoitajana. Omaohjaaja toimii siis omaohjattavan lapsen asioissa asiantuntijana, joka tietää sijoitetun lapsen asioista parhaiten.

3.5 Green care – luontoavusteisuus

Green Care on toimintaa, jossa luontoa käytetään tavoitteellisesti ihmisten hyvinvoinnin edistämiseksi ja ylläpitämiseksi. Green Care -toiminta perustuu luontolähtöisiin menetelmiin. Näitä menetelmiä voidaan käyttää metsässä, maatilalla, puutarhassa, puistoissa ja jopa sisätiloissa. Green Caren peruselementit ovat: luonto, toiminta ja yhteisö (Kuva 1). Hyvinvointivaikutukset syntyvät näiden elementtien erilaisilla yhdistelmillä ja painotuksilla: luonnon elvyttävyyden, osallisuuden ja kokemuksellisuuden kautta.

Luonto toimii Green Care toiminnan tapahtumapaikkana, kohteena tai välineenä. Luontoa käytetään edistämään, vahvistamaan tai nopeuttamaan asetettuja tavoitteita. Green Care toiminnan luontoelementti voi olla myös eläimet. Toiminta yhdistää ihmisen ympäristöönsä ja luo mahdollisuuden kokemuksille ja oppimiselle. Luonnosta löytyy monenlaisia virikkeellisiä puitteita tekemiseen, oppimiseen ja kokemiseen. Tekeminen luonnossa tuottaa mielihyvää ja aktivoi, mutta toiminta voi olla vain maiseman tai eläinten havainnointia, sekä rauhoittumista. Yhteisö mahdollistaa osallisuuden. Yhteisöllisyys syntyy vuorovaikutuksesta toisten ihmisten kanssa ja voi tuoda hyväksynnän tunteen. Parhaassa tapauksessa yhteisö suojelee terveyttä ja lisää toiminnan vaikutusta. Osallisuuden tuntu Green Care toiminnassa voi syntyä paitsi vuorovaikutuksessa ihmisten, myös eläinten, luontoympäristön tai tietyn paikan kanssa. Toiminnan tulee kuitenkin olla tavoitteellista, ammatillista ja vastuullista, täyttääkseen Green Care toimintatavan tunnusmerkit. (Vehmasto, 2014, 12 -13.)



(kuva 1. Green Care toimintatapa.)

”Green Care toiminnassa elementit ja edellytykset. Green Care – toiminnan hyvinvointivaikutukset syntyvät luonnon elvyttävyydestä, sekä luontoon liittyvästä toiminnallisuudesta ja yhteisöllisyydestä” (Vehmasto, 2014, 13.)

Green care menetelmiä on yhteensä neljä (Kuva 2). Ne ovat: eläinavusteinen, luontoavusteinen, puutarha-avusteinen, sekä maatalo ja metsäavusteinen toiminta (Green Care Finland ry 2019.) Tässä opinnäytetyössä on keskitytty luontoavusteisuuteen, jossa yhdellä luontoretellä mukana oli eläinavusteinen toiminta koiran kanssa.



(KUVA 2. Green Care Finland ry 2019 Green Care –menetelmät.)

3.6 Retkeily luontoavusteisena toimintana

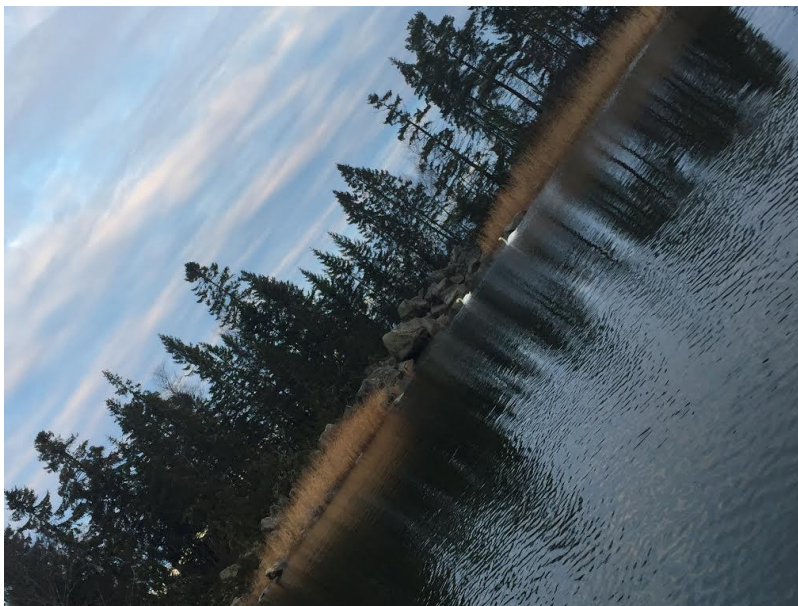
Turvallisuus on kaiken lähtökohta. Lapsille turvaa tuo ennen kaikkea luotettava aikuinen. Retkille lähdettäessä ei kaikkea voi ennakoita, mutta jotain kuitenkin voi. Metsähallituksen nettisivustolla on hyvät ja seikkaperäiset ohjeet näistä ennakoitavista asioista. Sivuilla kehoitetaan ennalta arvioimaan mahdolliset riskit. Pitää pyrkiä toimimaan niin ettei vaaratilanteita syntyisi. Monista retkeilytaidoista on hyötyä. Näitä hyödyllisiä taitoja ovat esimerkiksi: suunnistustaito, tulenteko, vesistöjen ylitys turvallisesti, suojan ja hätmajoituksen rakentaminen. Retkelle tulee varata myös turvallisuuden liittyviä varusteita sekä vararuokaa ja juomaa. Metsähallituksen internet-sivuilla kehoitetaan varustautumaan pahimman varalle. Ei saa yliarvioida omaa kuntoa. Pitää ottaa mukaan riittävästi lämmintä vaatetta, kompassi, sekä paikkansa pitävä kartta, esim. ulkoilukartta, maastokartta tai retkikartta.fi:stä tulostettu kartta ja ensiapuvälineet. Pitää Huolehtia hygieniasta, jottei sairastu tai saa ikäviä hiertymiä ja tulehduksia erityisesti jalkoihin ja nivusiin. (Metsähallitus, 2019.)

3.7 Jokamiehenoikeudet

Jokamiehenoikeudet tulivat pojille tutuiksi ja niistä keskustelimme yhdessä. Jokamiehen oikeudet takaavat retkeilijälle oleskelun ja kulkemisen luonnossa lähes vapaasti. Luonnossa voi liikkua jalkaisin, hiihtäen, pyörällä ja jopa ratsastaen. Toisen pihamaalle tai esimerkiksi viljelyksessä olevalla pellolle tai taimikkoon tai muulle istutusalueelle ei saa mennä ilman maanomistajan lupaa. Lintujen pesimärauhaa, sekä ihmisten kotirauhaa tulee kunnioittaa. Kaikkina vuodenaikoina saa liikkua metsissä ja luonnossa, sekä vesistöissä. Vesistöissä voi uida ja peseytyä. Siellä missä saa liikkua, voi myös tilapäisesti yöpyä teltassa tai esimerkiksi veneessä. Voi poimia marjoja, sieniä ja kukkia, ellei kasveja ole rauhoitettu. Puita ei saa kaataa tai ottaa luvatta, vaikka ne olisivat kuivuneita tai kaatuneita. Kalastaa saa tietyn rajoituksen. Onginta ja pilkkiminen eivät edellytä mitään erillistä lupaa. Internetistä löytyy helposti eri kalastusalueiden luvat ja säännöt. (Laine & Rovamo 2019, 26-34.)

3.8 Valokuvaus

Pojat olivat ensin arkoja ottamaan kuvia, mutta retkien edetessä kuvaaminen muuttui kivaksi yhteiseksi tekemiseksi. Jälkikäteen pojat ovat esitelleet kuviaan Harjulaan kootussa näyttelyssä vanhemmilleen, sekä toisille lapsille. Kuvien kautta retket tulivat kaikille nähtäviksi ja ihailtaviksi. Kaikki kuvat ovat lasten itsensä ottamia. Vaikka kuvaamista ensin harjoiteltiin, ja osa niistä meni vinoonkin, ei se kuitenkaan vaikuttanut lopputulokseen. Tässä kuva josta nuorempi pojista on hyvin ylpeä. (Kuva 3).



Kuva 3. (joutsenpariskunta, 2018)

Lastensuojelulaitoksissa on käytetty erilaisia toiminnallisia menetelmiä ja terapia-
muotoja jo pitkään, kuten musiikki- ja kuvataideterapiaa tai psykodraamaa, sekä vä-
hemmän tuttuja luovuusterapioita, kuten valokuva- tai tanssiterapiaa laitoksessa asu-
vien lasten kanssa tehtävän työn tukena. Taiteen kautta ihminen voi tutkia sisintään:
eritellä, purkaa ja liittää yhteen niitä aistihavaintoja, sekä kokemuksia, joita ympäris-
töstämme saamme. (Janhunen 1997, 28.)

Lasten luontokuvat tulivat esille Perhekeskus Harjulaan, pienimuotoisena näyttelynä
ja osa kuvista julkaistiin Harjulan kotisivuille www.harjula.fi. Luontokuvanäyttelystä
on tarkoitus tehdä Harjulaan pysyvä, niin että tulevaisuudessa muidenkin lasten luon-
tokuvia voidaan laittaa samaan paikkaan esille ja ihailtaviksi.

4 OPINNÄYTETYÖPROJEKTIN TAVOITE JA TARKOITUS

4.1 Toiminnallinen opinnäytetyö ja haastattelu

Opinnäytetyö on toteutettu toiminnallisena opinnäytetyönä projektiluontoisesti ja sii-
nä on hyödynnetty laadullisen tutkimuksen periaatteita, haastatteleamalla lapsia ta-

voitteiden toteutumisesta ja heidän kokemuksistaan. Minulle toiminnallinen projekti-luontoinen opinnäytetyö oli vaihtoehtona selkeämpi ja luonnollisempi vaihtoehto tutkimusluontoinen opinnäytetyön sijaan. Lasten asiakassuunnitelmanneuvottelussa kerroin sosiaalityöntekijöille ja lasten vanhemmille opinnäytetyön suunnitelmani ja pyysin vanhemmilta luvan lasten osallistumiseen retkiin. Heille kerrottiin, miksi kysely tehdään ja mihin sitä käytetään. Valokuvauksesta kerrottiin myös, vaikka valokuvia otettiin luonnosta, ei ihmisistä. Vanhemmilta pyydettiin lupa lasten ottamien luontokuvien käyttämiseen, sekä julkaisemiseen.

Kyselyn toteutin haastattelemalla lapsia koko projektin ajan, sekä pitämällä havainnointipäiväkirjaa, johon kirjasin omia, sekä lasten ajatuksia aina retkien suunnittelusta niiden toteutukseen ja loppuarvioon. Haastattelun tavoite oli vastata kysymyksiin: Toteutuivatko projektin tavoitteet ohjaajan, sekä lasten näkökulmasta, sekä toteutuivatko osallistujien odotukset? Tavoitteena oli, että haastattelukysymyksiin oli lasten mahdollisimman helppo vastata. Kysymykseni olivat avoimia. Kysyin lapsilta esimerkiksi: ”Millainen retki sinun mielestäsi oli?”, ”Mikä jäi sinulle mieleen retkestä?”, ”Toteutuivatko retken tavoitteet?”, ”Toteutuivatko omat odotuksesi retkestä?” Näistä retkitavoitteista oli lasten kanssa yhdessä sovittu.

Kaikesta kriittisestä tutkimustiedosta huolimatta suuri määrä tutkimuksia on osoittanut nuorten lasten voivan kertoa mieleenpainuvasti, luotettavasti ja yksityiskohtaisesti heille merkityksellisistä kokemuksista. Varttuneempi lapsi osaa luonnollisesti kertoa alle kouluikäistä enemmän kokemuksistaan. Lapsi voi kertoa hyvinkin tarkasti ja informatiivisesti asioistaan, kun haastatteleva aikuinen osaa esittää kysymykset avoimesti ja johdattelematta. (Hyvärinen & Pösö 2018, 41.)

Haastattelun etuna on, että se on joustava menetelmä ja sopii moniin erilaisiin tutkimustarkoituksiin. Siinä ollaan suorassa kielellisessä vuorovaikutuksessa tutkittavan kanssa. Tiedonhankinta voidaan tehdä itse tilanteessa. Vastausten taustalta voidaan saada esiin motiiveja. Ei kielelliset vihjeet auttavat ymmärtämään vastauksia. Haastatteluaiheiden järjestys on säädeltävissä. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 34.)

5 LUONTOPROJEKTIN TOTEUTUS

5.1 Retkien suunnittelu ja tavoitteet

Tähän luontoprojektiin osallistui kaksi poikaa. Toinen pojista on alakouluikäinen, josta tässä opinnäytetyössä käytän nimeä nuorempi poika, sekä toinen yläkouluikäinen poika joka opinnäytetyössäni on nimellä vanhempi poika. Pojat ovat kummatkin sijoitettuna Perhekeskus Harjulaan ja toimin heidän omaohjaajanaan.

Ensimmäinen yhteisen suunnittelupäivän pidin lasten kanssa Laitasaaren kodalla. Sytytimme yhdessä tulet kodalle ja paistoimme makkaraa. Nuotion tuomassa valossa kerroin lapsille millaisesta projektista opinnäytetyössäni on kyse ja mitä luontoretket tulevat sisältämään tavoitteineen. Kysyin pojilta, olisivatko he valmiita osallistumaan tällaisille retkille ja kiinnostiko se heitä. Lapset saivat kertoa omia toiveitaan, ajatuksiaan ja odotuksiaan retkien suhteen. Keräsin lasten ajatukset havainnointipäiväkirjaan.

Lapset olivat alusta lähtien erittäin innostuneita retkisuunnitelmasta ja heillä oli kova halu osallistua niihin. Lasten yhteisenä toiveena oli, että yksi retki olisi päästä yöpymään retkellä. Erityisesti ruokailut luonnossa kiinnostivat poikia, sekä Wilma koiran tapaaminen. Lapset toivoivat myös näkevänsä luonnossa eläimiä, kuten lintuja. Yön yli retkeen toivottiin yhteistä tekemistä mökillä meren rannalla. Pojat toivoivat, että mökillä voisi pelata korttia ja sauna, sekä mahdollisten itse kalastettujen kalojen paistaminen olisi heistä mukavaa.

Yleiset tavoitteita retkille olivat luontoon tutustuminen, turvallinen liikkuminen luonnossa, ateriointi luonnossa, luontokuvien ottaminen, kalastus, soutamisen harjoittelu, merkityt reitit ja niiden hyödyntäminen, näkötorjissa käynti, tutustuminen koiraan, koiran kanssa ulkona liikkuminen, lähimetsään tutustuminen, sekä tietenkin innostuminen luonnosta ja luonnossa liikkumisesta, yhdessä tekeminen ja näin hyvinvoinnin lisääntyminen.

5.2 Luontoretket

Tämä toiminnallinen opinnäytetyö luontoretkineen toteutettiin syksyllä 2018. Retkiä oli yhteensä neljä kappaletta, joista kaksi viimeisintä toteutettiin yhden viikonlopun aikana ja siihen sisältyi poikien toive päästä yöpymään retkellä. Kaikki retket olivat luontopainotteisia ja toiminnallisia, sekä niissä kaikissa oli omat yhdessä lasten kanssa suunnitellut tavoitteet, joista kerroin jo aiemmin kappaleessa: Retkien suunnittelu ja tavoitteet.

5.3 Retki Lauhavuoren kansallispuistoon

Pojat olivat innoissaan ensimmäisestä retkestä, jonka teimme Lauhavuoren kansallispuistoon. Pakkasimme varusteet ja eväät yhdessä autoon, ennen lähtöä, Kauhajoelta kohti Lauhavuorta. Keli oli syksyinen ja pilvinen.

Perille päästyämme kiersimme ensin kävelen 2,6 km:n mittaisen luontopolun nimeltä ”rantapolku”. Pojat nauttivat luonnossa kävelystä. Luimme yhdessä polun varrella olleista kylteistä tietoa kansallispuiston säännöistä, kasveista, sekä Lauhavuoren historiasta. Nuorempi poika kertoi, että oli ensimmäistä kertaa elämässään kansallispuistossa.

Pojat jaksoivat reippaasti kävellä luontopolun. Näkötornissa kävimme, vaikkakaan sieltä ei sumuverhon takia nähnyt kovin kauaksi. Poikia ei sekään haitannut ja sieltäkin pojat ottivat kuvia. ”Lastensuojelun työntekijöiden tulisikin tarjota lapsille menneisyyden puutteita korjaavia kokemuksia myös valokuvan keinoin. Menneestä ei tässä hetkessä saada kuvia, mutta sitä voidaan muistella ja rakentaa muistoja uusiksi kuviksi mielikuvien keinoin. Ja nykypäivää voidaan aina kuvata muistoksi tulevaan.” (Halkola, Mannermaa, Koffert & Koulu, 2009, 232.) Lauhavuoressa vanhempi poika otti kuvan 4. luontopolusta, joka valikoitui myöhemmin yhdeksi näyttelykuvaksi.



Kuva 4. (luontopolku, 2018)

Kävelimme Spitaalijärven rantaan ja teimme kodalle tulet. Pojat autoivat nuotion teossa. Paistoimme siellä makkarat ja nautimme rauhallisesta hetkestä luonnon keskellä. Pojista nuorempi otti kuvia makkaranpaistosta sekä tyynestä Spitaalijärvestä, jossa kaukana ui myös joutsenpariskunta (Kuva 5).



Kuva 5. (joutsenpariskunta, 2018)

Poikien mielestä luonnossa oli kiva olla, koska ei ollut kiire mihinkään. ”Ajan puutepuute ei välttämättä ole aina mitattavissa minuuteissa tai tunteissa, vaan tunteessa siitä, onko lapsen tai nuoren asiaan paneuduttu. Kiireen tunne voi syntyä, vaikkei kiirettä välttämättä olisikaan.” (Bardy 2013, 161.) Saimme paistaa makkaraa, sekä nauttia ruoasta luonnossa. Kuuntelimme metsän ääniä ja lintujen viserrystä. Spitaalijärven tyyni pinta oli kaunis ja kaukana uivan joutsenpariskunnan rauhallinen uinti oli upeaa katseltavaa. Keho ja mieli sai levätä. Tutkimukset ovat osoittaneet, että erilaiset luonnosta kuuluvat äänet lisäävät hyvinolon tunnetta. Lintujen, aaltojen ja tuulen äänet harmonisoivat ihmisten elimistöä ja auttavat rentoutumaan. Luonto eheyttää, sekä hoitaa monella eri tavalla. Luonnosta löytyy kauneutta ja esteettiset kokemukset ovat myös yksi merkittävä voimavarakeino. (Wahlström 2013, 9.)

Poikien mielestä tämän ensimmäisen retken tavoitteet täyttyivät hyvin. Saimme rauhassa tutustua luontoon ja kävelimme yhden luontopoluista, sekä kävimme näkötorjissa. Söimme luonnossa, näimme lintuja ja pojat ottivat ensimmäiset luontokuvat. Turvallisuus oli myös huomioitu. Meillä oli hyvät retkivarusteet ja pukeuduimme sään mukaisesti. Pojat tutustuivat Lauhavuoren kasvillisuuteen, historiaan, ohjeisiin ja sääntöihin. Lisäksi meillä oli ensiapupakkaus matkassa mukana.

5.4 Retki lähimetsään

Tätäkin retkeä pojat olivat odottaneet, vaikka lähimetsä ei heistä ollutkaan retkistä se kiinnostavin. Valmistauduimme toiselle luontoretkelle pakkaamalla eväät, kuivia puita ja tulentekovälineet matkaan mukaan.

Toiselle pojalle oli haasteellista sään ja maaston mukainen pukeutuminen. Pojan kanssa asiasta keskustelin ja hänelle perustelin, miksi pitää pukeutua hyvin. Poika puki pitkät housut päällyshousujen alle, laittoi ulkotakin ja vielä kumisaappaat jalkaansa. Tämän jälkeen lähdimme lähimaastoon retkeilemään.

Tutkimme Harjulan ympäristöä ja muun muassa kasveja. Lähdimme kävelemään polkua pitkin syvemmälle metsään. Kuusimetsä ja suomaasto olivat pojille jo ennalta

tuttuja. Pojat tekivät yhdessä nuotion. Paistoimme makkarat ja söimme eväsleivät. Pojat ottivat reippaina luontokuvia.

Harjussa haastattelin pojat heti tuoreeltaan ja kysyin heiltä: ”Millainen retki heidän mielestään oli ollut”? Poikien mielestä retki oli ollut mukava ja luonnossa liikkuminen oli heidän mielestään kivaa. He kertoivat, että heillä oli ollut hieman huono ennakkoasenne tähän retkeen, koska kokivat että lähimetsä oli heille jo entuudestaan tuttu. Toinen poika myös huomasi, että säänmukainen pukeutuminen ja oikeanlaiset varusteet maastossa ovat tärkeitä, jo oman viihtyvyydenkin kannalta.

Poikien mielestä retken tavoitteet täyttyivät. Mukavinta poikien mielestä oli itse tehdä nuotio luontoon ja siellä ruokaileminen. Pojat pitivät myös luonnossa kävelemisestä. Ainostaan keli harmitti, koska tihkutti vettä ja sää oli kylmä. Eläimiä emme tällä retkellä nähneet, emmekä niiden ääniä kuulleet. Pojat ymmärsivät, kuinka tärkeää säänmukainen pukeutuminen on.

5.5 Retkellä yön yli

Poikien yhteinen toive oli päästä yönyliretkelle. Aloin suunnittelemaan poikien toiveen mahdollista toteuttamista. Alkuperäistä opinnäytetyön suunnitelmaa piti muuttaa niin, että yhdistin kaksi viimeistä retkeä yhtenä viikonloppuna toteutettavaksi. Pyysin poikien vanhemmilta ja työnantajaltani luvan tällaisen retken toteuttamiseen. Työnantajani järjesti työaikatauluni niin, että yhtenä viikonloppuna pystyimme toteuttamaan retken. Sain järjestettyä majoittumista varten tuttuni kesämökin meren rannalta. Kummankin pojan asiakassuunnitelmanneuvottelussa keskustelimme opinnäytetyöni suunnitelmasta, perheiden kanssa yhdessä ja sosiaalityöntekijät tukivat retkeä. Aloitimme viimeisen retken poikien kanssa käymällä ensin kaupassa ostamassa kaikki ruokatarpeet retkeä varten. Haimme Wilma koiran kotoani matkaan mukaan. Pakkasimme auton yhdessä ja varmistimme vielä, että kaikki tarvittava oli mukana ja lähdimme ajamaan kohti Vöyri-Maksamaan Österöä. Pojat lähtivät tälle retkelle reippaina ja hymyssä suin.

Perillä Österössä keli oli pilvinen ja sateinen. Ulkona oli tuolloin jo täysin pimeää. Pojat kantoivat eväät ja reput sisätiloihin. Kiersimme ja tutustuimme yhdessä tiloihin, sekä mökkiin. Pojat sai tutustua rauhassa Wilma koiraan ja he silittelivätkin koira rauhallisesti. Kaksi-vuotias Wilma koira on totunut lapsiin jo pienestä pitäen. Wilma on rodultaan Bichon Frisé ja siitä harvinainen koira, ettei se hauku. Toinen pojista sanoi, että koiran läsnäolo rauhoittaa häntä ja siitä tulee hyvä olo.

Pojista vanhempi avusti tulen tekemisessä kotaan. Saunan laitoimme myös heti lämpiämään. Söimme yhdessä iltapalan ja paistoimme kodassa makkarat. Pelasimme yhdessä korttia ja juttelimme huomisesta. Kävimme yhdessä saunassa. Vanhempi poika osasi hienosti ottaa huomioon pienemmän pojan turvallisuuden ja toimi isoveljesmäisesti häntä kohtaan. Poika muistutti pienempäänsä siitä, ettei saunassa kannata kii- rehtiä. Lisäksi poika kaatoi toiselle pojalle vettä omaan kiuluun, josta pienempi poika sai myös heittää vettä kiukaalle. Saunassa käynnin jälkeen pelasimme yhdessä kortti- pelin ja iltatoimien jälkeen pojat olivat nukkumassa klo 22.00. Seuraavana aamuna heräsimme sovitusti klo 7.30. Aamutoimien ja aamupalan jälkeen varustauduimme kalareissuun merelle. Alla on vanhemman pojan ottama kuva merestä (Kuva 6).



Kuva 6. (meri, 2018)

Puimme pelastusliivit päälle ja lähdimme soutamaan merelle. Toinen pojista harjoit- teli soutamista, samalla kun toinen pojista uisteli virvelillä. Kummatkin pojat saivat

soutaa vuorollaan. Pienempi poika sai harjoitella hieman enemmän soutamista. Pojat ottivat mielellään retkikuvia ja jälleen joutsenpariskunta pääsi kuvattavaksi. Pojat osasivat käyttäytyä hienosti koko merellä olon ajan. Palattuamme rantaan kävimme syömässä ja juomassa mökillä. Tämän jälkeen lähdimme Wilman kanssa kävelemään rantatietä pitkin. Vanhempi poika otti kuvan Wilmasta. (kuva 7.)



Kuva 7. (Wilma, 2018)

Pojat ottivat Wilman kanssa juoksukisan ja taisivat siinä jäädä Wilmalle kakkoseksi. Pojat ihailivat mökkejä ja maastoa. Ilma oli aurinkoinen ja raikas sateen jäljiltä. Palattuamme mökille aloitimme pakkaamisen ja siivosimme jälkemme yhdessä. Paluumatkaan valmistautuessamme pojat olivat hieman haikein mielin, koska he olisivat viihtyneet mökillä vielä pitempäänkin.

Paluumatkalla oli hyvää aikaa haastatella poikia viimeisestä retkestä ja kaikista retkistä yleensä. Poikien mielestä kaikki retket olivat hyvin onnistuneita ja mukavia. Pojat kertoivat, että retkille oli ollut aina kiva lähteä, ”Kun tiesi mitä siellä tapahtuu ja ne oli suunniteltu yhdessä”. Erityisesti Wilma koiran läsnäolo oli heidän kummankin mielestään mukavaa ja koiran tapaamista he toivoivat uudelleen. Pojat pitivät kovasti yöpymisestä mökillä ja he toivoivat, että tällaisia retkiä voitaisiin myös jatkossa tehdä. Pojat olivat sitä mieltä, että tämän retken, kuin myös kaikkien retkien tavoitteet täyttyivät hyvin.

6 POHDINTA

Kun olin saanut opinnäytetyöni aiheen valittua ja rajattua lähetin opinnäytetyönsuunnitelmani oppilaitokseen, jossa se hyväksyttiin. Tämän jälkeen aloitin opinnäytetyöni varsinaisen tekemisen. Perhekeskus Harjulan johtaja tuki alusta alkaen opinnäytetyön käytännön järjestelyissä ja minulla oli koko Harjulan henkilökunnan tuki opinnäytetyöni tekemiseen. Opinnäytetyöni suunnitelma hyväksyttiin poikien asiakassuunnitelmaneuvoittelussa, joissa esitin sen perheille ja sosiaalityöntekijöille.

Kun työni oli suunniteltuna hyväksytty, kokoonnuin ensimmäistä kertaa omaohjattavieni kanssa yhteen asian tiimoilta ja esittelin lapsille ajatukseni luontoretkestä tavoitteineen. Avoimin mielin lasten kanssa lähdin yhdessä työstämään noita retkien tavoitteita. Lasten osallisuuden ja heidän toiveensa otin huomioon heti alkuvaiheessa. Lapset esittivätkin omia näkemyksiään ja ajatuksiaan retkestä ilomielin ja otin ne myös huomioon.

Perheiden vahva tuki korostui siinä miten perheet ottivat opinnäytetyöni vastaan. Olen todennut sen, että lasten perheiden tuki ja omaohjaajan hyväksyminen omana persoonaan on ensiarvoisen tärkeää. Olen toiminut avoimesti lapsia ja heidän vanhempiaan tavatessani. Tämänkin luontoprojektin aloitus lähti siitä, että kerroin lapsille ja heidän vanhemmilleen, mistä opinnäytetyössäni on kyse ja mitä tämä projekti pitää sisällään. Kummassakin perheessä oltiin kiinnostuneita luontoavusteisuudesta ja pojat ovat innokkaina kertoneet jokaisen retken jälkeen mitä olemme tehneet ja missä olemme olleet.

6.1 Irti virtuaalimaailmasta

Nykyajan lapset ja nuoret viettävät liian paljon aikaa tietokoneilla, puhelimillaan ja televisiota katsellen, neljän seinän sisällä. Todellinen maailma unohtuu. Ruutu-aika saattaa hallita heidän elämää ja kosketus luontoon katoaa. Luonto on meitä kaikkia lähellä, mutta silti tuntuu, että nykyään virtuaalimaailma vie nuorten ajasta suurimman osan. Saamme onneksi kuitenkin olla etuoikeutettuja, kun elämme Suomessa.

Täällä asuntojen ikkunoiden takaa voimme yhä nähdä suoraan metsään ja luontoon. Meille Suomalaisille on itsestään selvyyys puhdas luonto ja siihen kuuluvat eläimet, jotka ovat usein vain kivenheiton päässä. Täytyy vain sammuttaa virta pelimaailmasta ja avata ulko-ovi. ”Peliriippuvuuden vuoksi Etelä-Koreassa järjestetään nykyään katkaisuhoidoja digitaalisesta maailmasta vieroittamiseksi. Katkaisuhoidot tapahtuvat metsissä ja puistoissa”. (Lyytinen & Reini 2018, 21.)

Luontoympäristömme selviytymisen kannalta elämme kriittistä aikaa. Haasteita aiheuttaa myös ympäristökasvatuksen näkökulmasta lasten ja nuorten vieraantuminen luonnosta. Luonnonsuojelun kannalta suhteemme luontoon on merkityksellinen. Mikäli suhde on etäinen voi luonnonsuojelun merkitys hämärtyä ja se on kohtalokasta maapallon tulevaisuudelle. Ihmisten elämä on sidottu maapallon, sen eliöstön ja ilmakehän hyvinvointiin. Unohdamme tämän asian teknologiavaltaisessa maailmassa. Ympäristökasvatuksessa olennaisinta on tunteiden, henkilökohtaisen luontosuhteen, sekä itseymmärryksen voima. (Wahlström & Juusola 2017, 13.)

Lapset näkevät luonnon erilaisena kuin me aikuiset. Luonnon alkukantaisuus ja siihen kätkeyt salaisuudet ovat heille, kuin aarteita joita vain pitää etsiä. Nämä aarteet pysäyttävät kauneudellaan, jos vain pysähdymme ne näkemään. Perhosen siipien lyönnit hohtavat auringossa vain hetken ja tämän hetken voimme ikuistaa valokuvaan, jonka voi jakaa niille, jotka eivät olleet sitä näkemässä kanssamme. ”Lapset reagoivat herkästi luonnon väreihin, tuoksuihin ja yksityiskohtiin. Lasten ympäristöherkkyyttä ei tarvitse luoda, heillä on se jo syntyessään. Lapset vain tarvitset mahdollisuuksia ympäristöherkkyytensä käyttämiseen ja vahvistamiseen.” (Wahlström & Juusola 2017, 12.) Ajatukseni siitä miten voisin yhdistää omaohjaajuuden, luontoretket ja valokuvauksen huostaan otettujen lasten arkea tukemaan syntyi näistä kaikista elementeistä.

Lapset nauttivat jokaisesta retkestä. Heille luonnossa oleminen oli jännittävää ja ainituista. Nuorempi poika ei ollut koskaan aiemmin käynyt Lauhavuoren kansallispuistossa, joten metsäretki luontopoluilla, sekä näkötorjissa käynti olivat hänelle täysin uusia elämyksiä. Havaitsin, kuinka vanhempi poika toimi isoveljesmäisesti nuorempaa poikaa kohtaan. Hän kertoi nuoremmalleen omia kokemuksiaan retkei-

lystä, sekä tietojään muun muassa erilaisista kasveista, sekä kannusti positiivisesti nuorempaa poikaa onnistumisista esimerkiksi luontopolun kiertämisestä yhdessä. Kumpikin poika odotti aina innolla seuraavaa retkeä. Toteutin poikien oman toiveen yönylireissusta. Yhdistin kaksi viimeistä retkeä niin, että saatoimme yöpyä yön ylinäiden retkien välissä.

Merellä pienempi poika sai harjoitella soutamista rauhassa. Kumpikin poika pitää myös kalastuksesta, joten virvelöinti oli heistä mukavaa. Vaikka kalaa emme saaneetkaan, se ei poikia harmittanut. Retkillä pojat ottivat luontokuvia. Vaikka välillä kamera olikin vähän vinossa, se ei haitannut lopputulosta. Kahdella retkellä sattui paikalle joutsenpariskunta, joita pojat valokuvasivat innokkaina.

Luonnossa liikkumisesta tulee terve ja hyvä olo. On todettu että ne jotka liikkuvat luonnossa useammin voivat muita paremmin ja he myös lähtevät liikkumaan herkemmin. Lapsille luonnossa on monenlaisia liikuntamahdollisuuksia, kuten kiipeily, hyppely, roikkuminen ja juoksu. Monimuotoinen ympäristö inspiroi vapaaseen ja mielikuvitukselliseen leikkiin. Positiivisilla ja varhaisilla luontokokemuksilla on lapsen kehitykselle suuri merkitys. Lapsen motoriset taidot, vahvistuvat luonnossa ja näin hän oppii, ideoi ja vahvistuu. Luontoliikunnan avulla voi pitää yllä fyysistä, psyykkistä, sekä sosiaalista terveyttä ja hyvinvointia. Useat tutkimukset osoittavat että luontoympäristöissä oleilu vähentää allergioita. Jo vauvaikäisenä saadut luontokontaktit kasvattavat vastustuskykyä. Ihmisen immuunipuolustukselle tekee hyvää saada kontaktia maan, sekä mullan kanssa. Luontoliikunta parantaa myös unen kestoa ja laatua. Liikkuminen luonnossa vähentää stressihormonien tasoa ja vaikuttaa positiivisesti ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. (Keisteri-Sipilä 2017, 14-20.)

6.2 Työn tulosten arviointi

Haastattelin lapsia koko projektin ajan. Lapset kertoivat mieluusti tunteuksiaan retkistä ja niiden vaikutuksesta heihin. Kumpikin poika koki, että retket olivat mukavia ja heidän mielestään luonnossa liikkuminen virkisti heidän mieltään. Pojista näki selvästi että retket olivat hauskoja ja he lähtivät niihin mielellään. Pojat toimivat retkillä

yhdessä ja juttelivat paljon omaohjaajan, sekä toistensa kanssa hyväntuulisina. Vanhempi poika auttoi pienempää ja kannusti tätä esimerkiksi luontopolun kiertämisessä. Poikien yhteinen sosiaalinen kanssakäyminen lisääntyi ja se näkyi heissä positiivisena suhtautumisena toisiinsa, pojat hymyilivät ja vitsailivat paljon toisilleen. Ilmapiiiri retkillä oli hyvin avoin ja rento. Luonnossa kumpikin poika sai olla oma itsensä, eikä heillä ollut esimerkiksi kilpailua siitä, kumpi pärjäsikin tai oli jossain asiassa toista parempi. Pojat hyväksyivät toisensa sellaisena kuin he ovat. Poikien yhteishenki kasvoi retkien aikana.

”Osa luonnon hyvinvointivaikutuksista on mitattavia fysiologisia muutoksia, jotka liittyvät stressin vähenemiseen ja vastustuskyvyn kasvamiseen. Stressitason alenemiseen liittyvät muutokset ovat mitattavissa verenpaineen laskuna, ihon sähkönjohtokyvyn, lihasjännityksen ja stressihormonien (kortisoli) erittymisen vähenemisenä. Usein hoitoon ja kuntoutukseen liittyvä uusi ympäristö, vaikeiden asioiden työstäminen, osittainen itsemääräämisoikeuden ja yksityisyyden menettäminen ja huoli omasta selviämisestä synnyttävät stressiä. Tätä tilannetta voidaan helpottaa luontoavusteisella toiminnalla.” (Salovuori 2014, 79.)

Koiran läsnäolo oli kummankin pojan mielestä kivaa. Pojat pitivät Wilma koiran seurasta, nauttivat sen silittelystä ja juttelivat sille. Toinen pojista kertoi että hänelle tulee hyvä ja rauhallinen olo koiran lähellä. Hänen mielestään stressi väheni koiran kanssa touhutessa. Jari Sinkkonen on kirjoittanut että lemmikkieläin täyttää monenlaisia tunnetarpeita. Lemmikkiä voi katsella, koskettaa, pitää sylissä ja helliä. Lemmikkieläin ei koskaan petä eikä kieroile ja sille voi uskoa sisimmät salaisuudet ja voi olla varma, ettei se levitä niitä muualle. (Ikäheimo 2013, 38.) Koiran vaikutus tähän vanhempaan poikaan näkyi selvästi rauhoittavana elementtinä. Retkien jälkeen pojat ovat kyselleet aina välillä mitä Wilma koiralle kuuluu ja koska sen voisi nähdä uudelleen. Pojat osasivat kummatkin käsitellä koiraa ja olla sen kanssa luontevasti, osaksi siitä syystä, että molempien poikien vanhempien luona on koira.

Harjussa liikutaan ja ulkoillaan lasten kanssa paljon. Tämän luontoprojektin yksi tarkoitus oli tuoda luontoavusteisuus tutuksi ja yhdeksi toimintamuodoksi Harjulaan. Meillä ohjaajat tekevät lasten kanssa retkiä luontoon aika ajoin. Projektin jälkeen

retkeily on ollut enemmän esillä ja näiden retkien tuomat hyvinvointi vaikutukset ovat olleet usein keskustelun aiheena. Erilaisia yksittäisiä retkiä on suunniteltu toteutettavaksi jatkossa eri lasten ja ohjaajien kanssa. Luontoprojekti saa siis jatkoa Harjulan toiminnassa.

Lapset innostuivat luontokuvauksesta. Projektin tuotoksesta Harjulaan järjestetystä luontokuvanäyttelystä saivat nauttia myös ne, jotka eivät itse päässeet retkille. ”Luokisissa tutkimuksissa on havaittu pelkän luontokuvien katselun vähentävän stressitasoa mitattavalla tavalla” (Salovuori 2014, 42). Jokainen luontokuva on itsessään yksilö, joka kertoo omaa tarinaansa. Luontokuvat ovat kuin peili, joka palauttaa muistot ja katsojan takaisin luontoon. Muistoihin, missä voi nauttia uudelleen luonnon elvyttävistä hyvinvoinnin vaikutuksista. Luontokuvat tuovat itsessään luonnon lähelle. Tämä opinnäytetyö on saanut jo jatkoa nuoremman pojan elämässä. Hän on hankkinut kameran, jolla on itsekseen ottanut luontokuvia.

Retkelle lähdettäessä on tärkeää muistaa ottaa eväät mukaan, mutta se mitä kannamme sisällämme, ja sen mitä olemme valmiita itsestämme jakamaan toisillemme, on vähintäänkin yhtä tärkeää kuin eväiden syöminen yhdessä. Tämä opinnäytetyö oli minulle ”oppimisen” polulle astumista ja jokaisen retken jälkeen opin itsestäni jotain uutta. Toivon että sosiaalityössä havahduttaisiin siihen, millaiset mahdollisuudet luontoavusteisuus tarjoaa lasten hyvinvoinnin lisäämiseen lastensuojelun sijaishuollossa.

LÄHTEET

Bardy, M. 2009. (toim.) Lastensuojelun ytimessä. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinninlaitos

Green Care Finland ry 2019. Green Care menetelmät. Viitattu 17.4.2019.
<http://www.gcfinland.fi/green-care-/menetelmat/>

<http://www.gcfinland.fi/Menetelmat?parent=MitaOnGreenCarePaavalikko>

Halkola, U., Mannermaa, L., Koffert, T & Koulu, L. (toim.) 2009. Valokuvan terapeutinen voima. Helsinki: Duodecim.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2008. Tutkimushaastattelu: Teema haastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.

Hoikkala, S., Kojo, R., Tervo, J & Aaltonen, T. 2017. Työpaperi 19/2017 Sijaishuollon ohjauksen ja valvonnan malli: kohti lapsikeskeistä ja lapsenoikeusperustaista toimintatapaa Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. viitattu 19.4.2019.
<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-855-5>

Hyvärinen, S. & Pösö, T. (toim.) 2018. Lasten haastattelu lastensuojelussa. Jyväskylä: PS- kustannus.

Ikäheimo, K. (toim.) 2013. Karvaterapiaa. Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Solution Models House.

Janhunen, T. 1997. Taide ja lastensuojelu: sosiaali-, nuoriso-, ja kriminaalityötä leigioonateatterin keinoin. Helsinki: Stakes.

Juusola, M. 2016. Vihreä hoiva ja voima. Helsinki: voimakirja.

Keisteri-Sipilä, E. 2017. Liikuttava luonto. Lähellä koko perhettä. Helsinki: Metsäkustannus oy.

Laine, P. & Rovamo, P. 2019. Retkelle! Vinkit luontoon lähtijälle. Helsinki: Gummerus.

Lastensuojelulaki 13.4.2007/417 muutoksineen.

Lyytinen, J. & Reini, A. 2018. Metsä. Hyvää mieltä ja rentoa oloa luonnosta. Helsinki: Like

Metsähallitus, 2019. luontoon. viitattu 15.4.2019.
<https://www.luontoon.fi/turvallisuus>.

Perhekeskus Harjulan www-sivut. 2019. Viitattu 18.4.2019.
<http://www.harjula.fi/cms/>

Perhekeskus Harjula. 2018. Sosiaalipalvelujen omavalvontasuunnitelma.

Puonti, A., Saarnio, T. & Hujala, A. (toim.) 2004. Lastensuojelu tänään. Helsinki: Sanoma Pro

Salovuori, T. 2014. Luonto kuntoutumisen tukena. n.d. Mediapinta.

Taskinen, S. 2010. Lastensuojelulain soveltaminen. Helsinki: WSOYpro.

THL, lastensuojelun käsikirja, 2019. viitattu 15.4.2019.

<https://thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/mita-on-lastensuojelu>

Vehmasto, E. (toim.) 2014. MTT Kasvu 20, Green Care- toimintatavan suuntaviivat Suomessa. Viitattu 15.4.2019. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-487-509-7>

Wahlström, R. 2013. Eheyttävä luonto. Vantaa: Michael kirjat.

Wahlström, R. & Juusola, M. 2017. Vihreä hoiva ja kasvatus. luontoherkkysharjoituksia ja ympäristökasvatusta lapsille sekä nuorille. Helsinki: Artemia.



(poikien luontokuvat näyttelyssä, 2018)