

## LUONTOA ELÄMÄÄN –HANKKEEN TOIMINTAAN OSALLISTUNEIDEN TOIMINTAKYVYN JA OSALLISUUDEN KOKEMUKSEN MUUTOKSET

Arja Jääskeläinen, KT, Lapin ammattikorkeakoulu, [arja.jaaskelainen@lapinamk.fi](mailto:arja.jaaskelainen@lapinamk.fi), p. 040 7106834

Luontoa elämään –hankkeessa (2015-2017, ESR) luotiin luontoon tukeutuvia kuntoutustoiminnan malleja, joiden tavoitteena oli vahvistaa hankkeen luontotoimintaan osallistuvien toimintakykyä ja osallisuuden kokemuksia. Osallistujat olivat eri syistä kuntien kuntoutus- ja asumispalveluja sekä työhönvalmennussäätiön palveluita käyttäviä, työelämän ulkopuolella olevia ihmisiä. Hankkeen järjestämä luontotoiminta oli eläin-, puutarha- ja maatala-avusteista sekä metsäympäristössä tapahtuvaa monipuolista toimintaa. Osallistujat olivat mukana toiminnassa eri pituisia aikoja, parista kuukaudesta kahteen vuoteen.

Hankkeen aikana kerätyn itsearviointitiedon avulla oli tarkoitus arvioida hankkeen järjestämän luontotoiminnan aikana syntyneitä muutoksia osallistujien toimintakyvyssä ja osallisuuden kokemuksessa. Osallistujat täyttivät toimintaan osallistumisen alussa ja lopussa Työterveyslaitoksen kehittämän Kykyviisari -itsearviointilomakkeen, jolla he arvioivat omaa toimintakykyään ja osallisuuden kokemustaan numeraalisesti. Lisäksi hanketyöntekijät haastattelivat osallistujia hankkeessa luodulla teemahaastattelulla, jossa osallistujat arvioivat ja kuvasivat osallisuuden kokemustaan sekä numeroarvioinnilla että sanallisesti kokemustaan kuvaten. Osallisuuden kokemuksen osa-alueita teemahaastattelussa olivat autetuksi tuleminen, mahdollisuus auttaa muita, omasta elämästä päättäminen, asuinympäristön asioista päättäminen, yhteiskunnallisista asioita päättäminen, tasa-arvon kokemuksen, luonto-osallisuus ja osallisuuden kokemus yleensä.

Osallistujia, joilta saatiin sekä hankkeen alussa että lopussa Kykyviisarilla kerätty tieto, oli yhteensä 41 ja osallisuushaastattelutieto alussa ja lopussa 45 osallistujalta. Aloitustilanteen vertailuryhmänä osallisuuden kokemuksen osalta käytettiin Lapin ammattikorkeakoulun opiskelijoiden lähiverkostoa (n=141), jolta opiskelijat keräsivät vastaavan tiedon osallisuushaastattelulomakkeella. Vertailuryhmä koostui pääasiassa opiskelijoista, työssä käyvistä ja eläkeläisistä. Numeraaliset tiedot analysoitiin määrällisillä menetelmillä tarkastellen lähinnä keskiarvoja ja sanalliset haastatteluvastaukset aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä. Tässä tiivistelmässä ja siitä mahdollisesti tehtävässä posterissa tarkastellaan vain määrällisiä tuloksia vahvistettuna suorilla sanallisilla lainauksilla.

Osallistujien toiminta- ja työkyky sekä osallisuuden kokemus vahvistuivat hankkeen toimintaan osallistumisen ajanjaksolla. Toimintakyvyn itsearvioitu keskiarvo oli alussa 7,1 ja lopussa 7,5 asteikolla 1-10 arvioituna. Työkyky muuttui 6,5:stä 7:ään. Valtakunnallisiin Kykyviisarituloksiin verrattuna Luontoa elämään -hankkeen toimintaan osallistuneiden toiminta- ja työkyky vahvistuivat hieman enemmän kuin ESR:n toimintalinja 5:n hankkeiden toiminnassa keskimäärin. Hankkeeseen osallistuneiden osallisuuden kokemus oli aloituskyselyn mukaan kaikilta osin heikompi kuin vertailuryhmällä. Hankkeen toimintaan osallistuneiden osallisuuden kokemus yleisesti kysyttynä kuitenkin vahvistui 3,4:stä 3,7:ään asteikolla 1-5 (1= ei ollenkaan, 5= erittäin paljon) ja oli näin ollen hankkeen lopussa lähempänä vertailuryhmän kokemusta (3,9), mutta ei saavuttanut sitä. Hankkeen luontotoiminnan arvioitiin vaikuttaneen osallisuuden kokemukseen 3,9 verran asteikolla 1-5.

Kykyviisarilla ja osallisuushaastatteluilla kerätyt seurantatiedot antavat viitteitä siitä, että luontoon tukeutuva kuntoutus vahvistaa osallistujien toimintakykyä ja osallisuuden kokemusta. Tosin ei

voida tietää, mitkä muut tapahtumat vastaajien elämässä muuttivat heidän toimintakykyään ja osallisuuden kokemustaan hankkeen toiminta-aikana. Vastaajien sanalliset kuvaukset hankkeen luontotoiminnan merkityksestä heille itselleen kuitenkin tukivat käsitystä siitä, että erityisesti luonnossa tapahtuva ryhmätoiminta vahvisti heidän osallisuuden kokemustaan.

Jatkossa luontoon tukeutuvan kuntoutuksen tuomia muutoksia siihen osallistuvien toimintakykyyn ja osallisuuden kokemukseen olisi hyvä arvioida samaan tapaan vielä suuremmilla kohderyhmillä ja mahdollisesti liittyen eritellysti erilaisiin luontotoimintoihin. Itsearviointiin lisäksi olisi hyvä käyttää myös muita mittareita, vaikkakin osallisuuden kokemus ja toimintakyky ovat hyvin henkilökohtaisia kokemuksia, joita vain henkilö itse voi arvioida. Myös kuntoutujien palvelujen käytön kartoitus elämänsä aikana voisi lisätä tietoa erilaisten palvelujen käytön tuottamiin muutoksiin käyttäjien toimintakykyyn ja osallisuuden kokemukseen.

Kirjallisuutta: Leppänen, t. & Jääskeläinen, A. 2017 (toim.) Luontoa elämään – toimintamalleja osallisuuden ja toimintakyvyn vahvistamiseksi. Luontoa elämään, luontoa kuntoutukseen – teemajulkaisu 3/3. Rovaniemi: Lapin ammattikorkeakoulu