

SAVONIA

ammattikorkeakoulu

OPINNÄYTETYÖ - YLEMPI AMMATTIKORKEAKOULUTUTKINTO
SOSIAALI-, TERVEYS- JA LIIKUNTA-ALA

GREEN CARE- TOIMINTA SOSIAALISEN TOIMINTAKYVYN EDISTÄJÄNÄ

Työntekijöiden kokemuksia Green care- toiminnasta

TEKIJÄ Salla Siikavirta

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala	
Tutkinto-ohjelma Kuntoutuksen tutkinto-ohjelma	
Työn tekijä Salla Siikavirta	
Työn nimi GREEN CARE- TOIMINTA SOSIAALISEN TOIMINTAKYVYN EDISTÄJÄNÄ. Työntekijöiden kokemuksia Green care- toiminnasta.	
Päiväys	10.4.2022
Sivumäärä/Liitteet	37/4
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani Setlementti Ukonhattu ry	
<p>Koronaepidemian (COVID-19) vuoksi tehtyjen rajoitusten ja muutosten myötä sosiaalipalveluita käyttävien asiakkaiden palvelut kokivat muutoksia, jotka vaikuttivat monen kokemaan hyvinvointiin. Rajoituksista ja muutoksista huolimatta asumisyksiköissä tuli Sosiaali- ja terveysministeriön mukaan järjestää asiakkaiden tarvitsemat kuntoutukselliset palvelut ja turvata hyvinvointia sekä toimintakykyä ylläpitävät toiminnot. Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää Setlementti Ukonhattu ry:n palvelukodissa työskentelevien työntekijöiden kokemuksia Green care- toiminnasta ja sen tavoitteena oli kerätyn tiedon perusteella kehittää edelleen Setlementti Ukonhatun kuntoutustoimintaa kehitysvammaisten sekä mielenterveyskuntoutujien toimintakyvyn ylläpitämisen sekä hyvinvoinnin tueksi.</p> <p>Tutkimusaineisto kerättiin teemahaastattelujen avulla syys-lokakuussa vuonna 2021. Haastatteluihin osallistui yhteensä 12 työntekijää. Kaikkien haastatteluun osallistuneiden haastattelut tallennettiin. Haastattelujen aineisto analysoitiin sisällönanalyysillä.</p> <p>Tutkimustulosten perusteella Green care- toiminta edisti kehitysvammaisten ja mielenterveyskuntoutujien toimintakykyä ja hyvinvointia lisäämällä osallisuuden, yhteisöllisyyden sekä toimijuuden kokemuksia. Työntekijät kokivat Green care- toiminnan positiivisena sosiaalisen kuntoutuksen toimintamenetelmänä. Opinnäytetyö antoi tietoa työntekijöiden kokemuksista liittyen Green care- toiminnan kehittämiseen Setlementti Ukonhattu ry:ssä. Opinnäytetyössä esille nousseita kehittämissuhteita ja turvallisuushuomioita liittyen Green care- toimintaan, tullaan hyödyntämään yksikön omassa Green care-suunnitelmassa. Opinnäytetyön jatkotutkimukseksi ehdotetaan vaikuttavuustutkimusta Green care- toiminnasta.</p>	
Avainsanat Kuntoutus, sosiaalinen kuntoutus, Green care, osallisuus, yhteisöllisyys, toimijuus	

Field of Study Social Services, Health and Sports	
Degree Programme Master's Degree Programme in Rehabilitation	
Author Salla Siikavirta	
Title of Thesis GREEN CARE ACTIVITIES PROMOTING COMMUNITY INCLUSION AND ACTIVITY- Employees' experiences on Green care and its development.	
Date 10.4.2022	Pages/Appendices 37/4
Client Organisation /Partners Setlementti Ukonhattu ry	
<p>As a result of the restrictions and changes brought about by the coronavirus (COVID-19), the services of clients using social services underwent changes that affected the well-being experienced by a great number of people. According to the Ministry of Social Affairs and Health, despite the restrictions and changes, the housing units were obliged to provide the rehabilitation services needed by the clients and ensure the provisions of the activities that maintain well-being and functional capacity. Within this context, the primary purpose of this study was to find out experiences of the employees working in Setlementti Ukonhattu's service home about Green care activities, and the aim was to further develop Setlementti Ukonhattu's rehabilitation activities to support the maintenance and well-being of people with developmental disabilities and mental health rehabilitation.</p> <p>The research material was collected through thematic interviews in September- October 2021. A total of 12 employees participated in the interviews, which all were recorded as well. Following this, the material of the interviews was analyzed through content analysis.</p> <p>As indicated by the research results, Green care promoted the maintenance and well-being of clients with developmental disabilities and mental health rehabilitators by increasing their experiences of participation, communality, and activity. Moreover, employees perceived Green care activities as a positive method of social rehabilitation. In conclusion, the thesis provided information on the employees' experiences related to the development of Green care activities at Setlementti Ukonhattu ry. The development proposals and safety considerations that have been generated in the thesis project in connection with Green care activities will be utilized in the unit's own Green care plan. An effectiveness study on Green care is proposed for further research of the thesis.</p>	
Keywords Rehabilitation, social rehabilitation, Green care, participation, communality, activity	

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO	5
2	KUNTOUTUS	7
2.1	Sosiaalinen kuntoutus	7
2.2	Sosiaalinen kuntoutus asumispalveluissa	8
3	GREEN CARE.....	9
3.1	Green care- sosiaalisen kuntoutuksen toimintamenetelmänä.....	9
3.2	Green care- toiminta osallisuuden, yhteisöllisyyden ja toimijuuden edistäjänä.....	9
3.3	Green care- toiminta Setlementti Ukonhattu ry:ssä	11
4	TARKOITUS JA TAVOITE.....	13
5	OPINNÄYTETYÖN MENETELMÄ.....	14
5.1	Työn tilaaja ja kohderyhmä	14
5.2	Laadullinen tutkimus	14
5.3	Aineistonkeruumenetelmänä teemahaastattelu	15
5.4	Aineistonanalyysi	16
6	TULOKSET	18
6.1	Osallisuus.....	19
6.2	Ryhmän yhteisöllisyys	19
6.3	Minä toimijana arjessa.....	21
6.4	Green care- toiminnan mahdollisuudet, kehittämiskohteet sekä turvallisuus Setlementti Ukonhattu ry:ssä	22
6.5	Setlementti Ukonhatun työntekijöiden tuen, ohjauksen ja koulutuksen tarpeet	24
7	POHDINTA.....	25
7.1	Tutkimustulosten arviointi.....	25
7.2	Luotettavuus ja eettisyys.....	28
7.3	Tutkimuksen merkitys ja oma oppiminen	31
7.4	Johtopäätökset ja jatkotutkimusaiheet	31
	LÄHTEET	33
	LIITE 1: TIEDOTE.....	38
	LIITE 2: SUOSTUMUSLOMAKE	39
	LIITE 3: TAUSTIETOLOMAKE.....	40
	LIITE 4: TEEMAHAASTATTELU.....	41

1 JOHDANTO

Luonnolla on osoitettu olevan paljon ihmisten hyvinvointia tukevia ja edistäviä vaikutuksia. Esimerkiksi asuinympäristön kasvillisuus ja päivän aikana nähtyjen eläinten määrä ovat yhteydessä masennuksen ja ahdistuksen esiintyvyyteen. Hakeutumalla erilaisiin luontoympäristöihin, ihmiset voivat kokea vähemmän ahdistuneisuutta ja masentuneisuutta. Koettu luontoympäristö on siten yhteydessä koettuun hyvinvointiin ja onnellisuuden kokemuksiin. (Cox, Shanahan, Hudson, Plummer, Siriwardena, Fuller, Anderson, Hancock & Gaston 2017; Dolling, Nilsson & Lundell 2017.) Luonnossa oleskelun ja luontoympäristöissä tapahtuvan kuntoutuksellisen toiminnan on osoitettu edistävän ihmisten elämänlaatua niin fyysisesti kuin psyykkisesti. Luonnossa liikkuminen lisää ihmisten fyysistä aktiivisuutta ja se alentaa stressitasoja. Sen on osoitettu toimivan myönteisenä tilana palautumiseen, sosiaalisten suhteiden rakentamiselle, keskittymiskyvyn paranemiseen, sekä positiivisen mielialan kohentamiseen ja vastaavasti vähentävän ahdistusta ja negatiivista mielialaa. (Høegmark, Andersen, Grahn, Mejldal & Roessler, 2022; Wilkie & Davinson 2021; Sonntag- Öström ym. 2014.)

Luonnon tunnistettuja terveys- ja hyvinvointivaikutusten mahdollisuuksia voidaan hyödyntää monipuolisesti sosiaali- ja terveystaloudissa. Erilaisten luonto- ja eläinavusteisten menetelmien käyttö on lisääntynyt etenevissä määrin niin kansallisella kuin myös kansainvälisellä tasolla viimeisen vuosikymmenen aikana. Erilaisia luonto-ominaisuuksia hyödyntämällä voidaan kuntoutuksen kentällä tehdä ennaltaehkäisevää ja ihmisten hyvinvointia lisäävää työtä ilman lääkekuntoutuksen mahdollisesti mukanaan tuomia sivuvaikutuksia. Luontolähtöisten menetelmien voidaan katsoa vastaavan sote-uudistuksen tavoitteisiin vahvistamalla perustason palveluja. Tärkeää on kuitenkin huomioida, että luonnon hyvinvointivaikutuksista huolimatta, luonto itsessään ei vielä kuntouta. Luonto voi mahdollistaa kuntoutujan voimavarojen kartuttamista, mutta se ei itsessään ole kuntoutuksen edellytys. (Cox ym. 2017; Yli-Viikari ym. 2022.)

Koronaepidemian (COVID-19) vuoksi tehtyjen rajoitusten ja muutosten myötä sosiaalipalveluita käyttävien asiakkaiden palvelut kokivat muutoksia, jotka vaikuttivat monen kokemaan hyvinvointiin. Omassa kunnassani mm. asiakkaiden päivä- ja työtoiminnan ryhmät supistettiin tai lakkautettiin määräajaksi. Rajoituksista ja muutoksista huolimatta asumisyksiköissä tuli Sosiaali- ja terveysministeriön (2020) mukaan järjestää asiakkaiden tarvitsemat kuntoutukselliset palvelut ja turvata hyvinvointia sekä toimintakykyä ylläpitävät toiminnot. Opinnäytetyötäni varten heräsikin kysymys, miten me työpaikallamme, kehitysvammaisten ja mielenterveyskuntoutujien asumispalveluissa, voimme ylläpitää asiakkaidemme sosiaalisia ja psyykkisiä kykyjä sekä vahvistaa koettua terveyttä ja hyvinvointia kuntoutuksellisin menetelmin näinä poikkeuksellisin aikoina?

Asumispalveluiden kehittäminen ei ole merkityksetöntä, sillä se koskettaa tilastollisesti isoa joukkoa ihmisiä. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen tilastoraportin (39/2021) mukaan vuonna 2020 sosiaalihuollon vammaisten, ikääntyneiden sekä mielenterveys- ja päihdekuntoutujien ympärivuorokautisissa ja ei ympärivuorokautisten asumispalveluiden piirissä oli yhteensä noin 80 000 asiakasta. Tutkimustiedon valossa asumispalvelujen kehittämisellä on myönteisiä vaikutuksia kuntoutustavoitteiden saavuttamiseksi. Esimerkiksi Järvikoski (2013) toteaa raportissaan perinteisen, vahvan lääketieteellisen painotuksen johtavan ajatukset pois asiakkaan kuntoutumisesta ja toimivan jopa kuntoutustavoitteiden vastaisesti. de Boer kumppaneineen (2021) esittävät tutkimuksessaan samansuuntaisesti,

että niissä pitkäaikaishoitolaitoksissa, joissa keskitytään erilaisten hoitomenetelmien kehittämiseen, lähdettiin asiakkaiden hoidossa liikkeelle heidän vahvuuksistaan sekä jäljellä olevista kyvyistään verrattuna perinteisiin pitkäaikaishoitolaitoksiin.

Työpaikkani, Setlementti Ukonhattu ry on sitoutunut omassa laatutyössään kehittämään palveluitaan työn korkean laadun säilyttämiseksi (Setlementti Ukonhattu ry s.a.a). Tästä lähti ajatus Green care-toimintamenetelmien soveltamisesta asiakastyöhön ja vuoden 2021 alusta työpaikkani lähti mukaan Green care- pilottihankkeeseen. Green Care- pilottihanke oli osa Sininauhaliiton ja Vihreän Veräjän yhteistyössä toteuttamaa valtakunnallista hanketta. Valtakunnallisen pilottihankkeen tarkoituksena oli juurruttaa Green care- toiminta osaksi hankkeessa mukana olevien sosiaali- ja terveyspalveluita tarjoavien yhteistyötahojen toimintaan. Pilottihankkeessa otettiin Green care- eli luontotoiminta osaksi asumispalveluiden toimintaa. (Vihreä Veräjä s.a.)

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää työntekijöiden kokemuksia Green care- toiminnasta, sen toteuttamisen mahdollisuuksista ja kehittämiskohteista Setlementti Ukonhattu ry:n palvelukodissa. Opinnäytetyön tavoitteena oli kerätyn tiedon perusteella kehittää edelleen Setlementti Ukonhattu kuntoutustoimintaa kehitysvammaisten sekä mielenterveyskuntoutujien toimintakyvyn ylläpitämisen sekä hyvinvoinnin tueksi.

2 KUNTOUTUS

Kuntoutus on toimintaa, jolla pyritään parantamaan yksilön sosiaalista selviytymistä arjessa, toimintakykyisyyttä, osallistumismahdollisuuksia sekä opiskelu- ja työkykyä. Sen avulla pyritään edistämään ihmisten työkykyisyyttä ja pyritään turvaamaan työuran jatkuvuus. Kuntoutuminen on tarvelähtöistä ja siinä keskitytään kuntoutujan yksilöllisiin tarpeisiin ja tavoitteisiin. Keskeistä on kuntoutujan toimintaympäristöjen muokkaaminen kuntoutumista tukevaksi sekä kuntoutujan osallisuuden ja aktiivisuuden edistäminen ammattilaisten tuella. (Järvikoski & Härkäpää 2011, 8; Sosiaali- ja terveysministeriö s.a.a.)

Kuntoutuminen voidaan nähdä muutosprosessina, jonka päämääränä on kuntoutuminen eli hyvinvointia ja/tai toimintakykyä rajoittavien tekijöiden lieventyminen tai poistuminen. Hyvinvointi on keskeinen osa kuntoutusprosessia ja sitä voidaan vahvistaa ja tukea erilaisin kuntoutuksellisin menetelmin. (Nieminen 2018, 16–18; Autti-Rämö ym. 2016; Mielenterveystalo s.a.) Järvikosken ja kumppaneiden (2015) mukaan kuntoutukselle on tyypillistä, että siihen pyritään vaikuttamaan samanaikaisesti usein eri tavoin, eli luomalla kuntoutujalle erilaisia osallistumismahdollisuuksia ja vaikuttamalla ympäristöön sekä terapeuttisin että kasvatuksellisin keinoin. Kuntoutuja itse on keskeisessä roolissa kuntoutumisprosessissaan.

2.1 Sosiaalinen kuntoutus

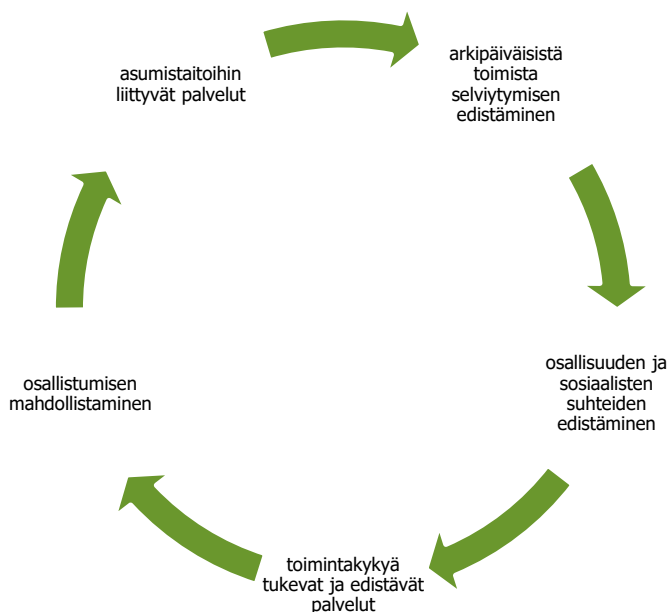
Kuntoutus jaetaan ammatilliseen, lääkinnälliseen, kasvatukselliseen sekä sosiaaliseen kuntoutukseen. Sosiaalisessa kuntoutuksessa keskeistä on sosiaalisen toimintakyvyn parantaminen, jossa tavoitteena on yksilön osallisuus yhteiskuntaan sekä selviytyminen erilaisista sosiaalisista tilanteista. (Järvikoski & Härkäpää, 2011, 20.) Sosiaalisella kuntoutuksella tarkoitetaan niitä toimenpiteitä, joilla pyritään varmistamaan yksilön toimintakyvyn edellytykset, syrjäytymisen torjuminen sekä osallisuuden edistäminen ja sen ylläpito. (Kostilainen & Nieminen 2018, 15–16.) Sosiaalinen kuntoutus on keskeinen osa sosiaalipalveluiden kokonaisuutta ja sen palveluista säädetään sosiaalihuoltolaissa. Sosiaalinen kuntoutus ja sen tehtävät lisättiin sosiaalihuoltolakiin vuonna 2014. (Sosiaalihuoltolaki 1301/2014.)

Sosiaalisessa kuntoutuksessa toiminta määrittyy kuntoutujan omien voimavarojen ja itselle merkityksellisesti asetettujen tavoitteiden mukaisesti. Se voi tarkoittaa jollekin työtä, koulutusta, muutosta, uutta suuntaa tai uudenlaisia tavoitteita. Tavoitteena voi esimerkiksi olla osa jotakin yhteisöä tai oman arjen hallinta. Tärkeää on löytää ne yksilölliset tekijät, jotka edistävät ja vahvistavat yksilön kuntoutumisprosessia. Sosiaalisessa kuntoutuksessa yksilöllinen tuki yhdistyy toiminnalliseen. Sosiaalisen kuntoutuksen työvälineinä voidaan hyödyntää mm. erilaisia toiminnallisia ryhmiä, yksilön psykososiaalista tukea, rinnalla kulkemista, vertaistukea ja kasvatuksellista tukea (Sosiaali- ja terveysministeriö s.a.b). Raivion (2018, 114–115) mukaan sosiaalinen kuntoutus pyrkiikin yksilön vastuullisen, tavoitteellisen ja suunnitelmallisen toimijuuden vahvistamiseen erilaisin toiminnallisin keinoin.

2.2 Sosiaalinen kuntoutus asumispalveluissa

Asumispalveluilla tarkoitetaan sosiaalihuoltolain (1301/2014) mukaista palvelu- ja tukiasumisen järjestämistä. Palvelu- ja tukiasumista tarjotaan ihmisille, joka tarvitsevat erityisestä syystä tukea ja apua asunnon tai asumisensa järjestämisessä. Suomessa palvelu- ja tukiasumista saavat kehitysvammaiset, vammaiset, ikäihmiset sekä mielenterveys- ja päihdekuntoutujat. Asumispalveluja järjestetään palvelu- ja tukiasunnoissa, joissa ihmisten itsenäistä asumista ja siirtymistä itsenäiseen asumiseen tuetaan sosiaalityön ja erilaisten sosiaalipalveluiden kokonaisuudella (Sosiaalihuoltoasetus 607/1983). Suomessa Sosiaali- ja terveysministeriö vastaa asumispalveluita koskevasta yleisestä ohjauksesta ja lainsäädännön valmistelusta. Sosiaali- ja terveysalan lupa- ja valvontavirasto sekä aluehallintovirastot puolestaan valvovat asumispalveluiden toteuttamisesta valtakunnallisesti. (Valjakka, Nurmi- Koikkalainen, Anttila & Konttinen 2013, 36; Sosiaali- ja terveysministeriö s.a.c.)

Asumispalveluiden kokonaisuuden muodostavat itse asunto ja ihmisten asumiseen tarvittavat palvelut. Asunnon ja erilaisten palveluiden lisäksi myös asuinympäristön voidaan katsoa vaikuttavan keskeisesti ihmisten elämiseen ja asumisen kokonaisuuteen. Sosiaalisen kuntoutuksen tarpeen rakentumista asumispalveluissa voidaan tarkastella ihmisten osallisuuden kautta. Rossin ja Valokiven (2018) mukaan päivittäiset toiminnot ja niistä suoriutuminen omassa arjessa nousevat keskeiseksi elämäntilanteissa, joissa ihmisten osallisuus rakentuu etenevässä määrin päivittäisistä toimista selviytymiselle sekä niihin liittyvän avun ja tuen tarpeen saamiselle. (Valjakka, Nurmi- Koikkalainen, Anttila & Konttinen 2013, 37-38; Rossi & Valokivi, 2018, 150-152.) Asumis- ja kuntoutuspalveluista tulisi muodostua toiminnallinen kokonaisuus, jolla tuetaan kuntoutujan itsenäistä suoriutumista eri elämän osa-alueilla. Kuviossa 1. havainnollistava kuvio asumispalveluissa tarjottavista palveluista.



Kuvio 1. Asumispalveluiden palveluja, mukailen Terveyden ja hyvinvoinnin laitosta (2021a).

3 GREEN CARE

3.1 Green care- sosiaalisen kuntoutuksen toimintamenetelmänä

Green Care -menetelmän taustalla on ekopsykologinen ajattelu, joka on alkujaan Yhdysvalloista. Ekopsykologisessa ajattelutavassa ihminen nähdään osana luontoa. Sen mukaan nykyaikainen elämäntapamme on vieraannuttanut meidät luonnosta ja tästä johtuen ihmisten kokema pahoinvointi yhteiskunnassamme on lisääntynyt. Ekopsykologian tavoitteena on ihmisen ja luonnon yhteyden palauttaminen psyykkisenä kokemuksena. (Green care Finland s.a; Salonen 2005, 22–23.)

Green care voidaan nähdä sosiaalista kuntoutusta- ja hyvinvointia edistävänä toimintamenetelmänä, joissa yhdistyvät luonnon erilaiset ulottuvuudet. Green care- toiminnassa luonto on tavoitteellisesti ihmisten hyvinvointia edistävä ja ylläpitävä tekijä. Toiminnan hyvinvointivaikutukset syntyvät luontoon perustuvilla toimintamenetelmillä, joissa ihmisen ja luonnon välistä vuorovaikutusta tuetaan ohjatusti. (Vehmasto ym. 2021, 9.) Green care- menetelmän toiminta-ajatus pohjautuu toimintaan, jota toteutetaan erilaisissa luontoympäristöissä, kuten puutarhassa, metsässä, vesistöympäristössä, eläinavusteisesti tai maatilalla. Green care- toiminnassa käytetään erilaisia luonto- ja eläinavusteisia menetelmiä, kuten: puutarhatoimintaa, sosiaalipedagogista hevostoimintaa, maatalojen kuntouttavaa toimintaa, sekä erilaisia ekopsykologian menetelmiä. Sosiaalisen kuntoutuksen menetelmänä Green care- toimintaa tulee toteuttaa tavoitteellisesti, ammatillisesti ja vaikuttavasti kohderyhmästä riippumatta. (Green Care Finland ry s.a.).

3.2 Green care- toiminta osallisuuden, yhteisöllisyyden ja toimijuuden edistäjänä

Kahilaniemen (2019, 53) mukaan Green care- menetelmien hyvinvointivaikutukset syntyvät osallisuuden, yhteisöllisyyden ja toimijuuden kautta. Simonen (2007, 20) toteaa osallisuuden, yhteisöllisyyden sekä toimijuuden olevan sosiaalisen toimintakyvyn rakentumisen edellytyksiä, joihin sosiaalisen kuntoutuksen menetelmillä tähdätään. Sosiaalisen kuntoutuksen menetelmänä Green care- toiminnassa yhdistyvätkin Kahilaniemen (2019, 53) mukaan osallisuus, yhteisöllisyys ja toimijuus sekä luonnon erilaiset elementit.

Osallisuus voidaan nähdä hyvinkin moninaisena käsitteenä riippuen sen kontekstista. Keskeisenä osallisuuden käsitteeseen sisältyy yhteisyyttä, kuulumista ja liittymistä. Yhteisyys, kuuluminen ja liittymisen rakentuvat suhteissa olemisesta ja positiivisissa vuorovaikutussuhteissa. (Kinnunen 2020, 7; Lahtinen & Pekkarinen 2020.) Osallisuus voidaan nähdä keskeisenä tavoitteena Green care- toiminnassa, sillä se on vahvasti yhteydessä ihmisten kokemaan hyvinvointiin. Esimerkiksi psyykkisen kuormittuneisuuden ja yksinäisyyden on havaittu korreloivan matalan osallisuuden kokemuksen kanssa. Kokemus osallisuudesta lisää yhteisöllisyyttä, hyvinvointia ja uskoa omaan mahdollisuuksiin sekä tulevaisuuteen. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2021b; Vehmasto yms. 17, 2021.)

Green care- toiminnan avulla voidaan edistää kokemusta yhteisöllisyydestä. Erilaiset Green care- toiminnan menetelmät mahdollistavat yhteyden tunteen muodostamisen esim. ympäröivään luontoon, eläimiin ja ihmisiin. Subjektiivinen tunne kuuluu laajempaan joukkoon edistää yhteisöllisyyden kokemusta. Viherympäristössä tapahtuvan kuntoutuksen toiminnallisuuden lisääntymisen on osoitettu edistävän yksilön sosiaalista vuorovaikutusta sekä tuottavan yhteisöllisyyttä. Vuorovaikutuksella luonnon kanssa on myös osoitettu tunne-elämän ja tiedollisten toimintojen vaikeuksien helpottuneen (Rappe 2019, 41–43).

Salmisen ja kumppaneiden (2021) mukaan kuvailtaessa osallisuuden käsitettä, olisi tarkastelussa tärkeää huomioida ihmisen toimijuus. Toimijuus käsitteellä tarkoitetaan sitä, mitä yksilö tekee itse tullakseen osalliseksi ympäröivään ympäristöönsä. Yksilön toimijuuden toteutuminen edellyttää mahdollisuuksia ottaa osaa asioiden käsittelyyn ja yhteisön, jossa yksilö otetaan osaksi toimintaan. Myös Tuominen (2021, 98) ja Nousiainen (2021) kuvaavat toimijuutta sen kautta, miten ihmiset kokevat pystyvänsä vaikuttamaan omaan elämäänsä, yhteiskuntaan, elinympäristössä tapahtuviin tilanteisiin ja tapahtumiin sekä muihin ihmisiin. Toimijuuden voidaan nähdä rakentuvan suhteessa toisiin ihmisiin sekä yhteiskunnan erilaisiin rakenteisiin ja niiden mahdollistamiin toimintoihin (Tuominen 2021, 98.)

Toimijuuden toteutuminen Green care- toiminnassa edellyttää yksilön tosiasiallista osallistumista toimintaan. Toimijuus Green care- toiminnassa muodostuu osallistujan kokemuksellisuuden sekä luonnon elvyttävyyden myötä. (Kahilaniemi 2019, 53.) Green care- toiminnassa korostuu toiminnallinen vuorovaikutus luonnon erilaisten elementtien kanssa. Tällaisen kuntoutusmenetelmän on osoitettu vaikuttavan suotuisasti niin fyysiseen kuin myös psyykkiseen toimintakykyyn. Esimerkiksi Levón- instituutin julkaisussa Rappe (2019, 43) esittää Green care- toiminnan edistävän mielenterveyttä sekä kuntoutumista. Myös Thompson tutkimusryhmineen (2009) esitti tutkimustuloksissaan ulkona tapahtuvan liikunnan kohentavan tutkittavien mielialaa. Luonnon erilaiset vaikutukset voivat näkyä esimerkiksi mielialan kohoamisena sekä koordinaation paranemisena. Jotta tunne toimijuudesta tosiasiallisesti vahvistuisi, tulisi Green care- toimintaan kuuluvien toimintamahdollisuuksien olla yksilölle myös mielekkäitä toteuttaa. Mielekäs toiminta edellyttää koherenssin tunnetta, eli kokemusta siitä, että toiminta on yksilön tai ryhmän vaivan ja sitoutumisen arvoista sekä toimintaan sijoittuva ympäristö on ymmärrettävä ja hallittavissa. Toiminnan hallittavuus rakentaa uskoa omaan kyvykkyyteen eli tunnetta minäpystyvyydestä. (Tuominen 2021, 98, 113; Nousiainen 2021.)

3.3 Green care- toiminta Setlementti Ukonhattu ry:ssä

Setlementti Ukonhattu ry:ssä aloitettiin Green care- toiminnan pilottihanke vuonna 2021. Green Care- pilottihanke oli osa Sininauhaliiton ja Vihreän Veräjän yhteistyössä toteuttamaa valtakunnallista hanketta. Valtakunnallisen pilottihankkeen tarkoituksena oli juurruttaa Green care- toiminta osaksi hankkeessa mukana olevien sosiaali- ja terveyspalveluita tarjoavien yhteistyötahojen toimintaan. Hankkeen aikana Green care- toimintaa kuvattiin ja juurrutettiin kuntoutuspalveluiden arkeen sopivaksi palvelumuotoilun vaiheita työstämällä, kuvailemalla ja toistamalla. Pilottihankkeen tavoitteena oli sotejärjestöjen käytössä oleva, omaan toimintaan soveltuva Green care- toiminnan vuosikello, joissa menetelmälliset toiminnot oli kuvattu ja aukikirjoitettu. Lisäksi tavoitteena oli luontotoimintojen sisällyttäminen pysyvämmiin sotejärjestöjen arkeen sekä toiminnan toteuttaminen suunnitelmallisemmin sekä tavoitteellisemmin. (Vihreä Veräjä s.a.)

Pilottihankkeen aikana Setlementti Ukonhattu ry:ssä toteutettiin erilaisia Green care- toimintaan pohjautuvia toimintoja, kuten luonnossa liikkumista, vuodenaikojen mukaisia pihatöitä, retkiä, puutarhatoimintaa, vihersisustamista sekä kesäkanalan perustaminen. Myös erilaisia luontoelementtejä hyödynnettiin monipuolisesti asumispalveluyksiköissä erilaisten kädentaitojen ja askartelun kautta. Vehmaston ym. (2021, 10) mukaan luontoperusteista toimintaa voidaankin toteuttaa asumispalveluyksiköissä esimerkiksi rakennetun ympäristön ja luontomateriaalien avulla. Hyödyntämällä mm. vihersisustusta, asumispalveluiden ikkunanäkymää sekä äänimaisemaa ja luontokuvia, voidaan saavuttaa erilaisia luonnon hyvinvointivaikutuksia. Erilaisten luontoelementtien hyödyntäminen asumisympäristön välittömässä läheisyydessä voi vaikuttaa positiivisesti myös luovaan suorituskyykyyn, rohkaista joustavaan ajatteluun sekä toimia merkityksellisenä inspiraationa arjen keskellä. (Williams yms. 2018.)

Asumispalveluiden läheisyyteen voidaan myös rakentaa esim. viherympäristöjä, kuten Setlementti Ukonhatussa rakennettu puutarha, joissa tapahtuvaa toimintaa sovelletaan monenlaiseen kuntoutukseen ja hoivaan mm. mielenterveys- ja vammaistyössä. (Vehmasto, 2021, 10.) Rappen (2021) mukaan luonto asumispalveluiden ympäristössä tarjoaa asukkaille erilaisia aistielämyksiä sekä tukee fyysistä aktiivisuutta mm. toiminnan ja ulkoilun kautta. Luonto voi myös edistää asuinympäristön viihtyisyyttä sekä edistää ihmisten kokemaa yhteisöllisyyttä. (Rappe, 2021.)



KUVA 1 & 2. Setlementti Ukonhattu ry:n kesän aikaista Green care- toimintaa (Suomalainen 2021).

Asumispalveluihin sovellettavat Green care- toimintamenetelmät liittyvät asiakkaiden hyvinvoinnin ja toimintakyvyn edistämiseen sekä ylläpitämiseen. Green care- toiminta asumispalveluita käyttäville asiakkaille voi olla osa yksilön hoivaan ja hoitoon liittyvää palvelua, osa asiakkaan kuntoutussuunnitelman tai sosiaalisen vahvistamisen mukaista prosessia. Keskeistä Green care- toimintaan pohjautuvassa kuntoutumisprosessissa on, että se etenee asiakkaan omilla ehdoilla ja työntekijän tarjoaman tuen sekä luontolähtöisten menetelmien avulla. (Tolvanen 2017, 21.)

4 TARKOITUS JA TAVOITE

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää työntekijöiden kokemuksia Green care- toiminnasta, sen toteuttamisen mahdollisuuksista ja kehittämiskohteista Setlementti Ukonhattu ry:n palvelukodissa.

Opinnäytetyön tavoitteena oli kerätyn tiedon perusteella kehittää edelleen Setlementti Ukonhattu kuntoutustoimintaa kehitysvammaisten sekä mielenterveyskuntoutujien toimintakyvyn ylläpitämisen sekä hyvinvoinnin tueksi. Lisäksi opinnäytetyön tavoitteena oli hyödyntää Setlementti Ukonhattu ry:n työntekijöiden kokemuksia osana Green care- suunnitelmaa, jota tullaan hyödyntämään Setlementti Ukonhattu omassa toimintasuunnitelmassa.

Tutkimuskysymyksinä oli:

1. Mitä lisäarvoa Green care- toiminta tuo asiakastyöhön?
2. Miten näet/koet Green care- toiminnan mahdollisuudet, kehittämiskohteet ja turvallisuus kysymykset Setlementti Ukonhattussa?
3. Millaisia tuen, ohjauksen tai koulutuksen tarpeita työntekijöillä on Green care- toiminnan toteuttamiseksi?

5 OPINNÄYTETYÖN MENETELMÄ

5.1 Työn tilaaja ja kohderyhmä

Tämän opinnäytetyön tilaajana toimi Setlementti Ukonhattu ry. Setlementti Ukonhattu ry tarjoaa asumispalveluja kehitysvammaisille, mielenterveyskuntoutujille sekä vanhuksille. Osana sen toimintaa ovat myös asiakasryhmille suunnatut päivätoiminnat sekä kansalaistoiminta. Setlementti Ukonhattu on perustettu Leppävirralle vuonna 1995 ja se toimii yhtenä Suomen Setlementtiliiton jäsenyhdistyksenä. Suomessa setlementtiliike toimii sekä henkisen, sosiaalisen että sivistyksellisen pääoman lisäämiseksi kokonaisvaltaisella ja pitkäjänteisellä työtavalla. Sen työtapaan kuuluu mm. rakentaa ihmisten välistä yhteistyötä, luottamusta sekä suvaitsevaisuutta. Setlementti Ukonhattu ry on sitoutunut hyvinvoinnin edistämiseen ja mielekkään elämän sekä lähiyhteisöjen kehittämiseen. Suomalaisen setlementtityön perusajatuksena on, että se on monialaista ja kokonaisvaltaista tukea ihmisenä ja lähimmäisenä kasvamiseen. (Setlementti Ukonhattu ry, s.a.b)

Opinnäytetyön kohderyhmänä olivat Setlementti Ukonhattu ry yksikön, Kimppatalon ohjaajat. Opinnäytetyöhön osallistuville työntekijöille jaettiin tiedote (LIITE 1) opinnäytetyöstä. Työntekijöiden osallistuminen opinnäytetyöhön perustui täysin heidän vapaaehtoiseen suostumukseensa (LIITE 2) ja haastateltavat rekrytoitiin opinnäytetyöhön työnantajan suostumuksella työntekijöiden työajalla. Opinnäytetyöhön osallistuneilta työntekijöiltä kerättiin taustatietoja opinnäytetyön kohderyhmän kuvailua varten (LIITE 3). Kimppatalolla työskenteli opinnäytetyön tekohetkellä 15 työntekijää. Työntekijät muodostuivat sosiaali- ja terveysalan ammattilaisista; lähihoitajista, terveydenhoitajasta, hoivapulaisesta sekä sosionomeista. Työntekijöiden ikäjakauma oli 23–54 vuotta. Opinnäytetyön kohderyhmässä oli sekä naisia että miehiä, joiden ammatillinen kokemus sosiaali- ja terveysalalla vaihteli vasta uraansa aloittelevista jo vuosikymmenten kokemuksen omaaviin ammattilaisiin.

5.2 Laadullinen tutkimus

Tämän opinnäytetyön tutkimusmenetelmänä oli laadullinen tutkimus. Laadullisessa tutkimuksessa tutkimuksen lähestymistapa keskittyy ilmiöiden ymmärtämiseen. Tutkimusmenetelmänä laadullinen tutkimus mahdollistaa erilaisten ilmiöiden ymmärtämisen, eli sen, mistä ilmiöistä, tässä tapauksessa työntekijöiden subjektiivisista kokemuksista ja näkemyksistä liittyen Green care- toimintaan, on kyse. (Kananen 2015, 70; Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2015, 104.)

Laadullinen tutkimusote sopii tähän opinnäytetyöhön, sillä se tutkii erilaisia ihmisten antamia merkityksiä ja kokemuksia, joita Green care- pilottihankkeen aikana ilmenee, sekä se syventyy näihin ilmiöihin tarkemmin. (Kananen 2015, 70–71; Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2015, 104.) Laadullinen tutkimus toimii avaimena ilmiöiden ymmärtämiseen ja sitä kautta tiedon teoretisoimiseen. Valitsinkin laadullisen tutkimusotteen opinnäytetyöhöni sen tuottaman omakohtaisen tiedon takia. Opinnäytetyön tarkoituksen ja tavoitteen selvittämiseksi oli tärkeää saada tietoa haastateltavan itsensä kertomana. (Hirsjärvi, Remes ja Sajavaara 2005, 155.)

5.3 Aineistonkeruumenetelmänä teemahaastattelu

Laadullisista aineistonkeruumenetelmistä valitsin teemahaastattelun. Puusan ja Juutin (2020, 106-107) mukaan teemahaastattelussa oletetaan, että haastateltavat ovat käyneet läpi jonkin prosessin tai kokeneet tietyn asian, josta heille on syntynyt subjektiivisia käsityksiä. Tämän vuoksi koin teemahaastattelun palvelevan opinnäytetyöni tarkoitusta parhaiten, sillä juuri tässä aineistonkeruumenetelmässä tutkittavan kohderyhmän, Setlementti Ukonhattu ry:n työntekijöiden, subjektiiviset kokemukset Green care- toiminnasta pääsivät parhaiten esille. Teemahaastattelu myös mahdollisti keskustelun kulun tutkijan toivomilla aihealueilla, vaikka kysymysten tarkka järjestys ja muoto puuttivat. Teemahaastattelun avulla oli tarkoitus löytää opinnäytetyön tarkoituksen ja tavoitteen mukaisesti merkityksellisiä vastauksia. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara, 2005, 155, 196.)

Tutkittavien työntekijöiden teemahaastattelu (LIITE 4) rakentui opinnäytetyön tarkoituksen ympärille hyödyntämällä aihetta käsittelevää teoriakirjallisuutta. Puusan ja Juutin (2020, 107) mukaan tutkijan perehtyminen tutkittavan aihealueen teoriakirjallisuuteen on tärkeää, sillä näin tutkija syventää omaa ymmärrystään tutkittavasta ilmiöstä. Myös teemahaastattelun onnistumisen kannalta Puusa ja Juuti (2020, 107) toteavat tutkijan riittävän ymmärryksen tutkimuksen kohteena olevasta ilmiöstä olevan keskeistä. Teemahaastattelu sisälsi kolme pääteemaa sekä niiden apukysymykset. Ensimmäinen pääteema oli työntekijöiden kokemukset Green care- toiminnasta, joka apukysymyksien avulla vastaa kysymykseen, mitä lisäarvoa Green care- toiminta tuo asiakastyöhön. Toinen pääteema Green care- toiminnan mahdollisuuksista, kehittämiskohteista ja turvallisuudesta osana asiakastyötä Setlementti Ukonhattu ry:ssä, nostaa apukysymyksineen esille mahdollisia kehittämiskohteita ja ideoita sekä niitä haasteita ja turvallisuuskysymyksiä, joihin tulee Green care- toimintasuunnitelmassa kiinnittää erityistä huomiota. Kolmas pääteema vastasi tutkimuskysymykseen millaisia tuen, ohjauksen ja koulutuksen tarpeita työntekijöillä oli Green care- toiminnan toteuttamiseksi.

Teemahaastattelut suoritettiin Setlementti Ukonhattu ry:n yksikössä, Kimppatalolla syys-lokakuussa 2021. Haastattelujen ajankohta oli ennalta suunniteltu. Opinnäytetyön teemahaastatteluiden toteutuspaikkana toimi Kimppatalo, jossa Green care- toimintaa fyysisesti toteutettiin. Kaikki opinnäytetyön haastattelut suoritettiin Kimppatalolla. Paikka oli haastateltaville tuttu ja luontainen toimintaympäristö, jolla tutkijana pyrin siihen, että haastattelutilanteet toteutuisivat mahdollisimman luontaisesti. Haastateltavilla oli mahdollisuus tutustua teemahaastattelun runkoon etukäteen opinnäytetyöni suunnitelmasta, jonka vein Kimppatalon työntekijöiden saataville tulostetussa, kirjallisessa muodossa. Näin haastateltavat pystyivät halutessaan tutustumaan etukäteen mm. opinnäytetyön aiheeseen sekä teemahaastattelurunkoon, joka oli opinnäytetyön suunnitelmassa luettavissa.

Teemahaastattelut suoritin Kimppatalolla, yksikön toimistossa. Haastattelut toteutuivat pääsääntöisesti työntekijöiden vuorojen vaihteessa, jolloin paikalla oli enemmän henkilökuntaa. Näin haastattelutilanteet saatiin rauhoitettua mahdollisilta ulkopuolisilta häiriötekijöiltä. Teemahaastattelut nauhoitettiin myöhempää litterointia varten. Jokaiselta tutkimukseen osallistuvalla pyydettiin suostumus ja kerättiin tietoja taustatietolomakkeeseen (LIITE 3), jonka haastateltavat täyttivät ennen haastattelujen aloitusta. Opinnäytetyöhön osallistuvat saivat myös tietosuojailmoitukset. Tietosuojailmoitusta ei esitetä tässä työssä erillisinä liitteenä opinnäytetyön tekijän yksilöityjen henkilötietojen vuoksi. Ruusuvooren ja Tiittulan (2017, 40) mukaan haastattelutilanne on hyvä aloittaa johdattelemalla haastateltava varsinaiseen haastatteluun kertomalla yleisesti, mistä opinnäytetyössä ollaan kiinnostuneita ja mitä haastattelun aikana tapahtuu. Ennen haastattelua kerroin tutkijan roolissa työni keskeisimmät asiat, kuten mitä opinnäytetyö koski, sen toteutuksesta sekä korostin haastateltavien vapaaehtoisuudesta osallistua opinnäytetyöhön. Haastattelujen jälkeen haastatteluun osallistuvilla työntekijöillä oli mahdollisuus keskustella, miltä haastattelutilanne tuntui ja esittää ajatuksiaan sen aikana heränneistä ajatuksista.

5.4 Aineistonanalyysi

Opinnäytetyön tutkimusaineisto analysoitiin sisällönanalyysillä. Sisällönanalyysillä pyritään tekemään aineistosta jäsenneilyä sekä yhtenäistä informaatiota, jotta tutkimuksen tulkinta ja johtopäätökset ovat mahdollisia. Sisällönanalyysillä voidaan analysoida sekä suullista kommunikaatiota että kirjallista aineistoa. Siinä haetaan inhimillisten merkitysten kokonaisuuksia ja pyritään kuvaamaan aineiston sisältöä mahdollisimman tarkasti. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 117–118.)

Opinnäytetyössäni teemahaastattelut nauhoitettiin ja aukikirjoitettiin tekstidokumenteiksi. Tekstidokumentit kirjoitin Word-tekstinkäsittelyohjelmalla hyödyntämällä Tahoma-fonttia fonttikoolla 10, rivivälillä 1,5. Tekstidokumentteja syntyi yhteensä 39 sivua. Opinnäytetyössä nauhoitettu aineisto ja siitä aukikirjoitetut tekstidokumentit säilytettiin koko opinnäytetyön prosessin ajan tutkijan hallussa, jonka jälkeen ne tuhottiin. Aukikirjoitetut tekstidokumentit analysoin aineistolähtöisesti. Aineistolähtöisessä analysoinnissa aineiston analyysi ja luokittelu tapahtuu aineistosta käsin, objektiivisten havaintojen kautta. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 109.) Sisällönanalyysin aloitin aukikirjoitettujen tekstidokumenttien pelkistämällä. Pelkistämällä tarkoitetaan tässä asiayhteydessä sitä, että jätin aineistosta tutkimukselle epäolennaisen tiedon pois. Etsin kerätystä aineistosta alkuperäisilmaisuja, jotka kuvasivat tutkimustehtävää. Korostin samaa kuvaavat alkuperäisilmaisut värikoodein, jolloin erilaisten ilmiöiden erottelu jäsenyi itselleni järkevästi. Taulukoin tutkimustehtävää kuvaavat alkuperäisilmaisut ja niitä kuvaavat pelkistetyt ilmaukset. Kuviossa 3. on esimerkki aineiston pelkistämisestä.

ALKUPERÄISILMAUKSET	PELKISTETYT ILMAUKSET
<i>"...ne alko keskenään jakamaan vastuuta siitä, kuka tekee mitään."</i>	Vastuunjakaminen erilaisista tehtävistä
<i>"Yhdessä sitten suunnittelivat ja toteuttivat, pitivät niinku kasveista huolta."</i>	Yhdessä suunnittelu ja toiminnan toteutus
<i>"No kyllä se on näkynyt esimerkkinä niin, että asiakas ei oo jäänyt vaan omaan huoneeseen, vaan on omaehtoisesti hakeutunut hoitamaan ulos kasveja. Siinä samalla tulee tekemistä ja voi kokea merkityksellistä tekemistä."</i>	Arkiosallisuuden lisääntyminen

Kuvio 3. Aineiston pelkistäminen alkuperäisilmauksista

Pelkistämisen jälkeen aloitin aineiston ryhmittelyn. Aineiston ryhmittelyllä tarkoitetaan klusterointia, jossa Tuomen ja Sarajärven (2018, 92) mukaan keskitytään käymään tarkasti läpi alkuperäisilmaukset. Alkuperäisilmauksista etsitään aineistosta samankaltaisia ja/tai toisistaan eroavia käsitteitä. Tämän ryhmittelyn myötä syntyy erilaisia luokkia, joista muodostuu alaluokkia. Alaluokat nimesin luokan sisältöä kuvaavilla käsitteillä. Tuomi ja Sarajärvi (2018, 92) toteavat aineiston tiivistyvän luokittelussa, sillä siinä yksittäiset tekijät sisällytetään yleistettävimpiin käsitteisiin. Ryhmittelyn myötä syntävä aineiston tiivistyminen luo tutkittavasta ilmiöstä alustavia kuvauksia, jotka luovat pohjan tutkimuksen perusrakenteelle. Aineiston ryhmittelyn jälkeen tehdään aineiston käsitteellistäminen, eli abstrahointi. Abstrahoinnissa erotetaan tutkimuksen kannalta olennaisin tieto ja tämän valikoidun tiedon perusteella muodostetaan erilaisia teoreettisia käsitteitä. Abstrahointi etenee teoreettisiin käsitteisiin ja johtopäätöksiin alkuperäisilmauksien käyttämisestä kielellisistä ilmauksista. Teoreettisen viitekehyksen kanssa luodaan yleinen ajatuskokonaisuus, joka vastaa aineistoa. Aineistolähtöisessä analysoinnissa päättely etenee induktiivisesti käytännöstä kohti teoriaa. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 93; Vilka 2021, 110.)

Vaikka aineistolähtöinen analyysi lähtee aineistosta käsin, on huomattava, että sitä pystytään harvoin toteuttamaan ilman minkäänlaista teoriaa. Jo pelkästään opinnäytetyöni tutkimusasetelma, käytetyt käsitteet ja menetelmät ovat ennalta määrättyjä tutkimusprosessissa ja voivat siten vaikuttaa tuloksiin. Objektivisesta havainnoinnista huolimatta tutkijan aikaisempi teorian tieto siis vaikuttaa siihen, millaisia havaintoja aineiston analyysissä tehdään. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 109; Vilka 2021, 110.)

Kuvailen tutkimuskysymysten kaksi ja kolme aineiston tulokset, koska teemahaastattelussa esiin nousut aineistomateriaali jäi niiltä osin niukaksi. Nämä tutkimuskysymykset kuvaillaan mahdollisimman tarkasti vastaajien vastausten mukaisesti.

6 TULOKSET

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää työntekijöiden kokemuksia Green care- toiminnasta, sen toteuttamisen mahdollisuuksista ja kehittämiskohteista Setlementti Ukonhattu ry:n palvelukodissa.

Ensimmäisenä tutkimuskysymyksenä oli esittää, mitä lisäarvoa Green care- toiminta tuo asiakastyöhön. Opinnäytetyön aineistosta muodostui yhdistävänä tekijänä pääluokka: Green care- toiminta sosiaalisen toimintakyvyn edistäjänä (kuvio 4.) Opinnäytetyöhön osallistuvat työntekijät kuvasivat havaintojaan ja kokemuksiaan liittyen asiakkaisiin, kun asiakastyössä oli käytetty erilaisia Green care- toimintaan liittyviä menetelmiä. Vastajat kuvasivat myönteisiä havaintoja laajasti ja vastauksissa korostuivat ja toistuivat seuraavat teemat: osallisuus, ryhmän yhteisöllisyys ja minä toimijana arjessa. Nämä kolme käsitettä muodostivat sisällönanalyysin yläluokat. Opinnäytetyön tutkimusaineistosta muodostunut sisällönanalyysi pelkistetyistä ilmauksista pääluokkaan on nähtävissä kuviossa 4.

PELKISTETYT ILMAUKSET	ALALUOKAT	YLÄLUOKAT	PÄÄLUOKKA
Toimintaan osallistumisen mahdollistaminen ja arkiaktiivisuuden lisääntyminen Asukkaiden keskinäiset suhteet	Osallistuminen toimintaan Sosiaaliset kontaktit	OSALLISUUS	Green care- toiminta sosiaalisen toimintakyvyn edistäjänä
Yhdessä suunnittelu ja toiminnan toteutus Vastuunjakaminen erilaisista tehtävistä Asukkaiden kokoontuminen yhteen	Vastuunottaminen ryhmän toiminnasta Yhdessä suunnittelu ja tekeminen Tunne yhteenkuuluvuudesta	RYHMÄN YHTEISÖLLISYYS	
Onnistumisen kokemukset Tunteiden laajempi kirjo Vuorovaikutuksen lisääntyminen ja sen muutokset	Minäpystyvyys Tunteiden esiintyminen Vuorovaikutus muihin ihmisiin	MINÄ TOIMIJANA ARJESSA	

Kuvio 4. Tutkimusaineistosta muodostunut sisällönanalyysi

6.1 Osallisuus

Valtaosa vastaajista koki Green care- toiminnan tuovan lisäarvoa kuntouttavaan asiakastyöhön. Sen nähtiin osallistavan asiakkaita yhteiseen, suunniteltuun toimintaan. Osa vastaajista oli kokenut Green care- toimintojen lisänneen asiakkaiden osallisuutta toimintaan osallistumisen ja sosiaalisten kontaktien lisääntymisen myötä. Green care- toiminnan kuvattiin edistävän Setlementti Ukonhattu ry:n asiakkaiden keskinäisiä suhteita yhteisellä toiminnalla. Asiakkaiden osallisuuden ilmentymistä vastaajat kuvasivat toimintaan osallistumisen sekä lisääntyneiden sosiaalisten kontaktien kautta.

Osallistuminen toimintaan

Vastaajat kuvasivat Green care- toiminnan lisäävän asiakkaiden arkiaktiivisuutta. Vastaajien mukaan palveluasumisyksikön ympäristön virikkeellistäminen esimerkiksi kesäkanalalla, lisäsi asiakkaiden omaehtoista ulkoilua ja toimintaan osallistumista. Myös puutarhatoiminnan mahdollistaminen nähtiin yhtenä osallisuutta edistävänä toimintana. Yksi vastaajista kuvasi esimerkkinä, kuinka puutarhatoiminta oli hänen kokemuksensa mukaan lisännyt asiakkaan arkiaktiivisuutta:

"No kyllä se on näkynyt esimerkkinä niin, että asiakas ei oo jäänyt vaan omaan huoneeseen, vaan on omaehtoisesti hakeutunut hoitamaan ulos kasveja. Siinä samalla tulee tekemistä ja voi kokea merkityksellistä tekemistä."

Sosiaaliset kontaktit

Haastateltavat kuvasivat Green care- toimintojen lisänneen asiakkaiden keskinäisiä sosiaalisia kontakteja erilaisissa ryhmätoiminnoissa. Luomalla yhteistä toimintaa asiakkaiden sosiaaliset kontaktit lisääntyivät arjessa. Yhteisen toiminnan kuvattiin edistävän asiakkaiden keskinäisiä vuorovaikutussuhteita, sillä asiakkaiden tuli huomioida toiminnan lomassa myös muita. Yksi haastateltavista kuvasi sosiaalisten kontaktien merkitystä seuraavasti:

"On sillä paljonkin merkitystä voinnin kannalta istutko yksin omassa huoneessa vai lähdetkö mukaan toimintaan, jossa kohtaat muita vertaisia. Kohtaamalla muita mukavan tekemisen ohella, voi hetkeksi unohtaa omat murheet, joita saattaisi vaan yksin ollessa päässään pyöritellä."

6.2 Ryhmän yhteisöllisyys

Yhteinen tekeminen ja yhteisöllisyys korostui useassa vastauksessa keskusteltaessa Green care- toimintojen tuomasta lisäarvosta kuntouttavassa asiakastyössä. Vastaajat kuvasivat Green care- toiminnan edistävän Setlementti Ukonhattu ry:n asiakkaiden yhteisöllisyyttä. Asiakasryhmän yhteisöllisyyttä kuvattiin asiakkaiden vastuunottamisena oman ryhmän toiminnasta, yhteenkuuluvuuden tunteesta sekä toiminnan yhdessä suunnittelun ja tekemisen kautta.

Vastuunottaminen ryhmän toiminnasta

Työntekijät kuvasivat asiakkaiden osallistuneen erilaisiin Setlementti Ukonhattu ry:ssä toteutettaviin Green care- toimintoihin ryhmässä. Ryhmät eivät olleet ennalta määrättyjä, vaan toimintaan sai jokainen asiakas osallistua omien mieltymystensä mukaisesti. Useammassa vastauksessa nousi esille, että eritoten mielenterveyskuntoutujien keskuudessa oli havaittavissa omaehtoista ryhmäytymistä toimintojen äärelle. Työntekijät kuvasivat tätä ryhmäytymistä asiakkaiden omaehtoisella kokoontumisella ja toiminnan toteuttamisella, vaikka toimintoja toteutettiin ohjatustikin. Työntekijät kuvasivat asiakkaiden ottaneen omaehtoisesti vastuuta toiminnan toteuttamisesta. Vastuunottamista kuvattiin eritoten kesäkanalan hoidon ja puutarhatoiminnan kautta. Useammassa vastauksessa esitettiin asiakkaiden ottaneen yksilöinä ja ryhmässä vastuuta. Eräs vastaaja kuvasi puutarhatoiminnan luomaa vastuunjakamista- ja kantamista seuraavasti:

"Oli se hieno huomata, miten ne alko keskenään jakamaan vastuuta siitä, kuka tekee mitään."

Tunne yhteenkuuluvuudesta

Vastauksissa nousi esille asiakkaiden yhteenkuuluvuuden tunteen korostuminen yhteisen tekemisen kautta. Vastaajat kuvasivat yhteenkuuluvuuden näyttäytyneen asiakkaiden keskuudessa "me- hen- gellä", jota yhteinen Green care- toiminta oli edistänyt. Kaksi haastateltavaa kuvasi asiakkaiden yh- teenkuuluvuuden tunteen näyttäytymistä seuraavasti:

"Paljon varsinkin "X-yksikön" asiakkaat tuo esille sitä, mitä me ollaan tehty ja tullaan tekemään. Jotenkin tosi innokkaasti ovat ottaneet toiminnan ja retkien suunnittelun omaksi toiminnakseen ja sellanen yhteen hiileen puhaltaminen näyttäytyy heidän yh- teisössä. Ovat kyllä rakentaneet sellasta me- henkeä."

"Toiminnassa kyllä korostuu se yhteishenki, miten asukkaat yhdessä haluaa tehdä asioita ja kokevat sen toiminnan myös tärkeänä."

Yhdessä suunnittelu ja tekeminen

Työntekijät kuvasivat asiakkaiden osallistuneen toiminnan suunnitteluun ja yhdessä tekemiseen. Asi- akkaat osallistuivat mm. yhteisten retkien ja puutarhatoiminnan sekä kesäkanalan hoidon suunnitte- luun ja toteutukseen. Useassa vastauksessa korostui yhdessä tekeminen. Yhdessä tekemistä kuvat- tiin yhdessä vastauksessa näin:

"...yhdessä sitten suunnittelivat ja toteuttivat, pitivät niinku kasveista huolta. Ja se, että ne kokoontu yhteen ja tekivät yhdessä ihan ilman ohjaajaakin oli kyllä hyvä juttu. Vähän semmosta yhteisohjautuvuutta vaikka viikottain ohjaajan kanssa sitä sen lisäksi toteuttivat."

6.3 Minä toimijana arjessa

Setlementti Ukonhattu ry:n työntekijät kokivat Green care- toiminnan lisäävän asiakkaiden toimijuutta. Green care- toimintaa ja asiakkaan toimijuutta kuvattiin useassa haastattelussa myönteisessä valossa. Asiakkaiden lisääntynyt toiminnallisuus nähtiin positiivisena vastapainona mahdolliselle toimimattomuudelle. Asiakkaan toimijuutta arjessa kuvattiin minäpystyvyyden, lisääntyneen vuorovaikutuksen ja tunteiden esiintymisen kautta.

Minäpystyvyys

Setlementti Ukonhatussa toteutetun puutarhatoiminnan kerrottiin mahdollistaneen asiakkaille onnistumisen kokemuksia. Usea vastaaja toi esille asiakkaiden ilon ja onnistumisen tunteita yhdessä saavutetuista tavoitteista. Vastaajat esittivät, että asiakkaat iloitsivat yhdessä, mutta asiakkaista oli myös yksilöinä havaittavissa minäpystyvyyden tunteita onnistumisten kautta. Vastaajat näkivätkin toiminnan edistäneen osan asiakkaiden itsetuntoa onnistumisten sekä yhteisen tekemisen myötä. Yksi työntekijä kuvasi asiakkaan onnistumista seuraavasti:

”Hienoa on seurata, miten joku pieni kasvi ja sen kasvattamisen onnistuminen sai asukkaassa niin voimakkaan riemun aikaan. Ja se iloinen ihmettely siitä onnistumisesta oli kyllä mahtavaa seurata. Ei niitä onnistumisen kokemuksia arjessa kyllä liikaa tuu...”

Vuorovaikutus muihin ihmisiin

Green care- toimintaan osallistumisen esitettiin mahdollistavan asiakkaiden ja ohjaajan välisen vuorovaikutuksen kehittymisen myönteisempään suuntaan. Vastaajat kuvasivat vuorovaikutuksen asiakkaiden kanssa olevan toiminnan lomassa vapaampaa, kun he pääsivät irtautumaan rutiininomaisista toimista Green care- toiminnan ympärille. Yksi vastaaja kuvasi asiaa näin:

”Eri tavalla tulee käytyä keskustelua siinä toiminnassa, kun se ei ole niin arkipäiväistä. Huomaa myös asiakkaista, miten niillä nousee omaehtoisesti puhetta ja muistoja toiminnan myötä.”

Vastaajat kuvasivat myös asiakkaiden keskinäisen vuorovaikutuksen lisääntyneen Green care- toiminnan lomassa. Asiakkaat keskustelivat itse toiminnasta sekä jakoivat keskenään niitä muistoja, joita toiminta heissä siinä hetkessä herätti. Vastaajat kuvasivat Green care- toiminnan nostaneen monessa asukkaassa muistoja omasta lapsuudesta, joita he myös jakoivat keskenään. Yksi vastaajista kuvasi asiaa näin:

”Se on hauska, miten joku toiminta herättää sellasia muistoja. Eri tavalla huomaa asukkaiden jakavan muistoja keskenään, kun ne oikeesti tekee jotakin sellasta, mikä muistuttaa jostakin tutusta. Jotkut jakoi keskenään muistoja lapsuudestaan, miten ne oli nostanu perunoita tai kitkeny kasvimaata mummon tai äidin kanssa.”

Tunteiden esiintyminen

Työntekijät esittivät havainneensa Green care- toiminnan yhteydessä asiakkaiden tunteiden näyttämisen siten, mitä ei välttämättä aikaisemmin asiakastyössä ollut havaittu. Useampi vastaaja kertoi havainneensa asiakkaan osoittavan hellyyden tunteita. Tunteiden osoittaminen ja niiden esiintymisen erilainen kirjo koettiin vastaajien mukaan eritoten eläinavusteisessa toiminnassa. Vastaajat olivat havainneet, että asiakkaan on helppo osoittaa hoidettavalle eläimelle tunteitaan. Myönteisten tunteiden osoittaminen koettiin tärkeäksi voimavaraksi toimintaympäristössä, jossa niitä muutoin saattaa olla vaikea näyttää. Myös negatiivisista tunteista vastaajat esittivät havaintojaan. Osa vastaajista toi esille, kuinka jollakin asiakkaalla saattaa olla pelkoja erityisesti eläimiin liittyen. He kokivat tärkeäksi, että eläinavusteinen toiminta oli tästä syystä vapaaehtoista ja ohjattua toimintaa.

"Ja sit jos vaikka pelkää koiria, kuten "X" niin musta on tärkeätä, että asiasta ilmoitetaan ajoissa asukkaille. Ne saa sit ite päättää osallistuuko toimintaan. Ohjaajien on tärkeätä olla tietosia siitä, mikä toiminta sopii kenellekin ja luodaan mahdollisuus ohjattuun, turvalliseen lähestymiseen, jos asukas haluaakin kokeilla jotain asiaa, mitä pelkää entuudestaan."

6.4 Green care- toiminnan mahdollisuudet, kehittämiskohteet sekä turvallisuus Setlementti Ukonhattu ry:ssä

Toisen tutkimuskysymyksen tarkoituksena oli kuvata Green care- toiminnan toteuttamisen mahdollisuuksia, kehittämiskohteita ja turvallisuutta Setlementti Ukonhattu ry:ssä. Vastaajat kuvasivat Green care- toiminnan toteuttamisen mahdollisuuksia omalla työpaikalla pääosin myönteisessä valossa. Suurin osa vastaajista koki Green care- toiminnan toteuttamisen olevan osin helppoa ja luontevaa ympäristössä, jossa puitteet erilaisille Green care- toiminnoille ovat ns. käden ulottuvilla. Esimerkkeinä vastaajat esittivät puutarhatoiminnan toteuttamisen mahdollisuuden asumisyksiköiden välittömässä läheisyydessä. Toiminto koettiin mielekkäänä, sillä vastaajat kuvasivat fyysisen siirtymisen kyseisen toiminnan äärelle olevan suhteellisen vaivatonta ajallisesti sekä ohjaajille että itse asukkaille, joilla mahdollisesti on erilaisia liikuntakyvyn rajoitteita. Osa vastaajista koki fyysisen etäisyyden erilaisten toimintojen toteuttamiselle olevan merkityksellistä, sillä silloin aikaa ei mene siirtymisiin, vaan toiminnan pariin päästään ilman suurempaa suunnitelmallista aikataulutusta. Yksi vastaajista kuvasi Green care- toiminnan toteuttamista asumisympäristön välittömässä läheisyydessä seuraavasti:

"Myös sillä on mun mielestä väliä, missä sitä toimintaa tehdään. Retket ja muut vie niin paljon aikaa siirtymisineen, niin on kiva, että voidaan ihan vaan siirtyä pihalle ja toteuttaa vaikka sitten sitä puutarhajuttua yhdessä. Silloin ei oo sitä ylimääräistä sähköstä aikatauluista ja muusta. Voi vaan keskittyä asukkaiden kanssa tekemiseen."

Tulevaisuuden kehittämisajatuksena liittyen Green care- toimintaan Setlementti Ukonhatussa useampi vastaaja nosti esille yhteistyön merkityksen eri sidosryhmien kanssa. Vastauksissa pohdittiin ja tuotiin esille mahdollisuuksia tehdä Green care- toiminnan ympärillä yhteistyötä paikallisten sidosryhmien kanssa. Vastaajat nostivat esille eri yhdistysten toimijoita, joilla on kosketuspintaa erilaisiin Green care- toimintoihin. Esimerkiksi kolme vastaajaa pohti mahdollisuutta tehdä yhteistyötä paikallisten maatilojen tai hevostallien kanssa. Vastaajat esittivät mm. erilaisia vierailuja maataloille ja maatilojen pienryhmätoimintaa, joita voisi kehittää yhteistyössä paikallisten toimijoiden kanssa Setlementti Ukonhatun asiakasryhmälle sopivaksi. Yksi vastaajista kuvasi ajatuksiaan näin:

"... sitten kanssa vois hyödyntää paikallisia maatiloja niin, että voisi käydä asukkaiden kanssa siellä tutustumassa ja ihmettelemässä. Miks ei vaikka jotain ryhmätoimintaa-kin voisi kehittää? Ja sit oon kuullu niistä kummieläin jutuista. Sellaistakin voisi miettiä."

Vastaajista osa nosti haasteelliseksi Green care- toiminnan toteuttamisen isossa ryhmässä, sillä silloin ohjaajan huomion jakaminen tasapuolisesti koettiin haastavaksi. Tämä nostettiin myös esille turvallisuuskysymyksenä. Vastaajat kuvasivat osan asiakkaista tarvitsevan ohjausta enemmän kuin toiset ja näin ohjaaja saattoi kokea omat resurssit puutteellisiksi, kun tarvittavaa ohjausaikaa ei ollut antaa kaikille riittävästi. Tämän vuoksi koettiin tärkeäksi, että ryhmätoiminta toteutettaisiin niin, että ryhmäkoot eivät olisi liian suuria. Myös yksilöohjauksen tarve nostettiin esille. Vastauksissa korostettiin myös erilaisten ryhmätoimintojen miettimistä ohjausresurssoinnin mukaan niin, että toiminnassa ei pääsisi esiintymään asiakkaan haastavaa käyttäytymistä. Yksi vastaaja kuvasi asiaa näin:

"On myös tärkeää, että mietitään, millaisessa ryhmässä toimitaan. Osa asukkaista tarvitsee enemmän ohjausta kuin toiset ja tämä on hyvä miettiä jo ennen toiminnan aloittamista. Suunnitelluilla ryhmillä tai yksilöohjauksella voidaan ehkäistä mahdollista asiakkaan haastavaa käyttäytymistä."

Jo aiemmin vastaajat sivusivat vastauksissaan tiettyjä turvallisuusasioita, joita Green care- toiminnassa tulisi heidän mukaansa huomioida. Esille nousivat toiminnan suunnitelmallisuus, ryhmäkoot, mahdollisten allergioiden ja pelkojen huomioiminen. Vastaajat kokivat, että turvallisuuskysymyksissä tulisi pohtia asiaa sekä asiakkaiden että työntekijöiden näkökulmasta. Eläinavusteisessa toiminnassa tulisi huomioida mahdolliset allergiat sekä pelot. Nämä osaltaan voivat määritellä sen, kuka toimintaan haluaa osallistua ja nämä asiat olivat vastaajien mukaan hyvä tiedostaa jo ennen toiminnan aloittamista. Turvallisen toiminnan takaamiseksi osa vastaajista koki ohjaajan perehtyneisyyden aiheen ympärille sekä hänen tuntemuksensa asiakkaista. Vastaajat kokivat, että ymmärrys asiakkaan tai asiakkaiden tarpeista, mieltymyksistä ja mahdollisista haasteista erilaisissa arjen toimintaympäristöissä olisi hyvä tiedostaa ennen toiminnan aloittamista. Vastaajat kuvasivat, että tuntemalla asiakkaan, oli toiminnan toteuttaminen asiakaslähtöisempää ja kaikille osapuolille mielekästä sekä turvallista. Kaksi tutkimukseen osallistuneista työntekijöistä kuvasivat asiaa omissa vastauksissaan näin:

"Silläkin on väliä, kuka toimintaa ohjaa. Tiedostamalla asiakkaan tarpeet ja mahdolliset arjen haasteet, voidaan ennakoita ohjaustilanteita aika pitkälle."

”Miittisin just sitä, miten asukas toimii eri toimintaympäristöissä ja ohjaustilanteissa. Kommunikaation pitää toimia joltakin osin puolin ja toisin ja ois hyvä, jos siinä olisi asukkaalle tuttu ohjaaja. Olisi sitten se toimintakin kaikille mielekästä.”

6.5 Setlementti Ukonhatun työntekijöiden tuen, ohjauksen ja koulutuksen tarpeet

Kolmantena tutkimuskysymyksenä oli Setlementti Ukonhatun työntekijöiden tuen, ohjauksen ja koulutuksen tarpeita liittyen Green care- toiminnan toteuttamiseen. Nykytilanteen selvittämiseksi työntekijöiltä kysyttiin heidän omaehtoisia kokemuksiaan liittyen Green care- toimintaan ja heidän motivaatioonsa sen toteuttamiseksi. Pääsääntöisesti työntekijät listasivat kattavasti Green care- toiminnan erilaisia menetelmiä ja osasivat kuvata, mitä Green care- toiminnalla tarkoitetaan. Vastauksissa korostuivat erilaiset toiminnot, joita vastaajat yhdistivät osaksi monipuolisia Green care- toimintoja. Erityisesti eläinavusteinen toiminta nousi usean haastattelun myötä esille myönteisenä toimintona monen vastaajan taholta. Vastaajat kuvasivat eläinavusteisia menetelmiä osana kuntouttavaa asiakastyötä ja vastaajien oma motivaatio eläinavusteisia menetelmiä kohtaan olivat kaikista myönteisimpiä. Vastauksissa nostettiin esille Kennelliiton kaverikoira-toiminta, kesäkanala sekä ratsastustoiminta. Kesäkanala ja ratsastustoiminta olivat uusia eläinavusteisia menetelmiä, jotka oli otettu kuntouttavan asiakastyön tueksi Setlementti Ukonhatussa Green care- pilottihankkeen myötä.

Haastatteluun osallistuvat työntekijät pääsivät vastaamaan, oliko heillä tuen, ohjauksen, koulutuksen yms. tarvetta Green care- toimintojen ohjaamiseen asiakastyössä. Vastaajat kuvasivat, että erilaisen Green care- toimintojen ohjaaminen onnistuu pääsääntöisesti, mutta sen yhdistäminen asiakkaiden kuntoutuksellisiin tavoitteisiin koettiin vielä vaikeaksi. Suurin osa vastaajista kertoivat tarvitsevänsä erityisesti koulutusta Green care- toiminnasta kuntoutuksen näkökulmasta. Osa vastaajista kertoi kokevänsä haastavana Green care- toiminnan yhteensovittamisen osaksi asiakkaan kuntoutussuunnitelmaa ja siihen kaivattiin lisää tukea sekä koulutusta. Yksi vastaaja kuvaili koulutuksen tarvettaan seuraavasti:

”Mitä ja miten sillä tavoitellaan asiakkaan kuntoutuksen tarpeita. Miten saan sen yhdistettyä osaksi asiakkaan kuntoutussuunnitelmassa kirjattuja tavoitteita.”

Vastaajat nostivat esille myös yhteisen suunnitelman tärkeyden. Mitä tavoitellaan ja miten. Kirjallista ohjeistusta Green care- toiminnasta, sen tavoitteista ja toteutumisesta omalla työpaikalla kaivattiin useammassa vastauksessa. Vastaajat kokivat tärkeäksi, että toiminta olisi suunnitelmallista ja sillä olisi selkeä tavoite osana asiakkaiden kuntoutustyötä.

”Ois hyvä kun ois sellanen ohjekirja tms. mistä vois lukea Green care:sta yleisesti ja josta voisi saada vaikka jotain vinkkejä toiminnan toteuttamiseen.”

7 POHDINTA

7.1 Tutkimustulosten arviointi

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää Setlementti Ukonhattu ry:n palvelukodissa työskentelevien työntekijöiden kokemuksia Green care- toiminnasta, sen toteuttamisen mahdollisuuksista ja kehittämiskohteista osana Setlementti Ukonhattu ry:n toimintaa. Opinnäytetyöni viitekehystenä oli sosiaalisen kuntoutukseen paikantuva Green care- toiminta. Opinnäytetyön tulokset osoittivat erilaisen Green care- toimintojen edistävän asiakkaiden sosiaalista toimintakykyä osallisuuden, yhteisöllisyyden sekä toimijuuden vahvistumisen kautta.

Green care- toiminnan tuoma lisäarvo asiakastyöhön

Valtaosa työntekijöistä koki Green care- toiminnan tuoneen lisäarvoa asiakastyöhön. Sen nähtiin edistävän kehitysvammaisten sekä mielenterveyskuntoutujien toimintakykyä sekä hyvinvointia asiakkaiden osallisuuden lisääntyessä. Osallisuuden lisääntymistä kuvattiin asiakkaiden toimintaan osallistumisen sekä arkiaktiivisuuden lisääntymisen kautta. Asiakkaiden lisääntynyt toiminnallisuus Green care- toiminnan myötä nähtiin positiivisena vastapainona mahdolliselle toimimattomuudelle. Osallisuutta esitettiin myös asiakkaiden sosiaalisten kontaktien lisääntymisen kautta. Työntekijät kuvasivat asiakkaiden keskinäisten sosiaalisten kontaktien lisääntyneen esim. heidän keskinäisen toimintansa lisääntyessä. Luonnon on osoitettuikin lisäävän sosiaalisia siteitä. Esimerkiksi Birch, Rishbeth & Payne (2020) toteavat tutkimuksessaan erilaisten luontokokemusten voivan auttaa luomaan yhteyden tunteen sekä luontoon, että ympärillä oleviin ihmisiin. Myös Tolvanen (2017, 24) toteaa luonnossa tapahtuvan toiminnan luovan uusia mahdollisuuksia ihmisten yhteisyyden kokemiseen sekä sosiaaliseen liittymiseen paikallisyhteisöissä.

Toimintaa ja asiakkaan lisääntynyttä toimijuutta arjessa kuvattiin useassa haastattelussa myönteisessä valossa. Työntekijät kuvasivat esimerkiksi eläinavusteisen toiminnan yhteydessä havainneensa paljon myönteisiä vaikutuksia asiakkaisiin, kuten asiakkaiden tunteiden osoittamisen helpottumisen. Useampi vastaaja kertoi havainneensa asiakkaan osoittavan hellyyden tunteita. Myönteisten tunteiden osoittaminen koettiin tärkeäksi voimavaraksi toimintaympäristössä, jossa niitä muutoin saattaa olla vaikea näyttää. Clayton & Myers (2015, 39) esittävät eläinten kanssa toiminnan etuja mm. sillä, että vuorovaikutus eläinten kanssa ei vaadi toimintaan osallistujalta erityisiä kielellisiä vaatimuksia, vastuullisuutta vuorovaikutuksesta tai sen jännitteistä. Toiminta eläimen kanssa ei edellytä tarkkaavaisuutta kuuntelemisesta, kohteliaisuuksista tai vuorottelusta. Yleensä eläimet eivät kykene ilmaisemaan ihmisten luomia käytänteitä tai moraalien normeja ja näin voimme kokea ne tuomitsemattomina. Eläimeen voi yksinkertaisesti kokea erityistä yhteyttä murehtimatta sen kielellisestä ilmaisemisesta. Myös Vehmasto & Lipponen (2021) tukevat edellä esitettyjä havaintoja omassa tutkimusartikkelissaan. Heidän mukaansa toiminta eläimen kanssa antaa sosioemotionaalista tukea sekä mahdollisuuden erilaisiin tunto- ja kosketusaistimuksiin. Eläimen välitön ja aito palaute voi antaa lohtua, auttaa purkamaan tunteita ja antaa läheisyyden tunnetta. Eläinavusteinen toiminta sopii tämän vuoksi erinomaisesti erityisryhmille, joilla voi olla erityisiä haasteita vuorovaikutuksen tai sosiaalisten suhteiden luomisessa omassa arkiympäristössään (Pavlidis 2008, 186–187).

Myös negatiivisista tunteista vastaajat esittivät omia havaintojaan. Osa asiakkaista saattoi pelätä esimerkiksi sääilmiöitä tai ei yksinkertaisesti halunnut osallistua toimintaan. Asiakkailla saattoi olla myös pelkoja erityisesti eläimiin liittyen. Työntekijät kokivat tärkeäksi, että eläinavusteinen toiminta oli tästä syystä vapaaehtoista ja ohjattua toimintaa. Vastauksissa eläinavusteisiksi toiminnoiksi nostettiin esille Kennelliiton kaverikoira-toiminta, kesäkanala sekä ratsastustoiminta. Kesäkanala ja ratsastustoiminta olivat uusia eläinavusteisia menetelmiä, jotka oli otettu kuntouttavan asiakastyön tueksi Setlementti Ukonhatussa Green care- pilottihankkeen myötä.

Toimijuuden lisääntymistä kuvattiin myös asiakkaiden ja työntekijöiden vuorovaikutuksen muutoksilla. Vastaajat kuvasivat vuorovaikutuksen asiakkaiden kanssa olevan Green care- toiminnan lomassa vapaampaa, kun he pääsivät irtautumaan rutiininomaisista toimista. Birch, Rishbeth & Payne (2020) havaitsivat tutkimuksessaan saman suuntaisia tuloksia. Heidän tutkimuksessaan havaittiin esimerkiksi sisälle tuodun luontoyhteyden mahdollistavan sosiaalisen ja turvallisen ilmapiirin, jossa osallistujat omaehtoisesti jakoivat toimintaan liittyen omia muistojaan.

Minäpystyvyyden tunnetta kuvattiin onnistuneen toiminnan kautta. Green care- toiminnan luomilla onnistumisen kokemuksille on merkittävä vaikutus, sillä minäpystyvyys merkitsee kokemuksista rakentuvaa suhdetta ympäristöön ja uskoa oman toiminnan positiivisiin vaikutuksiin. Pystyvyys, myönteinen identiteetti, itsetunto, arvostetuksi tulemisen ja osallisuuden kokemukset ovat tärkeitä edellytyksiä aktiiviselle toimijuudelle arjen tilanteissa ja yhteiskunnallisessa osallistumisessa. Green care- toiminnassa koetut onnistumiset voivat siirtyä muille elämänalueille vahvistuneena pystyvyyden tunteena ja mahdollisesti lisätä sitä kautta elämänhallinnan tunnetta. (Nousiainen 156, 2021; Sanderson & Lewis 2012.)

Työntekijät kuvasivat asiakkaiden lisääntyneen yhteisöllisyyden näkyneen ryhmäytymisen sekä vastuunjakamisen sekä sen ottamisen myötä. Soinin (2012, 251) mukaan erilaisten vastuutehtävien hoitaminen voikin tuottaa tunteen yksilön tarpeellisuudesta yhteisön jäsenenä sekä vaikuttamisen mahdollisuuden yhteisön yhteisen toiminnan lopputulokseen. Yhteisön toiminnasta saatu hallinnan tunne voi siirtyä yksilön omiin arjen toimintoihin ja vaikuttaa myönteisesti myös muihin oman elämän ratkaisuihin (Soini 2012, 251.) Yhteisöllisyyden rakentumista kuvattiin työntekijöiden havainnoilla asiakkaiden yhteenkuuluvuuden tunteen lisääntymisestä. Robbins & Judge (2022, 164) toteavatkin samansuuntaisesti ihmisten yhteisten kokemusten vahvistavan käsitystämme tapahtumista. Ne voivat lisätä siteen tunnetta ja luottamusta muita ihmisiä kohtaan. Luottamus lisää yhteisöllisyyttä. (Robbins & Judge 2022, 164.)

Työntekijät kuvasivat yhteisöllisyyttä myös asiakkaiden omaehtoisena haluna ottaa osaa erilaisiin toimintoihin ja he myös suunnittelivat sitä keskenään. Wiens, Soronen, Kyngäs & Pölkki (2021) havaitsivat tutkimuksessaan luonnossa vietetyn ajan lisäävän yhteenkuuluvuuden tunnetta sekä kokemuksen kuulumisesta johonkin suurempaan. Heidän tutkimuksessaan havaittiin myös luonnossa vietetyn ajan vähentävän koettua stressiä, joka toimi osaltaan motivaattorina luontoon hakeutumiselle yhä uudelleen.

Green care- toiminnan mahdollisuudet, kehittämiskohteet ja turvallisuus

Työntekijät kokivat Green care- toiminnan toteuttamisen mahdollisuudet omalla työpaikalla myönteisessä valossa. Green care- toimintaa kuvattiin helpoksi ja mielekkääksi toteuttaa ympäristössä, jossa puitteet erilaisille Green care- toiminnoille olivat työpaikan välittömässä läheisyydessä. Työntekijät olivat luoneet asumisympäristön välittömään läheisyyteen erilaisia Green care- toimintaan kuuluvia menetelmiä, joihin siirtyminen asiakkaiden kanssa oli esteetöntä ja ylimääräistä aikaa viemätöntä. Toimintaympäristön valinnalla ja esteettömiä toiminnan mahdollisuuksia luomalla voidaan tukea asiakkaan osallisuutta. Esteettömyys on yhteydessä toimintamahdollisuuksiin ja tosiasiallisten valintojen tekemisen mahdollisuuteen arjessa. (Särkelä-Kukko 2014, 40). Vastajat kuvasivat, että näin toiminta ei vaatinut ohjaajilta erillistä suunnitelmallisuutta toiminnan aikataulutukseen, kun siirtymisiin liikuntarajoitteisten asiakkaiden kanssa ei tarvinnut varata erillistä aikaa.

Tulevaisuuden kehittämisajatuksena liittyen Green care- toimintaan Setlementti Ukonhatussa useampi vastaaja nosti esille yhteistyön merkityksen eri sidosryhmien kanssa. Green care- toimintaa oli toteutettu pääasiassa paikallisesti Setlementti Ukonhatussa, ja vastauksissa korostuivat yhteistyön luomat mahdollisuudet toiminnan monipuolistamiseksi. Vastauksissa pohdittiin ja tuotiin esille mahdollisuuksia tehdä Green care- toiminnan ympärillä yhteistyötä paikallisten sidosryhmien kanssa. Vastajat nostivat esille eri yhdistysten toimijoita, joilla on kosketuspintaa erilaisiin Green care- toimintoihin. Vastajat esittivät mm. erilaisia vierailuja maatiloille ja maatilojen pienryhmätoimintaa, joita voisi kehittää yhteistyössä paikallisten toimijoiden kanssa Setlementti Ukonhatun asiakasryhmälle sopivaksi.

Työntekijät esittivät näkemyksiensä ja kokemustensa perusteella kattavasti erilaisia haasteita ja turvallisuuskysymyksiä, joita toiminnassa tuli ottaa huomioon. Tuloksista nousi esille, että toiminnan tulee olla suunnitelmallista ja ryhmäkoot tulee miettiä etukäteen turvallisen toiminnan mahdollistamiseksi. Työntekijät korostivat ohjaajan tuntemusta asiakkaista. Vastajat kokivat, että ymmärrys asiakkaan tai asiakkaiden tarpeista, mieltymyksistä ja mahdollisista haasteista erilaisissa arjen toimintaympäristöissä olisi hyvä tiedostaa jo ennen toiminnan aloittamista. Vastajat kuvasivat, että tuntemalla asiakkaan, oli toiminnan toteuttaminen asiakaslähtöistä ja kaikille osapuolille mielekäästä sekä turvallista. Tolvasen ja Jääskeläisen (2016, 32) mukaan Green care- toimintaan pohjautuva kuntoutusmalli perustuu asiakkaan ja työntekijän väliseen kumppanuuteen sekä yhteistoimintaan, jonka vuoksi ohjaajan asiakastuntemus voidaan nähdä toimivan yhteistyön edellytyksenä. Toiminnassa tuli työntekijöiden mukaan huomioida myös mahdolliset allergiat ja pelot. Tämä koski sekä asiakkaita, että työntekijöitä. Vastauksissa korostettiin, että Green care- toiminta ei välttämättä sovi kaikille ja tämä on hyvä tiedostaa jo ennen toiminnan aloittamista. Erilaiset luontoympäristöön liittyvät toiminnot eivät sovi kaikille ihmisille. Esimerkiksi erilaiset pelot ja omat motiivit voivat vaikuttaa kuntoutusmenetelmien vaikuttavuuteen ja tämä on hyvä huomioida kuntoutuskeinojen sopivuutta pohdittaessa.

Työntekijät kuvasivat tarvitsevansa koulutusta liittyen Green care- toiminnan tarkoituksen ja tavoitteiden sisäistämiseksi osana asiakastyötä. Osa vastaajista kertoi kokevansa haastavana Green care- toiminnan yhteensovittamisen osaksi asiakkaan kuntoutussuunnitelmaa ja siihen kaivattiin lisää tukea sekä koulutusta. Suurin osa vastaajista kertoivat tarvitsevansa erityisesti koulutusta Green care- toiminnasta kuntoutuksen näkökulmasta.

Tutkimustuloksia tarkasteltaessa on huomioitava, että opinnäytetyön tulokset ovat suuntaa antavia, sillä ne muodostuivat verrattain pienestä otoksesta ja siinä ei käytetty vertailuryhmää. Opinnäytetyö rakentui myös tutkijana ennalta määrittelemäni teoreettisen viitekehyksen sekä tutkimuskysymysten mukaisesti, joka vaikutti esitettyihin tutkimustuloksiin. Tuomen ja Sarajärven (2018, 109) mukaan opinnäytetyössä käytetty tutkimusasetelma, käytetyt käsitteet ja menetelmät ovatkin ennalta määritettyjä tutkimusprosessissa ja voivat siten myös vaikuttaa tuloksiin. Objektiiivisesta havainnoinnista huolimatta tutkijan roolissa aikaisempi teorianäkökulma on siis vaikuttanut siihen, millaisia havaintoja aineiston analyysissä olen tehnyt. Opinnäytetyön tuloksia kuitenkin tukevat kohderyhmältä saadut vastaukset Green care- toiminnan hyödyistä sekä aiemmat aiheeseen liittyvät tutkimustulokset.

7.2 Luotettavuus ja eettisyys

Opinnäytetyössäni pyrin hyödyntämään laajasti ajanmukaista alan kirjallisuutta, ammatillisia artikkeleja, verkkajulkaisuja sekä muita tutkimuksia. Etsin lähdemateriaalia mm. erilaisista tietokannoista, joista löysin monipuolisesti laadukkaita suomalaisia, että kansainvälisiä julkaisuja. Hyödynsin näitä monipuolisesti työni eri vaiheissa opinnäytetyön teoreettisesta viitekehyksestä aina työni johtopäätöksiin. Vilkan (2021, 132) mukaan opinnäytetyössä käytetyn lähdemateriaalin tulisikin olla laadukasta ja ajanmukaista unohtamatta lähdekritiikkiä sekä valitun aineiston tulee tukea työn tarkoitusta ja tavoitetta.

Opinnäytetyön luotettavuus syntyy koko opinnäytetyönprosessista, jonka tulee muodostua järjestelmällisestä sekä johdonmukaisesta työskentelystä. Tutkijan tulee pystyä arvioimaan kaiken aikaa omien valintojen joukkoa, niiden tarkoituksenmukaisuutta sekä johdonmukaisuutta suhteessa opinnäytetyön kohteeseen ja tavoitteisiin. Kaikki nämä tulee pystyä myös perustelemaan. (Vilkka 2021, 132.) Tämän vuoksi opinnäytetyönprosessissani pyrin aukikirjoittamaan tutkimuksen eri vaiheet mahdollisimman tarkasti sekä myös perustelemaan valintani mahdollisimman johdonmukaisesti. Kerättyä aineistoa pyrin käsittelemään sekä kokoamaan huolellisesti ja suunnitellusti läpi koko opinnäytetyönprosessin.

Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta lisäävät tutkimustulosten siirrettävyys toiseen kontekstiin sekä vastaavuus muihin tutkimuksiin. Opinnäytetyöni tulokset olivatkin samansuuntaisia kansainvälisten sekä suomalaisten tutkimustulosten kanssa, joita työssäni on myös hyödynnetty ja tuotu esille. Myös uskottavuus, joka syntyy mm. tutkimuksessa kerätyn aineiston totuudenmukaisuudesta lisää laadullisen tutkimuksen luotettavuutta. Laadullinen tutkimus, jossa tutkija kykenee ottamaan huomioon tutkimukseen ennustamattomasti vaikuttavat tekijät lisäävät tutkimuksen varmuutta. Tärkeä laadullisen tutkimuksen luotettavuutta lisäävä tekijä on työn riippumattomuus, eli se on toteutettu tieteellisen tutkimuksen yleisesti ohjaavin periaattein ja se on tarkistettu ulkopuolisen henkilön toimesta. Myös tämä opinnäytetyö on tarkistettu ulkopuolisten henkilöiden toimesta. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 120–121.)

Tieteellinen tutkimus ja opinnäytetyö on luotettavaa ja eettisesti hyväksyttävää, kun se on toteutettu hyvän tieteellisen käytännön mukaisesti. Tutkimuseettinen neuvottelukunta (TENK) on laatinut Hyvän tieteellisen käytännön ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa ohjeistuksen (2012). Hyvän tieteellisen käytännön ohjeistuksen (2012) mukaisesti tutkimuksessa tulee opinnäytetyön tulosten esittämisessä ja tallentamisessa sekä tutkimuksen tulosten arvioinnissa olla rehellinen ja tarkka yleistä huolellisuutta noudattaen. Tiedonhankinta, tutkimus- ja arviointimenetelmien tulee olla eettisesti kestäviä sekä tieteellisen tutkimuksen mukaisia. Tämän vuoksi kiinnitin erityistä huomiota opinnäytetyössäni tiedonhankinnan, teemahaastatteluiden toteuttamiseen ja omaan rooliini haastattelijana. Haastattelut toteutuivat laadultaan melko samanlaisina. Joitakin äänihäiriöitä esiintyi haastattelujen aikana, mutta ne eivät vaikuttaneet suuresti haastattelun kulkuun tai aineiston litteointiin tutkimuksen aineiston analysoinnin vaiheessa, jolloin kävin läpi nauhoitettua haastattelumateriaalia. Ensimmäisen haastattelun jälkeen käydessäni läpi nauhoitetta, huomasin esittäväni kysymykset suoraan, kirjakielellisesti. Tämä vaikutti haastattelun sisältöön siten, että haastattelijat kokivat kysymykset sekä mahdollisesti koko haastattelutilanteen virallisina ja vastaukset olivat enemmän mukaisia. Haastateltavien puhe tai kerronta ei ollut rönsyilevää vaan pikemminkin suoraviivaista ja jopa jännittänyttä. Kiinnitin huomiota tapaani esittää kysymykset seuraavissa haastatteluissa ja huomasin keskustelun olevan myöhemmin toteutuneissa haastatteluissa tuttavallisempaa ja vapaampaa, jolloin myös esiin tullut asiasisältö oli runsaampaa.

Haastattelutilanteissa syntyi muutamia hetkiä, jolloin kysyin haastateltavalta tarkentavana kysymyksenä, olinko ymmärtänyt hänen esittämänsä asiansa oikein. Toisen haastattelun aikana kiinnitin huomiota kysymysteni asetteluun monipolvisina, jolloin haastateltava aloitti vastaamisen viimeisenä esitetystä kysymyksestä ja aikaisemmin esitetyt kysymykset unohtuivat. Jouduimme palaamaan aiemmin kysytyihin kysymyksiin uudelleen. Ruusuvuori ja Tiittula (2017, 59) kirjoittavat, että haastattelijan on hyvä osata esittää kysymykset mahdollisimman selkeinä ja yksinkertaisina välttääkseen useita kysymyksiä sisältäviä kysymyssarjoja. Näin vastaaminen ei ole liian haastavaa haastateltavalle ja haastattelija saa vastaukset esittämiinsä kysymyksiin. Seuraavissa haastatteluissa esitinkin jokaisen kysymyksen omana kysymyksenään välttäen aiheuttamasta turhia vaikeuksia haastateltavalle. Näin toimimalla myös varmistin, että saan vastauksen jokaiseen esitettyyn kysymykseen ja haastattelu eteni luontevasti eteenpäin ilman turhaa toistoa.

Läpi opinnäytetyön prosessin toiminnan tulee olla avointa ja vastuullista. Pyrinkin toimimaan tutkijana vastuullisesti tiedottamalla omasta opinnäytetyöstäni viemällä opinnäytetyön suunnitelman työpaikalleni työntekijöiden luettavaksi. Näin työntekijöillä oli mahdollisuus tutustua rauhassa opinnäytetyöni aiheeseen ja sen tulevaan toteutukseen työpaikalla. Pyrin tutkijana toimimaan mahdollisimman avoimesti ja tiedotin opinnäytetyöni eri vaiheista työpaikallani tutkimukseen osallistuville henkilöille. Opinnäytetyössä on kunnioitettava muiden tutkijoiden työtä ja viitata käyttämiinsä julkaisuihin asianmukaisella tavalla. Erilaiset sidonnaisuudet tulee ilmoittaa opinnäytetyöhön osallistuville ja niistä tulee myös raportoida huolellisuutta käyttäen. (Hyvän tieteellisen käytännön ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa 2012, 6–7.)

Ihmisarvon kunnioitus ja siihen liittyvät normit jakautuvat itsemääräämisoikeuden kunnioittamiseen, yksityisyyteen, vahingoittamisen välttämiseen sekä tietosuojaan. Tämä voidaan pitää tutkimuseettisen toiminnan lähtökohtana. Tutkimusryhmän itsemääräämisoikeuden voidaan nähdä toteutuvan konkreettisesti, kun he suostuvat vapaaehtoisesti tutkimukseen osallistumisesta sekä tutkimus toteutuu informatiivisesti ja näkyvästi. Tutkimuseettisesti vapaaehtoisuuden tulee olla ehdotonta. Tässä opinnäytetyössä esitettiin kaikille siihen osallistuville henkilöille tarkasti toiminnan vapaaehtoisuus. Jokaiselta tutkimukseen osallistuvalla esitettiin myös suostumuskaavake, jossa kerroin tutkimuksen vapaaehtoisuudesta ja sen keskeyttämisen mahdollisuudesta. Tutkittavien päätöstä varten osallistua opinnäytetyöhön tarvitaan riittävää informaatiota tutkimuksen toteuttajasta, toteutuksesta, tarkoituksesta ja mitä tutkimukseen osallistuminen todellisuudessa tarkoittaa. Tämä varmistettiin riittävällä informaatiolla, erillisellä tiedotteella opinnäytetyöstä ja jättämällä yhteystiedot mahdollisia lisäkysymyksiä varten. (Kuula 2011, 60–62.)

Tutkijan tulee aina pyrkiä tutkittavien vahingon välttämiseen. Tässä opinnäytetyössä tutkittavien kunnioitava kohtaaminen, opinnäytetyöntekijän ymmärrys omasta asemasta suhteessa kohderyhmään ja itseensä sekä tulosten raportointi tutkittavia kunnioittavalla tavalla liittyvät konkreettisesti vahingon välttämiseen. Tässä opinnäytetyössä yksityisyyden suojelemiseen liittyy tunnistettavuuden välttäminen sekä tutkittavien oikeus antaa haluamiaan tietoja. (Kuula 2011, 60–63.) Tämän vuoksi tutkittavasta kohderyhmästä ei esitetä arkaluontoisia henkilötietoja yksityisyyden sekä tunnistamattomuuden suojaamiseksi. Opinnäytetyötä varten kerätyt taustatiedot esitetään yleisellä tasolla siten, että niitä ei voida henkilöidä yksittäiseen vastaajaan. Opinnäytetyössäni tämä on perusteltua, sillä yksikön ammattihenkilöiden rakenne muodostuu joiltakin osin yksittäisistä ammatinharjoittajista (mm. terveydenhoitaja ja hoitoapulainen) sekä yksikön työntekijöiden sukupuolijakauma voi mahdollistaa vastaajan tunnistettavuuden, jolloin yksityisyyden suoja saattaisi vaarantua. Opinnäytetyössä esitetään tutkittavan kohderyhmän ammatillinen rakenne, ikäjakauma sekä yleisesti mainitaan sukupuolietiedot kohdentamatta näitä tietoja yksittäisiin vastauksiin, joita opinnäytetyössä hyödynnettiin. Opinnäytetyössä ei käsitellä arkaluontoisia henkilötietoja, mutta kerätään taustatietoja vastaajajoukon yleiseen kuvaamiseen sekä teemahaastattelut nauhoitetaan. Tämän vuoksi tietosuojailmoitus oli tarpeellinen.

Opinnäytetyötä varten tutkimusluvan myönsi työnantaja, Setlementti Ukonhattu ry. Tutkimuslupa myönnettiin tämän opinnäytetyön suunnitelman sekä ohjaus- ja hankkeistamissopimuksen perusteella. Tämän lisäksi erillistä tutkimuslupaa ei tarvittu.

7.3 Tutkimuksen merkitys kuntoutuksen kentällä ja oma oppiminen

Opinnäytetyön tekeminen on avartanut itselleni kuntoutuksen työkentän moninaisuutta ja siinä hyödynnettävien työmenetelmien soveltamista erilaisten asiakasryhmien kanssa. Eritoten toiminnallisten menetelmien, kuten Green care- toiminnan käytön mahdollisuudet, on vahvistanut käsitystä asiakkaan keskeisestä roolista kuntoutusprosessissa. Toiminnallisilla sosiaalisen kuntoutuksen menetelmillä, joihin Green care- toimintakin sijoittuu, voidaan tukea asiakkaiden roolia entistä aktiivisemmaksi. Toiminnallisena menetelmänä Green care- toiminta voi tarjota asiakkaiden roolin muuntumisen aktiivisemmaksi omassa arjessaan- pelkästä toimintaan osallistujasta itse toiminnan toteuttajaksi. Romakkaniemen (2010, 150) mukaan oppiminen ei tapahdu tyhjiössä, vaan vuorovaikutuksessa toisiin ihmisiin ja sitä ehdollistavat ympäristön tarjoamat mahdollisuudet. Tämän vuoksi onkin tärkeää pyrkiä luomaan kuntoutuksellisia menetelmiä, joissa kuntoutujan mahdollista passiivista roolia horjutetaan. Kuntoutuja voi olla tutussa ja totutussa ympäristössä vetäytyvä ja motivoitumaton kuntoutussuunnitelman mukaisiin toimintoihin. Uudessa toimintaympäristössä kuntoutuja voi määrittyä uuden, itselleen merkityksellisen roolin kautta, kuten retkeilijänä, eläinten hoitajana tai puutarhurina. Kuntoutujan on kyettävä uskomaan omaan pystyvyyteensä, jotta hän kykenisi saavuttamaan kuntoutukselle asetetut tavoitteet. (Autti- Rämö 2021.)

Opinnäytetyön teon aikana yhteiskunnassamme on menossa suuria muutoksia, jotka vaikuttivat oman opinnäytetyöprosessin etenemiseen. Opinnäytetyötä aloittaessani en osannut hahmottaa realistista aikatavoitetta työn loppuun saattamiselle ja tämän vuoksi työn tekeminen viivästyi alkupe- räisestä suunnitelmasta merkittävästi. Opinnäytetyön teoreettisen viitekehyksen rakentaminen ja aineiston kerääminen sujui jouhevasti, mutta aineistonanalyysi vei yllättävän paljon aikaa. Aineiston pienuudesta huolimatta jouduin usein palaamaan sen pariin ja lukemaan kokoamaani aineistoa yhä uudelleen. Koin tämän opinnäytetyön vaiheen haasteellisimmaksi koko prosessissa.

Ohjaavan opettajan ohjauksessa opinnäytetyöprosessi on tuonut lisävarmuutta ja uskallusta tutki- muksen tekemiseen ja laajempaan tutkimukselliseen tiedonhakuun. Opinnäytetyöprosessi on opet- tanut hyödyntämään sekä soveltamaan tieteellisiä tutkimuksia kriittisesti kuntoutuksen monialaisella kentällä. Yhdessä kuntoutuksen opintojen kanssa opinnäytetyön tekeminen on lisännyt valmiuksia toimia sekä kehittää monialaisen kuntoutuksen palveluita uudistuvan sosiaali- ja terveystalouden kentällä.

7.4 Johtopäätökset ja jatkotutkimusaiheet

Opinnäytetyön tavoitteena oli kerätyn tiedon perusteella kehittää edelleen Setlementti Ukonhatun kuntoutustoimintaa kehitysvammaisten sekä mielenterveyskuntoutujien toimintakyvyn ylläpitämisen sekä hyvinvoinnin tueksi. Tämän opinnäytetyön tuloksista voidaan tehdä johtopäätös, jonka mukaan Green care- toiminnan voidaan todeta tukevan Setlementti Ukonhatun asiakkaiden, kehitysvammais- ten sekä mielenterveyskuntoutujien toimintakyvyn ylläpitämistä sekä hyvinvointia sosiaalisen toimin- takyvyn edistämisen näkökulmasta. Vaikka opinnäytetyön tulokset olivat suuntaa antavia, voidaan niitä hyödyntää Setlementti Ukonhatun kuntoutustoiminnan kehittämässä. Opinnäytetyön tulokset olivat myönteisiä ja rohkaisevat jatkamaan Green care- toiminnan kehittämistä edelleen osaksi arki- päiväistä kuntoutustoimintaa. Tässä opinnäytetyössä kerättyä tietoa tullaan hyödyntämään Kimppa- talon omassa Green care- suunnitelmassa. Siihen kirjataan myös niitä haasteita, kehittämiskohteita

sekä turvallisuuskysymyksiä, joita opinnäytetyön tuloksissa nousi esille. Näin Green care- suunnitelmasta muodostuu tosiasiallisista näkemyksistä ja kokemuksista työyhteisöä palveleva kokonaisuus. Green care- suunnitelman tarkoituksena on selkeyttää toiminnan tarkoitusta sekä sen tavoitteita osana Setlementti Ukonhatussa toteutettavaa kuntoutustyötä. Myös henkilökunnalle tulee tarjota koulutusta Green care- toimintojen yhdistämiseksi osaksi Setlementti Ukonhatussa toteutettavia kuntoutuspalveluja.

Opinnäytetyön jatkotutkimusaiheeksi ehdotetaan Green care- toiminnan vaikuttavuuden arviointia Setlementti Ukonhatussa. Vaikuttavuuden arviointi on tärkeää, kun halutaan kuvata jonkin toiminnan vaikuttavuutta asiakkaan tai asiakasryhmän kuntoutuksessa. Vaikuttavuuden arviointia ehdotetaan jatkettavan tämän opinnäytetyön myötä osallisuuden näkökulmasta, jota voidaan tarkastella esimerkiksi SOKRAN kehittämän osallisuusindikaattorin tai Pienet onnistumistarinat- työkalun avulla. Eritoten Pienet onnistumistarinat- laadullisena arviointityökaluna, selvittää vaikutusmekanismeja, eli sitä miten varsinainen toiminta on onnistunut edistämään asiakkaan tai asiakasryhmän osallisuuden kokemuksia. Vaikuttavuuden arviointi on tärkeä osa sosiaalipalveluiden kehittämistä. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2021c.)

LÄHTEET

- AUTTI-RÄMÖ, Ilona, RAJAVAARA, Marketta, SALMINEN, Anna-Liisa, YLINEN, Aarne, AALTO, Anna-Mari & SEPPÄLÄ, Olli 2016. Kuntoutuminen. Kustannus Oy Duodecim 2016. [e-kirja].
- AUTTI-RÄMÖ 2021. Kuntoutuksen vaikuttavuuden arviointi. Lääketieteellinen aikakausikirja, Duodecim. [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2022-03-15.] Saatavilla: <https://www.duodecimlehti.fi/duo16318>
- BIRCH, Jo, RISHBETH, Clare & PAYNE, Sarah R. 2020. Nature doesn't judge you- how urban nature support young people's mental health and wellbeing in a diverse UK city. [verkkojulkaisu] [Viitattu 2022-01-22.] Saatavilla: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S135382921931158X?pes=vor>
- de BOER, Bram, BUIST, Yvette, de BRUIN, Simone R, BACKHAUS, Ramona & VERBEEK, Hilde 2021. Working at Green Care Farms and Other Innovative Small-Scale Long-Term Dementia Care Facilities Requires Different Competencies of Care Staff. International Journal of Environmental Research and Public Health. 2021. [Viitattu 2021-10-11.] Saatavilla: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov.ezproxy.savonia.fi/pmc/articles/PMC8535722/>
- DOLLING, Ann, NILSSON, Hanna & LUNDELL, Ylva 2017. Stress recovery in forest or handicraft environments- An intervention study. Science Direct. [verkkoartikkeli]. [Viitattu 2022-02-21.] Saatavilla: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S161886671730465X?via%3Dihub>
- CLAYTON, Susan & Myers, Gene 2015. Conservation Psychology: Understanding and Promoting Human Care of Nature. ProQuest Ebook Central. [Viitattu 2021-09-15.] Saatavilla: <https://ebookcentral-proquest-com.ezproxy.savonia.fi/lib/savoniafi/reader.action?docID=4039481>
- COX, Daniel T. C, SHANAHAN, Danielle F, HUDSON, Hannah L, PLUMMER, Kate E, SIRIWARDENA, Gavin M, FULLER, Richard A, ANDERSON, Karen, HANCOCK, Steven & GASTON, Kevin J. 2017. Doses of Neighborhood Nature: The Benefits for Mental Health of Living with Nature. Oxford Academic. American Institute of Biological Sciences. [Viitattu 2022-02-22.] Saatavilla: <https://academic.oup.com/bioscience/article/67/2/147/2900179?login=false>
- Green care Finland ry s.a.a. Ympäristön merkitys kuntoutuksessa. [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2021-08-20.] Saatavilla: <https://www.gcfinland.fi>
- Green care Finland ry s.a.b. Eläinavusteiset menetelmät. [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2022-02-11.] Saatavilla: <https://www.gcfinland.fi/green-care-/menetelmat/elainavusteiset-menetelmat/>
- HØEGMARK, Simon, ANDERSEN, Tonny Elmoose, GRAHN, Patrik, MEJLDAL, Anna & ROESSLER, Kirsten K. 2022. The Wildman Programme. A Nature Based Rehabilitation Programme Enhancing Quality of Life for Men on Long-Term Sick Leave: Study Protocol for a Matched Controlled Study In Denmark. [verkkoartikkeli]. [Viitattu 2022-03-04.] Saatavilla: https://www.ncbi.nlm.nih.gov.translate.google/pmc/articles/PMC8582821/?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=fi&_x_tr_hl=fi&_x_tr_pto=sc
- JÄRVIKOSKI, Aila 2013. Monimuotoinen kuntoutus ja sen käsitteet. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2013:43. [Viitattu 2021-9-23.] Saatavilla: https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/70263/URN_ISBN_978-952-00-3457-3.pdf?sequence=1
- JÄRVIKOSKI, Aila. & HÄRKÄPÄÄ, Kristiina 2011. Kuntoutuksen perusteet. Helsinki: WSOYpro Oy.
- HIRSJÄRVI, Sirkka, REMES, Pirkko & SAJAVAARA, Paula. 2005. Tutki ja kirjoita. 11. painos. Helsinki. Kustannusosakeyhtiö Tammi
- Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa 2012. Tutkimuseettinen neuvottelukunta, TENK. [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2020-05-11.] Saatavilla: <https://www.tenk.fi>

KAHILANIEMI, Eeva 2019. Viherympäristöt ja puutarhat terveyden ja hyvinvoinnin edistäjinä. Levón-instituutin julkaisussa: Kohti luonnollista hyvinvointia. Näkökulmia luontoperustaisen toiminnan kehittämiseen. Ylilauri, Martta & Yli-Viikari, Anja 2019. Vaasan yliopisto. [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2021-08-26.] Saatavilla: <https://osuva.uwasa.fi>

KANANEN, Jorma 2015a. Opinnäytetyön kirjoittajan opas. Suomen Yliopistopaino OY- Juvenes Print 2015. [e-kirja].

KINNUNEN, Anu 2020. Teoksessa Kinnunen, Anu & Wálden, Anne 2020. Osallisuuden lähteillä- Oivalluksia, menetelmiä ja välineitä osallisuuden vahvistamiseen. Savonia ammattikorkeakoulun julkaisusarja 04/2020. Savonia ammattikorkeakoulu. [verkkojulkaisu.] [Viitattu 2021-12-12]. Saatavilla: <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/345648/OsallisuudenLahteilla.pdf?sequence=1>

KOSTILAINEN, Harri & NIEMINEN, Ari (toim.) 2018. Sosiaalisen kuntoutuksen näkökulmia ja mahdollisuuksia. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja. [verkkojulkaisu] [Viitattu 2021-10-21.] Saatavilla: https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/141721/Diak_Tyoelama_13_verkko.pdf?sequence=4&isAllowed=y

KUULA, Arja 2011. Tutkimusetiikka. Vastapaino 2011. [e-kirja].

LAHTINEN, Jenni & PEKKARINEN, Elina 2020. Yhteensointuvia ja epäviireisiä kohtaamisia lastensuojelussa. Tutkimus osallisuudesta ja lastenkotien retkistä. [verkkoartikkeli]. [Viitattu 2022-01-03]. Saatavilla: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/139440/YP2002_Lahtinen%26Pekkarinen.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Mielenterveystalo s.a.a Kuntoutuksella on tavoite. [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2021-08-09.] Saatavissa: <https://www.mielenterveystalo.fi>

NIEMINEN, Ari 2018. Sosiaalisen kuntoutuksen määritelmät, kentät ja mahdollisuudet. Teoksessa Kostilainen, Harri & Nieminen, Ari. (toim.) 2018. Sosiaalisen kuntoutuksen näkökulmia ja mahdollisuuksia. Diakonia-ammatti korkeakoulun julkaisuja. [verkkojulkaisu] [Viitattu 2021-11-10.] Saatavilla: https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/141721/Diak_Tyoelama_13_verkko.pdf?sequence=4&isAllowed=y

NOUSIAINEN, Marko 2021. Pienet onnistumistarinat ja osallisuuden kokeminen Yhteisissä keittiöissä. [verkkoartikkeli] [Viitattu 2022-01-02.] Saatavilla: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/141191/YP2102_Nousiainen.pdf?sequence=2&isAllowed=y

OJASALO, Katri, MOILANEN, Teemu & RITALAHTI, Jarmo 2015. Kehittämistyön menetelmät. Uudenlaista osaamista liiketoimintaan. Sanoma Pro OY. [e-kirja].

PAVLIDES, Merope 2008. Animal-Assisted Interventions for Individuals with Autism. Thomson Shore, Inc. United States.

PUUSA, Anu & JUUTI, Pauli 2020. Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Gaudeamus

RAIVIO, Helka 2018. Sosiaalinen kuntoutus voimavaraistamisena – toivon ja muutoksen näkökulma. Teoksessa Kostilainen, Harri & Nieminen, Ari (toim.) 2018. Sosiaalisen kuntoutuksen näkökulmia ja mahdollisuuksia. Diakonia-ammatti korkeakoulun julkaisuja. [verkkojulkaisu] [Viitattu 2021-10-19.] Saatavilla: https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/141721/Diak_Tyoelama_13_verkko.pdf?sequence=4&isAllowed=y

RAPPE, Erja 2019. Viherympäristöt ja puutarhat terveyden ja hyvinvoinnin edistäjinä. Levón-instituutin julkaisussa: Kohti luonnollista hyvinvointia. Näkökulmia luontoperustaisen toiminnan kehittämiseen. Ylilauri, Martta & Yli-Viikari, Anja 2019. Vaasan yliopisto. [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2021-08-26.] Saatavilla: <https://osuva.uwasa.fi>

- ROBBINS, Stephen P. & JUDGE, Timothy A. 2022. Essentials of Organizational Behaviour. Global Edition. [e-kirja.]
- ROMAKKANIEMI, Marjo 2010. Toimijuus masennuksen sosiaalisuutta jäsentämässä. Janus. Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön tutkimuksen aikakauslehti. [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2022-02-10.] Saatavilla: <https://journal.fi/janus/article/view/50558/15312>
- ROSSI, Eeva & VALOKIVI, Heli 2018. Ikääntyneiden sosiaalinen kuntoutus. Teoksessa Lindh, Jari, Härkäpää, Kristiina & Pääkkö-Kostamo, Kaisa (toim.) 2018. Sosiaalinen kuntoutuksessa. Lapland University Press, Rovaniemi. [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2021-12-01.] Saatavilla: https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/63636/Sosiaalinen_kuntoutuksessa_pdfA.pdf;jsessionid=C6BD0B25FFB69947FCDC0A2414DE9675?sequence=...
- RUUSUVUORI, Johanna & TIITTULA, Liisa 2017. Teoksessa Hyvärinen, Matti, Nikander, Pirjo & Ruusuvoori, Johanna (toim.) 2017. Tutkimushaastattelun käsikirja. Vastapaino, Tampere. [e-kirja.]
- SALMINEN, Jarkko, LEHTONEN, Pauliina, RIKALA, Sanna, KUUSISTO, Anna-Kaisa, LUOMA-HALKOLA, Henna, PUUMALA, Eeva, SOINTU, Liina, WALLIN, Antti & HÄIKIÖ, Liisa 2021. Osallisuuden kehät: Näkökulmia hyvinvoinnin muotoutumiseen. [verkkoartikkeli]. [Viitattu 2022-02-02.] Saatavilla: <https://journal.fi/focuslocalis/issue/view/7929/1264>
- SALONEN, Kirsi 2005. Mieli ja maisemat. Eko- ja ympäristöpsykologian näkökulma. Edita, Helsinki.
- SANDERSON, Helen & LEWIS, Jaimee 2011. A practical guide to delivering personalization: Person-centered practice in health and social care. International Journal of Integrated Care. [Viitattu 2021-11-01.] Saatavilla: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3718268/>
- Setlementti Ukonhattu ry s.a.a. Laatutyö. [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2022-01-30.] Saatavilla: <https://ukonhattu.fi/ukonhattu/laatutyomme/>
- Setlementti Ukonhattu ry s.a.b. Ukonhattu. [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2021-07-19.] Saatavilla: <http://www.ukonhattu.fi>
- SIMONEN, Mika 2007. Sosiaalisen toimintakyvyn arvioinnin menetelmät. Teoksessa: Pohjolainen, Pertti, Sarvimäki, Anneli & Syren, Ilkka (toim.). Toimintakykyä ja sosiaalista tukea iäkkäiden, omaisten ja työntekijöiden arjessa. 2007. Ikäinstituutin julkaisuja. [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2022-03-15.] Saatavilla: <https://www.ikainstituutti.fi/content/uploads/2016/12/Oraitia-3-2007-PDF.pdf#page=20>
- SOINI, Katriina 2012. Hoivamaatalous yhteyksien rakentajana. Teoksessa Helne, Tuula & Silvasti, Tiina (toim.) Yhteyksien kirja. Etappeja ekososiaalisen hyvinvoinnin polulla. Kansaneläkelaitoksen tutkimusosasto, Helsinki.
- SONNTAG- ÖSTRÖM, Elisabet, NORDIN, Maria, LUNDELL, Ylva, DOLLING, Ann, WIKLUND, Urban, KARLSSON, Marcus, CARLBERG, Bo & SLUNGA JÄRVHOLM, Lisbeth 2014. Restorative effects of visits to urban and forest environments in patients with exhaustion disorder. Science Direct. [verkkoartikkeli]. [Viitattu 2022-03-03.] Saatavilla: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1618866714000028>
- Sosiaalihuoltoasetus 29.6.1983/607. Finlex ajantasainen lainsäädäntö. [Viitattu 2021-11-09.] Saatavilla: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1983/19830607>
- Sosiaalihuoltolaki 2014/1301. Finlex ajantasainen lainsäädäntö. [Viitattu 2021-09-04] Saatavilla: <https://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20141301#L3P17>
- Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus s.a.a Kuntoutus. [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2021-12-11.] Saatavilla: <https://stm.fi/sotepalvelut/kuntoutus>

Sosiaali- ja terveysministeriö s.a.b Sosiaalinen kuntoutus. [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2022-01-25.] Saatavilla: <https://stm.fi/sosiaalinen-kuntoutus>

Sosiaali- ja terveysministeriö s.a.c. Asumispalvelut ja asunnon muutostyöt. [verkkojulkaisu.] [Viitattu 2022-02-02.] Saatavilla: <https://stm.fi/asumispalvelut-asunnon-muutostyot>

Sosiaali- ja terveysministeriö 2020. Sosiaali- ja terveysministeriön ohje kunnille ja palveluntuottajille koronavirustartuntojen ehkäisystä ja ympärivuorokautisen hoidon ja huolenpidon toimintayksiköissä 9.4.2020. [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2021-08-25.] Saatavilla: <https://stm.fi>

SUOMALAINEN, Nina 2021. Setlementti Ukonhattu ry:n kesän aikaista Green care- toimintaa. Valokuva. 2021. Leppävirta.

SÄRKELÄ-KUKKO, Mona 2014. Osallisuuden eriarvoisuus ja eriarvoistuminen. Teoksessa Jämsen, Arja & Pyykkönen, Anne 2014. Osallisuuden jäljillä. Pohjois-Karjalan sosiaaliyhdistys ry, Saarijärvi. [Viitattu 2022-01-25.] Saatavilla: <https://www.pksotu.fi/pksotu/wp-content/uploads/2018/02/osallisuuden-j%C3%A4ljill%C3%A4-verkkoversio-pakattuna-16052014.pdf>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2021a. Asuminen. [Viitattu 2022-01-03.] Saatavilla: <https://thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/tuki-ja-palvelut/asuminen>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2021b. Osallisuuden osa-alueet ja osallisuuden edistämisen periaatteet. [Viitattu 2022-01-06.] Saatavilla: <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asetmassa-olevien-osallisuus/osallisuuden-osa-alueet-ja-osallisuuden-edistamisen-periaatteet>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2021c. Pienet onnistumistarinat- työkalu osallisuusvaikutusten arviointiin. [Viitattu 2022-2-17.] Saatavilla: <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asetmassa-olevien-osallisuus/tutkimus/pienet-onnistumistarinat-tyokalua-osallisuusvaikutusten-arviointiin>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitokset tilastoraportti 39/2021. Sosiaalihuollon laitos- ja asumispalvelut 2020. Sosiaalihuollon laitos- ja asumispalvelujen kokonaisasiakasmäärä kasvoi hieman. [Viitattu 2022-01-17.] Saatavilla: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/143302/Tr39_21.pdf?sequence=1&isAllowed=y

THOMPSON, Coon J, BODDY, K, STEIN, K, WHEAR, R, BARTON, J & DEPLEDGE MH 2011. Does participating in physical activity in outdoor natural environments have a greater effect on physical and mental wellbeing than physical activity indoors? A systematic review. US National Library of Medicine. National Institutes of Health. [tutkimusartikkeli]. [Viitattu 2020-04-26.] Saatavilla: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov>

TOLVANEN, Taimi & JÄÄSKELÄINEN, Arja 2016. Osallisuutta vahvistavan, luontoon tukeutuvan kuntoutustoiminnan malli. Luontoa elämään, luontoa kuntoutukseen teemajulkaisu 1/3. Lapin ammattikorkeakoulu, Rovaniemi. [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2022-02-14.] Saatavilla: <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/121778/B%2019%202016%20Tolvanen%20Jaaskelainen%20teemajulkaisu%201.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

TOLVANEN, Taimi 2017. Luontoon tukeutuvan kuntoutustoiminnan malli. Teoksessa Leppänen, Tero & Jääskeläinen, Arja (toim.) 2017. Luontoa elämään- toimintamalleja osallisuuden ja toimintakyvyn vahvistamiseksi. Luontoa elämään, luontoa kuntoutukseen- teemajulkaisuja 3/3. Lapin ammattikorkeakoulun tutkimusraportit ja kokoomateokset 24/2017. Rovaniemi. [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2022-03-10.] Saatavilla: <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/139535/B%2024%202017%20Leppanen%20Jaaskelainen%20teemajulkaisu%203.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

TUOMI, Jouni & SARAJÄRVI, Anneli 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Kustannusosakeyhtiö Tammi, Helsinki.

- TUOMINEN, Tuula 2021. Teoksessa Matthies, Aila-Leena, Svenlin, Anu-Riina & Turtiainen, Anu (toim) 2021. Aikuissosiaalityö. Tieto, käytäntö ja vaikuttavuus. Gaudeamus. [e-kirja].
- VALJAKKA, Sari, NURMI-KOIKKALAINEN, Päivi, ANTTILA, Heidi & KONTTINEN, Juha-Pekka 2013. Neurologisesti pitkäaikaissairaiden ja vammaisten ihmisten asumisen selvitys. Aspa selvityksiä 1/2013. [verkkojulkaisu.] [Viitattu 2022-01-09.] Saatavilla: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/140551/NV_raportin%20nettiversio.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- VEHMASTO, Elina & LIPPONEN, Maija 2021. Eläinavusteinen psykososiaalinen kuntoutus. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim. 2021;137(17). [Viitattu: 2022-01-11.] Saatavilla: <https://www.duodecimlehti.fi/lehti/2021/17/duo16383>
- VEHMASTO, Elina, SALONEN, Kirsi, ILMARINEN, Katja, HIRVONEN, Johanna, SAARINEN, Suvi, PEURANIEMI, Teemu, PAAKKOLANVAARA, Jane-Veera, AHO, Maarit ja LIPPONEN, Maija. Suomalainen Green Care: Green Care- toimintatavan käsikirja & LuontoVoiman ja LuontoHoivan laatutyökirja. Luonnonvarakeskus (Luke) ja Green Care Finland ry. Luonnonvarakeskus (Luke), Helsinki 2021. [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2021-11-23.] Saatavilla: https://www.gcfinland.fi/tiedostopankki/503/Green_Care_tyokirja_2021.pdf
- Vihreä Veräjä s.a. Green Care pilottiprosessi täydessä käynnissä! [verkkojulkaisu] [Viitattu 2021-11-21.] Saatavilla: <https://www.vihreaveraja.fi/uutiset/green-care-pilottiprosessi-taydessa-2/>
- VILKKA, Hanna 2021. Näin onnistut opinnäytetyössä. Ratkaisut tutkimuksen umpikujiin. PS-kustannus
- WHITE, Mathew P, ALCOCK, Ian, WHEELER, Benedict W & DEPLEDGE, Michael H. 2013. Would You Be Happier Living In Greener Urban Area? A Fixed- Effects Analysis of Panel Data. Psychological Science. [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2022-02-23.] Saatavilla: <https://journals-sagepub-com.ezproxy.savonia.fi/doi/full/10.1177/0956797612464659>
- WIENS, Varpu, SORONEN, Kari, KYNGÄS, Helvi & PÖLKKI, Tarja 2021. Enhancing Adolescent Girls' Well-Being in the Arctic- Finding What Motivates Spending Time in Nature. International Journal of Environmental Research and Public Health. [verkkojulkaisu] [Viitattu 2022-02-15.] Saatavilla: <https://www.mdpi.com/1660-4601/18/4/2052/htm>
- WILKIE, Stephanie & DAVINSON, Nicola 2021. Prevalence and effectiveness of nature-based interventions to impact adult health-related behaviours and outcomes: A scoping review. [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2022-03-04.] Saatavilla: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0169204621001298>
- WILLIAMS, Kathryn J.H, LEE, Kate E, HARTIG, Terry, SARGENT, Leisa D, WILLIAMS, Nicholas S.G & JOHNSON, Katherine A. 2018. Conceptualising creativity benefits of nature experience: Attention restoration and mind wandering as complementary processes. Journal of Environmental Psychology. Science Direct. [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2022-03-15.] Saatavilla: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0272494418304092>
- YLI-VIIKARI, Anja, PORTHÈN, Anne, MÄKINEN, Sirpa, POHJOLA-STENROOS, Suvi, RUTANEN, Juha & KATTILAKOSKI, Mari 2022. Luontolähtöiset menetelmät osaksi hyvinvoinnin edistämistä ja sote-palveluja. Sosiaali- ja terveysministeriö, aloite luontolähtöisten menetelmien valtakunnallisesta käytönottamisesta. [verkkojulkaisu]. [Viitattu 2022-04-15.] Saatavilla: <https://www.gcfinland.fi/tiedostopankki/968/STM-Aloite-Luontolahtoisten-menetelmien-kehittaminen25012022.pdf>

LIITE 1. TIEDOTE

HYVÄ VASTAANOTTAJA

Opiskelen Savonian ammattikorkeakoulussa sosiaali- ja terveysalan kuntoutuksen tutkinto-ohjelmassa sosionomi (YAMK) tutkintoon johtavassa koulutuksessa. Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää Setlementti Ukonhattu ry:n palvelukodissa työskentelevien työntekijöiden näkemyksiä ja kokemuksia tähän asti koetusta Green care- toiminnasta osana pilottihanketta, sen toteuttamisen mahdollisuuksista ja kehittämiskohteista osana Setlementti Ukonhattu ry:n toimintaa.

Opinnäytetyön tavoitteena on kerätyn tiedon perusteella kehittää edelleen Setlementti Ukonhatun kuntoutustoimintaa kehitysvammaisten sekä mielenterveyskuntoutujien toimintakyvyn ylläpitämisen sekä hyvinvoinnin tueksi. Lisäksi opinnäytetyön tavoitteena on hyödyntää Setlementti Ukonhattu ry:n työntekijöiden näkemyksiä ja kokemuksia osana Green care- suunnitelmaa, jota tullaan hyödyntämään Setlementti Ukonhatun omassa toimintasuunnitelmassa.

Opinnäytetyö toteutetaan työpaikalla teemahaastatteluna, johon kutsun teidät osallistumaan. Osallistuminen merkitsee mukana oloa teemahaastattelussa ennalta sovittuna ajankohtana. Teemahaastatteluun osallistuminen on luottamuksellista ja perustuu täysin teidän vapaaehtoisuuteenne. Esittämänne vastaukset käsitellään nimettöminä ja luottamuksellisesti. Vastaajien tiedot eivät paljastu tuloksissa. Tämän tutkimuksen tekemiseen on saatu asianmukainen lupa.

Ohessa suostumuslomake sekä taustatietolomake. Halutessanne osallistua tutkimukseen, pyydän teitä allekirjoittamaan suostumuslomakkeen ja vastaamaan taustatietolomakkeen kysymyksiin. Taustatietolomakkeen kysymyksiä hyödynnetään tutkimuksessa tutkimukseen osallistuvan kohderyhmän yleisessä kuvauksessa. Yleisellä kuvauksella tarkoitetaan tässä tutkimuksessa vastaajajoukon kuvauksista siten, että taustatietoja ei voida kohdentaa yksittäiseen vastaajaan. Pyydän teitä palauttamaan lomakkeet teemahaastattelun toteuttajalle.

Opinnäytetyöni ohjaajana toimii Marja Äijö Savonian ammattikorkeakoulusta, marja.aijo@savonia.fi. Opinnäytetyö tullaan julkaisemaan Internetissä osoitteessa: www.theseus.fi

Ystävällisin terveisin

Salla Siikavirta
Savonia ammattikorkeakoulu
Kuntoutus (YAMK)
salla.siikavirta@edu.savonia.fi

LIITE 2. SUOSTUMUSLOMAKE

Suostumuslomake

Suostun haastatteluun, jossa selvitetään Setlementti Ukonhattu ry:n työntekijöiden näkemyksiä ja kokemuksia Green care- toiminnasta. Olen tietoinen opinnäytetyöstä, sen tarkoituksesta sekä tavoitteesta. Opinnäytetyöhön osallistuminen perustuu täysin vapaaehtoisuuteen ja minulla on milloin tahansa mahdollisuus keskeyttää siihen osallistuminen ilman erillisen syyntä ilmaisemista.

Työntekijän allekirjoitus

Päiväys

Jos sinulle herää kysymyksiä liittyen opinnäytetyöhön, vastaan niihin mielelläni!

Salla Siikavirta
Savonia ammattikorkeakoulu
Kuntoutus (YAMK)
salla.siikavirta@edu.savonia.fi

LIITE 3. TAUSTATIETOLOMAKE

1. IKÄ:

2. KOULUTUS

3. TYÖKOKEMUS SOSIAALI- JA TERVEYSALALLA:

4. SUKUPUOLI:

LIITE 4. TEEMAHAASTATTELU

1. GREEN CARE- TOIMINTA KUNTOUTTAVASSA ASIAKASTYÖSSÄ

Mitä Green care- toiminta mielestäsi on? Millaisia menetelmiä/ toimintoja Green care- toimintaan voi kuulua?

Millaisia menetelmiä olette mahdollisesti käyttäneet työssänne?

Mitä lisäarvoa Green care- toiminta mielestäsi tuo kuntouttavaan asiakastyöhön työpaikallasi?

Miten Green care-menetelmät mielestänne vaikuttavat asiakkaaseen? Kerro konkreettisia esimerkkejä.

Kuvaile/ kerro oma kokemuksesi ja motivaatiosi Green care- toiminnan menetelmien käyttämiseen asiakastyössä?

2. GREEN CARE- TOIMINNAN MAHDOLLISUUDET JA KEHITTÄMISKOHTEET SETLEMENTTI UKONHATTU RY:SSÄ

Mitä erilaisia Green care- toimintamenetelmiä haluaisit toteutettavan työpaikallasi?

Millaisia mahdollisuuksia mielestäsi työpaikallanne on toteuttaa Green care- toimintaa?

Millaisia mahdollisia haasteita olet kokenut tai näet Green care- toiminnassa?

Millaisia turvallisuuskysymyksiä mielestäsi on tärkeä tuoda esille osana Green care- toimintaa?

Kuvaile omaa osaamistasi Green care-toimintojen ohjaamiseen asiakastyössä? Kerro millaista tukea, ohjausta, koulutusta yms. mahdollisesti tarvitset