



Kainuun keskussairaalan Green care kuntoutuspiha

**Henkilökunnan näkemyksiä tulevasta kuntoutuspihasta
ja Green Caresta**

Sari Kotilainen

Opinnäytetyö, ylempi AMK
Kesäkuu, 2022
Sosiaali- ja terveysala

Kotilainen, Sari

Kainuun keskussairaalan Green Care kuntoutuspiha

Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Kesäkuu 2022, 38 sivua.

Monialainen kuntoutus. Opinnäytetyö YAMK.

Julkaisun kieli: suomi

Julkaisulupa avoimessa verkossa: Kyllä

Tiivistelmä

Kainuuseen valmistui uusi keskussairaala. Sairaalan yhteyteen tulee uutena toimintona kuntoutuspiha. Uudessa sairaalassa on huomioitu taiteen ja luonnon merkitys asiakkaiden ja työntekijöiden hyvinvointiin. Green Care on luontolähtöistä toimintaa, joka on yksi uuden sairaalan toiminta-ajatuksista.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää ja kuvata henkilökunnan ajatuksia tulevasta kuntoutuspihasta sekä Green Caresta. Tarkoituksena oli tuottaa tietoa millainen kuntoutuspihan tulisi olla sekä miten Green Carea voidaan hyödyntää kuntoutuspihaympäristössä. Tavoitteena oli tuottaa tietoa, jota voidaan hyödyntää kuntoutuspihan suunnittelussa sekä jatkossa kuntoutuspihan käyttömahdollisuuksissa.

Tutkimus toteutettiin laadullisena tutkimuksena. Aineisto kerättiin lomakekyselynä Webropol-ohjelmaa hyödyntäen. Kysely kohdennettiin osalle Kainuun keskussairaalan hoitohenkilökunnasta sekä kuntoutuksen vastuualueen erityistyöntekijöille. Aineisto analysoitiin aineistolähtöisesti teemoittelemalla.

Tutkimustulosten mukaan vastaajilla ei ollut juurikaan etukäteistietoa tulevasta kuntoutuspihasta. Green Care käsitteenä oli myös melko vieras suurelle osalle vastaajista, vaikka joissakin vastauksissa osattiin kertoa Green Care toiminnan piirteistä yleisellä tasolla. Kuntoutuspihasta toivottiin viihtyisää, esteetöntä ja helposti hyödynnettävää. Kuntoutuspihan käyttäjäryhmiksi mainittiin potilaat/asiakkaat sekä omaiset ja henkilökunta. Pihalle toivottiin kasvillisuutta, viljelylaitikoita, kuntoiluvälineitä sekä istuinalueita. Kuntoutuspihan nähtiin mahdollistavan luonnon tuoman fyysisen sekä psyykkisen hyvinvointivaikutuksen.

Tutkimuksen mukaan keskussairaalan henkilökunta suhtautuu pääosin myönteisesti tulevaan kuntoutuspihaan ja Green Careen. Kuntoutuspihan nähdään olevan uudenlainen työympäristö ja –väline. Tutkimuksen tuloksia voidaan hyödyntää kuntoutuspihan suunnittelussa sekä jatkossa kuntoutuspihan käyttömahdollisuuksia kehitettäessä.

Avainsanat (asiasanat)

uusi sairaala, kuntoutuspiha, Green Care

Muut tiedot (salassa pidettävät liitteet)

Opinnäytetyössä ei ole salassapidettäviä liitteitä.

Kotilainen, Sari

**Green Care rehabilitation yard of the Kainuu Central Hospital
- personell perceptions**

Jyväskylä: JAMK University of Applied Sciences, June 2022 , 38 pages.

Master's degree in Multidisciplinary Rehabilitation

Permission for open access publication: Yes.

Language of publication: Finnish

Abstract

A new Kainuu Central Hospital has been built in the Kainuu region. A rehabilitation yard will be added/constructed to the hospital facilities as a new function. The importance of art and nature for the well-being of customers and employees has been taken into account in the construction of the new Kainuu Central Hospital. Green Care is a nature-based activity that is one of the operating ideas of the new hospital.

The purpose of the thesis was to find out and describe the hospital staff's thoughts on the future rehabilitation yard and the Green Care. The purpose was to provide information on what the rehabilitation yard should look like and how the Green Care could be utilized in the rehabilitation yard environment. The aim was to produce information that can be utilized in planning the rehabilitation yard and possible uses for the yard in the future.

The study was conducted as a qualitative study and the material was collected as a questionnaire using the Webropol program. The survey was targeted at some of the nursing staff at Kainuu Central Hospital and special staff in the area of rehabilitation. Thematic planning was used to analyze the material.

According to the survey results, the respondents had little prior knowledge of the future rehabilitation yard. The concept of Green Care was also unfamiliar to a large number of respondents, although the responses had some knowledge regarding the features of the Green Care. The respondents hoped that the rehabilitation yard would be comfortable, barrier-free and easy to use. Patients / customers as well as relatives and staff were mentioned as user groups for the rehabilitation yard. The respondents desired for vegetation, cultivation boxes, exercise equipment and seating areas to be placed in the rehabilitation yard. The rehabilitation yard was seen as enabling the physical and the mental well-being effects of nature.

According to the survey, central hospital staff have mainly positive attitude towards the future rehabilitation yard and Green Care. The rehabilitation yard is seen as a new kind of work environment and tool. The results of the study can be utilized in planning the rehabilitation yard and in the future in develop the possible ses for the rehabilitation yard.

Keywords/tags (subjects)

New Central Hospital, Rehabilitation Yard, Green Care

Miscellaneous (Confidential information)

There is no confidential information in this thesis.

Sisältö

1	Johdanto	2
2	Opinnäytetyö teoreettinen viitekehys	3
2.1	Kuntoutuspiha	3
2.2	Green Care.....	7
2.3	Asiakaslähtöisyys, asiakasymmärrys, osallisuus	10
2.4	Palvelumuotoilu	11
3	Tutkimuksen tavoite ja tarkoitus	12
4	Toteutus	13
4.1	Menetelmä	13
4.2	Aineiston keruu ja analyysi.....	13
5	Tutkimustulokset	17
5.1	Tietoisuus tulevasta kuntoutuspihasta	18
5.2	Mielikuvat ja toiveet.....	19
5.3	Kuntoutuspihan hyödyntäminen asiakkaiden/potilaiden kanssa.....	21
5.4	Työntekijän toiminta kuntoutuspihalla	23
5.5	Ajatuksia Green Caresta	23
5.6	Uusia tapoja hyödyntää kuntoutuspihaa	25
6	Pohdinta	26
6.1	Johtopäätökset.....	26
6.2	Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus	28
6.3	Kehittämissuhteet	30
	Lähteet	33
	Liitteet	37
	Liite 1. Kyselyn saateteksti	37
	Liite 2. Kysely henkilöstölle	38

Kuviot

Kuvio 1.	Suomalainen Green Care toimintatapa (GCF ry 2018.)	8
Kuvio 2.	Miksi asiakkaat haluavat osallistua palveluiden kehittämiseen	11
Kuvio 3.	Mindmap	16
Kuvio 4.	Esimerkki teemoittelun etenemisestä	17
Kuvio 5.	Pihasuunnitelma Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymä	32

1 Johdanto

Luonnon hyvinvointivaikutuksista on oltu tietoisia jo vuosisatoja. Suomessa luontoa on osattu hyödyntää terveydenhuollossa rakentamalla varhaisia sairaalarakennuksia luontoympäristöihin, joissa on huomioitu esimerkiksi mäntykankaiden vaikutus tuberkuloosipotilaiden hoidossa, leikkauspotilaat toipuivat nopeammin nähtyään maisemia ja Paimion parantolassa on huomattu luonnon valon merkitys potilaiden paranemisprosessiin (Heikkilä, 2018, 6; Tyrväinen, Savonen & Simkin, 2017, 5; Soini, 2014, 50). Teollistumisen aikakautena terveysvaikutuksia, virkistäytymistä terveellisessä ja puhtaassa ympäristössä huomioitiin rakentamalla kaupunkipuistoja ja virkistysalueita (Tyrväinen, Savonen & Simkin, 2017, 5).

Heikkilä (2018, 6) on tutkinut taiteen ja luonnon merkitystä sairaalaympäristössä. Tutkimuksessa havaittiin taiteella ja luonnolla olevan positiivinen vaikutus ihmisten hyvinvointiin. Hän toteaa näiden merkityksen jääneen historian kehityksessä tehokkuuden ja talouden jalkoihin. Ympäristön merkitys on kuitenkin saattanut jäädä viime vuosina taka-alalle lääketieteelliseen hoitoon liittyvien tekijöiden korostuessa, toteaa myös Yli-Viikari ja Lilja (2016, 77). Heikkilä (2018, 6) on tutkimuksessaan havainnut ajankohtaisissa suomalaisissa sairaalahankkeissa lisääntyneen kiinnostuksen taiteen ja luonnon mahdollisuuksiin luoda sairaaloista kokonaisvaltaisempia elpymisen ja hyvinvoinnin ympäristöjä.

Kajaaniin valmistui uusi keskussairaala, jonka ensimmäiset tilat on otettu käyttöön marraskuussa 2019. Kokonaisuudessaan uusi sairaala oli käytössä vuoden 2021 loppuun mennessä. Kainuun keskussairaala kuuluu Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymään, joka vastaa koko Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollosta. Kainuun keskussairaala vastaa Kainuun erikoissairaanhoidon tasoista terveyspalveluista. Sairaalan toiminta kattaa kaikki suurten erikoisalojen polikliinisen toiminnan, vuodeosasto-toiminnan sekä niiden tarvitsemat tukipalvelut. Hallinnollisesti toiminta sosiaali- ja terveystoimessa jakaantuu edelleen terveyden- ja sairauenhoidon, perhepalveluiden sekä sairaanhoidon palveluiden tulosalueille. Keskussairaalan toiminta laajentui terveyskeskuksen vaativan kuntoutuksen yksikön, akuutti yksikön sekä yleistautien poliklinikan muuttaessa entisen terveyskeskuksen tiloista uuteen sairaalaan. Sairaalassa on yhteensä 240 vuodepaikkaa. (Kaima, 2019.)

Uudessa Kainuun keskussairaalassa on huomioitu taiteen ja luonnon merkitys asiakkaiden ja työntekijöiden hyvinvointiin. Uuden sairaalan taideohjelman teemana on ”Sydän metsässä”, joka kuvaa kainuulaisten metsäsuhdetta ja tuo esiin luontoa sen eri muodoissa (Kaima, 2020). Sairaalassa on huomioitu luonto myös viherkattona, joka on nähtävissä kuntoutuskadulta sekä muutamista potilashuoneista. Viherkatolla on kainuulaista kunntaa, kiviä sekä valoteoksena eläinten jälkiä. Uutena toimintona sairaalaan valmistuu kuntoutuspiha, joka on tarkoitettu sekä asiakkaiden että henkilökunnan käyttöön. Green Care on yksi uuden sairaalan toiminta-ajatuksista ja tämä huomioidaan myös kuntoutuspihassa. Kuntoutuspiha on täysin uudenlainen toimintaympäristö sairaalan työntekijöille.

Suomeen on 2010-luvulla rakennettu muutamia kuntoutuspihoja. Niihin liittyviä tutkimuksia ei juurikaan ole. Luonnon hyvinvointivaikutuksiin liittyvissä tutkimuksissa on havaittu luonnolla olevan moninaisia terveysvaikutuksia ja niistä on lisääntyvää ja luotettavaa näyttöä (Salonen, 2020, 17-19). Kuitenkin on todettu myös tarve tutkia lisää erilaisten luontovaikutusten, erityisesti vuorovaikutteisten ja toimivien tarpojen tehokkuutta (Söderback, Söderström & Schlander 2009, 11-13; Haahtela, Hanski von Hertzen, Jousilahti, Laatikainen, Mäkelä, Puska, Raijula, Saarinen, Vartiainen, Vasankari ja Virtanen 2017, 24).

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää ja kuvata henkilökunnan ajatuksia tulevasta kuntoutuspihasta oma ja potilaiden/asiakkaiden näkökulma huomioiden. Tutkimus tehtiin kyselytutkimuksena vastaajina sairaalan hoitohenkilökuntaa sekä erityistyöntekijät. Opinnäytetyö liittyy uuden sairaalan suunnittelun konseptiin. Tuloksia voidaan hyödyntää kuntoutuspihan suunnittelussa sekä jatkossa suunniteltaessa kuntoutuspihan käyttömahdollisuuksia.

2 Opinnäytetyö teoreettinen viitekehys

2.1 Kuntoutuspiha

Puutarhaa kuntoutukseen on käytetty jo kauan. Egyptiläiset hovilääkärit saattoivat määrätä puutarhakävelyjä hermostollisista sairauksista oireista kärsiville potilailleen. Myös luostarit hyödynsi-

vät viherympäristöjä ja luonnon yrttejä lääkitykseen. Euroopassa Green Caren varhaisimpana esimerkkinä mainitaan usein Belgiassa sijaitseva Geel`nin paikkakunta, jonne henkisesti rasittuneet pyhiinvaeltajat kokoontuivat. 1800-luvulla rauhoittavia maaseutu ympäristöjä alettiin laajemmin soveltamaan psykiatrisessa hoidossa. Ensimmäisiä mainintoja luonto ympäristön, puutarhanhoidon ja työtoiminnan löytyy amerikkalaisen Benjamin Rushin teksteistä. 1950-luvulla aloitettiin Yhdysvalloissa ensimmäiset terapeuttisen puutarhanhoidon koulutukset. 1960 ilmestyi ensimmäinen asiaa koskeva kirja *Therapy through horticulture*. (Salovuori 2014, 12-15.)

Suomessa huomattiin luonnon tervehdyttävä vaikutus rakentamalla tuberkuloosi parantoloita mäntykankaille, jossa viltteihin käärityt potilaat hengittivät männyn tuoksuista ilmaa ja ottivat aurinkokylpyjä. Köyhäin hoitolehti kirjoitti vuonna 1916 puutarhojen merkityksestä kuntoutumiselle: ” Onkin suorastaan käsittämätöntä, etteivät läheskään kaikki köyhäintalokunnat ole vielä viime vuosinakaan oivaltaneet puu- ja kasvitärhanhoidon ilmeisiä etuja” (Salovuori 2014, 17). 1950-luvun jälkeen luonto ympäristön käytöstä löytyviin artikkeleihin tuli tauko. Luonto ympäristöjen tarjoamat mahdollisuudet löydettiin uudelleen 2000-luvulla.

Suomessa kiinnostus kuntoutuspihoja kohtaan on kasvanut ja niitä onkin rakennettu useampia 2010-luvulla. Suomeen 2010-luvulla tulleita kuntoutuspihoja on esimerkiksi Turussa, Helsingissä ja Punkaharjulla. Kuntoutuspihoja on tarkoitus hyödyntää samankaltaiseen käyttöön, mutta myös yksillöllisiä käyttäjäryhmiä on huomioitu eri piholla. Kuntoutuspihoja on rakennettu sairaaloiden, kuntoutuskeskusten ja järjestöjen pihapiireihin. Turun kaupungin sairaalassa on 2010 käyttöön otettu Trekoliksi nimitetty kuntoutuspiha. Trekoli on tarkoitettu esimerkiksi vuodeosastoilta kotiutuvien potilaiden ulkoliikuntaharjoittelua varten. Lisäksi pihaa voi käyttää myös muut lähialueella asuvat vanhuksat, ei vain sairaalan potilaat. Kuntoutuspihaa hyödynnetään myös erilaisiin fyysisiin harjoitteisiin, kuten tasapainoryhmien harjotuksiin ja alaraaja-amputaatio potilaiden kävelyharjoitteluun. Pihalla on epätasaisia katukiveyksiä, vesikouruja ylä- ja alamäkiä mallintamassa tavallista kaupunkiympäristöä. (Tammi 2010). Näkövammaisten lasten Lions-kuntoutuspiha IIRIS -toimitalolla Helsingin Itäkeskuksessa on valmistunut 2012. Kuntoutuspihaa on laajennettu rakentamalla sen yhteyteen vuonna 2016 käyttöön vihitty viriketila Arvo. Pihalla voi näkövammaiset harjoitella liikumista turvallisessa ympäristössä. Punkaharjun kuntoutuskeskus Kruunupuistossa on kuntoutuspiha otettu käyttöön 2014. Pihakokonaisuudessa on toiminnallisia luontoon liittyviä osa-alueita, joilla on pihapelejä, esiintymisalue, ulkokuntosali sekä terapiapolkukokonaisuus. Terapiapolulla on

erilaisia luonnonmukaisia pintamateriaaleja, joita voi hyödyntää, vaikka paljasjaloin. Terapiapolku on helposti saavutettava eri aistein koettava luontoelämys. (Luostarinen 2014). Suomessa kuntoutuspihat ovat suhteellisen uusia, joten näiden hyödyistä ja käyttökokemuksista ei ole juurikaan tutkimuksia.

Ruotsissa 2009 julkaistussa kirjallisuuskatsauksessa tarkasteltiin puutarhahoitoterapiaa koskevaa kirjallisuutta ja lisäksi kuvattiin Danderydin sairaalan puutarhaterapiaa ja siihen liittyvää puutarhahoito-ohjelmaa. Puutarhanhoitoon osallistui neljäkymmentäkuusi aivovauriopotilasta. Terapia sisälsi luonnon kuvittelua, luonnon katselemista, sairaalan puutarhassa olemista ja puutarhanhoitoa. Johtopäätöksenä puutarhanhoidon todettiin parantavan emotionaalisia-, kognitiivisia- ja/tai aisti ja motorisia toimintoja. Luontoympäristö herättää myötäelämisen tunteita. Luonnossa vietetty aika voi lisätä herkkyyttä aistihavaintoihin. Puutarhassa työskentelu tai luonnossa liikkuminen vahvistaa tasapainoa sekä lihaksistoa. Sosiaalinen osallistuminen lisääntyy kuten myös terveys, hyvinvointi ja tyytyväisyys elämään. Kuitenkin on todettu myös tarve tutkia lisää erityisesti vuorovaikutteisten ja toimivien tapojen tehokkuutta. (Söderback, Söderström & Schäländer 2009, 11-13). Myös Haahtela, Hanski von Herzen, Jousilahti, Laatikainen, Mäkelä, Puska, Reijula, Saarinen, Vartiainen, Vasankari ja Virtanen (2017, 24) ovat todenneet, että tutkimusta tarvitaan paljon lisää erilaisten luontovaikutusten arvioimiseksi. Kontrolloitujen tutkimusten toteuttaminen luontovaikutusten arvioimiseksi on haastavaa.

Australiassa 2010 julkaistussa artikkelissa raportoitiin kolmesta tutkimuksesta, joissa tutkittiin luonnon positiivisia vaikutuksia sekä kykyä pohtia elämäntilanteita. Luonnossa olon on osoitettu parantavan emotionaalista hyvinvointia ja lievittävän stressiä sekä lisäävän positiivista mielialaa. Tutkittiin myös luontovideoiden katsomista kaupunkiympäristössä. Molemmissa vaikutukset olivat samankaltaisia. Molemmat lisäsivät hyvinvointia ja lisäsivät kykyä pohtia elämänhallintaa. Todellisen luonnon vaikutus oli tehokkainta. Tutkimuksissa tuli myös ilmi, että ihmiset, jotka kokivat luonnon vaikutuksia, tekivät todennäköisemmin ympäristöystävällisiä tekoja. Artikkelissa tuli myös ilmi, että Kanadassa tehdyssä tutkimuksessa arktisella alueella leirikoulussa 7-10 päivää olleiden lukiolaisten keskittymiskyky, itseluottamus ja sosiaaliset taidot kehittyivät. Lisäksi kehittyi halu etsiä lyhyitä luontopohjaisia kokemuksia. Erämaakokemukset ovat parantaneet ammatillista, emotionaalista, fyysistä ja älyllistä hyvinvointia. Luonnollisten tai viheralueiden on osoitettu edistävän liikkumista sekä fyysistä hyvinvointia. Australiassa tehdyssä tutkimuksessa on todettu tehokkaan

puutarhanhoidon tarjoavan sellaisen fyysisen aktiivisuuden tason, joka vähentää kuolleisuusriskiä korkean riskin ryhmissä. Vanhusten lähellä olevat viheralueet rohkaisevat liikkumaan, mikä parantaa heidän sosiaalista ja fyysistä hyvinvointiaan. Säännöllinen kävely kaupunkien viheralueilla voi lisätä subjektiivista kokemusta henkisestä ja emotionaalisesta hyvinvoinnista. (Brymer, Cuddihy & Sharma-Brymer 2010, 3, 8-10).

Pakolais- ja maahanmuuttajayhteisöissä Queenslandissa on todettu puutarhanhoidon kehittävän itsetuntoa. Yhdysvalloissa tehdyt tutkimukset ovat osoittaneet työntekijöiden, joiden työpaikalla on luontoa, olevan vähemmän stressaantuneita ja tyytyväisempiä kuin työpaikoissa, joissa ei ole luontoa. Tutkimuksessa on todettu olevan huomattavaa näyttöä siitä, että luonnolla on syvälinen vaikutus ihmisten hyvinvointiin. Hyvinvoinnille on tyyppillistä fyysisen, emotionaalisen, sosiaalisen, henkisen, ammatillisen ja älyllisen ulottuvuuden tasapaino. (Natural England Comissioned Report NECR204 A rewiew of nature-based interventions for mental health care 2016, 19). Myös Haah-tela, Hanski, von Herzen, Jousilahti, Laatikainen, Mäkelää, Puska, Reijula, Saarinen, Vartiainen, Vasankari ja Virtanen (2017, 25) ovat todenneet, ettei kaupunkimaistumista voi väistää, mutta luontoa voidaan kuitenkin tuoda kaupunkiin. Luontopäiväkodit, pieneläinpihat ja moninainen vihreys ovat mahdollista suunnitella osaksi kaupunkia ja ihmisten arkea. Luonnon vaikutus kannattaa huomioida eri-ikäisten hoidossa ja järjestettäessä terveydenhuoltoa. On huomioitavaa myös, että kun luontoon perustuvat terveyshyödyt otetaan vakavasti sillä voi olla suuret kustannussäästöt. (Haah-tela, Hanski, von Herzen, Jousilahti, Laatikainen, Mäkelä, Puska, Reijula, Saarinen, Vartiainen, Vasankari & Virtanen 2017, 25).

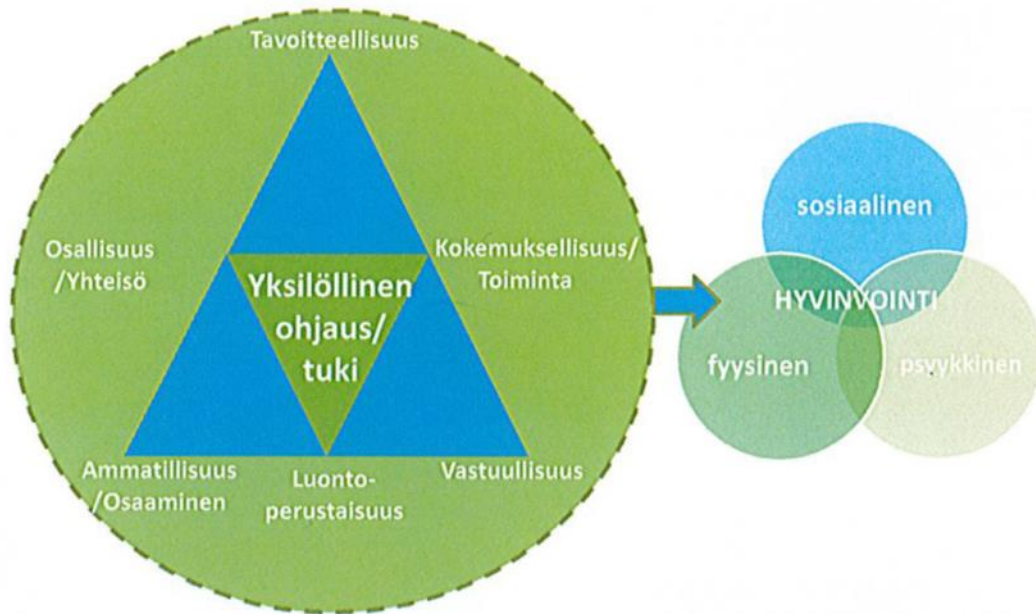
Terveydenhuollossa hoitohenkilökunnan työskentely perustuu hoitotieteeseen ja näyttöön. Kuntoutuspihojen ja luontoympäristön hyödyntämisestä terveydenhuollossa ei ole käypähoito suosituksia. Erikoissairaanhoidossa sairaanhoitajat tekevät työtään kiinteästi osastoilla tai poliklinikoilla. Sairaanhoitajien työ on nykyisin kiireistä ja henkilökunta ehtii tekemään monessa paikassa vain välttämättömän potilastyön. Hoitotyön luonteen vuoksi sairaanhoitajilla voi olla vaikeuksia ottaa työhönsä aivan uudenlaista työympäristöä potilaiden kuntoutukseen. Hoitajat kokevat voivansa taukoaikoina viettää aikaa terapeuttisessa puutarhassa. On kuitenkin olemassa monia esimerkkejä, joissa on opittu toimimaan osaston ulkopuolella. Arjen perustoimintoja ja kuntoutusta potilaiden hoitotyössä voi soveltaa harjoiteltavaksi osaston ulkopuolella kuten terapeuttisessa puutarhassa. (Boyle & Pryor 2019, 21).

Puutarhaterapeuttisella pihalla kuntoutuja voi käyttää puutarhanhoitoa ja kasveja kehittääkseen hyvinvointiaan. Hyvinvointi voi lisääntyä oleskelemalla ja viettämällä aikaa puutarhassa tai osallistumalla puutarhanhoitoon. Kuntoutuspihalla hyödynnetään luontoympäristöä fyysisessä toiminnassa ja kuntoutuksessa. (Natural England Comissioned Report NECR204 A rewiew of nature-based interventions for mental health care 2016, 19).

2.2 Green Care

Green Care on yksi Kainuun uuden keskussairaalan toiminta-ajatuksista. Green Care on luontoon liittyvää toimintaa, jolla edistetään ihmisten hyvinvointia ja elämänlaatua. Green Care -toiminnan kolme peruselementtiä ovat luonto, toiminta ja yhteisö. Näistä luonto voi toimia sekä tapahtumapaikkana, kohteena kuin välineenäkin (Jäppinen 2017, 5-6). Green Care kattaa monia menetelmiä, joita käytetään tavoitteellisesti ja vastuullisesti. Hyvinvointia lisäävät vaikutukset syntyvät muun muassa luonnon elvyttävyyden, osallisuuden ja kokemuksellisuuden avulla (Kotilainen 2013, 5). Green Care on menetelmällinen kokonaisuus, jolla voidaan tuoda lisäarvoa sekä lisäresursseja sosi-aali-, terveys- ja kasvatusalan työhön (Lehto, 2012; Soini, Ilmarinen, Yli-Viikari & Kirveennummi 2011, 323). Seuraavassa kuviossa kuvataan Suomalainen Green Care toimintatapa.

Suomalainen Green Care -toimintatapa



Kuva 1. Green Care -toimintavan peruselementit: luontoperustaisuus, kokemuksellisuus ja osallisuus; sekä perusedellytykset: tavoitteellisuus, ammatillisuus ja vastuullisuus.

Kuvio 1. Suomalainen Green Care toimintatapa (GCF ry 2018.)

Green Caressa on useampia kuntouttavia menetelmiä. Niiden ytimenä ovat terapeutin puutarhanhoito, eläinavusteiset toiminnot sekä maatalo- ja luontoympäristöjen käyttö. Myös ekoterapia, viherympäristöjen käyttö, kalastus, eräily ja retkeily, luontoon liittyvät kädentaidot, ympäristökasvatus sekä hoivamaatalous ja metsäympäristöjen käyttö ovat menetelmiä Green Care toiminnassa (Salovuori 2014, 22).

Luontoympäristössä oleskelulla on todettu olevan vaikutuksia fysiologisiin muutoksiin kuten alenuneeseen verenpaineeseen, sydämen sykkeeseen, ihon sähkövälityskyvyn vaihteluun, elimistön stressihormonin pitoisuuksiin sekä lihasjännityksen alenemiseen (Tyrväinen, Savonen & Simkin 2017, 7; Heikkilä & Kirveenummi 2013, 10). Salosen (2020, 17-19) mukaan luontoon perustuvien terveys- ja hyvinvointivaikutuksista on lisääntyvää ja luotettavaa näyttöä. Luonnon vaikutuksia on havaittu ihmisen fyysisen sekä psyykkisen hyvinvoinnin paranemisessa, sosiaalisen ja kognitiivisen

toiminnan lisääntymisessä. Sosiaalisen eristäytymisen on havaittu vähenevän ihmisen selviytymiskyvyn ja vaikutusmahdollisuuksien lisääntymisen kautta. Luontoavusteisuuden on todettu olevan merkittävää kansanterveydelle. Merkittäviä tuloksia on havaittu useissa sairausryhmissä kuten skitsofrenian ja liikalihavuuden hoidossa. Luontoavusteisuus mukautettuna sopii monenlaisille asiakasryhmille. Fyysisiä, psyykkisiä sekä sosiaalisia hyötyjä saavat mielenterveysongelmaiset, oppimisvaikeuksista kärsivät, fyysisesti vammaiset, aivovamman saaneet, päihderiippuvaiset sekä sosiaalisista ongelmista kärsivät henkilöt. (Natural England Comissioned Report NECR204 A rewiew of nature-based interventions for mental health care 2016,18).

Luonnon terveysvaikutukset ovat moninaisia. Luontoyhteyttä on pohdittu myös kroonisissa tulehdustauoissa. Sairauksien ehkäisyyn on pystytty oleellisesti vaikuttamaan puuttamalla riskitekijöihin, jotka altistavat sairastumiseen krooniseen sairauteen. Useille kroonisille sairauksille kuten allergioille ja tyypin 1 diabetekselle on usein ominaista lievä tulehdustila ja immunologinen epätasapaino. Kaupungistuminen on voinut vaikuttaa ihmisten elintapoihin ja ympäristöön yksipuolistamalla ihmisen mikrobistoa ja vaikuttaa immuunisäätelyyn. Kosketus monimuotoiseen luontoon vaikuttaa ihmiskehon mikrobiomiaan vahvistamalla immuunitasapainoa ja suojaamalla sairauksilta. Mikrobiston muutoksilla on havaittu olevan vaikutuksia myös aivojen toimintaan ja psyykkisiin tiloihin. (Haahtela, Hanski, von Herzen, Jousilahti, Laatikainen, Mäkelä, Puska, Reijula, Saarinen, Vartiainen, Vasankari & Virtanen 2017, 20-21).

Virtuaalisella luonnolla, mahdollisuudella katsoa luontoa ikkunasta ja luonnon tuomisella sisätiloihin on hyödyllistä ainakin jollekin hyvinvoinnin osa-alueelle. Kuitenkin vaikuttavinta on olla luonnossa. Luonnolla ja on voimakas positiivinen vaikutus ihmisen hyvinvointiin. (Natural England Comissioned Report NECR204 A rewiew of nature-based interventions for mental health care 2016,18).

Luonnon rauhoittava vaikutus helpottaa luottamuksellisen asiakassuhteen solmimista ja kuntoutuksen aloitusta. Kuntoutukselle merkityksellistä on asiakkaan turvallisuuden tunteen ja luottamuksen saaminen. Nämä vahvistavat asiakkaan kykyä aloittaa uusien taitojen harjoittelu tai entisten vahvistaminen. Haasteellisten fyysisten ja sosiaalisten taitojen harjoittelu voi olla mielekkäämpää luontoympäristöissä. (VoiMaa!-hanke 2013, 5)

2.3 Asiakslähtöisyys, asiakasymmärrys, osallisuus

Asiakslähtöisyydestä on säädetty useammassa laissa kuten terveydenhuoltolaissa. Terveydenhuoltolain yhtenä tarkoituksena on vahvistaa terveydenhuollon palvelujen asiakaskeskeisyyttä (terveydenhuoltolaki 2§). Asiakaskokemus jakautuu kolmeen osaan, toimintaan, tunteisiin ja merkityksiin. Toimivia asiakaskokemuksia voidaan tarjota silloin kun ymmärretään ihmisten tarpeet kyseiseen palveluun. (Tuulaniemi 2011, 75)

Asiakkaiden tarpeiden ja arvojen ymmärtäminen on edellytys asiakasymmärrykselle. Asiakasymmärrystä voidaan kehittää. Asiakastarpeet muuttuvat asiakkaiden olleessa vuorovaikutuksessa toimijoiden ja ympäristön kanssa. Muutoksissa syntyy merkittäviä innovaatiomahdollisuuksia. (Korhonen, Valjakka ja Apilo 2011, 3).

Sihvon ym (2018, 15) julkaisemassa raportissa tulee ilmi, että asiakkaiden ensisijainen motiivi osallistua palveluiden kehittämiseen on halu auttaa muita, esimerkiksi samassa asemassa olevia ja vaikuttaa siihen, että palvelut ovat jatkossa parempia. Myös osahankkeen aikana maakunnissa pidettyjen työpajojen osallistujien vastauksissa yhteisen hyvän tavoite nousi vahvasti esiin. Muita motivaation lähteitä olivat yhteisöllisyys ja hyödyt itselle. Seuraava kuvio havainnollistaa osallistumista ja asiakkaiden näkökulmia halusta osallistua palvelun kehittämiseen.



Kuvio 2. Miksi asiakkaat haluavat osallistua palveluiden kehittämiseen

(Isola, A-M., Kivipelto, M., Linnanmäki E., Lyttikäinen, M., Sainio, S., Sihvo, S. 2018,15).

Työhyvinvoinnin kehittämistä on tutkittu osallistavilla menetelmillä. Kehittämistoiminnassa mukana olleet kokivat tulleen kuulluksi ja olleensa mukana toiminnan suunnittelussa. Kehittämistoiminnassa osallisuus on kokemusta kuulluksi tulemisesta. Johtopäätelmissä todettiin, että osallisuudessa työntekijä huolehtii työyhteisön ilmapiiristä ja työtovereiden kohtelusta sekä lisäksi omasta terveydestään ja hyvinvoinnista työpaikalla. (Jääskeläinen 2013, 144-149.)

2.4 Palvelumuotoilu

Palvelumuotoilu on ajattelu- ja toimintatapa eri osaamisalojen yhteistyöhön palvelujen kehittämisessä. Palvelun kehittäjä voi hyödyntää ja syventää omaa osaamistaan ja kehittää omaan toimintaympäristöönsä sopivia työmenetelmiä ja -välineitä sekä tuottaa lisäarvoa palvelua käyttävälle asiakkaalle. (Tuulaniemi, 2011, 58; Ahonen, 2017, 34.)

Palveluiden tuottamiseen vaikuttavat asiakkaat, asiakaspalvelijat, palveluun liittyvät esineet ja ympäristöt, jotka voivat olla fyysisiä tai virtuaalisia (Tuulaniemi, 2011, 66). Palveluiden keskipisteessä on ihminen palveluiden käyttäjänä ja oman elämänsä ja toimintansa asiantuntijana (Tuulaniemi,

2011,71). Palveluiden kehittäminen on luovaa ongelmanratkaisua. Kehittäminen on uuden luomista ja ainutkertaista (Tuulaniemi, 2011, 126).

Palvelumuotoiluprosessi on toimintamalli ja toimenpiteitä, joilla päästään ennalta määriteltyihin tavoitteisiin. Toiminta on ymmärrykseen ja oppimiseen perustuvaa prosessia ja työmenetelmiä. Prosessissa toistetaan asioita, joihin ei olla tyytyväisiä, niin kauan, että päästään tavoitteisiin. Palvelumuotoilun menetelmiä ovat esimerkiksi etnografiset menetelmät eli havainnointi, itsedokumentointimenetelmät eli luotaimet ja yhteisölliset ideointimenetelmät. Yhteisöllisiin ideointimenetelmiin pyritään saamaan mukaan palvelun eri osapuolia kuten asiakkaat, työntekijät, loppukäyttäjät ja kumppanit. Yhteisöllisiä ideointimenetelmiä ovat esimerkiksi aivoriihi, jota myös ideointityöpajaksi kutsutaan, 8x8-menetelmä ja Kuusi hattua. (Ahonen, 2017, 45-47; Ojasalo, Moilanen & Ritalahti, 2009, 158-165.)

3 Tutkimuksen tavoite ja tarkoitus

Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää ja kuvata henkilökunnan ajatuksia tulevasta kuntoutuspihasta oma ja potilaiden näkökulma huomioiden. Tarkoituksena on myös selvittää henkilökunnan ajatuksia Green Caresta. Tarkoituksena on tuottaa tietoa millainen kuntoutuspihan tulisi olla sekä miten Green Care voidaan hyödyntää kuntoutuspihaympäristössä. Tavoitteena on tuottaa tietoa, jota voidaan hyödyntää kuntoutuspihan suunnittelussa sekä jatkossa kuntoutuspihan käyttömahdollisuuksissa.

Tutkimuskysymykset:

1. Millaisia näkemyksiä henkilökunnalla on kuntoutuspihasta?
2. Millaisia näkemyksiä henkilökunnalla on kuntoutuspihan hyödyntämisestä asiakastyössä?
3. Millaisia näkemyksiä henkilökunnalla on Green Caresta?
4. Millaisia näkemyksiä henkilökunnalla on Green Care toiminnan hyödyntämisestä asiakastyössä kuntoutuspihalla?

Tutkimusaineisto kerätään sairaalan erityistyöntekijöiltä sekä osalta hoitohenkilökunnasta. He voivat antaa näkemyksiään omaltaan sekä hoitotyön ja kuntoutuksen näkökulmasta.

4 Toteutus

4.1 Menetelmä

Opinnäytetyö on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus. Lähtökohtana laadullisessa tutkimuksessa on kuvata todellista elämää. Laadullisessa tutkimuksessa aineiston hankinnassa pyritään saamaan tutkittavien mielipiteet ja näkökulmat esille (Hirsijärvi, Remes & Sajavaara, 2016, 161-164).

Toikon (2009, 16) mukaan kehittäminen voi pitää sisällään sekä uusien ideoiden keksimisen, että niiden levittämisen ja vakiinnuttamisen. Työyhteisön kehittäminen voi tarkoittaa esimerkiksi oman työn jäsentämistä, uusien työtapojen kokeilua, yhteistyön kehittämistä, organisaatiorakenteen uudistamista tai asiakasosallisuuden edistämistä (Toikko 2009, 60). Tässä työssä kuntoutuspiha ja siihen liittyvä Green Care toiminta on työntekijöille uusi työskentely-ympäristö. Työntekijöiden on tärkeä saada tietoa voidakseen hyödyntää kuntoutuspihaa ja vakiinnuttaa sen käyttöä asiakaidensa kuntoutusprosessissa. Työntekijöiltä saadut näkemykset ja toiveet ovat tärkeä huomioida kuntoutuspihan suunnittelussa. Lähestymistapa kehittämistoimintaan on laadullinen. Kylmän ym. (2003, 2) mukaan laadullinen tutkimus sopii tutkittaessa aihetta, josta on aikaisempaa tietoa vähän tai ei ollenkaan.

4.2 Aineiston keruu ja analyysi

Alkuperäisenä suunnitelmana oli kerätä aineisto henkilökunnalle pidettävänä työpajoina. Suomessa valitsevien Covid-19-pandemiasta johtuvien poikkeusolojen vuoksi aineiston keräämisen suunnitelma muutettiin. Aineiston keräys toteutettiin kyselytutkimuksena Webropol-ohjelmaa käyttäen. Sähköiseen kyseeseen vastaa helpommin henkilöt, jotka ovat tottuneita tietokoneen käyttäjiä (Valli 2018, 102). Tässä tutkimuksessa vastaajat käyttivät tietokonetta työssään. Hirsijärvi ja muut ovat todenneet kyselytutkimuksen etuna olevan suuren vastaaja joukon saavuttaminen sekä mahdollisuus kysyä monia asioita (Hirsijärvi ym. 2016, 195). Webropol-kysely ohjelma valikoitui sen helppokäyttöisyyden sekä saatavuuden vuoksi.

Tutkimuslomaketta laadittaessa päädyttiin avoimiin kysymyksiin. Avoimet kysymykset sallivat vastaajan ilmaista itseään omin sanoin (Hirsijärvi ym. 2016, 201). Kysymykset pyrittiin laatimaan niin, että vastaajat ymmärtävät ne samalla tavalla. Kysymykset pyrittiin pitämään lyhyinä, koska Hirsijärven ym. (2016, 202) mukaan lyhyitä kysymyksiä on helpompi ymmärtää kuin pitkiä kysymyksiä. Kysymysten järjestys pyrittiin pitämään loogisena. Tutkimuslomakkeen alussa kysyttiin taustatietona vastaajan ammatti ja sukupuoli. Ensimmäisen ja viimeistä edeltävän tutkimuskysymyksen jälkeen kirjoitettiin infoa antava teksti johdattelemaan seuraavaan kysymykseen.

Kainuun keskussairaalaan valmistuu uutena toimintana kuntoutuspiha, joka on tarkoitettu sekä asiakkaiden/potilaiden että henkilökunnan käyttöön. Kuntoutuspiha rakennetaan uuden sairaalan viimeisessä vaiheessa 2021. Piha sijoittuu vanhan sairaalan potilastornin sekä uuden sairaalan väliin.

Green Care on luontoon liittyvää toimintaa, jolla edistetään ihmisten hyvinvointia ja elämänlaatua. Green Caren kolme peruselementtiä ovat luonto, toiminta ja yhteisö. Näistä luonto voi toimia sekä tapahtumapaikkana, kohteena kuin välineenäkin. Green Care kattaa monia menetelmiä, joita käytetään tavoitteellisesti ja vastuullisesti. Hyvinvointia lisäävät vaikutukset syntyvät muun muassa luonnon elvyttävyyden, osallisuuden ja kokemuksellisuuden avulla. Green Care on menetelmällinen kokonaisuus, jolla voidaan tuoda lisäarvoa sekä lisäresursseja sosiaali-, terveys- ja kasvatusalan työ.

Näillä teksteillä oli tarkoitus avata vastaajille lyhyesti tietoa sairaalalle tulevasta kuntoutuspihasta sekä siitä mitä Green Care tarkoittaa ja antaa lisää näkökulmia ennen edellämainittuja kysymyksiä. Kyselylomake testattiin kahdella terveydenhuollon ammattihenkilöllä, jotka eivät osallistuneet tutkimuksen kyselyyn. Testauksen jälkeen ei tullut muutoksia kysymyksiin.

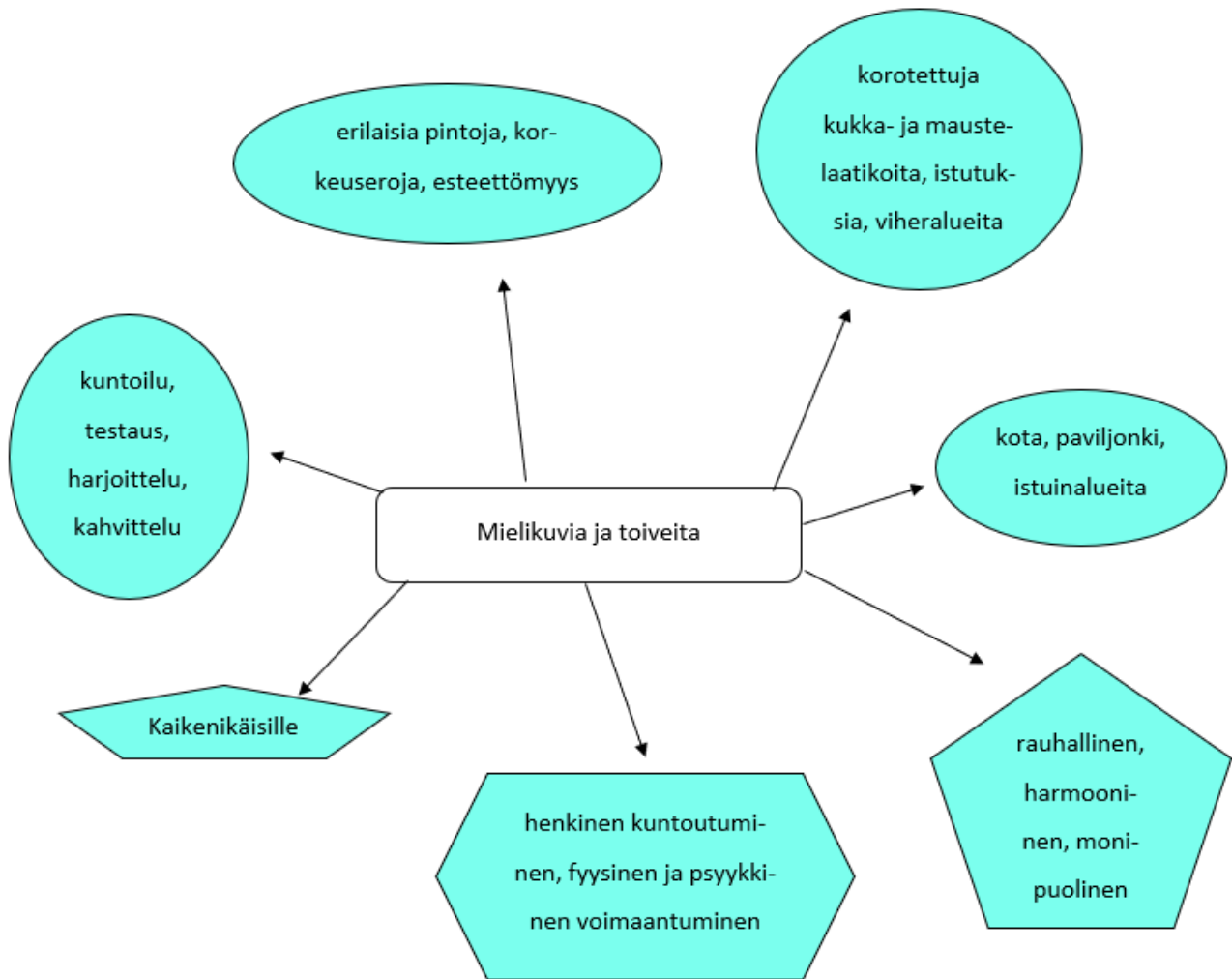
Kysely (Liite 2) lähetettiin Kainuun keskussairaalan A- ja B-osaston, aikuisten mielenterveys- ja riippuvuuksien hoidon, kuntoutusvastuualueen sekä kehitysvammapoliklinikan esimiehille, jotka jakoivat kyselyn työntekijöilleen. Kyselyyn vastaamisaika oli aluksi kaksi viikkoa. Vastausaikaa jatkettiin vielä kahdella viikolla kyselyajan kohdalle sattuneen kuntoutuksen vastuualueen uuteen sairaalaan muuton vuoksi.

Tutkimusaineiston analyysi aloitettiin tulostamalla aineisto Webropol-ohjelmasta. Kerättyyn aineistoon perehdyttiin tarkasti ja siihen palattiin useita kertoja. Aineistosta ei tarvinnut poistaa yhtään vastausta, koska ne vastasivat sisällöltään tutkimuskysymyksiin. Aineistosta etsittiin kysymyksittäin yhtäläisyyksiä. Alla esimerkki kahdesta alkuperäisestä vastauksesta.

”Toivoisin, että pihalla vallitsisi rauhallinen ja harmoninen tunnelma. Paikka jossa on eri aistein havaittavia asioita.” (V24)

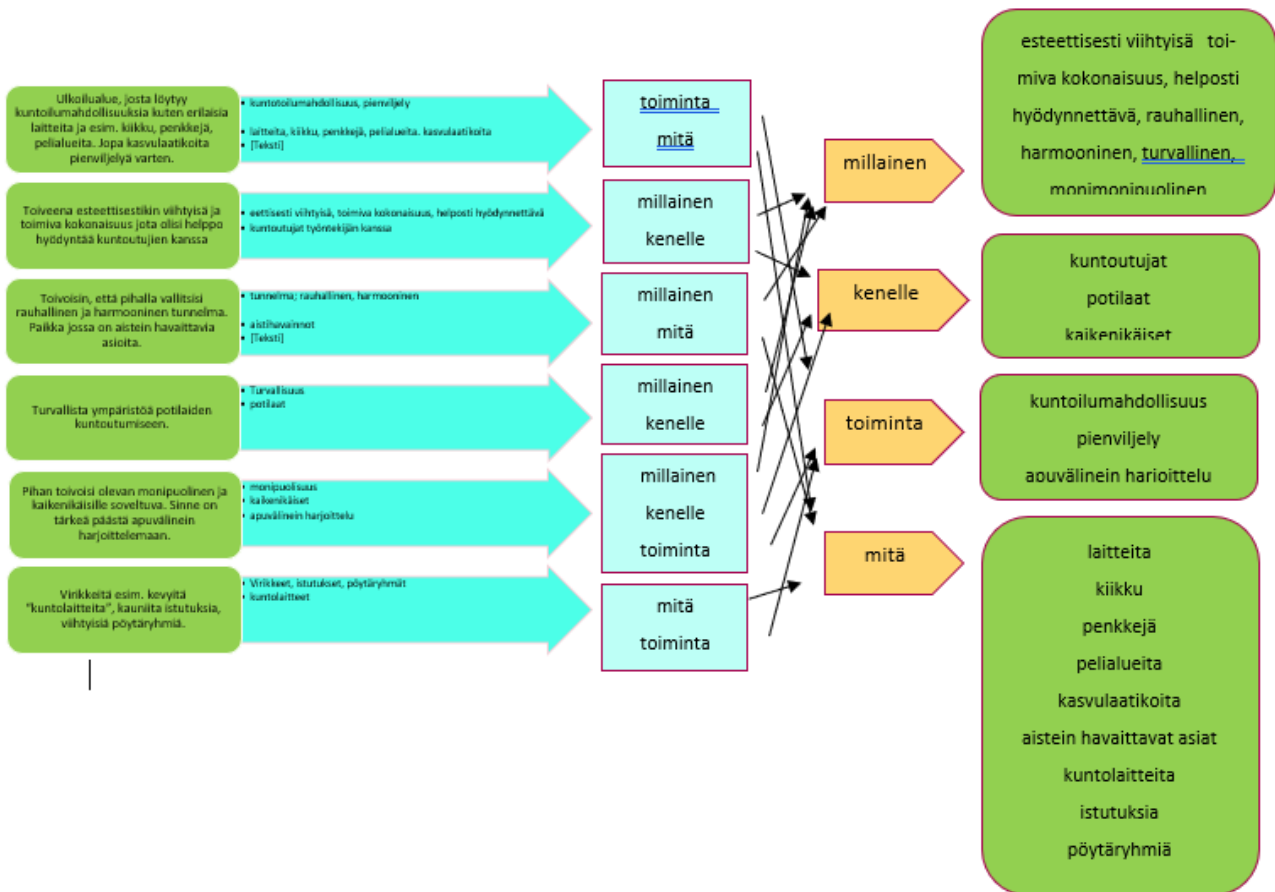
”Pihan toivoisi olevan monipuolinen ja kaikenikäisille soveltuva. Sinne on tärkeää päästä apuvälineillä harjoittelemaan.” (V44)

Hahmottelun alkuvaiheessa ajatusta selkeytettiin mindmap tyyppisesti. Alla esimerkkikuva mindmap hahmottelusta. Kuviossa on osa kyseisen kysymyksen aineistosta.



Kuvio 3. Mindmap

Tuomen ja Sarajärven (2018, 4.6) mukaan temaattinen analyysi voidaan tehdä joko aineisto tai teorialähtöisesti. Teemoittelua voidaan pitää yhtenä sisällön analyysin muotona. Teemoittelussa on kyse laadullisen aineiston pilkkomisesta ja ryhmittelystä erilaisten aihepiirien mukaan. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 4.1). Tämän tutkimuksen aineistosta nousi aiheita eli teemoja, joten päädyttiin aineiston teemoitteluun. Alla oleva kuvio havainnollistaa teemoittelun etenemistä. Kuviossa lähdetään alkuperäisistä ilmaisuista pelkistettyihin ilmaisiin, joista muodostuvat teemat ja avaintemat.



Kuvio 4. Esimerkki teemoittelun etenemisestä

Tutkimuksessa teemoiteltiin yllä olevan kuvan mukaisesti kaikki tutkimuslomakkeessa esitettyjen kysymyksiä vastaukset. Avaintemoista eli aiheista muodostettiin tutkimustehtävän keskeisiä asiakokonaisuuksia. Aineistosta pyrittiin löytämään yhteneväisyydet. Analyysi pyrittiin tekemään niin, ettei merkittävä tieto jää huomiotta.

5 Tutkimustulokset

Tutkimuksen kyselyyn saatiin 46 vastausta. Vastaajia hoitajia oli 23 eli 50%, erityistyöntekijöitä 16 eli 36,96%, muita 6 eli 13,04%. Osa vastaajista ei ollut vastannut kaikkiin kysymyksiin. Suurin osa kyselyyn vastaajista oli naisia 44 eli 95,65%, miehiä vastaajista oli 2 eli 4,35%. Kyselyohjelmasta ei paljastunut vastaajan ammatti eikä sukupuoli. Raportin vastauksissa näkyi ainostaan esimiehen sähköposti, josta kysely on työntekijälle lähetetty.

Vastauksista ei paljastunut vastaajan sukupuoli. Näin ollen eroja sukupuolien suhteen ei voinut tutkia. Yksittäisistä vastauksista pystyi päättelemään vastaajan ammatin. Esimerkiksi vastauksesta, *oman osastoni potilaat ovat huonokuntoisia, henkilökunnalla ei ole aikaa*. Ammatin paljastumisesta ei voinut kuitenkaan päätellä millä osastolla vastaaja työskenteli. Selvitettäessä miten työntekijä voisi hyödyntää kuntoutuspihaa potilaiden/asiakkaidensa kanssa, näkyi eroa niissä vastauksissa, joista voitiin päätellä työntekijän kuuluvan osaston hoitohenkilökuntaan. Osastolla työskentelevät hoitajat kokivat, ettei heillä ole aikaa viedä potilaita kuntoutuspihalle. Muiden kysymysten kohdalla merkittäviä eroja ei havaittu.

Tutkimuksessa haluttiin selvittää henkilökunnan näkemyksiä kuntoutuspihasta sekä Green Caresta omasta sekä asiakkaidensa/potilaidensa näkökulmasta. Vastaukset teemoiteltiin vastauksista nousseiden aiheiden mukaan.

5.1 Tietoisuus tulevasta kuntoutuspihasta

Kuntoutuspiha on tulossa keskussairaalan yhteyteen. Kysyttäessä tietääkö vastaaja tulevasta pihasta kysymykseen vastasi 44 henkilöä. Vastaajista 54,3% eli 25 vastaajaa ei tiennyt sairaalalle tulevan kuntoutuspiha ja 41,3% eli 19 vastaajista tiesi tulevasta kuntoutuspihasta. Näistä vastaajista 19,6% eli yhdeksällä oli mielikuva mitä pihalle olisi tulossa heidän mielestään.

Vastaajilla oli mielikuva kuntoutuspihalle tulevan luontoa ja kasvillisuutta esimerkiksi viheralueita, istutuksia, kukkia ja maustelaatikoita. Pihan muodoissa oli ajateltu olevan korkeuseroja, erilaisia pintoja ja portaat. Aistit oli myös mainittu. Yhdessä vastauksessa oli maininta Green Caresta. Kuntoutuspihan käyttäjissä mainittiin asiakkaat ja potilaat. Kuntouttaminen oli huomioitu terapioina, mielen hyvinvointina sekä fyysisenä kuntouttamisena. Yksi vastaaja oli maininnut että tietoa on hyvin vähän, toinen taas on ollut aiemmin mukana suunnittelupalavereissa, muttei myöhemmissä enää.

“Kuntoutuspihan on tarkoitus olla kaikkien potilaiden saatavilla ja se on yksi kuntoutuksen työväline.” (V6)

“Tiedän että sellainen tulee ja sitä voidaan hyödyntää terapiossa.” (V7)

*“Hyvin vähän, vain sen että joku sellainen tulisi ja sitä kannattaisi suunnitella ja kuul-
lut heittoja esim. korotetuista kukka ja maustelaatikoista 😊.” (V22)*

*“Olen kuullut siitä. Ilmeisesti tarkoituksena on tehdä sairaalan yhteyteen
kuntoutuspiha, jossa hyödynnetään Green Care- ajattelua. Piha on vapaasti asiak-
kaiden ja potilaiden käytettävissä.” (V34)*

*“Siinä on eri elementtejä antamaan aisti, tunto ja liike ärsykeitä ja siten syysistä ja
psykkistä voimaantumista.” (V36)*

5.2 Mielikuvat ja toiveet

Kuntoutuspihaan liittyviin mielikuviin ja toiveisiin vastauksia saatiin 45 vastaajalta. Vastauksista nousi neljä teemaa, kuntoutuspihan käyttäjät, millainen tunnelma pihalla voisi olla, mitä välineitä ja tarvikkeita pihalle tulisi sekä millaista toimintaa pihalle tulisi.

Kuntoutuspihan kohderyhmäksi tuli kaksi käyttäjäryhmää, potilaat ja omiset sekä henkilökunta. Potilaiden ryhmässä tuli esiin ikä, lapsista ikäihmisiin. Kaikenikäiset oli huomioinut kolme vastaajista. Käyttäjäryhminä eriteltyinä oli mainittu kaikenkuntoiset, psykiatriset potilaat sekä vanhainkodin asukkaat. Henkilökunnasta käyttäjinä oli mainittu erikseen fysioterapeutit.

Vastauksista nousi esiin kuntoutuspihan olevan tarkoitettu kaikenikäisille ja kaiken kuntoisille. Potilaat voisivat kahvitella omaistensa kanssa ja lapset pörheltää pihalla. Henkilökunta voi ulkoilla potilaiden kanssa tai pitää ruokatauon ulkona. Erikseen oli mainittu kuntouttava toiminta toimintaterapeuttien osalta sekä fysioterapeutit. Ajatuksia oli tullut pihan olevan tarkoitettu psykiatrisille potilaille ja vanhainkodin asukkaille.

Tunnelmaan liittyvänä toiveena oli viihtyistä piha. Mainittiin myös esteetön, mieltä lepuuttava, monipuolinen, helposti kuntoutujien kanssa hyödynnettävä sekä kuljettavissa oleva piha myös apuvälinein. Pihan toivottiin olevan harmonoinen, rauhallinen, turvallinen ympäristöltään, mielen lepääminen ja että sinne olisi lyhyt matka sisältä. Yksittäisinä vastauksina oli mainintoja esteettisesti viihtyisä, visuaalisesti kaunis, toimiva kokonaisuus, mahdollisuus viipyilyyn, vapaa pääsy

potilailla, fyysinen kuntoutuminen, tilava alue, ympäristönä herättää tekemään jotain aktiivisesti, fyysinen ja psyykinen kuntoutuminen.

Pihasta toivottiin aistein havaittavaa esteettisesti viihtyisää sekä visuaalisesti kaunista. Fyysinen ja psyykinen kuntoutuminen oli huomioitu. Pihan helppo hyödynnettävyys, monipuolisuus, esteettömyys ja helppokulkuisuus myös apuvälinein nousi selkeästi esiin. Pihasta toivottiin monipuolista ja tilavaa aluetta. Välimatka sisältä pihalle tulisi olla lyhyt. Ympäristön turvallisuus oli myös huomioitu. Toive oli myös ympäristöstä, joka herättää tekemään jotain aktiivisesti. Toisaalta haluttiin tilaa jossa mahdollisuus viipyilyyn ja mielen lepäämiseen.

Välineisiin ja tarvikkeisiin liittyen, mitä pihalle halutaan nousi esiin kolme teemaa. Ensimmäisenä teemana oli välineet. Toivottiin fyysistä kuntoutumista edistäviä asioita. Teemaan liittyvistä vastauksista 20% eli yhdeksässä oli kuntoilumahdollisuuksia, kuntoilulaitteita. Yhdessä vastauksessa taas oli että, ei kuntoilulaitteita. Penkkejä, istuimia mainittiin neljässä vastauksessa. Yksittäisinä mainittiin pelialueita, kiikku sekä pöytäryhmiä.

Toisena teemana oli testialueet ja kuntoutuksen testaamiseen liittyviä asioita. Testialueet ja – välineet vastauksissa toivottiin erilaisia liikkumistasoja ja -alustoja, hieno- ja kerkeamotoriikkaa kehittäviä toimintoja, kuntopolkua, portaita, erilaisia pintoja, vaihtelevaa maastoa ja ohjattua sekä itseohjautuvaa liikuntaa mahdollistavia paikkoja.

Kolmanteen teemaan luontolähtöisyys 17.7% eli kahdeksassa vastauksessa oli mainittu toiveina puistomainen, monipuolisesti kasveja, puut, pensaat, perennat ja kukkaistutukset. Kahdessa vastauksessa mainittiin eri aistein havaittavat asiat. Yksittäisinä vastauksina toivottiin nuotiopaikkaa ja kasvulaatikoita pienviljelyä varten.

Toimintaan pihalla muodostui neljä teemaa. Potilaiden/asiakkaiden toiminta kuntouspihalla, henkilökunnan toiminta kuntoutuspihalla, yleisesti toiminta sekä luontolähtöinen toiminta.

Ensimmäisessä teemassa eli potilaiden/asiakkaiden toiminta, kahdessa vastauksessa oli näkemys potilaista tupakalla kuntoutuspihalla. Toisessa toive ettei näin olisi. Yksittäisinä vastauksina nähtiin potilaat kahvittelemassa omaisten kanssa, potilas opetelemassa uuteen elämään sairastumisen tai

vammautumisen jälkeen, kuntouttava toiminta erityisesti toimintaterapian osalta, piha motivoi potilaita lähtemään ulos, lapset pääsee pörheltämään, potilaiden kanssa ulkoilu, ihmiset oppisivat arvostamaan luontoa tärkeänä kuntoutumisen muotona, rauhoittuminen ja läsnäolo tuovat lääkkeetöntä kivunhoitoa sekä testausalueita apuvälineiden käyttäjille.

Henkilökunnan toimintaan kahdessa vastauksessa mietitytti onko resursseja lähteä osastolta pois kuntouttamaan potilaita. Yksittäinen vastaus oli henkilökunta ruokailemassa kuntoutuspihalla. Yleisesti toimintaan liittyen kahdessa vastauksessa tuli mahdollisuus mielen lepäämiseen. Yksittäisiä vastauksia oli ohjattu/itseohjautuva liikunta, mahdollisuus viipyilyyn, tilana pieni, toive ettei tule tuoleilla istumapaikka, ympäristönä herättää tekemään jotain aktiivisesti, hieno- ja karekamotoriikkaa kehityttäviä toimintoja sekä kannustaa liikkumaan.

Luontolähtöiseen toimintaan kahdessa vastauksessa mainittiin eri aistein havaittavia asioita. Yksittäisinä vastauksina kasvulaatikoita pienviljelyä varten, kasvien hoitamiseen osallistuminen, luonnon keskellä harjoitella itselle haastavia asioita sekä eläinvierailut.

5.3 Kuntoutuspihan hyödyntäminen asiakkaiden/potilaiden kanssa

Kuntoutuspihan hyödyntämiseen asiakkaiden /potilaiden kanssa vastaajia oli 45. Vastaajista 13,3% hoitajista eli kuusi hoitajaa oli sitä mieltä, ettei heillä todennäköisesti ole resursseja kiireen, ajanpuutteen ja työmäärän vuoksi lähteä potilaan kanssa kuntoutuspihalle. He kuitenkin näkivät voitavansa ohjata potilaita käyttämään sitä omatoimisesti tai omaisten kanssa. Hyväkuntoiset potilaat voisivat mennä myös opiskelijoiden kanssa kuntoutuspihalle. Myös erityistyöntekijöiden ajateltiin voivan hyödyntää pihaa potilaiden kanssa.

“Potilaat voisivat kesällä liikkua ja ulkoilla siellä. Moni varmasti nauttisi siitä. Osastolla ei ole resurssia lähteä sieltä asti potilaita käyttämään. Ehkä opiskelijat voisivat käyttää hyväkuntoisia potilaita siellä.” (V1)

“Vuodesastolla töissä, joten ajatus tuntuu itselle melko utopistiselta, että lähtisin potilaan kanssa ulos. Aika ei riitä.” (V4)

“Tiedottaisin potilaita siitä ja sen mahdollisuuksista, mutta työssäni minulla ei juurikaan olisi aikaa sinne potilaiden kanssa mennä.” (V22)

“Ainakin potilaat voisivat käydä siellä omaistensa kanssa, jos meillä hoitajilla ei aikaa riitä siellä käyttämään.” (V24)

“Kesäaikaan varmaan toimii, ei talvella. En usko, että hoitajalla on aikaa lähteä potilaan kanssa ulkoilemaan kuntoutuspihalle. Pikemminkin Fyssari voisi hoitaa tällaista virkaa.” (V33)

Potilaiden kanssa tekemiseen vastauksista nousi ulkoilu, josta monen ajateltiin nauttivan. Potilaiden kanssa voisi tehdä liikkumista tukevaa harjoittelua. Pihan nähtiin myös mahdollistavan kuntoilun potilaiden kanssa. Konkreettisenä tekemisenä oli mainittu pihapelit. Myös mielenkuntoutuminen ulkona oleskelulla oli huomioitu.

Pihan koettiin mahdollistavan potilaiden liikkumisen arviointia, liikuntaneuvontaa sekä toimintakyvyn arviointia. Apuvälineiden testaus ja harjoittelu, tasapainon, käsien käytön ja niiden huomiointi oli myös mainittu. Yksittäisinä potilasryhminä oli mainittu liikkumistaidon ohjausta näkövammaiselle sekä nähtiin lapsen juoksevan, potkivan palloa, kiipeilevän, keinuvan ja uittavan venettä. Pihan ajateltiin myös mahdollistavan kivunhallintakeinojen harjoittelua, tietoisuustaitoharjoittelua ja aistiharjoituksia. Pihalla ajateltiin pitää ryhmiä ja terapioita sekä keskustella potilaiden kanssa ulkona. Pihan ajateltiin toimivan virikkeiden mahdollistamiseen. Rentoutuminen oli myös huomioitu. Kuten myös potilaiden ohjaus käymään omatoimisesti pihalla sekä motivoida potilasta, kun kuntoutuu niin, että pääsee liikkumaan, sitten voi käydä kuntoutuspihalla.

Kuntoutuspihan nähdään tukevan omaa kuntouttavaa työtettä. Piha motivoi käyttämään luovia, erilaisia keinoja potilaiden kuntoutumiseen ja virkistäytymiseen. Potilaat voisivat tehdä käsin jotain ja ratkoa ongelmia yhdessä ja erikseen. Potilaat voisivat mennä omaistensa kanssa kuntoutuspihalle. Pihalla voisi olla erilaisia tapaamisia.

Muutamasta vastauksesta nousi puutarhassa puuhastelu. Kuntoutuspihalla voisi hyödyntää luontoa ja luonnonmateriaaleja terapioissa. Nähtiin myös mahdollisuus saada kuntoutuspihasta vinkkejä omien pihojen suunnitteluun.

5.4 Työntekijän toiminta kuntoutuspihalla

Työntekijän omaan toimintaan kuntoutuspihalla tuli vastauksia 41 vastaajalta. 8,9% eli neljä vastaajaa ei osanneet kertoa mitä voisivat tehdä kuntoutuspihalla. 6.6% eli 3 vastaajista oli sitä mieltä, etteivät voisi tehdä mitään kuntoutuspihalla. Muista vastauksista nousi esiin kaksi teemaa. Toinen teema on henkilön omaa tekemistä ja toisessa teemassa henkilön tekemistä potilaan/asiakkaan kanssa.

Seitsämän vastaajaa hyödyntäisi kuntoutuspihaa liikuntaan ja kuntoiluun. Kuusi vastaajaa viettäisi taukoja kuntoutuspihalla. Neljä vastaajaa ajatteli viettävänsä kuntoutuspihalla ruokatauon. Kaksi vastaajaa ajatteli kuntoutuspihan olevan rentoutumispaikka töiden välissä ja töiden jälkeen. Kaksi vastaajaa vastasi käyttävänsä pihaa itse. Kaksi vastaajaa tekisi kuntoutuspihalla taukojumppaa. Yksittäisinä vastauksina oli happihyppely, kasvien ihastelu ja pallopelit.

Viisi vastaajaa käyttäisi kuntoutuspihaa potilaiden kuntoutukseen. Yksittäisinä vastauksina nähtiin pihan mahdollistavan potilaan voimavarojen ja avuntarpeiden havainnointi, käydä kävelyllä potilaan kanssa, tutustua kuntoutuspihaan ja suositella sitä asiakkaille ja sairaalassa kävijöille, suunnitella ohjausta ja pitää ryhmäkeskusteluja pihalla.

5.5 Ajatuksia Green Caresta

Tietoisuus Green Care käsitteestä sekä mitä ajatuksia se herättää kysymykseen vastauksia saatiin 45, joista kahdessa oli vain viiva. Green Care käsite ei ole tuttu käsitteenä 51,1% eli 23:lle vastaajista. Yksi vastaajista on käynyt Green Care- koulutuksen. Vastauksesta ei selvinnyt koulutuksen laajuus.

Green Caren ajatellaan olevan toimintaa, jossa luonnon voimavarat otetaan mukaan ihmisten hoitoon ja kuntoutukseen. Kuntoutuksessa hyvä lähtökohta on käyttää luontoa hyväksi ja tuodaan luontoelementtejä kuntoutukseen. Ulkotilan käyttäminen harjoittelussa voisi istua hyvin tähän

ajatukseen. Se herättää positiivisia mielikuvia kokonaisvaltaisesta ihmisten hoitamisesta. Green Caren ajatellaan motivoivan asiakasta muita tapoja paremmin. Se tuo tavoitteita ja harjoittelua käytännönläheisempään ja toiminnallisempaan suuntaan. Green Caren ajatellaan olevan luonnon voimaannuttavaa, virkistävää, energiaa antavaa ja rentouttavaa vaikutusta liikkumisen ohessa. Luonnossa voimaannutetaan ja rauhoitetaan.

Vastauksista nousi yhtenä teemana asiakasryhmät. Luonnon hyödyntäminen sairaalan potilaiden hoitoon sekä kuntoutumiseen. Asiakasryhminä oli mainittu myös toimintaterapian asiakkaat, muistisairaajat sekä toimintakyvyltään heikentyneet asiakkaat. Luonnon ja eläinten hyödyntämistä sosiaali-, terveys- ja kasvatusalantyössä.

Toisena teemana vastauksista nousi esiin luonnon voimaannuttava, rentouttava, energiaa antava ja parantava vaikutus. Mielikuva luonnon, kasvien ja ulkoilman hyödyntämisestä osana kokonaisyhyvinvointia. Luonto palauttaa ihmiset perusasioiden äärelle nykypäivän kiireiden keskellä. Green Care käsite herättää mielenkiintoa ja mahdollisuuksia sekä myönteisiä mielikuvia. Green Care koetaan liittyvän luonnon parantavaan vaikutukseen. Ympäristön vihreys ja luonto vaikuttavat mielen hyvinvointiin.

Yhtenä teemana nousi esille ekologisuus. Green Care tuo ajatuksiin vihreät arvot. Mielikuva ympäristöystävällisestä kuntoutuspihasta. Green Care herättää ajatuksen ympäristön olevan mahdollisimman luonnonmukainen.

Green Caren ajatellaan olevan luonnon ja sen tuottamien materiaalien hyödyntämistä ja toimintaa tietyissä ympäristöissä. Kainuun keskussairaalassa luonto tuodaan kaupunkiympäristöön. Green Care oli herättänyt ajatuksia Kainuusta ja metsästä. Luonnon hyödyntämisen keinoina aistit kuten tuntoaisti, esimerkiksi sammaleen tai hiekan tuntuisia levyjä, joita potilas voisi kosketella. Ajatuksia herää liittyen luoviin ympäristöä hyödyntäviin menetelmiin. Mielikuva oikein vihertävästä ja isoja kasveja omaavasta paikasta. Green care herättää myös myönteisiä ajatuksia toiminnasta luontoympäristössä sekä kasvien ja eläinten käytöstä rentoutumiseen ja kuntoutuksen tukena. Esille tuli myös viheralueiden- ja kasvien hyödyntäminen sisustuksessa. Myös kasvihuone oli mainittu. Yhden vastaajan mukaan, luonnon merkitys hyvinvoinnille tulee ensimmäiseksi mieleen.

5.6 Uusia tapoja hyödyntää kuntoutuspihaa

Viimeisenä selvitettiin tuliko vastaajille vielä jotain tapoja mieleen hyödyntää kuntoutuspihaa, kun Green care on nostettu esiin. Vastauksia saatiin 29, joista kahdessa oli pelkkä viiva. Uusia ajatuksia ei tullut 9 vastaajalle. Osalle vastaajista oli tässä kohtaa tullut samoja mielikuvia ja ajatuksia kuin joillekin jo aiempien kysymysten vastauksissa.

Kuntoutuspihan koettiin pääosin olevan hyvä idea. Sairaalan koettiin tarvitsevan jotain uutta miljööttä ulos sairaalan ympäristöön. Parissa vastauksessa todettiin, ettei kuntoutuspiha sovi ympäristöön, jossa on parkkipaikkoja ympäriinsä ja rakennustyömaa. Erään Kaksin työntekijän mukaan "kaukana pitäisi sijaita, jos mieliä sellaista". Eräs vastaajista on osallistunut Uusi Sairaala konseptin suunnitteluun ja toteaa "nyt on aika sanoista tekoihin".

Vastauksista nousi esiin asiakaslähtöisyys, esteettömyys ja turvallisuus. Koettiin, että pihan pitää palvella kaikkia. Pihan tulisi olla paikka, missä voisi tarvittaessa möyriä ja puuhastella asiakkaiden kanssa. Pihan toivottiin mahdollistavan konkreettisen tekemisen vuodenaikojen mukaan. Eräs vastaajista ajatteli pihan mahdollistavan kesäaikaan kuntoutuksia pihalla. Nähdään potilaat työn touhussa pihalla kasveja hoitamassa. Pihasta toivotaan myös testiympäristöä apuvälinepalveluja käyttäville asiakkaille sekä työntekijöille. Ympäristö tuo monipuolisutta kuntoutukseen esimerkiksi hienomotoriikan harjoitteluun. Myös ryhmämuotoinen toiminta mainittiin. Potilaiden mielialan ajateltiin voivan kohentua siinä ympäristössä.

Yhtenä teemana nousi eläinavusteinen kuntoutus. Piha voisi mahdollistaa oman lemmikin tapaamisen pihalla pitkän sairaalajakson aikana. Pihalla voisi olla tila tai alue, jolla eläimet voisivat vierailia, esimerkiksi kaverikoirat. Myös eläinavusteisen kuntoutuksen mahdollistava jatkokehitys oli mainittu.

Pihaa oli ajateltu myös henkilökunnan käyttöön. Henkilökunta voisi pitää palavereja pihalla. Työntekijöiden kesken toimintaa, esimerkiksi vapaamuotoisempaa palaveria tai hyvinvointiin liittyvää toimintaa.

Pihan käyttötarkoituksiksi oli ideoitu myös mahdollisuus järjestää erilaisia tapahtumia niin kuntoutujille, potilaille ja omaisillekin. Pihan oli ajateltu toimivan myös tapaamispaikkana. Iltaisin

ja viikonloppuisin pihalla voisi järjestää vapaa-ajan ohjelmaa. Piha toimisi myös ajanviettopaikkana sairaalassa pitkään oleville.

Pihalle toivotaan esteetöntä tulisijaa ja esteetöntä katosta. Myös aistit olivat huomioitu. Kuntoutuspihalla olisi hyvä saada käyttöön erilaiset tuoksut, kosketeltavat materiaalit, kauniit värit, ääniä, maisema ja niin edelleen.

6 Pohdinta

6.1 Johtopäätökset

Tutkimus ajoittui uuden Kainuun keskussairaalan rakennusvaiheeseen ja sairaalan muuttoajankoh- taan. Kuntoutuspihan suunnittelu ja rakentaminen olivat vielä tutkimuksen toteutusvaiheessa kes- ken. Tutkimuksen aihe on ajankohtainen ja koettiin hyväksi.

Tutkimuksen tarkoituksena oli kerätä henkilökunnan sekä asiakkaiden näkemyksiä tulevasta kuntoutuspihasta. Alkuperäisen ajatuksen mukaan aineistonkeruu olisi tapahtunut työpajoissa. Niissä henkilökunta olisi ideoinut ajatuksiaan kuntoutuspihan käytöstä ja Green Caresta. Hen- kilökunnan tiloihin olisi viety plankopaperi, johon henkilökunta olisi voinut kirjata ajatuksiaan vielä työpajojen jälkeenkin. Asiakkaiden ajatuksia kuntoutuspihasta oli tarkoitus kerätä plankopaperille. Vieressä olisi ollut juliste ohjeistuksineen. Julisteessa olisi avattu käsitteitä kuntoutuspiha ja Green Care sekä kehyskertomuksella johdateltu asiakkaiden ajatukset aiheeseen. Henkilökunta olisi ohjeistettu kannustamaan asiakkaita kirjaamaan ajatuksiaan. Covid19-pandemian vuoksi aineiston hankinta tapaa jouduttiin muuttamaan.

Alkuperäisen suunnitelman mukaisella tavalla kerätystä aineistosta olisi mahdollisesti saanut en- emmän ja syvempää tietoa. Työpajojen toistuvuus olisi antanut aiheita aina seuraavaan työpajaan. Työpajoissa vastaajien luovuus ja idearikkaus olisi mahdollisesti tuonut lennokkaitakin ajatuksia kuntoutuspihan miljööseen ja toimintaan. Työpajoissa työntekijöille olisi mahdollisesti tullut jo ajatuksia miten he voisivat kehittää omaa työtään kuntoutuspiha huomioiden. Alkuperäisen aineis- tonkeruun suunnitelmassa olisi myös potilaat ja omaiset tulleet kuulluiksi. Nyt tässä tutkimuksessa

ei heidän ajatuksiaan tullut kuulluksi suoraan. Välillisesti potilaiden/asiakkaiden ääni tuli henkilökunnan vastauksissa. Henkilökunta tuntee asiakasryhmänsä ja tietää heidän tarpeistaan. Tämä ei kuitenkaan ole spesifiä tietoa vaan olettamus.

Tutkimuksessa tuli ilmi, että vastaajilla oli vähän tietoa tulevasta kuntoutuspihasta. Heidän toiveitaan ja ajatuksia tulisi hyödyntää enemmän jatkosuunnittelussa. Jos työntekijöiden ääntä kuunneltaisiin paremmin, uusia innovaatioita voisi syntyä ja kuntoutukseen voisi muotoutua uudenlaisia toimintoja. Tutkimuksessa vastaajien näkemykset olivat keskenään suurimmaksi osaksi samansuuntaisia. Kuntoutuspihaan suhtaudutaan pääosin myönteisesti ja sen nähdään tuovan uutta ulottuvuutta kuntoutukseen ja oman työn kehittämiseen. Suurin osa vastaajista koki voivansa hyödyntää pihaa omassa työssään potilaiden kanssa tai itse pihaa hyödyntäen. Nekin, jotka ajattelivat, etteivät ehdi potilaiden kanssa kuntoutuspihalle, kokivat voivansa ohjata potilaita sinne oma-toimisesti tai omaisten kanssa.

Pihalle toivotaan paljolti samanlaisia asioita kuin jo olemassa olevilla kuntoutuspihoilla on esimerkiksi erilaisia pintoja, kasveja ja harjoittelualueita. Vastauksista nousi esiin mahdollisuus toteuttaa asiakkaiden kanssa terapioiden ja kuntoutusta pihalla. Vastaavia toimintoja on muilla Suomessa jo olevilla kuntoutuspihoilla. Vastauksista nousi esiin, että eri aistit olisi hyvä saada käyttöön kuntoutuspihalla. Aistien käyttäminen on huomioitu esimerkiksi näkövammaistenlasten Lions-kuntoutuspihassa sekä Punkaharjun kuntoutuskeskus Kruunupuiston kuntoutuspihan yhteydessä olevalla terapiapolulla.

Vastaajien ajatukset Green Caresta ovat pitkälti Green Care-toimintaan perustuvia. Niistä nousee esiin Green Care toiminnan peruselementit luonto, toiminta ja yhteisö. Vastauksista puuttui kuitenkin huomio suunnitelmallisuudesta ja tavoitellisuudesta, jotka ovat osa Green Care toimintaa. Vastauksissa oli huomioitu luonnon hyvinvointia tuova vaikutus, joka on osa Green Carea. Vastauksista huomaa, ettei vastaajilla ole Green Caresta syvällisempää tietoa. Tosin vain yksi vastaaja kertoi käyneensä Green Care koulutuksessa. Suhtautuminen Green Careen vaikuttaa kuitenkin positiiviselta. Vastauksista nousi esiin luonnon tuoman hyvinvoinnin fyysinen, sosiaalinen ja psyykinen näkökulma, jotka ovat mainittu suomalaisessa Green Care toimintatavassa. Vastauksista ei noussut esiin luonnon vaikutus terveyden fysiologisiin vaikutuksiin kuten verenpaineen ja sykkeen

aleneminen jne. Näiden terveyshyötyjen on todettu alkavan jo viidentoista minuutin luonnossa oleskelun aikana. (VoiMaa!-hanke 2013, 5).

Tässä tutkimuksessa palvelumuotoilua käytettiin asiakasymmärryksen tueksi. Palvelun kehittäjinä ajateltiin olevan sairaalan erityistyöntekijät sekä osa hoitohenkilökunnasta, joilta tutkimusaineisto kerättiin. Tutkimuksessa haluttiin saada vastaajien näkemyksiä siitä mitä he toivovat tulevilla kuntoutuspihalla olevan siksi, että he voisivat hyödyntää pihaa omassa työssään heille sopivalla tavalla. Tutkimuksessa asiakasymmärrys tarkoittaa henkilökunnan uuden toiminnan eli kuntoutuspihan suunnitteluun osallistumista tuomalla omaa ääntään kuuluviin. Henkilökunnan osallistaminen suunnitteluun voi lisätä motivaatiota kehittää toimintoja kuntoutuspihalle omien asiakkaidensa tarpeiden mukaisiksi. Jääskeläinen (2013, 144-149) toteaa, kehittämistoiminnassa mukana olleet kokivat tulleen kuulluksi ja olleensa mukana toiminnan suunnittelussa.

Tässä tutkimuksessa kyselyyn vastaajat ovat osa palvelumuotoilua palvelun kehittäjinä. Tutkimusaineistosta nousseiden teemojen mukaisesti kehitetään toimintaympäristöä sekä siihen sopivia työmenetelmiä. Näillä voidaan tuoda lisäarvoa asiakkaiden ja potilaiden toipumiseen sekä kuntoutumiseen. Myös työntekijät voivat hyödyntää uutta toimintaympäristöä, kuntoutuspihaa oman työn kehittämiseen, taukoihin ja rentoutumiseen. Jos tutkimusaineiston keräys olisi toteutunut työpajoissa sekä potilaiden/asiakkaiden ja omaisten näkemyksiä kuntoutuspihasta olisi saatu kerättyä koko palvelumuotoiluprosessi olisi toteutunut.

Tutkimuksessa saatiin monipuolisesti henkilökunnan näkemyksiä kuntoutuspihasta. Menetelmänä laadullinen tutkimus toimi tässä tutkimuksessa hyvin. Tutkimuksen tulokset ovat hyödynnettävissä pihan suunnittelua sekä käyttöä varten. Tutkimustuloksissa tulee esille kuntoutuspihan tulevien käyttäjien ääni. Tutkimuksen pienen otoksen vuoksi tulokset ovat suuntaa-antavia, mutta niitä tukee terveydenhuollon ammattilaisilta saadut vastaukset jotka heijastavat hyvin aiempia tutkimuksia

6.2 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Tässä tutkimuksessa noudatettiin hyvää tieteellistä käytäntöä tiedeyhteisön hyväksymiä tapoja noudattaen. Tutkimuksessa tämä tarkoittaa rehellisyyttä, yleistä huolellisuutta ja tarkkuutta niin

tutkimustyössä, tulosten tallentamisessa ja esittämisessä kuin tutkimuksen ja sen tulosten arvioinnissa (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012, 6).

Tutkimuksen aihe nousi yhteistyössä toimeksiantajan kanssa. Tutkimusta varten hankittiin asianmukaiset tutkimusluvut Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymältä. Eettisen toimikunnan tarkastelua tutkimusluvan hakemiseen ei tarvittu. Tässä tutkimuksessa ei ole kyse lääketieteellisestä eikä hoito- ja terveysalan tutkimuksesta, jossa puututaan ihmisen koskemattomuuteen (Kaima, 2020). Tutkimustulokset kirjattiin, säilytettiin ja dokumentoitiin huolellisesti. Edellä mainittu tutkimustulosten käsittely lisää tutkimuksen luotettavuutta Tutkimuseettisen neuvottelukunnan mukaan (Tutkimuseettinen neuvottelukunta, 2012, 8).

Tutkimuksessa kunnioitettiin vastaajien ihmisarvoa ja itsemääräämisoikeutta. Tutkimuksen vastaajille kerrottiin tutkimuksen tarkoitus ja tavoite. Vastaajille kerrottiin myös tutkimuksen yhteistyötaho, Kainuun keskussairaalan kuntoutuksen vastuualue. Lisäksi kerrottiin kuinka kauan vastaaminen keskimäärin kestää. Tutkijan yhteystiedot olivat esillä mahdollisia vastaamiseen liittyviä kysymyksiä varten. Tutkimukseen vastaaminen oli vapaaehtoista. Vastaajien henkilöllisyys ei tullut tutkijan tietoon missään vaiheessa. Tutkija näki Webropol-ohjelmasta esimiehen, jonka työyksiköstä vastaus on tullut, mutta vastaukset eivät henkilöityneet kehenkään. Vastaajat ovat vastanneet työsähköpostiinsa tulleeeseen kyselyyn, joten he ovat vastanneet kyselyyn työpaikalla työaikana. Tutkija ei tiedä minkä verran aikaa kullakin vastaajalla on mennyt vastaamiseen. Tutkimuksesta ei aiheutunut tutkittaville merkittäviä riskejä, vahinkoja tai haittoja (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 7).

Analyysi vaiheessa tutkimusaineistoon palattiin useita kertoja. Aineistoa pyrittiin tarkastelemaan kriittisesti sekä ilman ennakko-odotuksia. Kaikki vastaukset vastasivat tutkimuskysymyksiin, joten ne otettiin mukaan tutkimukseen, vaikka osa vastaajista ei ollut vastannut kaikkiin kysymyksiin. Tutkija päätti käyttää kaikkia vastauksia, koska vastaamattomat osiot eivät vaikuttaneet muihin tutkimuksen osioihin.

Tutkimuksen aineisto palvelee kuntoutuspihan käytännön kehittämistyötä ja tutkimuksen tuloksia voidaan hyödyntää siihen. Tutkimustuloksia ei voi laajasti yleistää. Tutkimus kohdistui Kainuun keskussairaalan henkilökuntaan ja tutkimusaineisto muotoutui heidän näkemyksistään. Tutkimus

otoksen koko heikentää tutkimustulosten yleistettävyyttä. Toisaalta kuntoutuspiha ja luonto on samankaltaisia Suomessa. Tältä osin tutkimustulokset ovat osin yleistettävissä.

6.3 Kehittämissuhteet

Kuntoutuspiha on Kainuun keskussairaalan henkilökunnalle uusi työympäristö. Tutkimuksen tulosten perusteella henkilökunnalla on monipuolisia ajatuksia tulevasta kuntoutuspihasta ja sen käytöstä. Tutkimuksessa tulleiden vastausten mukaisia toimintoja tulisi toteuttaa pihalle. Silloin olisi kuunneltu myös tulevien käyttäjien ääntä ja mahdollistettaisiin pihan monipuolinen ja mielekäs käyttö. Kuntoutuspihalla olisi hyvä olla ainakin erilaisia pintoja, eri aistein havaittavia asioita, kasveja, mahdollisuus tekemiseen sekä rentoutumiseen ja rauhoittumiseen. Apuvälineiden testaamiseen olisi hyvä olla erilaisia pintoja ja korkeuseroja. Apuvälineiden käyttäjät voisivat ammattilaisen kanssa testata välineitä sisätilojen lisäksi myös ulkotiloissa ja saada tuntumaa apuvälineiden käytöstä erilaisissa ympäristöissä. Kuntoutuspiha voisi toteutukseltaan olla sellainen, että toimintoja voisi myöhemmin muuttaa tai lisätä tulleiden käyttökokemusten mukaisesti.

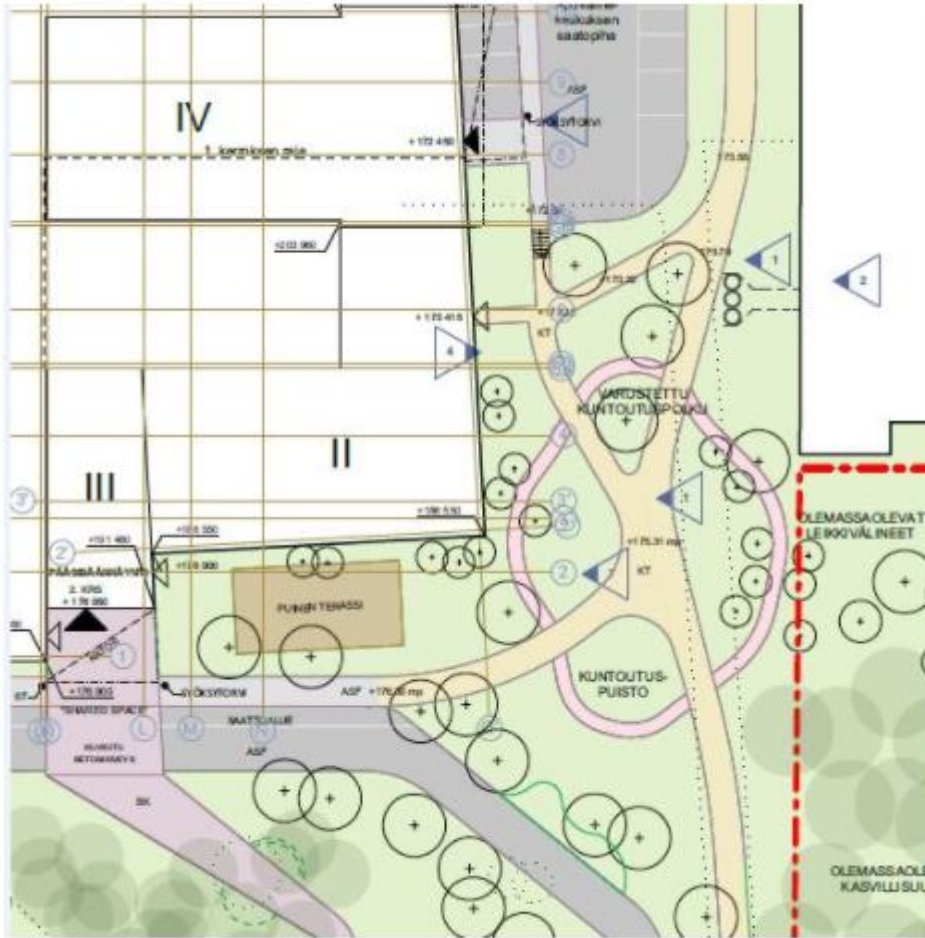
Tutkimuksessa tuli ilmi, ettei suurimmalla osalla kyselyyn vastanneista ole Green Care koulutusta. Kuntoutuspihan käytön lisäämistä ja siihen Green Care toiminnan ammatillisuutta, tavoitteellisuutta ja vastuullisuutta voisi edistää mahdollistamalla henkilökunnan osallistuminen Green Care koulutuksiin. Green Care on kuitenkin yksi uuden sairaalan toiminta-ajatuksista. Jäppinen (2017, 6) toteaa mikä tahansa luonnossa tai luontoelementeillä tapahtuva hyvinvointitoiminta ei ole suomalaisen Green Care toiminnan tunnusmerkkien mukaista. Toiminnan pitää olla tavoitteellista, ammatillista ja vastuullista. Työntekijöiden tulisi tietää mitä Green Care tarkoittaa, että voidaan puhua Green Care toiminnasta. Kainuun sotien arvot ovat vastuullisuus, asiakaslähtöisyys, luottamus, oikeudenmukaisuus ja avoimuus (Kaima, 2022). Tämä tarkoittaa Kainuun keskussairaalassa Green Care lähtöisessä kuntoutuksessa kuntoutuksen suunnittelua asiakkaan ja työntekijän kesken tai yhdessä moniammatillisessa työryhmässä. Kuntoutussuunnitelmaan laaditaan kuntoutuksen tavoitteet, niiden seuranta ja tulosten arviointi. Suunnitellaan myös miten Green Care on osana kuntoutusta. Kuntoutuksen tavoitteet annetaan tiedoksi kaikille kuntoutuksen verkostoon kuuluville tahoille esimerkiksi verkostoneuvotteluissa.

Työyhteisöissä voisi olla palavereja tai työpajoja, joissa pohdittaisiin, miten kyseisessä työyksikössä voitaisiin hyödyntää kuntoutuspihaa uutena työympäristönä. Etenkin semmoisissa työyhteisöissä, joissa henkilökunta kokee, ettei kuntoutuspihaa ehdi käyttää, olisi hyvä miettiä keinoja, miten käyttöä voisi mahdollistaa. Kuten Korhonen, Valjakka ja Apilo (2011, 13) ovat todenneet muutoksissa syntyy innovaatiomahdollisuuksia.

Kuntoutuspihan käyttöä voisi arvioida tietyn ajan kuluttua. Jatkotutkimusaiheena voisi olla selvittää työntekijöiden kokemuksia kuntoutuspihan käyttämisestä. Seuraavissa tutkimuksissa voisi huomioida myös asiakkaiden näkökulman. Mielenkiintoista olisi saada tutkittua tietoa esimerkiksi siitä motivoiko kuntoutuspihalla toiminen potilaita/asiakkaita kuntoutumiseen työntekijän kanssa, lisääkö kuntoutuspihalla tapahtuva kuntoutus potilaiden/asiakkaiden motivaatiota itsenäiseen kuntouttamiseen ja vähenevätkö sairaalan osastolla olevan potilaan hoitopäivät, jos hän osallistuu kuntoutuspihalla tapahtuvaan kuntoutukseen. Edellä mainitut asiat toteutuessaan tuovat säästöä niin potilaalle/asiakkaalle kuin kunnallekin.

Suomalaisiin kuntoutuspihoihin liittyviä tutkimuksia on vähän. Kuntoutuspihojen vaikuttavuuden tutkiminen tuottaisi hyödyllistä ja uudenlaista tietoa suomalaisen kuntoutuksen kehittämiseen erilaisessa kuntoutusympäristössä. Mielenkiintoinen olisi myös tutkimus, jossa tutkitaan onko suomalaisilla kuntoutuspihoilla maantieteellisesti alueellisia eroja. Kuntoutuspihojen käyttöastetta ja sitä millaista kuntoutusta, ketkä ja kenen kanssa kuntoutusta toteutetaan jo olemassa olevilla kuntoutuspihoilla kannattaisi myös tutkia.

Kainuun keskussairaalan kuntoutuspihan suunnittelu on aloitettu. Suunnittelu jatkuu ensi talven aikana. Alkuperäinen kuntoutuspihan paikka on määritelty olemaan uuden sairaalan ja vanhan sairaalan väliin jäävään tilaan. Vanha sairaala päätettiin kuitenkin purkaa. Sen purkutyöt on aloitettu keväällä 2022. Pihatyöt aloitetaan, kun vanha sairaala on saatu kokonaisuudessaan purettua. Arviolta loppukesästä 2022. Varsinainen kuntoutuspihan rakentaminen alkaa kesällä 2023. Alla yksi suunnitelmapiirros tulevan kuntoutuspihan paikasta uuden sairaalan suunnittelu- vaiheessa, jolloin ei ollut vielä varmuutta säilytetäänkö vanha sairaala vai puretaanko se pois.



Kuvio 5. Pihasuunnitelma (Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymä, nd)

Lähteet

Ahonen, T. Palvelumuotoilu sotessa. 2017. Palvelumuotoilun käsikirja sosiaali- ja terveysalan palvelujen kehittämiseen. 2.p. Nummela: Painokiila Oy.

Boyle, C. & Pryor, J. 2019. Therapeutic horticulture: a mechanism for participate to learn in inpatient rehabilitation. Journal of the Australasian Rehabilitation Nurses` Association. Jarna. Viitattu 15.5.2020. <https://janet.finna.fi>

Brymer, E., Cuddihy, TF.& Sharma-Brymer, V. 2010. The Role of Nature-Based Experiences in the Development and Maintenance of Wellness. Australian Council for health, Physical Education and Recreation Inc. Viitattu 17.8.2019. <https://janet.finna.fi>

Haahtela, T., Hanski, I., von Herzen L., Jousilahti, p., Laatikainen, T., Mäkelä, M., Puska, P., Reijula, K., Saarinen, K., Vartiainen, E., Vasankari, T. & Virtanen, S. 2017. 2+17. Luontoaskel tarttumattomien tulehdustautien torjumiseksi. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim, 133(1)19-26. Viitattu 2-4.3.2020. <https://www.duodecimlehti.fi/duo13480>

Heikkilä, K & Kirveenummi, A. 2013. Tulevaisuuskuvia luontokokemusten hyödyntämisestä- Luonnosta hyvinvointia, palveluja ja liiketoimintaa. Tulevaisuuden tutkimuskeskus. Tutu e-julkaisu 4/2013. Turun kauppakorkeakoulu. Turun yliopisto. Viitattu 9.2.2019. https://www.sitra.fi/julkaisut/Tulevaisuuskuvia_luontokokemusten_hyodyntamisesta_Luonnosta_hyvinvointia_palveluja_ja_liiketoimintaa_-_Sitra

Heikkilä, M. 2018. Sairaaloista hyvinvointikeitaiksi? Taide ja luonto suomalaisissa sairaalahankkeissa. Taidekasvatuksen maisteritutkielma, Musiikin, taiteen ja kulttuurin tutkimuksen laitos, Jyväskylän yliopisto. Viitattu 5.7.2019. <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/57738>

Hirsijärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2016. Tutki ja kirjoita. 21.p. Porvoo: Bookwell Oy.

Jäppinen, T. 2017. Estetiikka ja Green Care, eettistä hyvinvointia luonnosta. Pro gradu -tutkielma. Helsingin yliopisto, humanistinen tiedekunta, estetiikka filosofian, historian, kulttuurin ja taiteiden tutkimuksen laitos. Viitattu 2.1.2020. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:hulib-201709275425>

Jääskeläinen, A. 2013. Työyhteisön hyvinvoinnin kehittäminen osallistavilla menetelmillä. Lapin Yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Rovaniemi: Lapin Yliopistokustannus. Viitattu 9.5.22. <https://lauda.ulapland.fi/handle/10024/61674>

Kainuun keskussairaalan verkkosivut Kaima. Viitattu 2.1.2020. <https://sote.kainuu.fi/palvelut/keskussairaala>

Kainuun keskussairaalan verkkosivut Kaima. Viitattu 19.5.2022. <https://kaima.kainuu.fi/hallinto/arvot/Sivut/default.aspx>

Korhonen, H., Valjakka T. & Apilo, T. 2011. Asiakasymmärrys teollisuuden palveluliiketoiminnassa. Tavoitteena ostava asiakas. VTT TIEDOTTEITA – RESEARCH NOTES 2598. Viitattu 1.3.2021. <https://www.vtt.fi/inf/pdf/tiedotteet/2011/T2598.pdf>.

Kotilainen, H. 2013 Green Care ja sosiaalipedagoginen hevostoiminta erityistä tukea tarvitsevien alakoululaisten pienryhmässä. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta syrjäytymisen ehkäisyssä ja sosiaalisessa kuntoutuksessa – täydennyskoulutus. Viitattu 3.2.2020. [https://www.gcf Finland.fi/aineistot/julkaisut/materiaalit/kKotilainen, Heidi. Green Care ja sosiaalipedagoginen hevostoiminta erityistä tukea tarvitsevien alakoululaisten pienryhmässä \(gcf Finland.fi\)](https://www.gcf Finland.fi/aineistot/julkaisut/materiaalit/kKotilainen, Heidi. Green Care ja sosiaalipedagoginen hevostoiminta erityistä tukea tarvitsevien alakoululaisten pienryhmässä (gcf Finland.fi))

Kymä, J., Vehviläinen-Julkunen, K. & Lähdevirta, J. 2003. Laadullinen terveystutkimus- mitä, miten ja miksi? 119:609-615. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim. Viitattu 16.2.2022. <https://www.duodecimlehti.fi/xmedia/duo/duo93495.pdf>

Lehto, A. 2012. Green Care osaksi sosiaalityötä? Luontoon tukeutuvat työmenetelmät ja paikallinen erityisyys. Pro gradu -tutkielma Sosiaalityö Viitattu 12.10.2020. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:ula-201212041274>

Luonto hyvinvoinnin lähteenä. 2013. Esite. VoiMaa!-hanke. Viitattu 12.03.2019. <https://portal.mtt.fi/portal/page/portal/mtt/hankkeet/greencare/voimaa/greencare.pdf>

Luostarinen, P. 2014. Kruunupuistoon nousi kuntoutuspiha. Julk. verkossa 19.8.2014. Viitattu 2.3.2021. <https://savonmaa.fi/article/kruunupuistoon-nousi-kuntoutuspiha/>

Natural England Commissioned Report NECR204 A review of nature-based interventions for mental health care. 2016. Julk. verkossa 9.2.2016. Viitattu 12.3.2020. <http://publications.naturalengland.org.uk/publication/4513819616346112>

Ojasalo, K., Moilanen, T. & Ritalahti, J. 2014. Kehittämistyön menetelmät. Uudenlaista osaamista liiketoimintaan. 3.p. Sanoma Pro Oy.

Salonen, K. 2020. Kokonaisvaltainen luontokokemus hyvinvoinnin tukena. Akateeminen väitöskirja. Tampereen yliopisto. Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta. PunaMusta Oy- Yliopistopaino. Viitattu 2.2.2022. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-03-1563-4>

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

Sihvo, S., Isola, A-M., Kivipelto, M., Linnanmäki e., Lyytikäinen, M. & Sainio, S. 2018. Asiakkaiden osallistumisen toimintamalli. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita, 16/2018. Viitattu 17.5.2021. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160828/STM_r1618_Asiakkaiden%20osallistumisen%20toimintamalli.pdf

Soini, K. 2014. Luonnosta hoivaa ja voimaa. Miten arvioida Green Care-toiminnan vaikuttavuutta. MTT Kasvu, 21. Helsinki: Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskus MTT. Viitattu 8.6.2020. <http://www.mtt.fi/mttkasvu/pdf/mttkasvu21.pdf>

Soini, K., Ilmarinen, K., Yli-Viikari, A., Kirveenummi, A. 2011. Green care sosiaalisena innovaationa suomalaisessa palvelujärjestelmässä. Yhteiskuntapolitiikka 76 (2011). Viitattu 18.9.2019. <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201209117839>

Söderback, I., Söderström, M. & Schäländer, E. V.H. 2009 Horticultural therapy: the 'healing garden' and gardening in rehabilitation measures at Danderyd hospital rehabilitation clinic, Sweden. 245-260. Viitattu 10.12.2019. <https://janet.finna.fi>

Tammi, S. 2010. Turun kaupunginsairaalassa on otettu käyttöön uusi kuntoutuspiha.YEL Turku. Julk- verkossa 12.5.2010. Viitattu 2.3.2021. <https://yle.fi/uutiset/3-6155559>

Terveystuolilaki. Viitattu 2.6.2020. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326>.

Toikko, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta: Näkökulmia kehittämisprosessiin, osallistamiseen ja tiedontuotantoon. Tampere: University Press.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos. Helsinki: Tammi. e-kirja. Luettu 1.- 4.5.2022.

Tuulaniemi, J. 2011. Palvelumuotoilu. Hämeenlinna: Kariston Kirjapaino Oy.

Tyrväinen, L, Savonen, E-M, Simkin, J. 2017 Kohti suomalaista terveystuotteen mallia. Luonnonvarakeskus, Helsinki Luonnonvara- ja biotaloudentutkimus 11/2017. Viitattu 30.4.2021. https://ju-kuri.luke.fi/bitstream/handle/10024/538373/lukluobio_11_2017.pdf?sequence=1

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2012. Helsinki: Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Viitattu 3.6.2020. https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Eettinen ennakoarviointi ihmistieteissä. Viitattu 8.6.2020. <https://www.tenk.fi/fi/eettinen-ennakoarviointi-ihmistieteissa>

Valli,R. 2018. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1.Metodin valinta ja aineiston keruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle.5.p.Keuruu: Otavan Kirjapaino.

Yli-Viikari, A. & Lilja, T. 2016. Se metsä on täynnä kyneleitäni. Luonnon hyvinvointimerkityksiä jäljittämässä. Alue ja ympäristö, 45, 1, 68-79. Viitattu 7.6.2020.
<https://aluejaymparisto.journal.fi/issue/view/4261>

Liitteet

Liite 1. Kyselyn saateteksti

Tämän kyselyn tarkoituksena on selvittää henkilökunnan ajatuksia tulevasta kuntoutuspihasta oma ja asiakkaiden/potilaiden näkökulma huomioiden. Tarkoituksena on myös selvittää henkilökunnan ajatuksia Green Caresta.

Olen Jyväskylän YAMK monialainen kuntoutus - opiskelija. Teen opinnäytetyöni Kainuun keskussairaalan kuntoutuksen vastuualueelle.

Kysely sisältää 8 eri kohtaa, joihin olet vastannut 5-15 minuutissa. Jos kysely herättää kysymyksiä, vastaan niihin mielelläni sähköpostitse M1913@student.jamk.fi.

Kyselyn tuloksia käsitellään luottamuksellisesti, joten kenenkään henkilöllisyys ei paljastu missään kyselyn vaiheessa. Tietoja ei luovuteta kolmansille osapuolille.

KIITOS VASTAUKSISTASI!

Liite 2. Kysely henkilöstölle

1. Ammatti

- erityistyöntekijä
- hoitaja
- muu, mikä?

2. Sukupuoli

- nainen
- mies

3. Tiedätkö keskussairaalan tulevista kuntoutuspihista? Jos, niin mitä?

Kainuun keskussairaalaan valmistuu uutena toimintana kuntoutuspiha, joka on tarkoitettu sekä asiakkaiden/potilaiden että henkilökunnan käyttöön. Kuntoutuspiha rakennetaan uuden sairaalan viimeisessä vaiheessa 2021. Piha sijoittuu vanhan sairaalan potilastornin sekä uuden sairaalan väliin.

4. Millaisia mielikuvia ja/tai toiveita kuntoutuspiha sinussa herättää?

5. Miten voisit hyödyntää kuntoutuspihaa asiakkaidesi/potilaidesi kanssa?

6. Mitä voisit itse tehdä kuntoutuspihalla?

7. Onko Green Care sinulle tuttu käsite? Millaisia ajatuksia se herättää?

Green Care on luontoon liittyvää toimintaa, jolla edistetään ihmisten hyvinvointia ja elämänlaatua. Green Caren kolme peruselementtiä ovat luonto, toiminta ja yhteisö. Näistä luonto voi toimia sekä tapahtumapaikkana, kohteena kuin välineenäkin. Green Care kattaa monia menetelmiä, joita käytetään tavoitteellisesti ja vastuullisesti. Hyvinvointia lisäävät vaikutukset syntyvät muun muassa luonnon elvyttävyyden, osallisuuden ja kokemuksellisuuden avulla. Green Care on menetelmällinen kokonaisuus, jolla voidaan tuoda lisäarvoa sekä lisäresursseja sosiaali-, terveys- ja kasvatusalan työ.

8. Tuliko mieleesi lisää uusia tapoja hyödyntää kuntoutuspihaa?

Kiitos vastauksesta!