

Nina Vilen

GREEN CARE
VARHAISKASVATUKSESSA
Luontotoiminnan vahvistaminen päiväkodissa


Opinnäytetyö
Sosiaalialan koulutusohjelma

Huhtikuu 2015




MAMK
University of Applied Sciences

KUVAILULEHTI

	Opinnäytetyön päivämäärä 2.4.2015
Tekijä(t) Vilen Nina	Koulutusohjelma ja suuntautuminen Sosiaalian koulutusohjelma Sosionomi (LTO)
Nimeke Green Care varhaiskasvatuksessa – Luontotoiminnan vahvistaminen päiväkodissa	
Tiivistelmä Opinnäytetyön tavoitteena on vahvistaa Tikanpellon päiväkodin luontotoimintaa ja vahvistaa Green Care -ajatusta (GC) osaksi päiväkodin luontotoimintaa. Opinnäytetyöllä pyritään lisäämään luontotoiminnan tavoitteellisuutta ja tietoisuutta tekemällä luontotoiminnan toteuttamisen edellytyksiä ja hyviä käytänteitä näkyväksi. Opinnäytetyö on toiminnallinen kehittämistyö, jonka tuotoksena on raportin teoriaosuuteen pohjautuva opas päiväkodin työntekijöille. Opinnäytetyön työelämäkumppanina toimi Tikanpellon päiväkoti. Päiväkoti on yksi Mikkelin kaupungin päiväkodeista. Päiväkodissa toteutetaan kestävä kehitys Mikkelin kaupungin ympäristöstrategisten linjausten mukaisesti. Luonto on osa päiväkotia niin sijainnin, arvovalintojen, toiminnan kuin kehittämistahdonkin puolesta. Opinnäytetyön on tarkoitus toimia päiväkodissa työskenteleville orientaationa luontotoimintaan ja avata luontotoiminnan toteuttamisen peruslähtökohtia eli mitä, miksi ja miten tehdään, kun puhutaan luontotoiminnan toteuttamisesta. Tähän pyritään tarkastelemalla päiväkodin luontotoimintaa Green Care -toimintana, jolloin luontotoiminta jäsentyy ja sitä voidaan tarkastella osissa esim. peruslähtökohtien, peruselementtien tai toteuttajan toiminnan näkökulmista. Opinnäytetyön raportti koostuu teoriaosuudesta, jossa perustellaan opinnäytetyön aiheen merkitystä ja ajankohtaisuutta tarkastelemalla lasten hyvinvoinnin tilaa Suomessa sekä varhaiskasvatuksen laatua ja kehittämisen painopisteitä lapsen hyvinvoinnin näkökulmasta. Raportissa perehdytään keskeisiin käsitteisiin ja pyritään löytämään vastauksia siihen, mitkä tekijät ja tekijöiden sisällöt nousevat esiin, kun pyritään luontotoiminnan vahvistamiseen ja laadukkaaseen luontotoimintaan. Raportti sisältää lisäksi oppaan prosessikuvauksen ja koko opinnäytetyön arvioinnin. Päätulokset on koottu oppaaseen tiiviiksi kokonaisuudeksi. Johtopäätöksenä oli, että käsitteinä varhaiskasvatus, Green Care, GC-toiminnan hyvinvointivaikutukset ja lasten hyvinvoinnin tila soveltuvat hyvin samaan viitekehykseen, niiden välille syntyy luonnollista toisiaan täydentävää keskustelua ja niiden välillä on havaittavissa yhteyksiä.	
Asiasanat (avainsanat) varhaiskasvatus, Green Care, lasten hyvinvointi, suojaavat tekijät, GC -toiminnan hyvinvointivaikutukset	
Sivumäärä 45	Kieli suomi
Huomautus (huomautukset liitteistä) Opas luontotoiminnan vahvistamiseen päiväkodissa on erillisenä dokumenttina.	
Ohjaavan opettajan nimi Nissinen Seija	Opinnäytetyön toimeksiantaja Tikanpellon päiväkoti

DESCRIPTION

		Date of the bachelor's thesis 2.4.2015
Author(s) Vilen Nina	Degree programme and option Degree Programme of Social Work Bachelor of Social Services Children and family work	
Name of the bachelor's thesis Green Care in early childhood education – Reinforcing the nature activities at kindergarten		
Abstract The purpose of this thesis is to embed nature activities in Tikanpelto kindergarten and to embed Green Care -ideology in nature activities in kindergarten. The thesis aims at improving goal orientation and consciousness in nature activities by making preconditions and good practises visible in nature activities. The thesis is a functional development work resulting in a guidebook for the workers in kindergarten based on the theoretical framework of the thesis. The thesis partner was Tikanpelto kindergarten in Mikkeli. Tikanpelto carries out the Programme to Promote Sustainable Consumption and Production. In Tikanpelto nature is present in location, values, activities as well as in will to develop the quality. In Tikanpelto the purpose of this thesis is to work as an orientation to nature activities and make fundamentals of nature activities, i.e. what, why and how clearer. Consequently, in this thesis nature activities in the kindergarten are examined as Green Care activities in order to analyse the activities more accurately and from various viewpoints. The theoretical part of the thesis includes justification of the topic focused on children`s well-being in Finland and developing the quality of early childhood education. The theoretical part discusses the main concepts in relation to factors describing high quality nature activities and other notable factors. In addition the theoretical part includes a process description of the guidebook and overall evaluation of the thesis. The main results are collected to the functional guidebook. The conclusion was, that as concepts early childhood education, Green Care, the well-being influences of GC -activity and children`s wellbeing can be discussed within a common framework and there are clear connections between them.		
Subject headings, (keywords) early childhood education, Green Care, children`s well-being, well-being influences of GC -activity		
Pages 45	Language Finnish	URN
Remarks, notes on appendices The functional part is a separate document.		
Tutor Nissinen Seija	Bachelor's thesis assigned by Tikanpelto kindergarten	

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO	1
2	VARHAISKASVATUS.....	2
3	LASTEN HYVINVOINNIN TILA JA SUOJAAVAT TEKIJÄT LAPSEN ELÄMÄSSÄ	6
3.1	Lasten hyvinvoinnin tila Suomessa	6
3.2	Suojaava tekijä lapsen elämässä	7
4	GREEN CARE.....	11
4.1	GC-toiminnan soveltuvuus varhaiskasvatukseen	12
4.2	GC -toimintatapa	13
4.2.1	Perusedellytykset	13
4.2.2	Peruselementit.....	14
4.3	Ekopsykologia GC-toiminnan teoriaperustana.....	15
4.4	Menetelmät	16
4.5	GC -toiminnan hyvinvointivaikutukset lasta suojaavina tekijöinä.....	18
5	TIKANPELLON PÄIVÄKOTI	23
6	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET	24
7	OPINNÄYTETYÖN PROSESSI.....	25
8	OPINNÄYTETYÖN TUOTOS	27
8.1	Oppaan aineisto	28
8.2	Oppaan suunnittelu	29
8.3	Oppaan sisällön valinta.....	31
8.4	Valmiin oppaan kuvaus	33
8.5	Oppaan arviointi	35
9	POHDINTA	37
	LÄHTEET.....	41
	LIITE/LIITTEET	
	1 Tutkimuslupa	
	2 Oppaan sisällysluettelo	
	3 Näyte oppaan aukeamasta	
	4 Oppaan arviointilomake	

1 JOHDANTO

Opinnäytetyön nimi on Green Care varhaiskasvatuksessa - Luontotoiminnan vahvistaminen päiväkodissa. Tavoitteena oli vahvistaa Tikanpellon päiväkodin luontotoimintaa ja vahvistaa Green Care -ajatusta osaksi luontotoimintaa. Jotta voitaisiin puhua Green Caresta, olisi toiminnan oltava tavoitteellista, suunnitelmallista ja jatkuvaa (GC Finland 2015). Opinnäytetyössä tähän pyritään hakemalla vastauksia kysymyksiin, mitä tehdään, miksi tehdään ja miten tehdään, kun puhutaan luontotoiminnasta. Mielestäni varhaiskasvatus kaipaa selkeitä luontotoiminnan toteuttamissuunnitelmia. Materiaalia ja malleja on paljon, mutta kokonaisuuksia, joista selkeästi voi nähdä toteuttamisen pääperiaatteet ja päälinjat, uupuu.

Luontotoiminnassakin on nähtävissä tämän päivän tiedon paljous ja jatkuva uuden tiedon virta. Luontotoiminta kirjavine käytänteineen on muodostanut valinnan vaikeuden viidakon, jossa työntekijä helposti eksyy tai kokee käytännön toteuttamisen vaativaksi. Luontotoiminta voi alkaa tuntua suorittamiselta ja sen alkuperäinen tarkoitus voi hämärtyä. Opinnäytetyö pyrkii nostamaan esiin, kuinka yksinkertaisin tavoin luontotoiminta voi olla osa varhaiskasvatusta. Käytännössä tämä toteutui tekemällä toimintaa näkyväksi; millainen päiväkodin luontotoiminnan vuosi on, mistä muusta se koostuu kuin toteutettavasta toiminnasta, mikä luontotoiminnan merkitys on lapselle ja miten luontotoiminnan toteutumiseen vaikuttaa kasvattaja ja kasvattajayhteisön toiminta.

Työni työelämäkumppanina ja asiantuntija-arvioijana toimi Tikanpellon päiväkotimikkelissä, jossa suoritin Kasvatus ja ohjaus -harjoitteluni. Tikanpeltoa toivoin kumppanikseni niiden hyvien asioiden takia, joita harjoittelussani näin. Näin käytännön kestävän kehityksen maanläheistä toteuttamista niin toiminnan kuin asenteidenkin tasolla. Kestävä kehitys nivoutui luonnolliseksi osaksi muuta toimintaa, jolloin lapsikin sai kokea sen olevan osa muuta elämää ja tapa toimia eikä vain yksittäinen projekti. Pyrkimys oli, että opinnäytetyö palvelisi Tikanpellossa luontotoiminnan tavoitteellista, suunnitelmallista ja jatkuvaa toteuttamista sekä kirkastaisi vielä kasvattajayhteisön toimintatapoja ja ymmärrystä luontotoiminnan merkityksestä lapselle.

Aiheen tekee ajankohtaiseksi tämän päivän pahoinvoinnin lisääntyminen yhteiskunnassamme. Muun muassa yksilöllisyyden ja talouden arvojen ihannoiti, kiire, suorittaminen, perherakenteiden muutokset ja maallistuminen vaikuttavat niin lapsiin kuin aikuisiinkin. Tuntuu kuin perusarvot ja arvostukset jäisivät tämän kaiken alle. Näiden perusasioiden vaikutus kuitenkin näkyy juuri onnellisuutena, mielen rauhana tai hyvänä olona. Näitä perusasioita ovat mm. itsensä ja toisen kuunteleminen, läsnäolo, kauniit katseet, lämmin kosketus tai yhdessäolo ilman kummempia tavoitteita. Kun ”juostaan” koko ajan, ei ehditä huomata pieniä, kauniita hetkiä ja hyvinvointikin voi kärsiä. (Bardy ym. 2002, 19.)

Ajankohtaiseksi aiheen tekee myös yleinen kansainvälinen ja kansallinen pyrkimys kohti vihreämpiä ja inhimillisempiä arvoja. Tämä pyrkimys heijastuu kuntatasolla esim. Mikkelissä kaupungin ympäristöstrategiana, jossa lasten ympäristökasvatuksella katsotaan olevan keskeinen merkitys, kun tavoitellaan kestäväää elämäntapaa. Kaupungin linjauksen mukaisesti jokaisella päiväkodilla on oltava oma kestävään kehityksen suunnitelmansa. Toivon, että tämä opinnäytetyö osaltaan voisi olla vaikuttamassa hyvinvointia lisäävästi niin, että laajemminkin tiedostettaisiin luontotoiminnan hyvinvointivaikutusten voivan toimia suojaavina tekijöinä lapsen ja nuoren elämässä.

Opinnäytetyöni on toiminnallinen opinnäytetyö, jossa on myös laadullisia piirteitä viitaten käytettyihin aineistonkeruu- ja aineistoanalyysimenetelmiin. Opinnäytetyöni keskeisiä käsitteitä ovat varhaiskasvatus, Green Care, lasten hyvinvointi ja suojaavat tekijät lapsen elämässä sekä Green Care -toiminnan hyvinvointivaikutukset siitä näkökulmasta, että niiden nähdään toimivan suojaavina tekijöinä lapsen elämässä. Opinnäytetyö koostuu aiheen raportista ja sen tietoperustaan pohjautuvasta tuotoksesta, jonka nimi on ”Green Care varhaiskasvatuksessa - Opas luontotoiminnan vahvistamiseen päiväkodissa”. Tuotokseen on tiivistetty oleellisin aiheesta raportin syventäessä tuotosta teoriaosuudellaan.

2 VARHAISKASVATUS

Varhaiskasvatus on yhteiskunnan järjestämää toimintaa alle kouluikäisille lapsille, jonka päämääränä on tukea kokonaisvaltaisesti lapsen hyvinvointia kasvun, kehityksen ja oppimisen alueilla. Varhaiskasvatus on kokonaisuus, jonka sisällön muodosta-

vat hoito, kasvatus ja opetus. Tämä kokonaisuus muodostaa perusopetuksen kanssa lapsen kehityksen kannalta yhteneväisen jatkumon. (STAKES 2005, 11–12.)

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet on valtakunnallinen varhaiskasvatuksen ohjauksen väline. Sen tavoitteena on yhdenmukaistaa varhaiskasvatuksen valtakunnallisia käytäntöjä, ohjata sisällöllistä kehittämistä sekä kehittää varhaiskasvatuksen laatua. Laadukkaan varhaiskasvatuksen edellytyksenä on ammattitaitoinen henkilöstö, joka ymmärtää lapselle ominaiset tavat toimia ja lapsuuden merkityksen tasapainoiseksi ihmiseksi kasvamisessa. (STAKES 2005, 7.)

Hyvässä varhaiskasvatuksen toteuttamisessa kasvattaja on sitoutunut tehtäväänsä ja kykenee avoimeen vuorovaikutukseen lapsen kanssa. Lapsen tunteet ja tarpeet tulevat huomioituiksi, kun vuorovaikutus on vastavuoroista ja lapsen viestit huomioivaa. Kasvattajat luovat myönteisen osallisuuden ja yhteisyyden ilmapiirin, jossa toimitaan tietoisesti ja tavoitteellisesti. Kasvattaja huomioi kaikessa lapselle ominaisen tavan toimia ja toiminnassa näkyy orientaatioiden kokonaisuus. Varhaiskasvatusympäristö on turvallinen fyysisten, psyykkisten ja sosiaalisten tekijöiden kokonaisuus, joka joustaa tarpeiden mukaan ja, jossa lapsi voi toteuttaa itseään. Hyvä varhaiskasvatusympäristö ei saa olla valmis, jotta lapsi itse saa tuottaa uusia sisältöjä. Hyvässä ympäristössä näkyy lapsen käden jälki. (Reunamo 2014, 109; Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 16–17.)

Vuonna 2005 valtioneuvosto asetti varhaiskasvatuksen neuvottelukunnan, jonka tehtävänä oli viedä eteenpäin varhaiskasvatuksen kehittämistä visioimalla sitä tulevien haasteiden ja tarpeiden näkökulmasta. Varhaiskasvatus vuoteen 2020 -loppuraportissa pääteemaksi on nostettu lasten ja perheiden hyvinvoinnin edistäminen. Toinen keskeinen asia raportissa on varhaiskasvatuksen laadun kehittäminen, koska se on suorassa suhteessa lasten hyvinvoinnin edistämiseen. (Varhaiskasvatus vuoteen 2020, 2008, 3.)

Tämän päivän varhaiskasvatukselle on ominaista moniulotteisuus. Varhaiskasvatuksen kentällä näkyvät yhteiskunnassa tapahtuvat muutokset, jotka heijastuvat perhe-elämään. Muutokset ovat niin rakenteellisia, kulttuurisia kuin taloudellisiakin. Merkittäviä muutoksia varhaiskasvatuksen kannalta ovat esim. kunta- ja palvelurakennehanke, monikulttuurisuus, sosiaalisten ongelmien kasautuminen, lapsiperheiden elämäntilanteiden monimuotoistuminen sekä jatkuvan muutoksen ja tiedon uusiutumisen haas-

teet osaamiselle. Myös varhaiskasvatuksen henkilöstön työtehtävät ovat muuttuneet. Tehtävät ovat laajentuneet ja monimutkaistuneet, eivätkä työn rajat ole enää niin selvät. Työ on vaativampaa ja ainoa pysyvä asia on lasten ja perheiden kohtaaminen. (Varhaiskasvatus vuoteen 2020, 2008, 30.)

Kaiken muutoksen keskellä selkeyttä ja vakautta luo katseen kohdistaminen varhaiskasvatuksen perustehtävään ja ytimeen. Varhaiskasvatuksen ensisijainen ja tärkein tehtävä on kuitenkin lasten kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistäminen. Se on sitä, että turvataan fyysinen terveys ja kasvu, huolehditaan ympäristön terveellisyydestä, turvallisuudesta ja virikkeellisyydestä, luodaan ja ylläpidetään myönteisiä ihmissuhteita, tarjotaan iänmukaista kasvatusta ja opetusta sekä annetaan hyvää hoitoa rakkauden ja kunnioituksen ilmapiirissä. (Varhaiskasvatus vuoteen 2008, 2020, 31.)

Hyvässä ja laadukkaassa varhaiskasvatuksessa on tilaa lapsen omalle ajattelulle ja aloitteille sekä leikille ja mielikuvitukselle. Spontaanius, lapsikeskeisyys ja mahdollisuus toimia luovasti ilman liian tiukkoja kehyksiä ovat myös varhaiskasvatuksen laatua, jossa lapsi voi saada myönteisiä minä-kokemuksia. Samoin lasten osallisuuden vahvistaminen ja yksilöllisyyden huomioiminen toiminnassa ja toiminnan suunnittelussa edistää hyvää varhaiskasvatusta. Erityisen merkittävää on kasvattajan toiminta. Se, miten hän esim. ohjaa, suunnittelee kasvuympäristöä, suhtautuu lapseen, huomioi lapsen kasvukontekstin tai soveltaa pedagogisia käytäntöjä. Laatua edistävät myös tavoitteellinen, kehitysmuoneinen ja kasvatuskumppanuuteen perustuva toimintatapa sekä ennaltaehkäisevä ja moniasiantuntijuuteen valmis työote. (Varhaiskasvatus vuoteen 2020, 2008, 32–33.)

Professori Anna-Raija Nummenmaa (2004, 83–85) on pohtinut varhaiskasvatuksen laatua ja sen kehittämistä muutoksen, moninaisuuden ja moniäänisyyden yhteiskunnassa. Nummenmaan mukaan laatu vaatii toimijoilta syvempää ymmärrystä varhaiskasvatuksen perustehtävästä. Syvempi ymmärrys on prosessi, jossa pyritään tiedostamaan mitä tehdään, miksi tehdään ja mitä päivähoiton arjessa tällä hetkellä tapahtuu. Prosessi jatkuu haluna arvioida omaa toimintaansa, jonka jälkeen toimijat pyrkivät löytämään yhteisymmärryksen siitä, mikä on arvokasta ja miten se saavutetaan.

Päivi Kupila (Hujala ym. 2011, 300–311) puhuu varhaiskasvatuksen asiantuntijuudesta oppivassa työyhteisössä. Työelämän muutokset edellyttävät työntekijältä kykyä

päivittää jatkuvasti omaa osaamistaan ja toimia enemmän yhteistyössä. Lisäksi edellytetään lisääntyvää vastuunottoa lasten hyvästä elämästä ja sen tukemisesta. Oppiva työyhteisö tukee ammatillista kehittymistä, jossa voi keskustella, reflektoida ja oppia toinen toiselta. Oppivassa kumppanuudessa työyhteisössä on mahdollista työskennellä yhdessä, tutkia, kysyä, kokeilla, arvioida ja muuttua. Yhteisessä ymmärryksessä voidaan asettaa ja saavuttaa yhteisiä tavoitteita.

Anneli Niikko (2009, 69–78) sanoo artikkelissaan ”varhaiskasvatuksessa lapsikeskeisyyden perusta on monitieteisessä ajattelussa”, että varhaiskasvatuksen uudistaminen on välttämätöntä, jotta julkisen päivähoidon varhaispedagogiikalla pystyttäisiin vastaamaan tämän ja huomispäivän lasten kasvun, kehittymisen ja oppimisen haasteisiin. Käytännössä tämä uudistaminen voi toteutua, kun kasvattaja on tietoinen lapsen ainutlaatuisuudesta sekä lasten kasvusta ja kehityksestä ja, kun kasvattaja pyrkii lasten kanssa tasavertaisena oppijana ja sosiaalisessa vuorovaikutuksessa rakentamaan tietoa, identiteettiä ja kulttuuria.

Kasvatus kaipaa aina arvokeskustelua, ilman keskustelua kasvatus on kuin seisovaa vettä. Pedagogiikan ydin on vuorovaikutuksessa – niin lapsen ja aikuisen kuin aikuisten keskinäisessä vuorovaikutuksessa. Kasvatuksen perustana olevista arvoista tulee keskustella esim. kyseenalaistamalla tilanteita, etsimällä ratkaisuja ja pohtimalla kasvatuksen syvempiä lähtökohtia. Usein keskustelu rajoittuu pintailmiöihin ja oireisiin. Olisi vähän väliä uskallettava pysähtyä pohtimaan työn perusteita ja kysyä. Kasvatuksen tulisi pohtia lapsen olemusta ja laatua ja nähdä se koko kasvatustyön taustana. On mietittävä, millainen kasvatus tuottaa sydämen sivistystä. Viimeaikaiset uutiset ja tutkimukset esim. väkivallanteoista ja muista pahoinvointi-ilmiöistä osoittavat sydämen sivistyksen alueella olevan paljon kehitettävää. Sydämen sivistyksellä varustettu ihminen on elämäntaitoinen ihminen. Sydämen sivistys on hyvyttä, kaikkea ylläpitävää perusvoimaa. Se ei ole tehokkuutta vaan ihmisyyttä, luovuutta, empatiakykyä sekä itsesäätelyä, johon kuuluvat tunnetaidot. Kasvatuksessa olisi ensimmäiseksi kiinnitettävä huomiota siihen miten ihminen kasvaa hyvyteen, kauneuteen ja totuuteen. (Janunen ym. 2011, 6–7, 11–12, 28.)

Kasvatusalan ammattilaisen on hyvä pysähtyä miettimään omaa lapsinäkemystään, koska kaikki mitä hän ajattelee lapsesta ja lapsuudesta, vaikuttaa myös siihen millaisena kasvattaja näkee lapsen ja kohtaa lapsen. Kasvatustehtävä on vastuullinen ja ar-

vokas tehtävä. Siinä rakennetaan elämän kivijalkaa ja perustuksia, jotka auttavat kestämään vaikeissa olosuhteissa. Pirjo-Leena Koivunen (2009, 139) painottaa, että vaikka kasvattajalla olisikin selkeä lapsikäsitelmä, hänellä olisi oltava nöyrä asenne kasvatustehtävään. Koivunen sanoo osuvasti, että kasvatusta on ihmiskäsityksen tarkentumista aikuisen ja lapsen vuorovaikutuksessa, jossa kumpikaan ei ole valmis.

Kati Pupita-Mattila (2011, 35–36) sanoo, että lapsen vahvistava kohtaaminen on perusta lapsen hyvinvoinnille ja sen lähtökohtana on kaunis katse ja arvostava asenne. Kaunis katse osoittaa sitä, että toinen on tärkeä. Lapsi rakentaa jokaisesta katseesta oman arvon tuntoa. Kun halutaan edistää hyvää elämää, avaimet löytyvät hyvästä kohtaamisesta. Pupita-Mattilan (2011, 19–22) mukaan hyvä kohtaaminen edellyttää kasvattajalta nöyryyttä ja rohkeutta, jonka perustana on tietoisuus jokaisen ihmisen ainutkertaisesta ja arvokkaasta persoonallisesta elämästä. Kohtaaminen vaatii omaan ihmisyyteen suostumista, jotta kohtaamisessa toteutuu myötätunto, myötäeläminen, sydämellä näkeminen ja viisaus. Jokainen lapsi kaipaa turvallista aikuista, toivoo tulevana nähdä ja hyväksytyksi kaikkine piirteineen ja aikuisen tulisi tähän vastata. Lapsi voi eheytyä omassa tarinassaan ja voimaantua, kun itsetunto ja omanarvontunto vahvistuvat.

3 LASTEN HYVINVOINNIN TILA JA SUOJAAVAT TEKIJÄT LAPSEN ELÄMÄSSÄ

3.1 Lasten hyvinvoinnin tila Suomessa

Marjatta Bardy, Minna Salmi ja Tarja Heino (Bardy ym. 2002, 19) ovat koonneet raporttiin ”Mikä lapsiamme uhkaa? Suuntaviivoja 2000-luvun lapsipoliittiseen keskusteluun” laajasti tietoa lasten elämästä raamittavista tekijöistä ja kehityskuluista. Raportissa päädytään johtopäätökseen, että ainakin neljäsosa tai jopa kolmasosa lapsista ei voi hyvin ja joukko on kasvamassa. Pahoinvoinnin voidaan nähdä johtuvan monista seikoista esim. perushoivan puutteista, itsearvostuksen pulmista ja päivittäisistä fyysispsykkisistä oireiluista. Raportissa todetaan, kuinka tämän hetken lapsipolviensa osalta maailma näyttää muuttuvan jatkuvasti vaativammaksi paikaksi elää, jolloin siinä pärjäävän ihmisen tulisi olla kutakuinkin vahvasieluinen, henkisesti hyvin ravittu sekä oppimishaluinen ja -kykyinen. Bardyn ym. mukaan lapset tarvitsevat jokapäiväistä

länä olevaa suhdetta todellisiin ihmisiin, jotka kykenevät riittävästi jakamaan iloja ja murheita sekä opastamaan maailman ymmärtämisessä. Tätä seikkaa ei voi korvata millään uudella innovaatiolla, eikä ihmislapsi kasva pelkästään virtuaalisista todellisuuksista.

Vuonna 2013 silloinen lapsiasiavaltuutettu Maria Kaisa Aula toi esiin, että lasten hyvinvointi eriarvoistuu ja erilaistuu. Hänen mukaansa arviolta 15–20 prosentilla lapsia ja nuoria on eriasteisia psykososiaalisia ja mielenterveyden oireita. Tämän lisäksi selvitykset osoittavat jopa 10 prosentin lapsista ja nuorista voivan pahoin ja ongelmien vielä kasvavan, monimutkaistuvan ja vaikeutuvan. (Aula 2013.)

Lastenpsykiatri Tytti Solantaus kuvaa artikkelissaan (2010), kuinka jokainen aika asettaa omat haasteensa lapsen ja nuoren kehitykselle. 2000-luvun suuriksi kysymyksiksi hän nostaa lapsen ja nuoren tunne-elämän, tietojen ja taitojen ja sosiaalisen kehityksen tasapainoisuuden sekä hyvän mielenterveyden. Solantaus myös korostaa, että yli puolet aikuisten mielenterveyden häiriöistä on puhjennut ennen 14-ikävuotta ja siksi alleviivaa ennaltaehkäisevän työn merkitystä. Solantauksen mukaan on saatu hyviä tuloksia siitä, että lasten kehitystä on mahdollista tukea ja häiriöitä ehkäistä vaikuttavasti myös osana sosiaalihuollon peruspalveluita, joihin päivähoitokin kuuluu. Tulokset ovat olleet lupaavia ja siihen kannattaa panostaa – se on sekä inhimillisesti arvokasta, että myös taloudellisesti tuloksellista. Solantaus puhuu pärjäävyyden käsitteestä, eli hyvästä kehityksestä vaikeuksista huolimatta. Pärjäävyys ei ole yksilön ominaisuus, vaan sen todetaan syntyvän yksilön ja ympäristön välisessä vuorovaikutuksessa. Pärjäävyyteen liittyvät myös suojaavat tekijät, joiden tuella muodostuu rakentavia ratkaisuja ja prosesseja, jotka kantavat vaikeuksien aikana ja auttavat myös tulevilla ongelmissa.

3.2 Suojaava tekijä lapsen elämässä

Suojaava tekijä lapsen hyvässä kasvussa ja kehityksessä suojaa lasta erilaisilta hyvinvointia vaarantavilta asioilta. Suojaava tekijä voi löytyä ihmisestä itsestään esim. luonteesta tai liittyä ympäristöön tai ihmissuhteisiin. Suojaavat tekijät mahdollistavat lapsen tasapainoisen kasvun ja kehityksen. Näitä tekijöitä on tärkeä vahvistaa ja tähän on hyvät mahdollisuudet kaikissa peruspalveluissa varhaiskasvatus mukaan lukien. Suojaavia tekijöitä ovat esim. se, että lapsen ikä ja kehitystaso huomioidaan, lapsi saa on-

nistumisen kokemuksia, saa osallistua, kokea iloa, osaa ilmaista itseään ja, että lapsi tuntee olevansa rakastettu ja voivansa vaikuttaa omaan elämäänsä. (Helsingin kaupunki 2007.)

Yli puolet aikuisten mielenterveyden häiriöistä alkaa kasvuiässä ja enemmistöllä syrjäytyminen käynnistyy jo peruskouluiässä. Monet tutkimukset, joissa on seurattu riskissä olevia lapsia ja heidän myöhempiä vaiheitaan, osoittavat, että jo päiväkodissa lastentarhanopettaja erottaa levottomat tai pahasti syrjään vetäytyvät lapsiryhmästä. Varhaiskasvatuksessa voidaan tehdä paljon ennaltaehkäisevää työtä ja vahvistaa lapsen suojaavia tekijöitä. Se voi olla mm. yhteistyötä perheiden kanssa, avointa vuorovaikutusta kaikenlaisissa asioissa, yhteisöllisyyden vahvistamista ja lapsen ja vanhemman välisen kiintymyssuhteen tukemista. (Helsingin kaupunki 2007; Kaivosoja 2010, 4, 9, 11; Pernaa 2013; Risks and protective factors in early childhood.)

Kasvattajan toiminnassa lapsen suojaavien tekijöiden vahvistaminen merkitsee välittämistä, huolenpitoa ja kiinnostusta. Yksi aikuissuhde voi olla juuri se merkittävä suojaava tekijä. Käytännössä suojaavien tekijöiden vahvistaminen on mm. lapsen viestien havaitsemista, lapsen vahvuuksien löytämistä ja vahvistamista, itsesäätelyn ja tunteiden tunnistamisen opettamista sekä vuorovaikutustaitojen ja sosiaalisten taitojen harjoittelua. Kasvattaja ei myöskään aliarvioi stressin ja elämään liittyvien vaikeiden asioiden vaikutuksia lapseen. Lisäksi suojaavien tekijöiden vahvistaminen on ymmärrystä varhaiskasvatusympäristön ja kasvattajan oman toiminnan vaikuttavuudesta. Esim. ympäristössä stressittömyys ja ilmapiiri vaikuttavat ja kasvattaja omalla esimerkillään luo iloa ja myönteisyyttä, joka vaikuttaa siihen, millaisena lapsi kokee elämän ja maailman. (Helsingin kaupunki 2007; Kaivosoja 2010, 4, 9, 11; Pernaa 2013; Risks and protective factors in early childhood.)

Puhuttaessa suojaavista tekijöistä aiheeseen sopivat Leena Turjan (Hujala ym. 2011, 41–53) ajatukset lasten osallisuudesta. Siirryttäessä lapsen osallistumisesta lasten osallisuuteen, lasten kyky ajatella itse lisääntyy, käsitys itsestä selkiintyy, itseluottamus kasvaa ja opitaan tulemaan toimeen muun yhteisön kanssa. Lapset voivat kehittää omaa osaamistaan, osoittaa omaa kyvykkyyttään, tulla kuulluksi ja vaikuttaa. Vaikuttaminen on parhaimmillaan valtaistumista, jolloin lapselle herää tunne yhteenkuuluvuudesta ja hyväksytyksi tulemisesta. Lasten osallisuuden mahdollistava pedagogiikka heijastelee lapselle yhteiskunnan arvoja ja normeja valmistaen häntä aikuisen elämään

vastuineen ja oikeuksineen. Se on myös lapsen ja kasvattajan yhdessä oppimista sekä vuorovaikutusta, joka mahdollistaa lasten aloitteellisuuden ja, jossa kuullaan lasten näkemyksiä.

Leena Mäkijärvi (2008, 7–9, 14–18, 91–93, 130–132, 147) on pohtinut miten kasvat-
taa tämän ajan lasta ja mitkä asiat suojaavat lasta pahoinvointitekijöiltä. Mäkijärvi
nostaa esiin mm. seuraavia seikkoja. Lapsi on aina aikuisen vastuulla ja lasta ei voi
jättää kasvamaan yksin. Turvallinen ja luotettava aikuinen on lapselle ihmiselämän
malli. Lapsen tulisi voida olla lapsi ja viettää lapsuutta rauhassa ilman viriketulvaa.
Yksinkertaiset asiat riittävät hyvään oloon, lapsi ei kaipaa huippuelämyksiä vaan yh-
dessäoloa, iloa ja läsnäoloa. Kannustamisella ja rohkaisulla tuetaan lapsen kasvua.
Asioiden saaminen helpolla ei tee onnelliseksi, lapselle olisi annettava mahdollisuus
tavoitella itse asioita. Lapsi tulisi huomata, antaa hänelle aikaa sekä kuunnella ja ar-
vostaa sellaisena kuin hän on.

Yhteisöllisyyden perustaa tulisi alkaa rakentaa mahdollisimman varhain, sillä sen on
tutkimusten mukaan todettu toimivan suojaavana tekijänä syrjäytymisen ja kiusaami-
sen ilmiöille, jotka ovat todellisuutta jo pienten lasten elämässä. Yhteisöllisyyden
kautta lapsen sosiaalinen identiteetti rakentuu ja hän pääsee osalliseksi erilaisista elä-
män kannalta merkittävistä tiedoista ja taidoista, jotka ovat oleellisia yhteisöön liitty-
miseksi. Yhteisöllisyys on kokemuksellisuuteen perustuva tunne, jonka lapsi positiiv-
isten kokemusten kautta saa voimavaraksi ja toimintatavaksi siirtyessään päiväkodis-
ta kouluun ja edelleen koulusta omaan elämään ja työelämään. (Marjanen ym. 2013,
22–24.)

Välittämisen pedagogiikasta voi etsiä vastauksia siihen, miten varhaiskasvatuksessa
voidaan vahvistaa suojaavia tekijöitä lapsen elämässä, jotta lapsi voisi kehittyä tasa-
painoiseksi, terveeksi ja onnelliseksi ihmiseksi. Välittäminen on kasvatusta, hoitoa,
huolenpitoa, ohjausta ja opetusta. Välittäminen näkyy kasvattajan toiminnassa reflek-
tiivisenä ajatteluna ja arviointina sekä kasvatuksen tavoitteellisuutena eli on oltava
tietoinen, mitkä asiat ovat lapsen kasvulle ja kehitykselle tärkeitä. Toiminnassa tämä
tarkoittaa siirtymistä opettamisesta laadukkaaseen vuorovaikutukseen, joka synnyttää
tunnekokemuksia. Välittämisen kulmakiviä ovat mm. rakkaus, luottamus, hyväksyvä
ilmapiiri, läheisyys, avoimuus, herkkyys kuunnella lasta ja reagoida kuulemaansa,
läsnäolo ja lapsen lupa olla omana keskeneräisenä itsenään, osaamattomana, mutta

oppivana. ”Välittäminen on eettinen kannanotto siihen mikä kasvatuksessa on tärkeää.” (Piironen-Malmi ym. 2008.)

Varhaiskasvatuksessa lapsen suojaavien tekijöiden vahvistamisen edellytyksenä on kasvattajan oma elävä kasvuprosessi. Mielellinen läsnäolo ja sydämellä työtä tekeminen ovat harjoitettavissa olevia asioita. Sen osa-alueita ovat huomiointiprosessit, tunteiden säätely, itsetutkiskelu ja reflektointi. Kasvu ihmisenä ja ammattilaisena on lopputulosta, mutta riittävän hyvä omana itsenä oleminen riittää. Itseä voi kehittää tietoisuustaitojen avulla, jotka heijastuvat ympäristöön uudenaikaisena vuorovaikutuksena. Niitä ovat esim. uskallus olla ei-tietävä, kyky huomioida omia tunteita ja ajatuksia sekä sanoittaa niitä, ystävällisyys, myötätuntoisuus ja sydämellä katsominen, avoimuus ja ei-tuomitsevuus, kiinnostus, uteliaisuus ja valmius tarkastella asioita uudesta näkökulmasta. Puhutaan hyväksyvistä läsnäolosta eli hetkessä olemisesta. (Kanninen ym. 2012, 209–210.)

ETENE:n julkaisu *Mielenterveys lasten ja nuorten elämässä* (2010, 3, 7–8, 16) korostaa mielenterveyden suoraa yhteyttä hyvään elämään ja siihen pohjautuen lasten ja nuorten toiminnassa ehkäisevän mielenterveystyön merkitystä. Lapset ja nuoret joutuvat kasvaessaan monenlaisten paineiden ristituleen. Paineet koskevat esim. ulkonäköä, tulevaisuutta, menestymistä ja oman yhteisön hyväksyntää. Yhteiskunnassa vaikuttaa vahvasti media, kuluttaminen ja suorittaminen. Paljon kaikenlaisia kokemuksia ja elämyksiä näyttäisi monella oleva yhtä kuin rikas elämä, hyvä elämä on yhtä kiittämistä. Näiden tekijöiden kanssa tasapainossa eläminen vaatii hyviä suojaavia tekijöitä.

Mielenterveyden perusta ja mielenterveyttä suojaavat tekijät luodaan varhaislapsuuden turvallisessa ja terveellisessä kasvuympäristössä ja siinä merkityksellisiä ovat sosiaaliset suhteet ja se, että saa tuntea kelpaavansa ja kuuluvansa joukkoon. Turvallisuus tarkoittaa myös sitä, että jokaisen tulisi saada kasvaa ja kehittyä omassa luonnollisessa tahdissaan ja kasvattajan tulisi nähdä ne yksilölliset voimavarat, joiden avulla yksilö voi kasvaa omaksi itsekseen. Näin mahdollisimmalla moni voisi tuntea elävänsä arvokasta elämää. (ETENE, 2010, 8.)

ETENE:n (2010, 13–14) mukaan ehdottomasti tärkein turvallisuuden muoto on sisäinen turvallisuus, hyvä ja rauhallinen olo. Ihmisen sisäinen maailma kulkee hänen mukanaan suojaavana tekijänä kaikkialla. Kun mieli on tasapainossa, heijastuu se ihmi-

seen itseensä ja myös ympäristöön positiivisella tavalla. Hyvä sisäinen olo mahdollistaa itsen ja muiden arvostamisen. Niin ihminen voi löytää elämästä hyviä asioita ja tuntea niistä kiitollisuutta sekä kykenee suomaan onnea ja iloa muillekin. Sisäisellä hyvällä ololla on taipumus levitä ympäristöön ja synnyttää lisää hyvää oloa.

Samaisessa julkaisussa oleva Markku Lahtelan (ETENE 2010, 7) ajatus mielestäni kiteyttää hyvin sen, mihin meidän kasvattajien tulisi kiinnittää huomionsamme.

”Te näette lapsen,
 mutta näettekö sen aikuisen,
 joka tästä lapsesta kasvaa
 ja sen aikuisen lapset
 ja nämä lapset aikuisina
 ja heidän lapsensa
 ja kaikki kolmannet ja neljännet polvet;
 ja näette sen lapsen,
 mutta näettekö sen ihmiskunnan,
 joka tästä lapsesta kasvaa?”

4 GREEN CARE

Green Care (GC) on sateenvarjokäsite monille erilaisille tavoille toteuttaa luontolähtöistä toimintaa. GC on luontoon liittyvää monialaista ja -muotoista toimintaa, jolla voidaan edistää ihmisten hyvinvointia ja elämänlaatua. Toimintaa toteutetaan GC-menetelmin, joita sovelletaan ammattialan ja asiakasryhmän tarpeiden mukaan. GC-toiminnan perusedellytykset ovat tavoitteellisuus, ammatillisuus ja vastuullisuus. Toiminnan peruselementit ovat luonto, toiminta ja yhteisö, joita voidaan yhdistellä toiminnassa monella tavalla. Toiminnan hyvinvointivaikutukset syntyvät mm. luonnon elvyttävyydestä, kokemuksellisuudesta ja osallisuudesta. Toiminta voi sijoittua luonnonympäristöön tai luonto voidaan tuoda eri muodoissa ja eri menetelmiä käyttäen kaikkiin ympäristöihin, missä toimintaa milloinkin halutaan toteuttaa. (GC Finland 2015; Vehmasto Elina 2014.)

4.1 GC-toiminnan soveltuvuus varhaiskasvatukseen

Päivähoitolaki kehottaa tukemaan lasta elinympäristön vaalimiseen ja luonnontieteellinen orientaatio ohjaa kasvattajaa avaamaan lapselle luonnon eri ilmiöitä, koska se edistää lapsen hyvinvointia ja kehitystä tasapainoiseksi ihmiseksi. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet nostavat kolmeksi ihmisenä kasvamisen päämääräksi henkilökohtaisen hyvinvoinnin edistämisen, toiset huomioon ottavien käyttäytymismuotojen ja toimintatapojen vahvistamisen sekä itsenäisyyden asteittaisen lisäämisen. (Finlex 2015; Vasu 2005, 13, 28)

Elina Vehmaston (2014, 31–38) toimittama Green Care -toiminnan suuntaviivat Suomessa piirtää kuvan GC-palvelumarkkinoista ja antaa suuntaviivoja tarkastella myös varhaiskasvatuksen sijoittumista ja tapaa toteutua näillä markkinoilla. Varhaiskasvatuksessa GC voi olla osa hoidon, kasvatuksen ja opetuksen kokonaisuutta. Sitä voidaan soveltaa eri orientaatioihin ja varhaiskasvatuksen vuodenaikojen mukaiseen toimintaan esim. luontoliikuntaan tai taiteelliseen ilmaisemiseen. Se voi tuoda uutta ulottuvuutta varhaiskasvatuksen yhteisölliseen ja ylisukupolviseen toimintaan sekä vahvistaa kasvatuskumppanuutta. GC sopii hyvin myös henkilöstön työ hyvinvoinnin edistämiseen.

GC-toiminnalla ja luontoavusteisella pedagogiikalla voidaan löytää uusia mahdollisuuksia toteuttaa ennaltaehkäisevää työtä ja varhaista puuttumista sekä vaikuttaa lasten ja perheiden voimaantumiseen. Toiminnalla voidaan myös aktivoida perheitä uudella tavalla ja ohjata kokemuksellisuuden avulla esim. terveisiin elintapoihin tai vastuullisuuteen sekä kaataa raja-aitoja perheiden ja henkilöstön väliltä. GC-toiminta voi tarjota välineitä ja olla vastaamassa erityistä tukea tarvitsevien lasten ja monikulttuurisuuden haasteisiin. GC-toiminta on myös hyvä vaihtoehto, kun etsitään kustannustehokkuutta ja taloudellista kannattavuutta ilman, että halutaan tinkiä toiminnan laadusta. Se voi palvella lisäksi varhaiskasvatuksen kehittämistä ja uudistamista esim. perhelähtöisyyden ja yhteistyön näkökulmasta. (MTT, THL ja Lapin AMK 2014, 6–8; Vehmasto 2014, 31–38.)

Varhaiskasvatuksen laadunarviointimallin avulla voidaan tarkastella varhaiskasvatuksen laatua ja sen osatekijöitä. Näitä osatekijöitä ovat esim. turvallisuus, henkilöstön ja vanhempien yhteistyö, lasten osallisuus ja lapsen myönteiset kokemukset. Samaa mal-

lia voidaan soveltaa myös, kun tarkastellaan GC -toiminnan laatua ja soveltuvuutta varhaiskasvatukseen. Muuttuvat tehtävät ja toimintaympäristöt vaativat perustehtävän kriittistä tarkastelua. (Hujala ym. 2011, 317–320.)

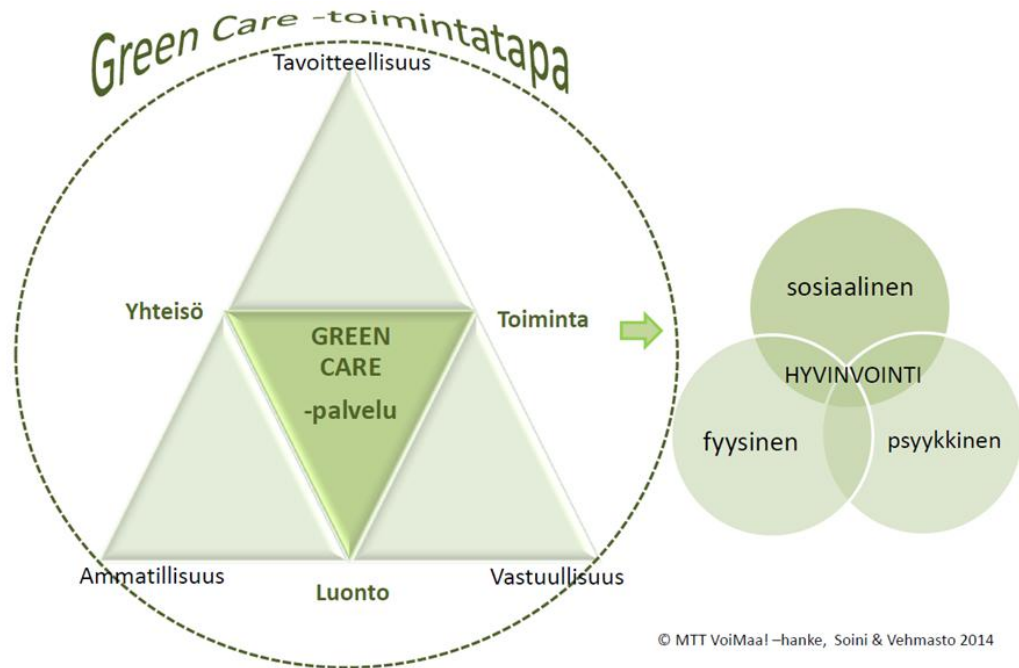
4.2 GC -toimintatapa

4.2.1 Perusedellytykset

Ammatillisuus GC -toiminnassa tarkoittaa ammattimaisuutta, menetelmien tavoitteellista ja vastuullista käyttöä, laatua ja turvallisuutta sekä kykyä moniasiantuntijuuteen. Se on tehtäviä vastaavaa koulutusta ja osaamista. Käytännössä ammatillisuus on lakien, asetusten ja oman ammattialan ohjeistuksen mukaan toimimista. Se on myös asiantuntemusta toiminnan perustasta ja taitoa soveltaa tätä tietoa jokaisen asiakkaan yksilöllisten tarpeiden mukaan. (GC-toiminnan eettiset ohjeet 2012; MTT, THL ja Lapin AMK 2014, 6.)

Vastuullisuus on ammatillisuutta, mutta sisältää vielä syvemmän ymmärryksen toiminnan eettisyyden merkityksestä, arvoista ja laadusta. Se on sosiaalista ja asiakasvastuullisuutta sekä ympäristö- ja yhteiskuntavastuullisuutta. Se on ihmisoikeuksien ymmärtämistä ja halua toimia parhaalla mahdollisella tavalla asiakkaan hyväksi. Se on asiakkaan psyykkisestä, fyysisestä ja sosiaalisesta turvallisuudesta huolehtimista ja asiakkaan osallisuutta ja luottamuksellisuutta. Se on myös oman työn jatkuvaa reflektointia, arviointia, vaikuttavuuden seuraamista ja kehittämistä pitkäjänteisesti, ajan ilmiöitä seuraten ja tulevaa ennakoiden. (GC -toiminnan eettiset ohjeet 2012; MTT, THL ja Lapin AMK 2014, 6, 12–13.)

Tavoitteellisuus näkyy siinä, että luontoa käytetään tietoisesti hyvinvoinnin edistämiseen. Se on myös perustehtävän ymmärtämistä eli sitä, että tiedetään, mitä, miksi ja miten tehdään. Se on myös toiminnan soveltamista sen mukaan, kenelle tehdään eli asiakkaan yksilöllisyyden ja hänen elämänsä ja eri ympäristöjensä huomioimista toiminnan suunnittelussa. Tavoitteellisuus pitää yleisesti sisällään tavoitteiden asettamisen ja toiminnan suunnittelun sekä arvioinnin, johon sisältyvät johtopäätökset ja toiminnan kehittäminen. (GC-toiminnan eettiset ohjeet 2012; MTT, THL ja Lapin AMK 2014, 6, 12–13.)



KUVA 1. Green Care -toimintatapa (Soini & Vehmasto 2014).

4.2.2 Peruselementit

Luonto, toiminta ja yhteisö ovat Green Caren kolme peruselementtiä. Pelkästään näiden elementtien olemassaolo ei vielä tee toiminnasta Green Carea ja saa aikaan hyvinvointivaikutuksia vaan elementtejä tulisi yhdistellä ammatillista näkemystä käyttäen tavoitteiden suuntaisesti. Kun tavoitellaan vaikuttavuutta, on pystyttävä perustelemaan, miksi on valittu tietty elementti tai toimintamuoto ja, mihin niillä pyritään.

(THL ja Lapin AMK 2014, 9–11.)

Käytännössä toiminnan tietoisuutta vie eteenpäin asioiden kirjoittaminen auki ja näkyväksi. Myös keskustelun avulla voidaan ”asiat kirjoittaa auki”. Esim. varhaiskasvatuksessa kirjataan ja kuvataan käytetyt luontoelementit tai -ympäristöt ja rakennetut ympäristöt (askarteluhuone, vesileikkipaikka, sisä-luontoleikkipaikka tms.), yhteisölliset elementit (isien ja lasten yhteiset tapaamiset, ylisukupolvinen toiminta, päiväkotien yhteinen toiminta tms.) sekä toiminnalliset elementit (luontoliikkuminen, nuotioruokailut, kukkien istutus tms.). Ja jokaisen kohdalla perustellaan miksi elementti on valittu ja mitä sillä tavoitellaan. (THL ja Lapin AMK 2014, 9–11.)

Luonto voi olla GC-toiminnassa niin tapahtumapaikka, kohde kuin välinekin. Luontoa eri muodoissaan käytetään apuna tavoitteisiin pääsemiseksi Luonto voi olla esim. aitoa luontoa ulkosalla, eläimiä tai hyönteisiä, rakennettua sisätiloihin, kaupungin tai maaseudun luontoa tai tulla esiin pienenä luontoelementtinä sisätiloissa esim. viheriöivänä oksana. Luonto voi tulla esiin myös esim. taiteina, ajatuksina, kerrontana, ääninä, kuvina tai mielikuvina ja silti saada aikaan aidon luontokokemuksen. (THL ja Lapin AMK 2014; 9, Soini 2014, 21–22.)

Toiminta liittyy GC-toiminnassa ihmisen ympäristöön ja mahdollistaa omaehtoisen kokemuksen ja oppimisen. Toiminta ja tekeminen itsessään aktivoi ihmistä ja tuottaa mielihyvää. Toiminta voi olla monenlaista vaihdellen konkreettisesta tekemisestä ja nopeatahtisesta toiminnasta havainnointiin ja rauhoittumiseen. Toiminnan avulla ihminen voi toteuttaa ihmisenä olemisen tarpeita kuten esim. toteuttaa itseään, vaikuttaa ympäristöönsä ja omaan elämäänsä sekä tuntee olevansa olemassa. (THL ja Lapin AMK 2014, 9, Soini 2014, 22–23.)

Yhteisö mahdollistaa GC-toiminnassa osallisuuden. Osallisuuden kokemukset voivat toteutua ihmisten välisenä vuorovaikutuksena tai vain ryhmässä mukana olossa. Osallisuuden tunne voi syntyä myös siinä, että ihminen saa olla aktiivisena toimijana tai siinä, että voi olla vuorovaikutuksessa oman sisäisen itsensä kanssa. Lisäksi osallisuuden kokemuksia voi tapahtua vuorovaikutuksessa eläinten, luonnon tai tietyn paikan kanssa. (THL ja Lapin AMK 2014, 9; Soini 2014, 23–24.)

4.3 Ekopsykologia GC-toiminnan teoriaperustana

GC-toiminta perustuu ekopsykologiaan, jossa ihminen nähdään osana muuta luontoa. Siinä ihmisen nähdään vaikuttavan luontoon ja luonnon vaikuttavan ihmiseen. Ekopsykologian ajatuksena on myös tavoitella ihmisen lähempää suhdetta luontoon ja kestävästä kehityksestä mukaista elämäntapaa. Myönteiset vaikutukset näkyvät ihmisessä itsessään ja heijastuvat mm. muihin ihmisiin, sosiaalisiin suhteisiin, ympäristöön ja yhteiskuntaan. (GC Finland 2015.)

Ekopsykologian mukaan jokaisella ihmisellä on olemassa alkuperäinen luontosuhde. Se on kokonaisvaltainen ja monikerroksinen kokemus esim. tunnetta omasta kehosta ja sen tarpeista sekä mielen ja kehon vuorovaikutuksesta. Luontosuhde voi häiriintyä

tai heikentyä ja ihminen voi ajautua kauas omasta luonnostaan, mikä voi aiheuttaa erilaisia psyykkisiä ja fyysisiä häiriöitä. Silloin ihminen ei enää osaa kuunnella itseään ja toimia omaa hyvinvointiaan tukevasti. Tämä voi ilmetä elämän epätasapainona tai väärinä valintoina esim. syömiseen, lepoon tai liikuntaan liittyvissä asioissa ja vähitellen voi hävitä tuntuma siitä, mitä itse haluaa ja, millaista elämää haluaa. Kun ihminen ei kuuntele itseään, voi hän alkaa toimia itseään ja/tai ympäristöään vastaan. Ekopsykologian ajatuksena on palauttaa ihmisen alkuperäinen luontosuhde, koska luonnon eheyttävä ja elvyttävä vaikutus ylläpitää terveyttä ja tasapainoa. (Salonen 2005, 45–48.)

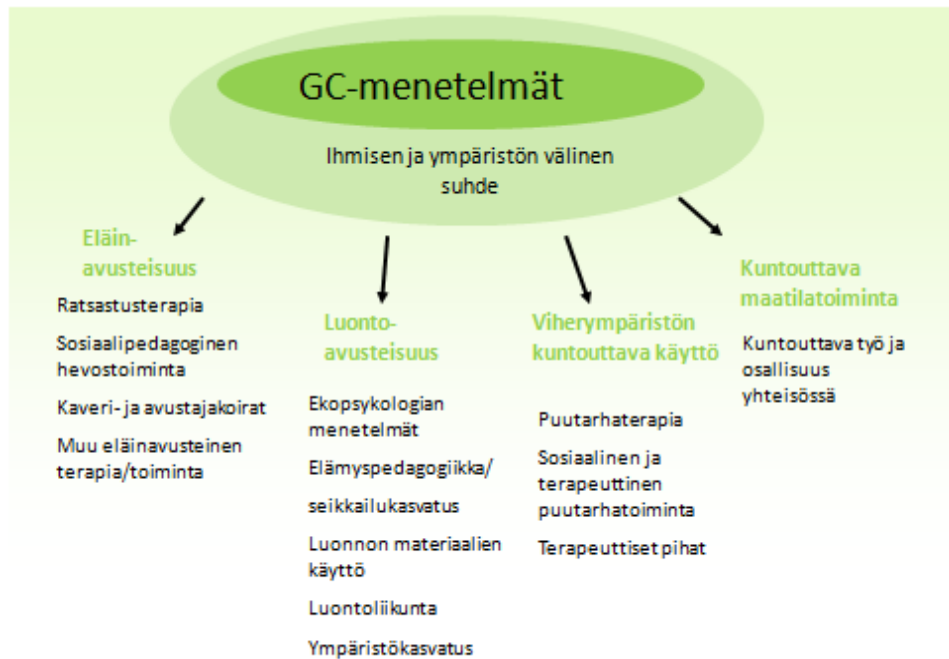
Luontoyhteyttä voidaan etsiä tai vahvistaa elvyttävien luontokokemusten avulla. Kirsi Salonen kuvaa elvyttävää luontokokemusta myönteisen olemisen kokemukseksi. Salonen kuvaa luontokokemusta määrittävää psyykkistä tilaa sanoilla myönteisen olemisen kokemus. Myönteinen luontokokemus on avain myötätuntoon itseä ja ympäristöä kohtaan. Tällaiset myönteiset kokemukset vaikuttavat siihen, miten lapsi osaa suojella luontoa ja toimia kestävän kehityksen mukaisesti, mikä käytännössä lisää lapsen valmiuksia suojella itseään ja toteuttaa myös itseään koskevia hyvinvointitekoja. (Salonen 2010, 52–54.)

Myönteisen, elvyttävän luontokokemuksen ensisijaisena edellytyksenä on turvallisuus niin psyykkisesti, fyysisesti kuin sosiaalisestikin. Toinen tärkeä tekijä on hyväksyntä, joka tarkoittaa mahdollisuutta olla oma itsensä, hengittää vapaasti ja riittää omana itsenään ilman, että tarvitsee onnistua tai täyttää odotuksia. Kolmas luontokokemuksen tekijä on kokemuksellisuus, jolloin kokemus itsessään on merkityksellinen eikä kokemuksen tulkinta. Kokemuksellisuus voi toteutua aistikokemuksina, ihmisen ja eläimen välisenä vuorovaikutuksena, ihmisten keskinäisinä kokemuksina tai ihmisen ja luontoelementin välillä. Neljäs luontokokemuksen tekijä on jatkuvuus. Se voi olla yhteyden tunnetta luontoon, sulautumista, jolloin ympäristön tuella löytää yhteyden omaan itseensä, omiin tarpeisiin ja arvoihin. (Salonen 2010, 48, 54–58, 64–65.)

4.4 Menetelmät

Kirsi Salosen (2010, 69-72) mukaan luontomenetelmät vaikuttavat samaan tapaan kuin luontokokemus eli niiden avulla voidaan edistää myönteisen olemisen kokemuksia. Jos luonto asiana tai ympäristönä on ihmiselle vieras, ei ihminen välttämättä koe

heti sitä omakseen tai tunnista sen hyvinvointivaikutuksia. Luontomenetelmien avulla ihminen voi selvemmin tunnistaa ja havaita luontokokemuksen myönteisen vaikutuksen. Menetelmien monipuolisuus antaa avaimia erilaisiin lähestymistapoihin, koska jokainen ihminen on erilainen ja niin ovat myös luontokokemukset erilaisia ja henkilökohtaisia. Luontomenetelmät vastaavat tähän erilaisuuteen tarjoamalla menetelmäkirjon, jota voi soveltaa kulloisenkin asiakasryhmän tarpeiden mukaan.



KUVA 2. Green Care -menetelmät (GC Finland 2015).

GC-menetelmät soveltuvat monialaisesti virkistys- ja hyvinvointipalveluihin sekä monenlaisiin kuntoutuksen, hoivan, hoidon ja ennaltaehkäisevien palvelujen tarpeisiin mukaan lukien varhaiskasvatuspalvelut. Monet menetelmistä ovat jo vakiintuneet käyttöön varhaiskasvatuksessa esim. ympäristökasvatus, seikkailukasvatus ja luontoliikunta, mutta toiminnan tietoisuus ja tavoitteellisuus vaihtelee. Kaikista luontolähtöisistä menetelmistä voi ammentaa uutta näkökulmaa varhaiskasvatukseen toteuttamiseen ja niitä voisi hyödyntää enemmänkin esim. eri orientaatioissa ja kokonaisvaltaisen oppimisen toimintamalleissa. Menetelmissä toteutuvat osallisuus, yhteisöllisyys ja kokemuksellisuus voivat tehdä varhaiskasvatuksesta elävämpää sekä viedä toimintaa lähemmäs tavoitteita, yhdessä tekemistä ja yhteisvastuuta. (Luonto hyvinvoinnin lähteenä 2014; GC Finland 2015.)

Green Care -menetelmistä itsestään nousee arvoja, ajatuksia, asennetta ja suuntaa sille, miten niiden toteuttajien tulisi toimia. Esimerkiksi varhaiskasvatuksen näkökulmasta ympäristökasvatus nostaa esiin, että kasvattajan olisi hyvä kyetä näkemään omat arvonsa ja tavoitteensa, jotka ohjaavat kasvattamista, koska muuten oma työ ei pääse kehittymään. Kasvattajan olisi toimittava johdonmukaisesti ja sekä puheiden että tekojen olisi vastattava toisiaan. Luottamus, kunnioitus, välittäminen sekä kaiken tekeminen oikeasti ja huolella välittää lapselle kuvaa tekemisen merkityksestä. Välittäminen näkyy välittämisenä jokaisesta lapsesta yksilönä sellaisena kuin hän on, hänen tärkeitä asioistaan ja havainnoistaan. Kasvattajan tehtävänä on huomata, huolehtia puitteista ja mahdollisuuksista tehdä sekä hellittävä kiinnostusta, kysymistä, uteliaisuutta ja etsimistä - senkin uhalla, että se vie aikaa. Toteuttaminen päiväkodissa onnistuu, kun kasvattaja uskaltuu lasten maailmaan; satuun, seikkailuun, kasvuun ja ihmetykseen. Avoimin sydämin oleminen, tarkemmin katsominen ja pysähtyminen ohjaavat kasvattajaa luontotoiminnan toteuttamisen poluille. (Kurttio (toim.)1995, MLL, 71–73.)

4.5 GC -toiminnan hyvinvointivaikutukset lasta suojaavina tekijöinä

Green Care -toiminnalla voidaan vahvistaa ja luoda lapsia suojaavia tekijöitä ja edistää heidän pärjävyyttään elämässä. Suojaavia tekijöitä muodostavat niin luonnon hyvinvointivaikutukset, luontomenetelmien mahdollisuudet tukea lapsen kokonaisvaltaista kehitystä kuin luontotoimintaan liittyvä arvo- ja asennekasvatuskin. Seuraavassa näitä suojaavia tekijöitä avataan tarkastelemalla luonnon ja GC-toiminnan hyvinvointivaikutuksia.

Eri tieteen alojen tutkimukset näyttävät vahvasti, että luontoympäristöllä on myönteinen vaikutus terveyteen ja luontoympäristöllä on erityisen voimakas elvyttävä vaikutus. Todistusaineistoa on saatu mm. ympäristöpsykologian ja -kasvatuksen, metsä-, puutarha- ja kasvitieteen, ympäristösuunnittelun sekä terveysliikunnan tutkimuksissa. Tutkimukset ovat osoittaneet, että jo vaatimattomatkin luontoelementit sisätiloissa vaikuttavat stressistä elvyttävästi fysiologisiin toimintoihin, tunteisiin ja käyttäytymiseen. (Korpela 2007, 364.)

Katriina Soinin (2014) toimittama ”Luonnosta hoivaa ja voimaa - miten arvioida Green Care -toiminnan vaikuttavuutta” kuvaa kattavasti myös GC -toiminnan hyvinvointivaikutuksia vaikuttavuuselementtien luonnon, yhteisön ja toiminnan näkökul-

masta. Tuotoksesta löytyy myös lähdetietoa tutkimusten tarkempaa tutustumista varten. Hyvinvointivaikutuksia ovat fysiologiset vaikutukset, luonnon rauhoittavat ja stressioireita lieventävät vaikutukset, luontoympäristön tarjoama tuki läsnäololle ja keskittymiskyvyn palautumiselle sekä luontoympäristön tarjoama tuki myönteisten mielialojen vahvistumiseen.

Kirsi Salosen mukaan (2010, 23, 104) ulkoleikit ovat edellytys lapsen terveelle kehitykselle. Luontoympäristö sosiaalisena ja fyysisenä ympäristönä tarjoaa mahdollisuuden rauhoittumiseen, rentoutumiseen, virkistäytymiseen, itsetunnon vahvistumiseen, minäkuvan selkiytymiseen ja stressioireiden helpottumiseen. Hyvinvointivaikutukset ovat aikuisilla ja lapsilla samankaltaisia. Luontoympäristö tarjoaa myös mahdollisuuksia monipuolisille hoiva- ja kiintymyssuhteille ja vuorovaikutustaitojen harjoittelulle.

Luontoympäristöllä on todettu olevan positiivinen vaikutus ryhmän tunneilmapiiriin. Esim. luontonäkymä saa aikaan myönteisyyttä, jonka avulla ihminen näkee nopeammin myönteisyyttä kanssakulkijoissaan, mikä helpottaa vuorovaikutuksen syntymistä. Luontoympäristö tarjoaa myös mahdollisuuden yksityisyyden ja yhteisöllisyyden säätelyyn; ihminen voi vain katsella tai kuunnella omassa rauhassaan tai sitten tehdä yhdessä toisten kanssa. (Salonen 2010, 105.)

Tutkimuksissa on todettu ylivilkkauden oireiden lievittyvän, kun lapsella on mahdollisuus aistia luontoympäristöön liittyviä elementtejä. (Kuo & Faber 2004). Bird (2007, 46–48, 51–55) sanoo, että lapsen suhdetta luontoon pidetään usein itsestäänselvyytenä, mutta viimeaikaiset tutkimukset ovat osoittaneet luontosuhteen olevan perustavaa laatua oleva osa kehitystä ja auttavan lasta saavuttamaan oman parhaan potentiaalinsa. Birdin mukaan aika alle 12 vuoden ikää on otollisinta aikaa lapsen luontosuhteen vahvistumiselle ja lapsuuden myönteiset luontokokemukset heijastuvat aikuisuuteen myönteisenä luontosuhteena. Vielä aikuisenakin toimittiin ympäristövastuullisesti ja luonnosta osattiin etsiä hyvää oloa, vapauden tunnetta ja lievitystä stressiin sekä käyttää sitä voimaannuttavana tekijänä vaikeissa elämäntilanteissa.

Tutkimuksissa lasten keskittymiskyvyn ja itsesäätelyn taitojen on todettu olevan yhteydessä luonnon läheisyyteen ja luontoyhteyteen, joiden puolestaan on todettu vähentäneen lapsen kasvaessa huonoa koulumenestystä, rikollista toimintaa ja teiniraskauk-

sia. Mitä syvempi oli luontosuhde, sitä parempi oli lapsen käsitys itsestään ja lapsi oli vähemmän stressaantunut vaikeiden elämäntilanteiden keskellä. Tutkimukset ovat myös osoittaneet luonnon eri muodoissaan tarjoavan lapselle mahdollisuuksia laadukkaaseen leikkiin, joka kehittää kaikkia leikin alueita mitä mielikuvituksellisimmilla tavoilla ja edistää esim. kokonaisvaltaista oppimista, motorisia ja sosiaalisia taitoja, yhteistyökykyä ja suhdetta ympäristöön. Lisäksi on todettu, että luonto toiminnan osana vähentää kiusaamista ja lisää osallisuutta. (Bird 2007, 56–57, 58–66, 81).

Eila Matikainen (Helenius ym. 2008, 155–162) on tutkinut lapsen orientoitumista luontoympäristöön ja kertoo, että alle kouluikäisillä juuri ympäristöherkkyys ja tunnetekijät muodostavat pohjan ympäristövastuulliselle käyttäytymiselle. Alle kouluikäinen omaksuu arvoja ja oppii helposti elämäntaitoja, joiden omaksuminen voi vanhempana olla vaikeampaa kuin lapsena. Lisäksi yhdysvaltalaisissa tutkimuksissa luonnon hyvinvointivaikutuksista on saatu todisteita, että lapsi on yleensä sitä terveempi, onnellisempi ja älykkäämpi, mitä useammin hän saa kokemuksia luonnosta (Grassroot leadership survey 2012; Health benefits to children from contact with outdoor and nature 2012).

Marketta Kyttä (2003) on tutkinut lapsen omaehtoista liikkumista ja hyvää ympäristöä. Hyvä ympäristö on lapselle tarjoutuvien liikkumismahdollisuuksien ja ympäristön toimintamahdollisuuksien summa. Kun lapsella on mahdollisuus seikkailuun ja löytää itseään kiinnostavia asioita, innostuu hän myös liikkumaan. Marketta Kytän mukaan lapsen kehityksen kannalta parhaat esineet ja materiaalit ovat sellaisia, joihin sisältyy loputon määrä tarjoumia ja juuri luontoelementeillä näyttäisi olevan tällainen kyky virittää lapsen uteliaisuutta ja uusia toimintoja aina uudelleen. Leikkiympäristönä luontoa tai metsää ei voi leikkiä loppuun. Kun lapsella on oma käsin kosketeltava suhde ympäristöön ja hän voi itse löytää ja oman kehon kautta tutustua ympäristöön, voi hän herkistyä ympäristölle ja oppia käyttämään ympäristöä luovasti hyväkseen.

Marketta Kyttä (2003, 2013) sanoo ihmisen luontosuhteella olevan myös laajempaa merkitystä hyvinvoinnille. Laajemmin siinä on kyse ihmisten suhteesta maapalloon ja sen säilymiseen sekä vuorovaikutuksen ja yhteistyön paranemisesta eri väestöryhmien välillä. Luontoarvostuksen lisääntyminen lisää myös yleistä kiinnostusta ja pyrkimystä hyvinvointia edistäviin elinympäristöihin ympäristösuunnittelussa. Näin voidaan vai-

kuttaa esim. turvallisuuteen ja ehkäistä kansanterveydellisiä ongelmia kuten liikkumattomuuden aiheuttamia sairauksia tai mielenterveysongelmia.

Sirpa Arvonen (2014, 25–28) kertoo, kuinka luonto aktivoi liikkumaan. Hän kuvaa metsäpolkua luonnon kuntosaliksi ja vaihtelevaa maastoa tasapainoa ja koordinaatiota kehittäväksi. Metsässä liikkumisen on todettu mm. lisäävän kestävyyttä, edistävän sydämen, hengitys- ja verenkiertoelimistön terveyttä, ryhdistävän tukirankaa ja vahvistavan lihaksia. Erilaisten luontoaktiviteettien ja -tapahtumien on todettu rohkaisevan sosiaaliseen vuorovaikutukseen, kannustavan harrastamiseen ja auttavan tutustumaan lähiympäristön luontoon. Luontoympäristöjen on todettu lisäävän ihmisten välistä vuorovaikutusta.

Luonnosta hyvinvointia lapsille ja nuorille -julkaisu (Polvinen ym. 2012) nostaa esiin luontoon liittyvien palveluiden tarpeen tämän päivän yhteiskunnassamme. Julkaisu nostaa esiin tutkimustulokset siitä, kuinka luonto lapsen sosiaalisena ja fyysisenä ympäristönä tarjoaa mahdollisuuden rentoutumiseen, virkistymiseen, itsetunnon vahvistamiseen, minäkuvan selkiytymiseen ja stressioireiden helpottumiseen. Luontoympäristö tai luonnon kaltainen ympäristö tarjoaa konkreettisia mahdollisuuksia psyykkisen itsesäätelyn harjaanuttamiseen ja hoitaa mieltä suoraan sekä lisäksi antaa mahdollisuudet niin yhteisölliseen kuin monipuolisiin toiminnallisiin elementteihin. Julkaisu rohkaisee luontoympäristöjen laajempaan hyödyntämiseen sekä sellaisenaan että erilaisin sovelluksin.

Riitta Wahlström (2006, 6–9) on koonnut tutkimustietoa luonnon hyvinvointivaikutuksista. Jo itsessään luonto on elinvoimamme lähde ihan jo hapen ja ravinnonkin muodossa. Tutkimusten mukaan luontotoiminta ja luontoelementit ovat lisänneet luovuutta ja keskittymiskykyä, vähentäneet kielteisyyttä ja vihamielisyyden tunnetta, vähentäneet yksinäisyyden tunnetta ja sosiaalisia pelkoja sekä synnyttäneet uusia ystävyyssuhteita. On myös todistettu luonnossa olemisen lisäävän vastustuskykyä ja nopeuttavan sairauksista toipumista. Wahlströmin mukaan luonto eheyttää monella tavalla. Esim. luonnonäänet lisäävät hyvänolon tunnetta ja luonto tarjoaa merkityksellisiä esteettisiä kokemuksia. Kauneuden kohtaaminen kaikissa luonnon eri muodoissa lisää voimavaroja ja ehkäisee mielenterveyden ongelmia.

Luonnossa liikkuminen alentaa verenpainetta, sykettä ja lihasjännitystä. Se vähentää stressihormoni kortisonia ja lisää vastustuskykyä parantavien valkosolujen määrää. Jo viisi minuuttia luonnossa saa aikaan hyvinvointivaikutuksia ja kahdessa tunnissa saavutetaan maksimiteho, jonka vaikutus kestää useita päiviä. Luonnon on tutkitusti todettu houkuttavan liikuntaan ja näin lisäävän elinikää. Luontokokemusten on tutkittu lisäävän suvaitsevaisuutta, ystävällisyyttä ja avuliaisuutta. Luonto mahdollistaa läsnäolon kokemuksia, jotka asettavat omaa elämää koskevia ajatuksia oikeisiin mittasuhteisiin ja vähentävät levottomuutta. Lapsilla luonnossa liikkumisen on todettu kehittävän fyysistä kuntoa tehokkaammin kuin muun liikunnan. Lisäksi luonto vahvistaa aisteja ja lisää tarkkaavaisuutta. Erityisesti kasvavan lapsen aistit kehittyvät luonnossa. (Vihreää hyvinvointia 2013.)

Ikkunannäkymän vehreys lisää elämänhallintaa, keskittymiskykyä ja kykyä tehdä päätöksiä. Jo pelkästään luontokuvan katselu muutaman minuutin ajan kohottaa mielialaa ja vähentää jännittyneisyyttä. Luontoelementtien käyttö sisustuksessa lisää ihmisen hyvinvointia sisätiloissa. Pelkkä ajatuskin luontoon tai luontoelementtiin liittyen saa aikaan hyvinvointivaikutuksia. Kasvien hoito ja kasvatusta sekä eläimiin liittyvä luontotoiminta saa tutkitusti aikaan hyvinvointivaikutuksia kuten kokemuksia elämän merkityksellisyydestä ja psyykkistä ja fyysistä kuntoutumista. (Vihreää hyvinvointia 2013.)

Luonnossa oleminen opettaa elämään tässä hetkessä ja luonnossa oleminen on tie itse-tuntemukseen, arkiälyä syvemmän viisauden lähteille, jossa ovat todellinen hyvyys ja aitous. Tässä syvemmässä tietoisuudessa asustaa rakkaus. Luonnossa ollessa ja hiljentyessä ihminen voi pitää sielun elävänä ja avoimena. Ihminen ei silloin suorita vaan kypsyä, löytää oman luovuutensa ja saa kokemuksia tasapainosta, harmoniasta ja asioiden oikeista mittasuhteista. Kokemukset voivat olla myös pyyteettömyyttä, hiljaisuutta ja rauhaa. Sisäinen rauha synnyttää ulkoista rauhaa. (Jantunen ym. 2011, 36–37, 40).

Green Care -toiminta menetelmästä riippuen on paljon arvokasvatusta. Viitaten edellä kuvattuun yhteiskunnassamme esiintyvään lasten- ja nuorten pahoinvointiin, Kati Pupita-Mattila (2011, 117–122) kirjoittaa kirjassaan Lapsen arvostava kohtaaminen, että kukaan ei jaksa arvoita. Pupita-Mattilan mukaan arvot kertovat ihmiselle, mistä muodostuvat ne elämän suuntaviivat, joita seuraamalla elämästä tulee hyvää elämää. Arvot muistuttavat ihmistä siitä, että elämässä on jotakin tärkeää ja kiinnipitämisen arvoista.

Jos elämässä ei ole arvoja, ihmisellä on suuri vaara ajautua merkityksettömyyteen, lamaannukseen, alakuloisuuteen ja tarkoituksettomuuden kokemiseen. Arvokasvatus kytkeytyy lapsen muuhun kasvuun ja kehitykseen sekä kokonaisvaltaiseen kasvatukseen ja huolenpitoon, joten päivähoidonkin merkitys arvokasvattajana on merkityksellinen.

5 TIKANPELLON PÄIVÄKOTI

Opinnäytetyöni työelämäkumppaninani toimi Mikkelin kaupungin päiväkodeista Tikanpellon päiväkotia, jossa varhaiskasvatusta tarjotaan 0–6-vuotiaille lapsille. Päiväkodin paikkamäärä oli 2015 47 ja päiväkodissa oli kolme ryhmää; alle kolmivuotiaiden Telkkä, 3–5-vuotiaiden Tikka-ryhmä sekä 3–5-vuotiaiden Tiaisten pienryhmä. Lisäksi 6-vuotiaille tarjotaan esiopetusta lähellä sijaitsevassa Tuppuralan koulussa.

Luonto osana toimintaa on monella tavalla ollut elävä osa Tikanpellon päiväkotia. Päiväkotia sijaitsee lähellä luontoa, joka tarjoaa monipuoliset mahdollisuudet luontotoiminnalle. Tikanpelto on kestävä kehityksen päiväkotia. Mikkelin kaupungin ympäristöstrategian mukaan lasten ympäristökasvatukseen katsotaan olevan avainasemassa, kun pyritään kohti kestävä elämäntapaa. Näin jokaisella Mikkelin kaupungin päiväkodilla on oltava oma kestävä kehityksen suunnitelma.

Tikanpellon päiväkotia oli jo vuosina 1995 –1998 mukana Rantasalmen Ympäristökasvatusinstituutin hankkeessa kouluttautumassa ympäristökasvatukseen osaajiksi. Lisäksi 2013 valmistui Salla Koposelta päiväkotia opinnäytetyö, jonka päätavoitteena oli ympäristökasvatuksellisen kehittämisprosessin käynnistäminen Tikanpellossa. Prosessista syntyi mm. sähköinen materiaalipaketti, jonka tavoitteena oli tukea henkilökunnan mahdollisuuksia toteuttaa erilaisia ympäristökasvatuksellisia tuokioita. (Koponen 2013, 1.)

Tikanpellon päiväkodin arvoiksi varhaiskasvatussuunnitelmassa on nostettu asiakaslähtöisyys, kehittämistahto, yhteisöllisyys ja avoimuus. Arvovalinnat näkyvät orientaatioissa, joissa painotetaan luonnontieteellistä ja esteettistä orientaatiota. Varhaiskasvatussuunnitelma heijastelee kuvin, sanoin ja toimintakuvauksin kestävä kehityk-

sen arvoja, joissa myös luontotoiminta on mukana. (Tikanpellon päiväkodin VASU 2015.)

Havaintojeni perusteella Tikanpellon päiväkodin tavassa toimia on sellaista hyvää ja luontevaa luontotoiminnan toteuttamista, jonka soisi leviävän laajemmallekin. Tikanpellon päiväkodissa toteutuvat monet tekijät, jotka ovat edellytyksiä tavoitteellisen, ammatillisen ja vastuullisen luontotoiminnan toteuttamiselle, mitä Green Carekin on. Kun Green Caren edellytykset täyttyvät, voi luontotoiminnan sanoa olevan vahvalla pohjalla. Nämä hyvät tekijät pitävät sisällään niin tiedon, arvojen, asenteiden, toiminnan, varhaiskasvatusympäristön kuin kasvattajayhteisönkin alueiden ulottuvuuksia. (GC Finland 2015.)

Esimerkkinä näistä hyvistä tekijöistä mainittakoon päiväkodista löytyvä kasvattajien luontomieli, joka pitää sisällään rakkauden, läsnäolon, lapsenmielisyyden, luovuuden ja joustavuuden. Lisäksi päiväkodissa toteutuvat hyvän luontokokemuksen edellytykset eli turvallisuus, hyväksyntä, kokemuksellisuus ja jatkuvuus sekä löytyvät GC-toiminnan peruselementit luonto, toiminta ja yhteisö. Lisäksi luontotoiminta toteutuu luonnollisena osana muuta toimintaa, jolloin lapsikin voi kokea sen olevan osa elämää, eikä vain yksittäinen projekti. (GC Finland 2015; Salonen 2010.)

6 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Opinnäytetyön tavoitteena oli vahvistaa Tikanpellon päiväkodin luontotoimintaa ja vahvistaa Green Care -ajatusta osaksi luontotoimintaa. Tähän pyrittiin lisäämällä tietoisuutta siitä, mitä, miksi ja miten tehdään sekä tekemällä näkyvämmäksi luontotoiminnan käytännön toteutusta ja hyviä käytänteitä. Tarkoituksena oli tuoda Green Care -ajatus lähemmäksi henkilökuntaa ja selkiyttää, mitä se tarkoittaa käytännön työssä ja kasvattajayhteisön toiminnassa. Pyrkimys oli syventää jo olemassa olevia käytänteitä ja vahvistaa hyvää luontotoimintaa niin, että se jatkuisi tulevaisuudessakin. Käytännössä tämä tarkoittaa luontotoiminnalle askelen ottamista tietoisempaan, tavoitteellisempaan ja kestävämpään suuntaan. Tavoitteena oli saada aiheeseen uudenlaista näkökulmaa kohdistamalla katsetta siihen, mikä luontotoiminnassa on olennaisinta.

Opinnäytetyö pyrkii osaltaan vastaamaan lasten ja perheiden kasvavaan pahoinvointiin. Mielestäni kaikki puhe ja tekeminen asiaan liittyen on väline hyvinvoinnin lisäämiseen ja Green Care -toiminnalla itsellään voidaan lisätä hyvinvointia. Opinnäytetyö pyrkii nostamaan esiin tärkeitä kasvatukseen ja lapsen kohtaamiseen liittyviä asioita, joista voi halutessaan poimia aiheita myös yhteistyöhön vanhempien kanssa. Lisäksi tuotoksena syntyvän oppaan oli tarkoitus olla sellainen, että Tikanpelto voisi sen avulla esitellä tapaansa toteuttaa luontotoimintaa, minkä puolestaan voisin ajatella lisäävän keskinäistä ymmärrystä vanhempien ja kasvatushenkilöstön välillä. Opinnäytetyö voi antaa muillekin päiväkodeille ajatuksia ja mallia siitä, kuinka luontotoimintaa voidaan vahvistaa.

7 OPINNÄYTETYÖN PROSESSI

Opinnäytetyön prosessi käynnistyi aiheen valinnalla. Alusta asti oli selvää, että työni liittyisi luontoon, koska se oli aina ollut niin henkilökohtainen kuin ammatillinenkin kiinnostukseni kohde. Minulla oli jo useammalta vuodelta kokemusta luonnon hyvinvointivaikutuksista sekä sen laajoista mahdollisuuksista työkaluna ja vuorovaikutuksen välineenä erilaisissa asiakasryhmissä. Ajattelin, että olisi hyvä, jos luontotoimintaa olisi enemmän myös varhaiskasvatuksessa. Etsin opinnäytetyön aihetta, joka olisi sekä oman ammattitaitoni kehittämiseen liittyvä kehittämistyö että työ, jossa minulla olisi mahdollisuus testata LTO-kelpoisuutta ajatellen soveltavaa varhaiskasvatuksen osaamistani varhaiskasvatuksen kehittämisessä.

Minua oli myös jo pitkään puhututtanut tieto lasten ja perheiden yhä kasvavasta pahoinvoinnista ja varhaiskasvatuksen kentän arjen työn haasteista. Tuntui, että kaiken muutoksen keskellä varhaiskasvatuksessa voisi olla tarvetta vahvistaa ymmärrystä perustehtävästä. Samaan aikaan olin tarkemmin tutustunut Green Care -toimintatapaan ja löytänyt siitä paljon sellaista hyvää, josta voitaisiin ammentaa varhaiskasvatukseen. Käsitteenä Green Care tuntui siksikin sopivalta, koska sen alle mahtuu menetelmällisesti kaikki päiväkodeissa mahdollinen luontoon liittyvä toiminta aina kestävästä kehityksestä sekä ympäristö- ja seikkailukasvatuksesta sosiaaliseen puutarhatoimintaan asti. (GC Finland 2015.)

Aiheen valintaa vahvisti työharjoitteluni Tikanpellon päiväkodissa Mikkelissä, jossa näin hyvää käytännön kestävän kehityksen maanläheistä toteuttamista niin toiminnan kuin asenteidenkin tasolla. Kestävä kehitys nivoutui luonnolliseksi osaksi muuta toimintaa, jolloin lapsikin sai kokea sen olevan osa muuta elämää ja tapa toimia. Harjoittelussani sain toteuttaa monipuolisesti luontotoimintaa sekä samalla havainnoida luontotoiminnan soveltuvuutta päiväkotiin, päiväkodin käytänteitä ja kasvattajayhteisön toimintaa luontotoimintaan liittyen.

Vertasin harjoitteluni kokemuksia menneiden vuosieni kokemukseen ja havaitsin, että tietyt seikat estävät luontotoiminnan toteuttamista ja tietyt seikat mahdollistavat sen. Minulle tuli tunne, että olisi tärkeää tehdä näkyväksi Tikanpellon päiväkodin hyvät asiat, jotta heidän luontotoimintansa voisi vahvistua edelleen ja muutkin voisivat oppia siitä. Esitin ajatukseni harjoitteluani ohjanneelle lastentarhanopettajalle ja keskustelimme aiheesta. Ilokseni ajatuksen eteenpäin vieminen hyväksyttiin ja prosessi pääsi kunnolla käyntiin.

Opinnäytetyön prosessi eteni 2014 helmikuussa ideaseminaarista huhtikuiseen suunnitelmaseminaariin, jonka jälkeen lähetin opinnäytetyön suunnitelman työelämäohjaajalleni luettavaksi. Suunnitelmassa esiteltiin mm. opinnäytetyön tavoitteita ja ajatuksia opinnäytetyön toteuttamisesta. Suunnitelma hyväksyttiin, Tikanpellon päiväkotilupautui työelämäkumppanikseni ja allekirjoitimme sopimuksen työelämäohjaajanani toimivan lastentarhanopettajan kanssa opinnäytetyön tekemisestä.

Sopimukseen opinnäytetyön aiheeksi kirjattiin ”Luontohoivan vahvistaminen osaksi varhaiskasvatusta ja vuosikello Luontohoivan toteuttamisessa”. Tutkimus- ja kehittämistavoitteiksi kirjattiin ”Tehdä Tikanpellon päiväkodissa Luontohoivan käytännön toteutusta näkyväksi. Tehdä toiminnasta tietoisempaa, tavoitteellisempaa ja varmistaa jatkuvuus.” Samassa yhteydessä myös mietimme ja arvioimme yhdessä, miten suunnitelma vastasi päiväkodin tarpeisiin ja miten opinnäytetyö tulisi toteuttaa.

Seuraavaksi hain lupaa organisaation johtajalta ja sain sen. Lupahakemukseni (LIITE 1.) mukaisesti johtaja oli kirjannut päätöspöytäkirjaan opinnäytetyön aiheeksi ”Aiheena on vahvistaa Green Care - eli Luontohoiva -menetelmien asemaa osana varhaiskasvatusta ja, miten Luontohoiva näkyy käytännössä”. Opinnäytetyön aiheen ja tavoitteiden nimeämisen osalta opin, että sanoilla on merkitystä ja, että on syytä miettiä tark-

kaan mitä oikeasti aikoo tehdä, rajata tekemisensä ja sanoittaa se myös tarkasti. Se selkiyttää opinnäytetyön tekemistä ja edistää sitä, että kaikki osa-puolet ovat asiassa kartalla ja saavat mieleisensä lopputuloksen.

Opinnäytetyön prosessi jatkui aineiston keruulla edeten opinnäytetyön tuotoksen suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin. Opinnäytetyöprosessin tuloksena syntyi aiheen tietoperustan sisältävä raportti sekä tuotoksena opas päiväkodin luontotoiminnan vahvistamiseen. Oppaan nimeksi vakiintui ”Green Care varhaiskasvatuksessa - Opas luontotoiminnan vahvistamiseen päiväkodissa.

Läpi koko opinnäytetyön prosessin sain ja hain ohjausta ja mielipiteitä työelämäohjaajaltani, ohjaavalta opettajaltani, opponenteilteni ja muilta opiskelijoilta, jotka selkeyttivät toteuttamista ja auttoivat minua huomaamaan esim. rajauksen tarpeita ja aukkoja, jotta tavoitteet ja tekeminen ei hämärtyisi. Prosessin alkuvaiheessa arvioin, että työ kaikinensa valmistuisi viimeistään vuoden päästä ideaseminaarista eli 12.2.2015, mutta kaksi kuukautta sain arvioon lisätä, ennen kuin työ oli kaikinensa valmis.

8 OPINNÄYTETYÖN TUOTOS

Opinnäytetyön tavoitteena oli vahvistaa Tikanpellon päiväkodin luontotoimintaa ja vahvistaa Green Care -ajatusta osaksi luontotoimintaa. Näitä tavoiteltiin pyrkimällä vaikuttamaan toiminnan tavoitteellisuuteen ja tietoisuuteen sekä tekemällä luontotoiminnan hyviä käytänteitä ja käytännön toteutusta näkyvämmäksi. Näiden samojen tavoitteiden tuli näkyä myös tuotoksessa, joka oli opas luontotoiminnan vahvistamiseen päiväkodissa.

Näkymä opinnäytetyön prosessiin kuvaa myös opinnäytetyön tuotoksen prosessia. Opinnäytetyön raportti piirtää laajaa kuvaa opinnäytetyön tuotoksesta ja ohjaa lukijaa teoreettisen viitekehyksen ja aiheen kannalta merkityksellisten kysymysten pohjalta valikoituneen sisällön avulla ymmärtämään tuotoksen tulevaa sisältöä. Opinnäytetyössä käytetyt menetelmät sekä tavoitteiden ja tarkoituksen esittäminen ovat välineitä, jotka askeleittain vievät kohti opinnäytetyön tuotosta eli opasta, johon kaikki oleellinen tiivistyy.

8.1 Oppaan aineisto

Oppaan aineistokeruumenetelmissä oli erotettavissa laadullisia piirteitä. Oppaan aineiston haku oli kokonaisvaltaista tiedonhankintaa ja suuri osa aineistoa koottiin todellisissa, luonnollisissa tilanteissa. Suosin myös ihmistä tiedon keruun lähteenä sekä luotin enemmän omiin havaintoihini ja käymiini keskusteluihin kuin mittaamiseen. Aineistonkeruuni lähti tavoitteesta ymmärtää kokonaisvaltaisesti aihetta sekä kuvata aihetta syvällisesti ja hyvin niin, että se olisi lukijan ymmärrettävissä. Pysin keräämään sen verran aineistoa kuin aiheen kannalta tietoa tarvittiin ja niin kauan, että samoja asioita alkaisi kertaantua. Arvioin aineiston olleen riittävä, jotta siitä voitiin saada selville se, mikä oli aiheen kannalta merkittävää. (Hirsjärvi 1997, 155, 170-171.)

Pohja-aineistona minulla oli oma ammattitaito ja työkokemukset varhaiskasvatuksesta sekä kokemus- ja havaintotieto luontotoiminnan toteuttamisesta eri aloilla ja erilaisten ihmisten kanssa. Niiden pohjalta ymmärsin varhaiskasvatuksen sekä lasten ja perheiden tämän päivän haasteet ja osasin erottaa toimivia sekä ei-toimivia käytänteitä ja asioita niin luontotoiminnassa kuin varhaiskasvatuksen arjen työssäkin.

Jo ennen sosionomi-opintojani olin ehtinyt tallentaa niin kirjallista kuin kokemuksellistakin aiheeseen liittyvää tietoa esim. valokuvia sekä kirjallisia suunnitelmia, kuvia ja arviointeja toteuttamastani luontotoiminnasta, joita saatoin myös opinnäytetyössä käyttää. Ideaseminaarista alkaen keräsin aiheeseen liittyvää teoretietoa esim. tutkimuksia, joihin perehdyin syvällisesti. Etsin tietoa asiasanoilla hakien löytäen niin sähköistä kuin kirjallistakin lähdeaineistoa. Tiedonkeruuta ohjasi asiasanojen lisäksi myös opinnäytetyöpäiväkirjani, johon olin kirjannut esim. havaintoja, kysymyksiä ja asioita, joihin tuli löytää vastauksia.

Työharjoittelussani Tikanpellon päiväkodissa perehdyin luontotoiminnan lähtötilanteeseen eri näkökulmista. Työharjoittelussa aikaa oli riittävästi esim. rutiinien ja käytänteiden hahmottamiseen. Yleisesti päiväkotiympäristönä oli minulle entuudestaan tuttu, joten merkittävät asiat erottuivat sangen nopeasti. Pääosin käytin tiedonkeruumenetelmänä havainnointia, mikä tapahtui luonnollisesti, koska harjoittelijan tehtäviin kuuluu havainnointi ja havainnoista oppiminen. Sain koko harjoitteluajan toteuttaa monipuolista luontotoimintaan tai olla siinä mukana ja näin sain havaintoja siitä, mitkä tekijät edistävät luontotoiminnan toteuttamista niin organisaation, kasvat-

tajayhteisön kuin ympäristönkin näkökulmasta. Nämä havainnot olivat tärkeitä, koska pyrin tuomaan luontotoimintaa vahvistavia tekijöitä esiin raportin teoriaosuudessa ja siihen pohjautuvassa tuotoksessa.

Lisäksi selvitin Tikanpellon päiväkodin toteutettua luontotoimintaa, luontotoiminnan toteuttamisen käytänteitä, kasvattajien ajatuksia ja asenteita luontotoiminnasta, luontotoimintaa ohjaavia asiakirjoja ja luontotoiminnan kehittämistä. Kaikkeen tähän käytin tiedonkeruun muotona vapaamuotoista keskustelua henkilökunnan kanssa Edellä mainittuja asioita tarkensin vielä työelämäohjaajani kanssa opinnäytetyöhön liittyvässä alkukeskustelussa ja keskustelussa, jossa käytiin läpi opinnäytetyön suunnitelmaa. Esimerkkeinä aineistosta mainittakoon päiväkodin varhaiskasvatussuunnitelma, joka kertoi paljon toteutetusta luontotoiminnasta ja Salla Kopsen (2013) Tikanpellolle tekemä opinnäytetyö, joka kertoi luontotoiminnan kehittämisestä. Salla Kopselta sain myös hyviä ajatuksia ja vinkkejä opinnäytetyön tuotoksen toteuttamiseen, kun kävimme keskustelua sähköpostitse.

8.2 Oppaan suunnittelu

Suunnittelun aloitin opinnäytetyön suunnitelmasta, jossa olin aikaisemmin esitellyt työelämäohjaajalleni oppaan toteutusta. Siinä olin kertonut, että tarkoituksena oli valmistaa selkeästi ja visuaalisesti toteutettu kirjanen, josta pienellä katselulla tulee ilmi, mitä Green Care Tikanpellon päiväkodissa on. Kerroin vielä, että oppaassa esiteltäisiin vuosikellon tapaan jo vakiintunut toiminta, vastattaisiin siihen, miten GC-toiminta vaikuttaa lapsen hyvinvointiin, kerrottaisiin, mistä päiväkodin ”luontomieli” muodostuu ja esiteltäisiin joitakin harjoitteita ja tuokiokuvia pienenä maistiaisena päiväkodin luontotoiminnasta.

Opasta laatiessani minun tuli palata vielä siihen, mitä luontotoiminnan vahvistamiseksi oli Tikanpellolle jo tehty. Salla Koponen (2013) oli valmistanut hienon materiaali-paketin käytännön tuokioiden toteuttamista varten, joten rajasin sen pois omasta opinnäytetyöstäni. Päiväkodin vasussa tuotiin mielestäni hyvin esiin luontotoiminnan käytännön toteutusta esim. marjaretket, tikkupullan paisto nuotiolla tai vaikka vesiteeman toteuttaminen retkinä rannalle, kivien keräämisellä tai sädemäärän mittaamisena. Luontotoiminnan toteuttaminen oli monipuolista eikä sen luetteloinnille ollut mielestäni tarvetta enkä nähnyt sen vievän luontotoiminnan vahvistamista eteenpäin.

Päätin keskittyä kuvaamaan luontotoiminnan ydintä ja perusteita eli siihen, miksi tehdään, mitä tehdään ja miten tehdään.

Tätä ydintä ja perusteita kuvattiin myös opinnäytetyön suunnitelmassa. Se on esim. kuvausta siitä, millaista luontotoiminta on, kun se on GC-toimintaa, mikä merkitys luontotoiminnalla on lapselle ja, miten luontotoimintaa voidaan toteuttaa päiväkodissa. Ydintä on myös ajatus siitä, että GC-toiminnan toteuttamisen päiväkodissa nähtäisiin olevan yksinkertaisia asioita ja kohtaamista osana elämää ja kasvatusta; sellaisia elämän perusasioita, jotka yksinkertaisuudessaan voivat jäädä jopa ajattelematta.

Ydintä ja perusteita on myös tuoda näkyviin, kuinka varhaiskasvatusympäristön ilmapiiiri, arvot ja asenteet ovat edellytys Green Caren eli tavoitteellisen luontotoiminnan toteuttamiselle. Oppaan tuli esittää, kuinka Green Caren ja varhaiskasvatuksen tavoitteet voivat kulkea rinnakkain ja, että niissä on paljon samaa. Vasuyhteys oli tärkeä tuoda esiin siksi, että näin Green Care voi nivoutua perustelluksi osaksi varhaiskasvatuksen kokonaisuutta.

Ennen oppaan valmistamisen aloittamista pysähdyin vielä kerran kysymään: Kenen käyttöön opas tulee? Miten huomioin sen toteutuksessa? Miten opas toteutetaan niin, ettei se jää pelkän ilmiön kuvailun tasolle, vaan sitä voitaisiin hyödyntää käytännön työelämässä? Miten opas toteutetaan niin, että tulokset olisivat arvokkaita niin tiedon kuin toiminnankin tasolla?

Opashan oli tarkoitettu varhaiskasvatuksessa ja päiväkodissa työskenteleville henkilöille. Ne, jotka lukisivat opasta, olisivat alan ammattilaisia, joten sisällöllisesti saatoin jättää esim. varhaiskasvatuksen perusteiden kuvaamisen ja keskittyä esittämään asioita, kuin esittäisin ne työkaverilta työkaverille. Samalla mietin, että arjen työ päiväkodissa on usein kiireistä ja kasvattajilla kädet täynnä työtä ja velvollisuuksia. Oppaan tuli olla tiivis paketti, sellainen, jonka ehtisi lukea pienessä ajassa töiden välissä, ilman, että se olisi lisäkuormitus.

Päiväkodissa työskentelee koulutustaustoiltaan monenlaisia ihmisiä ja jokainen ihminen yleisestikin sisäistää asioita omalla laillaan. Yksi oppii visuaalisesti, toinen tarvitsee yksityiskohtaista tieteellisesti perusteltua tietoa ja kolmas haluaa tietää vain sen

oleellisen, jotta saa käsityksen asiasta. Pyrin rakentamaan oppaan niin, että se palvelisi monenlaista lukijaa.

8.3 Oppaan sisällön valinta

Koko opinnäytetyössä niin raportin teoriaosuuden kuin tuotoksena syntyneen oppaan-kin osalta tiedonkeruu- ja analyysivaihe kytkeytyivät tiiviisti toisiinsa ja prosessia leimasi jatkuva analysointi ja reflektointi niin tiedon tarpeellisuuden kuin laadunkin osalta. Analysointi oli tärkeää, koska halusin sisällöllisten valintojen olevan perusteltuja. Käytin analysointia jo alkuvaiheessa valitessani viitekehyksen käsitteitä avaavaa materiaalia. Tiedon analysointia tapahtui moneen suuntaan. Välillä kuljin taaksepäin, tarkastelin käsissä olevaa ja hahmottelin tulevaa. Tiedon analysointia tapahtui myös monessa koossa; kokonaisuutena, osissa ja osien suhteessa kokonaisuuteen. Tiedon analysoinnissa ja asioiden muistamisessa minua auttoi opinnäytetyöpäiväkirja, johon koko prosessin ajan olin kirjannut muistiin havaintoja, oivalluksia, ajatuksia ja suuntaa työlleni. (Kananen 2010, 50.)

Oppaan varsinaisen sisällön valitsemiseen käytin paljon aikaa ja pohdintaa. Täytyi täsmentää ja päättää, mitkä olivat ne tärkeimmät asiat oppaassa esitettäväksi. Aiemmin olin päätenyt keskittymään luontotoiminnan ytimen ja perusteiden kuvaamiseen sekä kiinnittämään huomiota perustehtävään eli kysymyksiin, mitä tehdään, miksi tehdään ja miten tehdään. Tähän ajatukseen perustuen hain aineiston tarkasteluun suuntaa Varhaiskasvatussuunnitelman perusteista (2005) ja sen mukaisesti pyrin sisällyttämään mukaan toiminnan lähtökohdat, ympäristön, kasvattajan sekä toimintojen kokonaisuuden.

Jatkoin hahmottelemalla luontotoiminnan päälinjoja piirtämällä konkreettisia kuvia erilaisten vuosikellojen muotoon. Vuosikellon muotoon piirretty ”luontotoiminnan vuosikakkara” lähtikin voimakkaasti jäsentämään tekemistäni. Siinä päiväkodin luontotoiminnan päälinjat kuvattiin päiväkkaran terälehtinä; kevät, kesä, syksy, talvi, hoito, kasvatus ja opetus, kasvatuskumppanuus, orientaatioiden kokonaisuus sekä yhteisöllinen ja ylisukupolvinen toiminta. Kakkaran kasvualustana kuvassa olivat varhaiskasvatussuunnitelmat, vihreänä ruohikkona Green Care ja aurinkona taivaalla kasvattajan luontomieli. Valikoidakseni edellä kerrotun pohjalta sisältöjä oppaaseen, minun tuli analysoida tarkemmin aineistoa.

Opinnäytetyössäni oli tarve erilaisten sisällöllisten luokittelujen avulla pyrkiä analysoimaan aiheeseen liittyviä sisältöjä, rakenteita ja merkityksiä, joiden perusteella valikoida oleelliset asiat esitettäväksi opinnäytetyön tuotoksessa. Pyrin kattavaan kuvaukseen aineistoon liittyvistä sisällöistä. Sisältöjen valinnassa ja määrittelyssä lähtökohتانani olivat kysymykset siitä, mitä, miksi ja miten tehdään ja sisällöt, joita olivat toiminnan lähtökohdat, toimintojen kokonaisuus, kasvattajan toiminta ja ympäristö. Vastauksia eli luontotoiminnan vahvistamiseen vaikuttavia tekijöitä etsin teoreettisesta viitekehystä ja muusta oppaan aineistosta.

Seuraavin esimerkein selvitän, miten tarkemmilla kysymyksillä etsin oppaan sisältöä. *Kysymys*: Miksi tehdään eli miksi toteuttaa luontotoimintaa ja miksi vahvistaa sitä? *Vastaus*: Luontotoiminnan hyvinvointivaikutukset ovat suojaavia tekijöitä lapsen elämässä. *Oppaan sisältö*: Kuvataan hyvinvointivaikutuksia ja suojaavia tekijöitä, etsitään näiden oleellinen sisältö. *Kysymys*: Mitä laadukas luontotoiminta tarkoittaa kasvattajan toiminnassa? *Vastaus*: Erilaisia ominaisuuksia, joita voidaan kutsua kasvattajan luontomieleksi. *Oppaan sisältö*: Kuvataan, mitä kasvattajan luontomieli on. Rakkaus, läsnäolo, ilo, lapsenmielisyys, luovuus ja joustavuus; avataan, mitä nämä tarkoittavat käytännössä. Näin kysellen etenin ja välillä palasin tarkistamaan, mihin kysymyksiin oltiin hakemassa vastauksia.

Tällaista analyysitapaa voidaan sanoa myös teemoitteluksi. Siinä laadullinen aineisto pilkotaan ja ryhmitellään eri aihepiirien eli tässä tapauksessa oppaan sisältöä koskevien kysymysten mukaan. Pyrin teemoittelulla perustelemaan tulkintaani eli valintojani oppaaseen ja tekemään siitä sellaisen, että ns. punainen lanka kulkisi tekstin läpi. Tarkoitukseni oli myös etsiä oleellista tietoa ja saada vastauksia esitettyihin kysymyksiin. Lisäksi teemoittelulla pyrittiin esim. luonnon hyvinvointivaikutuksia kuvaillessa antamaan esimerkkejä aineistosta. Teemoittelussa korostui teeman sisältö eli mitä siitä on sanottu tai mitä siihen sisältyy esim. varhaiskasvatuksen tavoitteet/GC:n tavoitteet. Alustavaa luokittelua oli keskeisten käsitteiden löytäminen, jonka jälkeen etsin aineistosta varsinaisia teemoja nimittäjinä aiheita avaavat kysymykset esim., mitkä tekijät edistävät luontotoiminnan vahvistumista = tietoperusta, varhaiskasvatusympäristö, kasvattajan luontomieli jne. Samaa teemoittelua jatkoin valitsemalla pienemmät nimittäjät otsikoiksi ja etsimällä niihin sisällön. Pyrin näin tulkitsemaan aineistoa eli saa-

maan selville, mitä aineistosta nousee esiin ja, mitä aineisto haluaa viestiä. Samalla selkiytyi oppaan rakenne ja jäsentely. (Kananen 2010, 63-63, KAMK 2015.)

Pyrin välittämään ilmiöstä syvällistä käsitystä kokonaisvaltaisella sanallisella kuvauksella ja kuvaamaan ilmiötä hyvin eli niin, että se olisi lukijan ymmärrettävissä. Pyrin valitsemaan oppaan sisältöä niin, että luontotoimintaa ja sen tekijöiden välisiä suhteita pyritään ymmärtämään ja osoittamaan tekijöiden välisiä yhteyksiä ja vaikutuksia esim. esittämällä varhaiskasvatuksen ja GC:n yhteyksiä, GC:n vaikutuksia luontotoiminnan vahvistumiseen, kasvattajayhteisön toiminnan vaikutuksia luontotoiminnan toteutumiseen tai luontotoiminnan vaikutuksia lasten hyvinvointiin. (Kananen 2010, 41-43, 71-73, Vilka 2003, 63.)

8.4 Valmiin oppaan kuvaus

Opinnäytetyön tuotoksen eli oppaan nimeksi valikoitui Green Care varhaiskasvatuksessa - Opas luontotoiminnan vahvistamiseen päiväkodissa. Oppaan luonne ei ole tarkoitus kädestä pitäen ohjata luontotoiminnan toteuttamiseen, vaan se opastaa luontotoiminnan tiellä tarjoten ne pääteiden tienviitat. Näin se ei myöskään nosta yhtä luontotoiminnan toteuttamisen menetelmää ylitse muiden, vaan jättää sen valittavaksi. Lukija voi päälinjat tietäessään valita toteuttamisen polun, joka itsestään tuntuu luontaisimmalta. Opas on toteutettu Word-ohjelmalla ja päiväkodin toiveen mukaisesti se on sähköisessä muodossa oleva kirjanen, jonka voi tarvittaessa tulostaa konkreettiseksi tuotteeksi.

Ensimmäiseksi opas vastaa kysymykseen mitä, eli opas selvittää luontotoiminnan lähtökohdat niin varhaiskasvatuksen kuin Green Carenkin näkökulmista. Samalla perustellaan, miksi luontotoiminta itsessään ei riitä vaan GC on mukana. Sitten opas vastaa kysymykseen, miksi luontotoimintaa kannattaa toteuttaa selvittäen luontotoiminnan hyvinvointivaikutuksia lapseen eli avataan suojaavia tekijöitä, joita luontotoiminnan avulla voidaan lapsen elämään lisätä. Seuraavaksi esitetään varhaiskasvatuksen ja GC:n yhteys ja yhteiset tavoitteet eli osoitetaan niiden yhdessä tuottavan entistä vahvempaa luontotoimintaa. Tämän jälkeen oppaassa kerrotaan, mistä päiväkodin ”luontomieli” muodostuu eli, mikä merkitys on kasvattajayhteisön toimintatavoilla, asenteilla ja arvoilla sekä varhaiskasvatusympäristöllä. Lopuksi kirjassessa esitellään joitakin harjoitteita tai tuokiokuvia, jotka avaavat luontotoimintaa esim. tavoitteiden ja

tarkoituksen näkökulmasta. Ne myös antavat pienen maistiaisen ja näkökulman siitä, mitä luontotoiminta päiväkodissa voisi olla ja kuljettavat lukijaa tunteiden ja ajatusten tasolla kohti luontotoiminnan maailmaa.

Oppaan tieteelliset perusteet ja syventävä osuus löytyvät raportista. Sen voi lukea, jos haluaa tarkempaa tietoa aiheesta. Raportti ja opas ovat toisiaan täydentäviä, vaikka toimivat yksinäänkin. Oppaassa pääasiat on esitetty ”pähkinänkuoressa” ja raportti syventää aihetta.

Varsinaisen oppaan aloittaa johdanto, joka kertoo oppaan tarkoituksen ja esittelee lyhyesti sisällön. Sisällysluettelo kertoo tarkemman sisällön (LIITE 2.). Oppaan sisältöä jäsennetään vielä alussa päiväkkaran muotoisella vuosikellolla, joka on nimetty luontotoiminnan vuosikakkaraksi luontotoimintaan viitaten. Vuosikello soveltui tarkoitukseen hyvin, koska sitä voi hyödyntää lähes minkä tahansa toiminnan tai sen osan suunnittelun tukena. Siitä voi nähdä koko vuoden tarvittavat aineistot yhdellä silmäyksellä. Vuosikellon avulla on helpompi hahmottaa ja suunnitella selkeitä kokonaisuuksia eikä se vaadi erityisresursseja. Myös päiväkodin kanssa tehtyyn sopimukseen opinnäytetyön tekemisestä oli kirjattu, että käyttäisin vuosikelloa työssä. (Vuosi-
kello 2014.)

Luontotoiminnan vuosikakkarasta näkyy, kuinka GC voi olla osa kaikkea päiväkodin toimintaa. Vuosikakkarassa esitetään toiminnan päälinjat: hoito, kasvatus ja opetus, kasvatuskumppanuus, orientaatioiden kokonaisuus, yhteisöllinen ja ylisukupolvinen toiminta sekä vuodenaikojen mukainen toiminta sanoina kevät, kesä, syksy ja talvi. Kakkaran kasvualustana ovat VASUT; valtakunnan, kaupungin, päiväkodin ja lapsen. Vihreänä ruohikkona on kuvattu Green Care; luontotoiminnan hyvinvointivaikutukset, teoriaperusta, perusedellytykset ja peruselementit. Kakkaraa kasvattaa taivaalla aurinkona esitetty kasvattajan luontomieli, joka pitää sisällään asenteet, arvot ja työotteen.

Opas on rakennettu tieto-osuuksien suhteen niin, että jokainen asia on esitetty yhdellä aukeamalla (LIITE 3.). Vasemmalla puolella aukeamaa asia on pähkinänkuoressa ja oikealla puolella asiaa on avattu, mutta tiiviisti siinäkin. Pyrkimyksenä oli, että pelkkä pähkinänkuoren lukeminenkin antaa käsityksen asian tärkeimmistä seikoista. Oppaan harjoitteita, ideoita ja tuokiokuvia kuvaavassa osuudessa jokainen asia esitetään myös yhdellä aukeamalla tai yhdellä sivulla aiheen laajuuden mukaan.

Tavoitteeni oli, että oppaan viesti välittyisi monella tasolla lukijalle. Edellä kuvattujen seikkojen lisäksi läpi oppaan kulkee vihreänä tekstinä kasvattajan ääni. Siinä minä kasvattajana puhun lapselle tai lapsesta. Erityisen merkityksellistä oppaan viestin välittymisessä on kuvitus. Jokainen kuva on tarkkaan harkittu. Kuvat selittävät tekstiä, jäsentävät tekstin sisältöä, herättävät lukijan tunteita ja ajatuksia sekä ohjaavat lukijaa pohtimaan, mihin kiinnittää luontotoiminnan toteuttamisessa huomionsa. Kuvien tarkoitus on välittää myös luontotoiminnan ydinajatusta sekä kauneutta, tunnelmia ja herkkyyttä, mitkä mielestäni ovat osa luontotoimintaa. Kuviin, joissa esiintyi lapsia, olin hakenut kirjallisen luvan vanhemmilta.

8.5 Oppaan arviointi

Oppaan käytännön toteuttamisen suhteen harkitsin ensin laativani itse sisällön ja antavani sen ulkopuoliselle taholle valmistettavaksi, koska ATK-taitoni ovat niin vähäiset. Päätin kuitenkin, että jos teen, teen kaiken itse, vaikkei lopputulos olisikaan niin hieno. Näin oppisin eniten ja kyllä opinkin. Pyysin tuttavaltani kolme tuntia peruskoulutusta asiaan. Opin käyttämään digi- kameraa, siirtämään kuvia sekä käsittelemään kuvia monella tapaa. Opin myös käyttämään jonkun verran Word-ohjelmaa, jolla oppaan valmistin. Oppaassa on puutteita, esim. sivunumeroita en saanut laitettua, mutta itse olen ylpeä tuotoksesta. Toteuttaminen toi mieleeni muinoisen avaruuden valloituksen: ”pieni askel ihmiskunnalle, mutta suuri askel minulle...” Tärkeintä oman ammattitaidon kehittymiselle oli, että pelkoni tietokoneita kohtaan häipyi, innostus ATK:n maailmaan ja mahdollisuuksiin heräsi ja ymmärsin, että nämäkin asiat ovat opeteltavissa.

Opasta arvioitiin päiväkodissa valmistamani strukturoidun arviointilomakkeen (LIITE 4.) avulla tarkoituksena saada osviittaa siitä, miten vielä täydentäisin opasta paremmin päiväkodin tarpeita vastaavaksi. Valitsin kysymykset tavoitteisiin peilaten. Lomakkeen kysymyksiin minun olisi pitänyt käyttää enemmän aikaa ja paneutua asiaan. Esim. kysymykset eivät olleet yksiselitteisiä eivätkä konkreettisia ja ne olisi pitänyt valita vielä tarkemmin vastaamaan oppaan tavoitteita.

Lomakkeessa oli neljä väittämää. Vastajaan tuli valita vaihtoehdoista, miten hyvin väittämä toteutuu. Vastausvaihtoehdot olivat 1 = erittäin huonosti, 2 = huonosti, 3 = tyydyttävästi, 4 = hyvin, 5 = erittäin hyvin ja 0 = en osaa sanoa. Lomakkeessa kysyt-

tiin myös miten vastaaja kehittäisi opasta ja mitä ideoita lukijalla on luontotoiminnan edelleen kehittämiseksi. Oppaaseen tutustui ja lomakkeeseen vastasi kuusi henkilöä päiväkodista.

Arviointilomakkeen väittämien vastaukset keskiarvoittain:

Opas auttaa kehittämään ja vahvistamaan luontotoimintaa päiväkodissa.	2,8
Opas tekee luontotoiminnan käytännön toteutusta näkyvämmäksi.	3,5
Opas antaa uutta näkökulmaa luontotoiminnan kehittämiseen.	2,3
Opas on selkeä ja ymmärrettävä.	3,8

Oppaan ei nähty kokonaisarvioinnissa auttavan kehittämään tai vahvistamaan luontotoimintaa edes tyydyttävästi. Tässä kohdin vastauksissa oli selvää hajontaa vastausten ollessa joko ”huonosti”, ”tyydyttävästi” tai ”hyvin”. Oppaan ei myöskään katsottu antavan uutta näkökulmaa luontotoiminnan kehittämiseen. Käytännön toteutusta opas teki melkein hyvin 3,5 näkyväksi ja oli selkeydessä ja ymmärrettävyydessä 3,8, kun 4 merkitsi hyvää. Palautteen perusteella tulkitsin, että päiväkotit olisi toivonut jotakin vielä konkreettisempaa tuotosta, jossa olisi jotakin aivan uutta. Voisin tulkita arvioita niinkin, että luontotoiminnan ytimen ymmärtäminen oli vastaajilla hienosti hallussa, kun ytimen kuvaus oppaassa ei tarjonnut uutta.

Luontotoiminnan edelleen kehittämiseksi ei tullut vastauksia. Kysymykseen ”miten kehittäisit opasta” vastattiin seuraavasti. ”Oppaasta puuttuu osio, josta löytyisi käytännön toimintatuokiot tai linkit nettisivuille, joista niitä voisi itse etsiä, sellaiset, joille luontotoiminta on vieraampaa, hyötyisivät siten oppaasta enemmän.” ”Opas on toimintakuvaus, jotakin uutta kaipaisin”. ”Sivunumerot, otsikoiden numeroinnit selkiyttäisi, olisi helpompi/nopeampi selata ja palata johonkin tiettyyn osioon.”

Työelämänohjaajan arvio oppaan käytettävyydestä oli seuraavanlainen. ”Opas voi toimia perehdytysvälineenä uusille työntekijöille. Meille ”vanhoille konkareille”, jotka olemme luontokasvatusta jo pidempään työssämme toteuttaneet, oppaan anti ei ole niin ilmeinen. Lähinnä opas ehkä muistuttaa siitä, miksi ja, mitä kaikkea voikaan tehdä - kaikkea ei aina arjen kiireessä muistakaan. Opashan kertoo aika paljon meidän päiväkodin käytänteistä, joten antaako se meille uutta - sitä mietin. Ehkä sen anti olisi

sitten enemmän sellaisille päiväkodeille, joissa tällainen toiminta ei ole niin tuttua. Onko sellaisia päiväkoteja, joissa ei luontotoimintaa olisi...?”

Työelämänohjaajan arvion perusteella tulkitseen, että oppaan käytettävyys uusien työntekijöiden perehdytysvälineenä on mahdollista. Oppaan tarkoitus oli tehdä jo olemassa olevia hyviä käytänteitä näkyväksi ja siinä opas näyttäisi arvion perusteella ja oman tulkintani mukaan aika hyvin onnistuneen. Luontotoiminnan taitajille oppaan anti tosin voi jäädä vähäiseksi ollen lähinnä asioiden kertaamista. Oppaan tarkoitus oli tehdä Tikanpellon hyvää luontotoimintaa näkyväksi niin, että muutkin päiväkodit voisivat siitä oppia. Tulkitseen työelämänohjaajan arviota niin, että tähän tarkoitukseen opas näyttäisi voivan vastata.

Arvioinnin jälkeen annoin oppaan jäädä sellaiseksi kuin se oli ollut ennen arviointia-kin, vaikka päiväkodin puolesta täydentämisen aiheita olisi ollut. Halusin pysyä edes jotenkin asettamissani rajoissa, koska näilläkin tuloksilla tunsin vain hipaisseeni laajaa aihetta. Jos vielä olisin laajentanut työtä, olisi sen laatu kärsinyt. Omissa voimissakin tuntui, että suorituksen tulisi riittää, vaikkei se ollutkaan täydellinen.

9 POHDINTA

Opinnäytetyön tavoitteena oli vahvistaa Tikanpellon päiväkodin luontotoimintaa ja vahvistaa Green Care -ajatusta osaksi luontotoimintaa. Tähän pyrittiin lisäämällä tietoisuutta siitä, mitä, miksi ja miten tehdään sekä tekemällä näkyvämmäksi luontotoiminnan käytännön toteutusta ja hyviä käytänteitä. Opinnäytetyön tuotoksena syntyneen oppaan sisältö oli rajattu perustehtävän kuvaamiseen varhaiskasvatuksen luontotoiminnassa.

Opinnäytetyön tuloksena voidaan pitää opinnäytetyön tuotosta eli opasta luontotoiminnan vahvistamiseen. Mielestäni oppaassa on päästy asetettuihin tavoitteisiin. Oppaaseen tiivistyy ydin ja oleellinen, kun sitä tarkastellaan tavoitteiden näkökulmasta. Se, vahvistaako opas päiväkodin luontotoimintaa jää nähtäväksi tulevaisuudessa. Mielestäni opas kuitenkin antaa avaimia luontotoiminnan vahvistamiseen sekä soveltuu hyvin orientoimaan ja opastamaan, kun päiväkodissa halutaan toteuttaa Green Care -toimintaa. Oppaasta voi löytää myös sopivia teemoja tai aiheita, kun päiväkodissa

halutaan keskustella varhaiskasvatuksen laadun kehittamisestä tai halutaan keskustella vanhempien kanssa päiväkodin luontotoiminnasta tai kasvatuksesta yleensä.

Pohdittaessa oppaan merkitystä työelämälle, sanoisin päiväkodin luontotoiminnan hyötyvän Green Care -ajatuksista, koska se tarjoaa selkeitä vastauksia siihen, mitä tehdään, miksi tehdään ja miten tehdään. Luontotoiminnassakin perustehtävän ymmärtäminen vahvistaa olemassa olevaa toimintaa. Oppaan tekemisprosessissa Green Care -toiminnan ja varhaiskasvatuksen väliltä löytyi yhteisiä tekijöitä ja yhteistä linjaa. Oli löydettävissä tekijöitä, jotka vaikuttavat luontotoiminnan toteuttamiseen ja laatuun päiväkodissa. Kun nämä tekijät tehdään näkyviksi, on luontotoimintaa helpompi suunnitella, toteuttaa ja arvioida ja näin vaikuttaa toiminnan laatuun.

Oppaan kehittämistä edelleen tai ajatellen palautteesta nousevia oppaan puutteita, voisi tarvetta olla jollekin vielä konkreettisemmalle tuotteelle. Esim. sellaiselle, jossa jo vakiintuneita luontotoimintoja avattaisiin niin, että kuka tahansa voi kuvauksen perusteella lähteä konkreettisesti toteuttamaan toimintaa. Esim. marjaretki kuvattaisiin niin, että kuvaus pitää sisällään tavoitteet, toteutuksen, toiminnan sisällön, välineet jne. Jatkokehittämisen aiheita nousi myös Tikanpellon päiväkodin henkilökunnalta oppaan arvioinnin yhteydessä. Palautteesta nousevia ideoita oli esim. opas ATK:n käytöstä luontotoiminnassa tai pelkästään tuokioihin keskittynyt luontotoiminnan opas. Henkilökohtaisesti haluan kannustaa jatkokehittämiseen, joka kirkastaa ja tuo esiin jo olemassa olevaa hyvää ja toimivaa. Sitä varhaiskasvatuksessa on paljon kirjaamatta esim. hiljaisen tiedon muodossa.

Yleisemmät jatkokehittämisen ajatukseni lähtivät siitä havainnosta, että teoreettisen viitekehyksen sisällä olevat käsitteet ja asiat tuntuivat keskustelevalta hyvin luonnollisesti keskenään samasta asiasta piirtäen suurempaa yhteistä kuvaa. GC, varhaiskasvatus, varhaiskasvatuksen laatu, lasten hyvinvoinnin tila ja GC-toiminnan hyvinvointivaikutukset sopivat niin hyvin samaan keskusteluyhteyteen, että näkisin aiheesta olevan tarvetta tutkimukselle monestakin näkökulmasta. Esim. Kysymykset siitä, mihin sosiaalipalveluissa tulisi keskittyä tai kysymykset lasten kasvavasta pahoinvoinnista vaativat perustehtävien ymmärtämistä ja uudenlaista ajattelua. Kysymykseksi jääkin, voisivatko ratkaisut näihin löytyä niistä yksinkertaisista asioista, jota luontotoimintakin pohjimmiltaan on; kaikkia ihmisiä yhdistäviä asioista eli jokaisen tarpeesta tulla rakastetuksi, nähdyksi ja osalliseksi omaan elämäänsä ja yhteisöön.

Opinnäytetyön prosessia kokonaisuudessaan leimasi vaikeimman kautta tekeminen ja yrityksen ja erehdyksen kautta oppiminen, mikä oli työlästä, mutta samalla erityisen opettavaista. Ammatillisesti opin rajaamisen tärkeyttä, järjestelmällisyyttä ja työn suunnittelua. Koko prosessi oli kuin koulu, joka avasi ovia uudennlaiselle ajattelulle, sai menemään omille epävarmuusalueille ja kokeilemaan uutta. Vahvasti intuitioon nojaavana tekijänä harjoittelin myös eri menetelmien käyttöä. Vaikka menetelmällinen osaamiseni olikin vielä haparoivaa, opin silti paljon ja innostuin. Ymmärsin, että menetelmät ovat työkaluja asioiden käsittelyyn ja ymmärtämiseen ja, että haluan oppia niistä lisää.

Opinnäytetyön aihe oli minulle innostava, mikä sai minut toisinaan karkaamaan liian kauaksi asian ytimestä. Silti se, mitä työllä halusin välittää, säilyi kuitenkin mielessäni selvänä läpi prosessin. Lisäksi aihe tuntui liian laajalta, mikä saattoi vaikuttaa kokonaisuuden laatuun. Aivan kuin hipaisin kaikkea. Jos vielä joskus teen opinnäytetyön, keskityn mieluummin kirjoittamaan paljon pienestä kuin vähän paljosta. Ennen työn aloittamista minulla oli oletus, että toiminnallinen opinnäytetyö olisi helpompi tehdä, mutta työn edetessä tämä luulo karisi. Usein kaipasin selvempää etenemispolkua ja säännönmukaisuutta tekemiseeni.

Viitaten lastentarhanopettajakelpoisuuden rakentumiseen Mikkelin AMK:n sosionomi-koulutuksessa (MAMK 2015) opinnäytetyö antoi mahdollisuuden näyttää varhaiskasvatuksen osaamistani ja sitä, kuinka sovellan siihen erikoistumisaluettani luontoa. Opinnäytetyöllä saatoin ainakin pienesti vaikuttaa ja edistää lapsen oikeuksien toteutumista ja hyvää elämää yhteiskunnassa. Lisäksi sain mahdollisuuden arvioida ja kehittää varhaiskasvatuksen työkäytäntöjä ja menetelmiä sekä edistää kumppanuusperusteista kasvatusyhteistyötä työyhteisöissä, verkostoissa ja vanhempien kanssa. Lisäksi sain mahdollisuuden osoittaa, että osaan tunnistaa eettisiä ongelmia sekä soveltaa varhaiskasvatusta ohjaavia eettisiä periaatteita työssäni ja, että kykenen lapsi- ja perhepalveluiden muutostarpeiden tunnistamiseen.

Pohdittaessa opinnäytetyön eettisyyttä, voin sanoa, että olen pyrkinyt totuuteen esim. aitoja, tarkoituksenmukaisia lähteitä käyttämällä. Toisaalta subjektiivinen käsitykseni aiheesta on varmasti vaikuttanut siihen, miten ja, mitä olen nostanut esiin teoreettisen viitekehyksen sisällössä ja oppaassa. Minulla oli kuitenkin jonkinlainen esiymmärrys,

ennakkokäsitys tai ennakko-odotus aiheesta. Objektiivisuuteen olen kuitenkin pyrkinyt varmistamalla, että esiin nostetut seikat pyrkisivät olemaan vastauksia opinnäytetyön tavoitteita koskeviin kysymyksiin. Eettisyys toteutuu opinnäytetyössä monella tavalla esim. aiheen valinnassa ja siinä, että se nostaa keskusteluun oman työn arvioinnin merkityksen.

Opinnäytetyön yleisempää merkitystä pohdittaessa mieleeni nousevat kysymykset varhaiskasvatuksen lisäksi yleisesti sosiaalialan kehittamisestä ja siitä, mitä kehittämisellä ymmärretään ja millaista vaikuttavan kehittämisen tulisi olla. Oman kokemukseni mukaan työelämässä kehittämistä tapahtuu kehittämisen takia aiheuttaen jatkuvaa muutosta. Hyväksi havaittakin joutuu usein muuttumaan. Työntekijänä olen tuntenut tästä jatkuvasta liikkeestä uupumusta ja turhautumistakin, koska en ole välttämättä ehtinyt sisäistää entistäkään tietoa uuden jo tullessa käsiteltäväksi.

Varhaiskasvatuksen kehittämistä ja laatua on pohtinut myös professori Anna-Raija Nummenmaa (2004, 83–85). Nummenmaan mukaan laatu vaatii toimijoilta syvempää ymmärrystä varhaiskasvatuksen perustehtävästä. Syvempi ymmärrys on prosessi, jossa pyritään tiedostamaan mitä tehdään, miksi tehdään ja mitä päivähoiton arjessa tällä hetkellä tapahtuu. Prosessi jatkuu haluna arvioida omaa toimintaansa, jonka jälkeen toimijat pyrkivät löytämään yhteisymmärryksen siitä, mikä on arvokasta ja miten se saavutetaan. Näihin ajatuksiin mielestäni kytkeytyy opinnäytetyöni yleisempi merkityskin sekä omat ajatukseni varhaiskasvatuksen kehittamisestä ja laadusta.

LÄHTEET

Aula, Maria Kaisa. Lasten hyvinvointi- toteutuvatko puheet. Puheenvuoro. Terve kunta päivät. Helsinki. PDF-dokumentti. www.lapsiasia.fi/nyt/puheenvuorot/puheet. Ei päivitystietoja. Luettu 20.2.2013.

Arvonen, Sirpa 2014. Metsämieli. Luonnollinen menetelmä mielentaitoihin. Latvia: Jelgava Printing House.

Bardy, Marjatta ym. 2002. Mikä lapsiamme uhkaa? Suuntaviivoja 2000-luvun lapsipoliittiseen keskusteluun. STAKES Raportteja 263, 2001. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy.

Bird, William 2007. Natural thinking: Investigating the links between the natural environment, biodiversity and mental health. http://www.rspb.org.uk/Images/naturalthinking_tcm9-161856.pdf. PDF-dokumentti. Ei päivitystietoja. Luettu 17.2.2015.

Grassroot leadership survey 2012. PDF-asiakirja. <http://www.childrenandnature.org>. Ei päivitystietoja. Luettu. 2.4.2014.

Green Care Finland 2015. Mitä Green Care on. Toimialat. Menetelmät. Laatu. <http://www.gcf Finland.fi>. Ei päivitystietoja. Luettu 16.2.2015.

Green Care -toiminnan eettiset ohjeet 2012. Green Care Finland ry. PDF-dokumentti. <http://www.gcf Finland.fi/file/original/eettisetohjeet.pdf?fileId=18029>. Ei päivitystietoja. Luettu 12.2.2015.

Health benefits to children from contact with the outdoor and nature. Children & Nature network. PDF-dokumentti. <http://www.childrenandnature.org/downloads/CNNHealthBenefits2012.pdf>. Ei päivitystietoja. Luettu 2.4.2014.

ETENE 2010. ETENE-julkaisuja 29. Mielenterveys lasten ja nuorten elämässä. Helsinki: ETENE, STM. PDF-dokumentti. http://www.etene.fi/c/document_library/get_file?folderId=41970&name=DLFE-1207.pdf. Ei päivitystietoja. Luettu 9.3.2014.

Finlex. Ajantasainen lainsäädäntö. Päivähoitolaki. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1973/19730036?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=p%C3%A4iv%C3%A4hoito>. Luettu 20.2.2013.

Green Care Finland. Menetelmät. Toimialat. Laatu. Yhdistyksen eettiset ohjeet. Lasten ja nuorten ongelmiin pitäisi tarttua aiemmin. www-dokumentit ja PDF-dokumentit. www.gcf Finland.fi. Ei päivitystietoja. Luettu 25.1.2015.

Helenius, Aili, Korhonen, Riitta 2008. Pedagogiikan palikat. Johdatus varhaiskasvatukseen ja kehitykseen. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.

Helsingin kaupunki, Sosiaaliviraston lapsiperheiden palveluiden riskiolosuhtetyöryhmä 2007. Opaskirja. Lapsen hyvän kasvun ja kehityksen riskitekijöiden ja suoja-

- vien tekijöiden tunnistaminen. PDF-dokumentti. <http://www.hel.fi/>. Ei päivitystietoja. Luettu 22.2.2014.
- Hirsjärvi, Sirkka, Remes, Pirkko, Sajavaara, Paula 2004. Tutki ja kirjoita. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Hirvonen, Johanna 2014. Luontohoivan asiakasvaikutukset. Tutkimuksia ja raportteja 86. Tampere: Tammerprint Oy.
- Hirvonen, Johanna, Skyttä, Teija (toim.)2014. Luontolähtöiset hyvinvointipalvelut. Opas asiakastyöhön ja palveluiden kehittämiseen. Mikkelin ammattikorkeakoulu. Tampere: Tammerprint Oy.
- Hujala, Eeva, Turja, Leena (toim.)2011. Varhaiskasvatuksen käsikirja. Juva: Bookwell Oy.
- Jantunen, Timo, Ojanen, Eero 2011. Sydämen sivistys. kasvatuksen ytimessä. Porvoo: Bookwell.
- Kaivosoja, Matti 2010. Voiko lapsen mieltä lailla suojella? PDF-dokumentti. http://www.lskl.fi/files/428/Matti_Kaivosoja.pdf. Ei päivitystietoja. Luettu 8.2.2015.
- Kajaanin Ammattikorkeakoulu 2015. Opinnäytetyöpakki. Aineistolähtöinen tutkimus. Hermeneuttinen kehä. Teemoittelu. WWW-dokumentti. <http://193.167.122.14/Opari/ontTukiViitekehys.aspx#aineisto>. <http://193.167.122.14/Opari/ontTukiLaadullTeemoittelu.aspx>. Ei päivitystietoja. Luettu 3.3.2015.
- Kananen, Jorma 2010. Opinnäytetyön kirjoittamisen käytännön opas. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy - Juvenes Print.
- Kanninen, Katri, Sigfrids, Arja 2012. Tunne minut. Turva ja tunteet lapsen silmin. Juva: Bookwell Oy.
- Karvinen, Petteri ym. 1997. Luonnossa kotonaan. Pieksämäki: Kirjapaino Raamattutalo.
- Koivunen, Pirjo-Leena 2009. Hyvä päivähoito. Työkaluja sujuvaan arkeen. Juva: WS Bookwell Oy.
- Koponen, Salla 2013. Haastattelut. ”TIKUSSA ASIAA”. Ympäristökasvatuksellinen materiaalipaketti Tikanpellon päiväkodille. Mikkelin ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.
- Korpela, Kalevi 2007. Luontoympäristöt ja hyvinvointi. Psykologia 05, 364-376.
- Kuo F.E., Faber, Taylor 2004. A potential natural treatment for attention-deficit/hyperactivity disorder: Evidency for a national study. American Journal on Public Health 94, 1580-1586. PDF-dokumentti. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1448497/>. Ei päivitystietoja. Luettu 16.2.2015.

Kyttä, Marketta 2003. Children in outdoor contexts. Helsinki University of Technology. PDF-dokumentti. <http://lib.tkk.fi/Diss/2003/isbn9512268736/isbn9512268736.pdf>. Ei päivitystietoja. Luettu 17.2.2015.

Kyttä, Marketta 2013. Ihmisystävällinen ympäristö hoitaa myös mielenterveyttä. WWW-dokumentti. <https://veikkotarvainen.wordpress.com/2013/03/18/ihmisystavallinen-ymparisto-hoittaa-myos-mielen-terveytta/>. Ei päivitystietoja. Luettu 17.2.2015.

Luonto hyvinvoinnin lähteenä -suomalainen Green Care 2014. MTT. PDF-dokumentti. <https://portal.mtt.fi/portal/page/portal/mtt/hankkeet/greencare/voimaa/greencare.pdf>. Ei päivitystietoja. Luettu 19.1.2015.

MAMK 2015. OPS 2012. Lastentarhanopettajan kelpoisuuden rakentuminen mikkelin ammattikorkeakoulun sosionomi (AMK) -koulutuksessa. WWW-asiakirja. <https://moodle.xamk.fi/mod/resource/view.php?id=363690&redirect=1>. Ei päivitystietoja. Luettu 20.3.2015.

Marjanen, Päivi, Marttila, Marjaana, Varsa, Marjo 2013. Pienten piirissä. Yhteisöllisyyden merkitys lasten hyvinvoinnille. Juva: Bookwell Oy.

Mattila, Kati-Pupita 2011. Lapsen vahvistava kohtaaminen. Juva: Bookwell Oy. Mikkelin kaupungin ympäristöstrategia vuosille 2010-2014. Mikkeli - ympäristö vastuullisuuden edellä kävijä. Mikkelin kaupungin julkaisuja 2010. PDF-dokumentti. <http://www.mikkeli.fi/> Ei päivitystietoja. Luettu 10.1.2014.

MLL ym. Taivaan merkit. Pienten lasten ympäristökasvatus.

MTT, THL ja Lapin AMK 2014. Green Care -työkirja. PDF-dokumentti. <https://portal.mtt.fi/portal/page/portal/mtt/mtt/julkaisut/green-care-tyokirja-17.3.2014.pdf>. Ei päivitystietoja. Luettu 12.2.2015.

Mäkijärvi, Leena 2008. Aikuisen vastuu. Miten kasvatan tämän ajan lasta? Asikkala: Kirjatalo

Niikko, Anneli 2009. Varhaiskasvatuksessa lapsikeskeisyyden perusta on monitieteisessä ajattelussa. Kasvatus 1, 69-78.

Nummenmaa, Anna-Raija 2004. Varhaiskasvatuksen laatu ja sen kehittäminen - yhteistä työtä ja jaettuja merkityksiä. STM. Helsinki: Edita Prima Oy.

Pernaa, Minna 2013. Varhainen puuttuminen suojaa syrjäytymiseltä. WWW-dokumentti. <http://www.tesso.fi/artikkeli/varhainen-puuttuminen-suojaa-syrj-ytymiselt>. Ei päivitystietoja. Luettu 8.2.2015.

Piironen-Malmi, Ulla, Strömberg, Seija 2008. Välittämisen pedagogiikka. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Polvinen Kirsi ym. 2012. Luonnosta hyvinvointia lapsille ja nuorille. Kuvauksia luonnon hyvinvointivaikutuksista, palveluista ja malleista palveluiden kehittämiseen.

SITRA. Kansallinen hyvinvointiverkosto. PDF-dokumentti. <http://www.kehittamiskeskus.fi>. Ei päivitystietoja. Luettu 6.1.2014.

Reunamo, Jyrki 2014. Varhaiskasvatuksen kehittäminen. Kehitystehtäviä ja ratkaisumalleja. Juva: Bookwell Oy.

Risks and protective factors in early childhood. KidsMatter early Childhood. PDF-dokumentti. <https://www.kidsmatter.edu.au/families/about-mental-health/mental-health-basics/risk-and-protective-factors-early-childhood>. Ei päivitystietoja. Luettu 7.2.2015.

Salonen, Kirsi 2005. Mieli ja maisemat. Eko- ja ympäristöpsykologinen näkökulma. Helsinki: Edita.

Salonen, Kirsi 2010. Mielen luonto. Eko- ja ympäristöpsykologian näkökulma. Helsinki: Green Spot.

Soini, Katriina 2014. Luonnosta hoivaa ja voimaa. Miten arvioida Green Care -toiminnan vaikuttavuutta? PDF-dokumentti. <http://www.mtt.fi/mttkasvu/pdf/mttkasvu21.pdf>. Ei päivitystietoja. Luettu 11.2.2015.

Solantaus, Tytti 2010. Nuorten mielenterveyden edistäminen - erillisyydestä integraatioon, toiveista todellisuuteen. Duodecim. WWW-dokumentti. <http://www.duodecim.fi>. Ei päivitystietoja. Luettu 22.2.2014.

Stakes 2005. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy.

Tikanpellon päiväkodin varhaiskasvatussuunnitelma. Mikkelin kaupunki. PDF-asiakirja. http://www.mikkeli.fi/sites/mikkeli.fi/files/atoms/files/tikanpellon_vasu_0.pdf. Ei päivitystietoja. Luettu 25.2.2014.

Varhaiskasvatuksen laatu on osaamista ja vuorovaikutusta 2004. STM Helsinki: Edita Prima Oy.

Varhaiskasvatus vuoteen 2020, 2008. Varhaiskasvatuksen neuvottelukunnan loppuraportti. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2007:72. STM. PDF-dokumentti. http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=28707&name=DLFE-4044.pdf&title=Varhaiskasvatus_vuoteen_2020_Varhaiskasvatuksen_neuvottelukun. Ei päivitystietoja. Luettu 7.2.2015.

Vehmasto, Elina (toim.) 2014. Green Care -toimintatavan suuntaviivat Suomessa. PDF-dokumentti. <http://www.mtt.fi/mttkasvu/pdf/mttkasvu20.pdf>. Ei päivitystietoja. Luettu 12.2.2015.

Vihreää hyvinvointia 2013. Sitra. PDF-dokumentti. http://www.sitra.fi/julkaisut/Esitteet/2013/Vihreaa_hyvinvointia.pdf. Ei päivitystietoja. Luettu 18.2.2015.

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

Vuosikello 2014. SOSTE. Suomen sosiaali- ja terveys ry. WWW-dokumentti. <http://www.soste.fi>. Ei päivitystietoja. Luettu 6.1.2014.

Wahlström, Riitta 2006. Eheyttävä luonto. Saarijärvi: Saarijärven Offset Oy.

Yli-Viikari, Anja. Green Care Suomessa. PDF-dokumentti. <http://www.smts.fi/greencare/mtt.pdfn.MTT>. Ei päivitystietoja. Luettu 8.1.2015.

LIITE 1.
Yksisivuinen liite
Tutkimuslupa

Mikkelin kaupunki
Sivistystoimi

Päätöspöytäkirja

Sivu 1

Varhaiskasvatusjohtaja

28.04.2014


7 §

Nina Vilen

321 / 429 / 2014

Muut asiat

Tutkimusluvan myöntäminen Nina Vilenille

Asia	<p>Mikkelin ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelija Nina Vilen anoo tutkimuslupaa opinnäytetyötä varten. Opinnäytetyön aiheena on vahvistaa Green Care- eli Luontohoiva -menetelmien asemaa osana varhaiskasvatusta ja miten Luontohoiva näkyy käytännössä.</p> <p>Yhteistyökumppanina toimii Tikanpellon päiväkot. Tutkimuksen aineisto kerätään haastattelemalla ja jo olemassa olevasta aineistosta mm. päiväkodin vasusta ja toteutuneista toimintasuunnitelmista.</p>
Päätöksen peruste	<p>Mikkelin kaupungin sivistystoimen toimintasääntö 5.2.2.</p>
Päätös	<p>Myönnän Nina Vilenille tutkimusluvan asiakohdassa mainitun tutkielman tekemistä varten edellyttäen, että hän noudattaa ehdotonta salassapitovelvollisuutta kerättävässä aineistossa mahdollisesti esiin tulevien yksilöä ja perhettä koskevien seikkojen suhteen. Lisäksi edellytetään, että yksi kappale tutkielmasta luovutetaan varhaiskasvatusjohtajan käyttöön.</p>
Allekirjoitus	<p> Varhaiskasvatusjohtaja</p>
Tiedoksi	<p>Vilen, varhaiskasvatuspalvelut, Tikanpellon päiväkot</p>

Sisällysluettelo

JOHDANTO

LUONTOTOIMINNAN VUOSIKAKKARA

LUONTOTOIMINNAN HYVINVOINTIVAIKUTUKSIA

Luontotoiminnan hyvinvointivaikutukset tutkittua tietoa

Luontotoiminnan hyvinvointivaikutukset suojaavia tekijöitä lapsen elämässä

GREEN CARE

Perusedellytykset

Peruselementit

Luontolähtöiset menetelmät ja soveltaminen varhaiskasvatukseen

Teoriaperusta

GREEN CARE JA VARHAISKASVATUS - YHTEISET TAVOITTEET

KASVATTAJAN LUONTOMIELI LUONTOTOIMINNAN MENETELMÄNÄ

LUONTOTOIMINNAN TOTEUTTAMISEN PÄÄPERIAATTEET

Turvallisuus

Hyväksyntä

Kokemuksellisuus

Jatkuvuus

HARJOITTEITA, IDEOITA JA TUOKIOKUVIA PÄIVÄKODIN LUONTOTOIMINTAAN

Luontotoiminnan vuosikello aktiivisena osana toimintaa

Pilvien pongaus

Luontotoiminta eri vuodenaikoina ja eri orientaatioin

Luontoleikkipaikat ulkona

Pienten ihmeiden ja aarteiden etsiminen

Aistiharjoitukset

Luontopolku ja perheiden yhteinen ruokailu

Ylisukupolvinen luontotoiminta

LÄHTEET

KASVATTAJAN LUONTOMIELI LUONTOTOIMINNAN MENETELMÄNÄ

Kasvattajan luontomieli saa lapsenkin luontomielelle. Kuten kaikki hyvä, heijastuu luontomieli-kin kantajastaan sisältä ulospäin ja näkyy olemuksessa, katseessa, sanoissa ja toimintatavoissa. Ja luontomielellä on taipumus levitä ja synnyttää lisää luontomieltä. Lapsi katsoo tarkasti aikuista ja omaksuu näkemästään ja kokemastaan rakennusaineita omaan elämäänsä. Luontomieltään kehittääkseen kasvattaja luo katseen lapseen ja oppii lapselta. Kasvattajan luontomieli rakentuu asenteista ja arvoista ja tärkeimmät niistä ovat läsnäolo, luovuus, joustavuus, ilo, lapsenmielisyys ja rakkaus.



Kasvattajan luontomieli – käsitteen avaamista

Rakkaus on iso sana, mutta yleiskäsitteenä se kuvaa parhaiten kasvattajan luontomielen perustaa. Kun rakastaa itseään huolehtimalla oman elämän tasapainosta ja hyväksyy itsensä, voi hyväksyä myös kanssaihmisensä sellaisena kuin he ovat ja kyetä antamaan itsestään muille. Rakkaus on ystävällisyyttä, kunnioitusta ja jokaisen ihmisen arvon ymmärtämistä. Jos on rakkautta, on myös välittämistä, huolenpitoa ja itsensä likoon laittamista. Silloin kasvattaja havaitsee lapsen viestit, näkee lapsen, kykenee näkemään voimavaroja lapsessa ja löytää keinoja tuoda niitä esiin.

Ilo saa ihmeitä aikaan. Nauruna se tarttuu, puhdistaa, lieventää stressiä sekä avaa tunteiden ja ajattelun lukkoja. Hymynä se valaisee ilmapiiriä, rauhoittaa ja rohkaisee. Kiitollisuutena se saa näkemään arjen pieniä, hyviä asioita ja saa tavallisenkin päivän tuntumaan hyvältä päivältä. Kiitollisuus avaa luontomieltä huomaamaan keväisen tuulen hennon kosketuksen poskilla, koivun lehtien tuoksun sateen jälkeen tai ihailemaan koppakuoriaisen kuoren välkettä. Ilo kasvattajan luontomielessä saa näkemään mahdollisuuksia, kokeilemaan ja heittäytymään.

Läsnäolo on hetkessä elämistä ja hetken ymmärtämistä ja näkemistä. Se voi olla pysähtymistä ja keskittymistä kuuntelemaan, katselemaan tai tuntemaan. Tai sitten riehakasta tai seikkailullista toimintaa, jossa adrenaliini virtaa ja jossa oikein tuntee elävänsä. Luontomieli rakentuu läsnäolosta. Monesti luontotoiminnan parhaat asiat ovat ainutkertaisia asioita, joita ei voi toistaa tai ne tapahtuvat tunteen ja aistien tasolla. Ne havaitaan vain hetkeen tarttumalla. Kasvattaja voi kehottaa itseään sisäisesti, jos läsnäolo meinaa unohtua: ”Nyt on hyvä hetki, älä kiirehdi, suorita ja hoppuile! Nautitaan nyt tästä ja katsotaan, miten toiminta

etenee lasten aloitteista.” Toiminnasta saatava kokemus on tärkeämpi kuin toiminta itse.

Lapsenmielisyys houkuttelee kasvattajan luontomieltä esiin. Kun kasvattaja haluaa kehittää omaa luontomieltään, hänen tulisi miettiä millainen on lapsi, mitkä ovat lapselle ominaisia tapoja toimia ja mitä lapselta voisi oppia. Kasvattajan luontomieltä avaa lapsen lailla toimiminen. Luontomiellellä oleva kasvattaja haluaa oppia uutta, on utelias, tutkii, toimii, on tässä ja nyt, ilmaisee ajatuksiinsa, leikkii, liikkuu, ihmettelee ja kokeilee, vaikka epäonnistuu

Luovuus tuo esiin kasvattajan luontomieltä. Luovuutta on jokaisessa kasvattajassa. Jokaisella kasvattajalla on se jokin missä hän on erityisen hyvä ja sitä hän voi käyttää luontotoiminnassa. On hyvä, että kasvattajat ovat erilaisia ja ovat hyviä erilaisissa asioissa. Se takaa, että luontotoimintakin monipuolista, voi tapahtua keskinäistä oppimista ja lasten erilaiset tavat oppia ja omaksua asioita tulevat paremmin huomioituiksi. Tärkeintä on, että kasvattaja on oma itsensä ja rohkeasti käyttää vahvuuksiaan. Luovuus luontomielessä pitää luontotoiminnan elävänä eikä toteutus riipu resursseista. Luovuutta edistää halu arvioida ja kehittää omaa työtään.

Joustavuus kasvattajan luontomielessä on avoimuutta uusille ajatuksille, kykyä joustaa totutuissa rutiineissa, kykyä miettiä vaihtoehtoisia toimintatapoja tai uskallusta kokeilla jotain uutta. Esim. aurinkoisena päivänä viikkosuunnitelmasta voidaan poiketa ja lähteä retkelle ja sateisena päivänä palata askarteluun tai muuhun sisätouhuun. Joustavuus näkyy myös siinä, että varhaiskasvatusympäristöllä on lupa muuttua luontotoiminnan tavoitteiden mukaan ja tulla eläväksi, lasta innostavaksi ympäristöksi.

ARVIOINTI LOMAKE

*GREEN CARE PÄIVÄKODISSA – OPAS LUONTOTOIMINNAN KEHITTÄMISEEN
TIKANPELLON PÄIVÄKODILLE*

Miten hyvin mielestäsi toteutuu seuraava väittämä? Ole hyvä ja valitse seuraavista vaihtoehdoista.

1 = erittäin huonosti

2 = huonosti

3 = tyydyttävästi

4 = hyvin

5 = erittäin hyvin

0 = en osaa sanoa

Opas auttaa kehittämään ja vahvistamaan luontotoimintaa päiväkodissa.

Opas tekee luontotoiminnan käytännön toteutusta näkyvämmäksi.

Opas antaa uutta näkökulmaa luontotoiminnan kehittämiseen.

Opas on selkeä ja ymmärrettävä.

Miten kehittäisit opasta? Mitä ideoita sinulla on luontotoiminnan edelleen kehittämiseksi?

KIITOS VASTAUKSESTASI !