



Nina Kuitunen, Joonas Valkama

## Kutsu luontoon



## Tunnetaitoja tukeva maatilaleiri erityisen tuen tarpeessa oleville lapsille

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Sosionomi

Sosiaalialan tutkinto-ohjelma

Opinnäytetyö

15.2.2021

Tekijä	Nina Kuitunen, Joonas Valkama
Otsikko	Kutsu luontoon: tunnetaitoja tukeva maatilaleiri erityisen tuen tarpeessa oleville lapsille
Sivumäärä	33 sivua + 1 liite
Aika	15.02.2021
Tutkinto	sosionomi (AMK)
Tutkinto-ohjelma	sosiaalialan tutkinto-ohjelma
Ohjaajat	Lehtori Ulla Saukkonen Lehtori Kirsi Lautala
<p>Toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa erityisen tuen tarpeessa olevien lasten tunnetaitoja tukeva maatilaleiri Kirkkonummen kunnan perhepalveluille. Tavoitteena oli hyödyntää luontoperustaisia ja eläinavusteisia menetelmiä tavoitteellisessa ohjaustyöskentelyssä. Opinnäytetyö on tehty yhteistyössä Kirkkonummen kunnan perhepalveluiden ja paikallisen pienyrityksen kanssa.</p> <p><b>Teoreettinen</b> viitekehys koostuu varhaiskasvatuspedagogiikasta ja suomalaisesta Green care -ajattelusta. Vastuullisen ohjauksen ja ammatillisen arvoperustan osalta Green care –ajattelusta ja varhaiskasvatuspedagogiikasta löytyy yhteneväisyyksiä, joita työssä tarkastellaan. Opinnäytetyö käsittelee asiakaslähtöisen, tavoitteellisen ja ammatillisen luonto- ja eläinavusteisen toiminnan hyötyjä osana sosiaalipalveluita. Lisäksi opinnäytetyössä kerrotaan lasten tunnetaidoista ja niiden merkityksestä kasvulle ja kehitykselle. Teorian avulla arvioidaan luontotoiminnan soveltuvuutta erityisen tuen tarpeessa olevien lasten kanssa työskentelyyn.</p> <p>Opinnäytetyön toiminnallinen osa oli neljän päivän kestoisen maatilaleiri, joka järjestettiin yhteistyössä Kirkkonummen kunnan perhepalveluiden ja kirkkonummelaisen kotieläinpihayrityksen kanssa. Leirin aikana leiriläiset hoitivat kotieläimiä ja oppivat menetelmiä tunteiden tunnistamiseen, ilmaisemiseen ja käsittelemiseen. Leiripäivien havainnoinnin ja leirin aikana saadun palautteen perusteella opinnäytetyössä arvioidaan, että Green care -toiminnan ja varhaiskasvatuksellisen työskentelyn yhdistäminen on toimiva tapa tukea erityisen tuen tarpeessa olevien lasten tunnetaitoja.</p> <p>Kokeilevalla ruohonjuuritason yhteistyöllä voidaan saada aikaan merkittäviä tuloksia, joiden pohjalta on mahdollista tuoda uusia toimintatapoja osaksi toimialan vallitsevia käytäntöjä. Kotimaisen Green care -ajattelun tuominen vahvemmin osaksi erityisen tuen tarpeessa olevien lasten kanssa tehtävää ohjaustyöskentelyä voi tulevaisuudessa tuottaa parempia oppimistuloksia ja tukea esimerkiksi tunnetaitojen kehittymistä.</p> <p>Varhaiskasvatuspedagogista työskentelyä olisikin tärkeää tuoda kasvavissa määrin luonto- ja eläinympäristöihin, joissa näitä elementtejä voidaan hyödyntää lasten pedagogisten tavoitteiden edistämiseksi.</p>	
Avainsanat	Green care, tunnetaidot, varhaiskasvatus



Author	Nina Kuitunen, Joonas Valkama
Title	Call to Nature: Supporting the Emotional Skills of Children with Special Needs on a Farm Camp
Number of Pages	33 pages + 1 appendix
Date	15 <sup>th</sup> of February 2021
Degree	Bachelor of Social Services
Degree Programme	Social Services
Instructors	Kirsi Lautala, Lecturer Ulla Saukkonen, Lecturer
<p>The purpose of this practice-based Bachelor's thesis was to produce a farm camp to support emotional skills of children with special needs. We aimed to use nature-based and animal-assisted methods to professionally counsel the children towards their goals in improvement of emotional skills. The farm camp was carried out in cooperation with the family services team of Kirkkonummi municipality and a local enterprise, which runs a petting zoo.</p> <p>The theoretical framework of our study consists of Green Care philosophy and pedagogy in early childhood education, which we found to share the same set of core values and a strong emphasis on the importance of responsible social counselling. The thesis explores the notion of creating nature-based and animal-assisted social services, which are goal-oriented and put the service-user in the centre of the process. Moreover, we examine best practices in supporting the emotional skills of children with special needs, and consider the importance of developing emotional skills in overall growth and development of a child.</p> <p>Grassroots initiatives have proven to be a fruitful way of experimentation and producing results, which can help bring alternative modes of operation into the mainstream. Having analysed appropriate theory and research in connection with our own experiences during the farm camp, we come to the conclusion that nature-based activities deserve more attention in the sphere of pedagogy in early childhood education. Taking early childhood education into natural environments and into animal-assisted situations can benefit socio-emotional skills and well-being of children, thus putting them in a better position to also achieve their pedagogical goals.</p>	
Keywords	Green care, emotional skills, pedagogy in early childhood education



**Sisällys**

1. Johdanto	1
1.1. Luontoperustaisuuden lisääntyminen sosiaalialalla	2
1.2. Käytännön työskentely opinnäytetyön lähtökohtana	2
1.3. Osallistuva havainnointi	3
2. Green Care -ajattelu Suomessa	4
2.1. Green care -paradigman kehittyminen Suomessa	4
2.2. Ammatillisen luontotoiminnan hyvinvointihyötyjä	5
2.3. Luontotoiminnan soveltuminen erityisen tuen tarpeessa oleville lapsille	6
3. Lasten tunnetaitojen ymmärtäminen ja tukeminen	8
3.1. Tunnetaitojen merkitys ja niiden erittely	9
3.2. Viisi- ja kuusivuotiaiden lasten tunnetaidot	11
3.3. Lasten tunnetaitojen tukemisen perusteet	12
4. Pedagogiset ratkaisut maatilaleirillä	13
4.1. Turvallisuuden tunteen luominen	13
4.2. RULER-mallin soveltaminen	15
4.3. Erityisen tuen tarpeiden huomioiminen	17
5. Opinnäytetyön käytännön toteutus ja leiripäivien kuvaukset	20
5.1. Ensimmäinen leiripäivä: turvallisuuden tunne	20
5.2. Toinen leiripäivä: tyytyväisyys	23
5.3. Kolmas leiripäivä: kiukku	25
5.4. Neljäs leiripäivä: rohkeus	26
6. Pohdinta	27
Lähteet	31
Liitteet	
Liite 1. Eläinleirin ohjelma	

## 1. Johdanto

Tämän monimuotoisen opinnäytetyön tavoitteena on suunnitella ja toteuttaa luonto- ja eläinavusteinen maatilaleiri. Leirin työskentely on varhaispedagogista ja pyrkii tukemaan erityisen tuen tarpeessa olevien lasten tunnetaitoja. Ruohonjuuritason kokeilevana toimintana työmme on tarkoitus vastata Kirkkonummen kunnan tarpeeseen luonto-perustaisille sosiaalipalveluille ja paikallisen yhteistyöverkoston kehittämiseksi.

Opinnäytetyömme teoreettisen pohjan muodostavat Green care -ajattelu, varhaiskasvatopedagogiikka sekä tutkimukset luonto- ja eläinavusteisesta työskentelystä lapsen kasvun, kehityksen ja hyvinvoinnin tukena. Varhaiskasvatopedagogiikan ja Green care -toiminnan periaatteet tukevat meitä leirillä käyttämiemme menetelmien ja teemojen tarkoituksenmukaisessa suunnittelemisessa ja käytännön ohjaustyössä. Esittelemme työmme teoriaosuudessa myös yhtymäkohtia kotimaisen varhaiskasvatuksen ja Green care -toiminnan arvomaailmoissa ja tavoitteissa. Molempien keskiössä ovat asiakaslähtöisyys, tavoitteellisuus ja vastuullinen ohjaajuus.

Ohjaajan oikea-aikaisella ja riittävällä tuella luodaan lapselle mahdollisuus kehittyä ja oppia, kun hän kohtaa itselleen haasteellisen tilanteen (Lonka 2014: 74–75). Kirkkonummen varhaiskasvatussuunnitelmassa todetaankin, että oppimaan innostavan toiminnan tulee olla lapsia kiinnostavaa, tavoitteellista ja riittävän haastavaa (Kirkkonummen varhaiskasvatussuunnitelma: 20). Lisäksi valtakunnallinen varhaiskasvatussuunnitelma painottaa, että lapsen kehityksen ja hyvinvoinnin tukemiseen tähtäävän toiminnan tulee olla tämän iän ja kehitysasteen mukaista (Opetushallitus 2018: 16). Maatilaleirimme tavoitteena on tukea osallistujien tunnetaitojen kehittymistä sekä paikallisen että kansallisen varhaiskasvatussuunnitelmien mukaisesti. Siksi leirillä käytettävät menetelmät soveltuvat tunnetaitojen harjoitteluun myös päiväkodin toimintaympäristössä.

Toiminnallisen osuuden ja sen suunnittelun ohella opinnäytetyöhömmme kuuluu kirjallinen raportointi työskentelymme vaiheista ja leirin vaikuttavuudesta osallistujien tunnetaitoihin. Leirin aikana havainnoimme tunnetaitoja erityisesti Bracketin ja Riversin (2014) RULER-malliin pohjautuen. Leirin arviointi perustuu osallistuvaan havainnointiin ja palautteen keräämiseen, joka tapahtuu leiripäivien aikana. Muistin tueksi teemme kenttämuistiinpanoja.



## 1.1. Luontoperustaisuuden lisääntyminen sosiaalialalla

Luonto- ja eläinavusteiset menetelmät ovat ajankohtainen aihe hyvinvointipalvelujen laajalla työkentällä. Luonnon hyvinvointi- ja terveysvaikutuksista on olemassa paljon kansainvälistä tutkimusta, mutta luonto-, eläin- ja maatila-avusteisten menetelmien tavoitteellinen hyödyntäminen terveys-, sosiaali- ja kasvatustaloudissa tarvitsee monien alan asiantuntijoiden mielestä lisää tutkimus- ja kehittämistyötä (Niemelä 2019: 4; Pylkkänen 2016: 5; Yli-Viikari, Lilja, Heikkilä, Kirveenummi, Kivinen, Partanen, Rantamäki-Lahtinen & Soini 2009: 16). Suomessa onkin nähty viimeisen vuosikymmenen aikana lisääntyvää tutkimusta ja rahoitusta hankkeisiin, joiden tarkoituksena on tukea erilaisten luonto- ja eläinavusteisten palveluiden kehittämistä (Hirvonen, Nissinen, Skyttä & Uosukainen 2014: Lukijalle). Opinnäytetyömme asemoituu jatkumoon, jossa käytännön toiminnan kehittämisen kautta luodaan uusia palveluita ja yhteistyöverkostoja.

Kasvavaa kiinnostusta luonto- ja eläinavusteista toimintaa kohtaan kuvastavat useat yhteiskunnalliset tekijät, kuten muutokset sosiaalipolitiikassa ja sosiaalialan lainsäädännössä sekä ympäristökasvatuksen tuominen mukaan valtakunnalliseen varhaiskasvatussuunnitelmaan. Luonto- ja eläinavusteinen palvelutoiminta vastaa akuuttiin yhteiskunnalliseen tarpeeseen monipuolistaa maaseudun elinkeinoelämää. Syntyy positiivinen kehä, jossa yhtäältä aukeaa uusia mahdollisuuksia maatalouden toimijoille ja muille yrityksille; toisaalta haja-asutusalueiden sosiaali-, terveys- ja kasvatustaloudien tarjonta kehittyy ja laajenee. (Soini, Ilmarinen & Yli-Viikari 2011: 320.)

Viime vuosina lisääntynyt uudenlainen ammatillinen yhteistyö ja verkostoituminen eri toimijoiden kesken on alkanut kehittää luonto- ja eläinavusteisista palveluista entistä kustannustehokkaampia palvelutuotannon vaihtoehtoja (Ylilauri & Yli-Viikari 2019: 2). Lisäksi luontoperustaiset palvelut ovat usein luonteeltaan ennaltaehkäiseviä ja luontoelementtien käyttöä tutkitusti nopeuttaa asiakas-ammattilainen-suhteen kehittymistä, jolloin hyvinvointivaikutuksia syntyy aikaisemmassa vaiheessa ennen kuin ongelmat ovat ehtineet kärjistyä ja monimutkaistua (Ikäheimo 2019: 103). Luonto- ja eläinavusteisilla palveluilla voidaan siis parhaimmillaan samanaikaisesti vähentää palvelun käyttäjän inhimillistä kärsimystä ja lisätä kustannustehokkuutta.

## 1.2. Käytännön työskentely opinnäytetyön lähtökohtana

Monimuotoinen opinnäytetyö ammattikorkeakoulututkinnossa perustuu käytännön yhteistyöhön työelämäkumppanin kanssa. Yhteistyön tavoitteena on toiminnan kehittäminen, ohjeistaminen, järjestäminen tai järjeistäminen. (Vilkkä & Airaksinen 2003a: 9.) Meidän työmme tarkoitus on toteuttaa yhdessä Kirkkonummen kunnan kanssa leiri,

joka pienen mittakaavan kokeilevana toimintana luo uuden palvelun, arvioi sen onnistumista suhteessa sille asetettuihin tavoitteisiin ja tunnustelee uusia mahdollisuuksia paikallisten toimijoiden väliselle yhteistyölle. Käytännön tekeminen onkin tyypillinen lähtökohta luonto- ja eläinavusteisen toiminnan kehittämistyölle. Hyvinkin pienellä mittakaavalla toteutettu yhteistyö voi edetä osaksi toimialan vallitsevia käytäntöjä. (Yli-Viikari 2019: 172–173.)

Kirkkonummen kunnan lisäksi työelämäyhteistyössä on mukana paikallinen yritys, jonka kotieläinpihalla leirin toteutus tapahtuu. Kirkkonummen kunnan perhepalveluiden työntekijät ovat käyneet aikaisemmin maatilalla improvisoiduilla vierailuilla lastensuojelun asiakkaana olevien lasten kanssa. Kokemukset näistä aiemmista vierailuista ja yhteistyöstä paikallisen yrityksen kanssa ovat olleet positiivisia. Tarkoituksena onkin hyödyntää ja kehittää tätä spontaanisti syntynyttä yhteyttä ja luoda sen piirissä tavoitteellista ja teoreettisesti perusteltua ammatillista toimintaa.

Opinnäytetyömme toiminnallinen osuus edistää perhetyön valtakunnallisia rakenteellisen sosiaalityön tavoitteita, jotka ohjaavat myös Kirkkonummen kunnan perhepalveluiden työskentelyä. Niiden mukaisesti kunnan sosiaalitoimen tulee rakentaa yhteistyöverkostoja paikallisten palveluntuottajien kanssa sosiaalialan työskentelyn kehittämiseksi (Sosiaalihuoltolaki 2014/1301 §7). Lisäksi tavoitteisiin kuuluu erityistä tukea tarvitsevien lasten ja perheiden ryhmätoimintojen kehittäminen (Sosiaalihuoltolaki 2014/1301 §17) ja lasten vertaisryhmätoiminnan järjestäminen (Lastensuojelulaki 417/2017 §37). Yhteistyömme kunnan kanssa edistääkin paikallisen palvelu- ja tukivalikoiman kehittymistä ja ennaltaehkäisevään työn painottamista nykyisten sosiaalipoliittisten tavoitteiden mukaisesti (Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö 2016: 16.)

### 1.3. Osallistuva havainnointi

Vaikka monimuotoisen opinnäytetyön raportointi ei sisällä tutkimuksen tekemistä tai tutkimusraporttia (Viikka & Airaksinen 2003: Lukijalle), tämän opinnäytetyö tukeutuu tavoitteidensa arvioinnissa osallistuvaan havainnointiin. Havainnointi tapahtuu aktiivisena osallistuvana havainnointina maatilaleirin aikana.

Havainnointi on aineistonkeräysmenetelmä, jossa tutkittavasta ilmiöstä tai asiasta kootaan tietoa sitä seuraamalla ja tekemällä havainnoita. Havainnot kohdistuvat ihmisten käyttäytymiseen ja toimintaan. Havainnointia tehdään sekä ihmisten verbaalista että nonverbaalista ilmaisua seuraamalla. Osallistuvaa havainnointia, joka toteutetaan toiminnan aikana, osana todellista tutkimuskohteeseen liittyvää yhteisöä, kutsutaan myös kenttätyöksi. Tällöin havainnointi tapahtuu sisäpuolisesta näkökulmasta ja tutkijalla on aktiivinen rooli havainnoitavassa toiminnassa. Havainnointia voidaan dokumentoida

muun muassa muistiinpanoja tekemällä, valokuvaamalla, videoimalla tai äänittämällä. (Hyväskylän yliopisto 2015; Saarinen – Kauppinen & Puusniekka 2006.)

Osallistuva havainnointi voi olla joko aktiivista tai passiivista. Aktiivisesti osallistuva havainnoija vaikuttaa läsnäolollaan tutkittavaan ilmiöön. Hän voi olla mukana projektissa tai toiminnassa aktiivisena toimijana. Passiivisesti osallistuva havainnoija puolestaan ei pyri vaikuttamaan tilanteen kulkuun. Molemmissa tapauksissa havainnoijan on pystyttävä erittelemään oma roolinsa ja sen mahdollinen vaikutus tutkimustilanteeseen. (Anttila 1996: 218 – 224.) Leirin aikana toimimme molemmissa rooleissa riippuen toiminnan luonteesta. Esimerkiksi aamupiireissä toiminnan ohjasi vain yksi ohjaaja, joten toinen ohjaaja oli passiivisen havainnoitsijan roolissa. Kuten Anttila (1996: 218 – 224.) tuo esille, havainnoija ei voi olla täysin ulkopuolinen toiminnassa, sillä hänen läsnäolonsa on kaikkien tiedossa.

## **2. Green Care -ajattelu Suomessa**

Tämän opinnäytetyön teoreettiseen viitekehykseen kuuluu Green care -ajattelun suomalainen ymmärrys ja sen tarjoama teoreettinen pohja ammatilliselle luontoperustaiselle toiminnalle sosiaalialalla. Viitekehyksen määrittämiä elementtejä ja edellytyksiä noudattamalla varmistamme, että opinnäytteemme eroaa laadullisesti omaehtoisesta luonnossa oleskelusta ja virkistys- sekä harrastustoiminnasta (Ruoho & Vehmasto 2018: 8 –9). Tietotasolla opinnäytetyö pohjautuu eläin- ja luontoavusteisten menetelmien soveltamiseen erityistä tukea tarvitsevien lasten sosiaaliohjauksessa ja erityisesti tunnetaitojen tukemisessa.

Green care -toiminta soveltuu hyvin varhaiskasvatuksen toimintaympäristöön, koska tavoitteellinen luontotoiminta edistää varhaispedagogisia päämääriä, kuten kokemuksellista oppimista ja tunnetaitojen harjoittelua. Suomalaisen luonnon pitkäaikaisia hyvinvointivaikutuksia voidaan ylläpitää ja edistää siirtämällä varhaiskasvatuksen ja opetuksen piirissä olevaa toimintaa sisältä ulos luontoon. (Ihantola 2017.)

### **2.1. Green care -paradigman kehittyminen Suomessa**

Luonto- ja eläinavusteisten hyvinvointipalveluiden järjestäminen ja niihin liittyvä käsitteistö vaihtelee eri maiden välillä. Eurooppalaiseen paradigmaan vaikuttaa vahvasti Green care -käsite, jonka asema on vakiintunut myös Suomessa sen jälkeen, kun ensimmäiset kotimaiset Green care -kehittämishankkeet käynnistyivät vuonna 2006. (Vehmasto 2019: 179–180.)

Green care -käsite on suomalaisissa alan kehittämis- ja koordinoitihankkeissa määritelty tarkoittamaan luontoon, maaseutuympäristöön ja eläimiin liittyvää toimintaa, joka pyrkii lisäämään haavoittuvassa asemassa olevien ihmisryhmien hyvinvointia. Green care -toiminnan kolme peruselementtiä ovat luontoperustaisuus, kokemuksellisuus ja osallisuus. Lisäksi toiminnalle on määritelty kolme perusedellytystä: tavoitteellisuus, ammatillisuus ja vastuullisuus. (Vehmasto 2019: 180—181.) Myöhemmin määritelmässä on entisestään painotettu ohjaajan ja yksilöllisen tuen keskeistä roolia. Toiminnan ytimessä on ohjaajan tukema luontokokemus ja sen hyvinvointivaikutuksia hyödyntävä prosessi, jossa asiakas pääsee kohti omia tavoitteitaan (Vehmasto 2019: 184).

Green care -toimintaa ohjaavat sen teoreettisen määritelmän ohella myös kaksi laatumerkkiä: Luontohoiva ja Luontovoima, jotka on luotu moniammatillisessa valtakunnallisessa yhteistyössä alan toimijoiden ja tutkijoiden kesken. Laatumerkkien tavoitteena on yhtäältä vakuuttaa ostajia palveluiden laadusta ja toisaalta innostaa palveluntarjoajia kehittämään tuotteitansa entisestään. Emme ole hakeneet opinnäytetyömme aiheena olevalle leirille laatumerkkiä, mutta laatumerkin vaatimusten mukaisesti olemme noudattaneet leirin suunnittelu- ja toteutusvaiheessa Green care -toiminnan peruselementtejä ja -edellytyksiä. (Ruoho & Vehmasto 2018: 7.) Green care -toiminnan perusperiaatteet ovatkin opinnäytetyömme teoreettinen kivijalka, joka kytkeytyy arvopohjaltaan vahvasti myös valtakunnalliseen varhaiskasvatussuunnitelmaan.

## 2.2. Ammatillisen luontotoiminnan hyvinvointihyötyjä

Tutkimustulokset todentavat, että ammattilaisen näkökulmasta luontoympäristö ja eläinten läsnäolo parantavat työn mielekkyyttä ja tuottavat hyvinvointi- ja terveyshyötyjä (Pylkkänen 2016: 6). Ympäristön vaihtelevuus esimerkiksi vallitsevien sääolojen ja eläinten käyttäytymisen osalta pitää toimintaan osallistuvien asiakkaiden ohella myös sitä ohjaavat ammattilaiset virkeinä. Luonnon rauhoittava vaikutus on läsnä samanaikaisesti sekä asiakkaissa että ohjaajissa. Ympäristön stressiä vähentävä ja vireystilaa parantava vaikutus heijastuu ohjaajien ja asiakkaiden välillä parantaen molempien oloa ja hyvinvointia. (Byström, Grahn & Hägerhäll 2019: 1.)

Ammatillisen luonto- ja eläinavusteisen toiminnan on todettu hyödyttävän ihmisen kehitystä monin tavoin. Luontoympäristö vaikuttaa myönteisesti lasten keuhonhallintaan, sekä tarjoaa monipuoliset mahdollisuudet harjaannuttaa leikin lomassa motorisia perustaitoja. Luontoympäristöllä on myös havaittu olevan vaikutuksia lasten sosioemotionaaliseen ja tiedolliseen kehitykseen. Tutkimusten mukaan lasten yleistyvät ylivilkkouden oireet lievittyvät luontoympäristön tarjoamia elementtejä, kuten luonnon ääniä, tuoksua ja näkymiä aistittaessa. Luonnon hyvinvointivaikutukset painottuvat toiminnallisuuteen ja yhteisöllisyyteen, mutta tarjoavat myös mahdollisuuden löytää keinoja

psykkiseen itsesääteilyyn. Luonnossa on mahdollista löytää omaan tunnetilaan sopiva paikka, jossa oma olotila helpottuu. Lapsen fyysisenä ja sosiaalisena ympäristönä luonto tarjoaa mahdollisuuden rentoutumiseen ja rauhoittumiseen, itsetunnon vahvistumiseen sekä minäkuvan selkiintymiseen joko aikuisen tuella tai ilman. Samoin se tarjoaa mahdollisuuden yksityisyyden ja yhteisöllisyyden säätelyyn. (Salonen 2010; Polvinen, Pihlajamaa & Berg 2012: 13 – 14.)

Eläinavusteinen toiminta voi vauhdittaa luottamuksen syntymistä ja helpottaa tasavertaisen kohtaamistilanteen syntymistä ammattilaisen ja erityisesti lapsen tai nuoren välillä. Eläimen läsnäolo tuo sosiaaliseen tilanteeseen virikkeellisyyttä ja toiminnallisuutta, jonka myötä sosiaalinen vuorovaikutus tapahtuu ikään kuin eläimen kohtaamisen ohella. (Ikäheimo 2019: 103.) Vuorovaikutuksessa eläimen kanssa puolestaan korostuu kohtaaminen ilman ennakkoluuloja, sitoutumattomuus kielelliseen ilmaisukykyyn, spontaanin kiinnostuksen herääminen ja senhetkinen mielentila. (Byström, Grahn & Hägerhäll 2019: 4-5.) Ohjaajan tärkeänä tehtävänä on fasilitoida onnistunut eläinkokemus, huomata merkityksellisyys tilanteessa ja tukea sen sanoittamisessa. Onnistuneen kohtaamisen myötä eläimen kanssa saavutettu yhteys ja siihen liitetyt positiiviset asiat voivat henkilöityä myös ohjaajaan. (Ikäheimo 2019: 103.)

Luontoympäristöjen ja eläinten hyödyntäminen sosiaali- ja terveystaloudissa on hyvin tärkeää myös ihmisten yksilöllisen hyvinvoinnin kannalta. Työskentely esimerkiksi maatilan töissä tai puutarhassa lisää kodinomaisuuden kokemuksia ja auttaa yksilöä luomaan yhteisöllisiä siteitä. Maatilan askareissa löytyy vaikeusasteeltaan ja fyysiseltä vaatimuudeltaan monenlaisia tehtäviä, joten osallistuminen ja onnistumisen kokemukset ovat kenen tahansa ulottuvilla. Näiden myötä yksilö voi kasvattaa luottamusta, toivoa ja uskoa omaan itseensä ja oman elämänsä hallintaan. (Ylilauri & Yli-Viikari 2019: 2.) Aktiivisen osallistumisen ohella myös pelkästään luontoympäristössä tai eläinten lähellä oleskelu edistää yksilön psyykkistä ja fyysistä hyvinvointia (Niemelä 2019: 4).

### 2.3. Luontotoiminnan soveltuminen erityisen tuen tarpeessa oleville lapsille

Sosiaalihuoltolaki (1301/2014: §3) määrittelee lapsen olevan erityisen tuen tarpeessa, jos hänen kasvuolosuhteensa vaarantavat tai eivät turvaa lapsen terveyttä ja kehitystä. Kyseessä voi myös olla lapsi, joka itse käyttäytymisellään vaarantaa kehitystään tai terveyttään. Erityistä tukea tarvitsevaksi lapseksi luetaan myös, jos on erityisiä vaikeuksia hakea ja saada tarvitsemiaan sosiaali- ja terveystaloudia kognitiivisen tai psyykkisen vamman tai sairauden, päihteiden ongelmakäytön, usean yhtäaikaisten tuen tarpeen tai muun vastaavan syyn vuoksi.

Varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa erityinen tuki tarkoittaa puolestaan kasvun ja oppimisen tukitoimia. Tuen tarpeet jaotellaan kolmiportaisesti yleiseen, tehostettuun ja erityiseen tukeen. Kasvun ja oppimisen tuen tehtävänä on ehkäistä oppimisvaikeuksia sekä ongelmien syvenemistä ja monimuotoistumista. (Opetushallitus 2016: 44.) Ennaltaehkäisevyys, yksilön lähtökohdista rakentuva tavoitteellisuus ja vastuullinen ohjaus ovatkin elementtejä, jotka yhdistävät varhaiskasvatuspedagogiikan ja Green care -ajattelun lähtökohkia. Eläin- ja luontoavusteinen työskentely soveltuu tutkimusten mukaan erinomaisesti yksilöllisten tuen tarpeiden tunnistamiseen ja niihin vastaamiseen mielekkäällä ja monipuolisella tavalla (Vehmasto 2019: 184; Ikäheimo 2019: 102—103).

Systemaattinen arviointi ja tutkimustieto osoittavat, että eläinten ja luonnon tuominen osaksi hoito- ja pedagogista työtä tuottaa mitattavia tuloksia. Green care -toiminnasta hyötyvät erityisesti sellaiset asiakkaat, jotka tarvitsevat keskustelun ohelle tukitoimeksi lisää toiminnallisuutta ja yhteisöllisyyttä esimerkiksi motivaatio-ongelmien tai toimintakyvyn rajoitteiden takia (Green care Finland n.d.) Ympäristöpsykologisissa tutkimuksissa on todettu eläin- ja luontoavusteisilla toimintamuodoilla saavutettavan erityisen hyviä tuloksia ryhmissä, joilla on kognitiivisia vaikeuksia, neurologisia häiriöitä tai psykososiaalisia ongelmia (Hirvonen 2014: 16).

Leirin suunnitteluvaiheessa meillä oli tiedossa, että tulevilla leiriläisillämme on erityisen tuen tarpeita, kuten autismikirjon oireita, aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriöitä ja traumaperäisiä mielenterveysongelmia. Opinnäytetyön luku “4.3 Erityisen tuen tarpeiden huomioiminen” keskittyy erittelemään tapoja, joilla leirille osallistuneiden lasten erityisen tuen tarpeisiin pyrittiin leirin suunnitteluvaiheessa vastaamaan. Luontoympäristöillä ja luontoelementtien tuomisella esimerkiksi oppimistilanteisiin onkin havaittu olevan positiivisia vaikutuksia niin autismikirjon oireisiin, aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriöihin kuin vakaville traumoille altistuneissa lapsissakin. (Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020: 60—61.)

Autismikirjon oireisiin liittyy usein, varsinkin lapsilla, motivaatio- ja käytösongelmia, jotka vaikeuttavat esimerkiksi terapeutista prosessia. Keskustelu on usein heille kuormittava ja hankalasti ymmärrettävä tapa kommunikoida, koska autismikirjioon kuuluvat vaikeudet tulkita verbaalista ilmaisua ja yhdistää sitä nonverbaalisen kommunikaation viesteihin. Lisäksi autismikirjolle tyypillinen aistillinen herkistyneisyys voi aiheuttaa ahdistuneisuutta ja stressiä. (Byström, Grahn & Hägerhäll 2019: 1—3.)

Eläinavusteisten menetelmien hyödyntäminen ohjaustilanteissa lasten kanssa on huomattu merkittävästi tehostavan ammattilainen -asiakas -suhteen kehittymistä sekä vähentävän stressiä, tyypillistä autistista käytöstä ja ahdistusta. Byströmin, Grahnin ja

Hägerhällin käytännön terapiatyöskentelyyn keskittyneessä tutkimuksessa osallistujien huomattiin hyötynneen maatilaympäristössä toteutetusta luonto- ja eläinavusteisesta ryhmätoiminnasta kolmeen pääkategoriaan jaotelluin tavoin: 1) stressin vähentyminen 2) kiinnostuksen ja uteliaisuuden herääminen 3) huomiokyvyn spontaani suuntautuminen uusiin asioihin. (2019: 4—5.)

Maatilan kokemuksellisen ympäristön on havaittu tuottavan onnistumisen elämyksiä ja tukevan itsetunnon kehittymistä erilaisia oppimisvaikeuksia kokevilla lapsilla (Nissinen 2014: 66). Erilaisten luontoelementtien saatavuus maatilamiljöössä tukee myös keskittymisvaikeuksia kokevien lasten tarkkaavaisuuden suuntaamista. Aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriöt voivatkin aiheuttaa lapsilla ikävaiheeseen nähden ylimitoitettua tarkkaamattomuutta, ylivilkkautta ja impulsiivista käytöstä, jotka voivat vaikeuttaa lapsen selviytymistä jokapäiväisistä toimita esimerkiksi koulunkäynnin ja kaverisuhteiden osalta. (Reiff & Feldman 2014: 838.) Neurologisissa tutkimuksissa on havaittu, että maatilaympäristön lisäksi myös muunlaiset viherympäristöt voivat lieventää erilaisista aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriöistä lapsille aiheutuvia oppimismisvaikeuksia (Byström, Grahn & Hägerhäll 2019: 23).

Lapsuusaikaisten traumaattisten kokemusten vaikutukset lapsen mielenterveyteen ovat moninaisia ja hyvin yksilöllisiä. Lapsipsykiatrisessa tutkimuksessa vallitsee kuitenkin konsensus siitä, että traumat aiheuttavat vakavia sosiaalisia, emotionaalisia, terveydellisiä ja käyttäytymisvaikeuksia. Usein traumaa kokeneilla lapsilla on vaikeuksia etenkin vihanhallinnan ja väkivaltaisen käytöksen kanssa (Mudaly, Graham & Lewis 2014: 42.) Eläinavusteisella työskentelyllä on saatu poikkeuksellisen hyviä tuloksia etenkin käytös- ja tunneongelmista kärsivillä trauma kokeneilla lapsilla (2014: 43). Eläinavusteiseen ryhmätoimintaan osallistuneet traumaperäisistä mielenterveysongelmista kärsivät lapset kokivat saaneensa toiminnasta erityistä tukea vihan tunteiden ja aggressiivisen käytöksen hallitsemiseen (2014: 45—46).

### **3. Lasten tunnetaitojen ymmärtäminen ja tukeminen**

Maatilaleirin tavoitteiden arviointi perustuu tunnetaitoja erittelevään RULER-malliin, joka tukee leiriläisten tunnetaitojen ja niissä tapahtuvien muutosten havainnointia. Lisäksi tämä luku tarkastelee tunnetaitojen merkitystä lapsen hyvinvoinnille ja kehitykselle. Luvun jälkimmäinen osio esittelee tunnetaitoihin liittyvää teoriapohjaa, johon leirille valitsemamme harjoitteet ja leiripäivien teemat tukeutuvat.

### 3.1. Tunnetaitojen merkitys ja niiden erittely

Tunteet värittävät ihmisen koko olemisen kirjoa, joten taidot, joiden avulla tunteita voi havaita, ilmaista ja säädellä ovat äärimmäisen tärkeitä. Tunnetaitoja käyttämällä ihminen kehittää itsetuntemustaan, hallitsee omaa käytöstään, luo ja hoitaa vuorovaikutussuhteitaan, ratkaisee ongelmatilanteita sekä sopeutuu erilaisiin ympäristöihin (Rafaila 2015: 163–164). Tunnetaitojen pohja luodaan jo varhaislapsuudessa ja niiden avulla lapsi oppii monia muitakin taitoja, joita hän tarvitsee myöhemmin elämässään (Jääskinen & Pelliccioni 2017: 35).

Tunnetaitojen harjoittelu alkaa omasta itsestä, sillä kyky tunnistaa ja nimetä omia tunteita on edellytys muiden tunnetaitojen kehittymiselle (Opetushallitus 2020). Alkaessaan tunnistaa toisten ihmisten tunteita lapsi alkaa myös kehittää empatiakykyä ja taitoa suhteuttaa omaa toimintaansa toisten ihmisten tunteisiin. Omien tunteiden hallinta ja toisten tunteiden tunnistaminen luovat perustan tunteet huomioivalle vuorovaikutukselle, joka on olennaista merkityksellisten ihmissuhteiden luomisessa ja niiden hoitamisessa (Goleman 1999: 145–146).

Kansainvälisissä ja kotimaisissa vertailevissa lapsipsykologisissa tutkimuksissa on todettu, että tunnetaidot ovat lapsen hyvinvoinnin ja erityisesti mielenterveyden kulmakivi, jota on tärkeä rakentaa monipuolisesti (Björklund, Liski, Samposalo, Lindblom, Hella, Huhtinen, Ojala, Alasuvanto, Koskinen, Kiviruu, Hemminki, Punamäki, Sund, Solantaus & Santalahti 2014: 2; Humphrey, Kalambouka, Wigelsworth, Lendrum, Deighton & Wolpert 2011: 618). Tunnetaitojen tukeminen nousee esiin myös Varhaiskasvatuksen perusteissa (2018), jossa se nostetaan osaksi varhaiskasvatuksen arvoperustaa (Opetushallitus 2018: 20–21, 23–27.) Ilman riittävää ja oikea-aikaista tukea varsinkin aggression ja impulssikontrollin kanssa kamppailevilla lapsilla on korkea riski syrjäytyä ja ajautua syviin sosiaalisiin ongelmiin myöhemmin elämässä (Webster-Stratton 2006: 284).

Tutkijoiden keskuudessa ei ole yksiselitteistä yhteisymmärrystä siitä, miten tunnetaitoja ja sosiaalisia taitoja tulisi eritellä toisistaan, mutta useimmissa tutkimuksissa käytetyt, hieman keskenään erilaiset termit, kohtaavat laadullisesti sekä sisällöllisesti ja ovat siksi rinnastettavissa toisiinsa (Humphrey ym. 2011: 618–619). Tunne- ja sosiaaliset taidot ovat toisistaan riippuvaisia ja niihin vaikuttavat monet yksilölliset tekijät, kuten lapsen temperamentti, erityisen tuen tarpeet ja ympäristöstä saatavat mallit (Webster-Stratton 2006: 285–286).

Marc Brackett ja Susan Rivers (2014: 276–277) ovat luoneet Yalen yliopiston Center for Emotional Intelligence -yksikössä viiden tunnetaidon RULER-mallin. Se rakentuu



Yalen yliopistossa 90-luvun puolivälistä alkaen tehdylle tunneällyn tutkimukselle, johon ovat osallistuneet useat yliopiston tutkijat. RULER on akronymi, jossa määritellyt taidot ovat tunteiden tunnistaminen itsessä sekä muissa (Recognizing), tunteiden ymmärtäminen (Understanding), nimeäminen (Labeling), ilmaiseminen ja sanoittaminen (Expressing) sekä hallitseminen ja säätely (Regulating). Opinnäytetyömme kohteena olevalla leirillä tehtävässä osallistuvassa havainnoinnissa kiinnitämme erityistä huomiota siihen, miten siellä käyvät ilmi Rackettin ja Riversin määrittämät tunnetaidot tai niissä esiintyvät puutteet. Yhtäältä havainnoimme myös, millaisia muutoksia näissä lasten taidoissa tapahtuu.

Tunteiden tunnistaminen on olennainen taito tunnesäätelyssä. Tunteiden tunnistaminen alkaa tietoisella läsnäololla, keskittymällä läsnä olevaan hetkeen ja tunteeseen. Tunteiden tunnistaminen edellyttää tietoisuutta oman kehon tunneaistimuksista, tunnesanojen ymmärtämistä sekä näiden yhdistämisen taidosta. Tunteet voidaan jakaa ensisijaisiin ja toissijaisiin tunteisiin. Ensisijaiset tunteet ovat luonnollisia ja perusteltuja reaktioita tapahtumiin, kun taas toissijaiset tunteet ovat reaktioita ensisijaisiin tunteisiin tai ajatusten tuotetta. On tärkeää oppia havaitsemaan ensisijainen tunne ja pyrkiä toimimaan sen mukaisesti, koska tällöin väärinymmärrykset vuorovaikutuksessa vähenevät ja itseilmaisusta tulee selkeämpää. Ensisijaisten tunteiden havainnointi ja sanoittaminen, sekä kuvaaminen itselle ja toisille toimii usein jo keinona säätää tunteiden voimakkuutta. (Mielenterveystalo.fi n.d; Jääskinen & Pelliccioni 2017: 36.)

Tunteiden ymmärtäminen, tietoisuus tunteista tarkoittaa muun muassa tunteiden parempaa tunnistamista ja ymmärrystä niiden syistä, taustoista, seurauksista sekä siitä, miten ne vaikuttavat itseen ja toisiin ihmisiin. Omien tunteiden tunnistaminen auttaa toimimaan tietoisesti niiden kanssa ja säätelemään omaa toimintaa. Toisten tunteiden havaitsemiseksi ja ymmärtämiseksi on ensin huomattava omat tunteet. (Mieli.fi n.d./a)

Tunteiden nimeäminen antaa tunteille sisällön ja merkityksen. Tunnesäätelytaitojen perustana onkin tunteiden tunnistaminen ja kyky nimetä niitä. Lapsen kehityksen varhaisvaiheessa aikuinen tunnistaa lapsen tarpeet ja tunteet ja vastaa niihin. Vähitellen vuorovaikutuksessa aikuisen kanssa lapsella kehittyy kyky tunnistaa ja nimetä omia ja muiden tunteita. (Mieli.fi n.d./b.)

Tunteiden ilmaiseminen tapahtuu usein fyysisesti, esimerkiksi hymyilemällä, nauramalla, itkemällä, potkimalla, koskettamalla ja niin edelleen. Nämä fyysiset tavat ovat suoria ja välittömiä keinoja ilmaista tunteita. Tunteita voidaan myös ilmaista sanoin ja kirjoittamalla. Usein tunteiden ilmaisemiseksi tarvitaan sanoja, joiden avulla tunnetiloja voidaan purkaa ja käsitellä joko puhuen tai kirjoittaen. Kirjoittamisen avulla tunteiden syitä ja seurauksia voidaan myös analysoida, koska sen avulla voi ottaa etäisyyttä omiin tun-

teisiin. Tunteita voidaan ilmaista myös luovuuden, kehollisuuden ja liikkeen kautta. (Mieli.fi n.d./b; Jääskinen & Pelliccioni 2017: 44.)

Kyky palautua ja rentoutua on tunteiden hallitsemisen ja säätelyn sekä mielenrauhan perusta. Se antaa tilaa omien tunteiden käsittelemiselle ja havaitsemiselle, vahvistaa myönteisiä tunteita ja auttaa avaamaan jännitystiloja. Liikunta on toimiva tapa kanavoitaa tunteita ja vapauttaa jännityksiä. Olennaista on tunnistaa ja sietää tunnetilaa, jonka voi säädellä. Säätelyn tarkoitus on saavuttaa itselle riittävän hyvä olotila tunnetilasta huolimatta. (Mieli.fi n.d./a; Jääskinen & Pelliccioni 2017: 42.)

Kyky käydä keskustelua tunteista edellyttää useiden RULER-mallissa tunnistettujen taitojen käyttämistä. Yleensä tunteista puhuminen alkaa kehittyä varhaislapsuudessa ja ilmenee usein leikkien yhteydessä (Misca & Unwin 2019: 23). Lapset tuovatkin tunteilyään esille leikkien yhteydessä tapahtuvassa vertaisvuorovaikutuksessa sellaisilla tavoilla, jotka voivat jäädä helposti aikuisilta huomaamatta (Köngäs 2018: 5). Tämän opinnäytetyön arvioinnin kannalta tärkeää havainnointiaikaa ovatkin vapaan leikin hetket, joille jätetään aikaa jokaisena leiripäivänä. Tehdäksemme relevantteja havaintoja meidän on pyrittävä tunnistamaan lasten tunteita ja niiden kanssa korreloivia ärsykeitä ympäristössä. Tärkeässä osassa tätä työskentelyä ovat siis havainnoitsijoiden omat tunnetaidot.

Lasten käyttäytymiseen heidän välittömässä ympäristössään vaikuttavat perimä, kasvuympäristö ja läheisten sosiaalisten suhteiden määrittämät juurtuneet tavat reagoida ja toimia heidän kokiessaan erilaisia tunteita. Vaikka näiden niin sanottujen yksilöllisten tunneskeemojen syy-seuraus-suhteita tuskin pystymme tulkitsemaan nelipäiväisen leirin aikana, voimme kuitenkin havainnoida lasten käyttäytymisessä mahdollisesti toistuvia kuvioita, ja vastaavasti leirin aikana näissä kuvioissa tapahtuvia poikkeamia. (Misca & Unwin 2019: 25.)

### 3.2. Viisi- ja kuusivuotiaiden lasten tunnetaidot

Viisivuotiaat ovat jo omatoimisia, aloitteellisia ja sopeutuvaisia, sekä halukkaita auttamaan arjen tehtävissä. Samanaikaisesti he ovat vielä monin tavoin pieniä lapsia. Halu tulla hoivatuksi on vahva ja tunteiden ailahteleminen on osa normaalia arkea. Luottamus omiin kykyihin ja itsetuntemus saattavat vaihdella ja näihin taitoihin lapset tarvitsevat vielä aikuisen rohkaisua ja kannustusta. Samoin lasten vahvuuksien tunnistaminen ja niiden esille tuominen ovat tärkeässä asemassa tuettaessa lapsen kokonaisvaltaista kehitystä. (MLL 2019.) Tässä iässä lapset omaksuvat sosiaalisia taitoja ja heillä on yleensä jo omia kavereita, joiden kanssa syntyy yhteisleikkejä ja helppoja neuvotte-lutilanteita, joissa lapset pääsevät harjoittelemaan erilaisia strategioita säädellä omaa

käyttäytymistään, tunteitaan ja ajatuksiaan. (Riihonen & Koskinen 2020: 46; Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020: 95 – 98.)

5 – 6 -vuotiaiden lasten ajattelukyky ja kielelliset taidot ovat kehittyneet niin, että he ovat kykeneviä kuvittelemaan toisten ihmisten olotiloja, tunteita ja aikomuksia. Heillä on ymmärrys siitä, että paha olo ei sijaitse itsessä, vaan toisessa. Tällöin lapset pyrkivät lohduttamaan toista ja tuntevat empatiaa toisen tunnetiloista. Ajattelun taitojen kehityksessä lapset alkavat myös ohjata toimintaansa sisäisellä puheella ja ohjeilla. 5 – 6 -vuotiaat lapset tunnistavat ja nimeävät jo useita tunteita, kuten pelon, ilon, surun, vihan ja ujouden, sekä osaavat käyttää omia tunteitaan hyödyksi ja huijata niillä muita. (Pihlaja 2018: 144 – 46; Riihonen & Koskinen 2020: 46; Sainio ym. 2020: 95 – 98.)

Empatiakyvyn kanssa samaan aikaan alkaa kehittyä myös itsesäätelyn taito, eli taito säädellä tunteita ja niiden hallintaa. Lapsi alkaa kyetä esimerkiksi sanallisiin neuvotteluihin ja sovinnon tekemiseen. (Goleman 1999: 146; Koivunen & Lehtinen 2015.)

Kuusivuotiaat osaavat jo odottaa vuoroaan ja keskittyä tehtäviin noin kahdenkymmenen minuutin ajan. Hermostuessaan he saattavat edelleen huutaa, lyödä ja rikkoa esineitä. Rauhoittuakseen tämän ikäiset tarvitsevat usein aikuisen tukea ja sanallista ohjausta. On tavallista, että kuusivuotiailla esiintyy kiukuttelua tavallista enemmän. Tämä liittyy lapsen kognitiiviseen kehityksen vaiheeseen, jossa lapsi alkaa ymmärtää enemmän asioita ja ympäröivää maailmaa. (Riihonen & Koskinen 2020: 42 – 46; Sainio ym. 2020: 95 – 98.)

### 3.3. Lasten tunnetaitojen tukemisen perusteet

Lasten tunnetaitojen tukemisessa tärkeitä tekijöitä ovat johdonmukaisuus, tasapainoisuus, ennustettavuus ja kokemus siitä, että ympäristössä on tarjolla sosio-emotionaalista turvaa ja tukea. Esimerkiksi selkeiden sääntöjen, toimintatapojen, rutiinien ja rajojen asettaminen edistävät rauhallisuuden, luottamuksen ja turvallisuuden tunteiden rakentumista. Tällaisen tarkoituksenmukaisen ilmapiirin ja ympäristön luominen on tärkeä prioriteetti tunnetaitoja tukevassa toiminnassa. Kun se on saavutettu, saadaan eniten hyötyä tunnetaitoja edistävästä harjoitteista. (Webster-Stratton 2006: 288.)

Tunnetaitojen tukemiselle otollisten olosuhteiden edistämässä korostuu ammattilaisen rooli, oli hän sitten sosiaaliohjaaja, varhaiskasvatuksen opettaja tai Green care -toimija. Suunnitelmallisuus, tavoitteellisuus ja ammatillisuus ovat ne tekijät, jotka erottavat ohjatun toiminnan vapaa-ajan toiminnoista, eli laadukas ja sensitiivinen ohjaustyöskentely on keskeisessä roolissa (Ruoho & Vehmasto 2018: 8—9).

Lasten tunnetaitoja tukevien harjoitteiden tulisi ensisijaisesti keskittyä heidän omien tunteidensa kommunikointiin, mutta myös toisten henkilöiden tai eläinten tunteiden tunnistamiseen ja huomioimiseen (Webster-Stratton 2006: 295).

## 4. Pedagogiset ratkaisut maatilaleirillä

Maatilaleirin ohjelma suunniteltiin niin, että se oli tunneilmapiiriltään avoin ja turvallinen. Tavoitteena oli luoda lapsille onnistumisen tunteita, uusia kokemuksia sekä tarjota mahdollisuus tunnetaitojen harjoitteluun. Menetelmiä valitessamme huomioimme lasten yksilölliset tuen tarpeet, luontoympäristön ja eläinten käytön mahdollisuudet sekä ryhmän toimintaa ja kehitystä tukevat harjoitukset.

### 4.1. Turvallisuuden tunteen luominen

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden mukaan oppimista tapahtuu parhaiten lapsen voidessa hyvin ja kokiessaan olonsa turvalliseksi. Myös myönteisten tunnekokemusten ja vuorovaikutussuhteiden, sekä vertaisryhmän ja kokemuksen yhteisöön kuulumisesta on havaittu edistävän oppimista. Tästä syystä turvallisen oppimisympäristön luominen oli keskeisenä tavoitteenamme leiriä suunniteltaessa. Turvallisuuden tunteen ja turvallisen oppimisympäristön turvaamisen merkitys ei kosketa pelkästään lapsia, vaan on merkittävässä asemassa myös ryhmän ohjaajan tai kasvattajan kasvatustyön onnistumisen kannalta. (Opetushallitus 2018: 22; Hurme & Kyllönen 2014: 23–24.)

Pedagogiset ratkaisumme turvallisuuden tunteen luomiseen ja ylläpitämiseen leirin aikana olivat selkeän struktuurin luominen jokaiselle päivälle, toiminnan johdonmukaisuus ja ennustettavuus, lasten kuuleminen ja kannustus, sekä asiantuntijuus ja ennakointi. Kun lapsella on vaikeuksia säädellä tunteitaan, ongelmia aggressiivisen käytöksen kanssa tai vaikeuksia sietää muutosta arjen rutiineissa, aikuinen voi auttaa lasta helpoiten vahvistamalla lapsen myönteistä ja suotavaa toimintatapaa. Tähän voidaan käyttää keinoina juuri ennakoitua, arjen struktuuria ja sopivaa joustamista, joka auttaa lasta toimimaan aikuisen odotusten mukaisesti. Tärkeimmäksi keinoksi lapsen hyvää käytöstä edistettäessä nousee kuitenkin lapsen kehuminen ja myönteisen palautteen antaminen. Samoin osallisuuden tunteen ja ryhmään kuulumisen tunteen luominen kaikille ryhmän jäsenille on tärkeää ja turvallisuuden tunnetta edistävää. (Riihonen & Koskinen 2020: 158–160.)

Lähes kaikki lapset hyötyvät päivästruktuurista tunnesäätelyn tukena, koska lapset tyyppillisesti jäsentävät päivän kulkua arjen toistuvien rutiinien varassa. Rutiinit luovat lapsen elämään turvaa ja ennustettavuutta. Toiminnalla ja toimintaympäristöllä tulisikin olla rakenne, joka vähentää levottomuutta ja ahdistusta. Selkeä rakenne luo lapselle tun-

teen ja tietoisuuden siitä, että on olemassa jotain pysyvää, johon voi turvata. Jotkut lapsista, kuten esimerkiksi autismikirjon lapset tai lapset, joilla on keskittymisen tai hahmottamisen pulmaa, hyötyvät sanallisen ennakkoinnin ja ohjeen sijaan enemmän visuaalisesta, näönvaraisesta struktuurista. Heidän kanssaan voidaan käyttää erilaisia toimintokuvia tai kuvasarjoja. (Riihonen & Koskinen 2020: 160–161; Pihlaja & Viitala 2018: 171 – 173.) Maatilaleirillämme oli käytössä kuvitettu päivästrukturi jokaiselle päivälle. Sen avulla varmistimme, että jokainen lapsi tiesi ja ymmärsi, mitä päivän aikana tulee tapahtumaan ja mitä heiltä odotetaan. Kuvien avulla lapsilla oli myös mahdollisuus valmistautua tuleviin tapahtumiin. Päivästrukturi pysyi myös rakenteellisesti muuttumattomana, luoden toiminnalle johdonmukaisen jatkumon.

Hurmeen ja Kyllösen (2014) mukaan ennakointi on myös osa aikuisen asiantuntijuutta ja keskeinen elementti fyysisen turvallisuuden luomiseksi. Ennakointiin kuuluu myös oleellisesti aikaisempien tapahtumien analysointi ja läpi käyminen muiden kasvattajien tai ryhmän ohjaajien kesken. Huomioiden tekemisen, tiedonkeruun ja tiedon analysoinnin avulla kasvattaja tai ohjaaja kykenee kehittämään toimintaansa ja ennakoimaan tulevia toimintatuokioita paremmin. (Hurme & Kyllönen 2014: 61–74.) Leiriä suunnitellessamme keräsimme taustatietoa leiriläisistä ja tutustuimme tunnetaitojen kehittymistä estäviin tekijöihin. Samoin kävimme keskustelua siitä, miten toimimme ja valmistaudumme haastaviin kasvatustilanteisiin tai yksittäisen lapsen mahdolliseen haastavaan käytökseen. Yhteisten pelisääntöjen luominen ja yhdenmukaisista toimintatavoista sopiminen kuului vahvasti leirin valmisteluun. Ennakkotietoa keräämällä ja pedagogisia ratkaisuja suunnitellessamme, vahvistimme myös omaa asiantuntijuuttamme ryhmän ohjaajina.

Suunnittelimme toiminnan maatilaleirillä huomioiden oppimista edistävän ilmapiirin, joka tukee lasten myönteisiä tunnekokemuksia ja tarjoaa kokemuksen vertaisryhmään kuulumisesta. Koska vertaisryhmän merkitys lasten sosiaalis-emotionaalisen kehityksen kannalta on keskeinen, on ryhmän ohjaajan rooli turvallisen ympäristön turvaamisessa ja lasten häiritsevän käytöksen rajaamisessa sekä vastuun ottamisessa ryhmästä tärkeää. Ikätovereiden avulla lapsilla on mahdollisuus luoda realistista, ikäsidonnaista ja sosiaalista tietoa itsestään. Toimiminen ryhmässä opettaa lapsia kommunikoidmaan keskenään, ajattelemaan toisiaan ja itseään, sekä auttaa näkemään, että olemme kaikki erilaisia, mutta samalla yhtä merkityksellisiä. (Pihlaja & Viitala 2018: 168-169.) Sisällytimme leirin toimintaan positiivisen kasvatuksen menetelmiä ja toimintatapoja, joissa lapsi nähdään aktiivisena toimijana ja toiminnan keskiössä ovat lapsen osallisuus, vahvuudet ja myönteiset tunteet. (Trogen 2020: 25–26.) Vaikka leiriohjelma oli etukäteen tarkkaan suunniteltu, lasten osallisuus huomioitiin muun muassa sillä, että lapset pääsivät vaikuttamaan hoidettavien eläinten valintaan, saivat kantaa vastuu-

ta eläinten hoidosta sekä pääsivät osallistumaan täysvaltaisina ryhmän jäseninä keskusteluihin.

## 4.2. RULER-mallin soveltaminen

Pyrimme toteuttamaan leirin toimintaa niin, että se käsittelisi kaikkia Brackettin ja Riversin (2014) viittä tunnetaitoa niitä vahvistavalla tavalla. Tunteen tunnistamisen taitoon tarvitaan kehon tunneaistimisen vahvistamista sekä tunnenimien yhdistämistä näihin aistimuksiin. Aikuisen sanoittaessa lapsessa olevaa tunnetilaa ja sen mukanaan tuomaa käytöstä, lapsi saa tunnesanoille merkityksen ja yhteyden suhteessa itseensä. (Jääskinen & Pelliccioni 2017: 182.) Leiripäivät alkoivat ja päättyivät oman tunteen tunnistamiseen ja nimeämiseen siten, että jokainen leiriläinen valitsi omaa tunnetilaa parhaiten kuvaavan tunnekortin ja kertoi muille, mistä tunteesta on kyse. Näin leiriläiset saivat varmuutta tunteiden nimeämiseen ja tunteen tunnistamiseen itsessään. Sanallinen tunteiden ilmaiseminen sai myös harjoitusta. Tunnekortit olivat käytössä myös eri tunteita syvemmin käsiteltäessä, esimerkiksi ensimmäisen päivän pupujen hoidon yhteydessä. Silloin pohdimme leiriläisten kanssa, millainen eläin pupu on ja miten tämä voi näkyä ulospäin. Samalla pohdimme syitä arkuuteen ja pelkoon. Meidän ohjaajien tehtävänä oli sanoittaa kuvakortteja apuna käyttäen tunteita ja niiden taustalla olevia syitä. Tunteiden ja tapahtumien sanoittaminen oli tietoinen pedagoginen ratkaisu läpi koko leirin. Sanoittaminen tukee tunteiden ymmärtämistä, koska sanoittamalla tuodaan esille sen hetkinen tunnetila ja pohditaan sen syitä ja seurauksia sekä taustoja ja tunteen vaikutuksesta omaan itseen ja toisiin ihmisiin tai leirimme eläimiin. (Mieli.fi n.d./a) Pyrimme omalla sanallistamisella nimeämään lapsissa tapahtuvia reaktioita tai tunteen purkauksia, sekä kertomaan että kaikki tunteet ovat sallittuja ja niitä on mahdollista sieittää ja säätää.

Tunteiden ilmaisua tukee etenkin aikuisen malli sekä ryhmässä ja ikätovereiden kanssa toimiminen. Tunteiden ilmaisun keinoja ovat tunteen sanallistaminen, luovat, keholliset ja liikkeelliset menetelmät sekä tilanneharjoitukset, jossa harjoitellaan tositalanteita eri roolien ja mielikuvien kautta. Valitsimme leiripäiville monia tunteiden ilmaisua tukevia harjoituksia. Sanallisen ilmaisun lisäksi käytimme pantomiimia apuna kertoessamme toisillemme tunteistamme aamu- ja loppupireissä. Myös keholliset harjoitukset ovat tärkeä lisä sanalliseen ilmaisuun, koska kehollinen kokeminen jättää jäljen kehomuistimme. Keholliset keinot voivat olla liikunnallisia, fyysisesti kuormittavia tai käsitellä joltain tekemiseen liittyvää. (Jääskinen & Pelliccioni 2017: 44–45.)

Koimme etenkin kiukun tunnetta käsiteltäessä kehollisuuden ja toiminnan kautta tunteen purkamisen tärkeäksi, koska aggression ja vihan ja kiukun tunteen avulla voidaan ilmaista omia rajoja, voimiamme ja erillisyyttämme. Vihan avulla lapset myös harjoitte-

levat irrottautumaan vanhemmistaan erillisiksi yksilöiksi. Vihan tunteen taustalla on aina jonkinlainen hätä: pelko hylätyksi tulemisesta, epävarmuus, turvallisuuden tai luotamuksen tarve tai yksinäisyys. Aikuisen tehtävänä on ohjata lasta kanavoimaan vihan voima ulos ja ymmärtämään oman vihan taustaa. Jos vihan takana olevaa pelkoa ja kipua ei ymmärretä ja kuulla, niin se voi purkautua ulos tuhoavasti tai patoutua liiallisena pelkona lapsen sisälle. (Jääskinen & Pelliccioni 2017: 141 – 142.) Pedagoginen ratkaisumme vihan ja kiukun tunteen käsittelyyn oli harjoitella kehollisesti, miltä kiukku tuntuu ja miltä näyttää, kun ihminen tai eläin on suuttunut ja vihainen. Keholliseen ilmaisuun lisäsimme myös äänen käytön huutamalla vihan tunnetta ilmaan. Tämän jälkeen mallinsimme leiriläisille, kuinka kiukun tunnetta voidaan purkaa kehollisesti. Teimme fyysisiä hyppyjä, rentoutimme ja jännitimme lihaksia ohjeiden mukaisesti. Lapset keksivät myös itse kehollisia keinoja tynnyttää kiukun tunnetta.

Hengittämiseen liittyvät harjoitteet tukevat tunnetilasta rauhoittumista ja tunteiden säätelyä. Hengittämiseen keskittyminen rauhoittaa kehoa, selkeyttää mieltä ja palauttaa mielen tunnetilasta fyysiseen toimintaan. Tunnesäätelyyn voidaan käyttää myös erilaisia mielikuvaharjoitteita. Rauhoittavat mielikuvat voivat olla hyvin erilaisia ja liittyä henkilöihin, asioihin tai esineisiin. Joillain rauhoittavat mielikuvat liittyvät aistiärsykkeeseen, kuten ääneen tai hajuun. Äkillisen tunteen ehkäisemiseen auttavat keskittymisharjoitukset ja tarkkaavuuden tietoinen suuntaaminen. Omien ajatusten sekä toisen ihmisen läsnäololla voi myös olla tunteita rauhoittava vaikutus. (Riihonen & Koskinen 2020: 88–92; Sainio, Pajulahti & Sajaniemi 2020: 60–69; Jääskinen & Pelliccioni 2017: 42–43.)

Tunnesäätelyä tukeviksi harjoituksiksi valitsimme hengitysharjoituksen metsässä aistien ympäröivää luontoa silmät kiinni. Hengitimme myös ”puuhengityksen” avulla, jolloin hengityksen lisäksi käytimme liikettä heiluttaen sisäänhengityksellä käsiä ylös ja uloshengityksellä takaisin alas kylkiin. Metsäympäristössä harjoittelimme myös roolin ottamista, eläytyen metsän eläimen rooliin. Tämän kaltaisissa kuvitteluleikeissä lapsi kehittää näkökulmanottokykyään ja samalla laajentaa säätelytaitojensa rajoja. Kuvitteluleikeissä on osattava pitää mielessä monimutkaisia sääntöjä ja muokata omaa toimintaa roolin vaatimusten mukaiseksi. (Sainio ym. 2020: 103–104.)

Keskittymisen ja tarkkaavuuden tietoiseen suuntaamiseen valitsimme harjoituksiksi kellosoittimen äänen kuuntelemisen aamupiirissä. Huomio tuli kiinnittää soittimen ääneen ja siihen, koska ääni loppuu. Toinen aisteja hyödyntävä harjoitus oli väripohjien käyttö metsässä. Harjoituksessa tuli keskittyä keräämään luonnosta väripohjan eri värisiin sarakkeisiin mahdollisimman samanvärisiä luonnonmateriaaleja. Tietoista liikettä harjoittelimme pupukävelyllä, jossa keskittyminen suunnattiin rauhalliseen etenemiseen, kuvitellen eläimen rauhallista kohtaamista. Tulen liekkien tuijottaminen oli myös yksi valitsemamme menetelmä, jossa tavoitteena oli harjoitella rauhoittumista ja hetkessä läs-

näoloa. Tulen liekit liikehtivät rauhoittavasti ja itseään toistavalla tavalla, mutta koko ajan hieman uudenlaisia värejä ja muotoja luoden. Tätä kutsutaan herakliseksi liikkeeksi, jonka on havaittu tukevan keskittymiskykyä ja rauhallisen mielentilan saavuttamista lapsilla, joilla on neuropsykiatrisia häiriöitä, kuten autismikirjon oireita (Byström, Grahn & Hägerhäll 2019: 12.)

### 4.3. Erityisen tuen tarpeiden huomioiminen

Autismikirjolla tarkoitetaan sosiokommunikatiivisia häiriöitä lapsen kehityksessä, jolloin lapsella on sosiaalisin taitoihin ja käyttäytymiseen liittyviä häiriöitä sekä vuorovaikutukseen, kieleen ja viestintään liittyviä ongelmia. Tilanteet, joiden tarkoituksena on vastavuoroinen toiminta ja viestintä ja joissa pyritään erityisesti ilmaisemaan tunteita, saattavat olla lapselle hitaita oppia. Autismikirjon lapsella saattaa myös olla heikentynyt kyky jakaa tunteita ja mielenkiinnon kohteita, ja voi olla mahdollista, että lapsi ei kykene tekemään aloitteita vuorovaikutustilanteissa lainkaan. (Ketonen, Kontu, Lahtinen, Pesonen & Tuomi 2018: 290 – 294; Lastenmielenterveystalo.fi n.d.) Tämän vuoksi harjoitimme päivittäin omasta tunnetilasta kertomista muille kuvakorttien avulla. Leiriläiset kertoivat toisilleen valitsemansa tunnekortin kuvan joko sanallisesti tai kehollisesti tunnetilaa näytellen.

Koska autismikirjioon kuuluvilla henkilöillä on vaikeuksia ymmärtää ja tulkita toisten ajatuksia, tunteita ja toimia, sosiaalisia taitoja opetellaan arjen tilanteissa ohjaamalla, opettamalla jäljittelytaitoja ja käyttäytymisen muokkaamista mallittamalla. (Kerola, Kujala, Timonen 2009: 41.) Yksi pedagoginen ratkaisumme leirin aikana olikin selkeä ja kannustava ohjaaminen sekä tilanteiden ja tunnekokemusten sanoittaminen. Toimimme myös omalla esimerkillämme mallina esimerkiksi näyttämällä, kuinka eläimet tulee kohdata, miten ilmaista sanallisesti tai kehollisesti erilaisia tunnetiloja, kuinka liittyä mukaan leikkiin tai miten ottaa kontaktia toisiin lapsiin. Autistinen henkilö tarvitsee usein myös puhetta tukevia ja korvaavia kommunikaatiokeinoja. Puhutun kielen ymmärtäminen voidaan varmentaa visuaalisin keinoin, kuten kuvia tai esineitä käyttämällä tai piirtämällä. Kuvatuen käyttö oli myös eläinleirille valittu pedagoginen ratkaisu. Päivän rakenne käytiin läpi joka päivä aamupiirissä kuvatuen avulla. Käytimme kuvia myös helpottamaan tunteiden nimeämistä ja ilmaisemista omasta tunnetilasta kerrottaessa. Kuvien avulla saavutetaan lisäksi onnistumisen iloa käyttäytymispulmien vähentyessä ja yhteistoiminnan sujumisen parantuessa. (Kerola ym. 2009: 64–84.)

Leikki on lapsille ainutlaatuinen tapa olla vuorovaikutuksessa maailman kanssa ja se tarjoaa mahdollisuuksia tutkia ja kokea ympäristöä sekä harjoitella vuorovaikutustaitoja, empatiakyvyn kehittymistä ja tunnetaitoja vastavuoroisesti toisten lasten kanssa. Autismikirjon lapset tarvitsevat positiivisen ja ymmärtävän toimintaympäristön, jossa



heidän empatiakykynsä kehitystä tuetaan eläytymällä mukaan leikkiin. Vastavuoroisella eläytymisellä on suuri merkitys kognitiivisten taitojen ja sosiaalisten vuorovaikutustaitojen kehittymiselle. Autistinen lapsi rakentaa yleensä minäkuvaansa sen kautta, kuinka toiset kokevat ja käyttäytyvät heitä kohtaan. Tuetun vuorovaikutusleikin avulla pystytään rohkaisemaan autistisia lapsia itsetietoisemmiksi tunteita peilaamalla ja sanoittamalla. (Seach 2001: 28.)

Järjestimme jokaiseen leiripäivään leikkituokion, johon myös itse osallistuimme eläytyen leikin rooleihin. Leikkiin osallistuminen mahdollisti lasten havainnoinnin lähietäisyydeltä sekä pedagogisen toiminnan sisältäen leikin, leikkiroolien, tunnetilojen ja tapahtumien sanoittamisen sekä lasten leikkiin osallistumisen kannattelun. Mielikuvaleikkiä käytimme myös metsässä siirryttäessä paikasta toiseen, eläytyen ketun ja suden rooleihin. Myös tällöin osallistuimme itse leikkiin, kuuntelimme ja sanoitimme lasten tunteuksia sekä kävimme keskustelua matkan aikana esille nousseista ajatuksista ja tunteista.

Autismikirjon lisäksi leirille osallistuvilla lapsilla oli myös muita neuropsykiatrisia häiriöitä, kuten aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriöitä (ADHD) sekä traumaperäisiä mielen-terveysongelmia. Neuropsykiatriset häiriöt esiintyvät usein samanaikaisesti, lähes puolella lapsista, joilla on autismikirjon häiriö, on muita liitännäisoireita, kuten ADHD tai aistitoimintojen ja liikunnallisen kehityksen viiveisyyttä ja poikkeamia. (Lastenmielenterveystalo.fi n.d.)

Aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriöt sisältävät tarkkaamattomuutta, ylivilkkautta, impulsiivista käytöstä ja mahdollisia ongelmia sosiaalisissa taidoissa. Neuropsykiatrisesti oireilevilla lapsilla tai traumaattisia tapahtumia kokeneilla lapsilla on myös synnynnäistä herkkyyttä mennä pois tolaltaan tavallisistakin asioista (Sainio ym. 2020: 60 - 61; Riihonen & Koskinen 2020: 159 – 160.) Kuvannetun päivästruktuurin käyttö tukee keskittymistä sekä selkeyttää tulevia tapahtumia, joten kuvien käyttö pedagogisena ratkaisuna palveli leirillä kaikkia lapsia. Kerolan ym. (2009) mukaan tilanteiden ennalta käyminen kuvien tai pikapiirtämisen avulla helpottaa myös siirtymätilanteissa ja auttaa ympäristön jäsentämisessä.

Tarkkaavuuden tietoinen suuntaaminen on tapa, jolla lapsi voi ehkäistä äkillisen tunteen ilmaantumista. Keskittymis- ja rauhoittumisharjoitukset auttavat lasta saamaan mielen hallintaansa ja suojaavat stressikuormitukselta. Aina, kun lapsi jaksaa rauhoittaa mielensä ja kohdistaa huomionsa yhteen asiaan kerrallaan, vahvistaa se toiminnanohjauksen, tarkkaavuuden ja itsesäätelyn taitojen kehittymistä. Lapset hyötyvät eniten harjoituksista, joissa tarkkaavuus kohdistetaan yhteen kohteeseen kerrallaan, kuten hengittämiseen, katselemiseen tai kuuntelemiseen. Rauhoittuminen ja tarkkaavuuden

tietoinen kohdistaminen kehittävät lasten mielenhallinnan taitoja. Näiden taitojen avulla lasten kyky pysähtyä, kohdentaa tarkkaavuutta rauhoittaa mieltä sekä sopeutua uuteen ja muuttuvaan tilanteeseen. (Sainio ym. 2020: 60 – 69.)

Valikoimme erilaisia tarkkaavuutta ja tätä kautta itsesäätelytaitoja kehittäviä menetelmiä jokaiselle leiripäivälle. Ensimmäisenä päivänä käytössä oli kellosoitin, jonka ääntä kuuntelimme piirissä silmät ummessa kiinnittäen huomiota soittimen ääneen ja äänen loppumiseen. Toinen valitsemamme harjoitus liittyi tietoiseen liikkeeseen. Harjoittelimme pupukävelyllä rauhallista etenemistä ja sitä, kuinka eläimet kannattaa kohdata. Hengitykseen keskittyvä harjoitus toteutettiin puuhengityksen avulla. Sainion ym. (2020) mukaan erilaiset keholliset liikesarjat tukevat hengitykseen keskittymistä. Puuhengityksessä tarkoituksena oli kuvitella olevansa puu, jonka juuret ovat syvällä maassa ja oksat ilmassa. Oksia esittävät kädet heiluvat hengityksen tahtiin, sisäänhengityksellä ylös ja uloshengityksellä alas kylkiin. Metsässä keskittymistä ja tarkkaavuutta kehittäviksi harjoituksiksi valikoimme kuunteluharjoituksen silmät kiinni ja väripohjatehtävän. Yhteinen kävelytuokio luonnossa avaa aistit tarkkaan katselemiseen ja kuuntelemiseen, pysähtyminen lapsen havaintojen äärelle tukee moniaistista keskittymistä ja jaettava tarkkaavuutta (Sainio ym. 2020: 74).

Kuunteluharjoitus toteutettiin paikalla seisten metsän ääniä kuunnellen. Tämän jälkeen keskustelimme siitä, mitä kuultiin ja mitä tuntemuksia metsän äänet, tuulen kosketus poskella ja ympärivät tuoksut leiriläisissä herättivät. Väripohjatehtävässä leiriläiset harjoittelivat tarkkaa katsomista ja havainnointia luonnossa. Käytössä olivat väripohjat erisävyisillä väreillä. Leiriläisten tuli pareittain löytää luonnosta mahdollisimman samanvärisen asia pohjan jokaiseen värisarakkeeseen. Tämä harjoitus valittiin myös sen vuoksi, että sen avulla leiriläiset pääsivät harjoittelemaan sosiaalisia- ja parityöskentelyn taitoja. Metsässä toteutettavat harjoitteet tukevat myös luontosuhteen kehittymistä. Tarkkaavuutta ja keskittymistä tuki myös harjoitus, jossa leiriläiset istuivat kodassa tuijottaen tuleen (Byström, Grahn & Hägerhäll 2019: 12).

Traumaperäisten tapahtumien vaikutukset lapsiin voivat näkyä monella eri tapaa. Traumaattinen tapahtuma on mikä tahansa yksilön kokema uhkaava tapahtuma tai tilanne, joka aiheuttaa tavalliseen arkeen häiritseviä tekijöitä. Tämänkaltaiset tapahtumat häiritsevät lapsen emotionaalista kehitystä ja voivat näyttäytyä lapsen käyttäytymisessä monin eri tavoin. Lapsi saattaa esimerkiksi olla pelokas ja levoton, käyttäytyä aggressiivisesti, vetäytyä tai olla liiallisen sosiaalinen. Lapsilla, joilla on sosiaalis- emotionaalisia vaikeuksia, myönteisten ja korjaavien kokemusten saaminen on tärkeää. Kasvatuksessa ja ohjaamisessa tulisi korostaa lapsen itsetunnon vahvistamista ja positiivisen minäkäsityksen tukemista. Tavoitteen mukaista tukea lasta oppimaan nimet omille tunteilleen ja ymmärtämään niiden taustoja. Kaikkia tunteita tulisi sietää ja ym-

märtää. Vastavuoroisuus kasvattajan tai ryhmän ohjaajan sekä lapsen välillä on merkittävässä asemassa tuettaessa sosiaalis- emotionaalista kehitystä. Luottamuksellinen aikuiskontakti on tärkeää lapsen kehityksen kannalta sekä antaa aineksia lapsen positiivisen mielenterveyden rakentumiselle. (Pihlaja 2018: 160–166.)

Leirillä tavoitteena oli luoda tilanteita, jotka tuottavat positiivisia kokemuksia ja itsensä voittamisen tunteita luonto- ja eläinkokemusten sekä seikkailullisten menetelmien avulla. Rakensimme muun muassa metsään köysiradan, jossa oli nousuharjoitus mäelle köyteen tukeutuen sekä tasapainoliina yläköydellä kiinnitettynä kahden puun väliin. Viimeisenä päivänä leiriläisillä oli myös mahdollisuus poniratsastukseen. Kaikki eläinten hoitoon ja tilan töihin liittyvät askareet oli valikoitu niin, että ne onnistuivat kaikilta ja tuottivat näin mielihyvän ja onnistumisen tunteita. Leiriläisillä oli myös mahdollisuus kieltäytyä tehtävistä ja silti olla osallisena toiminnassa mukana seuraajana tai apulaisena. Luottamuksellinen ja vuorovaikutuksellinen suhde leiriläisten ja meidän ohjaajien välillä luotiin rauhallisella ja kannustavalla ohjauksella, tapahtumien sanoittamisella ja esimerkkinä olemisen avulla.

## **5. Opinnäytetyön käytännön toteutus ja leiripäivien kuvaukset**

Järjestimme tunnetaitoja tukevan maatilaleirimme kirkkonummelaisella maatilalla, jolla toimii kotieläinpihayritys. Tilalla on noin 60 eläintä, joihin kuuluu muun muassa poneja, aaseja, alpakoita, erilaisia lintuja, lampaita ja vuohia. Eläimet ovat hyvin tottuneita vierailijoihin. Ympäristössä yhdistyvät metsäluonto ja maatilamiljöö. Maatilaleirin kesto oli neljä päivää. Kuusi leiriläistä vietti maatilalla klo 9 – 13 välisen ajan päivittäin. Yksi leiriläinen joutui sairastumisen takia jäämään leiriltä pois kahden ensimmäisen päivän jälkeen.

Lounastauko oli 30 minuutin mittainen ja lounaan tarjosi Kirkkonummen kunta. Perhepalveluiden sosiaaliohjaaja oli lounastauon ajan päävastuussa ryhmästä, vaikka tuimekin häntä tehtävässä tarpeen mukaan. Leiripäivien kuvauksissa esittämämme vuorovaikutustilanteet ja lasten kommunikaatio ovat hyvin samanlaisia kuin aidoissa tilanteissa, koska teimme kenttämuistiinpanomme tuoreesta muistista lounastauoilla ja uudestaan välittömästi kunkin leiripäivän päätyttyä.

### **5.1. Ensimmäinen leiripäivä: turvallisuuden tunne**

Valitsimme turvallisuuden tunteen teemaksi ensimmäiselle leiripäivälle, koska lapset oppivat parhaiten tuntiessaan olonsa turvalliseksi sekä voidessaan hyvin. Samoin

myönteiset tunnekokemukset, vertaissuhteet ja kokemus yhteisöön kuulumisesta edistävät oppimista. Myös ryhmän kasvattajat tai ohjaajat hyötyvät kasvatustyössään turvallisesta oppimisympäristöstä sekä turvallisuuden tunteen olemassaolosta. (Opetushallitus 2018: 22; Hurme & Kyllönen 2014: 23—24.) Turvallisuuden tunteen luominen heti ensimmäisenä leiripäivänä, sekä tunteen käsittelemisen tarkoitus oli myös luoda perusta koko leirin turvalliselle ilmapiirille.

Tavoitteemme ensimmäiselle päivälle ryhmäytymisen ja tutustumisen lisäksi oli käsitellä turvallisuuden tunnetta eri menetelmin, sekä harjoitella RULER –mallin mukaisia tunnetaitoja. RULER –mallin mukaisia tunnetaitoja harjoiteltiin myös seuraavina leiripäivinä. Ensimmäisen leiripäivän aikana käytimme paljon aikaa ja energiaa ryhmänhallintaan. Osa leiriläisistä oli rauhattomia ja heillä oli vaikeuksia keskittyä ja olla mukana leirin tapahtumissa. Käytöksessä esiintyi rajattomuutta ja keskittymisen hankaluutta, minkä takia pidimme koko ryhmän keskeiset keskusteluosuudet lyhyinä ja nostimme niihin suunniteltuja teemoja esiin toiminnallisempien osuuksien ohessa tapahtuvissa keskusteluissa. Eläinavusteisen toiminnan etuihin lukeutuukin se, että työskentelyn alussa eläimen läsnäolo nopeuttaa luottamuksen syntymistä. Eläimen tuoma helppous ja välittömyys antavat etenkin lapselle tärkeän mahdollisuuden tutustua ohjaajaan ikään kuin eläimeen tutustumisen ohella. Eläin herättää lapsen kiinnostuksen, houkuttelee osallistumaan ja sallii luontevan tavan koskettaa ja olla lähellä. (Ikäheimo 2019: 103.)

Päivä alkoi aamupiirillä, jossa lähdimme liikkeelle jokaisen senhetkisen tunnetilan tutkiskelusta, harjoitellen tunteen tunnistamista ja nimeämistä. Käytimme tässä tukena tunnekortteja, joissa esiintyvä eläinhahmo kuvastaa erilaisia tunnetiloja. Tunnekorttien käytössä osallistujien on mahdollista läpikäydä prosessi, jossa lapsi kuulostelee omaa oloaan, tarkastelee korttien esittämiä tunnetiloja, tekee vertailua itsensä ja kortin edustamien tunteiden välillä ja lopuksi yrittää sanoittaa valintansa muille ryhmän jäsenille. Lisäksi tarkoitus oli pohtia, mihin lapsen itsessään tunnistama tunne liittyy tai mistä se kumpuaa, eli tukea tunteiden ymmärtämisen taitoa. Tunteiden hallitseminen ja säätely on myös tärkeää, koska kyse on vuoropohjaisesta ryhmätoiminnasta, jossa pitää tarkkailla ja huomioida myös muita osallistujia. Kuvien käyttö niin tunteiden käsittelyssä kuin leiripäivän ohjelmasta kerrottaessa tuki myös lasten keskittymiskykyä ja käsiteltävän asian ymmärrettävyyttä.

RULER-mallin erittelemistä tunnetaidoista harjoitelimme ensimmäisenä päivänä kaikkia viittä: tunteiden tunnistaminen (Recognizing), tunteiden ymmärtäminen (Understanding), nimeäminen (Labeling), ilmaiseminen ja sanoittaminen (Expressing) sekä hallitseminen ja säätely (Regulating). Pääpaino oli kuitenkin tunnistamisessa ja nimeämisessä. Kaikilla leiriläisillä oli hankaluuksia säädellä omia tunteitaan, koska osa ryhmän

jäsenistä käyttäytyi muita häiritsevästi ja heidän oli erityisen vaikeaa keskittyä tehtävään. Kolme ryhmän jäsentä tarvitsi paljon ohjausta ja tukea saadakseen kortin valittua, mutta kaikki onnistuivat valitsemaan kortin ja näyttämään sen muille. Neljä leiriläistä onnistui nimeämään tunteensa ääneen. Kaksi lasta ymmärsi ja sanoitti tunteitaan puhuen muun muassa jännityksestä, innokkaasta olost ja rakkaudesta eläimiin.

Pupujen ruokkimisen ohella ja sen jälkeen kävimme keskustelua siitä, milloin ja miten puput saattavat tuntea olonsa turvalliseksi tai turvattomaksi. Sanoittamisen ja yhteisen keskustelun avulla harjoittelimme tunteiden ymmärtämisen taitoa etsien syitä ja taustoja turvallisuuden tunteelle. Yksi leiriläinen nosti esiin, miten puput pelkäävät kovia ääniä. Hän kertoi itsekin pelkäävänsä huutamista. Tähän asti leiriä enimmäkseen sivusta-seuraajan roolissa pysytellyt lapsi kiinnostui toisen kertomasta ja jakoi kertomuksen, jossa hän päätyi itkemään, mutta häntä oli kielletty itkemästä. Lapsen esittämä arvio oli, että itkeminen on sallittua. Tunnistamalla toisen leiriläisen kuvaileman ja kokeman vaikean tunteen, ymmärtämällä, miten ikävältä sellainen voi tuntua ja pyrkimällä helpottamaan toisen oloa ilmaisemalla omia tunteitaan lapsi käytti tunnetaitojaan oikea-aikaisesti ja empaattisesti.

Ennen lounastaukoa leiriläisillä oli aikaa vapaaseen leikkiin, johon myös me ohjaajat osallistuimme. Leikin avulla lapset harjoittelevat vuorovaikutustaitoja, empatiakyvyn kehittymistä ja tunnetaitoja toisten lasten kanssa. Etenkin autismikirjon lapset tarvitsevat positiivisen ja ymmärtävän toimintaympäristön, jossa heidän empatiakykynsä kehitystä tuetaan eläytymällä mukaan leikkiin. Vastavuoroinen eläytyminen tukee myös kognitiivisten taitojen kehitystä. (Seach 2001: 28.) Myös tarkkaavaisuuden häiriöistä tai traumaperäisistä mielenterveysongelmista kärsivät lapset hyötyvät tuetun vuorovaikutusleikin myötä harjoiteltavista sosiaalisista taidoista sekä tunteiden peilaamisesta ja sanoittamisesta.

Päivän loppuksi palasimme vielä aamupiirissä valittuihin tunnekortteihin ja valitsimme sitten uudet kortit. Keräsimme samalla lapsilta myös palautetta ensimmäisen leiripäivän onnistumisesta. Viidellä leiriläisellä oli positiivista sanottavaa eläimiin liittyvistä toiminnoista. Kolmelle lapselle oli jäänyt mieleen erityisen positiivisena sellaisia hetkiä, joissa he kokivat kantaneensa vastuuta. Yksi lapsi piti esimerkiksi päivän kohokohtana sitä, kun hän avasi ja sulki ponien aitauksen porttia muiden ryhmäläisten kulkiessa sen läpi. Kaksi lasta koki merkityksellisiksi tilanteet, joissa he olivat esimerkiksi ruokaa antamalla vastuussa eläinten hyvinvoinnista. Samalla kun lapset muistelivat päivän kulkua ja antoivat palautetta, he käyttivät myös taitoaan tunnistaa ja nimetä hetkellisiä tunne-elämyksiään päivän varrelta.

## 5.2. Toinen leiripäivä: tyytyväisyys

Toisena leiripäivänä käsittelimme tyytyväisyyden tuntemista. Autismikirjon lapsilla, tai lapsilla, joilla on aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriöitä tai sosiaalis- emotionaalisia vaikeuksia, myönteisten ja korjaavien kokemusten saaminen on tärkeää. Vahvistimme lasten positiivista minäkuvaa ja ajattelumallia kiinnittämällä huomiota asioihin, jotka tuottavat mielihyvää ja tyytyväisyyden tunnetta. Päivän tavoitteena oli myös harjoitella keskittymistä ja tietoista läsnäolon taitoa ja sitä kautta tunteiden säätelyn taitoja metsäympäristössä.

Aamupiiri toistui ensimmäisen päivän piirin kaltaisesti, kuvitetun päiväohjelman avulla ja tunnekorteilla omien tunnetilojen esittelyllä. Harjoittelimme tunteiden ilmaisua sanallisen tuoton lisäksi esittämällä omaa tunnetilaa kehollisesti. Sen jälkeen kertosimme edellisen päivän pupukävelyn, palauttaen mieleen eläinten rauhallisen kohtaamisen tärkeyden. Leiriläiset valitsivat itse päivän hoidettavat eläimet. Näin vahvistimme heidän osallisuuttaan leirin toimintaan. Eläimiä hoidettaessa keskustelimme, mikä saa eläimet ja leiriläiset tyytyväisiksi ja miltä tyytyväisyys tuntuu itsessä. Keskustelun aikana harjoittelimme vuorovaikutus- ja toisen kuuntelemisen taitoja, sekä pohdimme tunteiden vaikutuksia omaan oloon. Pedagoginen osio oli näin ollen keskusteleva ja toista kuunteleva.

Vapaan leikin ja lounastauon jälkeen siirryimme metsään keskittymistä ja mielenhallintaa harjoittaviin tehtäviin. Ensimmäinen tehtävä oli aistia ympäröivää luontoa silmät kiinni. Harjoituksen jälkeen jokainen sai kertoa, miltä tehtävä oli tuntunut, mitä ääniä kuultiin, miltä ympäröivä metsä tuoksui ja mitä tunteita nämä herättivät. Toinen tehtävä toteutettiin parityönä, jossa leiriläisten tuli kerätä luonnon materiaaleja väripohjalle mahdollisimman samanlaisin värein. Parityön avulla lapset harjoittelivat sosiaalisia- ja yhteistyötaitoja, sopimista ja toisen kuuntelua. Itse väripohjatehtävä harjoitti tarkkaavuuden tietoista suuntaamista. Sainio ym. (2020) mukaan lapsen jaksassa rauhoittaa mielensä ja kohdistaa huomionsa yhteen asiaan kerrallaan, toiminnanohjauksen, tarkkaavuuden ja itsesäätelyn taidot kehittyvät (Sainio ym. 2020: 60 – 69). Erityisen tuen tarpeita omaavilla lapsilla, joilla on esimerkiksi autismikirjon oireita tai aktiivisuuden ja keskittymisen häiriöitä, luontoelementteihin sulautuminen ja luonnossa esiintyvien visuaalisten muotojen ja liikkeiden havainnoiminen lisää rauhallisuuden tunteita, tehostaa itsetyynnytystä ja edistää myös oppimista. (Byström, Grahn & Hägerhäll 2019: 7–8.)

Päivän lopuksi kävimme keskustellen päivän tapahtumat läpi ja valitsimme tunnekorteista sen hetkisen tunteen ja kerroimme sen toisille. Samalla tarkastelimme, oliko tunte muuttunut aamuisesta ja pohdimme, mistä muutos johtui.

Jo aamupiirissä aloimme havaita, että leiriläiset ottivat meihin ja toisiinsa rohkeammin kontaktia. Edellisen päivän tapahtumissa sivussa pysytellyt lapsi näytti innokkaasti muille mallia, miten pupujen luona kävellään ilman, että ne säikähtävät. Hän oli edellisenä päivänä tarkkaillut eläinten käytöstä ja tulkinnut niiden ilmaisemia tunteita. Tänä päivänä onnistuneesti suhteutti omaa toimintaansa pupujen tunteisiin ja selitti oivalustaan muille. RULER-mallin avulla havainnoituna lapsi käytti siis tunteiden tunnistamisen (Recognizing), tunteiden ymmärtämisen (Understanding), tunteiden sanoittamisen (Expressing) ja tunteiden hallitsemisen ja säätelyn (Regulating) taitoja.

Leiriläisten kasvava tuttavallisuus alkoi toisena päivänä näkyä myös lisääntyneenä omaehtoisuutena ja rohkeutena ilmaista negatiivisia tunteita. Toisen päivän toimintaan kuuluneessa parityöskentelyssä haastoimme lapsia harjoittelemaan tunnetaitojaan yhdessä. Keskinäisessä työskentelyssä tuli esille monenlaisia haasteita, joiden selvittämiseen tarjosimme ohjausta ja sanallista kannustusta.

Metsässä lasten parityöskentelyssä tuli esiin konflikteja esimerkiksi tilanteissa, joissa oli tarvetta tunnistaa ja ymmärtää toisen tunteita ja hallita omia tunteita. Yhdessä tilanteessa parin toinen osapuoli onnistui sanoittamaan omia tunteitaan tavalla, jonka hänen parinsa ymmärsi ja sisäisti. Tämän jälkeen hän yritti uudestaan hallita ja säädellä omia tunteitaan tavalla, joka huomioi hänen parinaan olevan lapsen tunteet. Ohjaaja antoi tästä molemmille positiivisen palautteen.

Yhdessä pareista parityöskentelyä tai edes parien välistä kommunikaatiota ei tapahtunut lainkaan. Molemmat lapset olivat sen sijaan tiiviisti vuorovaikutuksessa metsän luontoelementtien kanssa. Toinen lapsista möyhensi keskittyneesti, hitaasti multaa käsillään ja tunnusteli sammalpeitettä — lopulta jopa kasvoillaan. Toinen taas kirmailli kiveltä ja kannolta toiselle metsän eläinten liikekieltä tapaillen. Green care -ajattelussa on oleellista, että yksilölliset tavoitteet huomioidaan ohjaustyöskentelyssä (Vehmasto 2019: 181). Koimme, että tämän parin kohdalla oli tarkoituksenmukaista ja arvokasta suoda heille heidän omaehtoinen luontokokemuksensa, joka sai heidät positiiviseen, keskittyneeseen ja virikkeille alttiiseen mielentilaan.

Päivän loppupiirissä neljä leiriläistä nosti metsässä tekemämme toiminnallisen parityöskentelyn päivän kohokohdaksi. Loppupiiri sujui aikaisempiin piireihin nähden rauhallisemmin ja impulsiivisuutta, kuten toisten päälle puhumista ja asiattomia puheita ei ollut lainkaan. Näin leiriläiset onnistuivat siis aikaisempaa paremmin ymmärtämään, hallitsemaan ja säätämään omia tunteitaan.

### 5.3. Kolmas leiripäivä: kiukku

Vihan ja kiukun tunteen avulla voidaan ilmaista omia rajoja, voimiamme ja erillisyyttämme. Vihan avulla lapset myös harjoittelevat irrottautumaan vanhemmistaan erillisiksi yksilöikseen. Vihan tunteen taustalla on aina jonkinlainen hätä; pelko hylätyksi tulemisesta, epävarmuus, turvallisuuden tai luottamuksen tarve tai yksinäisyys. (Jääskinen & Pelliccioni 2017: 141 – 142.) Vihan ja kiukun tunne on usein myös se, joka vaatii tynnyttämistä ja itsesäätelytaitoja. Tunteen käsittely harjoitti hyvin kaikkia RULER –mallin mukaisia tunnetaitoja, joiden hallitsemisessa leirillä olleista lapsista oli hankaluuksia.

Päivän toiminnallisissa harjoitteissa korostui paljon omien tunteiden hallitseminen. Eläimet antoivat meille otollisia tilaisuuksia tarkastella suuttumuksen tunnetta oman itsen ulkopuolella. Menimme ruokkimaan hanhia, joilla oli nuoria poikasia. Neljä lasta kuunteli ohjeistuksen puolustuskannalla olevan hanhiperheen lähestymiseen vakavin ilmein ja tiukan katsekontaktin säilyttäen. Kun menimme sisälle aitaukseen, samat neljä leiriläistä liikkuvat varoen ja tiukasti hanhien liikkeitä seuraten. Pysähdyimme usein pohtimaan, miltä hanhista mahtoi tuntua, kun lähestyimme heitä. Nelikko onnistui ymmärtämään (Understanding) ja sanoittamaan (Expressing) hanhien tunnekirjoa. Eläimen tunteiden ymmärtämisen lisäksi he onnistuivat myös hallitsemaan omia tunteitaan ja suhteuttamaan käyttäytymistään hanhen tunteet huomioiden (Understanding, Regulating). Lopulta neljä leiriläistä sai palkitsevan onnistumisen kokemuksen, kun koko hanhiperhe uskaltautui syömään salaattia kyykyssä rauhallisesti pysytelleiden lasten käsistä. He olivat onnistuneet kehon kielellä ja äänenpainoillaan ilmaisemaan hanhille, että eivät uhkaa niiden turvallisuutta (Expressing).

Kiukun tunteen hallitsemiseen ja ylipäätään vaikeiden olotilojen purkamiseen opetimme lapsille kehollisia keinoja pellolla. Pohdimme myös yhdessä, miltä kiukku tuntuu, miltä minä näytän, kun olen suuttunut ja vihainen. Teimme erilaisia hyppyjä, rentoutimme ja jännitimme lihaksia ja tuotimme ääntä eri tavoin. Leiriläiset keksivät myös itse uusia kehollisia keinoja tynnyttää tunnetta. Erilaisten menetelmien toimivuus on yksilöllistä, joten tarkoituksena olikin nimenmaan tarjota monipuolisesti erilaisia keinoja itsesäätelyn ja rauhoittumisen tueksi.

Kodassa tulen äärellä harjoittelimme keskittymisen taitoa ja tietoista läsnäoloa. Keskustelu kääntyi eläinten tunteiden kautta leiriläisten omiin tunteisiin. Yksi heistä kertoi, että oli todennut äidilleen edellisenä iltana haluavansa jättää kiukkupäivän välistä, koska aihe on hänelle epämieluisa. Loppupiirissä sama lapsi totesi olevansa iloinen, mutta päivä oli ollut hänelle vaikea kiukkuaiheen takia. Hän tunnisti itsessään negatiivisen tunteen, päätti yrittää hallita sitä ja ilmaisi tunteensa muille siitä huolimatta, että asia



tuntui hänestä henkilökohtaiselta ja erityisen vaikealta, mikä kertoo monipuolisesta tunnetaitojen käytöstä sekä luottamuksesta muuta ryhmää kohtaan.

Koirien kävelyttämisen tarkoituksena oli harjoitella niin ikään itsesäätelyn taitoja, joita tarvitaan rauhalliseen eläinten kanssa toimimiseen. Koirien kanssa kävelyllä ollessamme etenkin kaksi leiriläistä osoitti toistuvaa kykyä tunnistaa omia negatiivisia tunteitaan ja pyytää niiden käsittelyyn tukea. Tällainen tilanne tapahtui esimerkiksi isoa koira kävelyttäessä, kun koira päättikin pysähtyä. Leiriläinen tunnisti turhautuvansa tilanteessa, mutta suuttumisen sijasta hallitsi tunteensa ja pyysikin ohjaajan apuun. Selvitimme tilanteen yhdessä ja leiriläinen sai positiivisen palautteen siitä, että hillitsi itsensä ja vei tehtävänsä loppuun.

Päivä sisälsi myös edeltävien päivien tapaan aamu- ja loppupiirit kuvatuella ja tunnekorteilla, sekä vapaan leikin ohjaajien tuella. Aamupiiri sujui erittäin sulavasti ja kaikki viisi leiriläistä osallistuivat siihen keskittyneesti. Omien tunteiden hallinta, eli RULER-mallin mukainen Regulating, onnistui useissa kohdissa aamupiiriä sellaisiltakin leiriläisiltä, joille esimerkiksi aktiivinen kuunteleminen, katsekontaktilla seuraaminen ja puheenvuorojen kunnioittaminen tuottivat hankaluuksia.

#### 5.4. Neljäs leiripäivä: rohkeus

Viimeinen leiripäivä oli suunniteltu tuottamaan korjaavia ja myönteisiä kokemuksia, tarjoamaan mahdollisuuksia itsensä voittamisen ja rohkeuden löytymiselle itsestään. Tarkoituksena oli vahvistaa leiriläisten luottamusta omiin taitoihin ja tuottaa onnistumisen kokemuksia.

Leirin päätöspäivän aamupiirissä yksi leiriläisistä valitsi surullisen tunnekortin. Hän kertoi olevansa pahoillaan, että paljon iloa ja elämyksiä tuottanut leiri päättyi. Puheenvuorossa näkyi RULER-mallin viidestä tunnetaidosta neljä. Hän onnistui tunnistamaan omia tunteitaan (Recognizing), ymmärtämään (Understanding) niiden aiheuttamaa ristiriitaista tunnetilaa hienosti, sanoittamaan tunteensa (Labelling) muulle ryhmälle ja sai näin ilmaista (Expressing) hankalan tunteensa.

Toinen leiriläinen puolestaan palasi leirin viimeisenä päivänä aika ajoin etenkin ensimmäisenä päivänä toteuttamiinsa asiattomiin puheisiin ja omaehtoiseen käyttäytymiseen. Havaintojemme mukaan tätä tapahtui varsinkin välittömästi sen jälkeen, kun hän oli saanut positiivista palautetta onnistumisestaan tai kannustamista jonkin haasteen yrittämisestä. Mietimme kenttämuistiinpanoja kirjatessamme, oliko kyseessä tämän leiriläisen tapa ilmaista tunneristiriitaa, joka hänelle syntyi leirin päättymisen lähestyessä.

Rohkeuspäivän mittaan pyrimme toimimaan mahdollisimman paljon yhdessä, ryhmänä. Köyden avulla kalliota noustessa kolme leiriläistä kannusti, kun oli yhden vuoro kii- vetä. Tasapainonauhalla kävellessämme samat kolme leiriläistä jälleen kannustivat. Kannustaessaan muita he asettuivat toisen asemaan ja yrittivät tuottaa hänelle positii- vista tunnetta. Toiminnallisten tehtävien jälkeen kokoontuimme piiriin keskustelemaan, miltä tehtävät ja niissä onnistuminen tuntui, sekä mietimme, mitä rohkeus tarkoittaa.

Poniratsastuksen koittaessa yksi leiriläisistä vetäytyi ryhmästä. Ohjaajan kanssa käy- dyssä keskustelussa hän toi ilmi, että pelkäsi ponia. Hän oli kuitenkin valmis keskuste- lemaan tunteestaan ohjaajan kanssa. Tuokion kuluttua hän oli valmis palaamaan mui- den luokse ja veti hymyillen kypärän päähänsä. Tunnistamalla tunteensa, ilmaisemalla sen ja ymmärtämällä sitä hän sai pelon käsiteltyä ja ratkaisi tilanteen itselleen sopivalla tavalla.

Loppupiirissä käsitelimme vielä vallitsevan tunnetilan tunnekortteja hyödyntäen ja kes- kustelimme leirin päättymiseen liittyvistä tunteista. Jokainen leiriläinen sai oman suulli- sen palautteen ja kiitoksen meiltä ohjaajilta. Kerroimme leiriläisille heidän tunnetaitojen kehittyneen leirin aikana ja toimme esiin kasvun kohtia ja onnistumisia sekä muistu- timme heitä siitä että he ovat hyviä ja riittäviä juuri sellaisina kuin ovat.

## 6. Pohdinta

Monimuotoisen opinnäytetyön haastavimmaksi osuudeksi työskentelyssämme osoit- tautui lopulta kirjallisen raportin kirjoittaminen. Vaikka monimuotoinen opinnäytetyön raportti ei olekaan tutkimusraportti se edellyttää tutkimusviestinnän laatukriteerien täyt- tämistä (Vilkkä & Airaksinen 2003: 11). Esimerkiksi menetelmävalintojen tekeminen ja tehtyjen valintojen perusteleminen tuotti meille hankaluuksia. Aiheen rajaaminen ja oi- keanlaisen rakenteen löytäminen olivatkin aiheita, joita käsitelimme monipuolisesti seminaarityöskentelyssä opinnäytetyötämme ohjanneiden opettajien kanssa. Näiden keskusteluiden pohjalta päätimme esimerkiksi sisällyttää opinnäytetyön lähtökohdat johdanto-otsikon alle.

Opinnäytetyöprosessi on opettanut meille suunnitelmallisuutta, sitoutuneisuutta ja pit- käjänteisyyttä kirjallisessa työskentelyssä. Sosionomin työhön kuuluu usein esimerkiksi suunnitelmallista asiakastyöskentelyä ja sen dokumentointia erilaisten määräysten edellyttämällä tavalla. Ammatillisessa mielessä on siis hyvin tärkeää osata perustella tehtyjä ratkaisuja ja kirjoittaa perustelut auki asiantuntemusta osoittavalla tavalla. (Vilk- ka & Airaksinen 2003: 11.)

Monimuotoisen opinnäytetyömme tavoitteet ja tarkoitus ovat rakentuneet orgaanisesti ja tarkentuneet matkan varrella. Opinnäytetyön tekijöistä toisella on ammatillinen tausta varhaiskasvatuksen kentältä ja toisella ohjauskokemusta sekä työkokemusta eläinten hoidosta. Varhaiskasvatuksellinen työskentely maatilaympäristössä oli siis luonteva tapa hyödyntää molempien olemassa olevaa ammatillista osaamista.

Aloittaessamme opinnäytetyöprosessiamme otimme yhteyttä Kirkkonummen kuntaan. Kerroimme sosiaalitoimen johtajalle, että meillä oli henkilökohtaisten kontaktiemme ansiosta mahdollisuus hyödyntää kirkkonummelaisen kotieläinpihan luontoympäristöä ja eläimiä työskentelyssämme. Saimme pian yhteydenoton kunnan perhepalveluista, jonka työntekijät olivat aikaisemmin vierailleet asiakkaidensa kanssa kotieläinpihalla. He toivoivat, että voisimme järjestää siellä leirin erityisen tuen tarpeessa oleville lapsille. Heidän näkemyksensä mukaan leirin olisi hyvä keskittyä tunnetaitojen tukemiseen, koska se oli heidän asiakkuudessaan oleville lapsille keskeinen haaste.

Leirin suunnitteluvaiheessa opinnäytetyö hyötyi etenkin varhaiskasvatuspedagogiikan teoriasta ja menetelmäoppaista, joiden perusteella vahvistui ymmärrys työn kohderyhmästä ja sen kanssa työskentelystä. Toisen opinnäytetyön tekijän tausta ympäristökasvattajana ja varhaiskasvatuksen opettajana toi suunnitteluprosessiin ammatillisuutta ja käytännönläheisyyttä, joka tuki esimerkiksi lähdekirjallisuuden rajaamista, realististen tavoitteiden asettamista ja erilaisten tilanteiden ennakoimista leirin aikana tehdyssä ohjaustyöskentelyssä.

Varhaiskasvatuspedagogisen kirjallisuuden ohella myös Green care -ajattelussa korostuu ohjaajan ja asiakkaan luottamuksellinen suhde. Tällaisen suhteen kehittyminen voi merkittävästi vauhdittaa eläinavusteisen toiminnan ansiosta, kun vuorovaikutus ohjaajan kanssa helpottuu eläimen läsnäolon myötä ja ohjaajaan liitetään eläimen kanssa ollessa syntyneitä luottamuksen ja ymmärryksen tunteita (Ikäheimo 2019: 103). Lapsen tunnetaitojen tukemisen kannalta luottamuksen syntyminen on edellytys ennen kuin yhteinen työskentely kohti tavoitetta voi alkaa.

Oppiminen ja kehittyminen tapahtuvat haasteellisissa tilanteissa, joissa luottamus punnitaan. Jos oikea-aikainen ja riittävä tuki on saatavilla, eläin- ja luontokokemukset tarjoavat hyvinvointivaikutuksia, joiden avulla asiakas voi edistyä tavoitteissaan. (Lonka 2014: 74—74; Vehmasto 2019: 184.) Vuorovaikutus maatilaympäristön ja sen eläinten kanssa tarjoavat monen tasoisia haasteita lapselle. Etenkin eläinten kanssa työskenneltäessä haasteellinen tilanne voi helposti syntyä nopeasti ja yllättäen, jolloin riittävän ja oikea-aikaisen tuen tärkeys korostuu entisestään.

Käytännön työskentely leirin aikana niin ohjaajan kuin havainnoijankin roolissa oli meille opinnäytetyöprosessin opettavaisin osuus, koska silloin pääsimme yhdistämään teoreettista tietoaamme ja ammatillisia taitojamme. Byström, Grahn ja Hägerhäll toteavat tutkimuksessaan (2019: 1), että Green care –toiminta edistää parhaimmillaan sekä asiakkaan että ammattilaisen olotilaa ja hyvinvointia. Leirin monipuolinen toimintaympäristö tarjosi myös meille ohjaajina koettua hyvinvointia sekä haastavia tilanteita, joiden myötä saimme itsevarmuutta ja kehityimme ohjaajina.

Varhaiskasvatuspedagogiikan ja Green care –ajattelun yhdistelmä loi meille toimivan tietoperustan, jonka puitteissa pystyimme refleктоimaan omaa ohjaajuuttamme leirin aikana. Luotettavaa suomenkielistä kirjallisuutta on saatavilla runsaasti tunnetuilta kustantajilta ja tutkijoilta. Ongelmia lähteiden luotettavuuden kanssa esiintyi huomattavasti Green care –toiminnan vaikuttavuutta käsittelevissä teksteissä. Vertaisarvioitujen tutkimusartikkelien löytäminen etenkin erityisen tuen tarpeessa olevien lasten asiakasryhmään liittyen oli hankalaa. Byströmin, Grahnin ja Hägerhällin (2019) tutkimusraportti oli kuitenkin ansiokas ja viimeaikainen, joten tukeuduimme siihen paljon etenkin arvioi-  
dessamme luontoperustaisen toiminnan soveltuvuutta ja sen erityisiä hyötyjä juuri meidän asiakasryhmällemme.

Yksilötasolla leirin soveltuvuutta kullekin lapselle arvioivat heidän omat työntekijänsä perhepalveluista. Leiriläisten määrän rajasimme kuitenkin itse kuuteen henkilöön. Leiriläisten määrää olisi voinut laskea jopa alemmas huomioiden heidän keskenään hyvin erilaiset tuentarpeet, ohjaaja-tarkkailija-roolin asettamat erityisvaatimukset ja ryhmänhallinnan haasteet eläinten kanssa toimittaessa sekä muiden kotieläinpihan asiakkaiden läsnä ollessa.

Keräsimme leiriläisiltä suullista palautetta erityisesti alku- ja loppupiirien yhteydessä. Lisäksi saimme suullista palautetta sekä lasten vanhemmilta että perhepalveluiden työntekijältä, joka auttoi meitä leirin käytännön järjestelyissä, kuten ruokailuissa, kuljetuksissa ja lupien hankkimisessa. Saamamme palaute tuki omaa kokemustamme siitä, että leiri oli onnistunut ja antoi jokaiselle osallistujalle mielekkäitä mahdollisuuksia haastaa itseään tunnetaitojen kehittämisessä.

Kohderyhmän tarpeita vastaavat menetelmävalinnat, toimiva yhteistyö Kirkkonummen kunnan perhepalveluiden kanssa ja Green care –ajattelun sekä varhaiskasvatuspedagogiikan informoima ammatillinen, vastuullinen ja tavoitteellinen ohjaustyöskentely olivat suurimmat onnistumiset monimuotoisen opinnäytetyömme toteutuksessa. Lopputuloksena syntyi paikallisessa ruohonjuuritason yhteistyössä kehitetty sosiaalipalvelu, joka onnistui tukemaan osallistujien tunnetaitoja tarjoamalla näille turvallisen, mutta haastavan ja oppimista tukevan ympäristön. Meidän opiskelijoiden, kotieläinpihayrityk-

sen ja perhepalveluiden työntekijöiden toiveena on, että maatilaleiri saa jatkoa jo kesälä 2021.

Suomalaisen Green care -ajattelun ja varhaiskasvatuspedagogiikan välillä on vahva kytkös arvoperustassa ja toimintaperiaatteissa. Valtakunnallisessa varhaiskasvatussuunnitelmassa tuodaan vahvasti esille kestävän kehityksen, ekologisuuden ja luontoyhteyden vahvistamisen ajatuksia. Näitä tavoitteita voitaisiin tulevaisuudessa edistää tuomalla Green care -ajattelua ja siihen liittyviä menetelmiä mukaan varhaiskasvatukseen. Maatilaleirimme kaltainen paikallinen yhteistyö voisi tarjota uudenlaisia mahdollisuuksia ottaa eläin- ja luontoavusteisuus osaksi varhaiskasvatuksen arkea. Toimivien yhteistyöverkostojen ja palvelumallien kehittämiseksi tarvitaan lisää suomalaisen Green care -ajattelun kehittymiselle tyypillistä kokeilevaa ruohonjuuritason kehitystoimintaa ja akateemista tutkimusta sen tuloksista.

## Lähteet

Anttila 1996. Osallistuva havainnointi. Luku 6.4.2. kokonaisuudesta Saaranen – Kauppinen, Anita & Puusniekka, Anna 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Saatavilla sähköisesti: <[https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L6\\_4\\_2.html](https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_4_2.html)>. Luettu 20.9.2020.

Björklund, Katja, Liski, Antti, Samposalo, Hanna, Lindblom, Jallu, Hella, Juho, Huhtinen, Heini, Ojala, Tiina, Alasuvanto, Paula, Koskinen, Hanna Kiviruusu, Olli, Hemminki, Elina, Punamäki, Raija-Leena, Sund, Reijo, Solantaus, Tytti, Santalahti, Päivi 2014. "Together at school" - a school-based intervention program to promote socio-emotional skills and mental health in children: study protocol for a cluster randomized controlled trial. BMC Public Health 14:1042.

Brackett, Marc A., Susan E. Rivers 2014. Transforming students' lives with social and emotional learning. International handbook of emotions in education. New York: Taylor & Francis. 368–88.

Byström, Kristina, Grahn, Patrik & Hägerhäll, Caroline 2019. Vitality from Experiences in Nature and Contact with Animals—A Way to Develop Joint Attention and Social Engagement in Children with Autism? 16(23) International journal of environmental research and public health. Saatavilla sähköisesti: <<https://www.mdpi.com/1660-4601/16/23/4673>>.

Green care Finland n.d. Mitä on green care? Saatavilla sähköisesti: <<https://www.gcfinland.fi/green-care/>>. Luettu: 22.3.2020.

Goleman, Daniel 1999. Tunneäly - lahjakkuuden koko kuva. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy.

Hirsjärvi, Sirkka, Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.

Hirvonen, Johanna 2014. Luonnon ja ihmisen ikaikainen yhteys. Teoksessa Hirvonen, Johanna, Skyttä, Teija (toim.): Luontolähtöiset hyvinvointipalvelut — opas asiakastyöhön ja palveluiden kehittämiseen. Mikkeli: Mikkelin ammattikorkeakoulu. 10—16.

Humphrey, Neil, Kalambouka, Afroditi, Wigelsworth, Michael, Lendrum, Ann, Deighton, Jessica, Wolpert, Miranda 2011. Measures of social and emotional skills for children

and young people: a systematic review. Educational and psychological measurement 71(4). 617—637.

Hurme, Kira & Kyllönen, Tarmo 2014. Turvassa! Vahvista lapsen turvallisuuden tunnetta ja varaudu vaaratilanteisiin. Jyväskylä: PS –kustannus.

Ihantola, Maija 2017. Ulos – Ut – Out! -tapahtuman kannanotto: ”Jokaisella lapsella on oikeus luontosuhteeseen”. Kannanotto 7.6.2017. Saatavilla sähköisesti: <<https://www.luontokoulut.fi/ulos-ut-out-tapahtuman-kannanotto-jokaisella-lapsella-on-oikeus-luontosuhteeseen/>>. Luettu 23.8.2020.

Ikäheimo, Katja 2019. Mietteitä eläinavusteisuuden tulevaisuudesta. Teoksessa Ylilauri, Martta, Yli-Viikari, Anja: Kohti luonnollista hyvinvointia — näkökulmia luontoperustaisen toiminnan kehittämiseen. Levón-instituutin julkaisuja. 178—189.

Jyväskylän yliopisto 2015. Havainnointi eli observointi. Päivitetty 10.4.2015. Saatavilla sähköisesti: <<https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/aineistonhankintamenetelmat/havainnointi-eli-observointi-osallistuminen-ja-kenttaetyoe>>. Luettu 20.9.2020.

Jääskinen, Anne – Mari, Pelliccioni, Sanna 2017. Mitä sä rageet? Lapsen ja nuoren tunteiden tukeminen. Helsinki: Lasten keskus.

Kahilaniemi, Eeva 2016. Eläinavusteinen interventio. Asiakkaan toiminnallisuuden tukeminen koira-avusteisin menetelmin. Tampere: Voimatassu Ky. 6, 13–17, 24.

Kerola, Kyllikki, Kujanpää, Sari & Timonen, Tero 2009. Autismin kirjo ja kuntoutus. Jyväskylä: PS -kustannus.

Ketonen, Ritva, Kontu, Elina, Lahtinen, Riitta, Pesonen, Henri & Tuomi, Emmi 2018. Kehitysvammaisuus, autismit ja lapsen tuen tarve. Teoksessa Pihjala, Päivi & Viitala, Riitta (toim.): Varhaiserityiskasvatus. Jyväskylä: PS -kustannus.

Koivunen, Pirjo-Leena & Lehtinen, Taisto 2015. Kasvu kiikarissa. Havainnoinnin käsikirja varhaiskasvattajille. Jyväskylä: PS –kustannus.

Köngäs, Mirja 2018. ”Eihän lapsil ees oo hermoja”. Etnografinen tutkimus lasten tunteälystä päiväkotiarjessa. Rovaniemi: Lapin yliopisto.

Lastensuojelulaki 2007/417. Annettu Helsingissä 13.4.2007. Saatavilla sähköisesti: <[www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417](http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417)>.

Lonka, Kirsti 2014. Oivaltava oppiminen. Helsinki: Otava.

Mielenterveystalo.fi n.d. Epävakaas tunnesäätelyongelmana. Saatavilla sähköisesti: <[https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/itsehoito/epavakaa\\_personallisuushairio/Pages/osio2.aspx](https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/itsehoito/epavakaa_personallisuushairio/Pages/osio2.aspx)>. Luettu 17.1.2021.

Mieli.fi n.d./a. Tunteiden kanssa taitavasti. Saatavilla sähköisesti: <<https://mieli.fi/fi/mielenterveys/itsetuntemus/tunnetaidot/tunteiden-kanssa-taitavasti>>. Luettu 20.1.2021.

Mieli.fi n.d./b. Tunteen ilmaiseminen. Saatavilla sähköisesti: <<https://mieli.fi/fi/mielenterveys/itsetuntemus/tunnetaidot/tunteen-ilmaiseminen>>. Luettu 21.1.2021.

Misca, Gabriela, Unwin, Peter 2019. Child and Adolescent Psychology for Social Work and Allied Professions. London: Red Globe Press.

MLL 2019. 5 – 6 –vuotiaan persoonallisuuden kehitys. Saatavilla sähköisesti: <<https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/5-6-v/5-6-vuotiaan-persoonallisuuden-kehitys/>>. Luettu 21.11.2020.

Mudaly, Neerosh, Graham, Amanda, Lewis, Nerys 2014. "It takes me a little longer to get angry now": homeless children traumatised by family violence reflect on an animal therapy group. 39/1 Children Australia.

Niemelä, Marita 2019. Luonto puhuttelee ihmisen sielua. Teoksessa Ylilauri, Martta, Yli-Viikari, Anja: Kohti luonnollista hyvinvointia — näkökulmia luontoperustaisen toiminnan kehittämiseen. Levón-instituutin julkaisuja. 4—10.

Nissinen 2014. Teoksessa Hirvonen, Johanna, Skyttä, Teija (toim.): Luontolähtöiset hyvinvointipalvelut — opas asiakastyöhön ja palveluiden kehittämiseen. Mikkeli: Mikkelin ammattikorkeakoulu. 64—73.

Opetushallitus 2016. Esiopeuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. Määräykset ja ohjeet 2016:1. 3. painos. Helsinki: Opetushallitus. Saatavilla sähköisesti: <[https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/esiopeuksen\\_opetussuunnitelman\\_perusteet\\_2014.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/esiopeuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf)>. Luettu 18.9.2020.



Opetushallitus 2018. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018. Määräykset ja ohjeet 2018: 3a. Helsinki: Opetushallitus. Saatavilla sähköisesti: <[https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuunnitelman\\_perusteet.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet.pdf)>. Luettu 23.8.2020.

Opetushallitus 2020. Tunteesta tunteeseen –ihmismielen tarina kuvin ja sanoin. Opettajan aineisto. Saatavilla sähköisesti: <<https://www.oph.fi/fi/oppimateriaali/tunteesta-tunteeseen>>. Luettu 23.8.2020.

Perusopetuslaki 1998/628. Annettu Helsingissä 21.8.1998. Saatavilla sähköisenä: <<https://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19980628>>. Luettu 18.9.2020.

Pihlaja, Päivi 2018. Sosiaalis-emotionaalinen kehitys ja sen vaikeudet. Teoksessa: Pihlaja, Päivi & Viitala, Riitta (toim.) Varhaiserityiskasvatus. Jyväskylä: PS -kustannus.

Polvinen, Kirsi, Pihlajamaa, Jussi & Berg, Pekka 2012. Luonnosta hyvinvointia lapsille ja nuorille. Kuvauksia luonnon hyvinvointivaikutuksista, palveluista ja malleista palveluiden kehittämiseen. Helsinki: Kansallinen Hyvinvointiverkosto. 13 – 14.

Pylkkänen, Päivi 2016. Hoivamaatilatoiminta. Teoksessa Pylkkänen, Päivi, Skyttä, Teija: Tienviittoja hoivamaatilatoimintaan. Mikkeli: Mikkelin ammattikorkeakoulu. 5—8.

Rafaila, Elena 2015. Primary school children's emotional intelligence. Faculty of psychology and educational sciences. The Procedia - Social and behavioral sciences 203(2015). 163–167.

Reiff, Michael, Feldman, Heidi 2014. Attention deficit–hyperactivity disorder in children and adolescents. The new England journal of medicine. 9(27). 838–846. Saatavilla sähköisesti: <<https://www.nejm.org/doi/10.1056/NEJMcp1307215>>.

Riihonen, Riikka & Koskinen, Minna 2020. Kuinka kiukku kesytetään? Lasten aggressiokasvatus. Jyväskylä: PS –kustannus.

Ruoho, Jaana & Vehmasto, Elina 2018. Laatumerkit Green Care -brändin ja palveluiden laadun kehittämisessä. Teoksessa Vehmasto, Elina (toim.) Kehittämiskertomuksia Green Care -koordinaation liepeiltä. Luonnonvara- ja biotalouden tutkimus 33/2018. Saatavilla sähköisesti: <<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-326-598-1>>.

Saaranen – Kauppinen, Anita & Puusniekka, Anna 2006. KvaliMOTV -Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Saatavilla sähköises-

ti: < [https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L6\\_4.html?fbclid=IwAR2ariNX8t-B8Ua0eURSWnZFG8cs76twp8eJfnGWylvr6pSgOVbc1y9ISffw](https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_4.html?fbclid=IwAR2ariNX8t-B8Ua0eURSWnZFG8cs76twp8eJfnGWylvr6pSgOVbc1y9ISffw)>. Luettu 20.9.2020.

Sainio, Taina, Pajulahti, Riikka & Sajaniemi, Nina 2020. Näin tuet lapsen itsesäätelyä. Hyvinvoinnin pedagogiikka varhaiskasvatuksessa. Jyväskylä: PS -kustannus.

Salonen, Kirsi 2010. Mielen luonto- eko- ja ympäristöpsykologinen näkökulma. Helsinki: Green Spot Media Farm.

Seach, Diana 2007. Interactive play for children with autism. Abingdon-on-Thames: Routledge.

Soini, Katriina, Ilmarinen, Katja, Yli-Viikari, Anja, Kirveenummi, Anna 2011. Green care sosiaalisena innovaationa suomalaisessa palvelujärjestelmässä. Yhteiskuntapolitiikka 76(2011).

Sosiaalihuoltolaki 1301/2014. Annettu Helsingissä 30.12.2014. Saatavilla sähköisesti: <<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20141301>>. Luettu 19.8.2020.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2016. Lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelma 2016. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2016:29. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. Saatavilla sähköisesti: <[http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74904/Rap\\_ja\\_muist\\_29\\_2016.pdf](http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74904/Rap_ja_muist_29_2016.pdf)>. Luettu 21.8.2020.

Špinka, Marek 2006 How important is natural behaviour in animal farming systems? 100(1) Applied Animal Behaviour Science. 117—128.

Talentia ry n.d. Ammattietiikka. Työelämäinfo. Saatavilla sähköisesti: <<https://www.talentia.fi/tyoelamainfo/ammattietiikka/>>. Luettu: 23.3.2020.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019. Lapset nuoret ja perheet. Peruspalvelut. Perhetyö. Päivitetty 16.12.2019. Saatavilla sähköisesti: <<https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/sosiaalipalvelut/perhetyo>>. Luettu 21.3.2020.

Trogen, Tiia 2020. Positiivinen kasvatusta. Jyväskylä: PS-kustannus.

Varhaiskasvatustalaki 540/2018. Annettu Helsingissä 13.7.2018. Saatavilla sähköisesti: <<https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2018/20180540>>. Luettu 18.9.2020.

Vehmasto, Elina 2019. Luontoperustaisten hyvinvointipalveluiden kirjoa Euroopassa ja Suomessa. Teoksessa Ylilauri, Martta, Yli-Viikari, Anja: Kohti luonnollista hyvinvointia — näkökulmia luontoperustaisen toiminnan kehittämiseen. Levón-instituutin julkaisuja. 178—189.

Viiikka, Hanna, Airaksinen, Tiina 2003a. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Viiikka, Hanna, Airaksinen, Tiina 2003b. Toiminnallinen opinnäytetyö. Ohjaajan opas. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Vuori, Jaana, Nätkin, Ritva (toim.) 2007. Perhetyön tieto. Tampere: Vastapaino.

Webster-Stratton, Carolyn. 2006. How to Promote Children's Social and Emotional Competence. London: Sage Publications Company.

Ylilauri, Martta, Yli-Viikari, Anja 2019. Kohti luonnollista hyvinvointia — näkökulmia luontoperustaisen toiminnan kehittämiseen. Levón-instituutin julkaisuja.

Yli-Viikari, Anja, Lilja, Taina, Heikkilä, Katariina; Kirveenummi Anna; Kivinen, Tapani; Partanen, Ulla; Rantamäki-Lahtinen, Leena, Soini, Katriina 2009. Green Care — terveyttä ja hyvinvointia maatilalta. Tampere: Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskus (MTT).

Yli-Viikari, Anja 2019. Tutkimuksellisen vaikuttavuustiedon ja ammatillisen kokemustiedon roolit luontolähtöisen toiminnan kehittämisessä. Teoksessa Ylilauri, Martta, Yli-Viikari, Anja: Kohti luonnollista hyvinvointia — näkökulmia luontoperustaisen toiminnan kehittämiseen. Levón-instituutin julkaisuja. 167—176.

## Eläinleirin ohjelma

1. LEIRIPÄIVÄ : TURVALLISUUDEN TUNNE		
TOIMINTA	TAVOITE	MENETELMÄ
AAMUPIIRI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• tutustuminen</li> <li>• leirin esittely</li> <li>• <b>tunteen nimeäminen , tunnistaminen ja ilmaiseminen</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ yhteinen kokoontuminen piiriin, jossa kerrotaan päivän ohjelma. Käytössä kuvat päivän eri tapahtumista.</li> <li>○ Tunnekortit, joista valitaan omaa tunnetilaa parhaiten kuvaava kortti.</li> <li>○ Kortin tunteen kertominen muille sanallisesti.</li> </ul>
KIERROS MAATILALLA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• tutustuminen ympäristöön</li> <li>• säännöt maatilalla</li> <li>• ryhmäytyminen, turvallisuuden tunteen luominen leiriläisille</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ ryhmän ohjaaminen maatilaympäristössä</li> <li>○ vapaa keskustelu</li> <li>○ turvallinen aikuinen kertoo säännöt, kuinka eläinten kanssa toimitaan, ottaa vastuun lapsista.</li> </ul>
PUPUJEN HOITO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• tietoa pupuista</li> <li>• mitä tunteita pupu herättää?</li> <li>• Mikä saa olon turvalliseksi/ turvattomaksi?</li> <li>• vapaa keskustelu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ pupujen ruokinta ja silittäminen</li> <li>○ keskustelua tunteista, apuna tunnekortit</li> </ul>
TIETOINEN LIIKE: PUPUKÄVELY	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>tunteiden tunnistaminen, itsesäätelytaitojen harjoittelu</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ kuinka kannattaa lähestyä eläintä, jotta se ei pelkää. Harjoitellaan yhdessä rauhallista kävelyä ja siihen keskittymistä.</li> </ul>
VAPAA LEIKKI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• leiriläisten ryhmäytyminen</li> <li>• sosiaaliset taidot</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ vapaan leikin mahdollistaminen leikkipaikalla. Aikuiset mukana leikissä.</li> </ul>
LOUNAS		

PONIEN RUOKINTA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• tietoa poneista</li> <li>• mistä syntyy turvallisuuden tunne?</li> <li>• vapaa keskustelu ja ajatusten vaihto</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ ponien ruokinta ja silittäminen</li> <li>○ mietitään yhdessä asioita, joiden avulla on hyvä ja turvallinen olla. (Ruoka, lepo, ystävät, arjen struktuuri ym.)</li> </ul>
HENGITYSHARJOITUS: PUU	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>keinoja itsehillintään, rauhoittumiseen</b></li> <li>• <b>tunteiden säätely</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ hengitysharjoitus, jossa kuvitellaan, että ollaan puu, jonka oksat (kädet) nousevat ylös ja laskevat takaisin alas. Samanaikaisesti keskitytään hengittämään liikkeen rytmin tahtiin.</li> </ul>
LOPPUPIIRI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• päivän tapahtumien kertaaminen</li> <li>• oman mielipiteen ilmaisu</li> <li>• <b>tunteen tunnistaminen, nimeäminen ja peilaaminen aamun tunteeseen (ymmärtäminen)</b></li> <li>• jokaisen leiriläisen kuuleminen, harjoitellaan kertomista ja toisen kuuntelua.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ kokoontuminen piiriin</li> <li>○ tunnekortin valitseminen ja esitleminen muille.</li> <li>○ pohdintaa yhdessä siitä, kuinka tunne on muuttunut päivän aikana, mikä vaikuttaa tunteisiin.</li> <li>○ varmistetaan, että kaikki saavat tuoda esiin ajatuksensa vuorollaan, toisia kuunnellen.</li> <li>○ jokaisen lapsen yksilöllinen huomioiminen ja kiitos.</li> </ul>

2. LEIRIPÄIVÄ: TYTYVÄISYYS		
TOIMINTA	TAVOITE	MENETELMÄ

AAMUPIIRI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• päivän esittely</li> <li>• <b>tunteen tunnistaminen, nimeäminen ja ilmaiseminen</b></li> <li>• lasten osallisuus toimintaa n, toisen mielipiteen kuulemisen harjoittelu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ kokoontuminen piiriin</li> <li>○ päivästrukturi kuvitettuna</li> <li>○ tunnekortin valitseminen Mahti-tunnekorteista.</li> <li>○ Tunteen esittäminen muille pantomiimilla</li> <li>○ lapset valitsevat hoidettavat eläimet kuvakorteista yhdessä sopien.</li> </ul>
ELÄINTEN HOITO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• vapaata keskustelua eläinavusteisesti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ eläinten hoidon lomassa yhteistä keskustelua tyytyväisyyden tunteesta ja siitä, mikä saa tyytyväiseksi.</li> </ul>
VAPAA LEIKKI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ryhmässä toimimisen harjoittelu, sosiaaliset taidot</li> <li>• tutustuminen muihin leiriläisiin</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ yhteinen leikkihetki leikkialueella, aikuiset mukana leikkiä rikastuttamassa.</li> </ul>
LOUNAS		
TIETOINEN AISTIMINEN METSÄSSÄ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>keinoja rauhoittumiseen</b></li> <li>• ympäristön aistiminen moniaistisesti, tietoinen läsnäolo k äsillä olevaan hetkeen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ harjoitus: ota mieleisesi paikka, laita silmät kiinni ja keskity kuuntelemaan ja tuntemaan metsä ympärilläsi</li> <li>○ keskustelua siitä, mitä kuultiin, miltä tuntui olla hiljaa</li> </ul>
LASTEN OIKEUDET	<ul style="list-style-type: none"> <li>• perustietoa lasten oikeuksista, yhteisen keskustelun harjoittelu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ kokoontuminen piirissä</li> <li>○ lastenoikeudet lyhyesti kuvitettuna</li> <li>○ keskustelua, jossa jokaisella mahdollisuus mielipiteen ilmaisuun.</li> </ul>

VÄRIPOHJAT	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ympäristön aistiminen, luontosuhteen vahvistaminen</li> <li>• keskittyminen tehtävään</li> <li>• parin kanssa työskentelyn harjoittelu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ valmiit väripohjat, joihin parit keräävät mahdollisimman saman värisiä luonnon materiaaleja</li> <li>○ aikuinen ohjaa ja auttaa tarvittaessa yhteistyön toteutumista</li> <li>○ valmiin työn kuvaaminen ja ihastelu</li> </ul>
LOPPUPIIRI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• päivän tapahtumien kertaaminen</li> <li>• oman mielipiteen ilmaisu <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>tunteen tunnistaminen, nimeäminen ja peilaaminen aamun tunteeseen (ymmärtäminen)</b></li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ kokoontuminen piiriin</li> <li>○ tunnekortin valinta Mahti -tunnekorteista.</li> <li>○ Oman tunteen kertominen muille</li> <li>○ keskustelua leiripäivästä ja sen kulusta</li> <li>○ jokaisen lapsen yksilöllinen huomioiminen ja kiitos</li> </ul>

3. LEIRIPÄIVÄ: KIUKKU		
TOIMINTA	TAVOITE	MENETELMÄ
AAMUPIIRI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• päivän ohjelman esittely</li> <li>• <b>tunteen tunnistaminen, nimeäminen ja ilmaiseminen</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ kokoontuminen piiriin</li> <li>○ päivästrukturi kuvitettuna</li> <li>○ tunnekortin valitseminen Mahti-tunnekorteista</li> <li>○ tunteen esittäminen muille</li> </ul>

HANHIEN RUOKINTA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• tunteiden tunnistamisen harjoittelu</li> <li>• tunteiden ilmaiseminen</li> <li>• tunteiden hallinnan harjoittelu</li> <li>• tietoisuus siitä, että kaikki tunteet ovat sallittuja ja niiden yli voi päästä.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ tutustuminen hanhiin; ruokinta</li> <li>○ keskustelua siitä, miksi hanhet ovat kiukkuisia (puolustavat reviiriään)</li> <li>○ harjoitus: näytä miltä sinä näytät kiukkuisena</li> <li>○ keskustelua tunteiden kirjosta ja siitä, että jokainen tunne on sallittu ja siitä voi päästä yli</li> </ul>
KEHOLLISET HARJOITUKSET	<ul style="list-style-type: none"> <li>• keinoja itsesäätelyyn</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ toiminnallisia harjoituksia, joiden avulla kiukun tunnetta voi saada laantumaan: lihasten rentoutus ja jännitys, kyykkyhyppy, laskeminen, hengittäminen</li> <li>○ lapset keksivät omat kiukunkarkoit usliikkeet, jotka opetetaan muille.</li> </ul>
MINDFULLNESS: TULI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• tunteiden säätelyn harjoittelu</li> <li>• tunnetiloista selviäminen</li> <li>• keskittyminen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ harjoitus: ajattele jotain asiaa, joka on saanut sinut suuttumaan ja mahdollisesti vaivaa sinua vieläkin. Kääri sanomalehdestä samalla tiukka pallo. Heitä pallot vuorotellen tuleen ja seuraa niiden palamista.</li> <li>○ keskustelua kiukun purkamisesta</li> </ul>
LOUNAS		
VAPAA LEIKKI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ryhmässä toimimisen taitojen harjoittelu</li> <li>• sosiaalisten taitojen harjoittelu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ vapaa leikki leikkipihalla, roolil eikki. Aikuiset mukana leikeissä.</li> </ul>



KOIRIEN ULKOILUTUS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ymmärryksen löytäminen oman tunnetilan vaikutuksista muihin.</li> <li>• roolin ottaminen koiran taluttajana, vastuun ottamisen harjoittelua</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ koirien talutus vuorotellen aikuisen ohjauksella</li> <li>○ vapaata keskustelua koirista ja niiden hoidosta sekä hallinnasta</li> </ul>
LOPPUPIIRI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• päivän tapahtumien kertaaminen</li> <li>• oman mielipiteen ilmaisu</li> <li>• <b>tunteen tunnistaminen, nimeäminen ja peilaaminen aamun tunteeseen (ymmärtäminen)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ kokoontuminen yhteiseen piiriin</li> <li>○ tunnekortin valinta Mahti-tunnekorteista</li> <li>○ oman tunteen kertominen muille</li> <li>○ mahdollisuus kertoa ajatuksia leiripäivästä</li> <li>○ jokaisen lapsen yksilöllinen huomioiminen ja kiitos</li> </ul>

4. LEIRIPÄIVÄ: ROHKEUS		
TOIMINTA	TAVOITE	MENETELMÄ
AAMUPIIRI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• päivän ohjelman esittely</li> <li>• <b>tunteen tunnistaminen, nimeäminen ja ilmaiseminen</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ kokoontuminen piiriin</li> <li>○ päivästrukturi kuvitettuna</li> <li>○ tunnekortin valitseminen Mahti-tunnekorteista</li> <li>○ tunteen esittäminen muille</li> </ul>
SEIKKAILURATA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• itsensä voittaminen, rohkeuden löytäminen</li> <li>• toisten kannustaminen</li> <li>• vuoron odottaminen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ köysinousu korkealle kalliolle. Aikuinen varmistaa turvallisuuden sekä ylhäällä kalliolla että lapsen takana.</li> <li>○ slackline yläköydellä puiden välissä (noin metrin korkeudella maasta) Kulkeminen puulta toiselle köyttä pitkin yläköyttä hyödyntäen. Muut kannustavat!</li> </ul>

TIETOINEN LIIKE-HARJOITUS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• luonnon aistiminen</li> <li>• eläytyminen eläimen hahmoon</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ muutu metsän eläimen rooliin ja etene sovitulle paikalle (Tähystysvuori) eläimen liikkeitä matkien</li> </ul>
KESKUSTELU SEIKKAILURADASTA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• mielipiteiden jakaminen</li> <li>• pohdintaa siitä mitä rohkeus on</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ kokoontuminen Tähystysvuorella, jossa yhteisessä piirissä keskustelua seikkailuradasta, rohkeudesta ja esille nousseista tunteista</li> </ul>
LOUNAS	•	•
PONITALUTUS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• itsensä voittaminen, rohkeuden löytäminen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ jokaisella lapsella mahdollisuus ponitalutukseen</li> <li>○ vapaata keskustelua, lapsen positiivinen huomioiminen yksilöllisesti</li> </ul>
LOPPUPIIRI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• päivän tapahtumien kertaaminen</li> <li>• oman mielipiteen ilmaisu</li> <li>• <b>tunteen tunnistaminen, nimeäminen ja peilaaminen aamun tunteeseen (ymmärtäminen)</b></li> <li>• palautteen kerääminen suullisesti</li> <li>• leirin lopputunnelmien jakaminen toisten leiriläisten kanssa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ kokoontuminen piiriin</li> <li>○ tunnekortin valinta Mahti - tunnekorteista.</li> <li>○ Oman tunteen kertominen muille</li> <li>○ keskustelua leiripäivästä ja sen kulusta</li> <li>○ suullisen palautteen kuuleminen koko leiristä: Mikä jäi mieleen? Mikä oli parasta? ym.</li> <li>○ jokaisen lapsen yksilöllinen huomioiminen ja kiitos</li> </ul>