

Terveyttä puutarhasta -

voimaantuminen green care -puutarhatoiminnan
ohjauksessa.

Tuomo Salovuori
Pro gradu - tutkielma
Syyskuu 2012
Aikuiskasvatus
Kasvatustieteen laitos
Turun yliopisto

Sisällys

Tiivistelmä	3
1. Johdanto	4
2. Ohjaustoiminnan taustaa ja menetelmiä	7
2.1 Ohjaus; aikaa, huomiota ja kunnioitusta	10
2.2 Ohjauksen välineet ja kulttuurinen tieto	12
2.3 Hyvän ohjaajan ominaisuudet ja ohjaussuhde.....	14
2.4 Aikaisempia tutkimuksia ohjaustyöstä	16
3. Ohjauksen taustalla olevat oppimiskäsitykset	21
3.1 Kokemuksellinen ja konstruktivistinen oppiminen	22
3.2 Sosiaalisen oppimisen teoria	25
4. Green care -toiminnan taustaa.....	27
4.1 Green care käsitteenä	30
4.2 Terapeuttinen puutarhanhoito osana green care –toimintaa	33
5. Terveyttä tukevat ympäristöt	36
5.1 Voimaantuminen ja osallisuus	39
6. Tutkimuskysymykset ja tutkimuksen toteutus	42
6.1 Tutkimusmenetelmä	43
6.2 Tutkimuksen luotettavuus	45
7. Tutkimuksen tulokset	46
7.1 Puutarhatoiminnan taustalla olevat viitekehykset	46
7.2 Ohjaajilta vaadittavat taidot.....	50
7.2.1 Vuorovaikutus ja kohtaamisen taito	52
7.2.2 Kyky reagoida muuttuneisiin tilanteisiin	54
7.3 Asenne ja suhde ohjattaviin ohjattaviin	56
7.3.1 Ammatillisuus.....	58
7.3.2 Ennakkoluulottomuus	59
7.3.3 Luottamuksen ja kunnioituksen osoittaminen	60
7.3.4 Yksilöllinen kohtaaminen	63
7.4 Oppimisen ohjaus puutarhatoiminnassa.....	66
7.4.1 Sosiaalinen oppiminen.....	68
7.5 Osallisuus	72
7.6 Terveyttä edistävä ympäristö	76
7.7 Onnistumisen kokemukset.....	82

7.8 Toiminnallinen identiteetti	87
8. Voimaantuminen puutarhatoiminnassa	92
8.1 Muita puutarhatoiminnan vaikutuksia.....	94
8.2 Puutarhatoiminnan soveltuvuus erilaisille asiakkaille.....	96
9. Yhteenveto tuloksista	97
9.1. Pohdinta.....	101
Lähteet:.....	104

Tutkielman tekstiosioista löytyvät kuviot:

Kuvio 1: Kokemuksellisen oppimisen kiertokulku Kolbin mukaan	23
Kuvio 2. Green care –menetelmät	31
Kuvio 3. Green care maatilat Hollannissa asiakasryhmittäin.	32
Kuvio 4. Luontoympäristöjen vaikutukset	33
Kuvio 5. Hoidon ja ympäristön vaikutukset.	38
Kuvio 6. Hyvän ohjauksen elementtejä	66
Kuvio 7. Oppimisen tukeminen puutarhatoiminnassa.....	71
Kuvio 8. Osallisuuden merkitykset puutarhatoiminnassa.	76
Kuvio 9. Terveyttä tukevan ympäristön vaikutuksia.	80
Kuvio 10. Ohjaajien näkemys onnistumisten merkityksestä	86
Kuvio 11. Puutarhatoiminta ja toiminnallinen identiteetti.....	91
Kuvio 12. Voimaantumisen ”kaari”.....	98
Kuvio 13. Voimaantumiseen vaikuttavia tekijöitä puutarhatoiminnan ohjauksessa.....	100

Tiivistelmä

Turun yliopisto. Kasvatustieteen laitos.

SALOVUORI TUOMO: Terveyttä puutarhasta - voimaantuminen green care puutarhatoiminnan ohjauksessa

Pro gradu –tutkielma, 108 s.

Aikuiskasvatus.

Syyskuu 2012

Tutkimukseni käsittelee puutarhatoiminnan ohjaustyötä green care -kontekstissa. Green care -toiminnalla tarkoitetaan luontoelementtien käyttöä hoidon tai kasvatuksen tukena. Tutkimuksessani pyrin selvittämään millaista käyttöteoriaa ohjaajat soveltavat työssään, miten he näkevät puutarhatoiminnan vaikutukset ja keille he ajattelevat toiminnan soveltuvan. Tutkin myös millaisia taitoja vaaditaan hyvältä green care -ohjaajalta, miten luodaan hyvä ohjaussuhde ja mitkä ovat eri kohderyhmien ohjaukselle tuottamat erityiset haasteet. Olin myös kiinnostunut siitä, mitkä tekijät vaikuttavat ohjattavien voimaantumiseen ja miten ohjaus tukee oppimista puutarhatoiminnassa

Haastattelin yhteensä kymmentä, kokenutta ja koulutustaustaltaan erilaista puutarhatoiminnan ohjaajaa. Heistä neljä toimi psykiatrisessa sairaalassa, kaksi muistihäiriöisten vanhusten parissa, kaksi kehitysvammaisten ulkotyöpajan ohjaajina ja kaksi vankilan kuntoutusosastolla. Tutkimukseni taustateorioina painottuivat ohjauksen moninaisesta teoriataustasta sosiaalinen oppimiskäsitys, sosiodynaamisen ohjauksen teoria ja voimaantumisen teoria. Haastattelumateriaali analysoitiin sisällön analyysin keinoin ja löytyneistä teemoista muodostettiin looginen kokonaisuus.

Tutkimukseni tulosten mukaan ohjaajien työ ohjautui paljon käytännön kokemuksesta käsin ja monesti puutarhatoiminta linkittyi hoitopaikan hoitoidologiaan. Keskeisimpänä ohjaajien ominaisuuksina nähtiin vuorovaikutukseen ja asiakkaan kohtaamiseen liittyvät taidot sekä kyky toimia nopeasti muuttuvissa tilanteissa. Ohjaussuhteen luomisessa haastatteleman ohjaajat korostivat asiakkaiden kunnioittamista, luottamuksen osoittamista ja yksilöllistä ohjausta. Ohjaajat kertoivat pyrkivänsä suhtautumaan ohjattaviin yhtä aikaa ammatillisesti ja ennakkoluulottomasti.

Oppiminen puutarhatoiminnassa tapahtui paljolti sosiaalisen oppimisen keinoin. Työvaiheiden mallintaminen ja apuneuvojen käyttö oli tavallista kehitysvammaisten ja muistihäiriöisten ohjauksessa, muilta osin ohjaustyön haasteet näyttäytyivät samansuuntaisina kaikilla asiakasryhmillä. Terveyttä tukeva ympäristö, joka edustaa normaaliutta ja antaa onnistumisen ja osallisuuden kokemuksia vahvasti pystyvyyden tunnetta, voimaantumista ja toiminnallista, stigmapa irrationaalista identiteettiä.

Avainsanoja: Ohjaus, voimaantuminen sosiaalinen oppiminen, green care, terveyttä tukeva ympäristö, toiminnallinen identiteetti.

Terveyttä puutarhasta – voimaantuminen green care -puutarhatoiminnan ohjauksessa.

1. Johdanto

Suomi on sijoittunut monissa kansainvälisissä, ihmisten hyvinvointia mittaavissa tutkimuksissa maailman kärkeen. Hyvinvoinnin kasvu ei kosketa kuitenkaan kaikkia suomalaisia, ja maamme sosiaali- ja terveydenhuollolla on myös monia haasteita edessään.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen viimeisin tilastotieto vuodelta 2010 kertoo, että lastensuojelussa huostassa oli 10 003 lasta ja kiireellisesti sijoitettujen määrä kasvoi edellisvuodesta 21%. Psykiatrisessa sairaalahoidossa oli yli 29000 potilasta ja avohoidon piirissä lähes 150 000 suomalaista. Hoitopäiviä ja avokäyntejä mielenterveyspuolella oli yhteensä yli 3 miljoonaa. Ikääntyneille tarkoitettujen laitos- ja asumispalvelujen asiakasmäärä on noussut 33% 2000-luvulla, ja myös tehostettua palveluasumista saaneiden asiakkaiden määrä on kasvussa. Vuosituhannen alusta muistisairaiden määrä on lisääntynyt yli 10 000 asiakkaalla. Suurten ikäluokkien jäädessä eläkkeelle, ikääntyneiden hoivapalvelujen tarve tulee edelleen kasvamaan. Kehitysvammaisten työtoiminnan piirissä on lähes 12 000 suomalaista ja vuonna 2007 hyväksytyt vammaispalvelulain muutokset antoivat kunnille lisävelvoitteita järjestää kehitysvammaisille myös päivätoimintaa.

Sairauksien ja vajaakuntoisuuden lisäksi sosiaalinen syrjäytyminen uhkaa sysätä ihmisiä yhteiskunnan marginaaliin. Syrjäytymistä on pyritty estämään monenlaisella kuntoutustoiminnalla, joka on laajentunut 1970-luvulta lähtien. Kun 1960-luvun lopussa kuntoutuksessa oli 5000 asiakasta, määrä oli kasvanut vuoteen 2007 105 000:een suomalaiseen (Kelan kuntoutustilasto 2011). Joudummekin tulevaisuudessa etsimään uusia, kustannustehokkaita tapoja erilaisten ihmisten hoitoon, kuntoutukseen ja hyvinvoinnin vahvistamiseen. Näiden asiakkaiden kuntoutuksen ohjaus vaatii laaja-alaista osaamista, ja

olennainen kysymys onkin se, millä tavoin voimme auttaa näiden asiakkaiden voimaantumista.

Viime vuosikymmeninä on jälleen oivallettu mahdollisuus käyttää luontoympäristöjä hoidon ja kuntoutumisen tukena. Tämä on tuttu asia meille ns. tavallisille suomalaisille. Suurin osa meistä vahvistaa hyvinvointiaan jollakin luontoon liittyvällä harrastustoiminnalla: kesämökkeilyllä, puutarhanhoidolla, kalastuksella tai metsästyksellä, pitämällä kotieläimiä, ratsastamalla, veneilemällä tai vaikkapa retkeilemällä luontoympäristöissä. Valitettavan usein, syrjäytynein ja terveydeltään heikoin väestö ei pysty hyödyntämään luonnon hyvinvointia vahvistavia vaikutuksia. Toisen maailmansodan jälkeen USA:n sotaveteraanien kuntoutuksessa alettiin käyttämään puutarhaterapiaa. Jossain vaiheessa oivallettiin eläinten käytön mahdollisuudet lasten ja nuorten terapiassa ja kasvatuksessa.

Viime vuosikymmeninä green care -toiminta on kehittynyt voimakkaasti ja mukaan on tullut maatilojen ja luontoympäristöjen kuntouttava käyttö. Tällaisella toiminnalla on saavutettu erittäin hyviä tuloksia ja yhteys luontoon voidaankin nähdä osana terveyttä samalla tavalla kuin sosiaaliset suhteet toisiin ihmisiin. Green care -toiminnalla tarkoitetaan luonnon hyvinvointivaikutusten hyödyntämistä hoidon, kasvatuksen tai muun toiminnan tukena. Toiminta tapahtuu luontoympäristöissä tai maatilalla ja green care -toimintaa voidaan tuoda myös laitospäristöihin.

Terapeuttinen puutarhanhoito on yksi green care -toiminnan sovelluksista. Haastattelin tutkimuksessani kymmentä kokenutta puutarhatoiminnan ohjaajaa. Heistä kaksi toimi kehitysvammaisten ulkotyöpajassa, kaksi muistihäiriöisten hoitopaikassa, kaksi vankilassa ja neljä psykiatrisen sairaalan puutarhalla. Haastattelukierroksellani opin, että ohjaustyötä tehdään näissä paikoissa vahvalla ammattitaidolla ja suurella sydämellä.

Koska luontoon liittyvä kuntoutustoiminta on meillä melko uutta, sen ohjaamiseen ei anneta valmiuksia ammatillisen peruskoulutuksen piirissä. Eri asiakasryhmät tuovat myös ohjaukselle monenlaisia haasteita. Monilla toimintaan osallistuvilla on erilaisia fyysisiä tai oppimiseen liittyviä rajoitteita,

jotka joudutaan ottamaan toiminnassa huomioon. Toiminnan käytännöllisten haasteiden lisäksi ohjaajien tulisi aistia kunkin asiakasryhmän erityistarpeita ja löytää ohjauksen tapoja, joilla vahvistettaisiin asiakkaiden voimaantumista ja uuden oppimista. Työskentelen itse projektipäällikkönä Vihreä veräjä-hankkeessa, jossa kehitetään green care -menetelmiä vaikeassa elämäntilanteessa olevien ihmisten tueksi. Osallistujat tulevat tuetun asumisen yksiköistä, päihdehoitopaikoista ja mielenterveyden avopalveluista. Toimintamuotoina projektissa on puutarhanhoito ja viherympäristöjen hyödyntäminen, virkistyskalastus ja siihen liittyvien taitojen oppiminen sekä maatalo- ja eläinaktiviteettien kuntouttava käyttö. Käytännön kokemukset ohjaustyöstä ovat herättäneet kiinnostukseni ohjaustyön kehittämiseen. Tässä tutkimuksessa pyrin löytämään vastauksen siihen, millaista on hyvä green care -toiminnan ohjaus, millaisia taitoja ohjaajalta vaaditaan ja mitkä tekijät vaikuttavat toimintaan osallistuvien voimaantumiseen? Kuinka suuri merkitys on ohjaajan suhteella ja asennoitumisella ohjattaviin? Miten oppimista voidaan tukea ohjauksen menetelmin? Minkälaisia haasteita ja mahdollisuuksia eri kohderyhmät tuovat ohjaukselle?

Voimaantumisen tavoite tuli kokoavaksi nimittäjäksi hyvälle ohjaukselle. Se on osoittautunut käyttökelpoiseksi termiksi myös aikaisemmissa kuntouttavaan ohjaustyön tutkimuksissa. Vaikka voimaantumisen ei ole olemassa yksiselitteistä määritelmää, ohjaajat tuntuvat sijoittavan sen sisälle hyvin yhteneviä sisältöjä (Ora 2010, 83).

Green care -toiminnalle ollaan kovaa vauhtia luomassa standardeja ja koulutusjärjestelmiä, jotta toiminnan laatu ja kehittyminen voitaisiin taata. Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos ja Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskus on koonnut green care -toimijoita tähän työhön. Green Care Finland ry kokoaa alan toimijoita yhteen ja pyrkii koordinoimaan toimintaa ja tukemaan aloittavia yrittäjiä. Green care -toimintaan liittyvän ohjauksen kehittäminen on tärkeä osa tällä alalla tapahtuvaa kehittämistyötä. Toivonkin tutkimukseni palvelevan tätä tarkoitusta ja helpottavan green care -menetelmien käyttöönottoa hoidon ja kasvatuksen tukena.

Yhteys luontoon on mielestäni osa hyvää elämää ja tämä voimaantumisen mahdollisuus tulisi olla kaikkien suomalaisten ulottuvilla.

2. Ohjaustoiminnan taustaa ja menetelmiä

”Ohjauksessa ja terapiassa on samoja piirteitä kuin kasvatuksessa, jota voisi luonnehtia jo olemassa olevan esiin kutsumiseksi”.
(Onnismaa 2007, 29.)

” Olen itse asiassa peruskoulutukseltani kättilö - uuden synnyttäminen on mielenkiintoista....Joskus se on hankalaa, ja joskus menee aivan puihin, vaikka on kokenutkin”.
(Muistisairaiden kanssa työskentelevä puutarhatoiminnan ohjaaja, 2011.)

Ohjaustoiminta on saanut alkunsa pitkälti ammatinvalinnanohjauksen piirissä, vaikka jo antiikin filosofian pyrkimys hyvän elämän hahmottamiseen voidaan nähdä ohjaustoiminnan taustalla. Myös hengellisen elämän alueella ohjauksella on pitkät perinteet. Esimerkiksi ortodoksisuudessa ohjaajavanhuksilla on vuosisatojen ajan ollut merkittävä rooli ihmisten opastajana. Saksassa ammatinvalinnanohjaus aloitettiin 1900 -luvun alussa ja Suomeen idea rantautui 1920-luvulla Aksel Rosenquistin tuomana. (Onnismaa 2007, 13.) Ohjaustoiminta kehittyi sittemmin muun muassa asiakaslähtöisen terapian kehittäjän Carl Rogersin toimesta tasaveroisemman vuorovaikutuksen suuntaan. Myös työnohjauksen vakiintuminen hoitoalojen ammattikäytäntöihin 1960-luvulta lähtien vauhditti ohjaustoiminnan kehittymistä. Sodan ja yhteiskuntien rakennemuutokset tuottivat suuren tarpeen elämänsuunnittelun tukemiseen, kun ihmisiä piti kouluttaa uudelleen ammatteihin erilaisten murroskausien jälkeen.

Aikuiskoulutuksen ja opetuksen henkilökohtaistamisen voimakas lisääntyminen on myös luonut kasvavaa kysyntää ohjaukselle. Ohjaus on levinnyt menetelmänä ammatinvalinnan ja koulutuksen aloilta myös kuntoutukseen, syrjäytymisen ehkäisyyn ja sosiaali- ja terveydenhuoltoon. Monenlaista ohjaustoimintaa tapahtuu koko ajan kaikilla työelämän alueilla ja muissakin yhteyksissä, jossa vuorovaikutuksella haetaan oikeita ratkaisuja sekä työhön, että elämänsuunnitteluun laajemminkin.

Valtaosa ohjausta käsittelevää kirjallisuutta käsittelee keskusteluun pohjautuvaa ohjaustyötä, joskin ohjaustyössä on pitkään ollut tavallista myös erilaisten toiminnallisten harjoitteiden käyttäminen. Toiminnalliseen ohjaustyöhön valmistuvat toimintaterapeutit, ohjaustyön artonomit (AMK) ja kuntoutuksen ohjaajat (AMK). Tämän lisäksi toiminnallista ohjaustyötä tekevät monet sosiaali- ja terveydenhuollon- ja kasvatusalan ammattilaiset. Toiminnallisessa kuntoutuksessa ohjaajan tehtävä on tukea ohjattavaa toimintaan osallistumisessa ja uusien taitojen oppimisessa.

Ohjaus on Onnismaan (2007, 7) mukaan laaja-alainen elämänsuunnittelun menetelmä ja ammatillisen keskustelun muoto, jossa edistetään ohjattavan kykyä parantaa elämäänsä haluamallaan tavalla. Ohjaustoiminnan kuvauksissa huomio kiinnitetään ohjauksen menetelmään sekä vuorovaikutussuhteeseen tai prosessiin, johon ohjauksella pyritään vaikuttamaan. Ohjaustilanteessa toimijoina ovat ohjaaja ja ohjausta tarvitseva henkilö. Jälkimmäistä nimitetään joko asiakkaaksi, oppilaaksi tai ohjattavaksi (councellee). Hierarkisista termeistä huolimatta ohjauksen vuorovaikutus nähdään yhä enemmän tasaveroisena keskusteluna, jossa ohjattavan oman elämän asiantuntijuuden tunnustaminen on keskeistä (Onnismaa 2007, 9).

Joskus ohjaus voi olla myös ryhmämuotoista toimintaa, kuten se on monesti green care -toiminnassakin. Tällöin ohjaajalla tulee olla valmiuksia sekä yksilö- että ryhmäohjaukseen. Ryhmäohjaus vaatii organisointitaitoja, ymmärrystä ryhmädynamiikasta ja hyviä vuorovaikutus- ja konfliktinratkaisutaitoja.

Mattila on (2002 ja 2004) kuvannut ohjausta jakamalla se kolmeen eri ilmiöön:

- **neuvovaan ja opettavaan ohjaukseen (advice giving, quidance)**. Tällä ohjauksen tyylillä on pitkät perinteet ja se korostaa ohjaajan asiantuntijuutta. Painopiste on enemmän neuvojen sisällössä, kuin niiden antamisen tavassa.
- **normatiiviseen ja kontrolloivaan ohjaukseen (supervising)**. Tämä ohjaustyyli korostaa valvontaa ja silmälläpitoa ja se liittyy ohjaustilanteen hierarkisiin suhteisiin, jossa ohjaaja on ohjattavan yläpuolella.
- **kokemusperäiseen, auttavaan ohjaukseen (counselling)**. Tämän ohjaustyylin kehittyminen liittyy ohjauksen murrokseen 1980-luvulla. Neuvojen antamisesta siirryttiin tasavertaisempaan vuorovaikutukseen, ohjattavan

voimavarojen hyödyntämiseen ja asiakkaan itsemääräämisoikeuden korostamiseen. Kokemusperäisessä ohjauksessa ohjattava ja ohjaaja etsivät yhdessä sopivia ratkaisuja.

Aarnio (2001) on kuvannut ohjaustyylien muutosta siirtymisellä judgement - tyyppisestä ohjauksesta suspension -tyyppiseen ohjaukseen. Judgement - tyylinen ohjaus on nopeaan päätöksentekoon liittyvää vuorovaikutusta. Suspension -tyylissä ollaan avoimia uusille vaihtoehdoille ja siinä luovutaan kulttuurisista koristeista ja toimintaa jäykistävästä rutiineista. Kokemusperäisen ohjauksen vallatessa alaa ovat ohjaussuhteet kehittyneet yhä tasaveroisemman vuorovaikutuksen suuntaan. Kokemusperäinen ohjaussuhde on dialoginen ja vastavuoroinen. Se on kiinnostunut ohjattavan kokemuksista ja luottaa hänen omaan asiantuntijuuteensa. Sen tavoitteena on ymmärtää ohjattavan ajattelutapaa ja hänen kysymyksiään. Kokemusperäinen ohjaus on avoin yllättävillekin ratkaisuvaihtoehdoille, jotka saattavat syntyä spontaanisti kussakin tilanteessa (Mattila 2006).

Kirjassaan Horticultural Therapy, Haller ja Kennedy (2006, 48) kirjoittavat, että myös ryhmän koko ja tavoitteet vaikuttavat ohjaustyyliin. Ohjaustyyleistä he mainitsevat autoritäärisen, demokraattisen ja laissez-faire tyylin. Laissez-fairella kirjoittajat tarkoittavat ohjauksen tapaa, jossa ryhmän annetaan itse kantaa vastuuta, ja jossa ohjaajan rooli on melko näkymätön. Autoritääristä ohjaustapaa Kennedy ja Haller suosittelevat suurille ryhmille, jotka ovat tehtäväorientoituneita. Laissez-faire tyyli taas sopii heidän mukaansa pieniin ryhmiin, jossa korostetaan luovuutta, asiakaskeskeisyyttä ja itseohjautuvuutta.

Green care -toiminnan ohjauksessa voidaan käyttää näitä kaikkia ohjaustyyliä. Koska esimerkiksi terapeuttisessa puutarhanhoidossa on kysymys monien käytännön taitojen opettelusta, sisältyy ohjaukseen myös neuvonnan elementtejä. Haasteena ohjaajalle onkin siirtyä joustavasti neuvojan roolista tasaveroisempaan kokemusperäisen ohjauksen vuorovaikutukseen silloin, kun pohditaan niitä elämänkysymyksiä, joihin ei ole patenttivastauksia. Ohjaustyylin ja tavan valintaan vaikuttaa myös asiakkaiden kyky ja tapa oppia. Oppimistyyleiltään asiakkaat saattavat erota toisistaan siinä ovatko he auditiivisia, kinesteettisiä tai visuaalisia oppijoita.

2.1 Ohjaus; aikaa, huomiota ja kunnioitusta

”Ihmiset ovat kuin tammenterhot: tukea antavassa ympäristössä ne laajenevat ja kasvavat ja toteuttavat näennäisen loputtomia mahdollisuuksiaan”.

(Peavy 1999, 34-35).

Ohjausta on monesti kuvattu kolmella toimintaa kuvaavalla sanalla: Aikaa, huomiota ja kunnioitusta. Ajan antaminen merkitsee kiireettömän ajanjakson varaamista ohjattavan asioita varten. Tällä viestitetään sitä, että ohjattavan asiat ovat ohjaajalle tärkeitä. Huomion antaminen merkitsee hyvää kuuntelua ja pyrkimystä paneutua ohjattavan kokemuksiin ja elämäntilanteeseen. Se on vastakohta huomiotta jäämiselle, joka on kipeä ja vaikea kokemus (Onnismaa 2007, 41). Kunnioitus on Onnismaan mukaan sitä tärkeämpää, mitä vähemmän ohjattavaa kunnioitetaan lähiympäristössään. Kunnioittavan kohtaamisen määrittely on vaikeaa, mutta se liittyy myös hyvään kuunteluun, toisen kokemusten ja mielipiteiden arvostamiseen ja luottamukseen siitä, että ohjattavalla on myös voimavaroja ja lahjoja, joita voidaan yhdessä löytää voimaantumisen tueksi. Mattilan (2006) mukaan aikaa huomiota ja kunnioitusta tarkoittaa ensinnäkin aikaa jäsentää ohjaussuhteen osapuolien ajattelua moniulotteisesti ja monikerroksisesti. Huomion antaminen merkitsee hänen mukaansa ennen kaikkea aktiivista kuuntelua. Kunnioittaminen ohjaussuhteessa merkitsee Mattilan mukaan arvostuksen ja tunteiden liikettä tietyssä distanssissa.

Onnismaa (2009,161) on kritisoinut ohjauksen yhteydessä ns. normalisoivaa katsetta, jolla hän tarkoittaa pyrkimystä normalistaa ihmisiä yhteiskunnan tarpeiden ja odotusten mukaan. Tällöin ohjaukseen liittyvä normatiivinen muutosvaatimus voi olla ristiriidassa ohjattavan omien pyrkimysten ja toiveiden kanssa. ”Kenen tarpeista käsin ohjaan?”, onkin Mattilan (2009, 99) mukaan eräs ohjauksen oleellisimpia eettisiä kysymyksiä.

Peavyn kehittämässä sosiodynaamisessa ohjauksessa koko ohjaustyö nähdään kunnioittamisen harjoittamisena. Ohjattavaa kunnioitetaan omana itsenään, ainutlaatuisena persoonana ja henkilönä, joksi hän yrittää tulla (tai joka hän on ollut. Näin esim. muistihäiriöisillä, joiden puutarhatoiminta on eräs

tapa ilmentää heidän aiempaa identiteettiään). Kunnioittaminen liittyykin ohjattavan kulttuurisen taustan ja identiteetin kunnioittamiseen ja ihmisten välisen vuorovaikutuksen kunnioittamiseen (Peavy 1999,17). Sosiodynaaminen näkökulma on auttamisfilosofia, jossa korostetaan sitä, että ihminen konstruoi todellisuutta refleктоimalla tapahtumia yhdessä muiden kanssa. Sosiodynaaminen ohjaus pyrkii vastaamaan kysymykseen: ”Miten minun pitäisi elää elämäni?”. Peavy näkee ihmisen tarinankertojana, joka ymmärtää itseään tarinoiden ja itselle merkityksellisen oppimisen kautta. Myös identiteettiään ihminen konstruoi jatkuvasti vuorovaikutuksessa muiden kanssa (Peavy 2004, 20). Sosiodynaaminen ohjaus perustuu kahteen taustaoletukseen:

- ihmiset ovat kykeneviä tutkimaan niitä eksistentiaalisia todellisuuksia, joissa he elävät ja he pystyvät luomaan uudenlaisia ja erilaisia ajattelu- ja päätöksenteko- ja toimintatapoja.
- ihminen pystyy edellä mainittuihin asioihin paremmin yhteistyötä korostavassa, toivorikkaassa ja selventämistä tukevassa ympäristössä (2004, 23).

Ohjaajan tehtäväksi Peavy näkeekin luoda tällaiset olosuhteet. Peavy itse kirjoittaa sosiodynaamisista ohjauksen olevan ”laaja-alainen, holistinen näkökulma, jonka pyrkimyksenä on tarkastella tietoa usealta kannalta ja tavoittaa ihmisyyden moninaisuuden rikkaus, täyteys ja merkitys”. Peavyn mukaan, se ei ole elektistä vaan mutuaalista, eri näkökulmien yhteyttä korostavaa. Tämän näkökulman kannalta inhimillisen kokemuksen ja merkityksen multiversumi (moninainen maailmankaikkeus) on kompleksinen, jatkuvasti muotoutuva, väliaikaisesti vakiintuva ja aina kontekstiriippuvainen. (Peavy 2004,17). Peavyn mukaan ohjausmenetelmissä on viisi yhteistä piirrettä. Ensinnä ohjaussuhde tarjoaa tukea, huolenpitoa, lohtua ja toivoa. Tämän lisäksi ohjattava tarvitsee oikeaa ja asiallista tietoa. Kolmanneksi ohjattavan tulee pystyä selkeyttämään omia tavoitteitaan ja pyrkimyksiään. Neljänneksi ohjaajan tulisi auttaa ohjattavaa saamaan realistinen kuva mahdollisuuksistaan ja rajoituksistaan. Viidenneksi ohjaajan tehtävä on auttaa ohjattavaa hänen valinnoissaan ja suunnitelmissaan. (Peavy 1996, 1999).

Peavy on kuvannut ajatteluaan myös eräänlaisena kulttuuritietoisena kansanviisautena. Hän kysyykin, miten voisimme vastustaa arjen psykopatologisoitua ja psykoterapeuttisen ja ohjauksellisen teoretisoinnin hallitsemaa diskurssia (Peavy 2004). Peavyn mielestä on vahinko, että kulttuurinen viisaus on viime vuosina korvattu asiantuntijäänillä, jotka puhuvat psykologian, psykiatrian tai viestintäpsykologian kielellä (2004, 22).

2.2 Ohjauksen välineet ja kulttuurinen tieto

Ohjauskeskustelu on dialogista vuorovaikutusta, jossa synnytetään jotakin uutta. Se on vastakohta ”valmiiksi tietämiselle”, jossa hyvät ratkaisut on osittain jo ennalta määritelty (Onnismaa 2007, 46). Onnismaa kuvaakin ohjauskeskustelua tutkimusmatkaksi, jonka lopputulosta ei voi aina ennakoita. Aikaisemmin ohjauksessa painotettiin todellisuuden tajun ja realististen mahdollisuuksien vahvistamista. Nyt ohjauksen painopisteet ovat enemmän mahdollisuuksissa ja intentioissa.

Onnismaa (2007, 29) kuvaa Pasasen ja Amundsenin jäsentämiä ohjausvälineitä seuraavasti:

Sopiminen tarkoittaa heidän mukaansa ohjauksen raamien sopimista. Tähän liittyy tapaamisten kesto, tavoitteet ja muut käytännön järjestelyt. Toimintaa *suunnitellaan* yhdessä ohjattavan kanssa. *Kysymällä, tarkentamalla ja selventämällä* ohjaaja tarkistaa että hän ymmärtää oikein ohjattavan viestejä. *Avointen ja tarkentavien kysymysten käyttäminen* (mitä, miten milloin?) auttaa ohjaajaa muodostamaan kuvaa ohjattavan kokemuksista. Ohjaajan tulisi Mattilan mukaan olla herkkänä myös ns. kuumalle puheelle. Kun ohjaaja vaistoo, että keskustelussa sivutaan jotakin tärkeää aihetta, hänen tulee tiedustella tästä lisää. Responsiivisuus, herkkyys ja avoimuus spontaaneille avauksille ovatkin hyvän ohjaussuhteen tunnusmerkkejä (Aarnio & Enqvist 2000; Ojanen 2000). Tällainen vuorovaikutus lähenee Csikszentmihalyin (2005) luomaa ”flow”-käsitettä (Mattila 2006).

Liiallista kyselyä ja informaation keräämistä on kuitenkin usein hyvä välttää (Onnismaa 2007, 34). Ohjaaja *kohdentaa keskustelua* tarkastelemalla jotain tiettyä asiaa tai kokonaisuutta. Kysymykset voivat olla joko avoimia, suljettuja tai

reflektiivisiä. Reflektiivisten kysymysten tarkoituksena on auttaa ohjattavaa ymmärtämään itseään. Ohjaaja voi myös *havainnollistaa* sanomaansa esimerkiksi etsimällä merkityksellisiä metaforia tai auttaa ohjattavaa huomaamaan olennaisia asioita poimimalla avainlauseita (Kettunen ym. 2011, 39). *Konkretisoimalla* yleistyksiä, ajatuksia ja tunteita voidaan joitakin ilmiöitä käsitellä tarkemmin ja jopa *haastaa* asiakkaan tekemiä tulkintoja. Myös *konfrontointi* on yksi mahdollisista työkaluista. Tällä tavoin *ohjaaja toimii peilinä* ohjattavan ajatuksille. Tosin *arvostelusta pidättäytyminen* mahdollistaa antaa mahdollisuuden monenlaisten asioiden yhdessä pohtimiseen. Poikkeuksellisesti ohjaaja voi käyttää jopa *määräävää otetta esimerkiksi ryhmien konfliktitilanteissa*. Myös *sanaton viestintä, hiljaisuus ja tauot ovat ohjauksen työkaluja*. Keskustelun lisäksi toiminnallisuus, kirjoittaminen, musiikki ja kuvataiteiden käyttäminen ovat myös mahdollisia ohjauksen muotoja (Onnismaa 2007,38). Aika *ajoin ohjaaja kokoaa käytyä keskustelua*. *Huumori* on Onnismaan mukaan hyvä väline ohjaussuhteen vahvistamisessa. *Kannustaminen ja vahvuuksien huomaaminen* ovat myös olennainen osa ohjaustyötä.

Dialogisuus on myös yksi keskeinen ohjauskeskustelun muoto. Anneli Sarjan mukaan dialogioppimisessa on kysymys oppijan ja ohjaajan yhteistyöstä. Hänen mukaansa ohjauksen toimivuutta määrittää ohjaajan aktiivisuus, hänen sisällöllinen asiantuntemuksensa ja se, miten hän onnistuu välittämään oikeanlaista tietämystä tietyssä oppimistilanteessa. Kriittisen dialogin oppimisen kriteerinä Sarja pitää sitä, että ohjattavalla ja oppijalla on riittävästi yhteistä tietoa ja kokemusvarastoa (Sarja 2003, 78). Mattilan (2009, 102) mukaan kuntouttavassa ohjauksessa ohjaaja kuuntelee kuntoutujan kokemuksilleen antamia merkityksiä. Ohjaaja voi tällöin myös ravistella tulkintoja ja haastaa ohjattavaa ajattelemaan asiaa toisenlaisesta näkökulmasta. Mattilan mukaan ohjaajan rooli voi myös vaihtua ohjattavan kunnan mukaan. Parempina päivinä hän on valmentaja ja mentori, ja huonompina päivinä taas hänen apuminänsä ja tukensa (Mattila 2009, 102).

Peavy korostaa sosiodynaamisessa ohjausteoriassaan ohjattavan kulttuurisen ymmärtämisen tärkeyttä. Ohjaajan on ikään kuin astuttava ohjattavan maailmaan ymmärtääkseen hänen todellisuuttaan. Eräs tutkimukseni

mielenkiinnon kohde koskeekin juuri sitä, kuinka tärkeänä ohjaajat pitävät tätä kohderyhmän kulttuurista tuntemusta ja miten se näkyy ohjaustyössä.

Kokemukset ja oman toiminnan takana olevat uskomukset ja tunteet ovat tavallisia green care -ohjauksessa kohdattavia asioita. Kulttuurinen tieto liittyy ihmisten yhteisöllisiin arvoihin, identiteettiin ja oman ryhmän tapoihin. Tiettyyn yhteisöön kuuluvat ihmiset jakavat samaa kulttuurista tietoa. ”Maassa maan tavalla”- lause kuvaa sitä tietolajia, joka auttaa selviämään mahdollisimman joustavasti kussakin kulttuurissa. Ora korosti tutkimuksessaan (2010, 67) voimaannuttavasta ohjauksesta hiljaisen tiedon merkitystä ohjaustyössä. Green care -toiminnan ohjaustyössä ollaankin vahvasti tekemisissä hiljaisen tiedon kanssa. Myös työpaikoilla ja ammattiryhmillä saattaa olla omaa kulttuurista tietoa, joka vaikuttaa työn tekemiseen. Hiljaista ja kulttuurista tietoa voi myös muotoilla eksplisiittiseksi tiedoksi. Se mahdollistaa tiedon paremman siirtymisen. Kulttuurisen tiedon keräämistä tapahtuu muun muassa dementia-potilaiden ohjauksessa, jossa hoitajat käyttävät ohjattavien elämäkerrallisia tietoa ohjauksessaan. Onnismaan (2007,145) mukaan ohjausta voi kuvata viisaana käytäntönä tai viisautena, jos se rakentuu kulttuurisesti herkälle kommunikaatiolle ja paikalliselle tiedolle. Hänen mukaansa viisauteen kuuluu kyky tunnistaa, milloin ja millaiset asiat etenevät yhteistyössä. (2007, 146).

2.3 Hyvän ohjaajan ominaisuudet ja ohjaussuhde

”... on löydettävä tapa tarkastella suhdetta toiseen, jolloin toinen säilyttää toiseutensa...

....suhde mahdollistaa toisen ei-intentionaalisen, ei tiedollisen kohtaamisen”.

Levinas 1996

Ohjaajan tärkeiksi ominaisuuksiksi Ojanen (2006, 141) katsoo seuraavat taidot: -kyky kuulla ja havaita. Oikeanlainen empatia, jossa kuultu ymmärretään syvällä tavalla.

-kyky ottaa ohjattavan tunteet vakavasti ja ”täydesti”.

-kommunikatiivinen välittömyys, vastaanottavuus, lämmin ja positiivinen suhtautumistapa.

-kontrollointikyky, mikä ilmenee muun muassa järkevänä rajojen asettamisena.

-ohjaajan motivaatio, aktiivisuus ja yhteistoiminnallisuus.

Myös intuitio ja toisen kenkiin astumisen taito ovat Ojasen mukaan tärkeitä ohjaajan taitoja. Teorian tuntemus ei Ojasen mukaan auta, jos se ei ole muuttunut elämäkokemukseksi. Vance Peavyn mukaan huomioivisuus (mindfulness) on ohjaajalle tärkeä taito. Se tarkoittaa kykyä nähdä vanha uudella tavalla, olla valpas ja läsnä, jolloin rutiinit kääntyvät luovuudeksi (Onnismaa 2007, 38). Ryhmäohjaajan tärkeiksi ominaisuuksiksi Haller ja Kennedy (2006) näkevät lämmön ja hyväksynnän sekä positiivisten asioiden verbalisoinnin asiakkaalle. Ohjaajan on kyettävä kuitenkin tarpeellisten rajojen asettamiseen ja riittävään ammatilliseen etäisyyteen suhteessa asiakkaisiin. Haller ja Kennedy pitävät tärkeänä myös positiivisten asioiden verbalisointia asiakkaille.

Monet puutarhatoimintaan osallistuvat ovat toiminta- ja oppimiskyvyiltään rajoittuneita, mikä asettaa myös ohjaukselle lisävaatimuksia. Catlin (2006) suosittelee puutarhatoimintaan liittyvien aktiviteettien jakamista eri vaiheisiin, jotka olisi mahdollisimman selkeästi kyettävä kommunikoimaan toimintaan osallistuville. Hänen mukaansa yksi tärkeä taito terapeuttisen puutarhatoiminnan johtamisessa on myös kyky säädellä tehtävien tasoa asiakkaiden toiminta- ja oppimiskyvyn mukaan. Toisinaan se edellyttää alkuperäisten suunnitelmien muuttamista. Toiminnan vaatavuustasoa voidaan säädellä myös työtä helpottavilla työkaluilla, silloin kun asiakkaiden fyysinen toimintakyky on heikentynyt. Liikuntarajoitteisten työntekoa helpottamaan on kehitetty esimerkiksi kaksipyöräisiä kottikärryjä, jatkovarsilla varustettuja työkaluja ja työvälineitä, joita voidaan kiinnittää asiakkaan käteen.

Hyvän ohjauksen keskeinen taito on myös kyky luoda hyvä ohjaussuhde. Ohjausta voidaankin tarkastella myös ohjaussuhteen näkökulmasta. Mattila (2006) on todennut jopa niin, että ohjaus ei tähtää ensisijaisesti oppimiseen tai muutokseen, vaan vuorovaikutussuhteeseen, joka mahdollistaa uusien mahdollisuuksien syntyminen. Samalla kun ohjaustyylien painopiste siirtyi 1980-luvun jälkeen neuvonnasta kokemusperäisen ohjauksen suuntaan, nousi ohjaussuhde uuteen tarkasteluun. Aiemmin oli totuttu siihen, että ohjaaja oli asiantuntijan roolissaan ohjattavan yläpuolella.

Kokemusperäinen ohjaustyylitöi ohjaukseen tasaveroisen vuorovaikutuksen ja Levinas esitti ohjattavan kunnioituksen tarkoittavan jopa sitä, että ohjattava on ohjaajan yläpuolella (Levinas 1996). Levinasin mukaan ohjauksessa ei ole kysymys vain tiedollisesta kohtaamisesta, vaan toinen ihminen kohdataan myös muilla ihmisyyden tasoilla. Tätä läheisyyttä, kasvokkain oloa tai yhteisöllisyyttä Levinas kutsuu ”sosiaaliseksi” ulottuvuudeksi. Siihen liittyy toisen ihmisen elämän varaukseton kunnioitus. Tähän liittyy pyrkimys ymmärtää ohjattavan kokemuksia, tulkintoja ja pyrkimyksiä. Aikaisemmin neuvonta- ja diagnoosikeskeinen ohjaus on 2000-luvulla nähty yhä enemmän vuoropuheluna kahden ihmisen välillä. Mattila (2006,1) mainitseekin että ohjaustilanteessa kaksi asiantuntijaa hakee ratkaisua epäsymmetrisessä dialogissa. Kokemusperäisen neuvonnan keskeisinä piirteinä Mattila (2006,1) mainitsee vastavuoroisuuden, dialogisuuden, voimavarojen hyödyntämisen, luottamuksellisuuden sekä asiakkaan itsemääräämisoikeuden ja vaikutusvaltaisuuden tukemisen (Sherzer & Stone 1980).

2.4 Aikaisempia tutkimuksia ohjaustyöstä

Ohjausta on tutkittu paljon sekä ammatilliseen koulutukseen että kuntoutukseen liittyen. Esimerkkinä ammatillisen koulutuksen ohjaustutkimuksista esittelen Pertti Väisäsen (2002) tutkimuksen hyvästä ohjauksesta. Tutkimusaineisto kerättiin Savonlinnan opettajankoulutuslaitoksessa vuosina 1999–2000 kaksisivuisella lomakkeella avoimia kysymyksiä käyttäen. Kyselyyn osallistui 20 luokanopettajakoulutuksen 56:sta neljännen vuosikurssin opiskelijasta. Opettajankoulutuslaitoksen 42 opettajasta kyselyyn vastasi 15. Normaalikoulun opettajista kyselyyn vastasi 22 (/27). Analyysissä ja tulkinnessa käytettiin fenomenografista lähestymistapaa (Marton 1994). Käsitys hyvästä ohjaajasta lajiteltiin tässä tutkimuksessa kolmeen kategoriaan:

A = **ammattillisuus** (kompetenssi, reflektio, standardit ja normit, ohjaajan persoona). 39% maininnoista sijoittui tähän luokkaan.

B = **ohjauksen huolenpidollisuus** (tuki, kannustus, turvallisuuden tuntu, kuunteleva, empaattinen ja helposti lähestyttävä, kiinnittää huomiota ohjattavan itsetuntoon). Tähän, ohjaajan sosiaaliseen puoleen liittyy 36 % maininnoista.

C= **ohjauksen tehtävät ja tyyli** (ohjeita antava, kasvua edistävä, yhteistoiminnallinen ja haasteita asettava). Tähän luokkaan sijoittui noin 25 % maininnoista.

Hyvä ohjaus kategorisoitiin Väisäsen tutkimuksessa seuraavasti:

I. Ohjauksen perusta on yksilöllistä, persoonallista ja yksilöiden tarpeet huomioonottavaa. Ohjauksella on selkeät tavoitteet ja ammatilliset standardit ja se on hyvin organisoitu. Opiskelijat nähdään aktiivisina ja oma aloitteisina. Hyvällä ohjauksella on raamit ja rajat ja sille on varattu riittävästi aikaa. Väisänen mainitsee johtopäätöksissään, että sekä ohjaajat että ohjattavat mainitsivat myönteisen ilmapiirin ohjauksen tärkeimpänä piirteenä. Hyvä ohjaaja on Väisäsen mukaan kannustava, empaattinen ja kuunteleva.

II. Ohjauksen prosessi sisältää tukea kannustusta ja rohkaisua. Vuorovaikutus on turvallista ja läheistä. Dialogisuutta, reflektointia ja tasaveroista yhteistyötä arvostava. Hyvä ohjaus on avointa ja antaa Väisäsen mukaan myös vapautta ja tilaa ohjattavalle. Ohjauksen tavoitteena on ohjattavan kehittyminen ja kasvaminen. Tutkimuksensa johtopäätöksenä Väisänen näki tärkeänä oppilaiden ottamisen tasavertaiseen dialogisuuteen. Väisäsen mukaan tämä auttaa opiskelijoita ottamaan vastuuta omasta oppimisestaan ja sosiaalistumaan kollegiaalisuuteen (Väisänen 2003).

Myös kuntoutumisen ohjauksesta on runsaasti tutkimustietoa. Petteri Ora (2010) on tehnyt sosiaalipsykologian pro gradu -tutkimuksen aiheesta ”Voimaannuttaminen ohjaavassa kuntoutuksessa”. Hän haastatteli yhdeksää ohjaavaa kouluttajaa, jotka työskentelivät ammatillisen kuntoutuksen parissa. Tutkimuksen viitekehystenä oli sosiaalinen konstruktionismi ja menetelmänä sisällön analyysi. Osana tutkimusta Ora selvitti niitä ohjausprosessin osia, joita ohjaajat pitivät voimaantumisen kannalta tärkeimpinä. Mielenkiintoiseksi tutkimuksen tekee itselleni myös se, että ohjaajat työskentelevät Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskuksessa, jossa toteutetaan myös vajaakuntoisten puutarhatoimintaa. Ora kuvasi tutkimuksensa tuloksena voimaannuttavaa

ohjauksen polkua ja ohjauksen niitä elementtejä, joita ohjaajat pitivät voimaantumisen kannalta oleellisimpana.

Voimaannuttavan ohjauksen polkuun liittyi Oran mukaan asiakkaan oman äänen löytyminen ja esille tuominen. Myös henkisyys, vastakohtana merkityksettömyydelle vahvisti voimaantumista. Voimaantuminen näkyi elämänasenteen muutoksena. Oran tutkimuksessa ryhmän ja alkuvaiheen onnistumisten merkitys oli ohjaajien mielestä suuri (Ora 2010, 54). Ohjaajan roolina oli toimia rinnallakulkijana, kannustajana ja uusien näkökulmien ja mahdollisuuksien avaajana sekä työkalujen antajana. Tutkimuksensa toisessa osiossa Ora selvitti hiljaisen tiedon asemaa ohjauksessa ja sen suhdetta valtaan, identiteettiin ja asiantuntijuuteen.

Kaisa Mesimäki (2011) tutki sosiaalityön pro gradu työssään päihdeongelmasta toipuneiden elämäntarinoissa esiintyviä luontokokemuksia. Vaikka tutkimuksen fokus ei ollut ohjaustyössä, se antaa viitteitä luontoavusteisen toiminnan käytön vaikutuksista. Haastateltavat olivat osallistuneet Suomen A-kiltojen liiton Selvästi metsässä -projektin toimintaan. Projektissa kehitettiin erä- ja retkeilytoimintaa toiminnallisena kuntoutuksena A-kiltojen jäsenille. Mesimäen tutkimuksessa haastateltiin viittä henkilöä ja kertomuksia tutkittiin narratiivisen analyysin keinoin. Tulokset Mesimäki jaottelu Rauhalan ihmiskäsityksen kolmijaon mukaisesti (tajunta, keho, situaatio). Mesimäen tutkimuksessa luontokokemukset vaikuttivat tajuntaan tarjoamalla onnistumisen kokemuksia, voimavaroja ja lisäämällä positiivisia tuntemuksia. Luonto myös helpotti negatiivisten tunteiden käsittelyä. Kehoon ja fyysiseen kuntoon luonto vaikutti niin ikään positiivisesti. Luontokokemuksilla oli vaikutusta osallistujien identiteettiin, henkisiin kokemuksiin ja sosiaalisten suhteiden vahvistumiseen.

Mattila (2006) tutki ohjaustyötä yksityisissä mielenterveystyön hoito- ja palvelukodeissa väitöskirjassaan ”Miten ohjata mielen kuntoutujaa?”. Tutkimus pohjautui eksistentiaalis-fenomenologiseen ihmiskäsitykseen ja hermeneuttiseen tieto- ja maailmakäsitykseen. Menetelmällinen ratkaisu oli triangulaatio (Mixed model studies, Tashakkori & Teddlie 1998, Miles & Huberman 1988). Tutkimuksessa todettiin, että psykiatrisessa kuntoutuksessa painottui sääntöpainotteinen arjen taitojen opettelu, jonka Mattila näki

kumpuavan kuntoutustyön sosiaalisen oppimisen teorianhistoriasta. Mattilan mukaan ohjausta tulisi kehittää tällaisesta normatiivisesta ohjauksesta kokemusperäisen ohjauksen (counselling) ja ohjaavan kuntoutuksen suuntaan. Tällä tavoin potilaan ääni tulisi paremmin kuulluksi (Mattila 2006, 212) ja hänen vaikutusvaltansa kasvaisi. Ohjaava, counselling-tyyppinen kuntoutus perustuu Mattilan mukaan eettiseen suhteeseen toiseen ihmiseen, luottamukseen mielen kuntoutujan kehittymisestä, kokemuksen merkityksen ymmärtämiseen ja tulkintaan sekä ohjauksen osapuolien keskinäiseen kasvuun ja kumppanuuteen. Myöhemmin julkaistussa mielenterveysongelmaisten ohjaustutkimusten yhteenvedossaan (Mattila 2009, 98) toteaa, että sekä hänen että Heikkisen (2006) ja Kääriäisen (2006) tutkimusten mukaan ohjaus toteutuu mielenterveyskuntoutujien teorianhistorian mukaisesti taitojen ja työn oppimisen sekä ruumiin terveyden puolesta. Kuntoutujat saavat tietoa biologis-fysiologisesta alueesta. Ohjauksessa ei kuitenkaan juuri käsitellä kokemuksellisuuden ja toiminnallisuuden, hengellisyyden, etiikan, leikin, maailmankuvan tai mysteerien alueen kysymyksiä (Peavy 1999). Mattila toteaaakin, että mitä enemmän ohjaus on asiantuntijoiden varassa, sitä vähemmän ohjattava nähdään oman elämänsä ohjaajana, asiantuntijana ja sankarina. Mattila peräänkuuluttaa vertaisasiantuntijuuden käytön lisäämistä ohjaustyössä.

Kirsi Myyrä (2009) tutki ohjaustyötä tulevaisuusverstaaseen osallistuneitten parissa. Taustateorianä hänellä oli sosiokonstruktivistinen oppimiskäsitys, jossa sosiaaliset tilanteet nähdään uuden tiedon konstruoimista ruokkivina tilanteina (Valleala 2007, 80). Myyrä tarkastelee tutkimuksessaan ohjaajan eri rooleja ja myös ryhmäohjauksen kysymyksiä. Tulevaisuusverstaan osallistujat pitivät ohjausta toiseksi tärkeimpänä syynä kokemiinsa muutoksiin. Ohjauksen merkitys oli erityisen suuri verstaan alkuvaiheessa väheten loppua kohden (Myyrä 2007,70). Hyvän ohjauksen piirteinä pidettiin mm. seuraavia asioita:

- arvostelusta pidättäytyminen,
- ohjaajan tuomat uudet virikkeet ja keskustelunaiheet,
- kannustava ote oli erityisen tärkeä,
- kyky kuunnella yksilöitä ja ryhmää, kiinnostus asiakkaiden asioihin ja toiveisiin,
- toiminnan mahdollistaja,

-rauhallisuus ja

-kyky toimia hetkittäisten tilanteiden mukaisesti.

Tulevaisuusverstaassa ohjaaja vaihtui kesken prosessin ja tämä tarjosi tutkimukselle myös hedelmällisen lähtökohdan kahden eri ohjaustyylin vertailuun. Myyrä toteaaakin, että ohjaajan persoonallisuudella on suuri vaikutus ohjaustyössä, ja onnistuneen ohjaustoiminnan lähtökohtana on hänen mukaansa aitous. Toisen ohjaustyyliä ei voi vain imitoida, vaan on toimittava aidosti, omilla vahvuusalueilla (Myyrä 2007, 72- 73).

Kujala ja Makkonen (2006) arvioivat tutkimuksessaan ohjaavaa koulutusta Punaisen Ristin järjestämän työllistämiskoulutuksen osallistujien parissa. Tutkimukseen osallistuneet pitivät toiminnallisuutta tärkeänä, sillä sen kautta he saivat kokemuksen omasta pystyvyydestä ja kyvykkyydestä (2006, 97). Yhteisöllisyys ja tasa-arvoinen toiminnan ideoiminen oli myös koettu hyödylliseksi. Yhdessä tekeminen oli mahdollistanut myös tiimityötaitojen oppimisen. Arvostuksen kokeminen, vuorovaikutus ja positiivinen palaute olivat mahdollistaneet minäkuvan myönteisen muutoksen (2006, 104).

Sinikka Pöllänen on käsitellyt ohjauksen kysymyksiä artikkelissaan ”Käsityö terapiana ja terapeuttisena toimintana”. Hän kirjoittaa, että käytettäessä käsityötä terapeuttisena toimintana tulee sen tavoitteet eritellä. Hän on käyttänyt tavoitteiden erittelemiseen Bruscian (1998, 157-171), musiikkiterapiasta peräisin olevan, toiminta-alueiden ja työskentelytasojen jaottelua (didaktinen-, lääketieteellinen-, psykoterapeuttinen-, virkistyksellinen- ja ekologinen-taso) . Ohjaajan on Pölläsen mukaan toimittava joustavasti, spontaanisti, käytännönläheisesti ja ohjattavaa kuullen (Mattila 2002, Lilja-Viherlampi 2007). Pöllänen korostaa, että kokemuseräisessä ohjauksessa tulevaisuus rakentuu tämän hetken ylittämisestä (Pöllänen 2007, 99) ja kokemushistoria voi näin muuttua yksilön voimavaraksi. Ohjaajalta tämä vaatii Pölläsen mukaan kykyä keskustella myös menneisyyteen sijoittuvista tapahtumista. Käsityön kokonaisuudessa onkin hänen mukaansa kysymys monivaiheisesta ja moniulotteisesta kokonaisuudesta, jossa mekaaninen tekeminen synnyttää monenlaisia prosesseja (Pöllänen 2006, 91-105).

3. Ohjauksen taustalla olevat oppimiskäsitykset

Mattilan (2006) ja Ojasen (2000) mukaan ohjaajan työ on sisäistettyä pedagogiikkaa. Ohjaukseen liittyy usein monenlaisia oppimisprosesseja ja yksi ohjaajan keskeisiä haasteita on olla hyvä pedagogi. Ohjaustyön taustalla on monenlaisia teorioita sekä psykologian että kasvatustieteen puolelta. Ojanen (2006,10) mainitsee ohjauksen taustateorioiksi psykodynaamisen lähestymistavan, manipulatiivisen ja systeemiteoreettisen lähestymistavan, sekä kokemuksellisen ja konstruktivistisen oppimisen teorit. Järvilehto (2011, 171) esittelee kuntoutukseen liittyviä oppimisteorioita ja käsittelee behavioristista, kognitiivista, sosiaalista, sosiokulttuurista ja konstruktivistista oppimiskäsitystä sekä kokemuksellista oppimista ja humanistisia oppimismalleja. Järvilehdon mukaan näitä kaikkia malleja voidaan soveltaa kuntoutuksessa ja sen prosessien ymmärtämisessä. Myös ongelmakeskeistä (Boud 1995) lähestymistapaa voidaan käyttää ohjaustyössä (Ojanen 2006, 52).

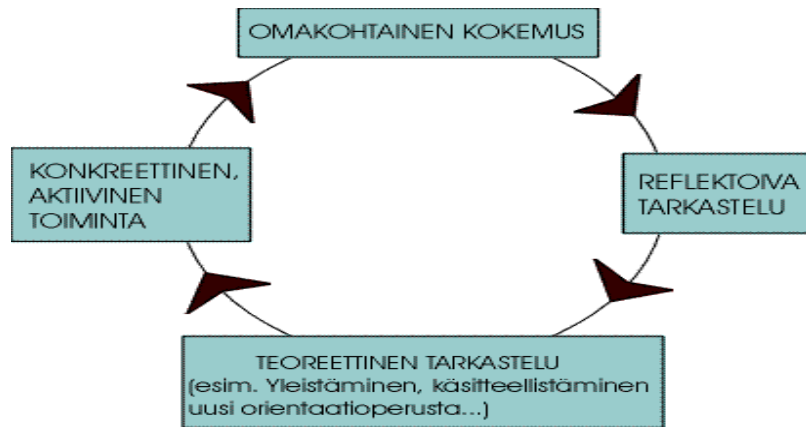
Tästä laajasta oppimisteorioitten kentästä esittelen tarkemmin sosiaalisen oppimisen-, kokemuksellisen oppimisen- ja konstruktivistisen oppimisen teorit. Nämä oppimisteoreettiset lähestymistavat näkyvät kokemukseni mukaan selkeimmin green care -toiminnan arjessa. Myös sosiaalipedagoginen lähestymistapa oppimiseen on tavallinen, varsinkin silloin kun työskennellään hevosten, tai muiden eläinten avustuksella. Konstruktivistinen oppimiskäsitys on Peavyn sosiodynaamisen ohjauksen taustalla. Kokemukselliseen oppimiseen liittyy kiinteästi toiminnallisuus ja sen reflektointi, mikä on melko tavallista green care -toiminnassa. Koska green care -toimintaa toteutetaan usein ryhmässä, siinä voidaan nähdä myös piirteitä sosiaalisen oppimisen teoriasta. Mallintaminen, onnistumisten kautta vahvistuvat pystyvyyden tunteet ja toiminnan kautta muodostuva toiminnallinen identiteetti ovat sosiaalisen oppimisen käsitteistöä.

Hallerin mukaan (2006,71) puutarhatoiminnassa on hyödyllistä vaihdella opetusmenetelmiä asiakkaiden vastaanottokyvyn mukaan. Verbaalisten ohjeiden lisäksi toivottua toimintaa voidaan demonstroida, ja tarvittaessa jopa

kädestä pitäen auttaa niitä, joiden koordinaatio on hyvin heikko. Jos ohjattavien metakognitiiviset valmiudet ovat hyviä, he ehkä itse tietävät millainen oppimistyyli heille sopii parhaiten. Muussa tapauksessa ohjaajan on kokeillen etsittävä kullekin sopiva oppimistapa. Ohjauksen tavoitteena on kohdata ihminen kokonaisuutena. Ohjaaminen tähtää itsetuntemuksen ja minäkuvan rakentumiseen, tiedon käsittelyyn ja uuden tiedon tuottamiseen sekä ammatilliseen kasvuun metakognitiivisten valmiuksien ja ajattelun kehittyessä (Mattila 2006).

3.1 Kokemuksellinen ja konstruktivistinen oppiminen

Leila Keski-Luopa (2011) mainitsee uusina oppimiskäsityksinä kokemuksellisen oppimisen, kontekstioppimisen ja situationaalisen oppimisen. Hänen mukaansa niiden juuret ovat Sokrateen opetuksissa. John Dewey kehitteli niitä jo 1930-1950 -luvulla, mutta silloin nämä ajatukset eivät vielä saaneet riittävää vastakaikua. Dewey (1951) näki kaiken oppimisen olevan kokemuspohjaista ja pohjautuvan sykliin, jossa tekemisen ja sen tuottaman aineiston prosessoiminen on olennaista. Deweyn mukaan kaiken oppimisen pitäisi perustua ihmisen arkikokemuksiin. Vasta David Kolben ja David Huntin toimesta kokemuksellisen oppimisen ajatukset alkoivat saada osakseen laajempaa kiinnostusta. Lehtovaaran mukaan (1996) näille oppimiskäsityksille on yhteistä pyrkimys irrottautua mekanistisesta ihmiskäsityksestä. Kokemuksellisen oppimisen taustaa on nähty olevan myös humanistisessa psykologiassa, jonka oppi-isiä olivat Abraham Maslow, Carl Rogers ja D.A. Kolb. Humanistisen psykologian arvomaailmassa korostuivat ihmisen ainutlaatuisuus, luovuus, mielekkyys ja itsensä toteuttamisen tarpeet. Kokemuksellisen oppimisen prosessia kuvaa ohessa oleva kuvio.



Kuvio 1: Kokemuksellisen oppimisen kiertokulku Kolbin (1984) mukaan

Kokemuksellisessa oppimisessa keskiössä on kokemuksen reflektiivinen tarkastelu. Sitä edeltää toiminta ja siihen liittyvä kokemus. Kokemuksen reflektiivinen tarkastelu voi johtaa asian teoreettiseen hahmottamiseen.

Green care -toiminnassa on alueita, joissa kokemuksellista oppimista käytetään muun muassa suhdekasvatukseen. Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa mallinnetaan toimintatapoja eläinten kanssa ja reflektoinnin ja keskustelun jälkeen ne pyritään siirtämään myös ihmissuhteisiin. Myös muilla green care -toiminnan alueilla käytännön toiminta saattaa herättää pohdintoja, jossa on kokemuksellisen oppimisen piirteitä. Tällöin käytännön tilanteissa kohdattuja asioita reflektoidaan ja niitä koskevia pohdintoja saatetaan soveltaa elämän eri alueille. Tällaisen toiminnan kautta oppija voi löytää uusia tapoja toimia ja hän pystyy jäsentämään kokemustaan mielekkäällä tavalla.

Myös ohjaajan tehtävässä on tavallista, että ohjaaja reflektoi kokemusta yhteisestä aktiviteetista. Esimerkiksi omassa projektissani ohjaajat pitävät jokaisesta tapahtumasta päiväkirjaa, johon kirjataan paitsi se mitä tehdään, myös onnistumiset ja koetut haasteet kehittämissuhteiksi. Hagedorn (2000) näkee tällaisen reflektoinnin olennaisen tärkeänä taitona kehitettäessä itsen terapeutista käyttöä.

Boud esittää kokemusten läpikäymistä kolmella eri tavalla:

- palauttamalla mieleen tapahtumia ja kuvailemalla niitä uudelleen
- käymällä läpi kokemuksiin liittyneitä myönteisiä ja kielteisiä tunteita
- arvioimalla uudelleen näitä kokemuksia

Green care -toiminnassa kokemuksia ei kuitenkaan aina pureta reflektiivisella tavalla, vaan toisinaan pelkkä toiminta riittää. Tällöin koettua asiaa ei

käsitteellistetä, eikä näin ollen läpikäydä kokemuksellisen oppimisen kaikkia neljää vaihetta.

Konstruktivistinen oppimiskäsitys nähdään yhtenä olennaisimmista ohjauksen taustateorioista. Heikkilä (2006) on väitöskirjassaan jakanut konstruktivismiin pragmaattiseen, sosiaaliseen ja radikaalin konstruktivismiin. Näistä radikaali ja pragmaattinen suuntaus ovat yksilölähtöisiä. Myös Peavyn sosiodynaamisen ohjausteorian taustalla on konstruktivistinen oppimiskäsitys. Ojanen (2006), joka hahmottelee ohjausteoriaa kirjassaan ”Ohjauksesta oivallukseen”, näkee konstruktivistinen teorian ohjaukselle sopivana taustateorian. Sekä konstruktivismi että kokemuksellinen oppiminen edellyttävät tiedon ymmärtämistä (Ojanen 2006, 44), ja sen vuoksi ne johtavat myös parempaan tiedon omaksumiseen ja soveltamiseen.

Konstruktivistisessa oppimisessa ihminen ymmärretään tiedon rakentajana, konstruoijana, joka sijoittaa uutta tietoa ja kokemusta aina aikaisemman tiedon ”päälle”. Näin tieto nähdään koko ajan muuttuvana ja rakentuvana ilmiönä, eikä kukaan voi siirtää puhdasta tietoa toisen päähän, ilman tätä konstruoimisprosessia. Oppija tulkitsee ja rakentaa saamistaan aineksista oman käsityksensä asiasta. Konstruktivistiselle oppimiskäsitykselle on lisäksi tyypillistä ihmisen tunteiden ja tiedon sosiaalisen rakentumisen huomioiminen (sosiaalis-konstruktivistinen). Tämän käsityksen mukaan tieto syntyy sosiaalisessa kontekstissa ja tietoa ei voi ymmärtää ilman sen sosiaalista ja kulttuurista taustaa (Ojanen 2006, 41). Konstruktivistisessä oppimisessa tiedon ajatellaan olevan tilannesidonnaista ja sen ajatellaan syntyvän aidoissa toimintatilanteissa (Heikkilä 2006, 67). Pystyäkseen siirtämään uutta tietoa, sekä ohjaavan että ohjattavan olisi hyvä olla tietoinen asiaan liittyvistä aiemmista kokemuksista ja käsityksistä. Näin konstruoimisprosessia voitaisiin käydä vuorovaikutuksessa ohjaajan kanssa.

Konstruktivistiselle ohjaukselle on tyypillistä dialogia korostava vuoropuhelu, jossa tavoitteena on uudenlaisen ymmärryksen syntyminen (Kettunen ym. 144). Puhuessaan osallistujat tulevat vähitellen tietoisiksi omista ja toistensa ajatuksista ja heidän on mahdollista muodostaa vanhojen kokemusten pohjalta uudenlaisia ajatuksia. Tavoitteena ei välttämättä ole yhteisymmärryksen syntyminen, vaikkakin konstruktivistiselle ohjaukselle asioiden yhteyksien

ymmärtäminen on olennaista. Dialogille ominaista on kahdenkeskisyys, sitoutuneisuus, joustavuus ja aitous (Kettunen ym. 2011, 144).

Sosiokulttuurista oppimiskäsitystä kehitellyt Lev Vygotski (1978, 86) tuli tunnetuksi erityisesti lähikehityksen vyöhykkeen käsitteestään. Sen mukaan ihmisen kehitystaso voidaan määrittää kahdella tasolla: Ensinnä on taso, josta hän selviää itsenäisesti ja toiseksi on taso, josta hän selviää ohjaajan antaman sosiaalisen tuen avulla. Lähikehityksen vyöhyke on näiden kahden tason väliin jäävä alue. Tämä ajatus sopii hyvin myös kuntouttavaan puutarhatoimintaan, jossa ohjaajan mahdollistava rooli on tärkeä. Usein ohjaus mahdollistaa sellaisten tehtävien suorittamisen, jotka ilma ohjaajan apua eivät toteutuisi.

3.2 Sosiaalisen oppimisen teoria

Green care -toiminnassa on tavallista että toiminta tehdään ryhmässä ja uusien asioiden oppimiseen liittyy toisten antamasta mallista oppiminen. Sosiaalisen oppimisen teorian mukaan ihminen oppii juuri näin; *havaitsemalla* tai *mallista oppimalla*. Oppiminen tapahtuu sosiaalisessa ympäristössä ja siihen vaikuttavat oppimiseen liittyvät skeemat (skeema= organisoitunut mentaalinen tietorakenne tai toimintamalli). Albert Bandura (1977) erottaa havaitsemalla oppimisessa neljä osaprosessia; tarkkaavaisuuden, säilyttämisen, suorittamisen ja motivaation. Banduran mukaan toiminnasta aiheutuvat seuraukset vaikuttavat merkittävästi oppimiseen joko kielteisesti tai edistämällä sitä. Banduran mukaan yksilön oma käsitys itsestään oppijana vaikuttaa merkittävästi oppimisen tuloksiin. Banduran pystyvyydeksi nimeämä tunne kuvasi oppijan uskoa omiin kykyihin. Sen on todettu perustuvan yksilön aikaisempiin suorituksiin, muiden ihmisten vakuutteluihin, sijaiskokemuksiin ja omien tunnereaktioiden tulkintaan. Green care -toiminnassa yksi keskeinen tavoite on tuottaa asiakkaille onnistumisen kokemuksia. Tätä kautta pyritään lisäämään pystyvyyden tunnetta, joka antaa rohkeutta tarttua uusiin tehtäviin.

Wengerin sosiaalisen oppimisen teoriassa ihminen muodostaa identiteettiään toimiessaan yhteisössä (communities of practice). Identiteetin muodostuminen perustuu oppimiseen ja toimintaan yhteisössä sekä vuorovaikutukseen yhteisön sisällä (Wenger 1998, 4-6). Toimiessaan yhteisössä oppija saa tietoa omista heikkouksista ja vahvuuksistaan. Identiteetin rakentumista Wenger kuvaa

samaistumisen ja neuvottelun vuorotteluna. Samaistuminen tarkoittaa yhteisöön kuulumista ja yhteenkuuluvuuden tunnetta ja sillä määritellään yhteisön rajoja. Tämä antaa aineksia yksilön identiteetin rakentumiselle. Neuvoteltavuus (negotiability) taas liittyy mahdollisuuteen neuvotella, keskustella ja muodostaa merkityksiä tapahtumille (Wenger 1998, 197-200). Wengerin mukaan, tuleminen yhteisön täysivaltaiseksi jäseneksi ja kommunikaation mahdollisuus yhteisön kanssa, on oppimisen kannalta keskeinen tekijä oppimisessa (Wenger 1998, 165-167). Yhteisöltä on myös mahdollista oppia myös uusia kulttuurisia tapoja ja pelisääntöjä.

Green care toiminnasta voi löytää myös yhteistoiminnallisen oppimisen periaatteita (Sahlberg & Leppilampi 1994). Positiivinen riippuvuus toisista ryhmäläisistä syntyy, kun ryhmällä on yhteinen tehtävä tai ongelma ratkaistavanaan (Brown 2000, 38). Positiivinen riippuvuus lisää ryhmän koheesiota ja suorituskykyä ja samalla on mahdollisuus oppia tiimityötaitoja. ”Yhdessä olemme enemmän kuin me kaikki yhteensä” - pitää paikkansa näissä tilanteissa (Johnson & Johnson 1981; Rosenbaum 1980). Tätä kautta voidaan vahvistaa osallistujien tiimityötaitoja.

Ohjaukseen liittyvien teorioiden esittelyn jälkeen on syytä kysyä, mikä on teorioiden merkitys käytännön ohjaustyössä? Onnismaan (2007,22) mukaan käytännön tilanteissa on vaikea eritellä mitkä teoriat vaikuttavat ohjaustyön etenemiseen. Hänen mukaansa ohjauksessa ei ole yhtä suurta teoriaa, vaan menetelmät usein sekoittuvat ja niitä käytetään joustavasti asiakkaan tarpeiden ja ohjaajan valmiuksien mukaan. Myös Peavy (1999,18) mainitsee, ettei mikään yksittäinen ohjauksen lähestymistapa ole osoittautunut muita paremmaksi. Syinä tähän ovat hänen mukaansa se, että

- ohjaajan persoonan merkitys on yhtä suuri kuin menetelmän,
- ohjattavien ongelmat ovat ainutlaatuisia ja
- ohjauksen eri lähestymistavoilla on paljon yhteisiä piirteitä.

Ojasen (2006 12) mukaan myös ohjaajan etiikka, arvot ja elämäkatsomus vaikuttavat oleellisesti ohjauksen toteutumiseen ja hänen mukaansa teorioilla ei ole merkitystä elleivät ne ole muuttuneet elämänviisaudeksi. Kuten Peavy (1999) kirjoittaa, ohjauksessa ohjaajan persoonan ja vuorovaikutuksen laadun ja luottamuksellisen suhteen merkitys on suuri.

4. Green care -toiminnan taustaa

Luontoelementtien käyttöä hoidon tukena on markkinoitu Suomessa green care -nimikkeellä vasta aivan viime vuosina. Luontoympäristöjä on kuitenkin käytetty sosiaali- ja terveydenhuollossa jo kauan ja viherympäristöjen kuntouttavalla käytölläkin on pitkät perinteet. Egyptiläiset hovilääkärit saattoivat määrätä puutarhakävelyjä hermostollisista oireista kärsiville potilailleen. Myöhemmin luostarilaitos hyödynsi viherympäristöjä ja luonnosta saatavia yrttipohjaisia lääkkeitä hoivatessaan sairauksien runtelemaa ihmisiä. 1800-luvun alussa maaseutu ympäristöjen rauhoittavaa vaikutusta alettiin uudelleen soveltaa psykiatrisessa hoidossa, kun havaittiin maatalous- ja puutarhatöiden rauhoittava vaikutus. Toisen maailmansodan jälkeen puutarhaterapiaa käytettiin Yhdysvalloissa veteraanien kuntoutukseen hyvin tuloksin. 1950-luvulla käynnistyivät alan koulutukset Yhdysvalloissa ja ensimmäinen puutarhaterapiaa käsittelevä kirja *Therapy through horticulture* ilmestyi vuonna 1960. Myöhemmin koulutustoiminta laajeni Yhdysvalloissa ja Englannissa myös yliopistoihin ja alan kehittämistä edistämään syntyi useita järjestöjä. Puutarhaterapia vakiintui näissä maissa yhdeksi toimivaksi toimintaterapian muodoksi, jonka vaikuttavuus on todettu sekä käytännön hoitotyössä että tutkimuksissa.

Myös Suomessa mielisairaaloitten yhteyteen rakennettiin puutarha-alueita 1900-luvun alkupuolella (Rappe, Koivunen, Linden, 2003). Puutarha- ja maataloustöiden kuntouttavaa vaikutusta hyödynnettiin hoitotyössä myös muille asiakasryhmille. Nykyisen Sosiaalitieto-lehden edeltäjässä, Köyhäinhoito-lehdessä, olikin useita artikkeleita puutarhanhoidon hyödyllisyydestä jo 1920- ja 1930-luvuilla. Suomessa kuntouttava työtoiminta maataloilla ja kaupapuutarha ympäristössä on liittynyt kiinteästi muun muassa vankiloitten kuntoutusohjelmiin. Joissakin vankiloissa vangit voivat suorittaa vankeusaikanaan myös puutarha-alan tutkintoja. Terapeuttista puutarhanhoitoa on sovellettu paljon myös ikääntyvien hoitopaikoissa ja vammautuneiden ihmisten kuntoutuksessa (Rappe 2004). Puutarhateknikko, sosiaalipsykologi Kalervo Nikkilä on tehnyt tunnetuksi puutarhaterapian käytännön sovelluksia Suomessa. HIH -tutkimus (Human Issues in Horticulture) tuli Suomen puutarhatieteen koulutusohjelmiin 1990-luvulla. Maatalous- ja metsätieteiden tohtori Erja Rappe (2004) teki väitöskirjan viherympäristön ja puutarhatoiminnan

vaikutuksista ikääntyvien ihmisten koettuun terveyteen ja hän on edistänyt HHH - tutkimuksen tunnettavuutta Suomessa. Tämän lisäksi viherympäristöjen kuntouttavasta käytöstä on ilmestynyt muita opinnäytetöitä ja green care -toiminnasta on valmistumassa useita väitöskirjoja.

Myös eläinten positiivinen vaikutus ihmisiin on tiedetty pitkään. Alkusysäyksenä systemaattiselle eläinavusteisen terapian kehittymiselle on joskus pidetty amerikkalaisen lastenpsykiatrin, Boris Levinsonin vastaanotolla tapahtunutta lapsen ja koiran kohtaamista. Lapsipotilas, joka oli siihen asti vaiennut, alkoi yllättäen puhumaan Levinsonin Jingles koiralle (Fine Audrey, 2006). Tämä innoitti Levinsonia kehittämään eläinten käyttöä terapiatyössä. Vuonna 1961 hän kertoi eläinavusteisesta työstään amerikkalaisten psykologien (APA:n) kongressissa. Myös Freud piti kiinanpystykorva Jofiaan vastaanotollaan ja uskoi sen rauhoittavan varsinkin lapsipotilaita. Kerrotaan, että Freud uskoi koirallaan olevan kyvyn arvioida potilaan jännittyneisyyden asteen. Mitä lähempänä koira makaili potilasta, sitä rentoutuneempi tämä oli (Coren 1997). Jo ennen Freudia ja Levinsonia lapsien psyykkisten häiriöiden testaukseen oli kehitetty kuvaharjoituksia, joissa käytettiin eläinten kuvia eri tilanteissa (Blumin kehittämä Blacky testi 1950, Leopold ja Sonia Bellakin kehittämä CAT testi, Childrens's Apperception Test) .

Puutarhaympäristöjen ja eläinten käytön lisäksi maatilojen käyttö kuntoutusympäristönä on green care toiminnassa tavallista. Yhä aktiivisesti toimiva kuntouttava maatila, amerikkalainen Green Chimneys Farm perustettiin 1947. Sen toiminnassa eläimiä käytetään yhä laajasti lasten ja nuorten kuntoutuksessa (Yli-Viikari ym. 2009, 21). Monissa Euroopan maissa maatiloja on käytetty erilaisen kuntoutustoiminnan tukena jo kauan. Viime vuosikymmeninä toiminta on järjestäytynyt uusien käsitteiden alle, kuten Green Care, Farming for Health, Care Farms Social Farming, City Farms ja Inn på tunet (Yliviikari ym. 2009). Hollannissa kuntouttavien maatilojen määrä on yli kymmenkertaistunut 2000-luvulla ja esimerkiksi Norjassa on lähes 9000 kuntoutustyössä mukana olevaa maatilaa. Maatilojen green care -toiminnan vahvistumiseen liittyi Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskuksen vuonna 2009 julkaisema selvitys Green Care - Terveyttä ja Hyvinvointia maatilalta. Yhdessä tulevaisuuden tutkimuskeskuksen kanssa tehty selvitys ennusti green

care -toiminnan vakiintuvan osaksi sosiaali- ja terveydenhuollon toimintaa tulevaisuudessa. Maatalouselinkeinon piirissä green care -toiminnan, ja siihen mahdollisesta liittyvän uuden elinkeinomahdollisuuden kehittäminen onkin ollut voimakasta. Maatiloilla tapahtuva kuntouttava ja voimaannuttava toiminta onkin oleellinen osa green care -toimintaa (Yliviikari ym.2009, Sempik ym. 2010) ja MTT on vahva toimija green care -toiminnan kehittämisessä.

Laitoshoidon yhteydessä tapahtuva green care -tyyppinen toiminta väheni hoidon medikalisoitumisen ja kustannussäästöjen aikana, kunnes sitä on jälleen 2000-luvulla alettu uudelleen elvyttää. Muun muassa Pitkänien ja Kellokosken psykiatriisiin sairaaloihin on rakennettu aivan uudet kasvihuoneet ja toiminnalla on vahvasti kuntouttavat tavoitteet. Vankeinhoidossa on puutarha- ja maatilatoimintaa ollut jo pitkään. Vilppulan vankilassa vangit voivat opiskella myös puutarha-alan tutkintoja ja Keravan vankilassa on puutarhatyöt ja eläinten hoito ovat olleet oleellinen osa Kisko-kuntoutusohjelmaa jo yli kymmenen vuoden ajan. Kaikkein vahvimmin eläinten ja maaseutu ympäristön hyödyntäminen on näkynyt lastensuojelutyössä, monien perhekotien sijaitessa maaseudulla. Tähän työhön liittyen on kehitetty myös koulutusta. Esimerkiksi sosiopedagogista hevostoimintaa voi opiskella yliopiston täydennyskoulutuksena ja myös tältä alueelta on tehty useita yliopistollisia opinnäytetöitä. Sosiaalipedagogista hevostoimintaa onkin käytetty paljon ennaltaehkäisevänä ja korjaavana sosiaalisena kuntoutuksen menetelmänä syrjäytymisen ehkäisyssä. Tämän lisäksi ratsastusterapiaa on käytetty kehitysvammaisten asiakkaiden kuntoutuksessa. Joissakin laitoksissa on hyödynnetty kaverikoiratoimintaa ja retket luontokohteisiin ovat tavallista virkistystoimintaa monessa hoitoyksikössä. 2000-luvun vaihteen molemmin puolin seikkailupedagogiikka tuli tunnetuksi yhtenä lastensuojelun piirissä käytetyistä kasvatuksellisista menetelmistä. Tämä toiminta tapahtui usein luontoympäristössä. Pääpaino seikkailupedagogiikassa oli kuitenkin toiminnallisissa harjoitteissa ja niihin liittyvissä purkuprosesseissa, eikä luontoympäristön hyvinvointia vahvistavaa vaikutusta korostettu.

Myös eurooppalaisella tasolla green care - tyyppinen toiminta on maailmanlaajuisesti vahvassa kasvussa sen kautta saavutettujen hyvien tulosten johdosta. Norjassa on yli 900 maatilaa, joissa hyödynnetään green care

-menetelmiä hoidon ja oppimisen tukena ja tämän lisäksi lähes 4 % suunnittelee toiminna aloittamista. Norjan valtio on investoinut 18 milj. NKR green care -toiminnan kehittämiseen vuosina 2010-2012. Hollannissa green care -maatilojen määrä on yli kymmenkertaistunut 2000-luvulla. Terapeuttisen puutarhanhoidon hankkeita on Englannissa vuosittain yli 900 ja Saksassa yli 400 hoitoyksikössä.

4.1 Green care käsitteenä

Green care tunnetaan käsitteenä koko Euroopassa, joskin sitä käytetään eri maissa erilaisin painotuksin (Yli-Viikari 2009,10). Sempik'in mukaan green care -termillä tarkoitetaan systemaattista luontointerventiota, jonka tarkoituksena on parantaa osallistujien hyvinvointia (Sempik 2010,11). Maa – ja elintarviketalouden tutkimuskeskus määrittelee Internet sivuillaan green care -toiminnan seuraavasti: ”Green care on luontoon ja maaseutuympäristöön liittyvää toimintaa, jolla edistetään ihmisten hyvinvointia ja elämänlaatua. Hyvinvointia lisäävät vaikutukset syntyvät muun muassa luonnon elvyttävyyden, osallisuuden ja kokemuksellisuuden avulla”. Green care -termiä on yritetty suomentaa muun muassa vihreä hoiva käsitteeksi. Koska green care kuitenkin kattaa hoivan lisäksi myös oppimisen, kuntoutuksen ja virkistykseen, on Suomessakin toistaiseksi nähty parempana pitäytyä green care -termin käyttöön. MTT (Suopanki 2011,11) erottelee green care käsitteen alle ”vihreän hoivan” (hoito, kuntoutus) ja ”vihreän voiman” (ennaltaehkäisy, tyky- toiminta, oppiminen).

Maatila- ja luontoympäristöjen käytön lisäksi green care -toiminnan keskeistä sisältöä ovat terapeuttinen puutarhanhoito ja eläinavusteiset toiminnot. Muita green care -toimintamuotoja on esitetty kuvassa 1. Green care -toiminta voi tapahtua joko hoitopaikan ulkopuolella, esimerkiksi maatilalla, tai se voidaan viedä laitospäristöön muun toimintaterapian tapaan. Luontoavusteiset aktiviteetit voivat olla myös keskeinen osa hoitopaikan omaa toimintaa ja yksi sen asiakkaita kuntouttavista menetelmistä.



Kuva 2. Green care -menetelmät

Green care -toiminnan tavoitteet vaihtelevat eri asiakasryhmillä. Green care voi tukea kuntoutumisen tai oppimisen tavoitteita. Oppiminen voi liittyä perusopetukseen, ammatilliseen opetukseen tai arkielämän taitoihin. Muun muassa maatiloilla tapahtuvassa erityisopetuksessa on saavutettu erinomaisia tuloksia (Katcher, Teumer 2005, 227-243). Eläinavusteisia taitoja käytetään paljon myös suhdetaitojen opetteluun. Esimerkiksi sosiopedagogisessa hevostoiminnassa hevosten kanssa opittuja taitoja pyritään siirtämään myös muille elämän aloille. Ikääntyneillä asiakkailla virkistykseen ja fyysiseen toimintakyvyn ylläpitämiseen liittyvät tavoitteet ovat tavallisia. Sosiaali- ja terveydenhuollon piirissä tapahtuvassa ohjauksessa tavoitteet liittyvät hoito- ja kuntoutussuunnitelmien tavoitteisiin, valtaistumiseen ja toimintakyvyn vahvistamiseen (Onnismaa 2007, 20). Ammatillisen green care -toiminnan kriteerinä pidetään usein sitä, että toiminnan tavoitteet on määritelty yhdessä asiakkaan ja muun hoitohenkilökunnan kanssa. Tällöin tavoitteiden saavuttamista seurataan ja arvioidaan.

Kuten edellä olen kuvannut, Suomessa green care -toimintaa käytetään hoidon ja kuntoutuksen tukena hyvin erilaisilla kohderyhmillä. Menetelmän levinneisyydestä Suomesta ei ole tällä hetkellä saatavilla ajan tasalla olevaa, kattavaa tilastotietoa. Hoivayrityksien määrä maaseudulla on kuitenkin ollut koko ajan kasvussa. Esimerkiksi sosiaalipalveluyritysten määrä kasvoi vuodesta

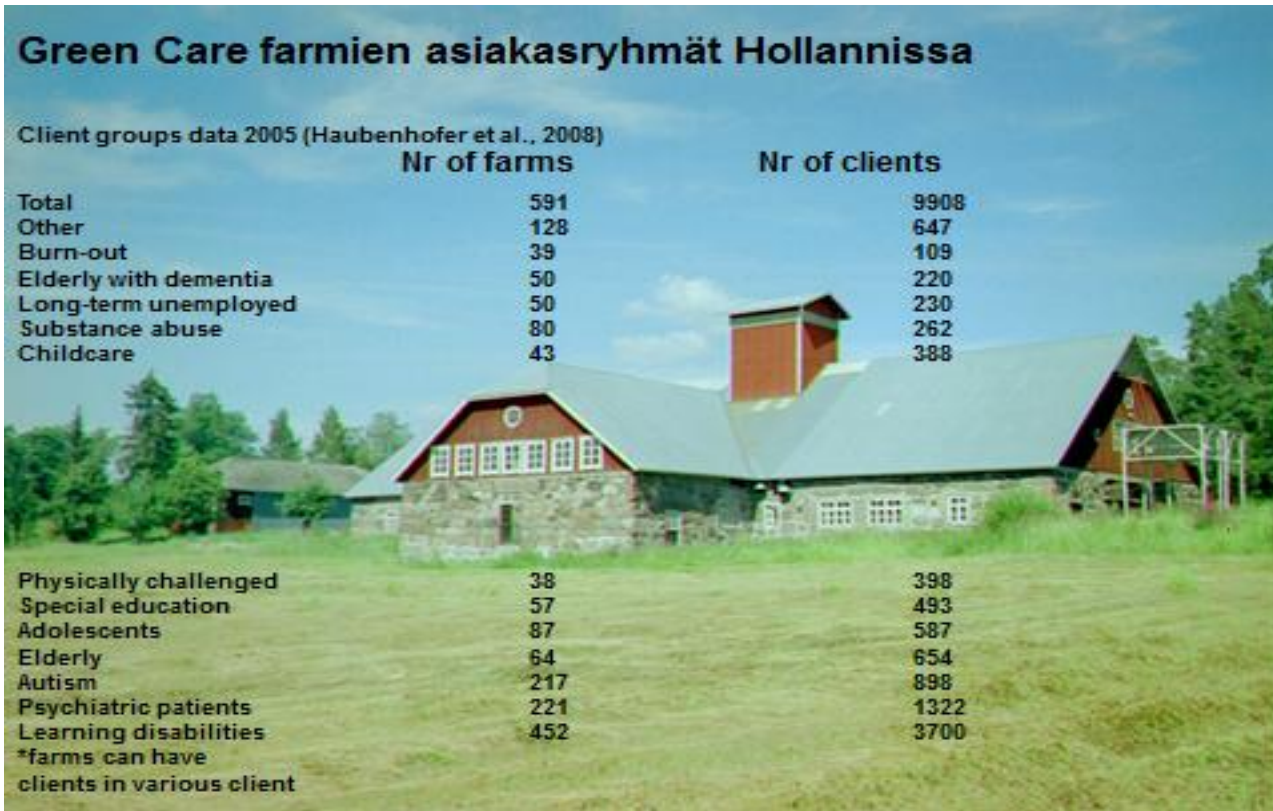
2000 (510 yritystä) vuoteen 2004 noin puolitoistakertaiseksi (780:een yritykseen).

Vertailun vuoksi esitän mautiloilla toteutettavan green care -toiminnan tilaston Hollannista vuodelta 2008 :

Green Care farmien asiakasryhmät Hollannissa

Client groups data 2005 (Haubehofer et al., 2008)

	Nr of farms	Nr of clients
Total	591	9908
Other	128	647
Burn-out	39	109
Elderly with dementia	50	220
Long-term unemployed	50	230
Substance abuse	80	262
Childcare	43	388
Physically challenged	38	398
Special education	57	493
Adolescents	87	587
Elderly	64	654
Autism	217	898
Psychiatric patients	221	1322
Learning disabilities	452	3700
*farms can have clients in various client		



Kuvio 3. Green care mautilat Hollannissa asiakasryhmittäin (Haubehofer ym. 2008).

Suomessa oli vuonna 2007 400 monialaista maatilaa, jotka tarjosivat hoiva- ja hoitopalveluita. Hollannissa niitä oli 2008 lähes 600 ja Norjassa 2010 noin 900. Taulukosta käy ilmi, että Hollannissa mautiloilla on hyvin erilaisia käyttäjäryhmiä, oppimisvaikeuksista kärsivien ollessa kuitenkin selkeästi suurin käyttäjäryhmä.

Toiminnan tuloksellisuudesta on tehty joitakin meta-analyysejä. Viherympäristöjen kuntouttavista vaikutuksista tällainen löytyy vuodelta 2005, jolloin Loughboroughin yliopisto teki Englannissa (Sempik, Aldridge ja Becker 2005) laajan yhteenvedon puutarhaterapian vaikuttavuudesta. Yhteenvedossa tutustuttiin yli 900 projektiin, joista kahdenkymmenenviiden toiminta analysoitiin perusteellisesti. Puutarhatoiminnan todettiin parantavan tehokkaasti osallistujien

sosiaalisia suhteita, itsetuntoa ja kuntoutumista itsenäisempään elämään. Puutarhaprojektit tarjosivat mahdollisuuksia myös itsereflektioon, rentoutumiseen ja osallisuutta normaaliin työntekoon. Vaikutukset fyysiseen ja henkiseen terveyteen, elämänlaatuun ja hyvinvointiin olivat selkeästi myönteiset. Myös Suomessa tutkimustoiminta on ollut vilkasta Metsäntutkimuslaitoksen, Maa- ja metsätieteellisen tiedekunnan, Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskus ja Tampereen ympäristöpsykologian laitoksen piirissä. Tutkimustoiminnan tuloksia esittelen laajemmin tutkimukseni *Terveyttä tukeva ympäristö –osassa*.

4.2 Terapeuttinen puutarhanhoito osana green care –toimintaa

Green care -toiminnassa viherympäristöjä käytetään hyvinvoinnin vahvistamiseen kahdella eri tavalla. **Oleskelulla** luontoympäristössä voidaan muun muassa poistaa stressioireita ja vahvistaa keskittymiskykyä.



Kuva 4. Luontoympäristöjen vaikutukset (Yli-Viikari A. 2011).

Aktiivinen toiminta luontoympäristössä, esimerkiksi terapeuttinen puutarhanhoito, tarjoaa mahdollisuuden oppimiseen, onnistumisen kokemuksiin, osallisuuteen ja asiakkaiden voimavarojen vahvistamiseen.

Omassa tutkimuksessasi hoitoyksikköjen painopiste olikin toiminnallisessa puutarhatoiminnassa.

Varsinainen puutarhaterapia määritellään tavallisesti puutarhatoiminnaksi, jolla on selkeä, nimetty kuntouttava tavoite, ja sitä johtaa tähän työhön koulutuksen saanut alan ammattilainen. Sen päämääränä on maksimoida sosiaalisia-, kognitiivisia-, fysiologisia- tai psyykkisiä toimintoja ja/ tai vahvistaa yleistä terveyttä ja hyvinvointia (Haller ja Kramer 2006, 34). Puutarhaterapian lähtökohtana ovat asiakkaan tarpeet, ja ne määritellään usein yhteistyössä muun hoitohenkilökunnan kanssa. Tällainen oli käytäntö myös niissä psykiatristen sairaaloiden puutarhoilla, joissa haastattelin ohjaajia. Hallerin (2006,29) mukaan puutarhatoiminnassa tavoitteiden tulee olla:

- asiakkaalle merkityksellisiä
- asiakkaan tiedossa
- sellaisia, johon puutarhaterapialla voidaan vaikuttaa
- sellaisia, jossa on mahdollisuus saavuttaa tuloksia

Varsinaisen puutarhaterapian lisäksi puutarhatoimintaa voidaan käyttää virkistystoimintana ilman tarkasti määriteltyä, yksilöllistä tavoitteen asettelua ja ilman terapiakoulutuksen saanutta henkilöä. Tällöin toiminnasta vastaa tavallisesti hoitotyön koulutuksen saanut henkilö, joka on saanut täydennyskoulutuksen terapeuttiseen puutarhanhoitoon tai tekee sitä oman kokemuksensa pohjalta. Tutkimukseeni kuluviissa muistisairaitten hoitopaikoissa puutarhatoiminnan tarkoituksena olikin toimia virkistysenä ja toimintakykyä tukevana aktiviteettina iäkkäille ihmisille. Tämän tyyppinen puutarhatoiminta tuo usein normaaliuden tuulahduksen laitoshoidon keskelle. Muistisairaiden ohjaaja korostikin sitä, että osallistujat voivat jatkaa hoitopaikassa niitä samoja asioita, mitä ovat tehneet elämässään aikaisemminkin.

Englantilaiset puutarhaterapian organisaatio käyttävät puutarhatoiminnasta nimitystä sosiaalinen ja terapeuttinen puutarhanhoito. Monien englantilaisten puutarhaterapeuttisten ohjelmien tavoitteena onkin edistää sosiaalista inklusiota, joka nähdään vastavoimana sosiaaliselle syrjäytymiselle. Osallisuus -termi kuvaakin sitä, että erilaiset ihmiset voivat integroitua yhteiskuntaan, löytää yhteisöjä joihin kuulua, päättää itseään koskevista asioista ja antaa oman panoksensa yhteiseen hyvään. Tähän liittyen moniin puutarhaprojekteihin

Englannissa liittyy kuntouttava työ, työvalmennus ja ammatillisten tutkintojen suorittaminen. Vankilassa ja kehitysvammaisten kohdalla puutarhатыön luonne oli lähellä kuntouttavaa työtoimintaa. Näissä painopiste on osallistavassa toiminnassa ja työhön valmentautumisessa.

Hoidon yhteydessä tapahtuva puutarhatoiminta seuraa tavallisesti vuodenaikojen vaihtelun mukaan muuttuvia töitä. Vuodenaikojen kiertoon liittyvällä toiminnalla ja puutarhanhoidon kautta saadulla kosketuksella luonnon kiertokulkuun on myös vahva terapeuttinen merkitys (Lewis 1996 ja Olszowy 1978). Monissa paikoissa erilaiset viherrakentamiseen ja viheralueiden hoitoon liittyvät työt ovat osa puutarhatoimintaa. Viljelytoiminnassa tehdään kevätkaudella taimikasvatukseen liittyviä kylvö- ja koulumistöitä. Myöhemmin on mahdollista siirtyä avomaan vihannesmaiden ja koristepuutarhan rakentamiseen ja kunnossapitoon. Sadonkorjuu ja tuotteiden jatkojalostus tarjoavat töitä syksyksi. Erilaiset juhlapyhät huomioidaan usein terapeuttisen puutarhanhoidon toiminnassa ja asiakkaat voivat kasvattaa esim. omia joulu- ja äitienpäiväkukkia. Huonekasvien huoltaminen ja lisääminen tarjoavat mahdollisuuksia talvikaudelle, jolloin voidaan myös tehdä kesäajan suunnitelmia, tehdä retkiä talvipuutarhoihin ja opiskella puutarhanhoitoon liittyviä asioita.

Vuodenaikojen mukaan vaihtuvien puutarhatöiden lisäksi puutarhatoimintaan voidaan liittää monia luontomateriaaleihin liittyviä käytännön töitä, joissa voi harjoittaa kädentaitoja. Tällaisia ovat muun muassa paju-, risu- ja havutyöt, kivityöt, betonivalutyöt, erilaisten juhlakoristeiden tekeminen, puutarhatuotteiden jatkojalostus, myyntiin liittyviä työt jne. Tämän lisäksi puutarhoilla on tarjolla monipuolisesti rakennus-, maalaus, kunnossapito- ja siivoustöitä.

Tutkimuskohteista kolme, molemmat psykiatriset sairaalat ja vankilan puutarha toimivat normaalin kauppapuutarhan tavoin viljellen kausikukkia ja vihanneksia. Lisäksi nämä yksiköt huolehtivat osittain laitoksen viheralueiden kunnossapidosta ja kahdessa yksikössä oli myös yleisölle avoin myymälä. Kehitysvammaisten yksikkö oli ulkotyöryhmä, joka teki viherrakennus- ja siivoustöitä vuodenaikojen mukaan. Muistihäiriöisten hoitopaikoissa puutarhatoiminta liittyi oman piha-alueen rakentamiseen ja hyötykasvien viljelyyn.

5. Terveyttä tukevat ympäristöt

Luontoympäristöllä on todettu olevan huomattava positiivinen vaikutus ihmisen hyvinvointiin. Luonnossa oleskelu vaikuttaa myönteisesti kokonaismielialaan lisäämällä positiivisia ja vähentämällä negatiivisia tunteita. Myönteiset tunteet lisääntyvät jo verraten vähäisestä (20 min.) vapaa aikaan liittyvästä viheralueiden käytöstä (Tyrväinen ym. 2007). Toinen keskeinen tutkimustulos viherympäristöjen vaikutuksista liittyy suunnatun tarkkaavaisuuden elpymiseen (Attention restoration theory, Kaplan & Kaplan 1989) joka palauttaa ihmisten kognitiivisia kykyjä henkisen ponnistelun jälkeen. Metlan tutkimuksien (Tyrväinen ym. 2007) mukaan kaupunkilaisten saamalla ”viheraltistuksella” on selvä yhteys psyykkiseen hyvinvointiin. Selvä vaikutus on havaittavissa, kun lähiviheralueita käytetään vuositasolla yli viisi tuntia kuukaudessa tai kun kaupungin ulkopuolisilla luontokohteilla vierailaan 2–3 kertaa kuukaudessa. Uusimmat tutkimustulokset osoittavat, että sairauksien vastustuskykyä lisäävät aineet erittyvät elimistössä luontokävelyn jälkeen voimakkaammin kuin kaupunkikävelyn jälkeen (Quing, Tsunetsugu ym. 2011).

Luontoympäristöt alentavat myös tehokkaasti ihmisen kokema stressiä. Muutokset ovat mitattavissa verenpaineen laskuna, ihon sänkönjohtokyvyn, lihasjännityksen ja stressihormonien (kortisoli) erittymisen alenemisena (1999 Cooper Marcus, Barnes, Bird 2007)). Laitoshoidon aiheuttama stressi liittyy Ulrichin (Cooper Marcus, Barnes 1999, 32) mukaan muun muassa sairauden ja diagnoosien aiheuttamasta pelosta, itsemääräämisoikeuden ja yksityisyyden menettämisestä, sosiaalisten suhteiden ja työn menettämisestä, laitaselämän persoonattomista pelisäännöistä (pukeutuminen ”univormuihin”, vierailuajat ja muut sairaalan aikataulut, monen hengen huoneet, valinnanmahdollisuuksien puute, sairaalan melu, tuoksut, muiden potilaiden käytös jne). Stressillä on suora haitallinen vaikutus fyysiseen hyvinvointiin (1999, 32 Cooper Marcus, Barnes). Tämän lisäksi stressin synnyttämä masennus ja ahdistuneisuus vaikuttavat suoraan potilaan hoitomotivaatioon.

Pahimmillaan sairaus, vamma tai esimerkiksi vankeus johtaa stigmatisoitumiseen. Stigmatisoivilla eli leimaavilla sairauksilla tarkoitetaan tavallisesti tauteja, joihin yhdistetään huonommuutta, moraalista heikkoutta tai

syyllisyyttä. Aikoinaan tyypillisiä esimerkkejä stigmatisoiduista ihmisistä olivat lepra tai kaatumatautia sairastavat ihmiset. Kaltiala-Heinon, Poutasen ja Välimäen (2001) mukaan nykyajan stigmatisoituneita ryhmiä ovat muun muassa mielisairaat ja elintapasairauksia sairastavat ihmiset. Stigmatisoituminen koskee usein nimenomaan pitkäaikaissairaita henkilöitä ja niitä ryhmiä, joiden käyttäytymistä on vaikea ymmärtää. Tällaisia ryhmiä saattavat olla juopuneet, kehitysvammaiset tai psykoottiset ihmiset, joiden käytös voidaan tulkita myös pelottavaksi. Parantumattomuus ja rujous ja jopa epärationaalinen ” tartunnan pelko” ovat ahdistavia tekijöitä (Kaltiala-Heino, Poutanen, Välimäki 2001). Tämä johtaa helposti näiden ihmisten eristämiseen ja leimaamiseen.

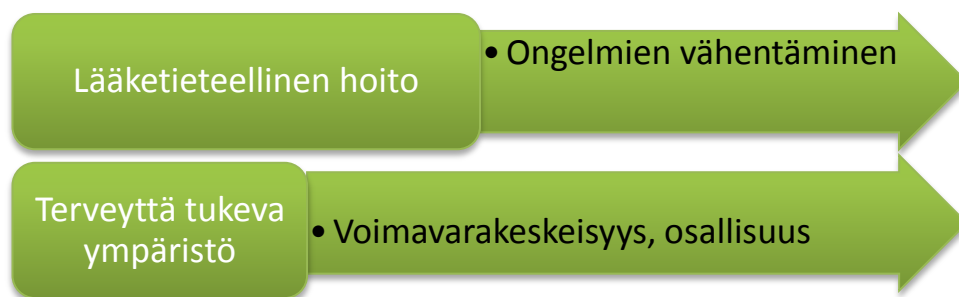
Paitsi sosiaalisen vuorovaikutuksen tasolla sairauden stigma ilmenee yksilön omana kokemuksena, leimautumisen tai syrjinnän pelkona sekä häpeänä. Tällä kaikella on yksilötasolla lamauttava ja romahduttava vaikutus (Ikonen ja Rechartt 1994). Stigmatisoituminen tarkoittaa yleensä myös sitä, että ympäristö soveltaa yksilöön stereotyyppisiä käsityksiä, eikä häntä kohdella enää yksilönä. Yksilölle stigma merkitsee voimakasta häpeän kokemusta. Stigmatisoituminen vaikuttaa myös henkilön identiteettiin ja hänellä on vaikeuksia tulla kohdatuksi omana itsenään. Kaltiala-Heino, Poutanen ja Välimäki siteeraavatkin Scamblerin (1986) tutkimusta, jossa potilaat kuvasivat sitä, että joskus on helpompi näytellä potilaan roolia, kuin purkaa ympäristön stigmasta aiheutuneita rooli-dotuksia. Toisaalta stigmatisoitumisen pelko saattaa johtaa myös sairauden kätkemiseen ja pyrkimykseen ”esittää normaalia”. Yhteisöissä vallitsevia stigmatisoivia asenteita on pyritty vähentämään tiedon jakamisella. Yhteisöön liittyminen ja vuorovaikutustaidot auttavat vähentämään potilaan häpeää.

Puutarhatoiminnalla voi luoda moniin hoitoyhteisöihin tunnetta normaaliudesta, joka on hyvää vastamyrkkyä passivoittavalle laitostumiselle ja stigmatisoitumiselle. Osallistava toiminnallisuus vähentää eristäytymistä ja terveyttä tukevassa ympäristössä voidaan hetkeksi irrottautua identiteetistä, joka on rakentunut ongelman ympärille; mielenterveysongelmallisista tulee puutarhaharrastajia ja vangeista puutarhureita. Esimerkiksi psykiatrisessa sairaalassa tapahtuva puutarhatoiminta tarjoaa ympäristön, jossa hetkeksi astutaan ulos sairaalan sairaus- ja ongelmakeskeisestä ympäristöstä. Uudenlaisen ajattelun tai toiminnan kautta saavutetut identiteetin muutokset

voivatkin olla keskeisiä toipumisen rakennusaineita (Koski-Jännes 2000). Eräs hoitaja kuvasi ympäristön vaikutusta potilaaseen seuraavasti:

”Nyt ku olen osastoilla ollu ja nyt tän koulutuksen myötä eri osastoilla, ni se ihminen on niin erilainen osastolla ku täällä. Se on jännä. Se niinku sairastaa, se uskaltaa olla sairas osastolla. Tai onko tää niin ihana ympäristö, et se terve puoli tulee sieltä, mut siellä osastolla tulee se sairaus enempi ja istuminen ja jumittaminen. Mut sit ku ollaan täällä, ni tässä touhutaan ja tehään ja ne innostuu ja ne nauraa ääneen. Ja semmosetkin potilaat jotka tuijottaa pelkkää lattiaa osastolla . Yksikin hoitaja tuli kysymään, että nauraaks toi mun potilas täällä? Ni joka päivä ja kertoo vitsejä. Ai, ku osastolla se nojaa vaan toisen potilaan kanssa käytävällä päät vastakkain” . PS

Tilannetta voidaan yksinkertaistaa seuraavalla kuviolla:



Kuvio 5. Hoidon ja ympäristön vaikutukset. (mukaeltu Yli-Viikarin 2011 pohjalta).

Käytännössä kuntoutuksessa voidaankin paneutua sekä voimavaroja vievien tekijöiden vähentämiseen että voimavarojen vahvistamiseen. Jo ennen vuosituhannen vaihdetta Ulrich kirjoitti (Ulrich 1999, 28) että fyysisen hoitoympäristön vaikutuksesta potilaan vointiin on selkeää näyttöä ainakin seitsemässäkymmenessä lääketieteellisessä tutkimuksessa (Hopkins, Rubin yms. 1997). Sairaalan viherympäristöjä käyttäneistä potilaista 95% on raportoinut masennuksen, stressin ja ahdistuneisuuden vähentyneen puutarhassa käynnin seurauksena (Cooper Marcus, Barnes 1999, 5). Ihmisillä tuntuukin olevan vaistonvarainen tieto luonnon parantavista voimista. Kun heiltä kysytään, mihin he menisivät, tai mitä he suosittelisivat jollekin heille läheiselle ihmiselle, jos tuntisivat olevansa vaikeassa elämäntilanteessa, niin joko kaikki tai selkeä enemmistö suosittelee oleskelua luontoympäristössä (Fransis & Cooper Marcus 1992, Olds 1985, Cooper, Barnes 1999,8).

5.1 Voimaantuminen ja osallisuus

Kuntoutuksen lähtökohtana oli pitkään potilaan tai asiakkaan vajavuus tai siihen liittynyt alentunut toimintakyky (Järvikoski 2008). Hoito tai kuntoutus keskittyi monen asiakasryhmän osalta näihin toimintarajoitteisiin. Tämä asetelma vahvisti myös palveluita tuottavien asiantuntijoiden asemaa ja asiakas oli usein täysin riippuvainen heidän toimistaan. Tällaisesta ajattelusta on nykyisin siirrytty yhä enemmän voimaantumista ja osallisuutta painottavaan suuntaan (Mattson, Toivonen 2007). Sillä ymmärretään sekä henkilökohtaisen voiman tunteen kasvamista että yhteiskunnallista osallistumista (Siitonen 2001).

Nyt kuntoutuksen tavoitteena on tarjota asiakkaalle taitoja ja voimavaroja selvitä omassa elämässään ja osallistua arkielämään. Puutarhatoiminnassa tapahtuma rentoutuminen ja toiminnan aikaansaama ei-defensiivinen tila luovat hyvän mahdollisuuden uusien asioiden kokemiseen, uudenlaiseen vuorovaikutukseen ja oppimiseen. Pakoton toiminta mahdollistaa Kennedyn ja Hallerin (2006,59) mukaan aktiivisuuden, kärsivällisyyden ja pitkäjänteisyyden lisääntymisen, positiivisen vuorovaikutuksen toisten ryhmäläisten kanssa sekä terveyteen ja hyvinvointiin fokusoimisen.

Voimaantumisen (empowerment) -käsite tuli kasvatustieteessä tunnetuksi 1980-luvun puolivälissä. Sillä tarkoitetaan yksilön tai yhteisön sisäisten voimavarojen, kykyjen ja mahdollisuuksien sekä vaikutusvallan lisääntymistä. Voimaantumisen myötä yksilö kokee itsetuntonsa paremmaksi, suhtautuu tulevaisuuteen toiveikkaammin ja on tasapainossa ympäristön kanssa. Juha Siitonen (1999) on määritellyt voimaantumisen seuraavasti: Voimaantuminen on ihmisestä itsestään lähtevä prosessi; voimaa ei voi antaa toiselle. Se on henkilökohtainen ja sosiaalinen prosessi, jota ei tuota tai aiheuta toinen ihminen. Voimaantuminen on prosessi tai tapahtumasarja, jonka kannalta toimintaympäristön olosuhteet voivat olla merkityksellisiä, ja tämän vuoksi voimaantuminen voi olla jossakin tietyssä ympäristössä todennäköisempää kuin toisessa (Siitonen 1999, 93-96)). Kannustava palaute, valinnanvapaus, ilmapiiri, arvostus, ympäristön turvallisuus ja tuki edesauttavat voimaantumista.

Voimaantuminen onkin eräänlainen kokonaisvaltainen hyvinvointia kuvaava käsite, jossa yksilö löytää omaa potentiaaliaan ja toimii sopusoinnussa ympäristönsä kanssa. Voimaantuminen voidaan määritellä yksilön valintojen ja sosiaalisen ympäristön väliseksi ihannetilaksi. Potilaan voimaantuminen on Tuorlan (2009) mukaan moniulotteinen sosiaalinen prosessi, joka auttaa ihmisiä saamaan oma elämä haltuunsa. Mattila (2008) tutki väitöskirjassaan hoitotyöntekijöiden voimaantumista. Myös hoitotyöntekijöiden kohdalla ympäristöllä oli keskeinen asema voimaantumisen edellytyksien luomisessa. Mattila kirjoitti yhteenvedossaan, että voimaantumisdraama on lähimmäisenrakkauden ravitsema elämän dialektinen ydinjuoni, jonka tavoitteena on eksistentiaalinen itseksi tuleminen yhdessä toisten kanssa. Mattila siteeraa myös Jonesia ja Meleis'iä (1993), joiden mukaan terveys on voimaantumista. Heidän mallissaan sairaanhoitaja auttaa asiakkaitaan yhteyteen sekä persoonallisten että ympäristön voimavarojen kanssa. Hoitaja-potilas suhteissa voimaantumiskäsitteelle on ominaista molempien osapuolten asiantuntijuuden korostaminen (Kettunen ym. 2011, 77 ja Virtanen ym. 2007). Tältä pohjalta onkin terveydenhuoltoon kehitetty esimerkiksi perheen voimavaroja vahvistava valtaistumisen toimintamalli (Pelkonen&Hakulinen 2002). Myös ratkaisukeskeinen työote pohjaa paljolti voimavarakeskeisyyteen.

Voimaantuminen kuvaakin hyvin myös terapeutin puutarhatoiminnan tavoitteita. Vaikka sille ei löydykään yksiselitteistä määritelmää, kuntoutumisen ohjaajat sijoittavat sen sisälle varsin yhteneväisiä sisältöjä (Ora 2010, 83). Peavyn mukaan ohjaustyö on yhteinen konstruoimisen prosessi jonka tarkoituksena on laajentaa näköaloja, vahvistaa ohjattavan voimavaroja ja lisätä hänen vapauttaan (Peavy 2006,19). Peavyn määritelmä ohjauksesta muistuttaa voimaantumisen käsitettä.

Sosiaalitieteissä voimaantumisesta on käytetty myös valtaistumisen käsitettä. Se on lähtöisin 1960-luvulta, brasilialaisen Paolo Freiren ajattelusta. Hänen tavoitteensa oli vapauttaa kasvatuksen avulla talonpoikia sorron alta. Kasvatuksesta tuli vallankumouksen väline ja syntyi ns. sorrettujen pedagogiikka. Valtaistuminen onkin määritelty toimintana tai mekanismina, jonka avulla ihmiset saavat valtaa omaan elämäänsä (Järvikoski 2011, 142). Mielenterveytyksessä valtaistumista on kuvattu viidentoista osa-alueen avulla (Chamberlin 1997). Siinä kuntoutuja saa muun muassa valtaa tehdä päätöksiä,

saa käyttöönsä tietoja ja resursseja ja saa valita eri vaihtoehtojen väliltä. Valtaistuessaan kuntoutuja oppii Chamberlinin mukaan myös ajattelemaan kriittisesti, tuntemaan vihaa ja suuttumusta ja hän oppii puhumaan omalla äänellään. Kettusen ym. (2011) mukaan sosiaali- ja terveydenhuoltoon kohdistuvat säästötoimet muodostavat käytännössä usein haastavat reunaehdot asiakkaan valtaistumista vahvistavalle työotteelle. Aina ei asiakkaan itsemääräämisoikeus toteudu, vaan talouden realiteetit ja muut määräykset sanelevat käytössä olevia vaihtoehtoja.

Mattilan (2002,12) mukaan kuntoutuksen ja ohjauksen tavoitteena on yksilön auttaminen selviämään hänen kasvuaan estävistä tekijöistä, niin että hän kykenee kohtaamaan ne ja kehittymään optimaalisesti. Laitoshoidon yhteydessä green care -toiminta tarjoaa usein myös mahdollisuuden positiivisiin kokemuksiin, osallisuuden ja osallistumisen kokemuksia ja tilaisuuden ”normaaliuden” kokemiseen laitoshoidon rutiinien ja hoitotoimenpiteiden keskellä. Osallisuus onkin voimaantumisen ohella yksi kuntoutustyön keskeisiä tavoitteita.

Osallisuudella tarkoitetaan mahdollisuutta osallistua jonkin yhteisön päätöksentekoon ja toimintaan. Osallisuus on vahvasti kokemuksellista ja jaettavaa. Siinä on kysymys syvällisestä ja jopa identiteettiin ulottuvasta kokemuksesta tai jäsenyyden tunteesta yhteisössä (Haahtela, Harju 2004). Vastakohtana syrjäytyminen tarkoittaaakin tietynlaista osattomuuden ja ulkopuolisuuden tunnetta. Osallistavassa sosiaalityössä sekä asiakas että työntekijä voidaan nähdä tiedon antajina ja vastaanottajina. Osallistavassa sosiaalityössä asiakasta tuetaan täysivaltaiseen kansalaisuuteen ja omien voimavarojen löytämiseen (Juhila 2006, 118–121). Osallisuutta voidaankin pitää yhtenä hyvän elämän tunnusmerkkinä. Minna Laitilan (2010) väitöskirjassa tutkittiin päihde- ja mielenterveysasiakkaiden käsityksiä asiakaslähtöisyydestä. Osallisuudella tässä tutkimuksessa käsitettiin asiakkaiden osallistumista hoitoon ja kuntoutukseen sekä osallisuutena palveluiden kehittämiseen ja järjestämiseen. Tutkimukseen osallistuneiden työntekijöiden mukaan asiakkaiden osallisuudella oli positiivisia vaikutuksia kaikille osapuolille.

Myös omassa tutkimuksessani osallisuuden vahvistaminen näytti olevan olennainen osa toiminnan tavoitteita. Muistihäiriöisiä asiakkaita haluttiin ottaa mukaan arjen toimiin. Arjen yhdessä eläminen olikin määritelty yhdeksi

toimintaideologiaa määritteleväksi lauseeksi ja puutarhanhoito oli osa tätä toimintaa. Kehitysvammaisilla, psykiatrisilla potilailla ja vangeilla työtoiminnan keskeinen tavoite oli osallistua yhteiskunnan toimintaan olemalla sen aktiivinen jäsen:

”Se on ehkä semmonen et sä pystyt liittämään ittes osaksi suurempaa kokonaisuutta. Joillekin se on tosi tärkeätä, et sä oot tasavertasena täs yhteiskunnassa. Jotkut ei halua et sua sanotaan kehitysvammaseks. Ja kun me hoidetaan joitakin julkisia paikkoja tai ollaan messuilla ja mennään näin, heil on tunne, et hei me ollaan oikeesti siel mukana, et he on niinku läsnä. Et he tekee eri asioita, heil on oikeesti aika rikasta tää toiminta”. KV

6. Tutkimuskysymykset ja tutkimuksen toteutus

Tarkoitukseni oli tutkia puutarhatoiminnan ohjaustyötä hoitotyön yhteydessä. Olin kiinnostunut ohjaajien kokemuksista erilaisten asiakasryhmien kanssa. Halusin myös tietää, millaisia menetelmiä ohjaajat käyttivät asiakkaiden voimaannuttamiseen. Millaisia taitoja hyvältä ohjaajalta vaaditaan ja miten hyvä ohjaussuhde erilaisiin asiakkaisiin luodaan?

Tutkimuskysymyksiksi valikoituivat lopulta seuraavat kysymykset:

Millaista teoreettista viitekehystä tai käyttöteoriaa ohjaajat soveltavat työssään?

Miten ohjaajat näkevät green care -puutarhatoiminnan vaikutukset ja soveltuvuuden eri asiakasryhmille?

Millaisia taitoja ja vaaditaan hyvältä green care -ohjaajalta ja miten luodaan hyvä ohjaussuhde?

Mitkä tekijät vaikuttavat toimintaan osallistuvien voimaantumiseen?

Mitkä ovat eri kohderyhmien ohjaukselle tuottamat erityiset haasteet?

Haastattelin yhteensä kymmentä puutarhatoiminnan ohjaajaa. Heistä neljä toimi psykiatrisessa sairaalassa, kaksi muistihäiriöistken vanhusten parissa, kaksi kehitysvammaisten ulkotyöpajan ohjaajina ja kaksi vankilan kuntoutusosastolla. Valitsin haastateltavat hoito- ja kuntoutuspaikoista, joissa ohjaajilla oli pitkä kokemus toiminnallisesta ohjauksesta. Ohjaajista 1 oli toiminut ohjaustyössä 3-5v, 3 ohjaajaa 5-10 vuoden ajan, ja muut yli 10 vuotta. Heidän koulutustaustansa vaihtelivat; joukossa oli sosionomeja, ohjaajia, vanginvartija-

päihdetyöntekijä, puutarhuri, floristi ja perushoitajia. Monilla oli lisäksi hoitotyön menetelmä- ja täydennyskoulutuksia (psykiatrinen hoitotyö, päihdetyö, vanhustyön erikoistumisopintoja). Varsinaisia puutarha-alan ammattilaisia joukossa oli vain kaksi. Terapeuttiseen puutarhatoiminnan käyttöön jotkut olivat perehtyneet ammatillisissa jatkokoulutuksissa.

Tutkimuksen tuloksissa ohjaajien vastaukset on merkitty seuraavasti:

Psykiatrisissa sairaaloissa toimivat ohjaajat merkitty PS-tunnuksella.

Kehitysvammaisten puutarhatoiminnan ohjaajina toimivat KV-tunnuksella.

Muistihäiriöisten kanssa työskentelevät ohjaajat merkitty MH-tunnuksella.

Vankien kuntoutusosaston ohjaajat on merkitty V-tunnuksella

Psykiatrisissa sairaaloissa ja vankilassa oli ohjaajien lisäksi töissä myös puutarhureita, jotka vastasivat viljelytoiminnasta. Kaikissa paikoissa puutarhatoiminta oli jatkunut jo vähintään viiden vuoden ajan ja monissa yli kymmenen vuotta. Dementiakoteja lukuun ottamatta puutarhatoiminta on ympärivuotista. Haastattelemistani ohjaajista naisia oli 9 ja miehiä 1. Vankilassa puutarhatoiminnan asiakkaat olivat kaikki miehiä, muualla asiakkaissa oli sekä naisia että miehiä. Dementiakoteja lukuun ottamatta asiakkaista valtaosa oli työikäisiä ihmisiä. Psykiatrisissa sairaaloissa oli tämän lisäksi myös nuoria ja ikääntyneitä asiakasryhmiä.

6.1 Tutkimusmenetelmä

Tutkimukseni on kvalitatiivinen tutkimus, jossa tutkitaan puutarhatoiminnan ohjaajien käsityksiä voimaannuttavasta ohjauksesta. Haastattelin kymmentä ohjaajaa teemahaastattelun keinoin Eskola ja Suorannan (2001) mukaan teemahaastattelussa on mahdollisuus ilmaista itseään riittävän vapaasti, mikä mahdollistaa kokemuksiin liittyvän tiedon taltioinnin. Litteroin nauhoitetut haastattelut ja etsin niistä yhteisiä teemoja. Menetelmää on aiemmin kutsuttu myös sisällön erittelyksi, joka kuvaakin tutkimustapaa. Sillä voidaan tutkia erilaisten tekstien, päiväkirjojen, haastatteluiden, artikkeleiden tai puheiden sisältöä. Sen avulla tutkimusmateriaalia voidaan jäsentää, kuvailla ja ryhmitellä nostaten kokonaisuudesta esiin tutkimuksen kannalta merkityksellisiä teemoja. Teemat voidaan kategorisoida, jolloin niiden sisältö kuvataan osin aineiston suorilla lainauksilla, jotta lukija pystyy seuraamaan, mistä johtopäätökset ovat

muodostuneet. Suorat lainaukset tutkimusmateriaalista tekevät tutkimuksen myös mielenkiintoisemmaksi lukijalle.

Sisällön analyysissä on mahdollista edetä kahdella tavalla. Induktiivisessa käsittelyssä lähdetään aineistolähtöisesti etsimään aineistosta löytyviä teemoja. Deduktiivisessa sisällön analyysissä käytetään jotakin valmista käsitejärjestelmää (Tuomi & Sarajärvi 2002). Päädyin itse käyttämään induktiivista sisällön analyysiä, koska tutkimukseeni soveltuvaa käyttökelpoista teoriaa ei ollut käytettävissä, enkä halunnut teorian keinotekoisesti muovaavan aineiston valikoitumista (Hirsjärvi ym. 2007).

Analyysiyksikkönä sisällön analyysissä voidaan käyttää tiettyä sanaa, sanayhdistelmää, lausetta tai ajatuskokonaisuutta. Tässä kohtaa on mahdollista kvantifioida saadut tulokset, joskin jotkut ajattelevat kvalitatiivisen tutkimuksen päättyvän tähän. Tässä prosessissa muodostetut käsitteet, kategoriat ja abstrahoinnit on mahdollista tehdä käsitekartaksi. Näiden kautta tutkimustulokset pyritään liittämään myös osaksi aiempia tutkimuksia. (Tuomi & Sarajärvi 2002). Sisällön analyysi vastaa kysymykseen siitä, mitä tietty dokumentti sisältää. Tämän jälkeen voidaan kysyä vielä sitä, mitä saatu vastaus kertoo vastaajista ja edelleen sitä, miten tulokset kuvaavat aikaamme tai keihin se vetoaa (Pietilä, 1969).

Lähetin ohjaajille haastattelukysymykset etukäteen. Seurasin tekemääni haastattelurunkoa haastattelutilanteessa ja tein tarvittaessa tarkentavia kysymyksiä. Nauhoitin haastattelut ja litteroin ne haastattelujen jälkeen. Luin kertyneen materiaalin moneen kertaan. Lukiessani pyrin löytämään vastauksia tutkimuskysymyksiini. Etsin aineiston haastatteluista keskeisiä teemoja ja yllätyksekseni kaikissa haastatteluissa oli samantyyppisiä elementtejä, joiden katsoin liittyvän tutkimuskysymyksiini. Tältä pohjalta ryhmittelin aineiston. Lopuksi tutkin sitä, muodostaisiko ryhmittelyni jonkinlaisen loogisen kokonaisuuden.

Tutkimukseni tulosten alkuosassa on ryhmitelty ohjaajien käsityksiä ohjauksen taustateorioista, puutarhatoiminnan soveltuvuudesta kuntoutustyöhön ja ohjauksesta viisautena. Tämän jälkeen ovat tutkimusten tulokset, jotka koskevat ohjaajan taitoja, asennetta ja hyvän ohjaussuhteen luomista. Sen jälkeen käsittelen vastauksia, jotka liittyvät oppimisen ohjaukseen eri kohderyhmien

kanssa. Lopuksi esitän ne ohjaajien vastaukset, jotka tutkimukseni mukaan liittyvät voimaantumiseen puutarhatoiminnan ohjauksessa. Näitä olivat hyvän ohjauksen lisäksi osallisuuden kokemukset, onnistumiset, terveyttä tukevan ympäristön vaikutus ja toiminnallisen identiteetin muodostuminen.

6.2 Tutkimuksen luotettavuus

Valitsin haastateltaviksi 10 henkilöä, joista en tuntenut ketään ennestään. Ohjaajat olivat kaikki hyvin kokeneita työssään ja heille oli kertynyt vankka ammattitaito. Kaikissa haastatteluissa nousi esille paljon samoja teemoja, mitä voidaan pitää reliabiliteetin kannalta hyvänä asiana. Haastateltavat ymmärsivät tutkimuskysymykset hyvin ja tuntuivat olevan innostuneita itsekkin pohtimaan asiaa. Koska heidän työnsä sisältö oli minulle tuttua, oli green care -toiminnasta puhuminen helppoa. Itselleni vaikeinta oli tyytyä kuuntelijan rooliin kysymyksissä, joista olisi ollut mukava lausua oma mielipide tai kokemus. Tutkimuksen tekijän aiheeseen liittyvää asiantuntemusta pidetään kuitenkin tutkimuksen uskottavuutta lisäävänä tekijänä ja uskonkin että oma ammatillinen taustani auttoi ymmärtämään ja tulkitsemaan haastateltavien kertomuksia.

Sisällön analyysin heikkoutena on pidetty sen subjektiivisuutta. Oma, ja haastattelemani ohjaajien innostus green care -menetelmien käyttöön saattaa näkyä tutkimuksessani muun muassa siinä, että menetelmien heikkouksia ja kritiikkiä luontoavusteisuutta kohtaan ei ole paljon näkyvissä. Tosin tätäkin puolta kysyin ohjaajilta tiedustellen, kenelle menetelmät sopivat ja mitkä ovat olleet työssä vaikeimpia asioita. Vastaukset näihin kysymyksiin ovat luettavissa tutkimusten tuloksissa. On myös muistettava, että ohjaajien kuvaukset omasta ohjauksestaan voivat olla puutteellisia ja subjektiivisia. Voimaantumista ohjaavassa koulutuksessa tutkinut Petteri Ora (2010, 73) kirjoittikin, että eksplisiittisessä oman toiminnan analyysissä tavoitetaan vain osa vaikuttavuuden aineksista. Oran mukaan erityisesti ohjaukseen liittyvä hiljaisen tiedon kertyminen on tutkijalle haaste.

Myös validiteetti ja reliabiliteetti voidaan nähdä sisällön analyysin ongelmana. Tutkimusaineiston onkin osoitettava yhteys aineiston ja tulosten välillä mahdollisimman luotettavasti. Litteroinnin ja abstrahoinnin jälkeen aineisto on

lukijan arvioitavana. Suorat tekstilainaukset auttavat lukijaa arvioimaan tulosten tulkintaa. Tutkimuksen luotettavuutta parantaa aineiston analyysin ”läpinäkyvyys”. Pidän valintaani pitäytyä induktiivisessa analyysitavassa luotettavuutta lisäävänä asiana. Jos olisin yrittänyt siirtää aineiston keinotekoisesti esimerkiksi voimaantumista kuvaavaan teorioihin, olisin joutunut jättämään oleellisia osia haastatteluista pois.

Monilta osin tutkimustulokset ovat samansuuntaisia aikaisempien tutkimusten kanssa. Tulosten siirrettävyys ja vahvistettavuus ovat myös tutkimuksen luotettavuuden mittareita. Itse uskon, että samankaltaisissa olosuhteissa työskenteleviä työntekijöitä haastateltaessa saataisiin hyvin samankaltaisia tuloksia. Tulosten luotettavuutta onkin mahdollista testata face-validiteetilla esittämällä tulokset arvioitavaksi henkilölle, joka on asiantuntija kyseisellä alueella. Monet tutkimuksessa esille nousseet teemat eivät yllätä Green care -ohjauksen kanssa tekemisissä olevia työntekijöitä.

7. Tutkimuksen tulokset

Green care -toiminnan taustalla on erilaisia toiminnallisia viitekehyksiä sekä oppimiseen että kuntoutumiseen liittyen. Vaikka tutkimukseni painopiste oli voimaannuttavan ohjauksen tutkimisessa, kysyin ohjaajilta, oliko heidän toimintansa taustalla mitään teoriaa tai metodologiaa, joka ohjaisi heidän toimintaansa. Selvitin myös ohjaajien käsityksiä puutarhatoiminnan soveltuvuudesta erilaisille asiakasryhmille.

7.1 Puutarhatoiminnan taustalla olevat viitekehykset

Jonkin yleisen taustateorian sijaan puutarhatoiminnassa noudatettiin usein hoitopaikan omaan hoitomalliin liittyvää teoriaa.

Psykiatrisissa sairaaloissa puutarhatoiminta liittyy selkeästi sairaalassa laadittuihin yksilöllisiin hoitosuunnitelmiin ja tavoitteisiin. Nämä tavoitteet ohjaavat myös puutarhatoimintaa sairaalaympäristössä.

”Jokaisella on yksilölliset tavoitteet ja työharjoitteluryhmän jälkeen niitä arvioidaan. Ja kun potilas siirtyy työtoimintaan, niin meillä on säännöllisiä arviointipalavereita, missä tavoitteita katsellaan. Niissä on mukana hoitaja osastolta, oma hoitaja, meidän ohjaaja ja potilas. Tavoitteina voi olla esimerkiksi sisältöä päivään, viikkorytmi, et pystyy lähtee osastolta pois, viikkorytmi, apuohjaajana oleminen, toisten auttaminen, ryhmätyöskentely tai jonkun vastuullisen tehtävän suorittaminen itsenäisesti”.

Dementikkojen parissa molemmissa hoitopaikoissa elämäkerran tuntemisella oli suuri merkitys hoitotyössä. Se antoi mahdollisti yksilöllisen hoidon ja asiakkaan ymmärtämisen silloin, kun tämä eksyi ajatuksissaan johonkin kauas menneisyyteen. Tämä validaatioksi kutsuttu hoitomenetelmä nähtiin tärkeänä molemmissa dementiakodeissa:

”Jos muistihäiriöinen tulee kuulluksi....Et sä kuulet ja tunnet sitä elämäнкаarta, se on tärkeätä ”. MH

Myös arjen yhdessä eläminen näkyi suurena arvona molemmissa dementiahoitopaikoissa. Asukkaita otettiin mukaan päivittäisiin askareisiin ja puutarhatoiminta nähtiin osana tätä arjen toimintaa.

”Mä sanoisin näin vähän talon perustajaa mukaellen, että me elämme arkea yhdessä meidän asukkaiden kanssa, ja puutarha on osana arkea”. MH

Toisessa dementiakodeista myös ilmaisullisuus oli osa talon hoitoideologiaa:

”Puutarhatoiminta liittyy meidän ilmaisulliseen hoivamalliin, koska siinä on erilaisia taiteen lajeja, en voi sanoa, että täällä tehdään puutarhataidetta, mutta minä käsitän taiteeksi hyvin monipuolisesti kaikenlaiset asiat”. MH

Kehitysvammaisten työpajassa hoitoideologiaksi oli muodostunut paitsi osallisuuden korostaminen, niin myös ns. fluktuaalinen ajattelu. Fluktuaalista ajattelua oli kehitetty hoitopaikan koulutuksissa ja työnohjauksissa sosiaalipsykologi Jaana Venkulan ajatusten pohjalta. Fluktuaalisuus perustuu huomioon, jonka mukaan ihminen toimii ja tekee havaintoja emotionaalisen, esteettisen, eettisen, kokemuksellisen ja tiedollisen järjestelmän avulla. Joskus kokemuksella voi korvata tiedollista puolta. Fluktuaalisuuden keskeisenä ajatuksena on, että välillä syntyy ristiriitoja, joita ratkaisemisella syntyy jopa uusia innovaatioita.

”Meillä on tää ihan selkee tää flukтуаalisuus, tää virtaus. Vaikka lähetään jostain, ni asiat ei aina tartte mennä sinne mihin ollaan menossa, vaan siitä saattaa löytyy matkan varrelta erilaisia asioita”.
KV

Eräs kehitysvammaisten ohjaajista korosti myös sitä, että toimiessaan kehitysvammaisten parissa eettiset kysymykset ovat usein sellaisia, joita arjessa joutuu pohtimaan. Miten toimia esimerkiksi silloin, kun ohjattava kieltäytyy ottamasta hänelle lääkärin määräämää lääkettä? Ohjenuorana toiminnassa onkin tehdä elämää edistäviä tekoja.

”Eettisyys on ainaki mulla tosi tärkeä tuolla pääkopassa joka teossa. Et teenkö oikein kun näin sanon, se on se iso juttu”. KV

Vankilan puutarhatoiminta liittyy selkeästi Kisko kuntoutusohjelmaan. Sen sisältönä on Daytop-yhteisöhoito, transaktioanalyttinen psykoterapia, 12 askeleen ohjelma ja sosiaalinen kuntoutus. Vankilassa puutarhatoiminta tasapainottikin tiivistä kuntoutusohjelman parissa työskentelyä.

”Ei oliskaan tätä ilman työtä. Et työ on olennainen osa tätä hoito-ohjelmaa ja siihen se on rakennettu siihen sillä ajatuksella. et työ kuntouttaa. Toki pitää olla työ, jossa on joku mielekkyysEt mä nään sen kans hyvin tärkeenä osana kuntoutumista ”. V

Metodien ja teoriaosaamisen sijaan ohjaajat korostivat käytännön työn kautta tullutta kokemusta. Tällä voidaan nähdä olevan yhtymäkohtia Peavyn mainitsemaan kulttuuriseen viisauteen. Peavy näki ohjauksen osaamisen olevan eräänlaista koeteltua kansanviisautta, joka perustuu kulttuuriseen ymmärrykseen. Oran tutkimuksessa (2010, 62) voimaannuttavasta ohjauksesta kuntoutuksessa tuli esille se, että ohjaajien oma elämäkokemus ja työkokemus ovat myös yksi ohjauksessa käytettävä ”menetelmä”. Peavyn lisäksi myös Onnismaa (2007,145) on kuvannut ohjausta viisaana käytäntönä tai viisautena, jos se rakentuu kulttuurisesti herkälle kommunikaatiolle ja paikalliselle tiedolle. Se auttaa tunnistamaan, minkälaisien asioiden kanssa on mahdollista edetä ohjauksessa (Onnismaa 2007, 146).

”Tää on vähän semmosta,... tää on vähän vaikea sanoiksikin kuvailla – taidetta- suunnitelmat muuttuu yhdessä sekunnissa - me on hienosti suunniteltu, hienosti kaikkee. Sitte ei tuukkaa nii paljon ku piti tai tulee enemmän kun piti..... ja lähestymistapoja niinku

ittessä täytyy pitää monta. Niinku mä puhun sulle ja ja mä puhun narkkarille ja sitte tolle papalle tossa. Yht' äkkiä — muuntautumiskykyinen täytyy olla. Aina täytyy olla suunnitelma b ja joskus vähän ceetäkin takataskussa". PS

"Tää on semmonen et sellanen, joka ei oo ollu näiden asioiden kanssa tekemisissä ei ymmärrä. Tää on vaativa, haastava, mutta myös antaa paljon" . MH

"Jotenki must tuntuu et se ohjaus vaatii sellasia erityisiä tuntosarvia, et pystyy aistimaan siinä tilanteessa. Ajan myötä tulee sellanen kokemus siihen". PS

Ora (2010,71) tutki voimaannuttavaa ohjaustyötä ammatillisen kuntoutuksen parissa. Hänen mukaansa hiljainen tieto edustaa voimaannuttavan ohjauksen "toista tasoa". Hänen haastattelemat ohjaajat eivät aina pystyneet sanallisesti jäsentämään toimintaansa. Työtä tehtiin usein intuition varassa ja oleellisia hetkiä saattoivat olla vaikeasti sanoitettavat yhteisyyden tunteet ja kokemukset. Ohjausta kuvattiin Oran tutkimuksessa rinnalla olona ja läsnäolona, ja siihen sisältyi paljon toiminnallisia ja elämyksellisiä elementtejä. Oran mukaan hiljaisen tietoon liittyy myös persoonan vahva vaikutus ohjaustyössä. Ora kirjoittikin, että eksplisiittisessä oman toiminnan analyysissä tavoitettiin vain osa vaikuttavuuden aineksista. Myös itse haastattelemani ohjaajat kokivat, että ammattitaito oli karttunut työkokemuksen myötä ja taustateorioiden käyttö käytännön työssä oli vähäistä. Tulos on samansuuntainen kuin Oralla (2010) jonka mukaan teorian tiedon osuus ohjauksessa on pientä, ja aina alisteinen esimerkiksi ryhmän toimivuudelle ja luottamukselliselle ohjaussuhteelle.

Ohjaajat pitivät tärkeänä myös asiakkaiden kulttuurisen taustan tuntemista. Varsinkin muistihäiriöisten kohdalla ohjaajat korostivat perinteiden ja kulttuurin tuntemista ja kunnioittamista. Peavy korosi sosiodynaamisessa ohjausteoriassaan ohjattavan kulttuurisen ymmärtämisen tärkeyttä. Hänen mukaansa ohjaajan on ikään kuin astuttava ohjattavan maailmaan ymmärtääkseen hänen todellisuuttaan. Samaa mieltä oli myös muistihäiriöisten puutarhatoiminnan ohjaaja:

"Me nimittäin mietittiin alussa sitä, et me maalataan tonne aitaan ne lehmät. Mut sit me tultiin siihen tulokseen, et ei me voida laittaa niitä lehmiä sinne laittaa. Sillä nää ihmiset on eläny sen talvisodan kun ne lehmät kuoli sinne lumihankeen. Se ois hirveetä. Tätä mä

tarkotin historian ymmärtämisellä. Tätä et tiettyjä asioita ei voi tehdä” MH

:

”...sekin on rikkaus että on ulkolaisia hoitajia, mutta se ei voi olla enemmistö. Sitte taas meidän täytyy jollain tasolla tuntea historia, meidän täytyy tällä hetkellä ymmärtää sodan jälkeinen aika, eMHä sodankin aika, se rakentamisbuumi ja miten silloin hyödynnettiin maata.....pitää ymmärtää tiettyjä asioita”. MH

7.2 Ohjaajilta vaadittavat taidot

Kysyin ohjaajilta, mitä ohjaajan taitoja he pitivät olennaisina. Tämän lisäksi kysyin, että jos he olisivat nyt rekrytoimassa työntekijää, niin millaista henkilöä he hakisivat ja mitä taitoja he rekrytointitilanteessa painottaisivat. Haastateltavat toivat esille sen, että he ohjaajinakin ovat erilaisia persoonallisuuksia, ja se voi usein olla hyvä asia ohjauksen kannalta. Varsinkin niissä paikoissa, missä toimintaa ohjaamassa oli erilaisia ohjaajia, ohjaajat mainitsivat erilaisuuden olevan myös voimavara työssä.

”Mä luotan siihen, että se ohjaaja joka tulee siihen, tekee sitä omalla persoonallaan sitä ohjaustyötä. Se on kutsumusammatti. Et me voidaan niin monella tavalla tehdä sitä hyvää ohjausta. Me ollaan tässä porukassa kaikki erilaisia persoonia, ja silti mä oon sitä mieltä , että me ollaan kaikki hyviä ohjaajia täällä. Toinen on semmonen kiltti, hiljaa lähestyy ja toinen on tuttu turvallinen, tehdään näin, näin ja näin. Tärkeätä on olla aidosti läsnä, kuunnella, eikä vaan suorittaa” . PS

Myös Oran (2010, 61) tutkimuksessa voimauttavasta ohjauksesta ohjaajat korostivat sitä, että ohjaaja rooli määräytyy osin persoonallisten tekijöiden kautta. Aitous ja luottamus vaatii teeskentelemättömyyttä ja sen vuoksi menetelmät tai vuorovaikutustyyli eivät voi olla yleispäteviä, vaan ne muovautuvat kunkin ohjaajan persoonan mukaisiksi. Ohjaajat olivat havainneet myös sen, että erilaisuudesta saattoi olla hyötyä myös asiakkaille. Ohjaajan vaihtuminen mahdollisti joskus uusia mahdollisuuksia:

” Joskus täytyy kokeilla oikeen, et tökkii jäätä. Sitä varten meil kans vaihtuu myös ohjaaja, koska sitä tulee saman ihmisen kans aika sokeeks. Sitä olettaa, ja joku on varovainen jossain asiassa ja sitä rupee suojeleen. Sit ku se onki toisen ihmisen kans, ni toinen saattaa laittaa, et sanoo, et tuu vaan sielt kalliolta alas, ku on sienessä. ”Pelottaa , pelottaa”, ”joo joo, no siin on pehmeä sammal alla”. Toinen ohjaaja, joka on varovaisempi , saattaa sanoo, et no

hän tulee hakee. Mut sitku hän tuleeki alas, onnistuu. Semmonen kokeileminen.” KV

Ohjaajien vaihtuminen saattaa olla hyödyllistä juuri edellä kuvatussa tilanteessa, jossa sekä ohjattava että ohjaaja ovat” tottuneet ”siihen, että joku ei pysty tietynlaisiin toimintoihin. Uuden ohjaajan ennakkoluuloton avaus saattaa tuottaa yllättäviä onnistumisen kokemuksia, ja purkaa opitun avuttomuuden tunnetta.

Kehitysvammaisten ohjaajilla oli molemmilla puutarha-alan tausta. Muissa paikoissa

(muistihäiriöisten hoitopaikkoja lukuun ottamatta) oli ohjaajien lisäksi töissä puutarha-alan henkilökuntaa vastaamassa puutarha-alaan liittyvästä osaamisesta. Puutarhaan liittyvän osaamisen välttämättömyys tulikin esille vain kehitysvammaisten ulkotyöpajassa.

”Viheralan ammattitaitoa, sul pitää olla se ammattitaito, et sä voit ohjata”. KV

Muissa paikoissa ohjaajat korostivatkin muiden taitojen tärkeyttä. Omien käytännön taitojen puute nähtiin toisinaan jopa vahvuutena, kuten oppimista kuvaavassa osiossa kerrotaan. Silloin ohjattava ja ohjaaja ovat enemmän samalla tasolla ja oppiminen on yhteinen kokemus.

”Itellähän mulla ei oo mitään puutarhapuolen kokemusta ja itellä kaikki kukat kuolee. Ja asun kerrostaloss, ettei oo ees mitään omaa pihaa. Mut mun mielestä se on niinkun toissijainen juttu, ja saattaa olla ihan voimavarakin. Mietin sen ryhmän toiminnan kannalta sillee, et ku meil täällä puutarhalla on puutarhuri ja kaks puutarha-apulaista, joka niiku tietää kukkien hoitosysteemit ja nää”. PS

” Vuorovaikutustaidot on se asia. Tää ei vaadi niinkun puutarha-alan koulutusta, meillä on täällä puutarhuri, joka ei tee ohjaustyötä. Mutta kiinnostus pitää olla, kyllä asiat oppii”. PS

Tutkimuksen valossa näyttääkin siltä, että ohjaajat pitivät toimivana mallina sitä, että puutarhatoiminnan ja hoidon asiantuntemus oli eriytetty. Joissakin Euroopan maissa onkin green care -toimintaan maatiloilla kehitetty mallia, jossa maatila tarjoaa toiminnan puitteet ja asiakasryhmän mukana tulee aina ohjaaja, jolla on sosiaali- ja terveydenhoidon osaaminen, ja joka tuntee ohjattavat.

Muistihäiriöisten hoitopaikoissa ohjaajat olivat vastuussa molemmista osaluueista. Niissä toiminta olikin pienimuotoisempaa ja kausiluonteista.

7.2.1 Vuorovaikutus ja kohtaamisen taito

Hyvä vuorovaikutus on myös voimaannuttavan ympäristön tunnusmerkki. Sen kautta tuleva luottamus, arvostus ja kunnioitus edesauttavat luomaan voimaantumista tukevan ilmapiirin (Siitonen 2008, 96). Käytännön taitojen sijaan ohjaajat korostivatkin vuorovaikutus ja organisointitaitojen, kärsivällisyyden sekä rohkean työtteen tärkeyttä. Myös ohjaajan omaa innostusta, kuuntelun ja läsnäolon taitoa haastateltavat pitivät tärkeänä.

”Vuorovaikutustaidot on hyvä ja sitten tota, luovuus ja kekseliäisyys. Pitkähermonen siis pitää olla, todella pitkähermonen. Itekkä ei oo niin pitkähermonen ku tarvis olla. Tai semmonen pitkäjännitteinen. Myös sitte semmonen rempseä, ei voi olla semmone arka, joka säikkyy kaikkee . Ja mulla itellähän ei oo kädentaitoja, joten ei niitä tässä välttämättä tarvita, mutta persoonana täytyy olla semmonen, että osaa sen potilaan kohdata, ja tota uskaltaa sen kohdata. Koska ei näitä tarvi pelätä, mutta jos alkaa pelätä, niin ne on pelottavia”. PS

Myös vankilan yhteisöllisessä kuntoutuksessa vuorovaikutuksella on suuri merkitys. Ryhmien lisäksi vuoropuhelua käydään arkisten töiden lomassa tiheään ja ohjaajat pyrkivät tietoisesti keskustelemaan asenteeseen.

”Mä sanoisin et aika hyväksyvää asennetta. Et ei kauheen tiukkana pidä linjaa. Et just se, että asioista voi keskustella ja tavallaan hyväksyä heidän mielipiteitään ja sit ottaa puheeks. Niinku, et mistä toi tulee toi tommonen ajatus? Just sitä kautta, et on valmis keskustelemaan ja käymään läpi asioita. Et miks sä ajattelet noin tosta ja miks se on sun mielest noin toi asia tärkeä tehdä? Et ei heti ainakaan tyrmää sitä, et ei noin kiitos. Ja se on siinä sittekeskusteleva asenne ..niinku meillä on muutenki tässä hoidon piirissä”. V

”Vaikka itte ajattelis jonku asian toisin, mutta osaa arvioida sen taas myös, et mitkä on lähtökohdat kylläkin on ajatella niit asioita ja tehdä niit asioita. Et osaa olla niinku tasavertasena läsnä siinä tilanteessa. Et heille tulee sellanen yhteenkuuluvaisuuden tunne, et niinku toi haluaaki auttaa. Se on mun mielestä yks niit tärkeimpiä varmaan”. V

tutkimuksessa. Keskustellessa on mahdollista käydä läpi asioiden merkityksiä ja taustoja ja saavuttaa tunne siitä, että tulee ymmärretyksi. Oran tutkimuksessa ohjaajat tekivät tätä työtä myös erilaisten toiminnallisten menetelmien ja tehtävien kautta. Myös Mattila (2006) painotti ohjauksen kehittämistä tasaveroisen Peavy korostaa sosiodynaamisessa ohjausteoriassaan ohjattavan kulttuurisen ymmärtämisen tärkeyttä. Ohjaajan on ikään kuin astuttava ohjattavan maailmaan ymmärtääkseen hänen todellisuuttaan. Peavy (2006, 9) korosti ihmisen ymmärtämistä suhteessa hänen omaan elämänkenttäänsä. Elämänkenttään liittyvät yksilön arvot, kyvyt, kokemukset ja merkitykset. Ilman kuuntelua on luonnollisesti vaikea saavuttaa ymmärrystä ihmisen elämänkentästä. Peavy on korostanut sosiodynaamisen ohjauksen periaatteissaan ohjauksen tasaveroista luonnetta. Ohjaaja ei ole niinkään asiantuntija, vaan enneminkin mentori ja valmentaja, jonka keskeisiä taitoja ovat kulttuurinen älykkyys ja kyky dialogiseen vuorovaikutukseen (Peavy 2006, 7-8). Ohjaaja rooli keskustelukumppanina, oikeanlaisten kysymysten tekijänä ja uusien näkökulmien tuojana tuli esille myös Petteri Oran (2010, 54) vuorovaikutuksen suuntaan.

Vuorovaikutustaitoihin luettiin myös kuuntelemisen tärkeys. Levinasin (1996) mukaan suhtautuminen toiseen tulee ilmi ohjaustilanteessa toisen varauksettomana kunnioittamisena. Levinas kuvaa tätä astumisena toisen todellisuuteen, jossa ohjaaja on kuuntelijan roolissa pitäen toisen kokemusta ainutlaatuisena. Kuuntelu ja vuorovaikutustaitoja vaaditaan ohjaajien mukaa sekä omaisten että ohjattavien kanssa työskenneltäessä:

".....usein elämänkaarta kirjoittaessa he kertoo meille näitä. Me ollaan välillä kun terapeutteja täällä. Monesti se tuska oman äidin sairaudesta on suuri". MH

"Kuunnella. Valitettavan vähän vaan meillä on kyllä aikaa keskustella, eikä meidän lähtökohtanen tarkoitus oookkaan keskustella mistään sairauksista ja ongelmista. Pikemminkin toisin päin. Että täällä voi unohtaa ne ongelmat, ja pystyy keskittymään joihinki muihin asioihin täällä. Mut kuitenkin sillä lailla, että pitää korvat auki, et tää potilas toivoo häntä kohdeltavan näin ja näin. Ja ottaa se huomioo...ihan niinku kaikkien ihmisten kanssa ollaan vuorovaikutuksessa; yksilöllisesti, ystävällisesti ja avoimesti. Et kohta niinku ihmisen ihmisenä. PS

"Mun mielestä siinä se kuuntelu on kaikkein tärkein". MH

”ja totta kai kuuntelemisen taito on aika hyvä taito olla olemassa myös....” PS

Mattila (2006) on omassa tutkimuksessaan kuntouttavasta ohjauksesta tähdentänyt ohjaajan responsiivisuutta ja herkkyyttä ns. kuumalle puheelle (= puhetta jolloin ohjattava sanoo jotain erityisen merkityksellistä). Tämä edellyttää tietysti hyvää kuuntelua, jolloin ohjaajalla on mahdollisuus poimia puheesta ne kohdat, joihin tarttuminen voi olla oleellista. Mattilan mukaan juuri responsiivisuus tekee ohjauksesta kohdentunutta. Myös Moreno (1977) ja Peavy (2006) ovat tähdentäneet ohjauksen spontaanisuutta suunnitelmallisuuden sijaan. Mattilan mukaan spontaanisuus lisääntyy kuuntelevassa läsnäolossa, jolloin ihmisen mieli on vapaa ennakkokäsityksistä ja ohjaajan on mahdollista vapautua intuitioon. Myös Oran tutkiessa voimaannuttavaa kuntoutuksen ohjausta asiakkaan oman äänen (2010, 54) löytymisen ja esille tulo nähtiin ohjaajien kertomuksissa yhtenä voimaantumisen merkinä. Tätä ei voi tapahtua, ellei äänelle ole kuulijaa. Tässä valossa haastattelemieni ohjaajien kertomukset ovat yhteneväisiä Oran tutkimusten tulosten kanssa.

7.2.2 Kyky reagoida muuttuneisiin tilanteisiin

” Luovaa hulluutta, sitä täällä tarvitaan”. KV

Ohjaajilta vaaditaan usein nopeaa orientoitumista uuteen tilanteeseen. Vuorovaikutustaitojen lisäksi lähes kaikki haastateltavat toivat esille kyvyn organisoida, ja muuttaa nopeasti tehtyjä suunnitelmia. Paikalla tuleva ryhmä voi olla erilainen kuin ennakoitiin, tai jollakin osallistujista voi olla vaikea päivä. Ennakolta tehdyt suunnitelmat muuttuvat helposti, ja ryhmän kanssa on löydettävä nopeasti uudenlaisia ratkaisuja ja tarvittaessa johdettava toimintaa keskellä konfliktia. Myös tehtävien sovittaminen osallistujien taitojen mukaan on haastavaa.

”..suunnitelmat muuttuu yhdessä sekunnissa- me on hienosti suunniteltu, hienosti kaikkee. Sitte ei tuukkaa nii paljon ku piti, tai tulee enemmän kun piti”. PS

"Hehän on niinku tosi aitoja ja aivan ihania ihmisiä, et ehkä siks viihdyn tässä ni tota, tosi aitoja ihania, mut tunnetilat tulee tosiaan sielt aika voimakkaasti läpi. Et sen mukaan sit monesti. Et joskus on suunniteltu et tehdään joku kivimuuri, mut jollakin on joku tunnetila ni se muuttaa sen, sillä sit se päivä menee siinä. Et aikataulu ei voi olla niinku tiivis.." KV

"Tasapainotteleva voima kanssa. Et on sellaset taidot ja keinot, ku välit kiristyy ja tulee viestiä sinne ja tänne. Et on sellanen peace maker. Et tasapainottaa, et tehään me nyt vaan töitä". V

Luovuutta ja kykyä vaihdella ohjauksen liittyviä tehtäviä pidettiin myös Oran (2010, 62) tutkimuksessa yhtenä hyvän ohjauksen piirteenä. Luovuutta osoittaa myös kyky sovittaa tehtävät kullekin sopivan tasoiseksi. Luovuus ja yllättävät tilanteet pitävät myös ohjaussuhteen tuoreena ja ohjaussuhteen aktiivisena. Tällaisessa suhteessa molemmat osapuolet joutuvat olemaan aidosti läsnä (Ora 2010, 62).

"ja se mitä meilt vaaditaan ihan älyttömän paljon, ni organisointi näiden töiden suhteen. Kun aamulla ihmetellään tässä et kuka tekee, ja et jokaiselle löytyis hänen taidoilleen vastaavaa tekemistä. Se on aikalailla semmosta epävarmuuden sietämistä, päivästä toiseen". PS

"Ja auttaa kun on kaksi lasta. Siit on tosi paljon oikeesti hyötyy...kärsivällisyyttä on jaorganisointikyky on ihan hirveen tärkeä...Se, ett sä pystyt organisoimaan tilanteessa, se et sä pystyt heittätyyn tilanteessa, sä pystyt muuttumaan tilanteessa, et sä pystyt sietämään kaaosta, se on läsnä aika usein". MH

Tällainen luovuuden sisällyttäminen työotteeseen, voidaan yhdistää myös hiljaisen tiedon käyttöön työssä. Sen edellytyksenä on leikinomainen kyky nähdä asiat uudessa valossa.

Puutarhatoiminnan ohjaus vaatii ohjaajalta kykyä luoviin ratkaisuihin tilanteiden nopeasti muuttuessa. Se tulee ohjaajien mukaan työkokemuksen myötä. Myös luovuuden tutkijat (Koski, Tuominen 2004) mainitsevat, että kyky luoviin, spontaaneihin ratkaisuihin tulee 10 vuoden työkokemuksen jälkeen. Tällä kohtaa he puhuvatkin ns. kymmenen vuoden säännöstä, jossa pitkä työkokemus edesauttaa joustavien ja luovien ratkaisujen käyttämistä.

*”Luovuutta, halu kokeilla uutta, heittäytyä välillä semmoseen hulluun välillä . Täällä se on kykyä toimia kaaoksessa, se on niinku hallittu kaaos . Joustavuus ja tää flukтуаalisuus, jos sun täytyy hypätä siihen virtaan, jos se ei tänään meekkään niinku oot suunnitellu. Mut löytää sieltä uusia ratkasuja, ja jos siitä kehitty, jotain sellasta, mitä sä et ees aatellu, ni voisko siit kehitty jotain?”
KV*

Luova kaaos näyttäytyi ohjaajalle tässä tapauksessa myös uusien mahdollisuuksien lähteenä. Yllättävistä tilanteista on joskus heidän mukaansa löydettävissä myös uusia mahdollisuuksia.

7.3 Asenne ja suhde ohjattaviin ohjattaviin

”No sanotaan, et sellanen fiilis, et sä saatat nähdä et jollakin on jotain. Ja sä sanot, et mikä sul oikeesti on Sä oot saattanu kovistella tätä ihmistä, ja sit sä tajuut, et siel on joku juttu. Otat vaik sen ihmisen ihan yksin siihen, ja siit semmonen henkilökohtainen suhde luodaan”. KV

Mattila (2006) on todennut, että ohjaus ei tähtää ensisijaisesti oppimiseen tai muutokseen, vaan vuorovaikutussuhteeseen, joka mahdollistaa uusien mahdollisuuksien syntymisen. Tämän pohjalta kysyinkin ohjaajilta miten ohjattaviin tulisi asennoitua ja miten hyvä ohjaussuhde luodaan. Humanistisen psykologian edustajista Carl Rogers on sanonut hyvään ohjaussuhteeseen vaadittavan kolme seikkaa: Ensinnäkin aitoutta, joka merkitsee läpinäkyvyyttä ja rehellisyyttä. Toiseksi asiakkaan ehdotonta arvostamista ja kunnioittamista ja kolmanneksi empaattista ymmärtämistä, jolla tarkoitetaan ohjaajan kykyä havainnoida asiakasta ja ymmärtää hänen sisäistä maailmaansa. Omassa tutkimuksessani ohjaajat korostivat asennoitumisessa ja suhteen rakentamisessa innostusta ja läsnäoloa, ammatillisuutta, kunnioitusta, luottamusta, ennakkoluulottomuutta ja yksilöllisyyttä.

Haastattelemani ohjaajat tuntuivat olevat hyvin motivoituneita työstään. He kaikki näkivätkin innostuksen ja motivaation työhön olevan tärkeitä hyvän ohjauksen elementtejä. Hiukan yllättäen myös muistisairaiden ihmisten hoitajat korostivat läsnäolon merkitystä.

"Muistisairas ihminen vaistoaa kaiken, yleensä kun sä tuut töihin, sun pitää puhallella tuolla ulkona omat huolet ja murheet pois. Sun pitää olla läsnä 100 prosenttisesti. Jos mä tuun vaikka väsyneenä ja kiukkusena töihin...se tarttuu välittömästi asukkaisiin. Muistihäiriöinen reagoi ja vaistoaa kaiken". MH

"Täytyy olla sillai innostunu. Täytyy olla, et on ite kiinnostunu siitä puutarhanhoidosta. Mun mielestä se, että sä oot niinku aidosti siinä läsnä, ja oot itsekin innostunut siitä työstä". MH

"Sillä jos me mennään semmoseen ajatukseen, että ei näille kannata mitään pitää, niin sitte me ollaan väärässä paikassa töissä". MH

Innostus on asia, joka tarttuu. Ohjaajan innostus aktivoi ohjaajien mukaan myös ohjattavia. Silloinkin kun asiakkaina on ajoittain lähimuistinsa menettäviä asiakkaita, ohjaajan innostus ja kiinnostus asiaan voi olla avuksi ohjattavan innostumiselle.

Myös vankilan puutarhatoiminnan ohjauksessa, ohjaajat mainitsivat ohjaajien kiinnostuksen ja innostuksen merkityksen. Motivaation ja innostuksen löytäminen ei ole aina itsestään selvää, vaan joskus se vaatii työntekijältä erityistä näkökykyä:

"Varmaan se, et osottaa sen oman mielenkiintonsa niit asioita kohtaan. Se auttaa sitä toistakin innostumaan niistä asioista. Jos ite oot vähän ja möllötöt ni aika heikkoo on....et siit saa itekkii ku touhuu heidän kanssaan ". V

"Ja täytyy nähdä suuret kokonaisuudet. Et vaikka sä teet nyt tän ihmisen kans jotain tässä, lakaset tätä pihaa..... Yks sivari kysy, et miten sä jaksat tehdä koko ajan tätä samaa, siivota autotallii? Mä sanoin, et ei se oo tää autotalli, tää on koko yhteiskunta tää juttu, se että nää ihmiset voi osallistua". KV

...."ja täytyy uskoa tähän jonkun verran että tällä on jotain merkitystä. Et jos se on hukassa, ja välillä se voi olla hukassakin". PS

Mäkisen (2005) mukaan ohjaajan aloitteellisuus ja innostunut aktiivisuus on yksi toiminnallisen ohjauksen kulmakivi. Ohjaaja voi omalla toiminnallaan toisaalta aloittaa prosesseja, auttaa ylittämään kriittisiä kohtia tai madaltaa mahdollisia osallistumisen kynnyksiä.

7.3.1 Ammatillisuus

Ammatillisuus näkyi ohjaajien kertomuksissa siinä, että he pitivät tärkeänä ohjaajan ominaisuutena kyvyn tunnistaa mahdollisia sairauteen tai vammaan liittyviä käyttäytymismalleja.

”Mun mielestä hirveen tärkeä on, ku ollaan psykiatrisessa sairaalassa, et on sitä hoitapuolen kokemusta. Tuntee ja tietää, minkalaisia nää on. Ja sillan korostuu mun mielestä se hoitapuolen koulutus siellä taustalla”. PS

”Se just, et jos potilas on huonossa kunnossa, et jos ne harhat tulee täällä esiin kauheen voimakkaasti. Just ettei säikähdä sitä tilannetta, vaan että tietää, et tää kuuluu sairauteen ja näin voi potilaat joskus käyttäytyä”. PS

Psykiatrisessa sairaalassa ammatillisuuteen kuuluikin ohjaajien mielestä potilaiden sairauteen liittyvien oireiden tunnistaminen ja niiden huomioon ottaminen ohjauksessa. Muistisairaitten kanssa ammatillisuus merkitsi heidän rajoitteidensa ymmärtämistä vuorovaikutuksessa ja toiminnan järjestämisessä:

”Esimerkiks täällä ei kannata ruveta inttämäänhän näiden asukkaiden kanssa mitään. Ei kannata sanoo, et sinä kuule oot täällä näin, et sinä et kuule täältä lähe minnekään. Jos joku on koko ajan vaikka lypsämään lähössä”. MH

”Pitää ymmärtää myös se, että kun tää ihminen astuu puutarhasta sisään, niin hän ei välttämättä muista olleensakaan koko puutarhassa. Pitää ymmärtää se sairauden laatu ja näin”. MH

”Pitää niinku ymmärtää meidän asukkaiden kyky ja voimavarat. Jos joku tekee jotain hassusti tai ei pysty tekemään se on ohjaajien niinku taito sitten ikäänkuin järjestää semmosta tekemistä mikä onnistuu. Tai ymmärtää, että aina ei voi tehdä, kun sairaus etenee”. MH

Kehitysvammaisten ohjaaja mainitsi, että joskus vaikeitten tilanteiden keskellä kollegoiden on muistutettava ammatillisesta suhtautumisesta ja muistutettava kenen kanssa tehdään töitä.

”Ja ehkä se, et jos sä oot yrittäny toteuttaa sitä eettisyyttä jonku ihmisen kohdalla, ja sit sielt tulee sitä räkää naamaan, nii sit sä mietit sitä eettisyyttä oman ittes kohdalla ...Tekis mieli huutaa, et mites mun etiikka, missä se menee? Se on niitä vaikeimpia juttuja....Sitte joku sanoo, et muista, et hei meillä on kehitysvammasia töissä...Sillä sen saattaa unohtaa, mä oon joskus unohtanu. Se on niin tuttua jo. Sitte vaan mietitään ja todetaan, et eihän missään voi tehdä tällasta työtä ku tekee tällä hetkellä”. KV

Ammatillisuus hyvän ohjaajan ominaisuuksina tuli esille myös Kuhmosen toimittamassa (2005, 26) raportissa, jossa kehitettiin ohjaustoimintaa ammatilliseen koulutukseen Second Chance hankkeessa. Siinä ammatillisuuden perustaitoihin kuului eettinen ja ammattimainen toiminta, asiakkaan tukeminen tämän omista lähtökohdista, asiakkaan kulttuuristen erojen hyväksyminen ja tiedostaminen, kyky käyttää soveltavia teorioita ja tutkimustuloksia käytännössä. Omassa tutkimuksessani ammatillisuus merkitsi ohjaajille myös turvallisuuden huomioimista ja omasta jaksamisesta huolehtimista.

"Ainahan täytyy se oma turvallisuus ja tommonen ottaa huomioon ja omat voimavarat". PS

Omasta jaksamisesta huolehtiminen osana ammatillisuutta tuli ilmi myös Oran (2010, 66) tutkiessa voimaantumista ammatillisessa ohjauksessa. Hän mainitseekin, että asiakaskunta on usein raskas; kaikilla on toimintarajoitteita, kokemukset koulutuksista negatiivisia, sosiaalisuus hukassa ja psyykkistä tilaa useat kuvaavat lamaantuneeksi. Negatiivisten asioiden kuorma voi olla työntekijälle raskas ja sitä voi helpottaa työnohjaus, jossa näiden asioiden purkaminen on mahdollista.

7.3.2 Ennakkoluulottomuus

"Olla oma itsensä. Ihmisiä me kaikki ollaan. Ja psyykinen sairaus on yksi sairaus muiden joukossa. Että suhtaudutaan niinku ihmiseen muutenki". PS

Ammatillisuuden lisäksi ohjaajat pitivät tärkeänä ennakkoluulottomuutta ja kunnioittavaa asennetta sekä suhtautumista ohjattaviin "niin kuin ihmisiin suhtaudutaan". Ohjaajien on monissa paikoissa mahdollista perehtyä psykiatristen potilaiden tai vankien hoitohistoriaan, mutta nämä ohjaajat korostivat pyrkivänsä suhtautumaan ohjattaviin ilman ennakkoasenteita ja aina ohjaajat eivät edes lue asiakkaiden taustatietoja:

"Mut harvoin tulee ennakko tietoo potilaasta luettua. Sillä se voi olla vähän estekin välillä. Et yleensä kohdataan, ainaki ite tykkään kohdata, et ne on tasavertasia. Niinku ei sairaita olisikaan". PS

"No varmasti se, et en halua rakentaa mitään ennakkoluuloja. Mä haluan oppia tuntemaan ihmisen ihmisenä, en jotain tiettyä sairautta sairastavana henkilönä, vaan niinku, että ihminen on

kuitenki kokonaisuus. Et vaik olis joku psykiatrinen diagnoosi, ni siel on varmasti paljon tervettäkin, ja sitte niihin terveisiin puoliin keskittyä. Ettei anna sen sairauden olla se, mikä vie sitä teenpäin”. PS

”Ei me haluta tietää aina, mikä se on se sairaus siellä, miten rankka se on ollu se tausta. Vaan otetaan tässä se potilas just semmosena ku se tähän tulee”. PS

Petteri Ora (2010) mainitsee tutkimuksessaan Judith Chamberlinin (1997) voimaantumista käsittelevän tunnetun artikkelin, jossa hän kuvaa kehittelemäänsä voimaantumisen periaatetta, joka oli kehitelty yhdessä mielenterveyskuntoutujista muodostuvan paneelin kanssa. Chamberlinin menetelmä oli yksinkertainen: kohdellaan opiskelijoita aivan kuin he olisivat ajattelevia ihmisiä. Samalla tavoin tuntuivat ajattelevan myös haastattelemi ohjaajat. Ennakkoluulottomuus liittyi myös käytännön työtehtävien jakamiseen. Välillä ohjaajat yllättyivät itsekin joidenkin asiakkaiden osoittamasta toimintakyvystä:

”Ja se, että itekki on välillä hakshtanu kun on niin tumpelon olonen potilas... Semmoseen pitäis pyrkiä, että kokeilee kaikkia juttuja. Ja nää onki yllättävän näppäriä joissakin hommissa. Vaikka ne näyttää ni, joku pappi maalaa tossa, vaikka on vaan yks peukalo, ni maalaa ruukkuja... Ei voi kattoo, mitenkä se nyt sanotaan, ettei ole koiraa karvoihin kattomista...ettei luo jotain omaa mielikuvaa näkemänsä perusteella, vaan ennakkoluulottomasti vaan kokeilee kaikkea”. PS

7.3.3 Luottamuksen ja kunnioituksen osoittaminen

Voimaantumisen keskeisiä piirteitä ovat ihmisen autonomisuus ja toiminnanvapaus. Myös luottamus, vastuullisuus ja ihmisen oman päätäntävällän alleviivaaminen kuuluvat voimaantumisen piiriin (Heikkilä-Laakso, Heikkilä 1997). Auktoriteetti löytyy tällöin ihmisestä itsestään ja tämä ajattelu onkin lähellä sosiaalitieteissä usein voimaantumisen tilalla käytettyä valtaistumista. Voimaantumista edistää asiakkaan subjektiivisuuden vahvistaminen, jota voidaan edesauttaa kunnioituksen ja luottamuksen osoittamisella. Luottamuksen rakentaminen ohjaussuhteessa lähtee haastattelemieni ohjaajien mukaan siitä, että on itse luotettava.

"Mun mielestä se luottamus on tosi tärkeä, et sä teet niinku sä sanot. Ja jos et pysty jotain lupaamaan, ni sä sanot, et mä en oo varma". KV

Asiakkaan kunnioitus on oleellinen osa ohjausta. Ohjaustoiminnan luonnetta on monesti kuvattu kolmella sanalla : Aikaa, huomiota ja kunnioitusta. Kunnioitus ja luottamus tuli haastatteluissa esille myös silloin, kun kysyttiin ohjaajilta, miten suhde ohjattaviin luodaan. Kehitysvammaisten ohjaajakin muistutti, että ohjattavat ovat heidän asiakkaitaan. Asiakas on keskiössä ja hänen mielipiteellään on suuri arvo, kun tehdään häntä koskevia ratkaisuja. Hän muistutti myös hoitotyössä tapahtuneesta asiakaskeskeisyyden vahvistumisesta. Myös muistihäiriöisten ohjaajat muistuttivat kunnioituksen tärkeydestä ohjaussuhteessa:

"Et asiakas on niinku se. Et jossain vaiheessa on ollu se, et asiakas alhaalla ja yllääkäri ylhäällä. Ehkä kolkyt vuotta sitten, Mut me on kipattu tää et asiakas ylhäällä. Siis onhan se nykyään muuallakin, et asiakas päättää, itsemääräämisoikeus. Et ihmisen oikeus valita itse. Totta kai meil on ohjelma...työpaikassa ei voi aina päättää itse". KV

"No se vaatii tietynlaista rohkeutta. Ja se vaatii sitä, että tämä ymmärtää, että dementoitunut ihminen ei ole lapsi, eikä ole vähä-älyinen, vaikka hän ei pysty tuottamaan selkeää puhetta, tai hän käyttäytyy jotenkin hassusti". MH

"Me ollaan siis asiakaspalvelussa. Ett he on meidän asiakkaita. Et täs täytyy olla hyvin ammattimaisia. Me ollaan vastuussa ensisijaisesti heille itselleen ja heidän perheilleen heidän hyvinvoinnistaan. Hän niinkun on oman elämänsä herra. Et jos hän haluaa lähteä ulkotöistä, ni sit pidetään palaveri". KV

Asiakkaaseen luottamisen tärkeys nostettiin esille myös psykiatristen potilaiden ja vankien kohdalla osana kuntoutusta. Puutarhatoiminnan ohjaajat rakensivat luottamusta ohjattaviin myös avoimuudella.

"Kunnioittava, mutta rehellinen työskentelytapa on musta aina kaiken a ja o ku puhutaan asiakastyöstä. Ja kohdataan se ihminen ihmisenä. Et just se oma asenne siihen, että miten. Sitä kauttahan se tulee ku me istutaan täällä. Ja niillähän on tosi vaikee se luottamus, kun ne tulee hoitoon. Sekä yhteisöön että meihin. Kyl se vaan aika hyvin onnistuu. Sillä et olet läsnä ja kuuntelet, ja tota otat kantaa. Välillä keuhut ja kritisoiit. Tämmöstä normaali kanssakäymist ihmisten kanssa, niinku yleensäki". V

"Ite ainakin tommosen suhteen luon luottamuksella, luotan siihen potilaaseen. Oon ite kauheen avoin, että myös itsestäni voin kertoa jotakin. Siitä on saanut palautetta, siitä avoimuudesta ja just siitä potilaaseen luottamisesta, että luottaa siihen. Minkä mä ny annan, vaikka nyt sen puukon sen käteen. Ja annan sille tärkeitä tehtäviä ja korostan sen tärkeyttä. Ja en anna mitään hantti hommia. Ja annan sille tilaa. Ei sen tarvi mulle puhua tai jutella, jos ei halua. En mä tyrkytä itteeni millään lailla tai kysele". PS

"Et ehkä meitä ihmetellään tässä et miksi me ei pelätä, meillä on työkaluja ja meillä on tämmösiä vaikea hoitosia täällä, jotka siellä osastolla ovat eMHä pelottaviakin. Ni ehkä me olemme tyhmänrohkeitakin, mutta se just se persoona ja se luottamus siihen potilaaseen. Keskustelu siitä, et täällä sä et voi käyttäytyä sillä tavalla. Niin et tää on semmonen paikka". PS

Virpi Hongisto on kehitellyt voimaannuttavan ohjauksen ajattelua ammatillisen koulutuksen yhteydessä (Hongisto 2005, 27). Hän näkee luottamuksen syntymisen tärkeimpänä elementtinä ohjaussuhteessa. Luottamuksen rakentamisen haaste voimaannuttavassa, kuntouttavassa ohjauksessa tuli esille myös Oran (2010, 54) tutkimuksessa. Myös Torvisen ja Turunen (2006) tutkimuksessa ammattistartin ohjauskeskusteluissa luottamus nousi esille tärkeimpänä ohjauskeskustelun elementtinä. Ohjaajat korostivat alkuvaiheen onnistumisen merkitystä ja luottamussuhteen rakentumisen tärkeyttä tässä vaiheessa.

Vankien kohdalla luottamuksen saavuttaminen vie joskus aikaa, sillä monet vangit ovat tottuneet vankilan autoritääriseen kulttuuriin. Vankilan puutarhassa vangit hoitavat itsenäisesti mm. vankilan lampaita ja muita eläimiä. Monille vangeille tämä luottamuksen osoitus ja mahdollisuus osallistua puutarhaan liittyviin töihin on täysin uusi kokemus. Ohjaajat toivatkin esille sen että vankilassa luottamuksen ja kunnioituksen rakentuminen vie aikaa. :

"Ja kyllä niinku tää puutarhahoitokin ni se on kyllä tosi iso juttu joillekin, jotka oikein todella tykkää siitä. Et se luottamus, jonka he saa. Et he saa itte niinku hoitaa sen, ja he on vastuussa siitä. Et on niinku niin iso juttu, et sitä ei ees voi ymmärtää, et kuinka iso juttu se on heille. Että luotetaan ja uskotaan siihen et he kykenee". V

"Pitkäjänteinen ja rauhallinen työote ja luottamus lähtee siit pikkuhiljaa rakentumaan. Et väkiste ja pakottamalla mitään ei saa aikaseks". V

”Oma ennakkoluulottomuus monella kohtaa ja kohdataan ihminen ihmisenä, eikä tekojensa kautta. Niin mä sen näkisin. Perus ihmislähtöinen työote, jota joka puolella toivotetaan...et jos sen on sisäistänyt, ni kohtaaminen jo ensi kosketuksella lähtee rakentumaan.” V

Vankilan ohjaajat toivat esille myös sen, että kunnioituksen vaatimus koskee heillä molempia osapuolia. Kunnioitus ja luottamus palautuu joskus myös anteeksipyytämällä, kun on huomattu että on toimittu väärin:

”Anteeks annetaan ja anteeks pyydetään, jos on sen paikka”. V

”Me ei oteta kuraa vastaan heiltä eikä heidän tarvi ottaa kuraa vastaan meiltä jos on jotain mikä mättää niin keskustellan siitä. Aika monella heillä on olettamus siitä että täällä ollaan vartijoita, pamppuja . Et se käsky tulee ylhäältä alaspäin. Mut tää on ihan eri maailma, keskustellaan niinku aikuinen aikuiselle”. V

Muistihäiriöisten asiakkaiden kohdalla ohjaajat kertoivat luottamuksen syntyvän tuttuuden kautta ja asiakkaan elämänkaaren tuntemisen kautta. Kun kontaktin saaminen muistihäiriöiseen asiakkaaseen on vaikeaa, ohjaajat käyttivät apunaan elämänkerran tietoja ja erilaisia vuorovaikutuksen apuvälineitä. Kysymykseen , millä suhde asiakkaaseen luodaan, kun muisti pätkii, muistihäiriöisten ohjaaja vastaa:

”Se, että mä tunnen asiakkaan elämänkarta. Mä osaan poimia ne tärkeät asiat sieltä asiakkaan elämäнкаaresta. Luottamus tulee siitä, että toi hoitaja tietää minusta, että minä voin luottaa häneen...tuttuus ja turvallisuus ovat tärkeitä” MH

”Ainakin se että henkilökunta ei vaihdu koko ajan sillä jos vaihtuu koko ajan ja on paljon keikkalaisia”. MH

”Elämäkerta, vuorovaikutuksen apuvälineet.” MH

7.3.4 Yksilöllinen kohtaaminen

Voimaantuminen on aina yksilöllinen prosessi (Siitonen 1999). Sen vuoksi voimaantumista edistävän ohjauksenkin tulisi olla yksilöllistä. Kuhmonen (2005) pitääkin yksilöllistä ohjausta voimaannuttava elementtinä. Siinä autetaan ohjattavaa löytämään vahvuutensa ja kehittämisen kohteensa. Yksilöllinen ohjaus on myös kannustavaa ja yksilölliset tarpeet huomioivaa. Ohjattava

asettaa siinä omat tavoitteensa ja ohjaajan roolina on tukea niitä. Yksilöllisyyden merkitys tuli esille myös omassa tutkimuksessani ohjauksesta. Yksilöllisyyden kunnioittaminen näkyi dementiapotilaiden hoitoidologioissa elämänkerta tietojen vahvalla huomioimisella hoitotyössä. Tämän lisäksi dementia-asiakkaat osallistuivat puutarhan suunnittelutyöhön silloinkin, kun heidän mielipiteittensä kerääminen edellytti paljon ylimääräistä työtä. Esimerkiksi värejä puutarhaan valittaessa käytettiin erivärisiä kankaita valinnan helpottamiseksi ja jotkut asiakkaat maalasivat toiveitaan.

”Meillä arki jaetaan kahdenlaiseen aikaan, yhteisölliseen ja yksilölliseen aikaan. Ja erilaiset riitit ja rituaalit liittyen jokaisen henkilökohtaisiin mieltymyksiin ja ne pyritään huomioimaan”. MH

”Tietoa voi kerätä monella tavalla ...Esimerkiksi hänen kanssaan tehtiin niin, että hän sai maalata unelmiensa puutarhan ja kertoa mitä siellä on. Siitä me otettiin sitten ideoita”. MH

Kehitysvammaisten ja psykiatristen potilaiden kanssa tehty työ perustuu yksilöllisesti tehtyihin suunnitelmiin, joita pyritään huomioimaan toiminnassa mahdollisuuksien mukaan.

”Mun mielestä kaikki saavat jotakin, kovasti yksilöllisesti paneudumme tarpeisiin ja tavoitteisiin ...jokainen on saanu jonku oman kipinänsä..PS

”Suomessa on paikkoja, jossa pussitetaan ruuveja, sitä voi ajatella et onks tää eettisesti oikein? Et onks tältä ihmiseltä kysytty et mitä sä haluat tehdä , vai onks se sitä et ku pitää olla päivätoimintaa , ni isit ollaan päivätoiminnassa...Et meil on aika erilainen näkemys, et ihmisestä löytyy voimavaroja aika paljon. Kyllähän kuka tahansa ajattelee, jos joku kysyy et mitä sä haluat tehdä, et toi on kiinnostunu musta”. KV.

”Yksilöllisesti mennään , jokainen saa ihan eri tavoitteet, jokainen saa oman viikko ohjelmansa eikä se oo välttämättä ollenkaan samanlainen ku toisella

Mietitään vähän et mitäs sä osaat ja mitäs voisit haluta et mitäs...aika vähän on vielä ollu sitä et mitäs sä teet kahden vuoden päästä...et tavote on ehkä se et jokainen mahdollisimman itsenäisesti pystyy tekemään asioita..et hän saa täyden tuen, mut et hän voimaantuu, se on ehkä se iso juttu”. KV

Gunnel Östlund (2001) on selvittänyt ruotsalaisten tuki- ja liikuntaelinvaivoista kärsivien keskuudessa heidän kokemuksiaan kuntoutushenkilökunnalta saamastaan tuesta. Silloin kun he kokivat saaneensa tukea he olivat kokeneet

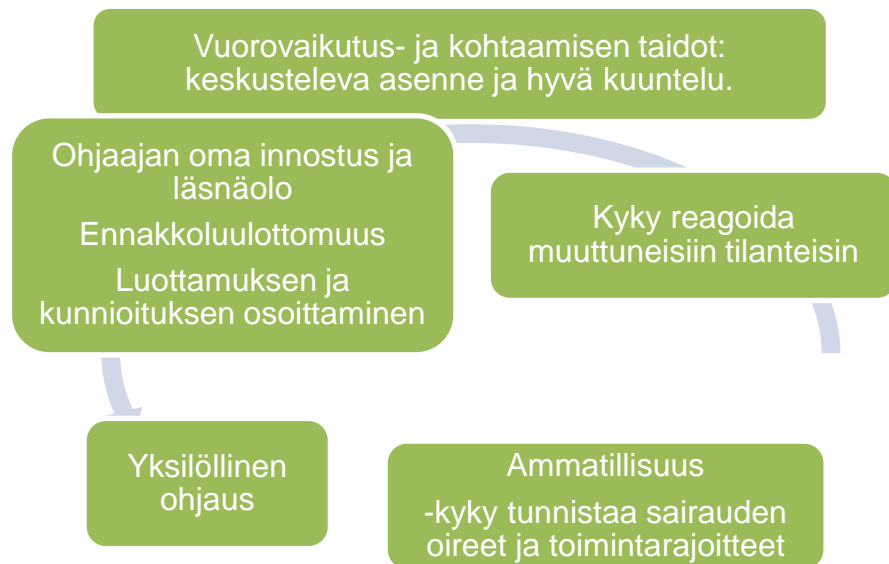
tulleensa kohdelluksi omana persoonana, heitä oli kohdeltu subjektina, heihin oli luotettu, heitä oli kuunneltu ja kysytty heidän mielipidettään ja kohdeltu yksilöllisesti. Vastaavasti silloin kun he kokivat tuen puuttuneen, heitä oli kohdeltu yhtenä joukosta, kohdeltu objektina, heihin ei luotettu, heitä ei kuunneltu ja heille annettiin määräyksiä ja heitä kohdeltiin rutiininomaisesti. Yksilöllinen kohtelu on myös Järvikosken ja Härkäpään (2011, 153) mukaan yksi oleellinen sosiaalisen tuen muoto, jonka määrä ja laatu vaikuttaa kuntoutumiseen.

Sen lisäksi, että kehitysvammaisten ulkotyöpajassa oli yksilöllisyys huomioitu tavoitteissa ja tekemisessä, siellä on käytössä ns. yksilöllinen päivä:

”Meil on täällä kerran puolessa vuodessa yksilölliset päivät. Jokainen kehitysvammaisen voi miettiä, et mitä hän halua. Vaikka leffaa tai syöntiä tai museo, mitä tahansa. Ni sit ei tehdä mitää ulkotöitä, vaan mennään jonku ohjaajan kanssa ulos koko päiväksi ja tehään.Nää on ehkä semmosia, jotka lähentää aika paljon, nää yksilölliset jutut” . KV

Yksilöllinen päivä oli kehitysvammaisten ulkotyöpajassa keino rakentaa suhdetta ohjaajan ja ohjattavan välille. Mielenkiintoista olisi tietää, millaista hedelmää tällainen käytäntö toisi muualla.

Ohjaajien mielestä olennaisia taitoja puutarhatoiminnan ohjauksessa olivat vuorovaikutustaidot. Tähän kuului taito keskustella asiakkaiden kanssa heidän kokemusmaailmaansa ymmärtäen ja taito kuunnella heidän viestejään. Puutarhatoiminta vaatii ohjaajilta myös nopeaa kykyä reagoida muuttuneisiin. Se tarkoittaa käytännön tilanteiden uudelleen organisointia osallistujien määrän ja taitojen mukaan. Toisinaan vaaditaan myös konfliktinratkaisutaitoja kun asiakkailla on huono päivä tai keskinäisiä erimielisyyksiä. Ohjaajien asennoituminen ohjattaviin oli keskeisessä asemassa suhteen luomisessa ohjaajien ja ohjattavien välille. Tähän myötävaikutti ohjaajan oma innostus ja intensiivinen läsnäolo ja sekä luottamuksen ja kunnioituksen osoittaminen. Ennakkoluuloton suhtautuminen ohjattaviin nähtiin myös tärkeänä hyvän ohjauksen elementtinä. Tämän rinnalla ammatillisuus merkitsi mahdollisen sairauden tai vamman oireiden tunnistamista ja siihen reagoimista. Myös omien rajojen ja turvallisuuden huomioiminen oli osa ammatillisuutta.



Kuva 6. Hyvän ohjauksen elementtejä

7.4 Oppimisen ohjaus puutarhatoiminnassa

Puutarhassa oppiminen liittyy paitsi puutarhanhoitoon, niin myös moneen muuhun asiaan joita puutarhatoiminnan piirissä tehdään. Osa puutarhatoiminnan tarkoitusta onkin antaa vahvistaa arkielämässä tarvittavia taitoja. Sairaus ja vajaakuntoisuus asettaa omia haasteita oppimiselle. Ohjaajat olivatkin löytäneet monia tapoja havainnollistaa ja pilkkoa ohjattavia asioita moniin pienempiin osiin. Psykiatrisessa sairaalassa työskentelevien ohjaajien mukaan oppimisvaikeudet liittyivät ohjaajien mukaan sekä sairauksiin ja vammoihin, mutta myös ohjattavien taustoihin:

”Semmonen siisteys ja siivoaminen on jokaisen hyvä opetella meil on sellasia nuoria kuntoutujia, jotka ottaa ensimmäistä kertaa käteensä rikkalapion ja harjan. Ja ruukkuja tiskatessa tulee opetelleeksi ihan perustaitoja, tiskaustaitoja ..että puutarha tarjoaa aika paljon monenlaista”. PS

”Ja kun ihmiset tulee tänne omista kodeistaan niin se elämän kirjo saattaa näkyä ja me autetaan tai annetaan vinkkejä, että miten voisit toimia ihan kaikissa asioissa” PS

”Nyt just tuntuu siltä, että just nää kognitiiviset taidot, niis on paljo sitä vajetta. Et siihen me joudutaan kiinnittämään aika paljon huomiota. Muistivaje on suurimpia niissä. Uusavuttomuus näkyy pitkään sairastaneitten nuorten kohdalla, ei tunneta välineitä, ei puhuta samaa kieltä”. PS

Kognitiiviset vaikeudet liittyvät ohjeiden kuuntelemiseen, vastaanottamiseen, muistamiseen. Ohjaajat olivat oppineet huomioimaan nämä ohjaustyössä. Oppiminen puutarhatoiminnassa perustuu paljolti mallinäyttämiseen. Jopa dementikoilla, joiden orientoituminen nykyhetkeen saattaa olla vaikeaa, työ saattaa palauttaa muistiin vanhoja taitoja.

”Käytetään kaikkia konsteja, puhutaan näytetään annetaan yksi ohje kerrallaan, lisätään kaksi ohjetta, ollaan läsnä ja tosiaan se näyttäminen ja kokeileminen”. PS

”Täytyy niinku ohjata alkuun, esimerkiksi nyt syksyllä kun haravoidaan niin niinku se mallin näyttäminen on hirveen tärkeä muistisairaitten kanssa, ne kyllä tulee syvältä ne kaikki taidot, me näytetään kädestä pitäen se haravointi”. MH

Järvikylän (2011,175) mukaan yksilön pystyvyyskäsitystä voidaankin kehittää vuorovaikutustilanteissa tai terapiaprosessissa eri tavoin sosiaalisen oppimisen keinoin. Ohjatut harjoitustehtävät, joista ohjattava pystyy suoriutumaan vahvistavat ohjattavan pystyvyyskäsitystä. Mallioppimisessa voi seurata vierestä vertaisen onnistunutta suoritusta, mikä antaa uskoa myös omaan suorituskäyttöön. Taivuttelevassa keskustelussa aikaisemmin mahdollittamaan tehtävään etsitään tapoja selviytyä siitä. Ohjaajan tulee Järvikylän mukaan myös seurata ohjattavan fysiologisia reaktioita, ettei esimerkiksi stressitaso nouse liian suureksi. Luontoympäristöjen stressiä alentavaa vaikutusta voidaankin pitää myös oppimista edistävänä asiana. Muistihäiriöisillä ja kehitysvammaisilla mallintamisessa työvaiheet näytetään kädestä pitäen ohjattavalle ja ne pilkotaan pieniin osavaiheisiin:

” Se omalla laillaan, täytyy olla rauhallinen, mitään asioita ei voi sanoa nopeasti ja aika usein se katsekontakti , se on hirveen tärkeä ja selkeät ohjeet ja just se mallinäyttäminen.” MH

”Sillon ku mä tulin tänne ni mä en tienny et miten ihmeessä mä voi ohjattua kehitysvammalle jonku työn, sit se on vaan ollu pakko pilkkoa se työ niin pieniin osiin ja ajatella se niin, että jos mä en tajuu tästä asiat yhtään mitään ; ota tämä, laita tähän”. KV

”Pilko pieniin osiin; helppo ymmärtää, toteuttaa....Jos me istutetaan vaikkapa kukkakori, ni ku sä tuut tänne töihin ni nopeesti pitäis ite tehdä, mut ku se ei oo sitä...me voidaan koko päivä käyttää, täs on kori, se on tehty pajusta. Kokeillaan, se tuoksuu, tossa on multaa...ota multa, laita tähän....Yksinkertaset, selkeet ohjeet”. KV

Vykotskyn ajatus oppimisen lähikehityksen vyöhykkeestä toteutuu hyvin puutarhatoiminnassa. Ohjaajan läsnäolo mahdollistaa oppimisen ja toimintakyvyn laajentumisen myös niille ihmisille, joiden taidot ovat rajalliset. Pilkkomalla työvaihe pieniin osiin ja mallintamalla tekemistä, pystyivät vajaakuntoisetkin asiakkaat osallistumaan toimintaan ja osa heistä kykeni laajentamaan osaamistaan. Järvikoski (2011,176) toteaaakin että kuntoutuksessa on tarkoituksenmukaista suunnata alueelle, jolla kuntoutuja kykenee itse selviytymään tuen, ohjauksen tai sopivien olosuhteiden avulla. Ohjaajan taitoihin oppimisen ohjauksessa kuuluu myös vaatimusten asettaminen sopivalle tasolle, jotta pystytään luomaan onnistumisen kokemuksia. Tämä tuli ilmi myös vankilan puutarhatoiminnan ohjauksessa, jossa monilla vangeilla on taustallaan oppimisvaikeuksia.

”Kolmas perinne, suvaitsevaisuutta; AA:n termejä käyttäen on kans ihan hyvä. Monet ei tee asioita niinku minä tekisin, monet ei tee samalla tahdilla ku minä tekisin, mut eipä heillä ookkaan ihan samanlaiset tauşstat sit kuitenkin verrattuna kovin moneen muuhun ihmiseen. Ni ei voi vaatia myöskään liikoja..mutta vaatia kuitenkin jotain”. V

7.4.1 Sosiaalinen oppiminen

Sosiaalista oppimista voidaan pitää jonkinlaisena taustateorian puutarhatoiminnassa tapahtuvalle oppimiselle. Niissä paikoissa missä ei ole puutarha-alan henkilökuntaa, oppiminen tapahtuu paljolti learning by doing -periaatteella.

”Oikeastaan minun filosofia on se että me menemme yrityksen ja erehdyksen kautta joko oikeaan tai vikasuuntaan. Koska ei meistä henkilökunnasta kukaan ole puutarhureita.... mutta paljon on tullut otettua selvää”. MH

...”olla itte omalla tavallaan kiinnostunu, en mäkään oo niin kauheesti puutarhajuttuja tehny, ...mut olla tosiaan itte siinä mukana oppimassa, tasavertasena olla siinä mukana”. V

Puutarhatyöt eivät useinkaan olleet tuttuja toimintaan osallistuville ohjattaville, eikä ohjaajienkaan osaamattomuus ollut este yhteistoiminnalliselle oppimiselle. Ohjaajat olivatkin oppineet käyttämään tätä jopa oppimisen tukena ohjauksessaan. Psykiatristen potilaiden ohjaajat kertoivat yhteisistä oppimiskokemuksista näin:

" Jossain tilanteessa must on ihan kiva et ohjaajakin on - ei tiedä välttämättä. Yhdessä kokeillaan ja ihmetellään, et miten tää sujuu. Taikka joskus potilas tietää paremmin ja hän pystyy neuvomaan sit ohjaajalle, et tää kannattas tehdä näin ja näin. Se mun mielestä niinku tiivistää sitä ryhmää". PS

"Mä muistan vieläkin kun mä tulin aika vihreenä tänne, et apua! Mut se voi ollakin hirveen hedelmällistä, just et potilaan kanssa yhdessä miettiminen, et mitenkähän tää tehdään ..ja kyl vieläkin täällä heittäydyn sellaseks niinku blondiksi, että mä en anna niinkun suoria vastauksia, jollei tehtävä vaadi suoria vastauksia. Et sellai, et pystyis vähän itse miettimään ja tulee vähän tukemaan sitä asiaa". PS

Myös kehitysvammaiset ja vangit saattoivat joskus olla neuvomassa ohjaajia tai työpaikan muuta henkilökuntaa.

".....meil on täällä vapaaehtoisia ja siviilipalvelusmiehiä...nuoria, heil on itse asiassa ihan sama, et heille pitää välillä kädestä pitäen näyttää, eikä silti aina mee perille, välillä kehitysvammaset oivaltaa paremmin...kerran yks kehitysvammanen ihminen neuvo siviilipalvelusmiestä miten lakastaan pihaa, koska tämä veti harjaa viisitoista metriä perässä, et nää on niinku hienoja tilanteita, et tähän me niinkun oikeestaan pyritäänki". KV

" Hän neuvo mulle et laita tota tai tota ja sitte kasaat sen näin ja me tehtiin se alusta loppuun asti. Ja sitte hän vielä näytti mulle miten se paketoidaan ja voi sitä tekijän riemua ku mä sain sen tehtyä ja heidän riemua ku he näki ku mä tein sen ". V

Vankilassa työskentelevät ohjaajat mainitsivat että heidän kaikilla asiakkaillaan on äärimmäisen huono itsetunto. Oppimisessa vältettiin virheiden korostamista. Täydellisyyden tavoittelu ei sovi ohjaajien mukaan myöskään sairaalan puutarhalle. Ohjaajien on hyvä oppia katsomaan joskus "läpi sormien".

"Ja se, et ei joka virheestä niin kauheesti tarvi numeroo tehdä. Et hyväksyy sen, et hekin oppii. Sen, et jos vähän mokaa, ni ei se oo niin kauheeta. Ku niil on monesti kynnyks niin korkeella. Et ku ei oo

tottanut mitään tekee, ni pelkää kuollakseen et mokaa. Et ei se on niin kauheeta et mokaa tai tekee virheitä. Et se on hyväksyttävää, et antaa sen mielikuvan siitä, et se on tärkeätä et yrittää ja on mukana...”. V

”Joskus oma persoona on esteenä siihen, että on pikkutarkka jossakin asiassa ja se on annettava periksi, että se tulos ei ole sen mukainen, ku minä olisin sen tehnyt. Et pitää katsoo sormien läpi”.
PS

Ympäristöllä on suuri merkitys myös oppimiselle. Luontoympäristöllä on rauhoittava vaikutus ja toiminnallisuus tarjoaa onnistumisen kokemuksia niillekin, jotka eivät hahmota asioita teoreettisesti. Esimerkiksi oppimisvaikeuksista kärsivien lasten koulunkäynnistä maatilaympäristöissä on myönteisiä tuloksia. Oppilailla, jotka kerran viikossa viettivät päivän maatilalla yliaktiivisuus, aggressiivisuus ja tarkkaavaisuushäiriöt vähenivät huomattavasti. Sosiaaliset taidot paranivat merkittävästi ja toiminnan hyvä vaikutus näkyi vahvasti oppilaiden ollessa maatilalla sekä koulukäyttäytymisessä pitkällä aikavälillä. (Katcher, Teumer 2005). Monissa maissa, kuten esimerkiksi Norjassa ja Hollannissa, suurin osa green care -maatiloista onkin oppimisvaikeuksista ja käytöshäiriöistä kärsivien lasten ja nuorten käytössä.

Mallinäyttämisen ja yhteistoiminnallisen oppimisen lisäksi ohjaajat kuvasivat erilaisia tapoja opettaa ja kommunikoida ohjattavien kanssa. Ohjaajat hyödynsivät osallistujien erilaisia tapoja ymmärtää asioita:

”Joku saattaa ymmärtää tiedon kautta asioita, silloin sä voit kertoa miten tehdään istutustyö. No joku ymmärtää sen kokemuksen kautta ja joku sit taas jos on vaikeemmin kehitysvammanen voi kokee, mut sit tunne, hei et mun lapsuudessa on tehty tätä...et se ehkä motivoi...et vedellään näistä naruista...et jos se ei mee tiedon kautta, ni sit ehkä tunteen tai kokemuksen tai kauneuden”.
KV

Ohjattavista dementikot ja kehitysvammaiset olivat erityisen haasteellisia kommunikaation kannalta. Eräs dementiakodin ohjaaja olikin kehittänyt paljon apuneuvoja kommunikoinnin helpottamiseksi. Muun muassa värien valintaan käytettiin eri väreisiä kankaita:

”Sitten täytyy alkaa miettimään, että miten saadaan esimerkiksi värit selville. Et hänellä on jäljellä jonkinlaista verbaalista ilmaisukykyä, niin silloinhan voidaan keskustella....Sillon sun täytyy osata poimia ne asiat sieltä puheesta jollakin tavalla. Mä oon ite käyttäny esimerkiks erilaisia kankaita. Jos esimerkiks kankaiden kautta tarjotaan vaihtoehtoja niin ei saa olla liikaa valinnanvaraa. Yleensä tarjotaan kahta väriä, ja oon hankkinu paljon huiveja ja tämmösiä”. MH

Puutarha nähtiin myös eräänlaisena harjoitteluympäristönä, jossa voidaan opetella pärjäämään sairaalan turvallisten seinien ulkopuolella. Yksittäisten toimintaohjeiden lisäksi ohjaajat kertoivat keskusteluista joissa osoitetaan asioiden yhteyksiä ja työhön liittyviä merkityksiä. Psykiatrisen sairaalan puutarhalla työskentelevät ohjaajat kertoivat kuinka asiakkaat vähitellen oppivat havainnoiman ympäristön tapahtumia ja puutarhaympäristö

”Joo siinä vaiheessa kun on päässy sisälle, ni kyllä se kasvun ihmekin on jollekin, mutta se se joka tähän tulee, ei se sitä heti nää...Opetetaan katsomaan sitä....se vie aikaa...Tää on sellanen tää ympäristö kun tähän tullaan ...et vaihe vaiheelta edetään”. PS

”Joskus on mietitty et miten monitahonen tää puutarha onkaan et skitsofreenikolle, jolle pitäs olla selkeetä. Meil on aika sekavaa täällä välillä, mutta mä oon sitä mieltä et täällä on hyvä kokea sitä, mitä ulkomaailmassa joutuu kokemaan sitä turvattomammassa ympäristössä kun täällä. Me kiinnitetään paljo huomiota luontoon, ilmaan tässä ympärillä. Et tänään on aika kosteeta ulkona. Ett tänään ei tarvii kastella. Et asioihin tulee yhteys”. PS

Keskustelupainotteisessa ohjauksessa voi nähdä kokemuksellisen oppimisen piirteitä. Kokemuksellisessa oppimisessa tapahtumia, ja niihin liittyviä ajatuksia ja tunteita reflektoidaan. Reflektoinnin seurauksena tapahtuu uutta oppimista. Ohjaajan roolina on tuolloin johdattaa keskustelua ja asettaa sopivia kysymyksiä. Järvikosken (2011,178) mukaan kuntoutuksessa on tärkeää tarjota mahdollisuuksia kiireettömään reflektioon, jota ilman tieto ei siirry kuntoutujan omaisuudeksi. Myös muistisairailta asioiden yhteyksiä palautettiin mieliin keskusteluin ja puutarhatoiminta olikin yksi tapa pitää iäkkäät ihmiset arjessa ja ajassa mukana.

”Aika selkokielellä pitää kertoa mitä me nyt tehdään.....jos annan vaikka pienen kuokan ja selitän mitä tehdään, mä enteks näytän että nyt me istutetaan näitä uusia perunoita että me sitte kesällä saadaan nauttia tästä, vaikka juhannuksena syödä niitä, mä ensteks näytän. Sit mä annan jollekin asukkaalle sen, että voitko

sä vetää vaon tähän, ja sit mä näytän, että vedä seuraava vako että tähän mahtuu vaikka neljä vako tähän peruna laatikkoon....” Ja sitte on niinku koko ajan siinä läsnä...et muistisairas jos tulee joku ärsyke niin menee herkästi johonkin toiseen asiaan”. MH



Kuvio 7. Oppimisen tukeminen puutarhatoiminnassa.

7.5 Osallisuus

”Jos et sä oikeesti tee aidosti yhteiskunnassa tai ulkona ni sä et koe, et sä olet osa jotain. Että se, että me tehdään pieniä juttuja tuolla, et rapsutan tota pihaa tai teen jonkun kitkennän. Ni sit ku mä katon ympärilleni, et tää on tää piha ja sit yhteiskunta. Pikku hiljaa sä niinku laajennat sitä, ja sä oot osa jotain. Se on mun mielestä tosi iso juttu. Kanssa sitte tällä alueella yhteiskunnan sieto kehitysvammasia kohtaan on parantunu”. KV

Osallisuus nousi kuntoutustoiminnan keskiöön sen jälkeen kun puhetta syrjäytymisestä oli jatkunut riittävän pitkään. Osallisuus voidaankin nähdä yhtenä ratkaisuna syrjäytymiseen. Englantilaiset puutarhaterapian organisaatiot käyttävät puutarhatoiminnasta nimitystä sosiaalinen ja terapeuttinen puutarhanhoito. Monien englantilaisten puutarhaterapeuttisten ohjelmien tavoitteena onkin edistää sosiaalista inklusiota, joka nähdään vastavoimana sosiaaliselle syrjäytymiselle. Osallisuus on termi joka kuvaa sitä, että erilaiset ihmiset voivat integroitua yhteiskuntaan, löytää yhteisöjä joihin kuulua, päättää itseään koskevista asioista ja antaa oman panoksensa yhteiseen hyvään. Tähän liittyen moniin puutarhaprojekteihin Englannissa liittyy kuntouttava työ,

työvalmennus ja ammatillisten tutkintojen suorittaminen. Suomessakin psykiatristen hoitopaikkojen puutarhojen yhteyteen on liitetty mahdollisuus opiskella puutarha-alan ammattitutkinto. Myös Vilppulan vankilan puutarhalla vangit voivat opiskella puutarhureiksi vankeusaikanaan. Integroitumista työelämään voidaan pitää osallisuutta vahvistavana kokemuksena.

Osallisuuden kokemusten tuottaminen oli myös kaikkea ohjaajien kuvailemaa puutarhatoimintaa yhdistävä piirre. Silloinkin kun osallistujien toimintakyky on hyvin vajavainen, kuten hyvin iäkkäillä muistihäiriöisillä, ohjaajat näkivät tärkeäksi ottaa heidät mukaan toimintaan. Osallisuus tuli esille muistihäiriöisten kohdalla myös siinä, että he olivat mukana suunnittelemassa ja rakentamassa pihoja. Molemmissa muistihäiriöisten hoitopaikoissa arjen eläminen yhdessä asukkaiden kanssa oli keskeistä hoitoideologiassa. Tämä merkitsi myös sitä, että he osallistuivat kykyjensä mukaan talon arjen askareisiin.

”Kunnioittava asenne, selkeät ohjeistukset. Tai sitten mä saatan tehdä niin, että jos me kylvetään jotain ja mä tiedän, että se ei tule heiltä onnistumaan, ni mä otan ihmiset siihen viereen. Mä kerron koko ajan, mitä mä teen, annan koskettaa sitä multaa, kylvän ehkä itse- mut heil on se tunne, että he ovat mukana”. MH

” Siin on ne tutut asiat ja saa liikkua ja he kokee itsensä tarpeelliseksi. Et heistä on niinku hyötyä, ovat mukana arjessa”. MH

Kehitysvammaisten puutarhatoiminnassa osallisuudella oli myös keskeinen merkitys. Työ integroi heitä osaksi yhteiskuntaa.

”Se on ehkä semmonen et sä pystyt liittämään ittes osaksi suurempaa kokonaisuutta. Joillekin se on tosi tärkeätä, et sä oot tasavertasena täs yhteiskunnassa. Jotkut ei halua, et sua sanotaan kehitysvammaseks. Ja kun me hoidetaan joitakin julkisia paikkoja tai ollaan messuilla ja mennään näin. Heil on tunne, et hei, me ollaan oikeesti siel mukana, et he on niinku läsnä. Et he tekee eri asioita, heil on oikeesti aika rikasta tää toiminta”. KV

Toiminnan painopisteissä osallisuudella oli suuri merkitys. Suorittamisen tai työsaavutusten sijaan tärkeää oli kehitysvammaisen asiakkaan osallistumisen mahdollisuus. Työpaikkaan tullessaan ohjaaja oli saanut seuraavan opastuksen omaan ohjaustyöhönsä:

”Tai jos sul on sellanen työ minkä itse tekisit kahdessa sekunnissal..... muista et sun ei tarte istuttaa 1000 sipulia päivässä, mut riittää että jos te saatte ne kolme päivässä, ja teette sen yhdessä ...kehitysvammaisen tekee”. KV

Osallisuudessa keskeistä on sosiaalisen tuen mahdollisuus. Ilman sitä osallisuus ei toteudu. Järvikosken (2011, 152) kuntoutuksessa on kysymys siitä, miten asiantuntijatukea voidaan käyttää sosiaalisen osallisuuden ja valtaistumisen prosessissa. Puutarhatoiminnan ohjaajat voidaankin nähdä yhtenä tällaisena asiantuntijajoukkona, jonka tehtävänä on vahvistaa osallisuutta.

Vangeilla osallistuminen puutarhatoimintaan merkitsee myös tavallista suurempaa vapautta ja vastuuta vankilaympäristössä. Luottamus ja mahdollisuus tehdä puutarhalla erilaisia töitä näkyy myös siinä, että vangit hoitavat itsenäisesti monia tehtäviä ja nauttivat vankilan sisällä melko suuresta liikkumavapaudesta. Vankilan puutarhan yhteydessä on myös myymälä, joka on kasvukaudella jatkuvasti avoinna ja missä vangit ovat kosketuksissa myymälässä käyvien asiakkaiden kanssa.

”Et vaikka taustat on aika kurjat ja rankat ni moni on yllättävänkin työkuontonen.....et mä oon ollut yllättyny miten esim. lampolassa olevat vangit hoitavat lampaat ihan keskenään. Harvemmin tulee työpäivän aikana käytyä..... he hoitaa hyvin itsenäisesti näitä hommia. Et heil on luotot ja heihin luotetaan, et he pysyy tällä alueella, eivätkä lähde karkuun”. V

Yksityisyyden tarpeen vastapainona voi laitoksissa asuvilla asiakkailta olla vahva tarve sosiaaliseen kanssakäymiseen. Mahdollisuus kokea sosiaalista tukea on eräs terapeuttisen ympäristön tunnusmerkki (Cooper Marcus 2002, Grahn 2001). Silloinkin kun puutarhatoimintaan osallistuva ei halua suoranaisesti olla toisten ihmisten ympäröimänä, hänelle voi kuitenkin olla tärkeää seurata muiden ihmisten toimintaa ja harjoitella ryhmään liittymistä omassa tahdissaan. Tällainen mahdollisuus oli tärkeä joillekin psykiatrisille kuntoutujille:

”Et ollaan porukassa , tiiviissä porukassa, jossa voi jutella muiden kanssa taikka voi seurta vähän sivusta mitä muut juttelee ja saa hakea itte oman paikkansa siit porukasta”. PS.

Psykiatrisen hoidon puolella joskus jopa muu hoitohenkilökunta on suhtautunut epäuskoisesti joidenkin potilaiden mahdollisuuteen osallistua puutarhatöihin. Puutarhalla monet osoittautuvat yllättävän työkykyisiksi.

"Ku niil on monesti semmonen et ei se mauri pysty ku se on semmonen ja sitten niillä tulee lapsuus mieleen kun ne kerää marjoja taikka jotain ja kyll siitä itekin hyvälle tuulelle tulee. Ja äijät kättelee miten kasvihuone on rakennettu ja tykkää kastella ja ..mitä ne on tehny nuorena...ne on ihania kokemuksia semmoset" . PS.

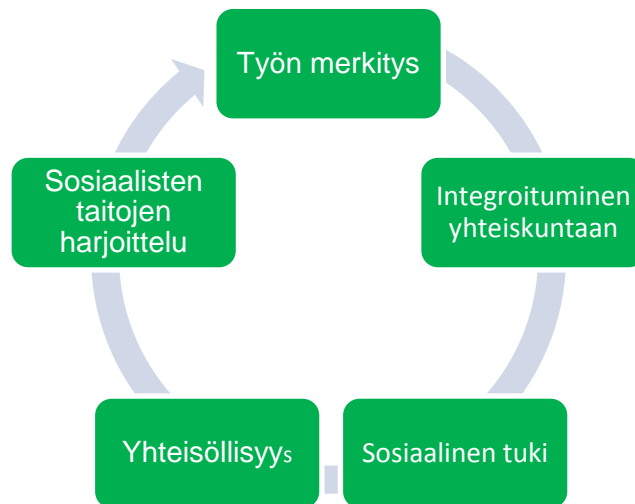
Luontoympäristössä toteutetut aktiviteetit ovat tavallisesti yhdessä tekemistä. Sen myötä syntyy helposti kokemus kuulumisesta joukkoon joka työskentelee yhdessä. Tämä tuli ilmi myös Kaisa Metsämäen tutkimuksessa päihdeongelmaisten luontotoiminnasta. Ryhmäytyminen ja porukkaan kuuluminen tulivat yhdessä tekemisen kautta, niillekin osallistujille, jotka kaupunkiooloissa tunsivat olevansa yksinäisiä susia (Metsämäki 2011, 68).

Yksi osallisuuden ulottuvuus, joka tuli esille molemmissa muistihäiriöisten hoitopaikoissa oli omaisten mahdollisuus osallistua puutarhan hoitoon :

"Sitten yks mikä on musta aivan ihanaa, se yhteisöllisyys. Omaiset on innolla mukana justiin näissä meidän talkoissa, kuopsuttaa meidän kukkapenkit ja ne tekee mitä me pyydetään. Jos meillä on joku puu mikä pitää kaataa niin ne tulee moottorisahojen kanssa ja kaataa ja pätkee ja sitte me takassa poltetaan ne puut" Se on heillekin kiva ja se on myös heille niinku terapiaa kun he on niitä sodan jälkeisen ajan lapsia, he niinku purkaa sitä, nää omaiset että he on nähny kun nää omaiset on rakentanu Suomea ja omaa taloa". MH

"Ja se mikä minusta on tosi mukavaa niin myöskin omaiset ovat oivaltaneet sen idean että tulevat tänne hoitamaan puutarhaa kesällä vaikka läheinen on nukkunut pois..... Ja tuolla pihalla on paljon meidän edesmenneitten asukkaiden mukaan nimettyjä kasveja, jotka omaiset halunneet tuoda". MH

Puutarhatoiminta mahdollisti yhteisöllisyyden toteutumisen myös omaiset mukaan lukien. Hoitopaikkojen yhteydessä toimivat puutarhat tarjoavatkin usein kohtaamispaikkoja sekä henkilökunnalle, asiakkaille ja omaisille. Puutarhojen yhteydessä toimivat myymälät ovat myös siltoja ympäröivään yhteiskuntaan ja vähentävät eristäytymisestä johtuvaa stigmatisoitumista.



Kuvio 8. Osallisuuden merkitykset puutarhatoiminnassa.

7.6 Terveyttä edistävä ympäristö

”Ja se jatkumo. Me tehdään sitä, mitä he on aikaisemminkin tehny, mahdollisimman kodinomaisesti. Yhtäkään vanhusten hoitopaikkaa ei saisi rakentaa ilman omaa pihaa”. MH

”Ainaki hoitajat sanoo, et ku on ollu näitä palautekeskusteluja. Hoitajat on ollu välillä hämmästyneitä, et miten potilas on täällä käyttäytyny, ja miten taas osastolla”. PS

Jorma Niemelä (1999) on nimittänyt asiakkaan ja hoitoympäristön kohtauspintaa väitöskirjassaan hoitoavaruudeksi. Hoitoympäristön puutarha ja ulkoalueet ovat osa hoitoavaruutta ja se saattaa vaikuttaa ratkaisevasti asiakkaan hyvinvointiin ja toipumiseen. Kokemus ympäristöstä on usein tiedostamaton ja se syntyy hoitopaikan tilaratkaisuista, sisustuksesta, valaistuksesta ja ympäristöstä. Yksi olennainen osa tätä kokonaisuutta on viherympäristö, joka käsittää sekä sisätiloista löytyvän kasvillisuuden että hoitopaikan piha-alueen näkymineen.

Lukuisat tutkimustulokset ovat osoittaneet, että jopa pelkillä ikkunanäkymillä on suuri merkitys toipumisessa. Jo aiemmin on mainittu tunnettu esimerkki sappikivipotilaista, joiden toipumisen huomattiin nopeutuvan silloin, kun sairaalasängystä avautui näkymä luontoon (Ulrich 1984). Sama havainto on toistunut työpaikoilla, joissa viherkasvien läsnäolo työtiloissa on vähentänyt

sairastavuutta (Kaplan 1988). Myös vangeilla luontonäkymien on todettu vähentävän sairastavuutta (Moore 1982, West 1985).

Puutarhatoiminta voi luoda moniin hoitoyhteisöihin tunnetta normaaliudesta, joka on hyvää vastamyrrykyä laitostumiselle. Tämä tuli esille muun muassa vankilan ohjaajien kertomuksissa.

”Kasvit ja eläimet ei kato kuka niitä hoitaa, mut ne reagoi siihen hoitoon määräämättä et miten tai millanen ihminen sitä tekee. Siinä kun näkee sen oman työn jäljen. Tai kun karitsat syntyä ja niitä ruokitaan ja annetaan vastuuta. Että voi olla vastuussa elollisesta eläimestä ja huomata sitä...kaiken menoa eteenpäin, ni onhan sillä ihan huiji merkitys. Saati tää luonto ja ympäristö”. V

”Heillä tällaset normielämän kokemukset on aika vähissä. Moniki alottaa 12 vuotiaana päihteiden käytön ja ei oo sen jälkee selvää päivää nähny. Ni ei siin voi hirveesti olla tietonen siitä, et miten eletään normaali elämää. Mitä kaikkee siihen kuuluu, ja kuinka kivalta kaikki voi tuntua, tommoset ihan tavalliset asia”. V

Viherympäristöjen voimaannuttava vaikutus on tullut aikaisemmin esille hyvin monissa tutkimuksissa. Koska monet sairaudet ovat yhteydessä ihmisten kokemaan stressiin ja laitoshoitoon liittyy usein stressiä vahvistavia tekijöitä, parantaa viherympäristöjen stressiä vähentävä vaikutus ihmisten toipumista näissä normaalielämästä poikkeavissa olosuhteissa. Puutarhaympäristöt helpottavat myös monen muun sairauden oireita, kuten vaikkapa skitsofrenian (Son, Kwack 2002) tai dementian (Rappe 2005). ADHD-lapsilla luonnossa liikkuminen vähensi oireita 30% verrattuna ulkoiluun kaupunkiympäristössä ja kolminkertaisesti verrattuna sisällä oloon (Kuo & Faber 2001). Hollannissa todettiin että kun luontoympäristö sijaitsee kävelyetäisyyllä asuinpaikasta sillä on selkeä yhteys ihmisten kokemaan terveydentilaan. Selkeimmin tämä kävi ilmi ikäihmisillä ja alemmissa sosiaaliluokissa. (Maas ym. 2009) Viherympäristöjen läheisyys ennustaa hyvin jopa ikääntyvien ihmisten kuolleisuutta (Takano ym. 2002).

Puutarhatoiminnan on todettu vaikuttavan myönteisesti monien psykiatristen ongelmien hoidossa (Rappe ja Malin 2010). Erityisesti masennuksen hoidossa on saavutettu hyviä tuloksia (Sellers 2001, Gonzales ym. 2009). Myös psykiatriset potilaat itse ovat kokeneet puutarhatoiminnan hyödyllisenä (Talkkari 2005).

Myös omassa tutkimuksessani ympäristön suuri merkitys tuli esille. Sillä oli suuri merkitys psykiatristen potilaiden vointiin ja käyttäytymiseen. Psykiatristen sairaaloiden ohjaajat mainitsivat, että osa terveyttä tukevaa ympäristöä on myös siellä vallitseva ilmapiiri.

"Mun mielestä aika suuri ero on se, että tänne potilaat saa tulla vapaaehtosesti, et tää ei oo se pakko, täällä ei kielletä, täällä ei määrätä. Tää lähteen potilaista itestään tää homma, että mitä sä haluaisit tehdä? Tää on niinku positiivinen ympäristö. Täällä ei niistä vaikeista ja inhottavista asioista puhuta. Tääl ei oo pakko puhuu sairauksista ja ongelmista. Täällä saa niinku nauttii tästä hetkestä, ja et niit kivoja juttuja löytää ja itestä uusia puolia. Tää on niinku se positiivinen ympäristö, ja osasto on se negatiivinen ympäristö.....Siel ne ongelmat on läsnä koko ajan". PS

"Me huomataan se kyllä. Jos me lähdetään retkelle johonki tonne siviilipaikkoihin. Me huomataan se ero - taas tässä sairaala alueella ollaan sairaampia, siellä ollaan terveempiä". PS

"ihminen ei koe niin sairaaksi itseensä, kun se on täällä. Se on hyvin samanlainen kohdattava kun kuka tahansa matti meikäläinen tässä ympäristössä. Tai ainakin mä ite kohtaan sen niin tasavertasena". PS

Luonnon elvyttäviä vaikutuksia on tutkittu paljon ja sen kautta on myös muotoutunut käsitys elvyttävien ympäristöjen tunnusmerkeistä (Kaplan & Kaplan 1989, 175) . Rachel ja Stephen Kaplan ovat toimineet tämän tutkimuksen pioneereina ja heidän mukaansa elvyttävillä ympäristöillä on neljä tunnusmerkinä:

- lumoutumisen mahdollisuus (fascination)
- etäisyys arkeen (being away)
- yhteensopivuus käyttäjien tarpeiden kanssa (compatibility)
- maiseman laajuus tai sen synnyttämä jatkuvuuden tunne (extent)

Voimaantuminen saattaa liittyä osittain myös viherympäristöjen elvyttäviin vaikutuksiin ja suunnatun tarkkaavaisuuden elpymiseen (Attention restoration theory, Kaplan & Kaplan 1989) Tämä palauttaa ihmisten kognitiivisia kykyjä henkisen ponnistelun jälkeen. Myös tätä viherympäristöjen vaikutusta on mahdollista hyödyntää sellaisessa hoitotyössä, jossa asiakkaat joutuvat kokemaan stressiä joutuessaan prosessoimaan omaan elämäänsä liittyviä kysymyksiä.

Vankilassa työskentelevät ohjaajat näkivätkin puutarhатыön hyvänä vastapainona kuntoutuksen intensiiviselle oman elämän prosessoinnille. Puutarhatoiminnan yhtenä keskeisenä pyrkimyksenä on rikkoa laitospelämän tuntua ja tuoda tuulahdus myönteisiä, normaaleja asioita. Vankien ohjaaja kuvasi tätä pyrkimystä näin:

”Se on niinku pieni palanen normaaliutta kaiken keskellä. Et kaikilla meidän oppilailla on äärimmäisen huono itsetunto, on traumaattisii kokemuksii.... Ni tälläset pienet hommat, mitkä palauttaa sitä normaaliutta, et millasta se elämä on tuossa ku menee tuo pieni joki et ollaan hyödynnetty sitä kesäsin et käydään uimassa siinä tai et oppilaat ui me ollaan siinä rannalla kättelemassa et kaikki on ihan kunnossa et se riemu mikä siinä on kun ne hyppivä tjokeen ja temmeltävät siinä ni tuntuu et ollaan 6 vuotaiden kanssa tekemisissä vaikka ikää on oikeesti 30-40 v ku ne siinä menee. ”Kyllä se on ihan vastapaino henkiselälle työlle, jos niin voi sanoa. Niinku ihminen yleesäkin tarvii eri osa alueita elämässä. Et he joutuu aika koville siin henkises puoles”. V

”Että et tällasii pienii juttuja, jotka tuo sitä normaaliutta, johon he kaikki pyrkii nyt elämässään”. V

Vankien ohjaajatkin mainitsivat ympäristön olevan tärkeä tekijä toipumisessa. Joillakin puutarhoilla on myös eläimiä hoidettavana. Niilläkin voi olla tärkeä rooli kuntoutuksessa muun muassa vankien parissa. Monet muutkin ns. tavalliset arjen asiat voivat laitosolosuhteissa olla merkittäviä kokemuksia.

”Me käydään tekemässä pari kertaa kesässä lenkki tuolta peltojen ympäri. Täs on semmonen pari sataa hehtaaria, se on semmonen parin kilsan lenkki. Syksyllä on käyty sienii keräämässä ja marjoja keräämässä. Ni se, että kävellään pois tästä vankilan pihalta tonne peltojen keskelle tai viime syksyn kykittiin mustikassa, ni se riemu meidän äijillä ku ne oli sormet mustikassa. Et he ei oo vuosiin tällasta tehny ja sitte omista keräämistä tehdään piirakkaa ja syödään. Ni ne on semmosia heille suuria juttuja ja semmosia lapsuuden virityksiä. Muistoja tulee takaisin. Et ei vankilassa monet näitä pääse tekemään”. V

Voimaantumista on kuvattu sosiaalitieteissä myös valtaistumiseksi. Valtaistuminen terminä viittaa enemmän myös sosiaalisesti alistavien rakenteiden murtumiseen. Edellä kuvatussa vankien kirjaamisessa kesäisessä luonnossa voidaan nähdä piirteitä tästä. Siinä ainakin murtuivat vankilan tavalliset toiminnan rajat ja vangit saivat valtaa omaan elämäänsä, vaikka vankilat hierarkiset asetelmat eivät sinänsä muuttuneetkaan.

Konkreettinen työ, jossa on läsnä monenlaisia aistielämyksiä on omiaan kiinnittämään ihmisiä nykyhetkeen. Sairaaloiden puutarhoilla työskentelevät ohjaajat pyrkivät myös vahvistamaan arjen konkretiassa pysymistä.

"Niin se on täällä aika realistista. Aatellaan nyt joku ruukuttaminen, siinä ollaan läsnä sellasessa arkityössä ja ajatukset on siinä työssä, ja palautetaan aika äkkiä, jos ajatukset lähtee liian kauas". PS

"Meil on lupa, et jos se on liian sairasta se keskustelu, niin me siirretään se sinne osastolle...että täällä tehdään tässä ja nyt ". PS

Psykiatrisissa sairaaloissa työskentelevät ohjaajat näkivät ympäristöllä olevan suuri merkitys asiakkaiden käyttäytymiseen. Selkeimmin tämä tulee näkyviin niiden psykiatristen hoitajien kuvauksissa, jotka työskentelevät sekä puutarhalla että sairaalan osastolla:

"Nyt ku olen osastoilla ollu ja nyt tän koulutuyksen myötä eri osastoilla, ni se ihminen on niin erilainen osastolla ku täällä. Se on jännä. Se niinku sairastaa, se uskaltaa olla sairas osastolla. Tai onko tää niin ihana ympäristö, et se terve puoli tulee sieltä, mut siellä osastolla tulee se sairaus enempi ja istuminen ja jumittaminen. Mut sit ku ollaan täällä, ni tässä touhutaan ja tehään ja ne innostuu ja ne nauraa ääneen ja semmosetkin potilaat jotka tuijottaa pelkkää lattiaa osastolla . Yksikin hoitaja tuli kysymään, että nauraaks toi mun potilas täällä? Ni joka päivä ja kertoo vitsejä. Ai ku osastolla se nojaa vaan toisen potilaan kanssa käytävällä päät vastakkain". PS

"Osastolla saa sairastaa sit ihan kunnolla. Mut täällä jotenkin tsempataan. Et tavallaan se semmone sairas minä ei oo niin vahvasti läsnä. Tää ei koske kaikkia tietenkää". PS

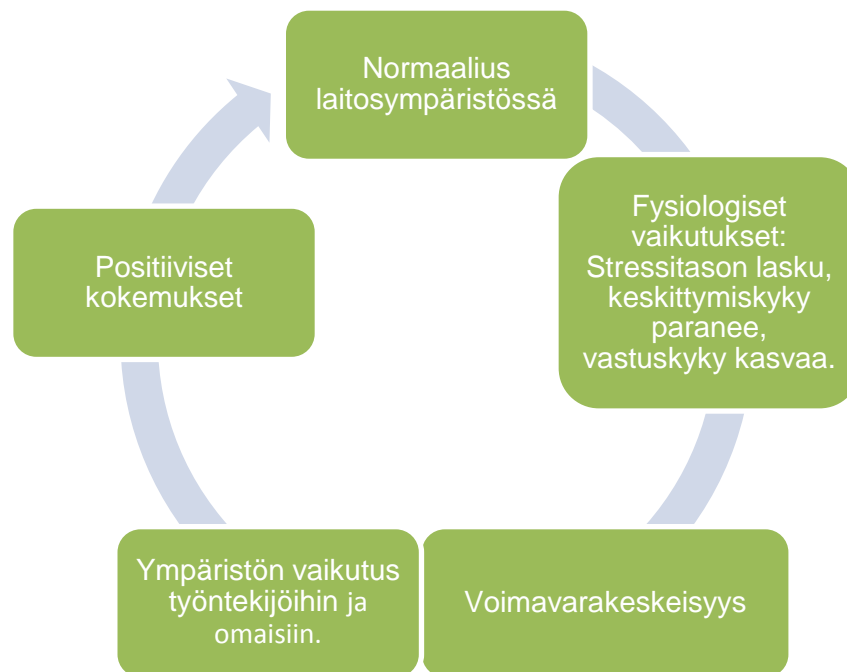
Se, että puutarhaympäristöllä oli voimaannuttava vaikutus myös työntekijöihin, tuli esille kun kysyin mikä on parasta tai raskainta puutarhatoiminnan ohjaajan työssä. Puutarhalla konkretia palvelee myös hoitajia. Se antaa voimia hoitotyöhön, jossa tulosten mittaaminen on vaikeampaa.

"Työkaverit. Tää ympäristö, tää puutarha ja sitte tietysti nää potilaat. Me tehdään sen eteen työtä, että meil ois viihtysää ja kodinomaista ja siistiäkin joskus". PS

"Raskasta tai ikävää? En mä oo kokenu mitään, enempi se on auttanu siihen jaksamiseen...se on hoitajallekin voimaannuttava asia". MH

"Hyvin syöminen (naurua), retket, työnhajukset, uuden opettelu. Se, että saa vaikuttaa omaan työhön- omat alueet työparin kanssa. Hallinnan tunne, hallinnan tunne puutarha asioista antaa voimia potilastyöhön". PS

Ohjaajat kertoivat myös, että molemmissa muistihäiriöisten hoitopaikoissa omaiset ovat olleet innolla mukana puutarhan rakentamisessa yhdessä asukkaiden ja hoitohenkilökunnan kanssa. Monet ohjaajat olivat myös tehneet erilaisia tutustumismatkoja puutarhakohteisiin työporukalla, ja ne oli koettu virkistävänä vaihteluna hoitotyölle. Hoitoympäristöjen viherympäristöt palvelevatkin potilaiden lisäksi myös laitosten henkilökuntaa ja omaisia. Esimerkiksi sairaaloiden henkilökunnalle ne antavat mahdollisuuden koota itseään vaikeiden ja intensiivisten hoitotoimenpiteiden jälkeen. Omaisille puutarhat saattavat tarjota miellyttävän ympäristön tavata omaisiaan (Cooper Marcus, Barnes 1999). Hoitopaikan asiakkaille miellyttävät kokoontumispaikat ovat tärkeitä sosiaalisuuden vahvistajia (Minna Malin 2010).



Kuvio 9. Terveyttä tukevan ympäristön vaikutuksia.

7.7 Onnistumisen kokemukset

”Ainakin yks mistä voi tulla hyvä mieli, ni ainaki sellaset onnistumiset täällä. Ne tuo sitä hyvää tunnetta ja tuo sitä itsetuntoa. Asioiden oppiminen, tutustuminen uuteen, tää on aika vieras maailma aika monelle täällä tää puutarha”. PS

Onnistumiset ovat yksi tärkeä voimaantumisen lähde. Asiakkaiden onnistumiset ja voimaantuminen ruokkii myös ohjaajien voimaantumista. Ohjaajat kertoivat monista asiakkaiden onnistumisista ja pitivät niitä olennaisina hyvinvoinnin vahvistajina, ja ne olivat merkittäviä sekä ohjaajille että ohjattaville. Asiakkaiden voimaantuminen on myös osittain riippuvaista ohjaajien voimaantumisesta, sillä ohjaajien innostuksen mainittiin olevan yksi keskeinen osa hyvää ohjausta.

Ohjaajat tunnistivat runsaasti onnistumisen kokemuksia omassa työssään ja monet niistä liittyivät osallistujilta saatuun positiiviseen palautteeseen. Tällöin onnistumisen tunne on molemminpuolinen ja molempia osapuolia voimaannuttava. Onnistumista ohjaajat kertoivat usein, kun kysyin heiltä, mikä on parasta työssä:

”Kyllä ne on ne positiiviset palautteet mitä tulee, varsinkin päihdepotilailta, ku niiltä ei saa ikinä palautetta mistään. Ni jos semmosen saa, ni ne on semmosia hyviä hetkiä. Ku on esimerkiksi kauheet vierotusoireet esimerkiks ollut, ja se tulee ja sanoo et mä unohdin ne nyt ku sä ohjasit ja ku tää oli niin kivaa. Tai mä unohdin, et mun hammasta särki ja päätä särki...Et semmoset ku ohjaajana saa positiivista palautetta”. PS

”Parhain palautehan me saadaan potilailta itteltään, kun he kertoo, et voi miten kiva täällä oli olla ja että he vois tulla enemmän ja useammin”. PS

Joillakin oli työuran aikana kokemuksia niistäkin asiakkaista, joilla puutarhanhoidosta oli tullut ammatti kuntoutumisjakson jälkeen:

”Tässä pitkän työrupeaman aikana on tietysti hienoja hetkiä ollu, jos joku potilaista on löytänyt tästä itselleen ammatin ja pystyy jatkaan jossakin koulutuksessa ja saa vielä työpaikan sen jälkeen. Että harvinaista, mutta kivoja kokemuksia on siitäkin asiasta... Ta eläkkeellä oleva saa tästä kipinän muuttaa ammattia”. PS

Myös muistihäiriöisten joukosta löytyi asiakkaita, joille puutarhatoiminta oli tuonut suuren muutoksen; rollaattorin käytöstä oli luovuttu kokonaan ja asiakas

muuttui erittäin oma-aloitteiseksi innostuessaan puutarhatöistä. Muistihäiriöisten asiakkaiden ohjaaja muistutti myös kyvystä nähdä pieniä onnistumisia:

”Pitää osata nähdä missä on ne kultakimpaleet. Ei pidä ajatella, että tässä kudotaan nyt matto tai jotain.....Pitää osata nähdä ne hyvät asiat pienissä asioissa”. MH

Myös henkilökunnan vaivannäköä ja sen myötä asiakkaille tuotettuja merkittäviä kokemuksia useat ohjaajista pitivät tärkeinä onnistumisen:

” Kyllä ma sanosin niinku viime kesästä tämän rouvan, joka on meillä vieläkin saattohoidossa. Ei pysty puhumaan, eikä mitenkään ilmaisemaan itseään juuri mitenkään. Niin me voimme hänellekin tarjota tämmösen luontokokemuksen, sillä se on iso offensiivi kun me hänet viemme ulos...” MH

Se on myöskin semmonen kokonaisvaltanen onnistuminen, että minusta on ihanaa että henkilökunta näkee vaivaa järjestääkseen tämmösiä asioita. Mä katson sen myös semmoseksi suureksi onnistumiseksi, että vaivaudutaan”. MH

Useimmat onnistumiseen liittyvät puheet liittyivät kuitenkin asiakkaiden onnistumisen kokemuksiin, jotka ohjaajat näkivät merkittävänä kuntoutumisen kannalta. Rotterin (1966) kehittämä, sosiaalinen oppimisen teoria, selittää ihmisen alttiutta toimintaan sillä, millaisia tuloksia hän odottaa toiminnallaan saavuttavansa, ja toisaalta sillä, kuinka arvokas toiminnan tulos on hänelle. Onnistumisen kautta ihmisen käsitys pystyvyydestään lisääntyy ja uusien riskien otto helpottuu. Näin onnistumisten voidaan nähdä ruokkivan uskaltautumista uuteen, voimaantumista.

Vankien ohjaajat näkivät onnistumisen kokemukset tärkeänä osana vankien kuntoutumista. Joillekin ihmisille kasvien kasvun seuraaminen voi olla täysin uusi maailma. Vankien ohjaajat mainitsivat joidenkin vankien innostuvan tämän prosessin seuraamisesta ja kasvien kasvattamisesta saaduista onnistumisen kokemuksista:

”Ja vielä se et saa sen kokemuksen sen onnistumisen kokemuksen oikeesti. He osaa ku he vaan panostaa ite siihen ja on kärsivällisyyttä ja pitkäjänteisyyttä. Tehä jotain juttuja ni voi jopa onnistua. Et se on aika monella semmonen uus kokemus se onnistumisen kokemus. Ku siihen asti on kaikki, kaiken elämänsä ryssiny ja epäonnistunu, niinku onnistunu pilaamaan kaiken...” V

”Sitte ku meil oli tossa mihin nyt rakennetaan tota uutta lavaa.....sit et ku meil on vastuu alueet jokaisella täs työssä. Ni sit ne, jotka hoiti tätä tomaatti juttua, niin ne tykkäs hirveesti ja ne innostu kauheesti, ku ne sai ne kasvamaan. Ja sitte sielt alko tulemaan tomaatteja ja just kaikki tää tämmönen, et se etenee. Et enimmäkseen kuitenkin innostavaa ollu, et ku näkee oman työnsä tuloksen ja ku onnistuu jossakin ”. V

Vankilan kuntoutusohjelman lopullinen tavoite on raitis ja rikokseton - , niin sanottu normaali elämä.

”No paras tulos on varmaan se, että käy läpi kaikki nää kolme vaihetta ja menee siviiliin elämään raitista elämää. Sehän on tavote. Ne, jotka käy läpi kaikki kolme vaihetta, ni 90% niistä säilyy raittiina ja rikoksettomana ja käy töissä ja elää normi elämää. Noin puolet putoo pois matkan varrella.Et siinä mielessä tosi hyvät tulokset. Ja nekin, jotka keskeyttää, hyötyy erittäin paljon siitä, että on käynny osan. Monelle jo sekin, se päihteettömänä olon kokemus merkitsee paljon”. V

Myös psykiatristen sairaaloiden puutarhatoiminnan ohjaajat näkivät onnistumiset tärkeinä:

”Se on hirveen tärkeätä, tää et he saa jotakin valmista ja joku on sen ostanu. Taikka että on tullu tomaatista satoa, minkä on sillon istuttanu sen pienen siemenen sinne ruukkuun. Et nyt ne on tossa ne tomaatit. Et on paljo eri osa-alueita, missä niinkun voi hyötyä tai saada jotain apua täältä puutarhalta”. PS

Siitosen tutkiessa voimaantumista hän kategorisoi sen neljä osaan: Päämäärään liittyvät uskomukset, kykyuskomukset, kontekstiuskomukset sekä emootiot. Onnistumisilla on luonnollisesti vahvistava vaikutus ainakin kykyuskomuksiin. Kykyuskomuksiin liittyen keskeisiä olivat positiivinen minäkäsitys ja hyvä itsetunto. Myös Rotterin (1966) sosiaalisen oppimisen teoria alleviivaa ihmisen alttiuden toimintaan riippuvan siitä, millaisia tuloksia hän voi saavuttaa ja kuinka arvokas tulos hänelle on (Järvikylä 2011, 132). Myös hallintaodotukset vaikuttavat toiminta-aktiivisuuteen. Ihminen voi uskoa omaan hallintaansa, muiden hallintaan tai sattuman hallintaan (Levenson 1981). Onnistumisilla voidaan luonnollisesti vahvistaa ihmisen oman hallinnan odotuksia. Parantuneet hallintaodotukset vahvistavat tutkimuksien mukaan esikeriksi selkäpotilaiden omien selviytymiskeinojen käyttöä ja ehkäisevät eläköitymistä (Härkäpää 1992). Onnistumisten merkitys tuli esille myös Kaisa Metsämäen (2011) pro gradu tutkimuksessa, jossa päihdeongelmaiset

osallistuivat Suomen A-kiltojen liiton Selvästi metsässä -projektin tapahtumiin. Projektissa retkeiltiin luontoympäristöissä ja harjoiteltiin erilaisia siihen liittyviä taitoja. Onnistumiset liittyivät luonnossa selviytymiseen ja uusien taitojen opetteluun. Metsämäki näki onnistumisten nostavan itsetuntoa ja uskoa omaan selviytymiseen (2011, 59). Osallistujille merkityksellisiä olivat olleet myös omien rajojen ylittäminen ja uuteen toimintaan uskaltautuminen

Omassa tutkimuksessani haastattelemani ohjaajat pyrkivät myös tietoisesti synnyttämään onnistumisen kokemuksia, silloinkin kun osallistujan taidot ovat vähäisiä. Kuten aikaisemmin totesin, muistihäiriöisten ja kehitysvammaisten ohjaajat pyrkivät pilkkomaan tehtävät mahdollisimman pieniin osiin ja mallintamaan tekemistä. Tämä tekee mahdolliseksi onnistumisen kokemukset. Samalla tavoin toimivat ohjaajat myös muiden osallistujien kanssa, joiden taidot ovat vielä heikot.

”Ja jos on potilas, joka ei osaa tehdä mitään niin yritetään valita mahdollisimman helppo homma ja yksinkertainen homma, et onnistuis siinä. Taikka sitten, et tehdään yhdessä, et saadaa jotain aikaan ja et sais niitä onnistumisen kokemuksia”. PS

Sosiaalisen oppimisen teoriassa onnistumiset ja ohjatut hallintakokemukset nähdään erityisen tärkeinä. Banduran sosiaalisen oppimisen teoriassa pystyvyysodotukset muodostuivat tietoon omista aikaisemmista suorituksista, sijaiskokemuksista, muiden ihmisten vakuutteluista ja omien tunnereaktioiden tulkitsemisesta. Näin siis Banduran mukaan onnistumisilla pystytään vaikuttamaan ihmisten pystyvyys käsityksiin. Silloin kun taidot ovat kehittyneet ohjaajat ruokkivat onnistumisen kokemusta vetäytymällä sivummalle.

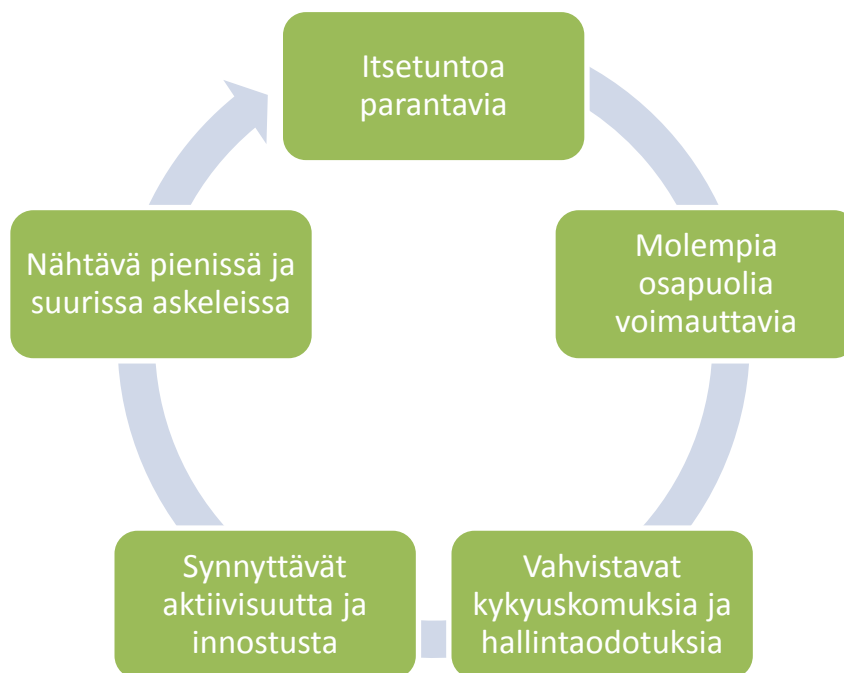
”Välillä voit ohjaajana vetäytyä sivummalle ja tähän me aika usein yritetään pyrkiäkin siihen, että siitä joku nousee semmoseksi ohjaajaksi tai sen ryhmän vetäjäksi. Tai sitte parityöskentelynä ohjaa sitä toista. Ni siinä tulee se onnistumisen kokemus, että mä pärjäsin”. PS

Ohjaajat näyttivät käyttävän myös toista sosiaalisen oppimisen ajatusta; mallioppimista. Siinä seurataan vertaisryhmään kuuluvan henkilön onnistuneen suorituksen seuraamista. Vertaisoppiminen voikin tarjota molemmille osapuolille onnistumisen kokemuksen, mikä vahvistaa käsitystä omasta pystyvyydestä (Järvikoski 2011, 174).

Useimmissa yksiköissä, joissa tein haastatteluja, toimintaan osallistuvat ovat mukana pitemmän ajan. Sairaaloiden puutarhoissa on myös potilaita, jotka käyvät puutarhalla vain muutamia kertoja. Ohjaajat mainitsivatkin, että onnistumiset ovat parhaiten nähtävissä pitkäaikaisissa potilaissa, jotka osallistuvat puutarhatoimintaan pitemmän ajan.

”Parhaitenhan me nähdään se näiden pitkäaikaisten potilaiden kohdalla, et miten se vaikuttaa oikeesti. Siinä kun hoitoajat on monia vuosia ja he saattaa käydä täällä puutarhalla monia vuosia. Et heidän kohdalla se näkyy tosi selkeesti, ja siinä näkee kuinka tärkeitä tää on heille ”. PS

Opittu avuttomuus on tuttu ilmiö myös psykiatrisen kuntoutuksen piirissä. Emeritusprofessori Markku Ojanen (2004) onkin kiinnittänyt huomiota siihen, että potilaita ei passivoitaisi pitkien hoitojen aikana. Siinä mielessä onkin erityisen merkittävää, että juuri pitkäaikaisten potilaiden kohdalla puutarhatoiminnalla voidaan aktivoida heitä ja eMHäistä passivoitumista.



Kuvio 10. Ohjaajien näkemys onnistumisten merkityksestä

7.8 Toiminnallinen identiteetti

Kaikki haastatteleman ohjaajat pitivätkin toiminnallista kuntoutusta toimivana ja voimauttavana metodina.

”Mut ylipäänsä toiminnalliset menetelmät on mulle tuttuja aikasemmista duuneista, missä ollaan sit paljonki aktivoitu erilaisia asiakasryhmiä toiminnallisten juttujen kautta.....Et mä kuuluin tämmöseen toiminnalliseen työryhmään Helsingin kaupungilla.....Et olen toiminnallisiin menetelmiin tutustunu paljonki ja ollu mukana. Mun mielestä se on aina ollu hyvä. V

”Hyvin paljon tulee käytännön myötä. Sellanen katto on kyllä, että tää on kuntoutuspsykiatria, kuntouttavaa työtoimintaa. Oman ammatin perusta on se, että tällanen kaikki käsillä tekeminen kuntouttaa ja pitää ihmisen virkeenä ja antaa haasteita elämään ja auttaa selviytymään kaikenlaisista tekemisistä”. PS

Toiminnallisuutta voidaankin pitää monille asiakasryhmille keskustelupainotteista lähestymistapaa parempana kuntoutusmuotona. Tampereen A-klinikan ylilääkäri Pekka Salmela (2012) korostaa toiminnallisuuden mahdollisuuksia kuntoutuksessa. Hänen mukaansa kaiken muutoksen takana on toiminta. Toiminnallisuuteen liittyy usein sosiaalisuus, palkitsevat onnistumisen kokemukset ja vastuunottamisen harjoittelu. Toiminnan kautta voidaan Salmelan mukaan vahvistaa pystyvyyden ja oman elämän hallinnan tunnetta.

Sairaus, vamma tai vankeus voi vahvistaa ihmisen stigmaan liittyvää identiteettiä. Etienne Wengerin (2001) mukaan muokkaamme identiteettiämme niiden yhteisöjen (communities of practice) mukaan joihin kuulumme tai olemme kuuluneet (tai haluaisimme kuulua). Myös sairaalasta, vankilasta tai hoitopaikasta (tai omasta vammasta) voi tulla keskeinen osa identiteettiämme, joka määrittää tapaamme olla ja toimia. Myös ympäristön luoma odotus saattaa vahvistaa identiteettiä, joka on rakennettu näille aineksille. Minuus kehittyy vuorovaikutuksessa ympäristön kautta ja myös toiminnalliset roolimme ja onnistumiset niissä vaikuttavat identiteettimme muodostumiseen. Sosiodynaamisen ohjauksäsitteyksen mukaan ohjaus voi antaa ohjattavalle uusia mahdollisuuksia pohtia omaa identiteettiään (Nissilä, Lairio, Puukari 2001). Petteri Oran (2010, 86) mukaan voimaantuminen on ihmisen itsekseen

tulemista. Hänen mukaansa ohjaussuhteessa itseys tai identiteetti saa mahdollisuuden vahvistua.

Monet identiteettimme ainekset perustuvat johonkin toimintaan (esim. opettaja, metsästäjä, isä jne). Näillä kuvaamme itseämme silloin, kun meitä pyydetään kuvaamaan keitä olemme. Toiminnallisen rooli sisältää sekä sosiaaliset odotukset että oman halumme käyttäytyä tietyllä tavalla. Toiminnallinen rooli on jonkinlaisen väljä käsikirjoitus siitä, miten roolissamme tulisi käyttäytyä. Toiminnallinen rooli on olennainen osa identiteettiämme (Vaitinen 2009). Toiminnan kautta rakennamme identiteettiämme myös uudelleen, varsinkin silloin, kun uudenlainen toiminta tehdään ryhmässä tai kun siitä kerrotaan muille ihmisille. Sosiaalisen oppimisen teoria liittyy myös ihmisen identiteetin muodostumiseen. Heidi Vaitinen (2009) on tutkimuksessaan analysoinut toiminnalliseen identiteetin käsitteitä. Toiminnallisen identiteetin sisään hän laskee kuuluvaksi toiminnallisen minäkuvan ja toiminnallisen roolin käsitteet. Positiivinen identiteetti rakentuu onnistumisten ja uudenlaisten roolien kautta. Tämä tuli ilmi myös ohjaajien kertomuksissa Puutarhatoiminta olikin yksi tapa vahvistaa toimintaan osallistujien sairaudesta riippumatonta, omaa identiteettiä uudenlaisten roolien kokeilemisen kautta.

”No esimerkiksi nyt mä oon alottanu sen, että tähän taloon mä koulutan kehitysvammaisista ekotukihenkilöit. Mä oon ite käyny tän koulutuksen. Jokainen kehitysvammanen on yksikkönsä ekotukihenkilö, ja he kouluttaa myös yksikön sairaanhoitajat. Eli, esimerkiksi viime viikolla yks’ aivan innoissaan ilmotti, että hän halua yksikkönsä pussivastaavaksi”. KV

”Kyllähän tää puutarhapuoli muuten aika montaa ihmistyyppiä palvelee: Ketä kiinnostaa hoitaa eläimiä, tai ketä kiinnostaa tehdä jotain remppajuttuja. On mahdollisuus tehdä niitä, tai ylläpitojuttuja on mahdollisuus tehdä. Ketä kiinnostaa kastella kesäsin, ni voi ottaa siitä vastuualuetta. Et sillä tavalla tän on mahdollisuus palvella aika montaa ihmistyyppiäet sillä tavalla tää on aika monipuolista”. V

Joillakin asiakasryhmillä toiminnallinen rooli mahdollisti laitosolosuhteissa omien, persoonallisten mieltymysten toteuttamisen. Näin toiminnallista identiteettiä toteuttamalla saatettiin elää ”omana itsenään”. Kuten edellä on kuvattu, muistihäiriöisillä asukkailla elämänkaaren kartoittaminen oli oleellinen

osa hoitotyötä. Siihen liittyi myös henkilökohtaisten mieltymysten kartoittaminen ja asiakkaiden mahdollisuus suunnitella ympäristöä ja toimintaa.

”Kun he elävät sen elämänkaaren mukaan, niin että he saattavat hypätä niin että yht’äkkiä puhuvat sieltä lapsuudesta ja sitten hypätään johonkin toiseen. Sitä varten meillä on elämänkaaret, me tiedetään jo kuka on tykännyt puutarhanhoidosta ja me osataan hakea näille asukkaille tärkeitä asioita...värimaailmat, musiikki, uskonnollisuus tai onko joku asia mistä he eivät pidä. Me tuodaan kaikkea sellaista mikä on heidän elämässään ollu heille tuttua ja heille ominaista.” MH

Tällainen henkilökohtaisen identiteetin vahvistaminen ja yksilöllinen kohtelu ovat hyvää vastamyrkkyä laitososuhteissa herkästi tapahtuvalle ”persoonallisuuden menettämiselle”. Muistihäiriöisillä oli hoivakodeissa myös mahdollisuus jatkaa niitä asioita, jotka heille elämänsä aikana olivat tulleet tutuiksi ja tärkeiksi.

” ja kun nämä meidän innokkaat puutarhanhoitajat ovat enimmäkseen maalta kotoisin, niin tämä on niinku jatkumoa sille. Monella on ollu mökki tai heillä on ollu maaseudulla jommankumman puolison kotitalo....heill on semmosta taustaa”. MH

Muistihäiriöiset asukkaat olivat myös osallistuneet puutarhan suunnitteluun. Lopputulos ilmensikin heidän kulttuurista identiteettiään. Pihan aitaan oli maalattu maalaismaisema, pihalle oli rakennettu puiset (aidonkokoiset) lehmät, ja sieltä löytyi myös maitolaituri ja kirkonkylän kioski.

”Sillon kun me kerättiin asukkailta ideoita siitä, mitä pihalle rakennetaan niin me saatiin kaikenlaisia ideoita, maalaismaisema, mummonmökki, lehmiä, hevosia, meillähän on siellä yksi lehmä, yksi vasikka 2 kanaa ja 2 kukkoa, koira on siellä ja kissa. Pihaa ympäröivään aitaan on maalattu asukkaiden suunnittelema järvimaisema. Pihalta löytyy myös lehmä ja maitolaituri ja kirkonkylän kioski. Kioskia käytetään kesäjuhlassa kahvittelupaikkoja”. MH

Monet puutarhatoiminnan ohjaajat kertoivat, että yksi keskeinen ohjauksen merkitys liittyi terveemmän tai taustatekijöistä riippumattoman identiteetin vahvistamiseen. Muistihäiriöisten kohdalla hoitajien pyrkimyksenä oli heidän jo aikaisemmin harjoittaman puutarhatyön ja luonnossa puuhailun jatkaminen ja arjen eläminen. Muistihäiriöiset olivat myös itse osallistuneet puutarhan suunnitteluun. Kehitysvammaisilla puutarhatoiminnan keskeisenä ajatuksena oli integroitua muun yhteiskunnan toimintaan ja osallistua siihen mahdollisimman

tasavertaisesti. Osallisuuden kautta vahvistui toiminnallinen, työntekoon liittyvä identiteetti.

”Meil on kahet roskakärryt ja mul on yks ihminen, joka rakastaa sitä et hänel on turvaliivit päällä ja hän kerää roskaa. Siis hän käy keräämässä lähiympäristön roskat ja se ei mun mielest oo sitä et me tehhhä sitä huonoo duunii, vaan ihmiset oikeesti kattoo, et hyvänen aika, tos on kehitysvammainen ihminen ja se menee siististi roskakärryjen kanssa. Ja hän nauttii ja hän kerää vielä pullot siinä ja saa vähän extraa. Se on hänelle tärkee”. KV

Identiteetin muokkautumista työssä on tutkittu muun muassa sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden työssäoppimisjaksojen yhteydessä (Nuutinen 2008). Työntekoon liittyvät sosiaalinen vuorovaikutus, työyhteisön jäsenyys ja ammatillisen roolin kokeilu mahdollistivat myös opiskelijoilla ammatillisen identiteetin vahvistumisen. Samanlainen prosessi on mahdollinen myös kuntoutuksessa, jossa osallistutaan työn tekemiseen ryhmässä.

”Niin piti sanoo täst vammasta et meillä, et enempi ku mietitään, mikä se kehitysvamma on ja sen mukaan mennään tai niin sanotusti hoidetaan, ni me tehdään tekoja. Eli teko, tehdään asioita, se on se mist’ lähetään. Tehdään ja opitaan kokemuksien ja tekojen kautta. Eli se vamma jää enemmän taka alalle”. KV

Toiminnallisuuden mahdollistamana uusi identiteetti tuli esille myös muilla asiakasryhmillä. Työ tai tehtävä tarjosi myös psykiatrisen sairaalan potilaille tämän mahdollisuuden. Psykiatrisilla potilailla puutarhaympäristö edusti selkeästi terveyttä tukevaa ympäristöä, joka oli vastapainoa osastolla ololle, jossa sairaus oli enemmän esillä. Ohjaajien mukaan, potilaat saattoivat korostaa työn merkitystä omalle identiteetille

”Sanalla työ on suuri merkitys ihmisen elämässä - jotkut varmasti käyttävät sitä ystäväpiirissään että mä lähden töihin sinne puutarhaan- tää on kuntouttavaa työtoimintaa meidän mielestä”. PS

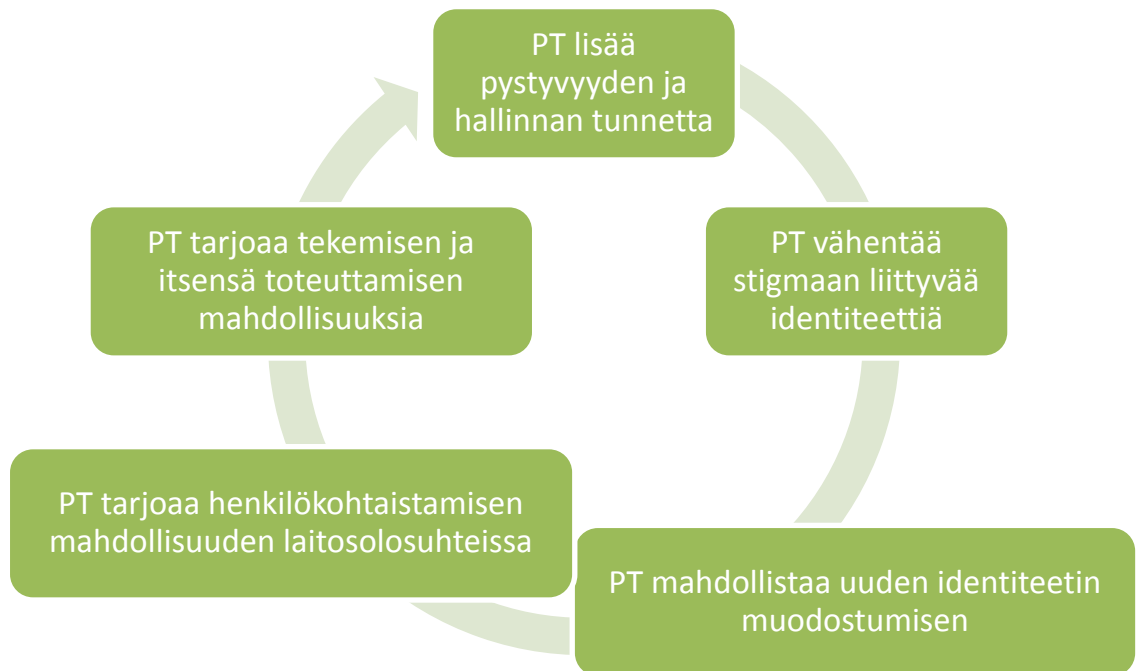
Stigmasta erillisen identiteetin vaikutus tuli esille myös Kaisa Mesimäen tutkimuksessa

(2011). Päihdeongelmaiset alkoivat määritellä itseään luontoihmisiksi (eivätkä pelkästään toipuviksi päihdeongelmaisiksi). Metsämäki viittaa muun muassa Krogeriin (2007, 338) , jonka mukaan ihmisen identiteetti voi kehittyä

aikuisenakin. Myös Anja Koski Jännes (2000) pitää identiteetin muuttumista keskeisenä tekijänä päihdeongelmista toipumista. Selkeän identiteetin yhteyttä voimaantumiseen ovat korostanut myös Neufelt ja Grimmet (1994). Toiminnallinen kuntoutus antaa mahdollisuuksia rakentaa omaa identiteettiään uusien roolien ja onnistumisten kautta.

” Voi harjotella kädentaitoja ja voi keskittyä johonkin töihin. Ja saa niitä positiivisia kokemuksia monen eri osa alueen kautta. Et mä osaan ja mää pystyn ja mä jaksan. Ja pystyn keskittymään tän tunnin tässä ryhmässä ja jaksaisin olla pitempäänkin. Et aika monenlaisiin juttuihin täällä voi saada apua”. PS

Käsityksellä omasta pystyvyydestä on suuri merkitys kuntoutumisen kannalta. Siinä mielessä puutarhatoiminnassa tuotetut ” mä jaksan ja mä osaan” kokemuksilla voi olla suuri merkitys. Niillä muokataan käsitystä omasta hallinnasta, pystyvyydestä, ja jopa identiteetistä. Sosiaalisen oppimisteoriassa ihmisen käsitystä asioiden hallintaodotuksista kuvataan termillä *locus of control*. Sillä tarkoitetaan juuri sitä uskoko ihminen omalla toiminnallaan saavuttamaan toivomiaan tuloksia ja ovatko tulokset riippuvaisia hänestä vai hänen ulkopuolella olevista tekijöistä. Järvikosken ja Härkäpään (2011, 132,) mukaan näillä käsityksillä on keskeinen rooli kuntoutumisessa. He viittaavatkin tutkimuksiin, joissa muun muassa selkävivusta kärsivien kuntoutumisen todennäköisyys liittyi heidän sisäisistä hallintaodotuksista (Härkäpää 1992).



Kuvio 11. Puutarhatoiminnan (PT) vaikutus toiminnallisen identiteetin muodostumiseen.

8. Voimaantuminen puutarhatoiminnassa

Ohjaajat kuvasivat puutarhatoiminnan vaikuttavan useimpiin osallistujiin voimaannuttavasti.

"No just tää voimaantuminen, kun pystyn luomaan uusia väyliä toteuttaa itseään . Et nää on niitä, kun saat jonku ihmisen oikeesti innostumaan jostain. Se et ollaan ilosia ja motivoituneita, et on kiva tulla töihin, et heist tulee oman elämänsä herroja, et ollaan tasavertasena". KV

Voimaantumisen merkkejä ohjaajien kertomuksissa olivat innostus, aktiivinen tekeminen, vilkastunut vuorovaikutus, ilo, nauru ja itsenäistyminen. Aikaisemmissa tutkimuksissa voimaantuminen on näyttäytynyt myös elämänasenteen muutoksena, "henkiin heräämisenä" ja myös ulkonaisen olemuksen muutoksena (Ora 2010, 58). Ohjaajat kuvasivat voimaantumista Oran tutkimuksessa uskaltamiseksi, rohkaistumiseksi, oman eämän haltuunotoksi ja omien kykyjen tajuamiseksi. Uusi oivaltaminen ja teot kulkivat käsi kädessä. Myös omassa tutkimuksessani haastattelemani ohjaajat puhuivat samantyyppisistä ilmiöistä, vaikken haastatteluissani nimennyt tai maininnut voimaantumisen tavoitetta.

"Et tavote on ehkä se, et jokainen mahdollisimman itsenäisesti pystyy tekemään asioita. Et hän saa täyden tuen, mut et hän voimaantuu, se on ehkä se iso juttu". KV

Voimaantuminen tuli ohjaajien kertomuksissa ilmi monina onnistumisen kokemuksina, joita kuvaan erikseen omassa luvussa. Suurimpina onnistumisina, sekä vankien että psykiatristen potilaiden ohjaajat kertoivat usean ihmisen saaneen kuntoutuksen lisäksi puutarha-alasta myös ammatin itselleen. Muistihäiriöisten parissa radikaalein onnistuminen oli yhden asiakkaan luopuminen rollaattorin käytöstä puutarhatoiminnassa voimaantumisen seurauksena. Kehitysvammaisilla voimaantuminen näkyi voimakkaimmin kasvaneina osallisuuden mahdollisuuksia, joita kuvaan omassa kappaleessa. Voimaantuminen ilmeni ohjaajien kertomuksissa myös positiivisten emootioiden kuvauksena, sekä kertomuksina toiminnasta innostuneista asiakkaista. Psykiatriset potilaat antoivat myös sairaalassa harvinaista positiivista palautetta ohjaajille. Samoissa olosuhteissa voimaantuminen ilmeni myös yllättävänä

toimintakykynä. Ennen lähes toimintakyvyttömänä pidetty potilas saattaa osoittaa yllättävää kykyä työhön. Voimaantumisen kokemukset tulivat myös esille, kun kysyin ohjaajilta, mikä on parasta heidän työssään. Usein he kuvasivat hetkiä, jolloin innostus valtaa puutarhatyöhön osallistujat.

"Kun mä saan sen ryhmän, kun se innostus tarttuu meihin kaikkiin, et me olemme se yhdessä tekevä ryhmä. Et se niinku imee se homma". PS

"Kyll ainaki sillon ku huomaa et potilaat on hirveen innostuneita ja tyytyväisiä siihen suoritukseensa ja siihen, et ollaan saatu paljon aikaseks. Et ollaan saavutettu se tavote mikä sille ryhmäkerralle on asetettu, ni sillon potilaistakin huomaa, et nyt on menny hyvin. Tietysti aina positiivinen palaute on mukavaa, sillon kun sitä saa. Ja täällä potilaat osaa sitä herkästi myös antaa . Et tää on kyllä sillä lailla jännä paikka". PS

"Myös semmoset mummot ja papat ku hoitajat sanoo et ne ei pysty tekee mitää, et ne ei oikeesti pysty. Ja sit me mennään niiden osastolle ja ne haravoi ja tekee ja on oikeen innoissaan". PS

Oran (2010, 60) tutkiessa voimaannuttavaa ohjausta ammatillisessa kuntoutuksessa, haastateltavat korostivat ryhmän merkitystä voimaantumisessa. Ohjaajat pitivät ryhmää ohjaajan tärkeänä työvälineenä. Tähän tosin vaikutti sekin, että kuntoutus alkoi noin 5 viikon ryhmävaiheella. Eräs Oran haastatteleminen ohjaajista mainitsikin, että "ryhmässä syntyy kipinä, joka yksilöohjauksessa lähtee menemään eteenpäin". Samaa ilmiötä kuvaa vankilassa työskentelevät ohjaajat näin:

"Parasta tässä työssä on ku näkee ku joku oikeesti hurahtaa tähä hommaan. Sä saat siit ihan hirveesti ittelleen, että se varmaan tästä sivusta seuranneena on elää sitä läpi. Et viime kesänä konkreettisin esimerkki oli kasvima, mis kylvettiin erilaisia tuotteita ja meidän oppilaat hoisi sitä ku pientä lasta. Loppusyksystä kerättiin tuotteet ja kokattiin ja syötiin. Se innostus mikä niillä oli, et nyt menää'n kasvimaalle ja tehdään ja kato ne kasvaa. Kun jengi hurahtaa, ni se o n hauskaa nähdä". V

Luontoaktiiviteettien kautta saavutettu voimaantuminen on tullut ilmi myös muissa tutkimuksissa. Kaisa Metsämäki (2011) tutki päihdeongelmasta toipuneiden luontokokemuksia sosiaalityön pro gradu työssään. Luonnossa

oleminen auttoi osallistujia kestämään myös hankalia tunteita, ja se oli monille toipuille päihdeongelmallisille paikka, jossa saattoi kerätä voimia (Metsämäki 2011, 60). He kokivat metsäympäristössä ilon, onnen ja innostuksen tunteita (Metsämäki 2011,61). Stressin lievittyminen ja positiivisten emootioiden lisääntyminen onkin tavallinen löydös, joka on toistunut monessa luontoympäristön vaikutuksiin keskittyneessä tutkimuksessa (Tyrväinen, Silvennoinen, Korpela, Ylen, 2007).

Voimaantumisen termi on sosiaalitieteissä käännetty myös valtaistumiseksi. Valtaistumiseen liittyy myös itseohjautuvuuden ja oman elämänhallinnan takaisin saamisen piirre. Se toteutuu jossain määrin myös silloin kun ennen passiiviset vangit osoittavat oma-aloitteisuutta töissään ja myös muilla asiakasryhmillä kun he kokevat aitoa osallisuutta.

”Tai sitte ku jollakin alussa tökkii ihan sikana koko homma, sen mielestä on täysin kuvottavaa koko homma. Ni kohta se on tuolla puput sylissä, pupuja hoitaa ja vaalii niitä vaikka muuten elämässä ei kauheesti vaalimista oo”. V

”Se on kans aika positiivista et ku me ollaan poissa ja jengi tietää sen, ni isit näkee et siellä ne tekee työtään, vaikka me ei olla nurkan takana kattomassa. Porukka oikeesti tekee itsenäisestiki hommia ja luotto pelaa ja vahvistuu sitä kautta”. V

8.1 Muita puutarhatoiminnan vaikutuksia

Yleensä ohjaajat kuvasivat puutarhatoiminnan vaikuttavuutta pääosin terveen identiteetin vahvistajana, jossa saa osallisuuden, uuden oppimisen ja onnistumisen kokemuksia. Puutarhatoiminnan terveyttä edistävä ympäristö toi tuulahduksen normaaliudesta ja toimi vastapainona stigmatisoitumiselle. Tutkimukseni mukaan nämä osa-alueet myötävaikuttivat asiakkaiden voimaantumiseen.

Tämän lisäksi myös fyysisellä harjoituksella nähtiin olevan terveyttä edistäviä vaikutuksia.

”Sit kanssa se työn fyysisyys. Mä ajattelen noita nuoria miehiä, kuinka ne on tyytyväisiä kun ne on saanu nostella multasäkkejä paikasta toiseen, retuuttaa. Se sellanen, nyt ku oli viime vuonna laatotustyöt ja sai niitä painavia laattoja viedä kottikärryssä. Se hyvän olon tunne siitä!”. PS

*”No mä ainakin ajattelisin niin, että se tavallaan tukee noiden asiakkaiden toimintakykyä, ihan fyysistä toimintakykyä pitää yllä.”
MH ”*

Tutkimusten mukaan puutarhaympäristöt vaikuttavat myös ihmisen fyysiseen hyvinvointiin tehokkaasti. Viherympäristöt helpottavat stressin oireita, parantavat keskittymiskykyä ja lisäävät fyysistä vastustuskykyä (Yli-Viikari 2011). Tämän lisäksi fyysinen kuormitus on erinomaista vastapainoa henkisen puolen kuormitukselle. Puutarhassa tehtävä työ vastaa mittausten mukaan rasiukseltaan koripallo kentällä tapahtuvaa harjoittelua (Kweon, Matsuo ym. 2002). Intensiivisessä Kisko kuntoutusohjelmassa vankilassa olevat miehet työskentelevät kolmena päivänä viikossa vankilan puutarhalla. Ohjaajien mukaan se luo hyvän vastapainon muulle hoidolle:

”Puutarhallakin ollaan ulkona ja fyysistä työtä kuitenkin, ei vaik ei niin raskasta olekaan et ihan mielenterveyden takia, et mä näkisin et on ihan a ja o .Jos on pelkästään vaan ryhmiä ja sisällä oloa, niin jää kyllä aika ykspuoliseksi ja varmasti olis paljo levottomampaa porukkaa”. V

Joillekin asiakkaille puutarhatoiminta on merkinnyt erittäin merkittävää kuntoutumista. Varsinkin ikääntyneillä puutarhaympäristö tarjoaa mahdollisuuksia motoriikan ja lihasvoiman kehittämiseen:

*”Minusta se perustuu moneen asiaan. Tää rouva, joka jätti sen rollaattorin pois, hänellä siihen selvästi liittyi tää tämmönen fyysinen kuntoutuminen. Ja se, ett hän oli innostunut siitä. Sillä oli hänelle psyykkinen merkitys, sosiaalinen merkitys ja fyysinen merkitys kaikin puolin. Hän joutui siellä kumartumaan, hän joutui kiertymään, kävelemään sillan yli (meillä on siellä pieni silta rakennettu), tekemään tasapainoharjoitteita. Sit joillekin se on ne värit ja ne äänet, tähän hoivamalliin kuuluu nimenomaan aistielämykset. Hän on mulla hyvin lämpösenä tosiaan mielessä”.
MH*

Fyysisen harjoituksen lisäksi aistien herääminen voi olla voimaannuttava tekijä luontoympäristöissä. Aistipuutarhoja käytetäänkin paitsi näkövammaisten kuntoutuksessa, niin muun muassa loppuun palaneiden ihmisten kuntoutuksessa. Ruotsissa toiminta alkoi Haga Hälsoträdgård’issa ja jatkuu Alnarpin kuntouttavassa puutarhassa.

8.2 Puutarhatoiminnan soveltuvuus erilaisille asiakkaille

Olin tutkijana kiinnostunut myös siitä, olivatko ohjaajat havainneet puutarhatoiminnan sopivan erityisesti joillekin asiakkaille paremmin kuin toisille. Ohjaajien mukaan osallistujien ikä, sukupuoli tai taustalla olevan diagnoosi ei vaikuta ratkaisevasti puutarhityön sopivuuteen ohjattavalle silloin, kun ohjauksen resursseja on tarjolla. Ohjaajat kuvailivat puutarhatoiminnan sopivan hyvin useimmille asiakkaille. Asiakkaan motivaatio ja oma kiinnostus nähtiin positiivisena asiana. Persoonalliset mieltymykset ja vakavat fyysiset toimintarajoitteet mainittiin mahdollisina esteinä, mutta samalla todettiin että useimmat fyysiset rajoitteet on voitettavissa.

”En osaa tommosta jakoo lähtee tekemään se on enemmän persoonasta ja tilanteesta kiinni. Vaiko ois kuin sairas ja rankkoja diagnooseja taustalla, mutta silti saattaa hyötyä hirveesti tästä. Et jos vaan ite tykkää tån tyyppisestä toiminnasta ja on kiinnostunu ja motivoitunu”....PS

”Mul on ollu enempi luonteeseen ja persoonaan liittyvä, eli yks ihminen ei vaan pitäny mullasta hänest oli kauheesta kun tuli hanskoihin multaa ...Ja sehän nyt kertoo jotain...et ei niinku pysty..”. KV

”Mutta just näin kuvan, jossa vaikeesti pyörätuolissa istuva, jolla kyllä kädet toimi, työnsi ruohonleikkuria. Joku työnsi hänen pyörätuoliaan, eli hän leikkas nurmikkoa,... eli sopii kaikille” .KV

Ohjaajat mainitsivat että kaikki osallistujat eivät kuitenkaan sopeudu ryhmään, tai vaativat niin intensiivisesti ohjaajan huomiota, että silloin ohjattavaa tuntevan työntekijän läsnäolo olisi tärkeää. Se, missä hoidon vaiheessa ohjattava osallistuu toimintaan voi olla myös ratkaiseva tekijä hoidon onnistumisessa.

”Kyllä tää kaikile mun mielestä sopii, mut sitte on justiin näitä, et niinku ryhmänä ei sovi välttämättä kaikille. Mut sitte, jos tulee omahoitaja tai toimintaterapeutti ni sopii. En mä nyt yht’äkkiä keksi ketään kelle tää ei sopis”. PS

”Kyllä, varsinkin jos omahoitaja mukana. Ryhmään ei välttämättä sovi”

PS

”Puutarhatyö sopii kaikille. Se, ketkä eniten hyötyy, riippuu siitä missä vaiheessa on siinä omassa sairaudessa. Silloin kun on jo tarve muutokselle, ni silloin tää puutarhatyötoiminta on paljon antavampaa”. PS

Puutarhatöihin tulevat asiakkaat tulevat tavallisesti osallistumaan toimintaan omasta tahdostaan. Silloin kun puutarhatoiminta on pakollinen osa hoitoa lähtökohta on haasteellisempi. Tätä tilannetta eivät ohjaajat pitäneet hyvänä lähtökohtana.

”Motivaatiotakaan ei kauheen hyvin etukäteen tiedä. Varsinkin näiden päihdepotilaiden kanssa sen huomaa melkein päivittäin ku tää on heille pakko. Monesti tulevat kiroillen, mutta kun pääsevät työhön kiinni niin, ja näkee mitä täällä tehdään, ni et miks pitää lähteä jo pois? Et tää on ihanaa, tää on kivaa he haluaa olla koko päivän täällä ... Mut sit se saattaa seuraavana päivänä toistuu se sama kuvio....” PS

9. Yhteenveto tuloksista

Kirjassaan Ohjaus ja neuvontatyö, Onnismaa (2007,23) kuvaa ohjauksen menetelmiä tarinalla Marco Polosta. Tutkimusmatkailija kuvasi näkemäänsä kaarisiltaa mongolihallitsijalle:

” Marco Polo kuvailee sillan kivi kiveltä.

-Mutta mikä kivi kannattelee siltaa?, kysyy Kublai klaani.

-Siltaa ei kannata tämä tai tuo kivi, Marco vastaa, vaan kaaren linja, jonka ne muodostavat.

Mongolihallitsija on hiljaa ja miettii. Sitten hän lisää: -Miksi puhut minulle kivistä? Minua kiinnostaa vain kaari.

Polo vastaa:” Ilman kiviä ei ole kaarta”.

Haastattelemani ohjaajat olivat ammattitavaltaan pääosin erilaisia hoitotyön ammattilaisia ja lähes kaikki olivat tehneet puutarhatoiminnan ohjausta jo pitkään. Puutarha-alan ammattilaisia ohjaajista olivat ainoastaan kehitysvammaisten ohjaajat. Muissa paikoissa (muistihäiriöisten hoitopaikkoja lukuun ottamatta) puutarha alan henkilökuntaa oli erikseen vastamassa

viljelytoiminnassa. Ohjaajat kokivat, että puutarhatoiminta sopii useimmille asiakkaille, jos ohjaamisen resursseja oli riittävästi saatavilla. Ohjaajien työ ohjautui paljon käytännön kokemuksesta käsin ja monesti puutarhatoiminta linkittyi hoitopaikan hoitoideologiaan.

Tutkimukseni mukaan voimaantumiseen green care puutarhatoiminnassa liittyy monia eri asioita. Hyvä ohjaus ja kyky luoda hyvä ohjaussuhde myötävaikuttavat asiakkaiden voimaantumiseen. Hyvään ohjaukseen liittyy ohjaajan hyvät vuorovaikutus- ja ihmisen kohtaamisetaidot. Tärkeiksi osoittautuivat myös ohjaajan innostus ja läsnäolo, ennakkoluuloton, mutta ammatillinen tapa suhtautua ohjattaviin, yksilöllinen ohjaus, luottamuksen ja kunnioituksen osoittaminen sekä taidot organisoida toimintaa ja reagoida nopeasti muuttuneisiin tilanteisiin. Terveyttä tukeva ympäristö myötävaikuttaa asiakkaiden voimaantumiseen ja poistaa laitospelämän passivoivaa vaikutusta. Ohjauksella voidaan tuottaa myös onnistumisen ja uuden oppimisen kokemuksia, joista asiakkaat hyötyvät paljon. Myös kokemus osallisuudesta on monille voimaantumisen kannalta tärkeä. Toiminnallisuuden kautta osallistujien on mahdollista rakentaa toiminnallista identiteettiä. Näistä kivistä muodostuu voimaantumisen kaari.



Kuvio 12. Voimaantumisen "kaari".

Oppiminen puutarhatoiminnassa tapahtui paljolti sosiaalisen oppimisen keinoin. Yksityiskohtainen mallintaminen oli tavallista ja tarvittaessa työvaiheet pilkottiin moneen vaiheeseen ja vaatimustaso sovitettiin kullekin ohjattavalle sopivaksi. Tämä korostui niillä asiakkailla, joiden toimintakyky oli heikompi, kuten kehitysvammaisilla ja muistihäiriöisillä. Näiden asiakkaiden kanssa ohjaajat käyttivät myös oppimisen apuvälineitä. Ohjaajat pitivät hyvää metodina myös vertaisoppimista, jossa asiakkaat oppivat toisiltaan tai pystyivät neuvomaan joskus myös ohjaajia. Sosiaalisen oppimisen teorian mukaan onnistumisia, osallisuutta ja uuden oppimista sisältävän toiminnan kautta pyrittiin vahvistamaan osallistujien ”tervettä”, positiivista identiteettiä, ja heidän oli mahdollista irrottautua sairauden, vamman tai elämäntilanteen aiheuttamasta identiteetistä. Onnistumisten ja osallisuuden kokemusten kautta vahvistettiin myös asiakkaiden pystyvyyden tunnetta. Puutarhatoiminnalla oli positiivisia vaikutuksia myös osallistujien fyysiselle toimintakyvylle, ja se toimikin eräänlaisena vastapainona intensiiviselle kuntoutukselle tai laitosen elämän passivoivalle vaikutukselle.

Seuraavalla sivulla on nähtävissä kuva tutkimuksen tuloksista.



Kuvio 13. Voimaantumiseen vaikuttavia tekijöitä puutarhatoiminnan ohjauksessa.

9.1. Pohdinta

Oman tutkimukseni mukaan voimaantuminen ohjauksessa mahdollistuu hyvän ohjauksen ja ohjaussuhteen, onnistumisten ja uuden oppimisen, terveyttä tukevan ympäristön, osallisuuden kokemusten ja toiminnallisen identiteetin vahvistumisen myötä. Monet tutkimuksessani esille tulleista asioista pätevät varmasti ohjauksen kenttään laajemminkin.

Terveyttä tukeva luontoympäristö tarjoaa kuitenkin ohjaukselle otollisen ympäristön, sillä silloin asiakkaat hyötyvät myös luonnon tarjoamista hyvinvointivaikutuksista, kuten stressitason laskusta, keskittymiskyvyn paranemisesta ja fyysinen kunnon ja vastustuskyvyn vahvistumisesta. Luontoympäristössä toimimisen kautta löytyvä luontosuhde, osallisuuden kokemukset ja toiminnallinen identiteetti ovat asioita, joita pelkällä keskustelulla on vaikea saavuttaa. Käytännön kokemukset osoittavat myös, että monille ihmisille pelkkä sanallinen itseilmaisu on vaikeaa ja usein keskustelutkin helpottuvat kun siirrytään ympäristöön, jossa keskustelun lomassa voidaan myös tehdä jotain.

Green care -toiminnalla saavutetaankin monien tutkimusten mukaan hyviä tuloksia kuntoutustyössä. Tutkimukseni tulosten mukaan, toiminta terveyttä tukevassa ympäristössä, jossa on mahdollista kokea onnistumista ja osallisuutta, on monelle sopiva kuntoutusmuoto. Suuri osa auttamisjärjestelmäämme on rakennettu hoitamaan sairautta tai vajavuutta. Kuitenkin useimmilla ihmisillä on myös paljon voimavaroja jäljellä ja tutkimukseni mukaan terveyden tukemisella saavutetaan hyviä tuloksia. Myös elämän laadun kannalta voi mahdollisuus normaalin elämän aktiviteetteihin olla hyvä vaihtoehto.

”Löydät mitä etsit”- periaate, tuntuu pätevän myös hoidon ja tuen piirissä eläviin asiakkaisiin. Kun voimavaroille annetaan mahdollisuus ne vahvistuvat ja sairauteen keskittyminen vahvistaa helposti stigmaan liittyvää käyttäytymistä. Esimerkiksi ikääntyneillä tulisi olla jonkinlainen mahdollisuus jatkaa niitä toimintoja, joita he ovat elämänsä aikana tottuneet tekemään. Tällainen

aktiivisuuden tukeminen voi koitua koko hoitoyhteisön iloksi, omaisiakaan unohtamatta, kuten tutkimukseni esimerkit muistihäiriöisten hoitopaikoista osoittavat. Kun ympäristö antaa mahdollisuuksia ihmisen osallisuuden ja toiminnan tarpeille, niin hän saattaa osoittautua yllättävänkin toimintakykyiseksi.

Työelämässä olemme tottuneet vaatimaan 100 %:n työsuorituksen ja muu väestö on suurelta osin ulkoistettu toimeentuloon. Tulevaisuudessa myös kansantalouden kannalta on arvokasta, että kaikki väestöryhmät voivat antaa panoksensa työelämään, silloinkin kun toimintakyky ei ole enää 100 %: nen. Osallisuus on myös tärkeä itsearvostuksen ja voimaantumisen rakennusaine, kuten tutkimukseni osoittaa.

Suomessa green care -toiminnan kehittäminen on tällä hetkellä yrittäjien ja erilaisten hankkeiden varassa. Valtiovallan vahvempi tuki tähän olisi tervetullutta. Esimerkiksi Norjassa valtio satsaa vahvasti green care -toiminnan kehittämiseen. Norjassa on noin 900 Green Care -maatilaa, mikä vastaa 2,1 prosenttia Norjan maataloista. Valtion budjetti tähän toimintaan vuosille 2010–2012 on 18 miljoonaa NKR. Norjan hallitus on määritellyt toiminnan kehittämisen yhdeksi maatalouspolitiikan painopisteeksi.

Valtaosa norjalaisten green care maatilojen toiminnasta on suuntautunut oppimishäiriöisten lasten ja nuorten auttamiseen. Tällaisen toiminnan tuloksellisuudesta on myös vahvaa tutkimusnäyttöä. Katcher ja Teumer (2005) toteuttivat 4-vuotisen seurantatutkimuksen erityisoppilaille, jotka kävivät maatilalla viikottain. Tulosten mukaan lasten yliaktiivisuus, aggressiivisuus ja tarkkaavaisuus häiriöt vähenevät huomattavasti ja sosiaaliset taidot paranivat merkittävästi. Hyvä vaikutus näkyi vahvasti oppilaiden ollessa maatilalla ja vaikutus näkyi myös koulukäyttäytymisessä pitkällä aikavälillä. Onkin helppo ymmärtää, että oppimis- ja keskittymisvaikeuksista kärsivä oppilas voi löytää maatilalta oppimisympäristön, jossa sekä toiminnan mahdollisuus että rauhoittava ympäristö antavat hyvät puitteet oppimiselle. Green care -toimintaa olisikin mahdollista kehittää Suomessa vahvemmin kasvatuksen ja erityisopetuksen piirissä. Sosiaali- ja terveydenhoidon piirissä on jo olemassa hyviä sovelluksia, kuten tutkimuksenikin osoittaa.

Omassa tutkimuksessani kaikki green care -toiminnan ohjaajat olivat tekemisissä puutarhatoiminnan kanssa. Mielenkiintoista olisi haastatella myös eläinavusteista green care -työtä tekeviä ohjaajia ja asiakkaita, kysyen heidän käsityksiään esimerkiksi ohjaajan tärkeimmistä taidoista. Puutarhatoiminnan piirissä ohjauksen haasteet ja mahdollisuudet olivat yllättävänkin samankaltaisia asiakasryhmästä riippumatta ja olisi mielenkiintoista tietää mitä kysymyksiä eläinavusteinen toiminta toisi ohjaukseen.

Omassa tutkimuksessani haastattelin green care -toiminnan ohjaajia pyrkien kartoittamaan heidän käsityksiään hyvästä ohjauksesta ja asiakkaiden voimaantumisen puutarhatoiminnassa. Jatkossa olisi mielenkiintoista haastatella ohjattavia samasta aiheesta ja verrata tutkimustuloksia keskenään. Mattila (2002) haastatteli omassa tutkimuksessaan sekä ohjaajia ja asiakkaita kuntoutuksen ohjauksesta. Asiakkaat toivoivat enemmän counselling-tyyppistä ohjausta ja ohjaajien yksilöllistä huomiota, normatiivisen supervision ohjauksen tilalle. Tätä kautta asiakkaat toivoivat saavansa vahvemmin oman yksilöllisen äänensä kuuluville. Oman tutkimukseni piirissä ohjaajat olivat monissa paikoissa noteeranneet tämän yksilöllisen huomioimisen tärkeyden, kuten tuloksista on luettavissa. On luonnollista, että ohjauksen resurssit vaikuttavat tähän yksilöllisen huomioimisen mahdollisuuteen.

Mattila (2002) esitteli ohjaustutkimuksiansa yhtenä suosituksena ohjaustoiminnan koulutus- ja palvelukeskuksen perustamista. Kuntoutumisen ohjaus vaatiikin aivan omanlaista osaamista ja tämän osaamisen kehittymiseen olisi syytä kiinnittää huomiota. Ohjauksen kehittämiseen tutkimukset ohjaajien ja ohjattavien kokemuksista antavat hyviä eväitä. Myös koulutuksessa ohjaustaitojen kehittämiseen tulisi kiinnittää enemmän huomiota. Päinvastaisia toimia edustaa muun muassa HAMKin ohjaustoiminnan linjan lakkauttamispäätös.

Ohjaustoiminnan ulkopuolellakin ihmisen kohtaamisen taito ja voimaantumisen haaste ovat elämän keskeisiä haasteita olimmepa sitten kuntouttajiä tai kuntoutujia. Toivon tutkimukseni antavan näihin tavoitteisiin joitakin uusia eväitä ja muistuttavan siitä, että toiminta luontoympäristössä tarjoaa erinomaisen voimaantumisen mahdollisuuden meille kaikille.

Lähteet:

Aarnio, H. - Enqvist. J. 2001. Dialoginen oppiminen verkossa – DIANA-malli ammatillisen osaamisen rakentamiseen. Kehittyvä koulutus 2. Opetushallitus

Anttinen, E. E. 1995. Kuntoutumisen tie kohti parempaa elämänlaatua. Teoksessa: VATES Fountain House. Mielensterveyskuntoutujien klubitalo. Vajaakuntoisten työllistämisen edistämissäätiö.

Aro, J. 2003. Hevonen – terapeutti ja työtoveri. Ratsastusterapeutin kokemuksia ratsastusterapiasta. Erityispedagogiikan pro gradu – tutkielma. Jyväskylän yliopisto.

Aspvik.U. 2003. Psykkisesti vajaakuntoisten avotyötoiminta – toiminnan kehittämisprosessi ja merkitys osallistujien elämänlaadulle. Oulun yliopisto. Saatavilla: <http://herkules.oulu.fi/isbn9514271289/> (Viitattu 15.2.2012)

Bird, W. 2007. Natural thinking: Investigating the links between the natural environment, biodiversity and mental health. Royal Society for Protection of Birds. Saatavilla: http://www.rspb.org.uk/Images/naturalthinking_tcm9-161856.pdf (Viitattu 5.2.2012)

Eloranta T. ja Virkki S. 2011. Ohjaus hoitotyössä. Helsinki. Tammi.

Cooper Marcus, C.& Barnes, M. toim 1999. Healing gardens. Therapeutic benefits and design recommendations. New York. Wiley.

Coren S.1997. What Do Dogs Know? New York. Free Press.

Eskola, J. & Suoranta, J. 2001. Johdatus laadulliseen tutkimukseen.Jyväskylä. Gummerus kirjapaino Oy.

Fine Audrey H. 2006. The Handbook of Animal Assisted Therapy. Theoretical foundations and guidelines for practice.San Diego. Elsevier Academic Press.

Grahn, P. 2008. Terapiträdgården på Alnarp. Vårdalinstitute. Tematiska rum. Saatavilla:<http://www.vardalinstitutet.net/documentarchive/1168/1575/3439/4256/4282/7473.pdf?objectId=11530> (Viitattu 27.3.2012)

Hannula JA, Lahtela K, Järvikoski A, Salminen JK, Mäkelä P. Occupational Functioning Scale (OFS) - An instrument for assessment of work ability in psychiatric disorders. Nord J Psychiatry 2006; 60: 372-378. Saatavilla: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17050295>

Haller R. and Kramer C. 2006. Horticultural Therapy Methods: Making Connections in Health Care, Human Service, and Community Programs. Ed. New York. Haworth Press.

- Hirsjärvi, Sirkka; Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula. 2007: Tutki ja kirjoita. Helsinki. Tammi
- Juhila, K. 2006. Sosiaalityöntekijöinä ja asiakkaina. Sosiaalityön yhteiskunnalliset tehtävät ja paikat. Tampere. Vastapaino.
- Karjalainen, V., Vilkkumaa, I. 2010. Kuntoutus kanssamme. Ihmisen toimijuuden tukeminen. Jyväskylä. STAKES.
- Kelan kuntoutustilasto. Saatavilla:
[http://www.kela.fi/it/kelasto/kelasto.nsf/alias/Kunto_11_pdf/\\$File/Kunto_11.pdf?OpenElement](http://www.kela.fi/it/kelasto/kelasto.nsf/alias/Kunto_11_pdf/$File/Kunto_11.pdf?OpenElement) (Viitattu 10.3.2012)
- Koski-Jännes, A., Jussila, A., Hänninen, V. 1998. Kuinka riippuvuus voitetaan. Keuruu. Otava.
- Kuuntele minua - mielenterveystyön käytännön menetelmiä. 2009 . Hentinen K, Iija A, Mattila E..(toim) :Helsinki. Tammi.
- Keski-Luopa L. 2011. Työnohjaus vai superviisaus. 4. p Oulu. Metanoia-instituutti.
- Kuhmonen P. toim. 2005. Oppijälhtöinen ohjaus. Henkilökohtaiset oppimis- ja urapolut ammatillisessa ohjauksessa. Turun Aikuiskoulutuskeskus.
- Kuusela, K. Asfalttilampola. Luonto palvelutalossa asuvien vanhusten elämässä. Kaupunki elvin osaraportti 4. Lapinyliopisto. Saatavilla:
http://www.ulapland.fi/loader.aspx?id=7252ac3b-a3f1-4be3-bdad-8b829199b9ae__(Viitattu 24.1.2012)
- Koski T., Tuominen S. 2004. Kuinka ideat syntyvät - Luovan ajattelun käsikirja. Helsinki. WSOY.
- Kujala E. ,Makkonen J. 2006. Ohjaava koulutus yksilön vahvistajana. Pro Gradu tutkimus. Kasvatustieteen laitos. Jyväskylän yliopisto.
- Katcher, Teumer .2005. A 4-year trial of Animal assisted therapy with Public School Special Education Student s. 227-243.. Teoksessa: Fine Audrey H. 2006. The Handbook of Animal Assisted Therapy. Theoretical foundations and guidelines for practice..San Diego. Elsewier Academic Press.
- Kettunen T. Laitinen,Väänänen S; Mäkelä J.; Vänskä K. .2011. Onnistuuko ohjaus? - Sosiaali- ja terveysalan ohjaustyössä kehittyminen. Helsinki. Edita Publishing Oy .
- Laitila M. 2010. Asiakkaan osallisuus mielenterveys- ja päihdetyössä. Itä-Suomen yliopiston julkaisuja 31.
- Lairio, M. & Puukari, S. (toim.) 2003. Ohjauksen uudet orientaatiot. Jyväskylän yliopisto. Jyväskylä. Koulutuksen tutkimuslaitos.

- Lairio, M. & Puukari, S. (toim.) 2001. Muutoksista mahdollisuuksiin. Ohjauksen uutta identiteettiä etsimässä. Jyväskylän yliopisto. Koulutuksen tutkimuslaitos.
- Levinas, E. 1996. Etiikka ja äärettömyys. Keskusteluja Philippe Nemon kanssa. Suomennos ja esipuhe A. Pönni. Tampere. Gaudeamus.
- Mattsson A. ja Toivonen. 2007. Päivittäisten toimintojen solmukohdat. Etenevää muistisairautta sairastavien lyhytaikaishoidon asiakkaiden omais- ja omahoitajien näkemyksiä. Helsingin ammattikorkeakoulu. Stadia, toimintaterapian koulutusohjelma.
- Mattila, E. 2002. Miten ohjata mielen kuntoutujaa. Yksityinen mielenterveystyön hoito- ja palvelukoti kehittyvässä pienyhteisössä. Helsingin yliopisto, Kasvatustieteen laitoksen tutkimuksia 179.
- Mattila E. 2006 . Ohjaus kutsuu vuorokuunteluun. Kever verkkolehti 4/2006. Saatavilla <http://www.uasjournal.fi/index.php/kever/issue/view/59> (Viitattu 5.6.2012)
- Mattila, H. 2009. Voimaantumisen ydin. Sosiaali- ja terveysalalla toimivien ihmisten mahdollisuuksia voimaantua työssään. Kuopion yliopisto. Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta. Väitöskirja. Kuopion yliopiston julkaisuja., Yhteiskuntatieteet 151.
- Mesimäki K. 2011 Sieltä saa tyyneyttä, sieltä saa energiaa. Luontokokemukset päihdeongelmasta toipuneiden elämäntarinoissa. Helsingin yliopisto. Sosiaalityön pro gradu tutkielma.
- Myyrä K. Kasvun paikka. 2009. Ohjaavan koulutuksen kentällä toimivan tulevaisuuden-verstaan merkityksiä osallistujien elämälle. Jyväskylän yliopisto. Opettajankoulutuslaitos. Kasvatustieteen pro gradu tutkielma.
- Niemistö, R. 2000. Ryhmän luovuus ja kehitysehdot. Tampere. Palmenia.
- Nuutinen S. 2008. Työssäoppimisen merkitys ammatillisen identiteetin rakentumiselle sosiaali- ja terveysalalla. Pro gradu tutkielma. Tampereen yliopisto . Kasvatustieteen laitos.
- Ojanen, S. 2000. Ohjauksesta oivallukseen. Ohjausteorian kehittelyä. Saarijärvi. Palmeniakustannus.
- Onnismaa, J. 1998. Aikuisten ohjaus auttamiskäytäntönä. Opetushallitus.
- Onnismaa, J. 2011. Ohjaus- ja neuvontatyö: aikaa, huomiota ja kunnioitusta. Helsinki. Gaudeamus.
- Onnismaa J. Pasanen H. Spamgar T. 2000. Ohjaus ammattina ja tieteenalana 1. Ohjauksen lähestymistavat ja ohjaustutkimus. Jyväskylä. PS-kustannus.
- Onnismaa J. Pasanen H. Spamgar T. 2000 Ohjaus ammattina ja tieteenalana 2 . Ohjauksen toimintakentät. PS-kustannus. Jyväskylä.

- Onnismaa J. Pasanen H. Spangar T. 2004. Ohjaus ammattina ja tieteenalana. 3 : ohjauksen välineet. Jyväskylä. PS-kustannus.
- Ora P. Voimaannuttaminen ohjaavassa koulutuksessa. 2010. Pro gradu tutkielma. Sosialipsykologia. Sosiaalitutkimuksen laitos. Tampereen yliopisto.
- Peavy, R.V. 1999. Sosiodynaaminen ohjaus. Konstruktivistinen näkökulma 21. vuosisadan ohjaukseen. Helsinki. Psykologien kustannus Oy.
- Peavy R.V. 2004 Artikkelit: Sosiodynaaminen näkökulma ja ohjauksen käytäntö, s.16-49. Teoksessa: Onnismaa J. Pasanen H. Spangar T. 2004. Ohjaus ammattina ja tieteenalana. 3 : ohjauksen välineet. Jyväskylä. PS-kustannus.
- Peavy, R.V. 2006. Sosiodynaamisen ohjauksen opas. Helsinki. Psykologien kustannus.
- Pöllänen S.2008. Artikkelit Kirjoituksia Kuninkaankartanonmäeltä. Toim. Niikko A., Pellikka I ja Savolainen E. Sivut.91-105 Teoksessa: Oppimista, opetusta, monitieteisyyttä. Savonlinnan opettajankoulutuslaitos.
- Qing L. Esitelmä 27.5.2011: "Does nature affect human immune function? . METLAN seminaarissa Helsingissä.
Saatavilla <http://www.metla.fi/tapahtumat/2011/human-health/> (Viitattu 30.6.2011)
- Rappe, E., Lindén, L., Koivunen, T. 2003. Puisto, puutarha ja hyvinvointi. Helsinki: Viherympäristöliitto ry.
- Salmela Pekka, esitelmä Helsingissä 10.2.2012 Suomen A-kiltojen liiton seminaarissa.
- Salonen, K. 2011. Mielen luonto ja luonnon mieli. Eko- ja ympäristöpsykologinen näkökulma. Helsinki. Edita.
- Salovuori, T. 2009. Vihreyden keskellä. Levon ja virkistymisen puutarhat. Saarijärvi. Kirjapaja.
- Semplik, Hine & Wilcox 2010. Green Care: A Conceptual Framework. Saatavilla:
http://www.umb.no/statisk/greencare/green_carea_conceptual_framework.pdf (Viitattu 20.2.2012).
- Siitonen, J. 2008. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Oulun yliopisto.
- Sikkelä R. 2003 Mielekäs ja merkityksellinen harjoittelun ohjaus sivut, 248-260 teoksessa: Suomen harjoittelukoulujen vuosikirja 1 Toimitus: Raimo Silkelä Verkko-versio: Erkki Savolainen. Saatavilla:
<http://sokl.joensuu.fi/verkkokjulkaisut/tutkivaope/silkela.htm> (Viitattu 11.4.2012).
- Simson S., Straus M.. 1998. Horticulture as Therapy: Principles and Practices, New Press. Haworth press.

Torvinen H. & Turunen S. 2006. Ohjauskeskustelu vuorovaikutussuhteena – Ohjauskeskustelun tarkastelua Koivistonkylän ammattistartissa Pirkanmaan AMK.

Saatavilla: http://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/4156/Heidi_Torvinen_Suvi_Turunen.pdf?sequence=1. (Viitattu 15.2.2012).

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi. Helsinki. Tammi.

Tuorila H. 2009. Terveyspalvelut ja potilaiden voimaantuminen. Kuluttajatutkimuskeskuksen vuosikirja s.102-118. Saatavilla: http://www.kuluttajatutkimuskeskus.fi/files/5403/04_tuorila_terveyspalvelut.pdf. (Viitattu 13.3.2012)

Vygotski, L.S., Thought and Language. 1978. Cambridge. MIT Press.

Väisänen P. 2003. Malleja ja empatiaa – käsityksiä hyvästä ohjauksesta. Suomen harjoittelukoulujen vuosikirja n:o 1. Toimitus: Raimo Silkelä
Verkkoversio: Erkki Savolainen. Saatavilla: <http://sokl.jMHnsuu.fi/verkkojulkaisut/tutkivaope/silkela.htm>. (Viitattu 10.3.2012)

Yli-Viikari, A., Lilja, T., Heikkilä, K., Kirveennummi, A., Kivinen, T., Partanen, U., Rantamäki-Lahtinen, L., Soini, K. 2009. Green Care –terveyttä ja hyvinvointia maatilalta. Maa- ja elintarviketalous 141. Saatavilla: <http://www.mtt.fi/met/pdf/met141.pdf> (Viitattu 18.12.2011)

