

LUONNOSTA TOIMINTAA

Green Care -menetelmät osana kehitysvammaisten työ- ja päivätoimintaa

Eriksson Heidi

Opinnäytetyö
Sosiaaliala
Sosionomi AMK

2021

Sosiaalialan koulutus
Sosionomi (AMK)

Tekijä	Heidi Eriksson	Vuosi	2021
Ohjaaja(t)	Sari Halttunen Sanna Viinonen		
Toimeksiantaja	Keski-Pohjanmaan sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus Soite/Toimintakeskus Kompassi		
Työn nimi	Luonnosta toimintaa - Green Care -menetelmät osana kehitysvammaisten työ- ja päivätoimintaa		
Sivu- ja liitesivumäärä	44		

Opinnäytetyöni on toiminnallinen kehittämistyö. Olen rajannut opinnäytetyöni Toimintakeskus Kompassin toiminnan kehittämiseen. Toimintakeskus Kompassi on Keski-Pohjanmaan sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus Soiten yksikkö ja Soite on myös opinnäytetyöni toimeksiantaja. Toimintakeskus Kompassi järjestää päiväaikaista toimintaa kehitysvammaisille henkilöille.

Itseäni on aina kiinnostanut luonto ja luonnon vaikuttavuus sekä merkitys ihmisen hyvinvoinnille. Luonnossa olen itse kokenut voimauttavan ja rauhoittavan vaikutuksen. Luontolähtöisellä toiminnalla onkin todettu positiivista vaikuttavuutta eri asiakasryhmien toiminnassa. Opinnäytetyöni kehittämistehtävänä on ollut laajentaa ja vahvistaa toimintakeskuksen henkilökunnan luontomenetelmien käyttöä sekä samalla mahdollistaa Green Care -menetelmien käyttö kaikkien toimintakeskuksen kehitysvammaisten asiakkaiden toiminnassa.

Opinnäytetyöni menetelminä käytin työpajatyöskentelyä, havainnointia ja reflektointia. Tutkimuskysymysten kautta etenin kohti kehittämistoimintaa. Työpajatyöskentelyssä henkilökunnan kanssa yhdessä pohdimme, minkälaista tietoa tarvitaan Green Care -toiminnan toteuttamiseen sekä miten toimintaa voidaan kehittää yksikössä. Tutkimustapana opinnäytetyössäni käytin laadullista tutkimusta. Tulosten perusteella tietoa Green Caresta on olemassa jo Kompassin henkilökunnalla, mutta tiedon hyödyntäminen käytäntöön vaatii vielä enemmän perehtyneisyyttä. Toiminta ei ole vielä niin systemaattista ja tavoitteellista, eikä sitä aktiivisesti seurata.

Opinnäytetyöni varsinainen tuotos on perehdytyskansio/-opas, jonka koostin tiiviiksi pakettiaksi Kompassin henkilökunnan tarpeista ja toiveista. Perehdytyskansio toimii työn tukena, materiaalin sekä tiedon tallentajana. Perehdytyskansio muuntuu ja kasvaa toiminnan edetessä. Kansioon toivottiin valmista materiaalia ja käytännönohjeistuksia.

Degree Programme of Social Services
Bachelor of Social Service

Author	Heidi Eriksson	Year	2021
Supervisors	Sari Halttunen Sanna Viinonen		
Commissioned by	Central Ostrobothnia Health Care District Soite/ Activity Center Kompassi		
Subject of thesis	Nature activities - Green Care methods as part of the work and day activities of the persons with intellectual disabilities		
Number of pages	44		

This Bachelor's thesis was made as a practice-based thesis. The thesis was limited to focus on developing activities of the Activity Center Kompassi. The Activity Center Kompassi is a unit of Central Ostrobothnia Health Care District Soite, which also ordered this thesis. Kompassi is a daytime activity center for persons with intellectual disabilities.

The basis of this thesis was the author's interest in nature and its effects and benefits on a person's wellbeing and the feeling that nature calms and empowers. Nature-based methods have been observed to have positive effects on different client groups. The development task of this thesis was to expand and strengthen the knowledge and usage of nature-based methods for the staff of Kompassi, and also enable the usage of Green Care methods in the activities of all the clients of the activity center.

The methods used in this thesis were research workshop, observation and reflection. The research questions enabled to move on to developmental research. In the research workshop set up with the staff of Kompassi, it was considered what kind of information is needed to enable the use of green care methods, and how to further develop the methods in Kompassi. The research methodology used in this thesis was qualitative research. Based on the findings, the staff of Kompassi already has some information on Green Care methodology but putting the available information into practice requires further orientation. The methods used in Kompassi that encompass Green Care methodology are neither organized nor goal-oriented.

The output of this Bachelor's thesis was an orientation guide based on the wishes, needs and requirements of the staff of Kompassi. The orientation guide is meant to function as a guide for the staff, and also as a way to store material and information. The guide is meant to grow, and change based on the requirements and needs of Kompassi. The guide was requested to contain practical guides, as well as other materials.

Key words Green Care, participation, work and day activities

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	5
2	OPINÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET	7
2.1	Tutkimus- ja kehittämistehtävä	7
2.2	Opinnäytetyön tavoitteet ja aikataulu	9
3	TOIMINTAKESKUS KOMPASSI JA TOIMINTAYMPÄRISTÖ	12
3.1	Toiminnan esittely	12
3.2	Kompassin Green Care -työtoiminta	13
3.3	Green Care Kompassin päivätöiminnassa	14
3.4	Asiakasosallisuus	15
4	GREEN CARE	16
4.1	Mitä on Green Care?	16
4.2	Laadunhallinta	18
4.3	Hyvinvointivaikutukset	19
4.4	Luonto- ja ympäristöelementit luontotoiminnassa	21
5	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUSTAPA	23
5.1	Tutkimusmenetelmät	23
5.2	Opinnäytetyöprosessi	24
5.3	Työpajat	26
5.4	Opinnäytetyön päiväkirja	28
5.5	Aineistonkeruu ja analyysi	28
6	TYÖN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS	30
7	OPINNÄYTETYÖN TULOKSET	32
7.1	Tulokset ja arviointi	32
7.2	Perehdytyskansio	35
7.3	Kehittäminen	36
8	POHDINTA	38
	LÄHTEET	41

1 JOHDANTO

Toiminnallinen opinnäytetyö on vaihtoehto tutkimukselliselle opinnäytetyölle. Toiminnallisessa opinnäytetyössä tavoitellaan käytännön työn ohjeistamista, opastamista ja toiminnan järjestämistä. Opinnäytetyö voi olla ammatilliseen käyttöön suunnattu ohje, ohjeistus tai niin kuin minun opinnäytetyössäni perehdyttämisopas/-kansio. (Vilkkä & Airaksinen 2003a, 9.) Opinnäytetyöni on toiminnallinen kehittämistyö ja se käsittelee Green Care -toimintaa ja sen menetelmien käyttämistä kehitysvammaisten työ- ja päivätoiminnassa.

Kohteeni opinnäytetyössäni on ollut Toimintakeskus Kompassi ja sen toiminnan kehittäminen yhteistyössä henkilökunnan kanssa. Toimintakeskus Kompassi on Keski-Pohjanmaan sosiaali- ja terveystalokuntayhtymä Soiten kehitysvammaisten työ- ja päivätoimintayksikkö. Green Care -menetelmät ovat nousseet esille useissa keskusteluissa ja itsekin kiinnostuin aiheesta, kun Toimintakeskus Kompassiin mahdollistettiin Green Care -työtoiminta kehitysvammaisille asiakkaille. Green Care -työtoiminta on tullut osaksi Kompassin toimintaan tarpeesta lisätä asiakasosallisuutta sekä vaihtoehtoja päiväaikaiseen toimintaan.

Green Care -hanke on kulkenut rinnalla tehdessäni opinnäytetyötä. Hankkeen aikana on koulutettu henkilökuntaa eri opintomateriaalien avulla Green Care -menetelmiin. Hankkeen tuoman positiivisen palautteen perusteella on ollut innostavaa jatkaa Green Care -toiminnan kehittämistä. Soite on osatoteuttaja Centria ammattikorkeakoulu oy:n hallinnoimassa hankkeessa Kehitysvammaiset osallisena Green Care -palveluiden kehittämisessä osaksi päivä- ja työtoimintaa. (Soite 2020).

Opinnäytetyössäni tehtävänäni oli selvittää henkilökunnan omaa toimintaa ja valmiuksia käyttää luontolähtöisiä menetelmiä sekä minkälaista osaamista ja tietoa yleensäkin tarvitaan Green Care -menetelmien käyttämiseen toiminnassa. Saamani tiedon perusteella olen koostanut perehdytyskansiota/-opasta yhteistyössä henkilökunnan kanssa. Työnantajan toiveena on perehdytysmateriaalin hyödyntämistä tarvittaessa myös muissa organisaation yksiköissä. Opinnäytetyöni yksi tavoitteista on mahdollistaa Green Care -menetelmien käyttämistä laajemmin toimintakeskuksen toiminnassa.

Itseäni on aina kiinnostanut luonto ja luonnon vaikuttavuus sekä merkitys ihmisen hyvinvoinnille. Luonnossa olen itse kokenut voimauttavan ja rauhoittavan vaikutuksen. Luonto ja eläinten kanssa toimiminen ovat lieventäneet omaa stressiäni ja auttaneet selviytymään haastavissa elämäntilanteissa. Luonto on puhutellut minua elämän eri vaiheissa. Luontoyhteys on siis hyvin merkityksellinen minulle. Luontomenetelmiä olen myös käyttänyt työssäni eri asiakasryhmien kanssa. Olen aikaisemmin toiminut ohjaajana Kompassissa. Vuodesta 2017 olen toiminut toimintakeskuksen palveluesihenkilönä. Ammatillisesta näkökulmasta minulla on halua kehittää Green Care -menetelmien käyttöä sosiaalialalla ja erityisesti kehitysvammaisten päiväaikaisessa toiminnassa. Opinnäytetyössäni olen toteuttanut työpajoja, joissa olemme henkilökunnan kanssa yhdessä pohtineet toiminnan kehittämistä. Työpajatyöskentely toteutui neljässä erillisessä ryhmässä. Työpajoissa olen kartoittanut keskustelemalla ja havainnoimalla henkilökunnan osaamista sekä kokemuksia Green Care -menetelmistä.

2 OPINÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

2.1 Tutkimus- ja kehittämistehtävä

Opinnäytetyöni on toiminnallinen kehittämistyö. Kehittämistarpeena on toimintakeskuksen koko henkilökunnan perehdytys Green Care -menetelmien käyttöön toiminnassa ja henkilöstön osaamisen vahvistamista sekä sitouttamista toimintaan. Green Care -hankkeen kautta on henkilökuntaa perehdytetty Green Care -työtoimintaan, mutta opinnäytetyössäni laajennan perehdytystä, jotta kaikille toimintakeskuksen asiakkaille mahdollistuisi Green Care -toiminta eri muodoissa. Toimintatutkimuksen tekijä on myös usein tutkimuskohteen jäsen. Tässä opinnäytetyössäni toimintatutkimus kohdistuu henkilökuntaan, heidän vaikuttamismahdollisuuksiinsa ja mukaan saamiseen toiminnan muutokseen sekä kehittämiseen. Kehittämisen kohteena voi olla mikä tahansa, mihin voidaan vaikuttaa. Kohde voi olla esimerkiksi prosessi, toiminto tai tuote. Tutkimus- ja kehittämiskohteeseen pyritään vaikuttamaan toimenpiteillä, joiden tarkoituksena on saada muutos kohteessa. (Kananen 2012a, 21, 38.)

Opinnäytetyöni tutkimustehtävänä on ollut selvittää henkilökunnan osaamista ja tietoa Green Care -menetelmistä sekä heidän näkemystään menetelmien vaikutuksista kehitysvammaisten työ- ja päivätoiminnassa. Saadulla tiedolla voidaan paremmin kohdentaa henkilökunnan perehdytystä ja koulutusta siitä, minkälaista tietoa tarvitaan toiminnan toteuttamisessa Kompasissa. Yksikön esihenkilönä minua on kiinnostanut myös henkilökunnan motivaatio Green Care -menetelmien käyttämiseen toimintakyvyiltään erilaisten asiakkaiden toiminnassa sekä se, miten voisimme enemmän vielä vahvistaa asiakkaiden omaa osallisuutta toimintakeskuksen toiminnassa.

Työpajatyöskentelyssä henkilökunnan kanssa pohdittiin, minkälaista tietoa tarvittiin toiminnan kehittämiseen, jotta se vastaisi toimintakyvyiltään erilaisten asiakkaiden tarpeisiin sekä toiminta mahdollistuisi kaikille toimintakeskuksen kehitysvammaisille asiakkaille. Erityisesti päivätoiminnan asiakkaat ovat usein paljon apua ja tukea tarvitsevia sekä heillä on erilaisia toimintakyvyn haasteita. Green

Care -menetelmien toteuttaminen toiminnassa ja henkilökunnan osaamisen vahvistaminen edellyttää perehtyneisyyttä Green Care -toimintaan ja sen menetelmiin. Luontolähtöisten menetelmien avulla voidaan lisätä toimintakeskuksen asiakkaiden hyvinvointia ja vahvistaa osallisuuden kokemusta sekä lisätä toimintaan vaihtoehtoja. Luontotoiminnan hyödyt ovat merkittäviä ja tämän vuoksi kehittämistyöhön tulee panostaa jatkossakin.

Tarkennuksena vielä, että Green Care -työtoiminta on ollut jo osana toimintakeskuksen toimintaa Kehitysvammaiset osallisena Green Care -palveluiden kehittämisessä osaksi päivä- ja työtoimintaa -hankkeen kautta. Hankkeen avulla on toimintakeskusten työtoiminnan asiakkailta mahdollisuus osallistua työtoimintaan erilaisissa toimintaympäristöissä ja tehtävissä maatiloilla Green Care -toiminnassa. Green Care -työtoimintaa järjestetään toimintakeskuksen asiakkaille Green Care palveluntuottajien tiloilla, ei toimintakeskuksissa. Toiminnasta on saatu hyvää palautetta kehitysvammaisilta asiakkailta ja heidän läheisiltään. Asiakas on saattanut aloittaa Green Care -toiminnan yhdestä päivästä, mutta usea asiakas on halunnut lisätä toimintapäiviä Green Care -työtoimintaan, koska he ovat pitäneet toimintaa maatiloilla mielekkäänä. Toiminnan mielekkyyden vuoksi on Green Care -toimintaa haluttu mahdollistaa kaikille työ- ja päivätoiminnan asiakkaille toimintakeskuksessa. Tarve kehittää Green Care -toimintaa on ollut ilmeinen. Toiminnan toteuttaminen osana sosiaalityötä eli tavoitteellisesti ja suunnitelmallisesti vaatii koko henkilökunnan sitoutumista toiminnan järjestämiseen.

Opinnäytetyöni tuotos on perehdytyskansio, jonka tarkoitus on käytännön toiminnan opastaminen ja ohjeistaminen Toimintakeskus Kompassin henkilökunnalle. Kehittämistyön tuloksena koostuvan perehdytyskansion tehtävänä on Green Care -toiminnan ja -menetelmien juurruttaminen toimintakeskuksen toimintaan sekä henkilökunnan perehdytys, koska käytäntö on osoittanut, että jatkuvaa suunnitelmallista perehdytystä tarvitaan. Perehdytyskansio toimii apuna myös, kun uusia työntekijöitä, sijaisia ja opiskelijoita perehdytetään. Näin tietoa siitä, minkälaista Green Care -toimintaa Toimintakeskus Kompassissa järjestetään, on saatavilla. Perehdytyskansio toimii työn tukena, materiaalin sekä tiedon tallentajana.

2.2 Opinnäytetyön tavoitteet ja aikataulu

Opinnäytetyöni tavoitteeksi nousi Kompassin asiakkaiden tarpeet monipuolisempaan toimintaan hyödyntäen luontomenetelmien käyttöä toimintakeskuksen työ- ja päivätoiminnassa sekä tuottaa Kompassin henkilökunnalle työväline perehdytyskansiosta. Tavoitteenani yksikön esimiehenä on tulevaisuudessakin vahvistaa henkilökunnan tietoa ja osaamista Green Care -menetelmistä sekä menetelmien hyödyntämisestä kehitysvammatyössä. Green Care -toiminta edellyttää toiminnan tavoitteellisuutta ja suunnitelmallisuutta. Tärkeä tavoite on myös lisätä asiakkaan omaa osallisuutta toiminnan suunnittelussa sekä tarjota erilaisia toiminnallisia vaihtoehtoja työ- ja päivätoiminnassa.

Perehdytyskansion tehtävänä ja tavoitteena on muuntua ja kehittyä toiminnan edetessä. Materiaalia ja tietoa kootaan perehdytyskansioon toiminnasta aktiivisesti. Kansiota löytyy valmista materiaalia ja se myös sisältää linkkejä, josta voi hakea lisää tietoa Green Care -toiminnasta. Toimintakeskus Kompassissa työtoiminnan kehitysvammaisilla asiakkailla on mahdollisuus valita päivä toimintakeskuksessa tai Green Care -työtoiminnassa. Perehdytyskansioon on koottu myös Green Care -työtoiminnasta tarvittava tieto henkilökunnalle ohjaamisen tueksi. Perehdytyskansio sisältää mm. tarvittavat toiminnan tehtävät, palveluntuottajat, vastuuhjaajat ja yhteystiedot. Tarvittavan tiedon hallitseminen ja nopea tavoittaminen helpottaa henkilökunnan työtä.

Luontotoimintaa voivat olla esimerkiksi erilaiset retket luonnossa, askartelut luontomateriaaleja hyödyntäen ja aistikokemukset toimintakeskuksessa. Yleensäkin luontomateriaalien ja -elementtien käyttöä sisällä sekä ulkona on perehdytyksen kautta tavoitteenani lisätä. Luontoa voidaan tuoda osaksi sisustusta ja pihapiiriä sekä päivittäistä toimintaa. Toimintakeskuksen piha-alueelle voidaan mm. istutuslaatikoiden avulla rakentaa puutarhaympäristöä. Istutustöiden aloitus mahdollistuu jo varhaisessa vaiheessa sisätiloissa, joista istutukset siirretään pihalle, kun se on mahdollista. Yksikön sisätiloissa on aistihuoneessa huomioitu metsämaisema korostusseinänä, joka toimii yhdistettynä mm. erilaisten metsä äänien kanssa. Osallisuuden tunnetta omassa ympäristössä mahdollistuu erilaisten tun-

teiden, kokemusten ja myös ympäristön fyysisen muokkauksen kautta (Karkkulainen, Ala-Vannesluoma, Airaksinen, Varonen, Kastu & Sipi 2019a, 183). Yhdessä asiakkaiden kanssa tehdyt suunnitelmat ja toteutukset antavat toimintakeskuksen asiakkaille osallistumisen ja osallisuuden kokemukset.

Lähiympäristön käyttöä tulisi hyödyntää ja monipuolistaa entistä paremmin kehitysvammaisten työ- ja päivätoiminnassa. Myönteinen kokemus ja ympäristön havainnointi mahdollistuvat asiakkaalle luontoympäristöstä jo lyhyelläkin luontopolulla tai ulkoilulla. Luontopoluille tai pihalle sekä myös sisälle toimintakeskukseen on mahdollista rakentaa eri rasteja, teemoja vaihdellen. Eri mahdollisuuksien löytäminen toiminnassa vaati perehtymistä ja oman osaamisen kehittämistä henkilökunnalta. Green Care -menetelmien käyttäminen asiakastyössä tarkoittaa toimintakeskuksen henkilökunnalta osaamisen lisäksi suunnitelmallisuutta, tavoitteellisuutta sekä jatkuvaa arvioimista, jotta voidaan toteuttaa ammatillista ja laadukasta toimintaa.

Työpajatyöskentelyt aloitin henkilökunnan kanssa syksyn 2020 aikana ja jatkoin niitä keväällä 2021, jonka aikana keräsin tarvitsemaani aineistoa. Maailmanlaajuisesti levinnyt COVID-19-virus asetti omat haasteensa työpajoille. Toimintakeskus Kompassi toimi erityisjärjestelyissä, jolloin osa henkilökunnasta siirtyi kehitysvammaisten asumisyksiköihin ohjaamaan päiväaikaista toimintaa. Toimintakeskuksessa olivat läsnä kotona läheistensä kanssa asuvat sekä itsenäisesti asuvat asiakkaat. Asiakasryhmät pidettiin pieninä ja henkilökunnalla oli suojamaskit käytössä. Ohjeistuksia noudatettiin ja seurattiin tarkasti. Tämän vuoksi ja kontaktien välttämiseksi osan työpajoista toteutin Teams -kokouksina.

Tavoitteena minulla oli saada opinnäytetyöni valmiiksi kevään ja kesän 2021 aikana ja esitellä valmis opinnäytetyöni syksyllä 2021. Alla näkyvään taulukkoon (Kuva 1.) olen jäsentänyt opinnäytetyön toteutuksen aikataulutuksen tarkemmin. Kaksi ensimmäistä työpajaa sain toteutettua suunnitelman mukaisesti toimintakeskuksessa, mutta seuraavat kaksi toteutin hyödyntäen etäyhteyksiä eli työpajat toteutuivat Teams -kokouksina.

Aika	Toiminta
12/2020	Opinnäytetyön aiheen esittely Toimintakeskus Kompassin henkilökunnalle.
1/2021	Pajatyöskentelyn aikatauluttaminen ja aloittaminen Toimintakeskus Kompassin henkilökunnan kanssa. 1. työpaja toimintakeskuksessa. Havainnointia ja dokumentointia opinnäytetyön päiväkirjaan.
2/2021	Pajatyöskentely: 2. työpaja toimintakeskuksessa. Toiminnan havainnointia ja dokumentointia opinnäytetyön päiväkirjaan.
3/2021	Toiminnan havainnointia ja dokumentointia. Perehdytystä Green Care toimintaan henkilökunnalla.
4–7/2021	Työpajat 3 & 4 etäyhteyksin (Teams). Perehdytyskansion työstäminen valmiiksi opinnäytetyön osalta. Opinnäytetyön aineiston koonti, palaute ja analyysi.
8/2021	Opinnäytetyö valmiiksi ja palautus arvioitavaksi.

Kuva 1. Opinnäytetyön toteutuksen aikataulu.

3 TOIMINTAKESKUS KOMPASSI JA TOIMINTAYMPÄRISTÖ

3.1 Toiminnan esittely

Erityishuolto-ohjelmassa määritellään kehitysvammalain mukaiset työ- ja päivätoiminnan palvelut asiakkaalle. Palvelut määritellään asiakkaan tarpeesta ja asiakkaan kanssa yhdessä laaditaan palvelusuunnitelma. Lait ja säädökset ohjaavat toimintaa, joten kehitysvammaisten työ- ja päivätoimintaa sekä työhönvalmennusta järjestetään lakien perusteella (Sosiaalihuoltolaki 1301/2014, Kehitysvammaisten erityishuoltolaki 519/1977).

Toimintakeskus Kompassissa on kaksi työtoimintapistettä Pohjoinen & Itä, joista asiakkaat käyvät mm. Green Care -työtoiminnassa, avotyössä tai ryhmänä ohjaajan kanssa työpaikoilla tekemässä sovittuja työtehtäviä. Asiakkailta on mahdollisuus osallistua myös työhönvalmennukseen, jossa yhdessä asiakkaan kanssa suunnitellaan asiakkaan polkua sekä tavoitteita kohti palkkatyötä. Asiakas voi myös olla mukana toimintakeskuksessa tapahtuvassa työtoiminnassa tai kuntouttavassa työssä. Green Care -menetelmillä mahdollistetaan luontotoimintaa maatiloilla sekä toimintakeskuksessa. Erilaiset toimintaympäristöt ja toiminnot antavat toimintakeskuksen kehitysvammaisille asiakkaille vaihtelua ja sisältöä päiviin. Osallisuuden vahvistaminen eri tavoin on tärkeää. Hyvinvointi ja asiakas-tyytyväisyys lisääntyvät, kun asiakkaat pääsevät itse vaikuttamaan sekä suunnittelemaan toimintaa, jossa haluavat olla mukana. Huomioiduksi ja kuulluksi tuleminen on kaikille ihmisille tärkeää.

Asiakasmäärä on Toimintakeskus Kompassissa n. 140 ja tästä n. 53 asiakasta on avotyössä sekä Green Care -työtoiminnassa asiakkaista on n. 24. Kahdella työpisteellä Etelä & Länsi toteutetaan päivätoimintaa toimintakyvyiltään erilaisille asiakkaille sekä senioreille on oma päivätoimintaryhmänsä. Seniori -ryhmän asiakkaat ovat pääsääntöisesti yli 60-vuotiaita. Tämän lisäksi neljä ohjaajaa ovat kahdessa asumisyksikössä ohjaamassa henkilökohtaista päiväaikaista toimintaa sekä yksi työntekijä on kiertävä päiväaikaisen toiminnan ohjaaja. Kiertävällä ohjaajalla on asiakkaita eri yksiköissä.

3.2 Kompassin Green Care -työtoiminta

Työtoiminnan muotoja kehitysvammaisille henkilöille on monenlaisia toimintakeskuksesta, avotyöhön. Lisää polkuja oikeisiin työtehtäviin kehitellään aktiivisesti ja asiakasosallisuus ja osallistuminen ovat tärkeitä osia oikeiden tehtävien löytymisessä. Ensisijaisesti työtoimintaa tulee järjestää asiakkaalle yleislain eli tässä tapauksessa vanhan sosiaalihuoltolain perusteella. Sosiaalihuoltolain mukainen työtoiminta ei ole kuitenkaan ollut kehitysvammaiselle henkilölle riittävä palvelu, joten palvelua myönnetään kehitysvammalain perusteella. (THL 2021a.) Green Care -työtoimintana voi olla yksi mahdollisuus kehitysvammaiselle henkilölle. Toimintakeskus Kompassin työtoiminnan asiakkaalla on mahdollisuus saada palveluseteli, jolla hän voi ostaa toimintapäiviä Green Care palveluntuottajalta. Asiakas itse päättää palveluntuottajan. Toimintakeskuksen ohjaaja käy yhdessä Green Care projektityöntekijän ja asiakkaan kanssa tutustumassa eri palveluntuottajiin ennen kuin asiakas tekee valintansa. Työtoimintapäiviä voi olla 1–5 viikossa. Toimintakeskus Kompassissa on kaksi työtoiminnan ohjaajaa, jotka ovat myös Green Care -työtoiminnan vastuuhjaajia. Ohjaajat ovat tarvittaessa asiakkaiden ja palveluntuottajien tukena ja yhteistyökumppaneina. Ohjaus Green Care -toimintaan tulee palveluntuottajilta. Green Care -hankkeen päätyttyä elokuussa 2021 jää projektityöntekijä pois ja kaksi työtoiminnan vastuuhjaajaa jatkavat tehtäviä.

Asiakkaiden toimintakyvyissä on paljonkin vaihtelua ja esimerkiksi avotyöhön osallistuminen ei ole aina mahdollista eikä oikea vaihtoehto. Sopivien työpaikkojen ja -tehtävien löytäminen kehitysvammaisille asiakkaille on haasteellista. Työ on kuitenkin hyvinkin merkityksellistä sekä lisää asiakkaan yhteenkuuluvuutta osana yhteiskuntaamme. Green Care -työtoiminta lisää kehitysvammaisille mahdollisuuksia valita päivänsä sisältöä. Luonnon merkitystä hyvinvoinnille väheksymättä. Raitis ilma ja fyysiset työtehtävät, myös parantavat kuntoa ja toimintakykyä. Uuden oppinen ja onnistumiset kasvattavat itsetuntoa, joka jälleen lisää hyvinvointia. Me kaikki tarvitsemme positiivisia kokemuksia, jotta voimme hyvin.

Työtoiminnassa on asiakkaalla mahdollisuus monenlaisiin työtehtäviin Green Care -toimintapäivänä. Luontotoiminta tarjoaa elämyksiä ja vaihtelua asiakkaan

työtoimintaan. Green Care on vaihtoehto asiakkaan toimintakeskuspäivälle tai vastaavalle palvelulle. Luontoavusteinen Green Care -toiminta tilalla voi olla esimerkiksi eläinten ruokkimista, hoitamista ja hoivaamista. Erilaiset pihatyöt, puutarhatyöt, metsätyöt sekä tehtävät työkoneilla voivat olla osana toimintaa. Tärkeää on nauttiminen luonnosta ja eläimistä. Green Care -toiminnassa työtehtävät suunnitellaan jokaisen asiakkaan tarpeisiin sopiviksi. (Palse.fi 2020.)

3.3 Green Care Kompassin päivätoiminnassa

Päivätoiminnan tarkoitus on antaa asiakkaille virikkeitä, sosiaalisia kontakteja sekä tukea elämässä suoriutumisesta. Päivätoiminnan palveluita järjestetään kehitysvammalain tai vammaispalvelulain perusteella. Vammaispalveluiden sosiaalityöntekijä ohjaa asiakkaan oikeisiin palveluihin. Kehitysvammaisten päivätoimintaa on kehitetty, mutta se tarvitsee edelleen uudistusta ja erilaisia vaihtoehtoja. Huomioitavaa on, että ryhmämuotoinen toiminta toimintakeskuksessa ei sovi kaikille asiakkaille. Kehittäminen vaatii uusien yksilöllisempien vaihtoehtojen löytämistä. Green Care voi osaltaan tuoda toimintaan yksilöllisempiä ratkaisuja. Päivätoiminnan tarkoitus on myös vahvistaa kehitysvammaisen henkilön omaa toimijuutta ja osallisuutta. (Tukiliitto 2021.)

Päivätoiminnan asiakkailta on mahdollisuus osallistua luontopajaan, jonka toiminnassa käytetään erilaisia luontoelementtejä. Green Care -menetelmien käytön laajentaminen päivätoimintaan toimintakeskuksessa ja päiväaikaan toimintaan yleensäkin tarvitsee edelleen kehittämistä ja perehdytyskansion tarkoituksena onkin lisätä menetelmien käyttöä toiminnassa ammatillisempaan suuntaan. Yksilölliset tavoitteet, eteneminen ja suunnitelmallisuus vahvistavat asiakkaan asemaa ja etua.

Luontoelementtien tuominen toimintakeskuksen sisätiloihin lähelle asiakkaita esimerkiksi sisustuksessa, mahdollistaa luonnon kokemisen eri aistien kautta kaikille asiakkaille. Toiminnan suunnittelussa asiakkaat ovat olleet kanssani suunnittelemassa ja toteuttamassa Luontopajaa. Luontopajassa hyödynnetään luontoelementtejä ja -materiaaleja. Retket luonnossa ja askartelut luontomateriaaleista ovat osa luontopajan toimintaa. Luontopaja on yksi osa Toimintakeskus

Kompassin paja kokonaisuutta. Pajakalenterissa on erilaisia toimintapajoja, joihin toimintakeskuksen asiakkaat voivat osallistua niin halutessaan. Pajakalenteri on julkaistu Soiten/Kompassin www-sivuilla, josta se on kaikkien saatavilla. Pajat koostuvat asiakkaiden toiveista ja pajakalenteria päivitetään puolen vuoden välein.

3.4 Asiakasosallisuus

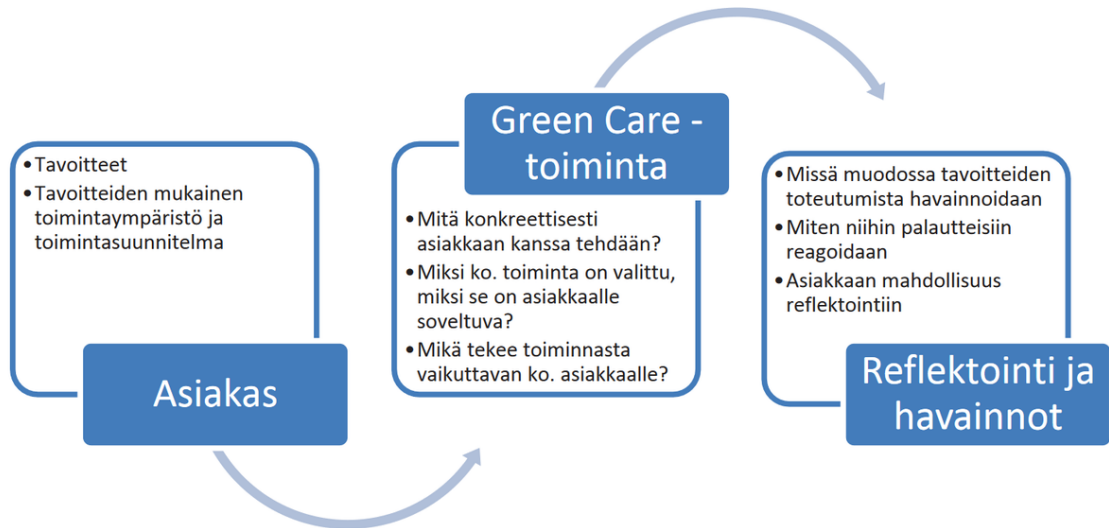
Kehitysvammaisten osallisuutta tulee kaikessa toiminnassa ja palveluissa lisätä entisestään. Kehitysvammaisella henkilöllä tulee olla mahdollisuus ja oikeus olla päättämässä omasta elämästään ja asioistaan. Osallisuutta ja työllistymistä edistävät laatuksiteerit on julkaistu (Vernerin 2021b). Kompassissakin asiakkaiden osallisuutta on pyritty lisäämään ja huomioimaan. Asiakas itse on asiantuntija omilla asioissaan. Suunnittelussa tuleekin huomioida, kenelle toimintaa ja palveluita järjestetään. Käytännössä tämä tarkoittaa suunnittelussa asiakkaiden toiveista ja tarpeista toteutettua toimintaa sekä erilaisten vaihtoehtojen kehittämistä palveluihin. Yksilöllisyys ja sen huomioiminen on yksi tärkeimmistä tavoitteista kehitysvammaisten palveluissa. Osallisuus tarkoittaa myös sitä, että käytössä on riittävät resurssit. (THL 2021b.) Ihmisillä tulisi olla yhteys tarpeisiinsa ja voimavaroihin ollakseen osallisena omassa elämässään. Kehitysvammaisissa tämä tuo haasteensa erityisesti vaikeasti kehitysvammaisten henkilöiden kanssa toimiessa. Osallisuus on myös liittymistä erilaisiin vaikuttamisprosesseihin. (Isola, Kaartinen, Leemann, Lääperi, Schneider, Valtari & Keto-Tokoi 2017, 29.) Kykeneekö vaikeasti kehitysvammaiset tunnistamaan omat tarpeensa ja voimavaroensa? Osallisuutta on myös se, että kokee olevansa osa jotakin kokonaisuutta. Miten me ammattilaisina voimme tukea osallisuutta ja omaa toimijuutta? Tämä on tärkeä asia, jota tuleekin jatkuvasti pohtia jokaisen asiakkaan kohdalla toimintakeskuksessa ja sen toimintaa suunniteltaessa. Toimintakeskuksessa omaohjaajuuden kautta opitaan tuntemaan asiakasta ja ymmärtämään pienistäkin eleistä, ilmeistä ja ääntelystä asiakkaan mielipidettä sekä tunnetilaa. Erilaiset viestintä- ja kommunikointitaidot ovat osa ammatillista toimintaa ja vahvistavat asiakasosallisuutta.

4 GREEN CARE

4.1 Mitä on Green Care?

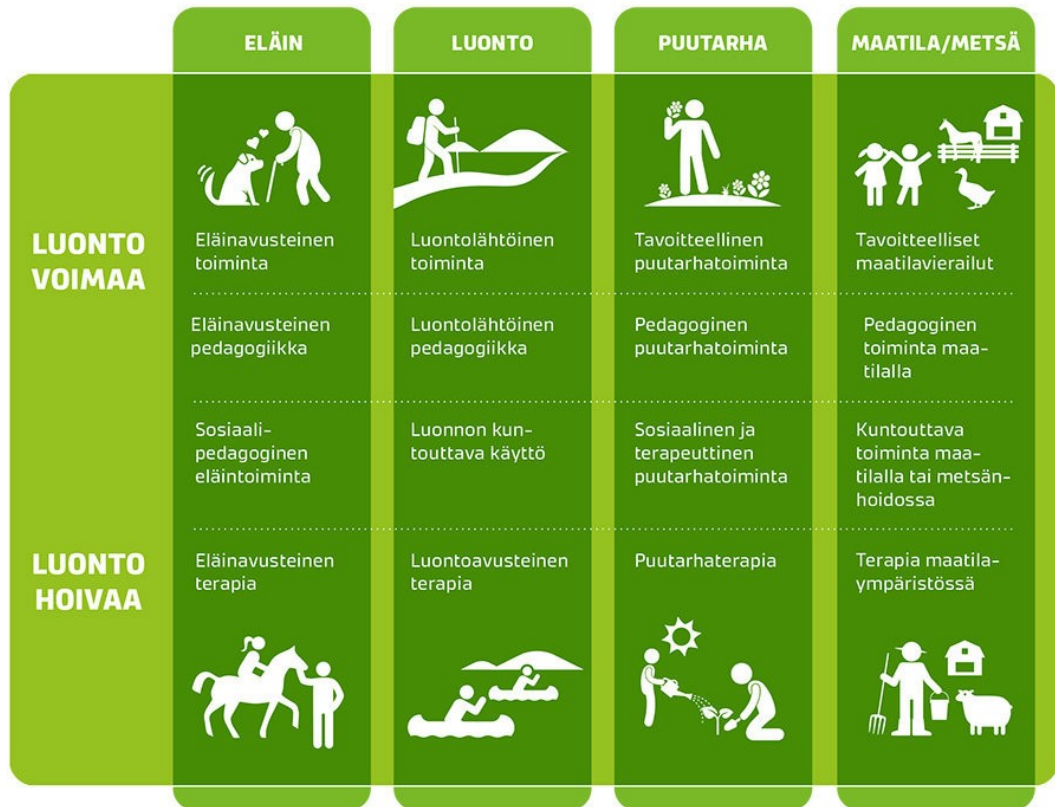
Käsitystä Green Caresta on jäsentynyt hiljalleen vuorovaikutuksessa tutkijoiden, kehittäjien ja yrittäjien kesken. Green Care -menetelmien muodot edelleenkin jäsentyvät ja muotoutuvat. Green Care -menetelmien käyttö on kasvamassa ja tietoisuus menetelmistä lisääntynyt. Menetelmiä on käytössä erilaisten asiakasryhmien kanssa ja toiminnalliset muodot vaihtelevat. Sosiaali- ja terveyspalveluissa Green Care mahdollistaa erilaisia toimintamalleja palveluiden järjestämiseen. (MTT 2020a.) Green Care palveluntuottajillakin voi olla eri asiakasryhmiä saman toimintapäivän aikana ja tämä on mielestäni hyvää rajojen rikkomista toimialojen kesken. Yhteistyön lisääntyminen on tärkeää ja mahdollistaa asiakkaille entistä parempia palveluita.

Green Care on toimintaa, jossa luontomenetelmät ovat apuna tuottamassa hyvinvointipalveluja. Green Care toiminnan peruselementtejä ovat luontolähtöisyyden lisäksi, yhteisöllisyys ja toiminnallisuus. Menetelmissä korostuu ammatillisuus, vastuullisuus ja tavoitteellisuus. (Vehmasto 2014.) Green Care mahdollistaa tutustumista luontoon ja toimintatapoja on erilaisia. Luonnon terapeuttisesta ja rauhoittavasta vaikutuksesta löytyy myös tutkimuksellista tietoa. Menetelminä ovat luonto- ja eläinavusteisuus. Green Care -toimintaa on yleensä maatiloilla, puutarhoissa ja luonnossa, mutta menetelmät sopivat myös kaupunkiympäristöön sekä laitoksiin. Green Care -menetelmiä käytetään yleensä ulkona, mutta soveltuvat osin myös sisätiloihin. Green Care -menetelmät ovat helposti toteutettavissa ja toteutus mahdollisuuksia on useita. Hyvällä toiminnan suunnittelulla mahdollistetaan luontoelämyksen kokeminen ja saavutettavuus. Green Care menetelmät lisäävät hyvinvointia ja vaikutukset syntyvät mm. osallisuuden ja kokemuksellisuuden kautta. (THL 2020b.) Pohjoismaissa on Green Care ollut käytössä ja mielestäni menetelmien käyttö on monipuolisempaa kuin Suomessa. Suomessakin menetelmien käyttö on selkeästi lisääntymässä ja monipuolistumassa. Alueellisia eroja varmasti löytyy.



Kuvio 1. LuontoHoivan ja LuontoVoiman palveluiden edellytyksiä (Gteen Care Finland 2021a).

Tavoitteet Green Care -toiminnassa liittyvät useinmiten asiakkaalle taitojenparantamisessa, uuden oppimisessa, hyvinvoinnin lisäämisessä jne. Jokaiselle asiakkaalle suunnitellaan yksilölliset tavoitteet ja nämä kirjataan palvelu- ja toteuttamissuunnitelmiin. Tavoitteiden toteutumista seurataan ja arvioidaan säännöllisesti. Toiminnallisuus auttaa asiakasta oppimaan ja näyttämään taitojaan. Luontoympäristössä tapahtuvat aistikokemukset osaltaan vahvistavat toiminnasta saatua kokemusta. (Salovuori 2014, 86.) On hyvin merkityksellistä kokea onnistumisia, jotka vahvistavat itsetuntoa. Onnistumiset myös motivoivat ja aktivoivat osallistumaan. Toiminnan suunnittelu, seuranta ja arviointi tekevät toiminnasta ammatillista ja tämä puolestaan mahdollistaa asiakkaan pääsemistä omiin tavoitteisiinsa. Onkin tärkeää, että tavoitteet asettetaan yhdessä asiakkaan kanssa. Tämä lisää asiakkaan osallisuutta ja vaikutusmahdollisuutta omissa asioissaan. Havainnointi ja reflektointi ovat osa toiminnan seuranta. Asiakkaalta saadun palautteen perusteella voidaan toimintaa tarvittaessa muuttaa.

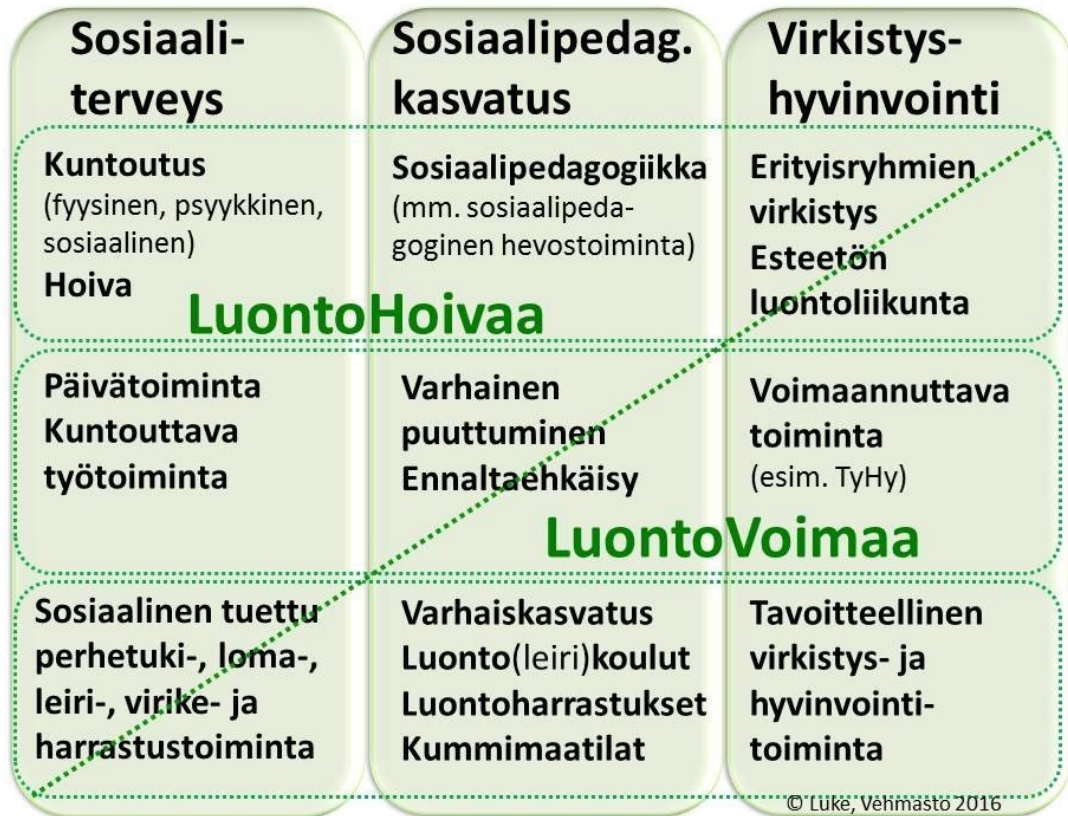


Kuvio 2. Green Care -menetelmät (Green Care Finland 2021b).

4.2 Laadunhallinta

Green Care -toiminnalla ei ole omaa lainsäädäntöä, mutta laadunhallinnalla ja eettisillä ohjeilla pyritään varmistamaan asiakaslähtöisyys, luontoarvojen kunnioittaminen ja ammatillisuus. Green Care palveluntuottajat voivat hakea LuontoVoima ja LuontoHoiva laatumerkkejä. (Green Care Finland 2021c.) Laatumerkeillä on todettu olevan merkitystä Green Care toimijoille kuin palveluiden käyttäjille (Aho 2019). Sosiaalityössä on oma lainsäädäntönsä, jota noudatetaan kaikessa asiakastyössä.

LuontoHoivassa ja LuontoVoimassa kokemuksellisuus voi olla ohjattua toimintaa tai havainnointia luonnossa. Laadunhallinnalla turvataan asiakkaille sopivaa ja tavoitteellista palvelua sekä toimintaa. Toiminnassa huomioidaan asiakaslähtöisyys ja näin myös yksilölliset tarpeet. Laadunhallintaa on turvallisuus ja vastuullisuus, jota pitää toteuttaa kaikessa toiminnassa asiakkaiden kanssa.



Kuvio 3. LuontoHoivaa & LuontoVoimaa (Green Care Finland 2021d).

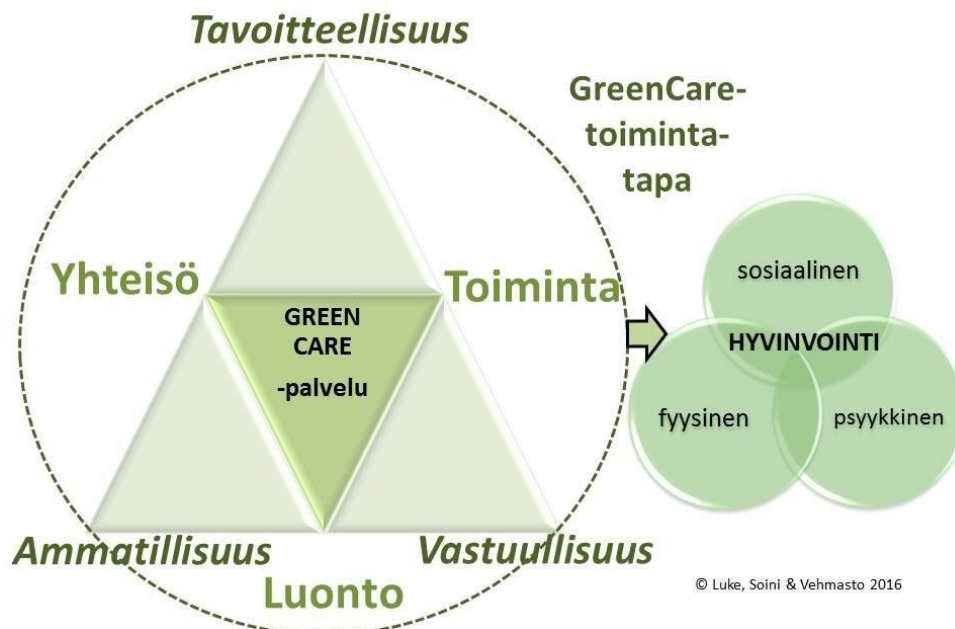
4.3 Hyvinvointivaikutukset

Luontoympäristön hyvinvointi vaikutuksista on puhuttu ja kirjoitettu eri tutkimuksissa. Opinnäytetyössäni tuon esille myös hyvinvointivaikutuksia, jolloin voidaan perustella Green Care -menetelmien käyttöä osana kehitysvammaisten työ- ja päivätoimintaa. Suomalaisissa tutkimuksissa on todettu luonnon palauttavan merkityksen esim. kaupunkien ulkopuoliset luontoalueet vaikuttavat mielialaan tehokkaammin kuin kaupungeissa sijaitsevat viheralueet (Green Care Finland 2020e). Luonnossa toimiminen mahdollistaa hoito-, hoiva- tai kasvatustilanteiden vaikuttavuutta. Luonto voi toimia tekemisen ja toiminnan taustana, tarjoten rauhoittavan, kokemuksellisen ja esteettisen ympäristön. (Soini, Ilmarinen, Yli-Viikari, & Kirveennummi 2011.)

Luonnon hyvinvointivaikutukset ovat merkittäviä, koska jo luontokuvat ja -äänet voivat lievittää kipua ja kohentaa mielialaa. Merkityksellistä on siis, että luonnon näkeminen ja kuuleminen saa aikaan positiivisia vaikutuksia. Positiivinen vaikutus ilmenee myös vuorovaikutussuhteissa. Erilaisten ryhmien kanssa toimiminen

luonnossa helpottuu sekä luonnon avulla suhde itseensä ja muihin ihmisiin. Ihmisen rentoutuessa luonnossa verenpaine ja stressitaso laskevat. Miksi emme siis hyödyntäisi toiminnassa näin hyviä menetelmiä. (Mielenterveystalo 2021.) Henkilökunnan omien havaintojen perusteella on todettu myös hyvinvointivaikutuksia mm. luontoretkillä, ulkoillessa.

Positiivinen mielenterveys toimii myös ihmisten voimavarana ja tätä tulisivin kehittää sekä hyödyntää. Positiivinen mielenterveys suojaa sairauksilta ja edistää sairauksista toipumista. (Appelqvist-Schmidlechner, Tuisku, Tamminen, Nordling & Solin 2016.) Eri toimilla voimme sosiaalityössäkin lisätä hyvinvointia ja samalla vahvistaa positiivista mielenterveyttä. Ympäristöpsykologiset tutkimukset ovat puolestaan osoittaneet, että luonnon myönteisen merkityksen sekä sen, että vaikutukset ovat osaltaan ihmisille tiedostamattomia ja nopeita. Luontoympäristöä on tutkittu eri tieteen aloilla ja vahvaa näyttöä on löydetty luontoympäristön myönteiseen vaikutukseen ihmisen hyvinvoinnille. (Salonen 2010a, 22–23.) Jokainen ihminen kokee luonnon omalla tavallaan ja jokaisella ihmisellä on omanlaisensa luontosuhde.



Kuvio 3. Green Care -toimintamallin ydinalueet (Green Care Finland 2021f).

4.4 Luonto- ja ympäristöelementit luontotoiminnassa

Luontotoiminnan ympäristönä on monimuotoinen ja tarjoaa, jokaiselle ihmiselle jotakin omanlaistaan. Luontoympäristössä saamme kokemuksia eri aistein. Luontoympäristön suunnitteluun tulisi myös kiinnittää huomiota mahdollisuuksien mukaan, kun suunnitellaan Green Care -toimintaa esimerkiksi hoitolaitoksissa ja toimintakeskuksissa. Aina ei tarvitse lähteä ulos kokeakseen luontoa. Erilaista materiaali löytyy kuunneltavaksi ja katseltavaksi mm. netistä metsäkävelyistä luonnon ääniin. Mahdollistahan on myös rakentaa ja koota omia aistimatkoja, joita voi toiminnassa hyödyntää. Metsään voi mennä virtuaalisesti hyödyntäen teknologiaa.

Ympäristö ja esteettisyys ovat tärkeitä osana ihmisten hyvinvointia. Piha-alueilla voi käyttää istutuslaatikoita, rakentaa kasvihuone tms. Hyötykasveja voi hyödyntää satokautena jne. Sisälle voi suunnitella viherhuoneen tai -seinän. Luonnon elementtien hyödyntäminen sisustuksessa esim. kivet, puu, luontoaiheiset tapeetit, kasvit, kukat jne. lisäävät hyvinvointia. Tärkeää on myös turvallisuuden huomioiminen. Mahdolliset esteet sekä rajoitukset tulee huomioida. Lähimaastoa ja -ympäristöä voi myös hyödyntää toiminnassa. Luontoretket ovat tärkeänä osana Green Care -toimintaa. Voimavarana luontotoiminnassa voivat olla puutarhat ja sen kasvit. Puutarhaterapian juuret puolestaan löytyvät 1800-luvun Saksasta, joissa aluksi tehtiin puutarhatöitä taloudellisista syistä psykiatrisissa sairaaloissa. Pian kuitenkin huomattiin, kuinka puutarhatyöt rauhoittivat levottomia potilaita. (Yli-Viikari, Iilja, Heikkilä, Kirveenummi, Kivinen, Rantamäki-Lahtinen & Soini 2009.)

Ekopsykologian ajatus lähtee siitä, että ihminen on osa luontoa. On tärkeää tukea asiakkaan omaa luontosuhdetta ja huomioida esimerkiksi aiemmin koetut kielteiset luontokokemukset ja fobiat. (Löf 2021.) Luontosuhdetta rakennetaan asiakkaan omilla ehdoilla kuunnellen ja tunnustellen. Turvallisuus ja vastuullisuus ovat tärkeitä aina kaikessa toiminnassa. Luontoelementit voivat olla lähes mitä vain. Usein mainittuna tärkeänä luontokokemuksena ovat eläimet ja erityisesti hevonen. (Salonen 2010b, 64.) Toimintakeskuksessakin tuttua ovat ”koirakavereiden” ja ponien vierailut, jolloin asiakkailla on ollut mahdollisuus silitellä ja kosketella

eläimiä. Luontoelementtejä voidaan toiminnassa hyödyntää myös sisustuksessa esim. luontotapetit, viherkasvit ja -seinät, koriste-esineet jne. Ulkona puutarhaa tai piha-aluetta voidaan hyödyntää toiminnassa ja yhdessä asiakkaiden kanssa luoda luontoympäristö. Askarteluissa ja niiden valmisteluissa voidaan luontoelementtejä käyttää ja yhdessä asiakkaiden kanssa kerätä materiaalia. Retket eri ympäristöihin on tuttua toimintaa usealle eri asiakasryhmälle.

Luontoelementtejä voidaan toiminnassa käyttää mm. eri aistein. Ilma, vesi, tuli ja maa muodostavat erilaiset kokemukset ja tuntemukset. Joku voi kokea nuotion äärellä tulen lepatuksen ja savun tuoksun rauhoittavana, kun taas toinen pelottavana. Tuuli kasvoilla voi aiheuttaa monenlaisia reaktioita, samoin kuin meren kohina tai varpaat kylmässä vedessä. Maastossa erilaiset tasot ja pinnat tuovat omanlaisensa kokemukset. Luontoyhteyttä voi harjoitella ja toiminnassa yhdessä asiakkaiden kanssa tutustua eri elementteihin ja ympäristöihin. Jokaiselle löytyy varmasti jotakin sopivaa ja voimaannuttavaa.

5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUSTAPA

5.1 Tutkimusmenetelmät

Tutkimuksellinen selvitys ovat osana idean ja toteutuksen toteutustapaa toiminnallisissa opinnäytetyöissä. Tässä opinnäytetyössä toteutustapa tarkoittaa työpaikkoja toimintakeskuksen henkilökunnan kanssa, joissa kerätään tarvittavaa tietoa perehdytyskansioon. Toiminnallisessa opinnäytetyössä tutkimuskäytäntöjä käytetään väljemmin ja tutkimusta käsitellään lähinnä selvityksen tekemisenä. Tiedon laatu turvataan käyttämällä valmiita tutkimuskäytäntöjä perustasolla. (Vinkka & Airaksinen 2003b, 56–57.) Opinnäytetyöni on laadullinen, joka on toteutettu toiminnallisilla menetelmillä. Laadullinen tutkimus on tutkimustapa, joka perustuu tulkintaan ja tämä sopi hyvin yhteen tutkimusmenetelmieni kanssa, jossa havainnointi, reflektointi ja työpajat olivat tärkeimpiä tiedonkeruun menetelmiäni. Laadullisessa tutkimuksessa käytetään sanoja sekä lauseita, ei tilastoja tai lukuja (Kananen 2017, 35). Laadullisessa tutkimuksessa kiinnitin huomiota toisten ihmisten näkökulmiin ja kokemuksiin. Tässä opinnäytetyössäni kohde ryhmäni ihmiset olivat Kompassin henkilökunta sekä heidän kokemuksensa ja ajatuksensa Green Care -toiminnasta ja sen menetelmistä sekä asiakasosallisuudesta toiminnassa. Laadullisessa tutkimuksessa tulisi koko ajan säilyttää tutkittavan ainutkertaisuus ymmärtämisen tulkinnan kehässä (Hermeneuttinen kehä). (Vilkkä 2021a, 17–22.) Toisten ajatusten tulkitseminen ja jaetun arjen ymmärtäminen ovat vaatineet minulta huolellista reflektointia ja asioiden jäsentämistä. Oman tiedon ja kerätyn tiedon kokoaminen ja ymmärtäminen sekä omien ennakkoluulojen jättäminen taka-alalle on ollut toisinaan hyvinkin haasteellista.

Tutkimuskysymyksinä olivat:

Mitä osaamista ja tietoa tarvitaan luontolähtöisen toiminnan toteuttamiseen?

Miten asiakasosallisuutta voidaan vahvistaa?

Mitä hyötyä on Green Care -menetelmistä osana kehitysvammaisten työ- ja päivätoimintaa?

Työpajatyöskentely mahdollisti havainnoinnin ja vuorovaikutuksen kautta kerättyä tarvittavaa tietoa, jota dokumentoin opinnäytetyön päiväkirjaani. Tiedon

avulla, pystyin kartoittamaan henkilökunnan näkökulmia, näkemyksiä ja osaamista Green Care -menetelmistä. Tärkeinä tiedonkeruu menetelminä minulla olivat siis havainnointi ja reflektointi. Oleellista olikin miettiä, millaista havainto tietoa tarvitsin ja mihin tarkoitukseen sekä miksi. Tein osallistuvaa havainnointia, koska olen Toimintakeskus Kompassin työyhteisön jäsen. Osallistava havainnointi tarkoittaa myös sitä, että aktivoin kohdetta. (Vinkka 2021b, 80–81.) Pohdin myös omaa asemaani ja vaikutusta siihen minkälaista tietoa saan ja toisinaan olin itse tiedon tuottajana ja jakajana. Olin työpajoissa siis aktiivinen jäsen. Huomiotta ei voi jättää, että olen myös työyhteisön esihenkilö. Asetelmalla oli mahdollisesti vaikutusta tuloksiin siinä, mitä tietoa minulle annettiin. Eettinen toimintani korostui entisestään ja oli tärkeää, että työpajoissa olimme tasavertaisia jäseniä, vaikka kaikilla työyhteisössä onkin omat roolinsa. Osallistavassa havainnoinnissa pyrkimys on muutokseen, joka vielä jatkuisi yhteisössä tutkimuksen jälkeenkin, kyseessä on myös oppiminen (Kananen 2017b, 85).

Tarkoituksenani oli saada tietoa myös henkilökunnan osaamisesta. Minkälaista perehdytystä ja materiaalia tarvitaan sekä toivotaan perehdytyskansioon. Työpajatyöskentely tapahtui dialogisena vuorovaikutuksena ja kokosin päiväkirjaan tieto kokoontumisista. Opinnäytetyön päiväkirja toimi myös hyvänä itsearviointin ja reflektoinnin välineenä. Päiväkirjaan pystyin merkitsemään havainnot mahdollisimman nopeasti, koska yksityiskohdat ja tapahtumat unohtuvat nopeasti. (Kananen 2014, 82–85.) Analysoinnissa oli päiväkirja korvaamaton apuväline ja siinä pystyi palamaan eri työpajoissa käytyihin keskusteluihin ja havaintoihin. Päiväkirja auttoi opinnäytetyön dokumentoinnissa. Päiväkirjan avulla kävin omaa keskustelua ja pohdintaa. Päiväkirja toimi koko opinnäytetyöprosessin ajan muisti- taulunani sekä ideoiden tallentajana.

5.2 Opinnäytetyöprosessi

Opinnäytetyöprosessi lähti tarpeesta mahdollistaa Toimintakeskus Kompassin kaikille asiakkaille enemmän Green Care -toimintaa ja vaihtoehtoja perinteiselle toimintakeskuksen toiminnalle. Toimintakeskus Kompassissa on käyty keskustelua mm. tiimipalavereissa, kuinka asiakkaiden tarpeet ja kiinnostukset ovat toi-

minnassa muuttuneet. Aiemmin käsityöt ja askartelut ovat olleet hallitsevia toimintoja. Nykyään on etsittävä sekä kehitettävä enemmän vaihtoehtoja erilaisille asiakkaille sekä tarpeille. Yhä enemmän toimintakeskuksiin saapuu myös eri tavoin haastavia asiakkuuksia, ja luontoelementit hyvinvointivaikutuksineen mahdollistavat uudenlaisia toimintamuotoja. Lisäksi Green Care -työtoiminnasta saadun asiakaspalautteen perusteella voidaan todeta toiminnan olevan mielekästä ja haluttua. Huomioitavaa on, että kaikki asiakkaat eivät kuitenkaan halua tai kykene työskentelemään esimerkiksi maatiloilla ja osa asiakkaista eivät halua olla eläinten kanssa tekemisissä.

Toimintakeskus Kompassissa on tarve kehittää ja monipuolistaa entisestään toimintaa ja Green Care -toiminta osaltaan mahdollistaa mielekästä hyvinvointia lisäävää toimintaa erilaisille asiakkaille ja tarpeille. Toiminnan kehittämisen tarkoituksena onkin luoda kehitysvammaisille asiakkaille enemmän mahdollisuuksia valita, minkälaiseen toimintaan he osallistuvat toimintakeskuksessa. Toimintakeskus Kompassin esimiehenä koen tarpeellisenä monipuolisen virikkeellisen toiminnan, joka vastaa asiakkaiden tarpeita. Mielekäs toiminta lisää hyvinvointia ja vähentää haastavaa käyttäytymistä. Vaikeasti kehitysvammaiselle asiakkaalle erilaisten toimintojen mahdollistaminen on usein haastavaa, mutta Green Care -menetelmät sopivat kaikille asiakkaille ja menetelmistä on mahdollista poimia jokaiselle jotakin. Siksi yksilöllisyyden ja asiakaslähtöisyyden huomioiminen onkin tärkeää toiminnan suunnittelussa. Pyrkimyksenä on luoda vaihtoehtoja toimintaan myös vaikeammin kehitysvammaisille asiakkaille Toimintakeskus Kompassin päiväaikaisissa palveluissa. Asiakas osallisuuden vahvistaminen on mahdollista Green Care -menetelmien avulla, koska asiakas voi olla mukana toiminnan suunnittelussa.

Työprosessi eteni opinnäytetyöni aiheen esittelyllä koko henkilökunnalle. Kerroin, miksi teen opinnäytetyötäni tästä aiheesta sekä mitä ja minkälaista tietoa tarvitsen sekä mihin pyritään. Tämän jälkeen suunnittelin ja aikataulutin ensimmäiset kaksi työpajaa.

Työprosessi ja aikataulutus vaativat itseltäni joustavuutta sekä luovuutta. Korona-tilanne vaati sen, että fyysisiä kontakteja tuli välttää ja toimintakeskuksessa toimitettiin erityisjärjestelyissä. Erityisjärjestelyt tarkoittivat sitä, että osa henkilökunnasta toteutti päiväaikaista toimintaa asiakkaille asumisyksiköissä ja vain kotona asuvat asiakkaat kävivät toimintakeskuksessa. Asiakasryhmät oli jaettu pieniin toimintaryhmiin ja kaikkia ylimääräisiä kontakteja pyrittiin välttämään, jotta mahdollinen Korona -tartunta tai -epäily olisi nopeasti rajattavissa. Tilanteesta johtuen osan työpajoista pystyin toteuttamaan toimintakeskuksen tiloissa, huomioiden työntekijöiden turvavälit. Työpajoihin osallistujilla olivat käytössä myös suuja ja hengityssuojat tai visiirit työpajojen aikana. Seuraavat kaksi työpajaa ajoitin aikataulullisesti keväämmälle ja toteutin Teamsin välityksellä.

Toiminnalliseen opinnäytetyöhön kuuluu raportoinnin lisäksi itse tuotos, joka opinnäytetyössäni on perehdytyskansio Toimintakeskus Kompassin henkilökunnalle. Saamani tiedon ja omien havaintojeni pohjalta kokosin perehdytyskansioon Toimintakeskus Kompassin henkilökunnan käyttöön.

5.3 Työpajat

Työpajamenetelmällä havainnoiden ja dialogisella vuorovaikutuksella pyrkimyksenä oli tunnistaa kehittämistarvetta sekä koota tarvittavaa tietoa. Työpajoissa osallistujat eli henkilökunta vaihtelivat. Jokainen osallistuja osallistui vain kerran työpajaan ja työpajoissa toistui sama teema. Työpajojen avulla oli mahdollisuus käydä vastavuoroista keskustelua, ideoida ja jatkaa toisen ilmaan heitetystä ideasta. Tässä kehittämistyössä työpajat olivat hyvä keino toiminnan kehittämisessä sekä tuoda Green Care -menetelmiä tutuksi koko henkilökunnalle.

Etäyhteys järjestelyiden avulla pystyin mahdollistamaan henkilökunnan osallistumisen perehdytyskansioon ja toiminnan suunnitteluun tasavertaisina. Työnkehittäminen yhdessä henkilöstön kanssa mahdollistaa myös yhdessä ideoimisen sekä sopivien toimintamallien löytymisen omaan yksikköön sopiviksi. *Resilientti työyhteisö joustaa, ennakoii ja oppii yhdessä* (TTL 2021). Yhdessä tekeminen sujuvoittaa arkea ja parantaa henkilökunnan yhteistyötä. Yhteistyön avulla voimme puolestaan tuottaa asiakkaille parempia palveluita.

Työpajoja toteutin neljä ja jokaisessa työpajassa oli sama teema, jonka avulla keräsin tarvitsemaani tietoa. Jokaisen työpajan osallistujat olivat eri työntekijöitä eli työntekijät osallistuivat vain kerran työpajaan. Toimintakeskus Kompassissa on 22 työntekijää ja pajoihin osallistui yhteensä 17 työntekijää. Osa henkilökunnasta oli estynyt osallistumaan työpajoihin omista syistään, mutta kutsu osallistumisesta lähti kaikille. Työpajoissa oli kerralla 4–5 osallistujaa itseni lisäksi.

Työpajatyöskentelyn aikana pyrkimyksenäni oli luoda rento osallistava ilmapiiri. Koska osa työpajoista toteutettiin Teamsin välityksellä vastavuoroinen kommunikointi oli selkeästi puutteellista. Havaitsin selkeät eroavaisuudet työpajojen välillä. Hyvin paljon osallistumiseen vaikuttivat myös työntekijän oma mielenkiinto Green Care -menetelmiin ja halukkuus tietää enemmän menetelmistä. Mitä kiinnostuneempi työntekijä oli sen aktiivisemmin, hän osallistui keskusteluun.

Työpajatyöskentely oli myös helpompaa, kun työskentely oli fyysisesti yhdessä. Tällöin minun oli helpompi havainnoida ja tehdä tulkintoja sekä johtopäätöksiä. Keskustelu oli avoimempaa sekä runsaampaa kuin Teamsissä tapahtuneissa työpajoissa. Haasteena osaltaan oli osan työntekijöiden kokemattomuus käyttää Teamsia, vaikka se on toiminut Korona-ajan työvälineenä. Puheenvuorojen ottaminen Teamsissä oli selkeästi haastavampaa kuin fyysisessä kontaktissa. Teams työskentelyssä, jouduin mm. enemmän johdattelemaan aiheeseen ja olla isommassa roolissa ryhmässä. Tiedon kerääminen oli hyvin haastavaa, koska puheenvuoroja ei haluttu ottaa niin paljon kuin perinteisesti järjestetyissä työpajoissa, joissa oltiin läsnä fyysisesti.

Työpajoissa olin myös itse aktiivinen osallistuja ja työpajojen aikana tein havaintoja sekä keräsin tietoa henkilökunnalta, jotka kirjasin opinnäytetyön päiväkirjaan. Myös työpajoissa syntyneet ideat dokumentoin ja sain liitettyä perehdytyskansioon. Perehdytyskansioon on tarkoitus edelleen muuntua sekä kehittyä. Kansioon on tarkoitus kerätä toimintamateriaalia yhdessä asiakkaiden kanssa toiminnan edetessä.

5.4 Opinnäytetyön päiväkirja

Koko opinnäytetyön prosessin ajan käytin päiväkirjaa työvälineenäni. Päiväkirjaan aluksi ideoin ja jäsensin ajatuksiani. Päiväkirjaan kirjasin myös havaintojani ja keräsin tietoa, jota tarvitsisin opinnäytetyöni työstämiseen sekä tiedon koaamiseen. Opinnäytetyön päiväkirjaa käytin myös keräämäni tiedon analysointiin ja pohdintaan. Opinnäytetyön päiväkirja oli minulle tärkeä dokumentoinnin väline.

Päiväkirjassa voi havaita koko työskentelyprosessin etenemisen ja kehittymisen. Kehittämistyön prosesseissa palataan välillä tarkastelemaan aiempaa, mahdollisesti tehdään muutoksia ja jatketaan kehittämistä uudella toiminnalla tai jatketaan samalla, jos se on toimivaa. Päiväkirja mahdollisti asioiden ja tiedon prosessoinnin ja haastavissa kohdissa asioiden tarkemman jäsentelyn. Se myös mahdollisti palaamaan kehittämisen ja tavoitteiden juurille, jolloin työn eteneminen mahdollistui haastavissa hetkissä. Omassa opinnäytetyössäni oli päiväkirja tärkeässä roolissa myös omassa oppimisessä.

Kun olin pitänyt kaikki työpajat aloin päiväkirjan avulla kokoamaan tietoa ja suunnittelemaan perehdytyskansiota. Samalla analysoin tietoa, jota olin saanut ja sen pohjalta pystyin määrittelemään kehittämistarvetta. Opinnäytetyön päiväkirja ei edennyt säännöllisessä aikajärjestyksessä, vaan päiväkirja toimi ikään kuin karttana. Keräämäni tieto vaati kokoamista sekä yhteen liittämistä.

5.5 Aineistonkeruu ja analyysi

Tutkimusperustaisen kehittämistyön aineistonkeruussa työpajoissa syntyi myös ennalta suunnittelemattomia kysymyksiä, varsinaisten tutkimuskysymysten rinnalle ja ne olivat tärkeitä toiminnan kehittämisen kannalta. Opinnäytetyön päiväkirja oli työväline dokumentoidessa opinnäytetyönprosessia ja toimi oman muistin tukena. Opinnäytetyönraportointi toiminnallisesta tuotoksesta pohjautuu omiin muistiinpanoihin, joten on tärkeää mitä kirjaa ja miten. (Vinkka & Airaksinen 2003c, 19.) Työpaja työskentelyn aikana syntyneet hyvät ideat on koottu perehdytyskansioon, samoin kuin tarvittavat ohjeet ja tiedot. Tarvittavaa tietoa keräsin

myös saatavilla olevista tutkimuksista, kirjastojen tietokannoista, havainnoimalla toimintaa sekä dokumentoimalla.

Ennen aineistonkeruuta työpajoissa, olen henkilökunnan kanssa käynyt keskustelun, mihin aineistoa käytetään. Analysointi on ongelmanratkaisutapa, joka tiivistetään pienempiin kokonaisuuksiin ja analyysissa aineisto järjestellään, muokataan sekä tiivistetään. Kehittämistehtävän tavoitteita ja työprosessia analysoidaan kokonaisuudessa. Lopuksi arvioidaan, kuinka tehtävässä onnistuttiin. (Pohjannoro & Taijala 2007.)

Analyysilla laadullisessa tutkimuksessa on tarkoitus oman aineiston tunteminen ja oppiminen. Tällöin aluksi hajanainen aineisto tiivistyy ja täsmentyy (Vilka 2021c, 153). Omassa opinnäytetyössäni pyrin toimintatutkimuksen kautta auttamaan työntekijöitä huomaamaan kehittämistarpeita ja suunnittelemaan sekä toteuttamaan uutta toimintamallia toiminnassa.

6 TYÖN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Tutkimuksen pätevyyden varmistaa opinnäytetyön huolellinen suunnittelu sekä tiedonkeruu materiaalin kerääminen luotettavista lähteistä. Tutkimuksen ajan noudatan tarkkuutta, avoimuutta ja kriittisyyttä. Perusasioita tieteellisessä tutkimuksessa ovat tieteelliset menetelmät ja niiden oikeanlainen käyttö sekä käytettävän tiedon luotettavuus (Kananen 2012b, 162).

Olen hakenut tutkimisluvan Keski-Pohjanmaan sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksesta Soitelta sekä tehnyt toimeksiantosopimuksen Soiten vammaispalveluiden toimialuejohtajan kanssa.

Osallistuminen toimintaan perustuu vapaaehtoisuuteen. Green Care -menetelmissä noudatetaan vastuullisuutta ja tavoitteellisuutta. Toiminta perustuu luonnon arvostamiseen ja luontoelementtien elvyttämiseen sekä hyvinvointia lisäävään vaikutukseen (Green Care Finland 2020g).

Olen vakavasti miettinyt omaa asemaani osana opinnäytetyöni toteuttamista, koska teen opintyonäytetyötä yksikössä, jossa työskentelen ja toimin esihenkilönä. Opinnäytetyön suunnitelmaani laatiessa pohdin eettistä näkökulmaa ja, miten saisin henkilökunnan osallistumaan sekä vastauksia tutkimuskysymyksiini, niin ettei oma roolini vaikuttaisi vastauksiin. Pohdin, miten saan tarvittavan tiedon koottua ja henkilökunnan mukaan kehittämään toimintaa. Osallistuminen tulee olla vapaaehtoista, mutta toiminnan kehittäminen kuuluu myös toimintakeskuksen henkilökunnan työtehtäviin. Tämän vuoksi päädyin työpajatyöskentelyyn, koska se oli vapaamuotoisempaa ja koko työyhteisö kykeni toimimaan tasavertaisena. Jokainen työntekijä osallistui työpajoihin itse määrittelemällä työpanoksella. Työpajojen ilmapiirin luominen rennoksi ja hyväksyväksi oli minulle tärkeää, jotta kukin tuntee olevansa osa prosessia. Tavoitteena on ollut kuitenkin luoda henkilöstön käyttöön toimiva työmalli ja perehdytyskansio, joka auttaa heitä omassa työssään. Tutkija tekee työssään ja toiminnassaan jatkuvasti eettistä pohdintaa vaativia ratkaisuja (Clarkeburn & Mustajoki 2007, 25). Toiminnassani olen ollut ammatillinen ja kunnioittava.

Minun ei tarvinnut kerätä minkäänlaisia henkilötietoja tai asiakasasiakirjoja opinnäytetyössäni. Opinnäytetyöni keskittyi toiminnan kehittämiseen ja noudatan organisaation asettamia salassapito ja tietosuoja käytäntöjä, jotka olen asianmukaisesti allekirjoittanut ottaessani viran vastaan. Toiminnassa noudatetaan lakeja, säädöksiä ja sosiaalisia sääntöjä. Kehitysvammaisilla asiakkailla on itsemääräämisoikeus päättää osallistuvatko he Green Care -toimintaan vai ei. Tehdessäni opinnäytetyötä noudatin myös ammattietiikkaa. Sosiaalialalla työskentelevän ammattilaisen velvollisuuksiin kuuluu tukea ja auttaa yhteiskunnassamme heikoimmassa asemassa olevia. Lainsäädäntö säätelee sosiaalityötä, mutta tämä ei takaa oikeudenmukaisuutta. Tämän vuoksi tarvitsemme vahvaa ammattietiikkaa. (Talentia 2020.) Yhtenä tärkeimpänä syynä opinnäytetyöni aiheeni valintaan vaikutti haluni kehittää toimintaa kehitysvammaisille asiakkaille ja tarjota heille vaihtoehtoja toimintaan toimintakeskuksessa sekä osana yhteiskuntaamme.

Opinnäytetyössäni noudatan tiedeyhteisön tunnustamia toimintatapoja eli rehellisyyttä, huolellisuutta ja tarkkuutta. Tulokset tallennan, arvioin ja esitän asianmukaisesti. Opinnäytetyössäni sovellan tutkimuksen kriteereitä ja eettisesti kestäviä tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä. Opinnäytetyössä noudatetaan avoimuutta, vastuullisuutta tuloksia julkaistaessa. (Tenk 2020.)

7 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET

7.1 Tulokset ja arviointi

Toiminnan tutkimuksen ja kehittämisen tavoitteena ovat olleet opinnäytetyössäni olemassa olevan toiminnan eli Green Caren ja sen menetelmien mahdollistaminen laajemmalle asiakaskunnalle Toimintakeskus Kompassin toiminnassa sekä työpajojen kautta henkilökunnalta saadun tiedon kokoaminen sekä uuden tarvittavan tiedon kerääminen perehdytyskansioon. Toimintatutkimuksissa on painopiste siirtynyt osallistumista korostavaan suuntaan ja pois tutkijakeskeisestä tutkimuksesta. Osallistujilla on mahdollisuus vaikuttaa toimintaan ja sen keittämiseen. Työvälineenä ovat kriittinen ja refleктоiva ajattelu. (Vilka, H. 2021d, 117.)

Jokaisessa työpajassa Kompassin henkilökunnan kanssa kävimme läpi tutkimuskysymyksiä ja pohdimme yhteisesti Green Care -toimintaa. Kysymysten lisäksi pohdimme, miten menetelmät ja toiminta näkyvät sekä toimivat nykyisellään Toimintakeskus Kompassin toiminnassa. Huomioitavaa on, että elokuussa 2021 päättyvän hankkeen Kehitysvammaiset osallisena Green Care -palveluiden kehittämisessä osaksi päivä- ja työtoimintaa kautta on myös toimintakeskuksen henkilökunta saanut koulutusta sekä valmennusta Green Caresta. Hankkeen avulla on mahdollistettu Kompassin työtoiminnan kehitysvammaisille asiakkaille Green Care -työtoiminta maataloilla.

Työpajoissa käytyjen keskusteluiden pohjalta tein koonnin ja arvioinnin tuloksista. Ensimmäisessä tutkimuskysymyksessä kysyin, mitä osaamista ja tietoa tarvitaan luontolähtöisen toiminnan toteuttamiseen. Havaittiin, että osa työntekijöistä ei aluksi tiennyt tai tunnistanut menetelmiä ja keskusteluun osallistuminen vaati asian avaamista tarkemmin. Kun keskustelua jatkettiin, oli heillä helpompaa tunnistaa menetelmät tutuiksi ja myös kertoivatkin tästä avoimesti. Green Care käsitteenä oli osalle vieraampi. Green Care yhdistettiin enemmän työtoimintaan ja maataloilla tapahtuvaksi toiminnaksi. Henkilökunnan kanssa käytyjen keskustelujen jälkeen voidaan todeta, että Green Care -menetelmät ovat osassa toimintakeskusta jo hyvin käytössä. Hankkeen kautta tullut koulutus oli viideltä työntekijältä mennyt ohi, koska he eivät olleet koulutusmateriaalia (videoita) avanneet

määräajassa. Moni myös ilmaisi, että Korona -tilanne on vienyt aikaa perehtymiseltä koulutuksiin muuttuvien tilanteiden ja järjestelyiden johdosta. Yleistä tietoa Green Care -menetelmistä ja hyvinvointi vaikutuksista toivottiin perehdytyskansiin.

Toinen tutkimuskysymys koski asiakasosallisuutta ja miten sitä voidaan vahvistaa. Moni koki asian haasteellisena erityisesti vaikeasti kehitysvammaisten osalta. Kommunikoinnissa on usein haasteita. Asiakasosallisuutta on toiminnassa vahvistettu mm. kokeilemalla eri toimintoja ja aistiharjoitteita. Tärkeää on tuntea omat asiakkaat ja heidän pienetkin eleensä ja ilmeensä. Näin saadaan tietoa, mistä asiakas pitää ja mistä ei. Ohjaajan rooli koetaankin tärkeäksi erityisesti ohjaus tilanteissa, jotta pystytään tekemään havaintoja. Aiheesta keskusteltiin, jokaisessa työryhmässä. Osallisuus on vahvaa erityisesti työtoiminnan asiakkailta, jotka voivat osallistua toiminnan suunnitteluun yhdessä henkilökunnan kanssa. Työtoiminnan asiakkailta saa myös palautetta ja toiveita toiminnasta.

Kolmas tutkimuskysymyksen käsittelee Green Care -menetelmien hyötyjä osana kehitysvammaisten työ- ja päivätoimintaa. Kaikki työpajoihin osallistujat olivat samaa mieltä, että Green Care -menetelmistä on hyötyä kehitysvammaisten työ- ja päivätoiminnassa. Menetelmät koettiin myös monipuolisiksi ja helposti toteutettaviksi erilaisille asiakkaille. Erityisesti luontomateriaalien käyttö ja kerääminen sekä retket koettiin tutuiksi ja soveltuvan useammalle asiakkaalle. Motivaatiota Green Care -menetelmien käyttöön selkeästi löytyy toimintakeskuksesta, erityisesti menetelmien monipuolisuuden sekä vaikuttavuuden ansiosta asiakastyössä. Työntekijät olivat tehneet myös omia havaintojaan, kuinka luonnossa liikkuessa oma stressitaso laskee ja levoton asiakaskin on luonnossa rauhoittunut. Luonnon hyvinvointivaikutukset tunnistettiin hyvin.

Seuraavassa on asioita, mitä työpajoissa nousi esille:

Luonto motivoi asiakasta.

Ryhmässä tykätään olla, kun on eväitä mukana.

Kun liikunnan yhdistää toimintaan hyvinvointi ja mieli kohenee.

Fyysinen kunto paranee.

*Menetelmät sopisivat asiakkaille, joita on vaikea saada toimintaan muuten mu-
kaan.*

Green Caren avulla voi aktivoida asiakasta.

Rutiinien rikkominen on osalle asiakaista hyväksi.

Toiminta tuo vaihtelua ja virkistystä päivätoimintaan.

Toiminta rauhoittaa.

Kun menen metsään, sielu lepää.

Verenpaine laskee.

Ulkoilu rauhoittaa levotonta asiakasta.

Eri aisteille toimintaa.

Merenranta tärkeä retkikohde.

Opinnäytetyöni varsinainen tuotos on perehdytyskansio ja siihen toivottiin yleistä tietoa Green Caresta ja linkkejä, mistä tietoa voi saada enemmän. Tietoa menetelmien vaikuttavuudesta oltiin erittäin kiinnostuneita. Perehdytykseen haluttiin yhteystietoja nykyisistä Green Care palveluntuottajista sekä polkua, miten asiakas voi päästä Green Care -työtoimintaan. Myös kuljetuspalvelun tiedot ja miten kuljetus varataan Green Care -työtoimintaan palveluntuottajalle jne. Hyvin käytännönläheistä tietoa arjen sujumiseksi koettiin tärkeäksi.

Materiaalipankki perehdytyskansion osaksi koettiin hyödylliseksi. Valmista materiaalia voitaisiin toiminnassa hyödyntää sekä hyviä ideoita jakaa. Luontopaja toimii kerran viikossa ja sen materiaalit on tarkoitus kerätä myös materiaalipankkiin perehdytyskansioon. Luontopaja toimiikin pohjautuen Green Care -menetelmiin, mutta luontopaja on kokoontunut vasta pari kertaa, koska Korona asetti toiminnalle rajoitukset. Työntekijöillä ei ole kokemusta vielä luontopajan toiminnasta. Luontopajan tein kehittämistyönä yhdessä Toimintakeskus Kompassin asiakkaiden kanssa. Kokemukset luontopajasta jäävät vielä tulevaisuuteen ja tarvittavaa tietoa kertyy toiminnan kehittämiseen, kun toiminta pääsee normalisoitumaan rajoitusten jälkeen.

7.2 Perehdytyskansio

Perehdytyskansio on tehty PowerPoint -ohjelmalla sähköiseen ja paperiseen versioon. Sähköisen version kautta on perehdytyskansiota helppo päivittää sekä uutta tietoa ja materiaalia lisätä.

Pyrkimyksenä oli perehdytyskansion laadinnassa, että tekstiä lisää mahdollisimman vähän, koska tiiviin tekstin lukeminen koettiin raskaaksi. Linkkien ja lähteiden avulla tietoa voi tarvittaessa hakea lisää. Kokosin tarpeellisia yhteistietoja ja asiakkaan polkua Green Care -työtoimintaan.

Valokuvien avulla pyrin tuomaan visuaalista ilmettä ja lähestyttävyyttä perehdytyskansioon. Helppolukuisuus ja ymmärrettävyys olivat tärkeitä kriteereitä kansion teossa. Perehdytyskansio mahdollistaa myös uusien työntekijöiden, sijaisten ja opiskelijoiden perehdyttämisen ja tiedon saamisen Green Caresta.

Materiaalipankki osioon on koottu erilaisia toimintoja, joita voidaan toteuttaa luontomenetelmiä hyödyntäen. Kun olin saanut koottua perehdytyskansion, toimitin sen Kompassin henkilökunnalle luettavaksi ja arvioitavaksi. Halusin näin varmistaa, että perehdytyskansiosta löytyy tarpeellinen tieto ja kansio palvelee henkilökunnan tarpeita.

Henkilökunta antoi palautetta sähköpostitse minulle perehdytyskansiosta. Seuraavassa henkilökunnan kommentteja:

Kuvat mahtavia ja taiteellisia.

Taksi Helsingin numero puuttui.

Vastuuohjaajien puhelinnumero puuttuu.

Pihanhoitoa vois laittaa joka vuodelle?

Monipuolinen.

Soveltuu koko talolle käytettäväksi.

Hyvää oli vuodenaikojen huomioiminen.

Kuvat olivat erittäin hyviä.

Tosi hyvä, sopivan pituinen.

Asiat jäivät helposti mieleen eli oli mielenkiintoinen.

Kuvat oli hyviä, varsinkin koiranpennun kuva.

Itse jäin kaipaamaan ja mistä haluaisin tietää, niin mitä asiakkaat saavat tehdä esim. talleilla. Muuten oikein hyvä!

Saamani palautteen perusteella muokkasin vielä perehdytyskansiota eli lisäsin puuttuvat yhteystiedot sekä vuosikelloon pihanhoitoa joka vuodenajalle. Tietoa, siitä mitä töitä talleilla tehdään en lähtenyt lisäämään, koska tehtävät vaihtelevat palveluntuottajilla ja eri asiakkailla. Henkilökunnan ja asiakkaiden on hyvä tehdä tutustumiskäyntejä palveluntuottajien tiloille aktiivisesti, jotta he saavat kokonaiskuvan, mitä tiloilla tapahtuu.

Palautteen perusteella koen onnistuneeni perehdytyskansion kokoamisessa. Henkilökunta on saanut olla aktiivisesti mukana perehdytyskansion rakentamisessa, jolloin perehdytyskansio vastaa tarpeita, joita heillä on Green Care -toiminnan toteuttamisessa. Uskon, että henkilökunnan mukana olo koko kehittämisprosessin ajan motivoi paremmin Green Care -toiminnan sekä sen menetelmien toteuttamisessa, kuin jos olisin itse toimittanut valmiin kansion ja toiminnan työyhteisöön. Yhdessä suunnitellen Green Care -toimintaa koko työyhteisö on oppinut ja kehittynyt. Tämä mahdollistaa myös Kompassin asiakkaille laadukasta, monipuolista ja osallistavaa toimintaa sekä palvelua.

7.3 Kehittäminen

Green Care -toiminnan suunnitelmallisempi ja tavoitteellisempi käyttöönotto päiväaikaisessa toiminnassa niin toimintakeskuksessa kuin muissa Kompassin toiminnoissa eri yksiköissä on tarpeellista edelleen kehittää. Menetelmät ovat käytössä, mutta tavoitteellisuus ja erityisesti seuranta tarvitsevat juurruttamista käytäntöön.

Asiakasosallisuutta toiminnan suunnittelussa ja tavoitteiden laadinnassa vahvistaisin vielä entisestään. Toiminnassa tulisi korostua asiakaslähtöisyys ja yksilöllisten tarpeiden huomioiminen. Resurssit ja ryhmät osaltaan haastavat yksilöllisen toiminnan järjestämisen, mutta yksilöllisyyttä voidaan korostaa huolellisella

suunnittelulla ja toiminnan toteutuksella. Perehdytyskansion osalta tavoite on, että jatkossakin kansiota käytetään ja päivitetään aktiivisesti. Kehitystyö on jo alkanut, kun Kompassin työyhteisö on ollut oppijoina ja kehittäjinä Green Care -toiminnan suunnittelussa ja mahdollistamisessa kaikille Toimintakeskus Kompassin asiakkaille. Kehitystyötä tulee edelleen jatkaa, mutta perustus on luotu toiminnalle. Osaamista voidaan jakaa myös alueen muihin toimintakeskuksiin ja asumisyksiköihin. Yhteistyön rakentaminen on tärkeää.

8 POHDINTA

Tulosten perusteella tietoa Green Caresta on jo olemassa Toimintakeskus Kompassin henkilökunnalla, mutta tiedon hyödyntäminen käytäntöön vaatii vielä enemmän perehtyneisyyttä. Toiminta ei ole vielä niin systemaattista ja tavoitteellista eikä sitä aktiivisesti seurata. Ammatillisen toiminnan kehittäminen Green Care -menetelmin mahdollistaa asiakkaille laadukkaampaa ja tavoitteellisempaa toimintaa. Suunnitelmia ja tavoitteita tulisi myös kirjata sekä dokumentoida tarkemmin.

Toivon, että perehdytyskansion avulla saadaan lisää tietoa Green Care -menetelmistä, mutta se vaatii myös henkilökunnalta omaa aktiivisuutta tiedon hakemisessa. Menetelmistä ollaan selkeästi kiinnostuneita. Vain yhdessä työpajassa, joka toteutui Teamsin välityksellä, havaitsin, että tuodessani keskustelussa menetelmien tarkoituksia esille, koettiin ne esihenkilöltä tuleviksi työtehtäviksi. Pääsääntöisesti toimintakeskuksen työntekijät olivat motivoituneita ja hyödyt menetelmien käytöstä koettiin positiivisena kehitysvammaisten päiväaikaisessa toiminnassa. Aikaisempien havaintojen ja kokemusten kautta menetelmien käyttö tukisi asiakkaiden hyvinvointia ja toiminta koettiin mielekkääksi.

Ideoita tuli paljon ja selkeästi toimintaa sekä Green Care -menetelmiä on työyhteisössä pohdittu. Työpajoissa käytiin keskustelua paljon toteutuneesta toiminnasta, mutta niitä ei ollut dokumentoitu kuin lyhyesti asiakaskirjauksissa liittyen asiakkaan arkeen. Usea työntekijä oli tehnyt omia havaintoja asiakkaista esimerkiksi metsäkävelyllä tai retkillä. Havaintojen hyödyntämistä toiminnassa tuleekin painottaa ja suunnitelmallisesti kasvattaa sekä kehittää toimintaa, josta todetaan asiakkaiden hyötyvän. Suunnitelmallisuus ja tavoitteet tulisi dokumentoida asiakkaiden toteuttamissuunnitelmiin yhdessä asiakkaan kanssa mahdollisuuksien mukaan. Samalla vahvistetaan asiakkaan omaa osallisuutta. Dokumentointi kerää tietoa ja mahdollistaa toiminnan arvioinnin.

Tärkeä havaintoni oli se, että Green Care -menetelmiä ei täysin tunnustettu. Osalle työntekijöistä oli menetelmät hyvinkin tuttuja, mutta hajontaa löytyi. Keskustelun aikana huomasimme työpajoissa, että useissa toiminnoissa asiakkaiden

kanssa menetelmiä hyödynnetään ja ne koettiin merkityksellisiksi. Luonto on usealle kehitysvammaiselle asiakkaalle tärkeä hyvinvoinnin kannalta ja luonnossa ahdistus sekä levottomuus hiipuvat pois. Toimintakeskus Kompassissa eri ryhmät käyvätkin luontoretkillä useasti viikossa. Toimintakeskuksen käytössä olevat autot mahdollistavat siirtymiset turvalliseen luontoympäristöön. Erityisesti haastavasti käyttäytyvien asiakkaiden kanssa luontoretket koettiin tärkeäksi osaksi toimintaa. Myös vaikeasti kehitysvammaisten asiakkaiden kanssa koettiin erilaisten aistien kautta tapahtuvan luontotoiminnan olevan asiakkaille merkityksellistä.

Luontotoiminnassa tulisi hyödyntää enemmän myös lähistöllä olevia palveluntuottajia päivätoiminnan asiakkaiden kanssa. Vierailut talleille ja tiloille ovat mahdollisia, kun ne sovitaan palveluntuottajien kanssa etukäteen. Myös muita esteettömiä vierailupaikkoja sijaitsee lähiympäristössä. Yhteistyö eri toimijoiden kanssa mahdollistaa palvelujen ja toiminnan kehittämisen sekä toteuttamisen. Perehdytyskansion avulla on tarkoitus tuoda tietoa ja ideoita. Työntekijöiden keskinäinen yhteistyö myös rikastuttaa toimintaa. Yhteistyö kehitysvammaisten asumisyksiköiden ja toimintakeskusten kanssa mahdollistaa toiminnan kehittämisen sekä osaamisen jakamisen. Perehdytyskansioon oli helppo koota tarvittavia asioita, koska työpajoissa ilmeni henkilökunnan tarpeet ja toiveet. Erityisesti valmis materiaali koettiin tärkeäksi. Suunnittelulle ja ideoimiselle on toisinaan vaikeaa löytää arjessa aikaa. Valmista materiaalia on myös helpompi esitellä asiakkaille toimintaa suunniteltaessa. Asiakkaat voivat halutessaan vaihtoehtoista valita mieluisista toimintaa.

Opinnäytetyön tekeminen oli itselleni mielenkiintoinen ja opettavainen matka. Tutustuin työn edetessä monenlaiseen materiaaliin. Materiaaleissa toistuivat usein samat sisällöt sekä asiat. Olisin toivonut kuitenkin vieläkin laajempaa ja monipuolisempaa materiaali tarjontaa, jota olisin voinut hyödyntää kehittämistyössä. Green Care aiheena selkeästi kiinnostaa eri toimialoja, etsittäessä uudenlaisia palvelumuotoja. Green Caren -toiminta on varmasti lisääntymässä erityisesti sosiaalialalla. Erilaisia Green Care -hankkeita on ympäri Suomea jo ollut ja uusia alkamassa. Itse vakuutuin menetelmistä ja tiedonnäkö kasvoi entisestään.

Työpajatyöskentelyssä minulla oli aktiivinen rooli. Työpajatyöskentely on mielestäni hyvä keino toiminnan kehittämiseksi, koska keskustelu mahdollistaa uusien ajatusten ja ideoiden syntyä. Kyselylomakkeella tehdyllä kyselyllä, en välttämättä olisi saanut kerättyä samanlaista tietoa ja toteutettua kehitystyötä. Yhdessä työyhteisön kanssa kehittämällä mahdollistetaan toiminnan onnistuminen ja henkilökunnan sitoutumisen toimintaan. Pohdin omaa asemaani, jos olisin ollut ulkopuolinen tutkija, olisinko päässyt samaan tulokseen. Työyhteisön jäsenenä minulla oli jo valmiita tietoja, jota pystyin hyödyntämään opinnäytetyössäni. Työpajoja olisin kehittänyt vielä ja lisäisin jatkossa niihin eri teemoja, joita olisimme käsitelleet yhdessä. Tällöin työpajoja olisi ollut useampia ja henkilökunta olisi osallistunut useampaan työpajaan. Mielestäni työpajojen toteuttaminen luontoympäristössä olisi mahdollistanut virikkeellisemmän ja idearikkaamman työskentelyn. Jatkossa tulemme varmasti Kompassissa jatkamaan työpajatyöskentelyä toiminnan kehittämiseksi, suunnittelussa ja arvioinnissa.

Palautteen kerääminen myös perehdytyskansiosta oli mielestäni tärkeää. Näin halusin myös varmistaa, että perehdytyskansio vastaa tarpeita ja tulee oikeasti henkilökunnan käyttöön. Kuvien avulla pystyin havainnollistamaan toimintaa sekä tuomaan tavoittelemiani visuaalista ilmettä. Kuvat herättivät myös mielenkiintoa itse tekstiin ja haasteena olikin saada tarvittava tieto tiiviinä pakettina lukijalle. Tarvittavan tiedon nopea löytäminen oli myös yksi tavoite. Mielenkiintoista on seurata, miten perehdytyskansio muokkaantuu arjessa ja miten se otetaan käyttöön toiminnassa.

LÄHTEET

Aho, M. 2019. The LuontoHoiva and Luontovoima quality labels in Finnish green Care services and their impact on the field. Seinäjoki University of Applied Sciences. International Business Management. Lopputyö.

Appelqvist-Schmidlechner, K., Tuisku, K., Tamminen, N., Nordling, E. & Solin, P. 2016. Mitä on positiivinen mielenterveys ja kuinka sitä mitataan? Suomen Lääkärilehti 24/2016 VSK 71, 1759–1764. Viitattu 6.6.2021. https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/230006/SLL242016_1759.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Arovonen, S. 2014. Metsämieli. Luonnollinen menetelmä mielentaitoihin. Latvia: Metsäkustannus Oy.

Clarkeburn, H. & Mustajoki, A. 2007. Tutkijan arkipäivän etiikka. Tallinna: Raamatutrukikoda, 25.

Green Care Finland 2021a. Viitattu 24.5.2021 <https://www.gcf finland.fi/laatu/luontovoiman-ja-luontohoivan-palvelun-edellytykset/>

Green Care Finland 2021b. Viitattu 10.3.2021 <https://www.gcf finland.fi/green-care-/menetelmat>

Green Care Finland 2021c. Viitattu 10.3.2021 <https://www.gcf finland.fi/laatu/>

Green Care Finland 2021d. Viitattu 10.3.2021 <https://www.gcf finland.fi/green-care-/luontohoiva---luontovoima/>

Green Care Finland 2021e. Viitattu 10.3.2021 <https://www.gcf finland.fi/green-care-/vaikuttavuus/luonnon-terveytta-edistavat-vaikutukset/>

Green Care Finland 2021f. Viitattu 10.3.2021 <https://www.gcf finland.fi/green-care/>

Green Care Finland 2021g. Viitattu 10.3.2021 <https://www.gcf finland.fi/yhdistys/yhdistyksen-eettiset-ohjeet/>

Haapala, A., Puolakka, K. & Rannisto, T. (Toim.) 2015. Ympäristö, estetiikka ja hyvinvointi. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura. Vantaa: Hansaprint Oy.

Isola, A-M., Kaartinen, H., Leemann, L., Lääperi, R., Schneider, T., Valtari, S. & Keto-Tokoi, A. 2017. Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa. Helsinki: JuvensPrint – Suomen Yliopistopaino Oy, 29.

Kananen, J. 2012a. Kehittämistutkimus opinnäytetyönä. Kehittämistutkimuksen kirjoittamisen käytännön opas. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu, 21, 38.

Kananen, J. 2012b. Kehittämistutkimus opinnäytetyönä. Kehittämistutkimuksen kirjoittamisen käytännön opas. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu, 162.

Kananen, J. 2014. Toimintatutkimus kehittämistutkimuksen muotona. Miten kirjoitan toimintatutkimuksen opinnäytetyönä? Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu, 82–85.

Kananen, J. 2017a. Laadullinen tutkimus pro graduna ja opinnäytetyönä. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu, 35.

Kananen, J. 2017b. Laadullinen tutkimus pro graduna ja opinnäytetyönä. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu, 85.

Karkkulainen, M., Ala-Vannesluoma, T., Airaksinen, R., Varonen, H. Kastu, R. & Sipi, S. 2019. Toimii! Hoitajan opas toiminnallisiin menetelmiin. 2., uudistettu painos. Helsinki: Otavan Kirjapaino Oy, 183.

Kehitysvammaisten erityishuoltolaki 519/1977.

Leppänen, M. & Pajunen, A. 2017. Terveys metsä. Tunnista ja koe elvyttävä luonto. Keuruu: Gummerus Kustannus Oy.

Levo, T. 2015. Tehdään yhdessä. Luontoaiheinen ryhmätoiminta. Eläkeliitto ry. Newprint.

Löf, L. 2021. Viitattu 6.6.2021 http://www.tts.fi/files/891/27.3_moduuli_2_Luontosuhde.pdf

Mielenterveystalo 2021. Viitattu 6.6.2021 https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/oppaat/tietoa_luonnon_hyvinvointivaikutuksista/Pages/luonnon_vaikutus_hyvinvointiin.aspx#fyysisetoireet

MTT 2020a. Viitattu 11.10.2020 <https://portal.mtt.fi/portal/page/portal/mtt/hankkeet/greencare/mita>

Palse.fi 2020. Viitattu 18.10.2020 https://palse.fi/palveluseteli.dll/Palvelusetelin%20s%C3%A4%C3%A4nt%C3%B6kirja%20Green%20care%202.0_uusin_suomeksi.pdf?page=docmgr&dh=svc.doc&inst=250000000&org-palv=20&no=250

Pohjannoro, H. & Tajjala, B. 2007. Näkökulmia toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Viitattu 17.10.2020 <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/8232/Pohjannoro.Hannu.Tajjala.Beata.pdf?se>

Polvinen, K., Pihlajamaa, J. & Berg, P. 2012. Luonnosta hyvinvointia lapsille ja nuorille. kuvauksia luonnon hyvinvointivaikutuksista ja malleista palveluiden kehittämiseen. Kansallinen hyvinvointiverkosto. Sitra.

Salonen, K. 2010a. Mielen luonto. Eko- ja ympäristöpsykologian näkökulma. Helsinki: Pakett AS, 22–23.

Salonen, K. 2010b. Mielen luonto. Eko- ja ympäristöpsykologian näkökulma. Helsinki: Pakett AS, 64.

Salovuori, T. 2014. Luonto kuntoutumisen tukena. Mediapinta, 86.

Soini, K., Ilmarinen, K., Yli-Viikari, A. & Kirveennurmi, A. 2011. Green Care sosiaalisen innovaationa suomalaisessa palvelujärjestelmässä. Viitattu 23.5.2021 <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/102903/soini.pdf?sequence=>

Soite 2020. Viitattu 15.10.2020 <https://www.soite.fi/green-care>

Sosiaalihuoltolaki 1301/2014.

Talentia 2020. Viitattu 5.12.2020 <https://www.talentia.fi/tyoelamainfo/ammattietiikka/>

Tenk 2020. Viitattu 5.12.2020 https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf?_ga=2.77912791.217871837.1607181955-1288447509.1607181955

THL 2021a. Viitattu 5.6.2021 <https://thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/tuki-ja-palvelut/tyo-ja-tyotoiminta>

THL 2021b. Viitattu 6.6.2021 <https://thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/vammaisuus-yhteiskunnassa/vammaisten-ihmisten-osallisuus>

THL 2020c. Viitattu 11.10.2020 <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/tyohon-kuntouttava-green-care-etela-suomessa/mita-green-care-on>

TTL 2021. Viitattu 24.5.2021 <https://www.ttl.fi/tyoyhteiso/tyon-kehittaminen/>

Tukiliitto 2021. Viitattu 5.6.2021 <https://www.tukiliitto.fi/tuki-ja-neuvot/tyon-tekeminen/paivatoiminta/>

Vehmasto, E. (toim.) 2014. Viitattu 6.6.2021 Green Care -toimintatavan suunta-
viivat Suomessa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-487-509-7>

Vernerit 2021. Viitattu 5.6.2021 <https://verneri.net/yleis/osallisuuden-ja-tyon-laatukriteerit>

Viinamäki, L. & Saari, E. (toim.) 2007. Polkuja soveltavaan yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen. Helsinki: Tammi.

Vinkka, H. & Airaksinen, T. 2003a. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä: Gummerus, 9.

Vinkka, H. & Airaksinen, T. 2003b. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä: Gummerus, 56–57.

Vinkka, H. & Airaksinen, T. 2003c. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä: Gummerus, 19.

Vinkka, H. 2021a. Näin onnistut opinnäytetyössä. Jyväskylä: PS-kustannus, 17–22.

Vinkka, H. 2021b. Näin onnistut opinnäytetyössä. Jyväskylä: PS-kustannus, 80–81.

Vinkka, H. 2021c. Näin onnistut opinnäytetyössä. Jyväskylä: PS-kustannus, 153.

Vinkka, H. 2021d. Näin onnistut opinnäytetyössä. Jyväskylä: PS-kustannus, 117.

Yli-Viikari, A., Lilja, T., Heikkilä, K., Kirveennummi, A., Kivinen, T., Partanen, U., Rantamäki-Lahtinen, L., Soini, K. 2009. Green Care - terveyttä ja hyvinvointia maataloilta. Maa- ja elintarviketalous 141. Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskus. <http://www.mtt.fi/met/pdf/met141.pdf>