

S T a D I a

HELSINGIN AMMATTIKORKEAKOULU

Luontoleikkien mahdollisuudet lasten toimintaterapiassa

Toimintaterapian koulutusohjelma
Toimintaterapeutti
Opinnäytetyö
18.4.2007

Johanna Varis



| | | | |
|---|--|--|---------------------------|
| Koulutusohjelma Toimintaterapian koulutusohjelma | | Suuntautumisvaihtoehto Toimintaterapeutti | |
| Tekijä/Tekijät Johanna Varis | | | |
| Työn nimi Luontoleikkien mahdollisuudet lasten toimintaterapiassa | | | |
| Työn laji Päättötyö | | Aika Kevät 2007 | Sivumäärä 44 + 1 liite |
| <p>TIIVISTELMÄ</p> <p>Opinnäytetyöni tarkoituksena on selvittää, miten luontoleikkejä on mahdollista soveltaa lasten toimintaterapiaan. Käsitän työssä ihmisen ja ympäristön kuuluvan kiinteästi toisiinsa. Tämän vuoksi toimintaa, tässä yhteydessä luontoleikkiä, ei voi ymmärtää ellei ota yksilön ja hänen ympäristönsä vuorovaikutuksellisia tekijöitä huomioon. Tämän vuoksi selvitän opinnäytetyössäni myös luontoympäristön sekä luonnonmateriaalien sovellusmahdollisuuksia toimintaterapiassa. Opinnäytetyön teoriaa on ohjannut toimintaterapiaan sovellettu ekologinen viitekehys yhdessä ekoterapeuttien ajatusmallien sekä ympäristöön liittyvien tutkimustulosten kanssa.</p> <p>Toiminnallinen opinnäytetyöni sisältää erillisen, ihmisiltä keräämäni luontoleikkivihkon, jota voi käyttää soveltaen toimintaterapiaan. Vihkosta löytyy yli 50 erilaista luontoleikkiä, jotka ovat olleet vastaajille jollakin tapaa merkityksellisiä. Vihkosta löytyy luonnon eri elementtejä sisältäviä leikkejä: maa-, vesi-, eläin-, metsä-, puu- ja kasvistoleikkejä. Näiden elementtien käyttömahdollisuudet ja ominaisuudet tulevat esille opinnäytetyön eri vaiheissa. Yhteys työelämään näkyy toimintaterapeutti yksityisyrittäjä Riika Östbergin soveltaessa leikkivihkon leikkejä kahden lapsen toimintaterapiaprosessiin. Toimintaterapeutin tekemät jäsennellyt havainnot ja niistä tekemäni johtopäätökset, tukevat työhön kokoamaani teoriaa.</p> <p>Tuloksien perusteella luontoleikkejä, luontoympäristöä ja luonnonmateriaaleja on mahdollista käyttää ennakkosuunnitelmien avulla lasten toimintaterapiassa. Toimintaterapeutti voi ohjata myös lapsen tukiverkostoa huomaamaan, kuinka luontoleikkitoiminta on terveyttä ja hyvinvointia edistävä, ekologinen sekä taloudellinen vaihtoehto lapsen toiminnan ja toimintakyvyn edistämiseksi. Luontoympäristössä lapsen on mahdollista harjoitella luovasti samoja taitoja kuin muutenkin toimintaterapiassa.</p> <p>Toivon, että opinnäytetyö saa lukijat miettimään omaa paikkaansa omassa ympäristössään. Tarkoitukseni on kannustaa ihmisiä käyttämään luontoa lapsen kasvun ja kehityksen tukena. Luontoteema on jo pelkän ajankohtaisuutensa ja monipuolisuutensa vuoksi hyvä tutkimuksen aihe. Tätä opinnäytetyötä voisi lähteä luontevasti jatkamaan haastatteleamalla lapsia, perehtyen heidän omakohtaisiin luontoleikkikokemuksiinsa.</p> | | | |
| Avainsanat luontoympäristö, luontoleikki, luonnonmateriaalit, lapsi, toimintaterapeutti | | | |

| | | | |
|---|---------------------|--|--|
| Degree Programme in Educational Programme in Occupational Therapy | | Degree Bachelor of Health and Social Care (Occupational therapist) | |
| Author Johanna Varis | | | |
| Title The Plays in the Natural Environment and Their Possibilities in the Occupational Therapy with Children | | | |
| Type of Work Final Project | Date Spring 2007 | Pages 44 + 1 appendix | |
| <p>ABSTRACT</p> <p>My final project aims to define how the plays in the natural environment can be used in the occupational therapy of children. The leading theory is led by the applied ecological model of the occupational therapy and the environmental research. It is important to understand the interaction between a person and his surrounding nature.</p> <p>The functional part of my project includes a separate notebook of over 50 plays in nature, such as soil-, water- and forest plays, collected from different respondents. The elements of the plays can be seen in different stages of my project. My colleague occupational therapist, Riika Östberg, applied the notebook plays in the therapy of two children and listed the accurate observations. The conclusions I made based on her observations support the theoretical part of my final project.</p> <p>The survey shows nature as an environment and materials from nature as well practicable. In nature a child can creatively train the same skills as inside. Playing out in nature is not only good for the health and well being of the child, but also ecological and economic.</p> <p>The nature is a current theme and my final project hopefully encourages people to benefit nature more in the child upbringing.</p> | | | |
| <p>Keywords</p> <p>environment of nature, play in nature, materials of nature, children, occupational therapist</p> | | | |

SISÄLLYSLUETTELO

| | |
|---|----|
| 1 JOHDANTO | 1 |
| 2 LAPSI YMPÄRISTÖSSÄ TOIMIJANA..... | 3 |
| 2.1 Lapsi ja ympäristö | 3 |
| 2.2 Ympäristön ulottuvuudet | 4 |
| 3 LUONTO LEIKIN MAHDOLLISTAJANA | 6 |
| 3.1 Luonto tutkimuksen kohteena | 7 |
| 3.2 Luonnon merkitys ihmiselle sekä luonnon erityispiirteitä..... | 8 |
| 3.3 Luonnossa leikkiminen..... | 10 |
| 3.4 Luonnon omat leikkivälineet..... | 12 |
| 3.5 Luonnonelementit | 14 |
| 4 LUONTOLEIKKIVIHKO | 16 |
| 4.1 Leikkikysely..... | 17 |
| 4.2 Leikkivihkon rakenne | 18 |
| 4.3 Leikkivihkon sisältö | 20 |
| 5 TOIMINTATERAPEUTIN HAVAINNOT TYÖN AINEISTONA..... | 24 |
| 5.1 Havainnointiympäristö..... | 25 |
| 5.2 Havainnointilomake..... | 27 |
| 5.3 Havaintojen tekeminen | 29 |
| 5.4 Aineiston käsittely | 30 |
| 6 LUONTOLEIKKIEN MAHDOLLISUUDET TOIMINTATERAPIASSA..... | 32 |
| 6.1 Luontoympäristön soveltuminen toimintaterapiaan..... | 32 |
| 6.2 Luontoleikkien soveltuminen toimintaterapiaan..... | 33 |
| 6.3 Luonnonmateriaalien soveltuminen toimintaterapiaan..... | 35 |
| 6.4 Yhteenveto..... | 36 |
| 7 POHDINTA | 37 |
| LÄHTEET:..... | 41 |
| | |
| LIITE 1 | |

1 JOHDANTO

Toimintaterapiakoulutus ja siihen liittyvät harjoittelujaksot ovat muodostaneet minulle esiymmärryksen siitä, ettei luonto ole leikeissä niin tärkeässä roolissa kuin muutama vuosikymmen aikaisemmin. Lapsuuden lyhentyessä myös leikkimiseen käytetty aika vähenee ja lapset omaksuvat yhä aikaisemmin aikuisten arvomaailman (Lyytinen, Paula 2000: 8). Samansuuntaista kuvaa on minulle antanut osa aiemmista työelämän kokemuksistani: niin toimeni lasten kiertävänä hoitajana Lahden kaupungin päivähoitossa vuosina 2000 - 2001 kuin toimeni lastenohjaajana Invalidiliiton Lahden kuntoutuskeskuksessa kesällä 2003. Lapset leikkivätkin tutkimusten mukaan yhä enemmän sisällä, valmiilla leikkivälineillä, jolloin ulkoilun mahdollistamat leikit ovat enenevässä määrin jäämässä taka-alalle (Salonen 2005: 123 - 124). Ihmisten yleisen tietämyksen lisäksi tutkimukset viittaavat kuitenkin siihen, että luonto koetaan edelleen tärkeäksi ihmisten voimavaralähteeksi. Luonto tarjoaa mahdollisuuden leikkiä monipuolisesti niin rauhallisia kuin rajumpiakin leikkejä vaatimuksista riippuen. Luonnossa voi olla ja toteuttaa itseään luovasti ja terveyttä edistävästi, kokea seikkailumieltä ja esteettisiä kokemuksia. (Wahlström: 2006: 113 - 114.) Vaikka ihmiset vieraantuvat yhä kauemmaksi luonnosta, olemme kuitenkin täysin riippuvaisia ympäristöolosuhteista ja luonnonvaroista. Uhkaavien ilmastonmuutosennusteiden valossa onkin jokaisen ihmisen tärkeää pohtia omia toimintamahdollisuuksiaan luonnon ja ympäristön hyvinvoinnin turvaamiseksi. (Pöllänen 2006: 3.)

Oma kiinnostukseni ympäristökysymyksiin johdatti minut osallistumaan psykologi, ekoterapeutti, kasvatustieteiden lisensiaatti Riitta Wahlströmin ohjaamalle, Päijät-Hämeen kesäyliopiston järjestämälle luontoterapiakurssille. Kurssi järjestettiin kesällä 2006 Nikko Parkissa, Nastolassa. Tällä kurssilla tulivat ekoterapian perusteet tutuiksi, mutta samalla heräsi halu tietää enemmän luonnon kuntouttavista ja eheyttävistä voimista. Osallistuin myös toiselle Wahlströmin ohjaamalle kurssille loppukesästä 2006; Vesi ja Äiti maan juhla-kurssille. Tämä syvensi entisestään ajatustani luontoteeman ajankohtaisuudesta ja luonnon merkityksellisyydestä. Nämä kaikki kokemukset johdattivat minut pohtimaan, onko nykypäivänä mahdollista leikkiä luontoympäristössä ja mikä sen merkitys on modernin yhteiskuntamme lapsille.

Kiinnostuin hakemaan vastausta kysymykseen: pystyykö luontoleikkitoiminta vastaamaan toimintaterapian tavoitteiden mukaan sopivan haasteelliseen ja terapeuttiseen toimintaan (Harra 2003: 16). Muotoilin opinnäytetyöhön kolmiosaisen tutkimuskysymyksen.

- A) Miten luontoympäristö soveltuu toimintaterapiaan?
- B) Miten luontoleikit soveltuvat toimintaterapiaan?
- C) Miten luonnonmateriaalit soveltuvat toimintaterapiaan?

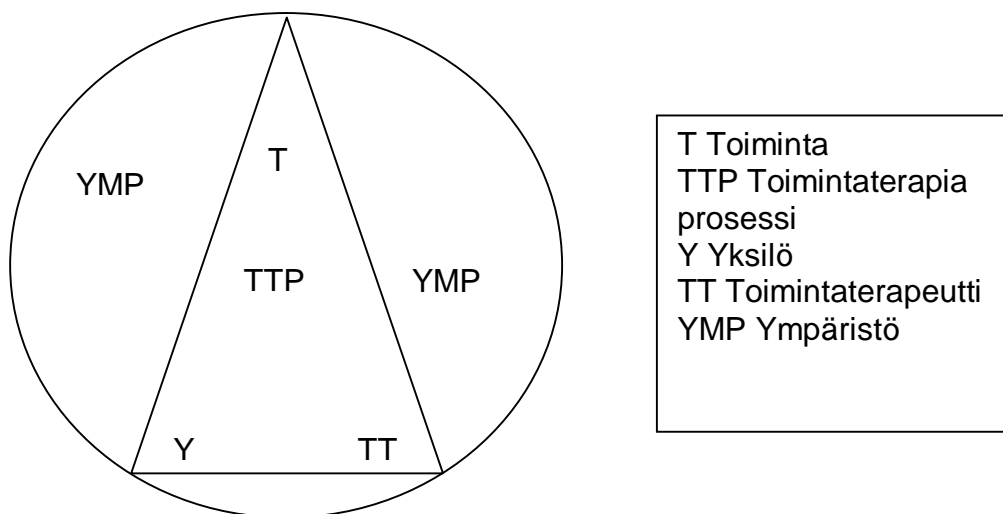
Opinnäytetyön myötä halusin tutustua alle kouluikäisten lasten luontoleikkitoimintaan lähemmin. Tein alkukesästä 2006 leikkikyselyn, jonka avulla sain kerättyä vastanneilta henkilöiltä luontoleikkejä, joista keräsin opinnäytetyön liitteenä olevan luontoleikkivihkon. Vihkon avulla tutustuin luontoleikkitoiminnan lisäksi luontoympäristön omiin luonnonmateriaaleihin ja välineisiin, jotka ovat osallisena luontoleikkitoiminnassa. Samalla orientoiduin niihin ympäristöihin, joissa luontoleikkitoimintaa oli leikitty.

Leikkivihkon idea toimi yhteistyökumppania etsiessäni ikään kuin oman opinnäytetyöni markkinoinnin apuna. Opinnäytetyö on tehty yhteistyössä anjalankoskelaisen yksityisyrittäjänä toimivan lasten toimintaterapeutti Riika Östbergin kanssa. Yhteistyö alkoi kesäkuussa 2006, ja siihen on kuulunut tiiviin yhteydenpidon lisäksi tutustumista Riikan toimintaterapiatilojen ympäristöllisiin tekijöihin. Nämä Riikan ympäristölliset puitteet ovat mahdollistaneet luontoleikkivihkon soveltamisen käytäntöön. Riika käytti luontoleikkejä kahden lapsen toimintaterapiaprosessissa marraskuussa 2006 - tammikuussa 2007. Riika teki merkittävää työtä soveltaessaan laatimani, opinnäytetyöstä löytyvän, havainnointilomakkeen avulla lasten luontoleikkitoiminnan ja luontoympäristön soveltuvuutta toimintaterapiaan. Hänen jäsennellyt havaintonsa auttoivat minua näkemään teorian ja käytännön yhtäläisyydet ja ongelmakohdat. Näistä havainnoista olen tehnyt analyysin työhön.

Työ julkaistaan Kymenlaakson lasten toimintaterapeuttien yhteisessä kokouksessa, Riika Östbergin toimintaterapiatiloissa huhtikuussa 2007.

2 LAPSI YMPÄRISTÖSSÄ TOIMIJANA

Toimintaterapiaprosessissa lapsen toimintaan vaikuttavat kaikki ympäristölliset kuten fyysiset, kulttuuriset, ajalliset ja sosiaaliset tekijät. Opinnäytetyön pääpainosta, luontoleikkitoiminnasta huolimatta, työssä tulee tarkastelun kohteeksi kaikki kuvion alaiset aihealueet: yksilö, toiminta, toimintaterapia, toimintaterapiaprosessi ja ympäristö. Jotta kykenee ymmärtämään lapsen toimintaa, tulee tarkastella ympäristöllisiä tekijöitä sekä lapsen että toimintaterapeutin kannalta. (Dunn - Brown - Youngstorm 2003: 225 - 226.)



KUVIO 1. Toimintaterapeutti, yksilö ja toiminta ympäristössään, jossa toimintaterapiaprosessi toteutuu (Hagedorn 2000: 84).

Työ pohjautuu toimintaterapiaan sovellettuun ekologiseen viitekehykseen; *Ecological Model of Occupation*, jonka mukaan ihminen on kiinteässä vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa. Ympäristö vaikuttaa lapsen tapaan toimia ja käyttäytyä. Ekologisen viitekehyksen mukaan ympäristö muodostuu erilaisista tehtävistä, joista suoriutuakseen ihmisen tulee käyttää apuna omia taitojaan. Lapsen omat henkilökohtaiset piirteet vaikuttavat siihen, miten hän suoriutuu omassa ympäristössään. (Dunn ym. 2003: 225 - 226.)

2.1 Lapsi ja ympäristö

Ympäristön ja ihmisen välinen yhteys on jatkuvaa ja vaihtelee koko elämän ajan. Yksilöllä on kognitiivisia, sensomotorisia ja psykososiaalisia taitoja ja

kykyjä, jotka vaikuttavat toiminnasta suoriutumiseen ja siihen mitä asioita henkilö nostaa merkityksellisiksi tekijöiksi omasta ympäristöstään. Lapsi ymmärretään kehittyväksi yksilöksi, joka on vuorovaikutuksessa ympäristönsä kanssa. (Dunn ym. 2003: 225.)

Lapsella on jo syntyessään havaitsemisen kyky, joka kehittyy yhdessä hermoston kypsymisen myötä. Noin vuoden ikäinen lapsi ymmärtää jo ympäristön pysyvyyden ja sen luomat mahdollisuudet. (Horelli 2003: 5 - 6.) Pikkulapsi-ikäiset tarvitsevat pysyvää ja luottamusta herättävää ympäristöä, vaikka myöhemminkin aikuisen tuki ja turva ovat lapselle ensisijaisen tärkeitä. Leikki-ikäiset liikkuvat kodin lähetyvillä, kun taas koululaiset laajentavat reviiriään laajemmalle. Alle kouluikäisen lapsen tärkeimpänä kasvu-ympäristönä pidetään kotia, jolloin aikuisten mahdollisuudet ymmärtää lapsen leikkitoimintaa korostuu. (Hiitola 2000: 9.)

Lapsi, oman kehityksensä ja oppimisen myötä, ymmärtää ympäröivän maailman ehtoja ja mahdollisuuksia koko ajan paremmin. Koska lapset eivät ymmärrä kovin abstrakteja asioita ympäristöstään, ovat he aikuisia riippuvaisempia omasta fyysisestä ympäristöstään. Lapsen ympäristösuhteen kehittymiseen liittyy oma kasvava mahdollisuus toimia yhdessä ympäristön kanssa. Lapsi on riippuvainen siitä kontekstista, jossa hänen on kulloinkin mahdollista toimia. Lapsi, jolla ei ole mahdollisuutta tutustua omaan lähiympäristöönsä, ei saa tarvittavia kokemuksia, jotta vastavuoroinen suhde ympäristön kanssa voisi muotoutua. Lapsen oppiessa toimimaan ensin omassa pihapiirissään, voi hän myöhemmin jatkaa valloitusretkiään aina kaukaisempiin puistoihin ja metsiin. (Horelli 2003: 6.)

2.2 Ympäristön ulottuvuudet

Ekologisen viitekehyksen mukaan ympäristöksi käsitetään sellaiset ihmistä ympäröivät fyysiset, sosiaaliset, ajalliset ja kulttuuriset tekijät, jotka kuuluvat luontoon tai rakennettuun ympäristöön. Ihmisen ympäristöön lasketaan kuuluvaksi myös henkilöt, joiden kanssa hän on kiinteässä vuorovaikutuksessa. (Dunn ym. 2003: 225 - 226.) Samansuuntaisesti ympäristöä esittelee myös

Gary Kielhofner ympäristöä ja toimintaa esittelevässä luvussa, teoksessa *Model Of Human Occupation* (Kielhofner 2002: 99 - 113).

Fyysinen ympäristö asettaa ihmisille vaatimuksia ja toisaalta mahdollisuuksia. Ympäristössä saattaa olla myös esteitä tai rajoitteita toiminnalle. Fyysinen ympäristö sisältää luonnollisen, ihmisen rakentaman sekä esineellisen ympäristön. Ihmisen rakentama ympäristö sisältää ihmiskunnan kehittämiä välineitä, joita yksilöt käyttävät erilaisissa tiloissa. Tilat ja välineet vaikuttavat ihmisen toimintaan. Luonnollinen ympäristö ei ole ihmisen muokkaamaa, vaan se on fyysisiltä ominaisuuksiltaan luonnonmukaisesti muodostunutta. Ihminen valitsee esineitä ympäristöstään ja on näin vuorovaikutuksessa fyysisen ympäristönsä kanssa. (Kielhofner 2002: 103.)

Sosiaalinen ympäristö käsittää ihmisen vuorovaikutukselliset suhteet muiden ihmisten kanssa. Siihen kuuluvat ne ihmisjoukot ja ryhmät, joihin ihminen liittyy. Sosiaalinen ympäristö johdattaa yksilön tietynlaiseen toimintaan ja sitä kautta määrittelee ihmisen käyttäytymistä ja muodostaa ihmiselle erilaisia rooleja. Sosiaaliset vuorovaikutustilanteet näyttäytyvät erilaisina erilaisissa ympäristöissä. (Kielhofner 2002: 107 – 108.)

Kulttuurinen ympäristö voidaan käsittää elämään sisältyvinä normeina, arvoina, tapoina ja käyttäytymisenä, jotka muokkautuvat ja siirtyvät sukupolvelta toiselle. Kulttuurinen ympäristö sisältää yhteisöjen ja yhteiskunnan arvoja, sanktioita, symboliikkaa ja rooleja, jotka vaikuttavat ympäristön ja yksilön väliseen vuorovaikutukseen. Kulttuuri on aineellista ja aineetonta. Kaikki kulttuuriset ilmiöt ovat läheisessä yhteydessä toisiinsa. Aineellista kulttuuria voi olla esimerkiksi erilaiset ihmiskunnan kehittämät fyysiset välineet eli tekotuotteet. Tapamme käyttäytyä, ajatella, puhua, kommunikoida, laskea, piirtää tai vaikkapa lukea on kulttuurin aikaansaannosta. (Kielhofner 2002: 99.)

Ajallinen ympäristö on sidoksissa kulttuuriin jossa elämme. Aika on universaali käsitys, joka on välttämätön ihmisen elämälle. Ympäristön ajalliset ilmiöt määrittelevät sen, mihin kaikkeen yksilö pystyy. Ihmisen tulee käsittää ajallinen konsepti toimiakseen ympäristössään. Aika luo elämäämme rytmin,

jonka mukaan toimimme, ennustamme elämää ja luomme rutiineja. (Kielhofner 2002: 99.)

3 LUONTO LEIKIN MAHDOLLISTAJANA

Toimiminen fyysisessä ympäristössä on edellytys ihmiselämälle (Kielhofner 2002: 103) ja tämän vuoksi käsitänkin opinnäytetyössä luontoympäristön laajaksi ympärillämme olevaksi kokonaisuudeksi, johon ihminen omalta osaltaan kuuluu.

Tässä opinnäytetyössä toimintana on luontoleikkitoiminta. Koska luontoympäristö asettaa leikkitoiminnalle omat vaatimuksensa (Dunn ym. 2003: 235), on tarkoitukseni ollut avata tarkemmin käsitettä luontoleikki. Leikkikäsitettä en lähde työssä avaamaan syvällisesti, koska katson yhteistyötahon, Riika Östbergin, työnkuvansa perusteella tietävän alle kouluikäisen lapsen leikin eri teoreettisista taustoista.

Toiminnan ymmärtäminen vaatii sekä luontoleikkikäsitteen että luontoympäristön erityispiirteiden huomioimista, jotta olisi helpompaa ymmärtää myös lapsen käyttäytymistä. Koska ekologinen viitekehys ei anna varsinaista suoraa tietoa luonnosta ympäristönä (Dunn ym. 222 - 263), olen ekoterapian ja ekopsykologian avulla pyrkinyt laajentamaan käsitystä. Ekoterapialla on useita eri tiedonlähteitä; ympäristöpsykologia, modernin tiede uusine löydöksineen, alkuperäiskansojen tiedonlähteet, ihmisten omat kokemukset, ekofeminismi sekä tutkimustulokset luontoyhteyden terveyttä edistävästä vaikutuksista (Wahlström 2006: 6 - 7). Eko- ja ympäristöpsykologian tarkoituksena on tarkastella fyysisen, rakennetun ja luontoympäristön vaikutuksia ihmiseen psykologisesta näkökulmasta katsottuna (Salonen 2005: 5). Ekoterapian voidaan katsoa olevan ekopsykologinen menetelmä, jolla voidaan ohjata luontoyhteysharjoituksia (Wahlström 2006: 4). Näiden kaikkien tiedonlähteiden yhteisenä lankana voidaan pitää luontoyhteyttämme ja ajatusta että olemme osa luontoa, mikä vaikuttaa terveyteemme, hyvinvointiimme, elämänarvoihimme, etiikkaamme sekä ympäristövastuullisuuteemme (Salonen 2005: 5).

3.1 Luonto tutkimuksen kohteena

Luonnon voi käsittää olevan kaikkea sitä aineellista todellisuutta, joka vallitsee ympärillämme. Luonnontieteet tutkivat maailmankaikkeuden koostumusta, eli kaikkea sitä ainetta ja energiaa mistä elämämme koostuu. Tällöin luonnoksi sisällytetään kaikki ympärillämme oleva, eli luonto on yhtä kuin kaikkeus. Luontoa ovat niin eläimet, kasvit, planeetat kuin tähdet ja alkeishiukkasetkin. Luontoa ovat myös kaikki luonnonilmiöt, mukaan lukien ihmisen ja eläimen käyttäytyminen. Maapallon ulkopuolista elämää tutkivat tähtitieteet, kun taas biologia tieteenalana tutkii kaikkea elollista, eliöiden syntyä ja kehitystä. Erilaisia luontoon liittyviä tutkimuksia edustavat myös fysiikkaan ja kemiaan liittyvät erikoisalajat sekä geotieteet. (Wikipedia 2007.)

Luontoon voidaan liittää myös erilaisia aatesuuntauksia, kuten yliluonnolliseen elämään uskomisen, materialismi tai naturalismi. Suomen entisajan mytologiassa uskottiin erilaisiin luonnon suojelusolentoihin. Esimerkkinä mainittakoon saamelainen kulttuuri, jossa vielä tänäkin päivänä kerrotaan erilaisia uskomuksia luonnon eläimistä ja uskotaan luonnon pyhiin paikkoihin. (Wikipedia 2007.)

Suomessa eläimen ja ihmisen vuorovaikutukseen liittyviä tutkielmia löytyy pääsääntöisesti 1990-luvulta lähtien. Marita Heikkinen ja Pia Paavoseppä (1996) sekä Pasi Jääskeläinen (2003) ovat muun muassa tutkineet koiran merkitystä lemmikkieläimenä. Hevosen terapeuttisesta vaikutuksesta on laatinut tutkielman Jenni Aro (2003). Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskuksesta löytyy aiheeseen liittyviä tutkimuksia. Sirpa Kurpan (2006) tutkimusprojekti kertoo omalta osaltaan eläinten terapeuttisuudesta. Tutkimuksessa selvitettiin mahdollisuutta käyttää maatiaisrotuja kuntoutuksessa. Selvityksessä painotettiin, että eläinavusteisen terapian menetelmät ovat Suomessa laajenemassa, mutta lisää tutkimusta tarvittaisiin.

Suomessa tunnetuin eläinavusteinen terapiamuoto on ratsastusterapia (Wahlström 2006: 88). Erilaisia kotieläimiä käytetään muun muassa huostaanotettujen lasten ja nuorten kehityksen tukena (Noisniemi 2007) sekä neurologisista ongelmista kärsivien lasten kuntoutuksessa (NeuroCity 2006).

Ihmisen ja luonnon väliseen yhteyteen saa tutkimuksellista tietoa ympäristöpsykologiasta, ympäristökasvatuksesta ja ympäristöfilosofiasta (Wahlström 2006: 6 - 8).

Lapsen luontoleikeistä ja niiden antamista kokemuksista on vaikea löytää varsinaisia tutkimustuloksia. *Google* -hakukoneen avulla niin *lapsen luontoleikki* kuin *luontoleikki* -sanahauilla löytyy lähinnä kursseja ja oppimateriaalia luonto-ohjaajille, ala-asteen opettajille sekä päivähoidon henkilökunnalle. *Luontoleikki*-sanahauilla sekä suomen- että englannin kielellä toimintaterapiaan liittyviä lähteiden löytäminen on hankalaa. *OTDBASE* -selaimen kautta yhdistämällä eri tavalla sekä *nature*, *forest*, *children*, *environment* ja *play* -sanoja, löytyy yksittäisiä lehtiartikkeleita ja laajoja teoksia, joista tiedon kerääminen ja kokoaminen tuntuu hankalalta. Yleisesti hakutulokset viittaavat leikin luonteeseen tai lapsen luontaiseen tarpeeseen leikkiä.

3.2 Luonnon merkitys ihmiselle sekä luonnon erityispiirteitä

Koska lapset ovat kiinnostuneita omasta ympäristöstään, on tärkeää pysähtyä miettimään luonnon merkitystä nykyajan lapsille (Rappe - Lindén - Koivunen 2003: 81). Käsitteenä ympäristö ja luonto ovat ihmisille merkitykseltään erilaisia. Joidenkin mielestä ympäristöön kuuluu kaikki, mitä ympärillämme on ja luonto on vain osa sitä. Luonnolla tarkoitetaan tällöin lähinnä rakentamatonta ympäristöämme. Ympäristöllä tarkoitetaan taas tavallisesti ihmisen tai ihmiskunnan ympäristöä, luontoa tai maapalloa. (Willamo, 2004: 32 - 33.) Yhteiskunnallisessa päätöksenteossa luonnon merkitys on lähinnä taloudellinen hyöty ihmiselle. Luonnon välineellistämisen lisääntyessä myös ihmisen irtautuminen luonnosta voimistuu. (Salonen 2005: 14 -15.) Ihmisellä voikin olla luontoa kohtaa niin biologisia, tieteellisiä, virkistyksellisiä, terapeuttisia, moraalisia, dominoivia, negatiivisia, humanistisia, esteettisiä, utilitaristisia kuin uskonnollisia tarpeita (Vilka 1998: 39). Se millaisia merkityksiä lapset muodostavat luontoympäristöään kohtaan, on pitkälle kulttuurisidonnainen asia. Ihmisten elinkeinojakauman muutokset ovat siirtäneet ihmisiä toimimaan maaseudulta kaupunkiin, jolloin yhä useampi lapsi elää ja kasvaa kaupunkiympäristössä. Nykyajan lasten voi olla vaikea määritellä suhdettaan

luontoon, koska luontoympäristöön ei ole ollut edes mahdollista tutustua. (Vuorela 2003: 546.)

Erilaiset tutkimustulokset osoittavat, että luontoympäristöä voi pitää merkittävänä tekijänä ihmisen hyvinvoinnille. Luontoäänien, luonnossa kävelyn ja käyskentelyn on katsottu lisäävän hyvinolontunnetta sekä rauhoittavan ihmisen mieltä (Wahlström 2006: 8 - 9.) Myös lapset ovat osoittaneet, kuinka kaunis ja esteettinen ympäristö vaikuttaa positiivisella tavalla leikkimiseen (Rappe ym. 2003: 81).

Luonnon estetiikka on merkittävä voimavaran lähde ihmisille. Viherkasvien läsnäolon sisätiloissa on todettu lisäävän hyvinvointia ja kasvien kanssa puuhaamisen on muutenkin katsottu vahvistavan itsetuntemusta ja lievittävän pahanolon -tunnetta. Erilaiset puutarha- ja puunhalausryhmät ovat esimerkkinä siitä, kuinka ihmiset kokevat luonnon kautta positiivisia tunteita. (Wahlström 2006: 8 - 9.) Lasten kanssa tehtyjen puutarhatoimintojen on katsottu vaikuttavan monipuolisesti lapsen kehitykseen. Lapset ovat pitäneet toimintaa merkityksellisenä (Rappe ym. 2003: 86). Kasvien lisäksi myös erilaiset eläimet ovat ihmisille hyvin merkityksellisiä. Niiden on katsottu lisäävän kaikenikäisten ihmisten hyvinvointia. Lasten halu hoivata lemmikkieläimiä on luonnollinen tapa kokea yhteyttä luontoon. (Wahlström 2006: 88 - 89.)

Luonnon katsotaan vaikuttavan lapsen kehitykseen monipuolisesti. Väitetään, että luonnon avulla henkilöt voivat luontevammin kommunikoida ja harjoitella vuorovaikutustaitoja sosiaalisen ympäristönsä kanssa. Luonto antaa mahdollisuuden kokea onnistumisia, jotka lisäävät lapsen itseluottamusta ja tällöin kyky vuorovaikutuksellisiin tilanteisiin saattaa herätä. Luonnossa toimimisen on katsottu myös kehittävän leikkimiskykyä ja luovuutta. Lapsi, jolla on rajoittuneet kyvyt leikkiä, saattaa luontoympäristössä ryhtyä laulamaan tai vaikkapa tanssimaan. Luonnon avulla maailmankuva voi avartua ja oma suhde luontoon syventyä. Ihminen oppii uusia asioita luonnosta, samalla kun oma kehotietoisuus kehittyy. Luonto vaikuttaa ihmisiin kokonaisvaltaisesti, muun muassa avaten erilaisia tunnelukkoja. Mielekkään toiminnan kautta tunteiden ilmaiseminen voi olla helpompaa, koska luonnossa ihminen kokee olevansa

hyväksytyt. Hyväksynnän kautta omat tunteet alkavat elämään. Luonto ottaa sinut vastaan sellaisena kuin olet. (Wahlström 2006: 41 - 42, 113 - 114.)

Luonnon terapeuttisuudesta huolimatta (Wahlström 2006: 41 - 42, 113 - 114), lapsi kokee yksilöllisesti luonnon merkityksen omassa elämässään (Dunn ym. 2003: 225 - 226). Kokemus luonnosta itsessään tai luontoleikistä voi olla eheyttävä tai elvyttävä. Elvyttävällä tai eheyttävällä kokemuksella tarkoitetaan toimintaterapian käsitteistössäkin käytettyä Mihaly Csikszentmihalyin (1996) *flow* -käsitettä tai ympäristöpsykologiassa käytettyä termiä lumoutuminen. Lumoutuminen voi olla tarkkaavuuden tahatonta kiinnittymistä johonkin ympäristön kiinnostavaan kohteeseen, jolloin arkipäivän todellisuus unohtuu. Luontokokemus voi olla jonkin paikan merkityksellisyyttä ja tunnetta sen tärkeydestä. Se voi tuntua ihmisestä mielipaikalta, jonne haluaa mennä rauhoittumaan, leikkimään tai tekemään sitä, mikä tuntuu hyvältä. Kokemus voi olla myös negatiivinen, joten se ei välttämättä ole yhteyden tunnetta paikan kanssa. Kokemuksella tarkoitetaan sitä, että se on jollakin tavalla koskettanut ihmistä niin, että ihmisen toiminnassa tapahtuu jotakin muutosta joko fyysisesti tai emotionaalisesti. (Aura - Horelli - Korpela 1997: 101 - 102.) Flow-kokemuksia antavat ihmiselle toiminnot, joista voi saada suoran palautteen. Se, että henkilö suoriutuu toiminnasta ja toiminnalla on tietty tavoite, lisää kokemuksen ainutlaatuisuutta. Tällöin henkilön on mahdollista käyttää omia taitojaan rakentavasti hyödyksi toiminnassa. Tämän psykologisen tilan saavuttaminen motivoi ihmistä, edistää pätevyyden tunnetta ja kohdistaa ajatuksen siirtämistä pois omista huolista. (Csikszentmihalyi 1996: 105 -126.)

3.3 Luonnossa leikkiminen

Leikki tapahtuu aina jossakin tietyssä ympäristössä. Lapsilla on luontainen halu leikkiä, olipa heidän kehitystasonsa ja ympäristönsä millainen tahansa. Leikki on lapsen mahdollisuutta tehdä sitä, mikä hänestä on hauskaa, hänelle ominaista ja mitä hänen tulisi tehdä erityisen tuen tarpeista huolimatta. Lapsen katsotaan olevan luonnostaan utelias, rohkea ja jännitystä kaipaava persoona, joka leikin avulla etsii paikkaansa omassa ympäristössään. Lapsi kehittyy tutustumalla ympäristöönsä, pyrkiessään aktiivisesti muokkaamaan sitä. Lapsen

mahdollisuus tutkia ympäristöään vapaasti, tukee lapsen kehitystä. Se millainen on lapsen toimintakyky suhteessa lapsen ikätasoon, luo leikille tietyt ominaisuudet. Tutkimusten mukaan muun muassa erityisryhmiin kuuluvien lasten leikeissä fyysisen ympäristön tutkiminen on vähäisempää kuin ikätasoon yltäneillä lapsilla, vaikkei se poissulje myös heidän kiinnostumistaan ympäristöään kohtaan. (Lyytinen 2000: 27; Sario 2004: 9 -10.)

Jokainen lapsi tarvitsee erilaisia ympäristöjä eri kehitysvaiheisiinsa. Hyvä leikkiympäristö mahdollistaa tekemistä kaikenikäisille. Luontoympäristö on monipuolinen konteksti, josta löytyy tekemistä niin nuoremmille kuin vanhemmillekin leikkijöille. Lapsen on mahdollista leikkiä luonnossa ikätasoisiaan leikkejä. Luonto ei ole valmis leikkikenttä, vaan se on luovan toiminnan mahdollistaja. Luonnosta löytyy eri elementtejä, joita pienemmät lapset voivat tutkia ja vanhemmat lapset voivat käyttää niitä hyväksi esimerkiksi erilaisissa roolileikeissä. Luonnonympäristöstä löytyy paljon erilaisia haasteellisia maastonmuotoja kuin myös paljon vapaata leikkutilaa. Luonto mahdollistaa niin yksinleikin kuin yhteisleikin muiden kanssa. Luontoon pääsee piiloutumaan, se antaa suojaa sitä kaipaaville. Lisäksi luonnossa on mahdollista rakentaa suuria leikkimaailmoja. Leikkejä ei tarvitse lopettaa, vaan sen voi jättää ikään kuin kesken ja jatkaa sitä aina myöhemmin uudestaan. (Rappe ym. 2003: 82 - 84.)

Luontoleikkikokemusten mahdollistaminen lapselle on tärkeää, jotta yhteys ympäristöön voi syntyä (Rappe ym. 2003: 80). Tämän ihmisille merkityksellisen kontekstin arvostaminen (Wahlström 2006: 113 - 114) mahdollistaa yleisesti perinteisinä pidettyjen luontoleikkien jatkumisen sukupolvelta toiselle. Tulisikin kiinnittää huomiota lapsen elinympäristön fyysisiin piirteisiin. Tällöin lapset voisivat turvallisesti lähteä ulos leikkimään ja tutustumaan luontoympäristöön. (Salonen 2005: 123 - 124.) Se millainen kasvillisuus ja millaiset kaavoitushankkeet lasten leikkiympäristössä vallitsee, vaikuttaa siihen millaisia kokemuksia lapsen on mahdollista saada ympäristöstään (Horelli 2003: 4 - 6). Lapset tietävät missä on hyvä leikkiä. Lapset pitävät leikkipaikoista, joissa voi toimia vapaasti ja jotka voivat tarjota yksityisyyttä ja suojaa. Tällaisia paikkoja ovat muun muassa metsiköt, lammikot, kukkulat, ojat ja pensaikot. Lapset ovat osoittaneet myös voimakkaita tunteita sellaisia paikkoja kohtaan, jotka he ovat ottaneet omaksi reviirikseen, esimerkiksi rakentamalla paikkaan oman majan.

Myös isot kivet tai puut ovat voineet olleet lapsille mieleisiä leikkipaikkoja. (Rappe ym. 2003: 81.)

Lapselle on oleellista, että hänelle kerrotaan, kuinka luonnossa toimitaan ja miten siellä tulee leikkiä luontoa turmelemattomalla tavalla (Wahlström 2006: 137). Vaikkei aikuinen anna valmiita malleja leikkimiseen, on hänen asetettava leikille tietyt rajat. Yhteisten tavoitteiden ja sääntöjen kautta lapsi kokee olonsa turvallisiksi ja uskaltaa lähteä leikkimään omassa ympäristössään. (Sario 2004: 66.) Aikuisen tehtävänä on kertoa lapselle esimerkkejä siitä, mitä leikkiympäristössä voi ja mitä taas ei voi tehdä. Suomessa ja muualla Pohjoismaissa on oikeus liikkua metsässä jalan tai hiihtäen, kunhan luontoa ei vahingoiteta. Telttailu, onkiminen, veneily ja uiminen kuuluvat jokamiehen oikeuksiin. Lisäksi yksityinen henkilö saa poimia marjoja, sieniä ja kukkia niityiltä ja pelloilta.

Vaikka lapsia kiinnostaa yleisesti leikkiminen luonnossa, saattaa eteen tulla leikkitoimintaa hankaloittavia tekijöitä, kuten lapsen psyykkiset ongelmat, yksinäisyyden tunne, luottamuksen puute tai jännittäminen (Salonen 2005: 109). Muita tällaisia luonnossa toimimisen esteitä voivat olla myös eriaisteiset allergiat. Suomessa esimerkiksi pelkästään allergiaa aiheuttavia heinäkasveja tunnetaan 40 eri lajia, joista tavallisimmin oireita aiheuttavat timotei, erilaiset nadat ja koiranheinä. Pujolle allergiset henkilöt voivat saada allergiaoireita poimiessaan kehäkukkia, voikukkia, päivänkakkaroita tai vaikkapa astereita. Lehtipuista koivu kehittää useimmin oireita, kun taas havupuiden siitepölyn ei ole katsottu aiheuttavan ongelmia. Koska allergiat ovat tutkimusten mukaan lisääntyneet, on näiden tekijöiden huomioiminen tärkeää, kun lapsen kanssa kuljetaan ja leikitään luonnossa. (Allergia- ja astmaliitto 2006.)

3.4 Luonnon omat leikkivälineet

Leikkiväline on fyysinen esine, jonka avulla lapsi on vuorovaikutuksessa ympäristönsä kanssa (Dunn ym. 2003: 225 - 226). Jotta lapsi leikkisi aktiivisesti, tulee leikkivälineiden olla houkuttelevia ja käyttökelpoisia. Leikkivälineiden

käyttöön vaikuttavat aikuisen läsnäolon lisäksi ympäristön muut fyysiset piirteet. (Hiitola 2000: 38.) Toimintaterapeutin tehtävänä on antaa lapselle mahdollisuus leikkiä ympäristössä, jossa on saatavilla monipuolisesti erilaisia hyviä leikkivälineitä (Blunden 2001: 68). Siten tämän opinnäytetyön kannalta onkin syytä pohtia, miten luonnonmateriaalit soveltuvat lasten leikkivälineiksi? Käytän tässä opinnäytetyössä sekä luonnonmateriaalit että luonnonelementit – käsitteitä tarkoittamaan samaa asiaa. Koska luonnonmateriaalit eivät ole niin sanotusti perinteistä toimintaterapiavälineistöä, joutuu toimintaterapeutti tutustumaan lähemmin erilaisiin luontoaiheisiin teoksiin, saadakseen vinkkejä materiaalin ominaisuuksista.

Hyvän leikkivälineen ominaisuudet vaihtelevat käyttötarkoituksesta sekä siitä käsin, mistä funktiosta asiaa tarkastellaan. Tärkeää olisi ottaa huomioon lapsen ikätaso suhteessa lelun käyttöominaisuuksiin. Lelu aktivoi lasta leikkimään, tuoden lapsen toiminnan esiin. Se millä kriteerillä lapsen vanhemmat ja lapsen elämään kuuluvat henkilöt valitsevat lapsen leikkivälineet, suuntaa lapsen mielenkiintoa tietynlaisiin välineisiin. (Lyytinen 2000: 42 - 43.)

Paula Lyytinen on listannut lasten kansainvälisen leikkijärjestön (*International Council on Children's Play*) tapoja määrittellä hyvän leikkivälineen ominaisuuksia:

- A) Lelu soveltuu lapsen ajatusmaailmaan
- B) Lapsen voimat riittävät lelun käsittelyyn
- C) Lelu on turvallinen
- D) Lelu edistää silmän ja käden yhteistyötä
- E) Lelu on rakenteeltaan yksinkertainen soveltuen monenlaisten toimintojen ja ajatusten ilmaisemiseen
- F) Lelu aktivoi oma-aloitteellisuuteen ja luovaan toimintaan tarjoamalla lapselle mahdollisuuksia toteuttaa jatkuvasti muuttuvia ideoita
- G) Lelu tukee lasten keskinäistä sekä aikuisten ja lasten vuorovaikutusta ja näin myös kielellistä kehitystä (Lyytinen 2000: 43.)

Yhteiskuntamme elintason nousun johdosta luonnonvälineitä ei ehkä mielletä leikkivälineiksi, lasten omistaessa jo pienestä pitäen paljon erilaisia konkreettisia tavaroita. Yhteiskunnassamme voidaan unohtaa, että lapsen kanssa voi leikkiä myös ilman valmiita välineitä. (Lyytinen 2000: 42.) Tällaisen kokemuksen lapselle voi antaa leikkimällä luonnonelementeillä, jotka ovat muokattavissa kuhunkin toimintaan sopivaksi (Salonen 2005: 14).

3.5 Luonnonelementit

Erilasiin luontoaiheisiin teoksiin tutustuessa tuli sellainen tunne, että luontoympäristöstä niin eläimistä, hyönteisistä, vesistöistä kuin kasvistostakin saa paljon tietoa ja vinkkejä kirjallisuudesta. Lapsen kysymyksiin luonnosta voi saada vastauksia biologian oppikirjoista tai vaikkapa partiolaisille suunnatuista kirjoista. Kivistä ja niiden mineraalien tutkimisesta (Schuman 1988) tai vaikka perhosten keräämisestä (Jalas 1992), löytyy sopivia vihjeitä uuden luontotoiminnan aloittamiseen. Erilaiset luonto-oppaat ovat selkeitä ja voisivat hyvin tukea myös toimintaterapeutin työtä, hänen syventäessään omaa luontotietämystään.

Luonnosta löytyy muun muassa kivelementti, jota voi hyödyntää monipuolisesti lasten leikkitoiminnassa. Monet ihmiset keräävät esteettisyyden vuoksi kiviä, joita säilyttävät kotonaan koriste-esineinä tai voimaa ja virkistystä antavina välineinä. Kivien koskettelun ja niiden käytön erilaisissa hoidoissa on katsottu lisäävän hyvinvointitunnetta. (Wahlström 2006: 76 - 78.) Kivet antavat eri muotojensa ja kokojensa puolesta erilaisia tapoja käsitellä niitä. Sorakuopasta, tienpientareelta tai järvenrannalta löytyy erilaisia ja eri syntytarinan omaavia kiviä. Luonnossa on suuria kiviä, joiden päälle voi vaikka kiivetä, pieniä kiviä, joita lapsi voi heitellä sekä kiviä, joita voi vaikkapa maalata. Kivien juovat, värit ja kiteet näyttävät jokaisessa kivessä eri tavalla, oli kyseessä sitten graniitti- tai hiekkakivi. Maaperämme on kerrostuneista, josta voi havaita maaperämme moninaisuuden, mutta toisaalta myös sen merkityksellisyyden. (Franssila - Karvinen 2005: 20 - 23.)

Myös vesielementti antaa monipuoliset leikin variaatiomahdollisuudet. Vesiluonnon moninaisuuden löytäminen niin kallionkolosta, järvestä, joesta tai vaikkapa ämpäristä, antaa lapselle mahdollisuuden monille erilaisille leikeille. Lapselle veden elämän kiertokulku, alkaen taivaan pilvistä, siirtyen maan kuoppiin, jokiin, lammikoihin, lampiin, järviin ja lopulta mereen, on jo tarinana jännittävä. Vanhemmille lapsille on mahdollista kertoa veden haihtumisesta takaisin ilmaan, vesialueiden muodokkuudesta ja syvyysuhteista sekä lämpötilaeroista, kasvillisuudesta ja eläinmaailmasta - planktoneista puhumattakaan. (Franssila ym. 2005: 31.) Joidenkin tutkijoiden mukaan ihminen on vastavuoroisessa yhteydessä veteen, joka selittäisi lapsen luontaista mielenkiintoa vesielementtiä kohtaan. Pelkän veden katselun ja veden äärelle menemisen katsotaan auttavat ihmistä eheytymään, sillä ihminen kuuluu omalta osaltaan maailman vesien kiertokulkuun. (Emoto 2006: 21 - 29.)

Vesielementin lisäksi luonnostamme löytyy erilaisia eläimiä, hyönteisiä, ja matelijoita, joiden kautta lapset voivat herättää omaa kiinnostustaan ympäristöönsä kohtaan. Niin kaupungista kuin maaseudultakin ei voi välttyä tekemästä havaintoja niin luonnossa elävistä eläimistä kuin kotieläimistä. Siilit esimerkiksi viihtyvät asutusten lähellä, pientaloalueilla, puutarhoissa ja jopa kerrostalojen pihalla, kun taas jäniksiä voi nähdä kaupungin puistoissa ja ihmisten kotipihoilla. Oravat, rotat ja jopa fasaanitkin tulevat yhä lähemmäksi ihmisen asuinalueita ja ovat sopeutuneet hyvin kaupunkiolosuhteisiin. Lisäksi monia matelijoita, kuten kotiloita, voi havaita liikkumassa lehivistössä, sekä lukuisia erilaisia perhoslajeja lentämässä taivaalla. (Tolvanen 2002: 151 - 186.)

Luontomme on täynnä myös erilaisia kasveja. Kasvien käyttö lasten leikkitoiminnassa edellyttää luontotietämystä, sillä yleisestikin tiedetään, että suuhun ei kannata laittaa mitään, mitä ei tunnista varmasti. (Rappe ym. 2003: 71.) Lapsella on mahdollisuus tutustua kasveihin lähes missä ympäristössä tahansa. Maaseudulla on mahdollista tutustua luonnonvaraiseen luontoympäristöön, mutta myös kaupungeissa löytyy paljon erilaisia kukkakasveja, putkilokasvillisuutta ja erilaisia istutettuja koristekasveja. (Tolvanen 2002: 8 - 9.) Kasvisto antaa tutkimisen, maistelemisen, haistelemisen ja koskettamisen lisäksi mahdollisuuden esimerkiksi piilosilla oloon. Korkean ruohikon tai pensaikon taakse piiloutuminen on lapsista jännittävää. Lisäksi

kasveja voi hoitaa. (Rappe ym. 2003: 40 - 41, 82.) Joidenkin tutkimusten mukaan kasvien hoidon katsotaan auttavan ihmistä selviytymään elämästään ja kokemaan elämässään mielekkyyttä. Luonnon hoitamisen ja jo pelkästään sen katselun, on tutkitusti katsottu rentouttavan ja vähentävän ihmisten stressiä. (Wahlström 2006: 64 - 65.) Lapset voivatkin esimerkiksi kastella kukkia, asetella kukkia maljakkoon tai vaikka prässätä kasveja. Oman kukan tai puun istuttaminen ja sen kasvun seuraaminen, ovat varmastikin monesta lapsesta mieluisaa puuhaa. (Rappe ym. 2003: 82.)

Suomessa on mahdollista asuinpaikasta riippumatta toimia metsässä. Metsämme koostuvat erilaisista puista. Suomessa puita näkeekin kasvavan niin kaupungin puistoissa, ihmisten pihamailla kuin suurina metsäalueina. (Tolvanen 2002: 27 - 29.) Eteläsuomalainen metsä eroaa puustoltaan, eläin- ja kasvilajistoltaan pohjoissuomalaisesta metsästä. Kangas-, korpi- ja lehtometsä mahdollistavat kukin kasvistonsa vuoksi erilaisen toiminnan. (Kajander - Kytömäki - Käppi - Manninen 2006: 6 - 17.) Metsässä on mahdollista muun muassa kiipelillä puihin, samoilla ja tehdä seikkailuretkiä lapsien kanssa (Rappe ym. 2003: 82). Metsässä kävelyn on katsottu jo sellaisenaan hoitavan ihmistä (Wahlström 2006: 99 - 100), lapsen kiinnittäessä samalla huomiota ympäristön yksityiskohtiin omien aistiensa avulla (Rappe ym. 2003: 82). Kirjallisuudesta, musiikkista ja kuvataiteestakin löytyy paljon metsäaiheisia teemoja (Savisaari 2006: 6 - 7), joita voi käyttää hyväksi lapsen leikkitoiminnassa.

Näiden perusteiden valossa voikin verrata luonnonelementtien mahdollisuuksia International Council of Children's Play -järjestön tapaan määritellä hyvän leikkivälineen ominaisuuksia. Luonnon omien materiaalien käytöstä löytää monia tekijöitä, joiden valossa niitä voisi pitää lapselle kyllin hyvinä leikkivälineinä.

4 LUONTOLEIKKIVIHKO

Tässä luvussa esittelen luontoleikkivihkon rakentumisen eri vaiheita sekä leikkivihkon sisältöä tarkemmin. Leikkivihko on työn liitteenä (LIITE 1).

4.1 Leikkikysely

Leikkien kerääminen on perustunut luottamuksellisuuteen ja rehellisyyteen, mikä näkyy leikkivihkon syntytavassa. Luontoleikkivihkon rakentuminen pohjautuu niin ekoterapian ajatusmalliin kuin ekologisen viitekehyksen kiinnostukseen siitä, mitä luonto ihmiselle itselleen merkitsee (Dunn ym. 2003: 222 - 263; Wahlström 2006).

Kun idea luontoleikkivihkosta syntyi, tein leikkikyselyn. Kyselyn avulla pyrin innostamaan ihmisiä lähettämään minulle omakohtaisia luontoleikkikokemuksia alle koulu-ikäisen lapsen maailmasta, jotka voisin koota työhöni. Ensiajatukseni oli lähettää leikkikysely erilaisille keskustelupalstoille. Kertojana olisi voinut olla lapsi itse, tai aikuinen, joka muistelee lapsena kokemiaan luontoleikkejä.

Ajattelin että saan kerättyjä leikkejä, jotka ovat tapahtuneet luontoympäristössä ja tuovat näin ollen luontoympäristön erityispiirteitä esille. Leikkien avulla pystyisin kartoittamaan millaisia luontoleikit ovat, ja millaisia luonnonmateriaaleja leikeissä on esiintynyt. Samalla saisin käsityksen siitä, miten luonnonelementtejä on käytetty hyväksi leikeissä. Laadin seuraavanlaisen leikkikyselyn, jonka jälkeen opinnäytetyön idea ja aihe vielä muotoutui ja rajautui:

HEII!

1.7.2006

Olen toimintaterapeuttiopiskelija Johanna Varis Kouvolasta (opiskelen Helsingin ammattikorkeakoulu Stadiassa) ja teen opinnäytetyön alle kouluikäisen, erityistä tukea tarvitsevan lapsen mahdollisuuksista leikkiä luonnossa.

Kerään lasten itsensä sekä vanhempien kertomia kokemuksia luonnosta. Lapsen ei tarvitse olla toimintaterapian asiakas. Luonto on voinut kuulua osaltaan leikkiin, leikki on voinut olla kuvitteellinen seikkailu luonnossa tai leikki on voinut konkreettisesti tapahtua esimerkiksi metsässä tai niityllä. Leikin kriteerinä on lapsen oma kokemus luonnosta ja sen vaikutuksesta.

Kertokaa leikin nimi (jos lapsi on antanut leikille nimen), leikin kulku, juoni tai idea sekä kokemus, jonka lapsi on luonnossa leikkimisestä saanut. Kertokaa mitä luonnon elementtejä leikissä esiintyi. Laittakaa leikin perään halutessanne lapsen ikä ja lapsen nimi tai nimimerkki. Huomioi että leikki voi olla siis omakohtainenkin kokemus! Leikit julkaistaan sellaisenaan opinnäytetyössä. Opinnäytetyöstä tulee kopio Stadialle, tulevalle yhteistyötaholle (sopivaa etsitään), työn sisältöön vaikuttaneelle henkilölle; Riitta Wahlströmille sekä opinnäytetyöntekijälle. Muotoile kertomuksen loppuun lupa leikin käytöstä Johanna Variksen opinnäytetyössä; Luontoleikkejä ja kokemuksia erityistä tukea tarvitsevan lapsen toimintaterapiaan.

Leikkikuvaukset mielellään elokuun 2006 loppuun mennessä. Ystävällisin terveisin Johanna!
Johanna.Varis@edu.stadia.fi

Leikkikyselystä oli maininta erilaisilla verkkokeskustelupalstoilla. (ADHD-liitto 2006; Vanhemmat.com 2006). Näillä sivuilla kyselyn oli kahden viikon aikana

lukenut yli 200 henkilöä, mutta kukaan ei osallistunut kyselyyn. Tämän jälkeen olin yhteydessä sähköpostitse Kouvolan päivähoiton aluevastaaviin, Kouvolan alueen perhepuiston kerho-ohjaajiin, ekologiset aatteet omaavaan päiväkotiin sekä työn kiinnostavuuden kartoituksen mielessä muutamaa toimintaterapeuttiin. Kouvolan päivähoiton aluevastaavat sekä Kuovin perhepuiston ohjaajat olivat kiinnostuneita yhteistyöstä, josta perhepäivähoitajat voisivat saada vinkkejä omaan työhönsä. Toimintaterapeutit olivat kiinnostuneita kertomaan omia kokemuksia luontoleikeistä, joita olivat leikkineet terapiassa käyvien lastensa kanssa. Ekologinen päiväkoti ei vastannut sähköiseen yhteydenottopyyntöni.

Koska leikkikysely ei jostakin syystä kohdannut erityistä tukea tarvitsevien lasten lähipiiriä, niin luovuin ideasta. Huomasin, että luontoleikkien luotettavuus ei kärsi, vaikka kerään niitä ihmisiltä, joilla ei ole omia kokemuksia toimintarajoitteisesta lapsesta. Lisäksi työn kannalta ei ole merkitystä, ovatko vastaajat minulle entuudestaan tuttuja henkilöitä vai eivät. Tieto lähteen alkuperästä takaa leikkien aitouden (Vilka 2006: 28). Tämän vuoksi keräsin leikit itselleni tutuilta henkilöiltä. Lähetin saman leikkikyselyn sähköisesti 20 eri-ikäiselle henkilölle, eri ammattialojen edustajille, niin miehille kuin naisille. Tällöin opinnäytetyön työn nimeksi muotoutui: Luontoleikkien mahdollisuudet lasten toimintaterapiassa.

4.2 Leikkivihkon rakenne

Valmiissa leikkivihkossa on leikkejä, joista osa on kirjoitettu puhekielellä ja osa kirjakielellä. Työhön kerätyt leikit ovat olleet pääsääntöisesti sähköisesti kerätyjä leikkikuvauksia. Kaksi leikkikertomusta sain suullisesti, jotka litteroin sellaisenaan työhön. Alkuperäiset leikkivastaukset olen poistanut sähköpostistani. Kerron leikit ja kokemukset siinä muodossa, jossa ne olen vastaajilta saanut. Tämä takaa leikkien sisällön pysymisen muuttumattomana. Teksteistä on ainoastaan muutettu fontti tai fonttikoko. Leikeissä on otsake, joka kuvaa jollakin tapaa leikkiä. Otsake on joko leikin kertojan kertoma tai minun poimima, leikkiä kuvaava sana kertomuksesta.

Poistin leikeistä lähettäjän nimen ja tunnistetiedot viestien henkilökohtaisen luonteen vuoksi. Vastaajat ovat tietoisia opinnäytetyön tarkoituksesta ja ovat antaneet kirjallisen luvan käyttää leikkejä opinnäytetyön kaikkiin tarkoituksiin. Olen muuttanut nimimerkit muotoon vastaaja 1, vastaaja 2... Työstä löytyy myös vastaajien lähettämiä luontokokemuksia, jotka eivät ole varsinaisia leikkejä. Kokemukset ovat merkitty työhön muotoon kokemus 1, kokemus 2...Lisäksi vihkossa on Riitta Wahlströmin ohjaamia luontoterapiaharjoituksia luontoterapiakurssilta Nastolasta 2006.

Kuvien käytön katson tuovan työhön värikkyttä ja ilmeikkyyttä. Kuvat antavat myös lukijalle mahdollisuuden tehdä omia havaintoja luontoleikkivihkosta (Vilkkä 2006: 21). Kuvat on painettu mustavalkoisina. Vastaajien lähettämien valokuvien käyttöön olen pyytänyt luvat. Kuvissa ei ole tekstityksiä.

Leikkejä löytyy leikkivihkosta siinä määrin, että olen saanut luonnon moninaisuudesta riittävän kattavan kokonaiskuvan. Tällä tarkoitan sitä, että leikeistä löytyy sekä sisä- että ulkoleikkejä. Lisäksi vihkossa on leikkejä, jotka voi sijoittaa eri vuodenaikoihin sekä leikkejä, jotka soveltuvat eri-ikäisille lapsille. Lisäksi halusin saada leikkivihkoon mukaan mahdollisimman monipuolisesti luonnon omia välineitä.

Saatuani riittävästi leikkejä, jaottelin ne eri luontoaiheisiin. Tähän sain vihjeitä tutustumalla muutamiin luonnon olemusta kuvaaviin teoksiin. Jaottelin leikit puu-, eläin-, vesi-, kasvisto-, metsä- ja maaleikkeihin. Samansuuntainen jaottelu on ollut muun muassa Franssilan ja Karvisen (2005) *Takapihalta erämaahan* oppaassa. Maaleikit ovat voineet sisältää niin hiekkaan, saveen, kallioon kuin kiviin liittyviä leikkejä, kun taas vesileikeissä on voinut olla myös lumielementti mukana. Osan leikeistä olisi voinut sijoittaa kahteenkin kategoriaan, mutta siirsin leikin sen elementin alle, joka vahvemmin tuli kertomuksessa esille. Puu- ja metsäleikit olisi voinut myös yhdistää, mutta niistä olisi tullut työn rakenteen kannalta suhteettoman pitkä leikkiosio.

4.3 Leikkivihkon sisältö

Luontoleikkivihko itsessään kuvailee hyvin luontoleikkitoimintaa ja leikin erilaisia variaatioita. Leikkivihkon leikkejä en lähde analysoimaan syvällisesti, vaikka jokaista leikkiä voisikin pilkkoa pienemmäksi kokonaisuudeksi, kiinnittäen huomiota vain johonkin leikin osatekijään. Itse olen kiinnostunut tuomaan leikkivihkosta esiin sen, kuinka jokainen leikki on erilainen ja miten jokainen leikkijä kokee saman leikin oman elämänkatsomuksensa kautta.

Leikkivihkon sisältöä olen purkanut seuraavien kysymysten avulla. Kysymysten olen katsonut antavan lisäinformaatiota tutkimuskysymykseen ja pohjustuksen toimintaterapeutin käytännön sovellutukseen.

- A) Millaisessa ympäristössä luontoleikkivihkon luontoleikit ovat tapahtuneet?
- B) Millaisia leikkejä luontoleikkivihkosta löytyy?
- C) Millaisia luonnon materiaaleja luontoleikkivihkosta löytyy?

Leikkivihkon ympäristölliset tekijät: Vastaajien lähettämistä kertomuksista ei voi tehdä yleisiä johtopäätöksiä. Lukija voi kuitenkin aistia, kuinka eri tavalla ihminen voi kokea luontoympäristön kuuluvaksi omaan elämäänsä. Oman näkemyksen esille tuominen merkitsee luonnon kokemista jollakin tapaa omaan ympäristöömme kuuluvaksi. Se, ovatko vastaamatta jättäneet ihmiset kokeneet luontoympäristön vieraammaksi vai eikö heillä ole ollut mahdollista leikkiä luonnossa, jää pohdittavaksi. Millaisena kokemukset omasta ympäristöstä lapsen elämässä näyttäytyvät, on riippuvainen täysin siitä kontekstista, missä lapsi kulloinkin toimii. (Dunn ym. 2003: 225 - 226).

Kertomuksista voi lukea, että joitain leikkejä on leikitty maalaismaisemissa, pelloilla ja niityillä. Vihkossa on eniten leikkejä ympäristössä, jossa on puita tai metsää ympärillä. Sitä minkä kokoisesta, millaisesta kasvilajistosta tai kuinka vanhasta metsästä on kyse, ei voi kertomuksista päätellä. Puu- ja metsäleikit näyttäytyvät vihkossa hyvin monipuolisesti. Näitä leikkejä on mahdollista leikkiä asuinpaikasta ja vuodenajasta riippumatta.

Osa leikeistä on kuitenkin suoraan talvi- tai kesäleikkejä. Muutama leikeistä vaativat erikoisjärjestelyjä, kuten leikkiminen talliympäristössä. Hyönteisten ja matelijoiden kanssa leikityt luontoleikit ovat voineet tapahtua missä tahansa ympäristössä. Samoin kuin kiviä, hiekkaa ja vettä tiedetään löytyvän jokaisen ihmisen kodin läheltä.

Leikkivihkon luontoleikit: Sain leikkivastauksia kahdeksalta henkilöltä, joista kolme kertoi myös omia kokemuksiaan luonnosta. Osa leikkien kertojista on lähettänyt vain yhden leikin, kun taas osa vastaajista on miettinyt leikkejä eri roolien kautta; omia lapsuuden leikkejä, leikkejä, joita on havainnut omien lasten leikkivän ja leikkejä omassa työroolissa tekemiensä havaintojen kautta. Aikuisten kertomat lapsuuden kokemukset ovat vaatineet vastaajilta asioiden muistelua ja palaamista omaan lapsuuteen. Näiden leikkien muistaminen tismalleen sellaisena kuin ne ovat olleet, ei liene mahdollista. Se että juuri tietyt leikit ovat jääneet mieleen, tekee niistä jollakin tapaa merkityksellisiä.

Leikkivihkosta löytyy yli 50 luontoleikkiä. Ihmiset ovat määritelleet itse sen, mitä he pitävät leikkinä.

" -- ettei mitenkään ole leikitty, vaan oltu luonnossa. Tuossa on suuri ero. Keinotekoinen leikkiminen on keinotekoista leikkimistä. Luonnossa olemisessa pääsee luonto itse vaikuttamaan lapseen ja aikuisiin. Kyllähän tuo luonto itsessään sitten houkuttelee jotain tekemäänkin, kun pistää mielestä pois suorituspaineeet." (Kokemus 2.)

Vastaajat ovat iältään 4 - 58 vuotta vanhoja. Kertomuksista ei ilmene suoraan minkä ikäinen leikkijä on ollut kyseessä. Joku vastaajista on mieltänyt muun muassa onkimisen tai marjojen poimimisen leikiksi. Sitä, onko aikuisena saman toiminnan kokeminen enää leikkiä vai saako leikki uuden merkityksen, voi miettiä. Verratessa luontovihkon leikkejä normaalin kehityksen omaavien lasten leikkien ominaispiirteisiin (Hiitola 2000: 116 - 121), voi sanoa, että leikkivihkosta löytyy alle kouluikäisille lapsille soveltuvia leikkejä. Leikkivihkossa löytyy muun muassa seuraavanlainen sääntöleikki:

Valopiilo

Valopiilossa idis oli sama kuin esim. normaali piilosta leikissä, mutta sitä oltiin iltaisin pimeellä, ja kaikilla piti olla taskulamput. Ja sit muut meni piiloon, ja se kuka oli etsijä, etsi sitten ympäri metsää taskulampun kanssa piilossa olevia. Sitten kun jäi itse kiinni, osallistui myös muiden piilossa olevien etsintään.
(Vastaaaja 6.)

Tutkimusten mukaan pojat leikkivät usein riehakkaammin kuin tytöt, mikä näkyy erityisesti ulkoleikeissä. Pojat ovat usein kilpailuhenkisiä ja käyttävät vuorovaikutustaitojaan leikeissä vähemmän hyväksi kuin tytöt. Pojat ovat usein toiminnallisesti ja liikunnallisesti suuntautuneita ja rakastavat erilaisia rakenteluleikkejä. Tytöt omaksuvat leikeissään perheenjäsenten rooleja, jäljitellessään oikeaa perhe-elämää leikeissään. Lisäksi tyttöjen leikeissä esiintyy hoivaamisteemoja. (Lyytinen 2000: 25 - 26.) Leikkivihkosta löytyy sekä pojille että tytöille leikkejä. Tulee kuitenkin muistaa, ettei sukupuolierojen mukaan tule tehdä liian voimakkaita johtopäätöksiä lapsen mielenkiinnon kohteista (Dunn ym. 2003: 225 - 226). Naispuoliset leikkikuvausten kertojat kertoivat leikkineensä myös pojille miellettyjä leikkejä, esimerkiksi puihin kiipeämis- tai majanrakennusleikkejä.

Luontosairaala

Etsimme luonnosta roskia, katkenneita oksia, vaurioituneita kasveja, joita pelastuspartiomme hoivasi. Katkenneet oksat sidoimme ruohonkorsilla tai isoilla lehdillä, uskoen niiden juurtuvan yhteen. Roskat keräsimme luonnosta pois. Samalla löytyi luontoon heitettyjä pulloja, joita veimme kauppaan, saaden hyvin karkkirahaa. (Vastaaaja 3.)

Majan rakentaminen

Isoveljen opastuksella puuhun, metsään tai vaikkapa ojiin rakennettiin erilaisia majoja risuista ja oksista (Vastaaaja 4).

Useassa leikissä jäi leikin eteneminen kertomatta, vaikka leikin puitteet tulivatkin näkyväksi. Se, mitä ja kenen kanssa esimerkiksi valmiissa majassa oli leikitty, jää arvoitukseksi. Vihkossa on niin yksinleikkejä kuin leikkejä, joihin on voinut osallistua useampi henkilö. Osassa leikeistä leikkijöinä on voinut olla mukana aikuisia. Majan rakentamisessa leikin ohjaajana oli toiminut isoveli.

Leikkivihkosta löytyvistä Riitta Wahlströmin luontoterapiaharjoituksista voi löytää ekoterapeuttisia elementtejä, joissa lapsi voi päästä tutustumaan luontoympäristön lisäksi myös omaan itseensä. Lapsi, joka ei ymmärrä erilaisia käsitteitä, voi tarvita toimintaterapeutin apua ymmärtääkseen leikin idean. Toisaalta nämä leikit voivat olla helppoja leikkejä lapsille, joiden on vaikea lähteä suunnittelemaan erilaisia toimintoja.

Oma kivi

Lapsi etsii itselleen, ystävälleen tai aikuiselle kiven. Lapsi voi etsiä itselleen kiven, joka voi olla lapsen voimakivi. Lapsi voi kertoa mitä kivi hänelle kertoo. Kiviä voi etsiä myös ystäville lahjaksi. Lapsi voi etsiä luonnosta kauneimman kiven, joka tuntuu hyvältä ja joka ikään kuin vetää lasta puoleensa. (Wahlström, Riitta 2006: Luontoterapiakurssi.)

Oma paikka

Lapsi etsii metsästä oman paikkansa ja tekee sinne oman elämänsä ympyrän. Ympyrän voi rakentaa konkreettisesti luonnon elementeistä tai muuten kuvitteellisesti piirtää maahan tai paikkaan ikään kuin oman pesänsä. (Wahlström, Riitta 2006: Luontoterapiakurssi.)

Leikkivihkon luonnonmateriaalit: Leikkivihkon leikeistä löytyy niin maa-, vesi-eläin-, puu-, metsä- kuin kasvistoleikkejä. Elementtejä käytetään leikeissä monipuolisesti hyväksi. Leikkivihkosta löytyy pääsääntöisesti vain ulkoleikkejä, mutta luonnonmateriaaleja on mahdollista tuoda myös sisälle. Seuraaviakin leikkejä ja materiaaleja voitaisiin käyttää hyväksi niin sisä- kuin ulkotiloissa.

Kaarnalaiva

Rakennettiin laiva kaarnasta ja löytösulasta (Vastaaaja 3).

Käpyeläimet

Kävyistä ja tikuista olen tehnyt alkuun lapsille eläimiä. Aika nopeasti he tekivät niitä itse, rakensivat aitauksia ja leikkivät niillä. (Vastaaaja 5.)

Leikkivihkon leikit soveltuvat Suomen vaihteleviin vuodenaikoihin. Luonnon oma välineistö muuttaa muotoaan ilmaston muutosten mukaan, jolloin myös maastossa saattaa tulla esiin uudenlaisia haasteita (Salonen 2005: 14). Luontoleikkivihkon leikeistä voi aistia muutamia vaarallisempia leikkejä, kuten muun muassa kiville kiipeämisen ja sieltä alas hyppäämisen. Vaaralliseksi leikin

tekee esimerkiksi syksyn liukastama maasto. Toisaalta nämä niin sanotusti vaarallisemmat leikit antavat lapsille eriasteisia haasteita. Täydellistä turvallisuutta luonnossa toimimisessa ei voi taata, mutta monia vaaratekijöitä voi ennaltaehkäistä aikuisen ollessa tilanteissa tarkkana.

Tutkimusten mukaan tytöt ja pojat alkavat suuntaamaan mielenkiintoaan erilaisiin leikkivälineisiin jo toisen ikävuoden aikana ja tytöt ovat leluvalinnoissaan poikia joustavampia. Pojat kiinnostuvat varhain erilaisista kulkuneuvoista ja tytöt alkavat hoitamaan muun muassa nukkeja, harjaten niiden hiuksia ja vaihtaen asusteita. Se, miten paljon lapsen sosiaalinen ympäristö vaikuttaa lasten leluvalintoihin, lienee vahvasti suuntaavan lasten mielenkiinnonkohteita. (Lyytinen 2000: 25 - 26.) Luonnonmateriaalit eivät johdata lasta tietynlaisen leikin suuntaan. Leikkivihkosta löytyy leikkejä, joissa on käytetty luonnonmateriaaleja jäljittelemään varsinaista oikeaa välinettä. Sama luonnonmateriaali voi esiintyä toisessa leikkikuvauksessa täysin erilaisessa merkityksessä.

Erityistä tukea tarvitseville lapsille voi olla hyötyä materiaaleista, jotka ovat yksinkertaisia hahmottaa. Tutkimusten mukaan kehitykseltään viivästyneet lapset käyttävät leikeissään strukturoituja materiaaleja, sillä niiden käsittely on järjestelmällistä. Nämä lapset tutkivat mielellään esineitä, eivätkä lähde käyttämään niitä aktiivisesti. (Lyytinen 2000: 28.) Luontovihkosta löytyykin leikkejä, jotka ovat lähinnä tutustumista luonnonmateriaalien visuaaliseen ilmeeseen. Nämä leikit ovat juoneltaan yksinkertaisia ja soveltuvat nuoremmillekin leikkijöille.

5 TOIMINTATERAPEUTIN HAVAINNOT TYÖN AINEISTONA

Tässä opinnäytetyön luvussa esittelen toimintaterapeutti Riika Östbergin toimintaterapiatilojen ympäristön. Tämän avulla voi ymmärtää ympäristöä, jossa käytännön sovellutus, leikkivihkon vieminen käytäntöön on tapahtunut. Lisäksi esittelen havainnointilomakkeen, joka on toiminut toimintaterapeutin havainnoimisen tukena.

5.1 Havainnointiympäristö

Yhteistyötahon toimintaterapiatilojen ympäristön olen selvittänyt yhteistyömme alkuvaiheessa kesäkuussa 2006. Riika Östbergille sähköpostitse alustavia opinnäytetyösuunnitelmia esittäessäni, kiinnostui hän opinnäytetyön aiheesta. Tämä innosti minut lähettämään hänelle sähköisesti kyselyn, jonka tarkoituksena oli herättää Riika pohtimaan omaa suhdettaan luontoon. Pyysin häntä kertomaan alustavasti yrityksensä historiasta ja toimintaterapiatilaukista. Näin pystyin luomaan kokonaiskuvaa yhteistyökumppanistani ja mahdollisesta yhteistyöstä ennen tapaamistamme. Sain myös käsityksen yhteistyötahon asiakaskunnasta, jolloin ryhdyin jo miettimään alulla olevan leikkivihkon soveltumisesta Riika Östbergin asiakaskunnalle.

Koska yhteistyömme näytti Riikalta saamieni vastausten puolesta sopivalta, sovimme tapaamisesta Riikan terapiatiloissa Anjalankoskella pian ensikontaktien jälkeen. Ilmoitin havainnoivani ja kyseleväni toimintaterapeutilta toimintaterapiatilaukista; fyysisistä, sosiaalisista, kulttuurisista ja ajallisista tekijöistä. Lisäksi tarkoitukseni oli kysellä vielä mahdollisia täydennyksiä sähköisesti saamiini vastauksiin.

Päivänä jolloin tapasimme (21.8.2006) terapeutilla oli vapaapäivä ja aikaa tutustumiseen ja tutustumiskäyntiin, johon oli varattu muutama tunti. Tilaukset ja joustava aikataulu loivat vapautuneen ilmapiirin, joka oli tutustumisen kannalta ensiarvoisen tärkeää. Työn luonteen vuoksi pyrin keskustelunomaiseen, kyselyn mahdollistamaan tunnelmaan. Riika täydensi etukäteen lähetettyjä kysymyksiä suullisesti käyntini aikana. Havainnoin aktiivisesti ympäristöä ja sen mahdollisuuksia luontoleikkien sovellutuksiin. Tapaamisen jälkeen kirjasin tekemäni havainnot muistioon ja tämän jälkeen itse työhön. Kirjoitetun tekstin lähetin toimintaterapeutille vielä luettavaksi, käsityksieni saadessa näin lisäluottamusta.

Pääsin tutustumaan Riika Östbergin fyysiseen, ajalliseen, kulttuuriseen ja sosiaaliseen toimintaympäristöön. Kiinnitin huomiota fyysisessä ympäristössä eritoten sekä ihmisen rakentamiin että luonnollisesti muotoutuneisiin leikkivälineisiin, joita löytyi sekä terapiatilasta että ulkoa. Mielessäni pohdin ja

punnitsin mahdollistaisivatko ne luontoleikkitoiminnan. Lisäksi kiinnitin huomiota ulkona luontoympäristön monipuolisuuteen ja siihen tarjoaisivatko puitteet yksilölle riittävän haasteelliset ja soveltamiskelpoiset olosuhteet. Havainnoin ympäristön turvallisuutta kartoittamalla mahdollisia vaaratekijöitä toiminnalle. Tutustuin terapiatilan kulttuurisiin sekä historiallisiin taustoihin. Lisäksi kartoitin mielessäni, minkälaisia sosiaalisia vuorovaikutustilanteita ympäristö voisi mahdollistaa.

Havaintojen ja kyselyn perusteella sain selville, että Riikan Anjalankoskella sijaitsevan yrityksen toimintaterapiatilana toimii vanha vuonna 1795 rakennetun pappilan länsisiipi, joka on erotettu Riika Östbergin perheen asuttamasta puolesta (Östbegr 2006). Toimintaterapiatilana on suuri, korkea huone, johon oman vivahteensa tuo takka. Työtilan ikkunasta näkyy pihamaa, josta löytyy puita, pensaita, kasveja, metsän reunusta ja kasvimaata. Huoneessa on sohva ja pöytä, paljon vapaata leikkiin soveltuvaa lattiatilaa, hyllyjä ja Riikan työpöytä. Väriykseltään huone on neutraalin vaaleansinertävä. Ikkunalaudalla kasvaa viherkasvi, joka muistuttaa elävän luonnon olemassaolosta.

Riikalla on mahdollisuus käyttää luonnonelementtejä terapian osana. Näitä luonnon omia välineitä sijaitsee terapiatilan välittömästä läheisyydestä. (Östberg 2006.) Rakennuksen ulkopuolelta, puutarhasta, löytyy rakennettuja ulkoleikkivälineitä kuten keinoja. Pihalla on myös suuri hiekkakasa, johon saa talvella lapsille liukumäen. Valmiit rakennetut välineet sulautuvat kauniiseen, hyvin hoidettuun luontopihaan. Pihan perällä kasvaa puita, jotka muodostavat kokonaisuudessaan pienen metsän. Ulkotilat sisältävät vaihtelevia maastonmuotoja ja kasvillisuutta. Rakennuksen lähellä kulkevan autotien ja pihan erottaa lauta-aita sekä erilaiset puutarhaistutukset. Luontoleikkejä on mahdollista leikkiä myös sisätiloissa (Östberg 2006).

Riikan terapiassa käyvät lapset ovat pääsääntöisesti alle kouluikäisiä, erityistä tukea tarvitsevia lapsia. Riikan terapiassa käyvillä lapsilla on ongelmina muun muassa kontaktihäiriöitä, aistisäätelyn ongelmia, motorisen ja toiminnan ohjailun vaikeuksia sekä tarkkaavaisuuden häiriöitä. Nämä lasten ongelmat vaikuttavat sosiaalisiin vuorovaikutustilanteisiin. Leikin kautta lapsi voi harjoitella vuorovaikutustilanteita terapeutin kanssa turvallisessa ja tutussa ympäristössä.

Riika on koko terapiaprosessin ajan kiinteässä yhteydessä lapsen tukiverkoston kanssa, joten lapsen vanhemmat ja muut läheiset ihmiset ovat tietoisia toiminnanmuodoista, joita kulloinkin käytetään. (Östberg 2006.)

Riika tekee nelipäiväistä työviikkoa. Aikataulujen tekeminen ja aikatauluttaminen onkin Riikasta ollut yrittämyydessä vaikeinta. Työtunnit täyttyvät yhä enemmän päiväkotikäynneistä ja siellä terapian toteuttamisesta. Tämä tarkoittaa sitä, että työaikaan sisältyy paljon ajokilometrejä. Tämän vuoksi yhä tärkeämmäksi nousevatkin ne toiminnanmuodot, jotka eivät ole sidoksissa toimintaterapiatilán välittömään ympäristöön. Luontoleikkien siirtäminen myös päiväkotiympäristöön on hänestä tärkeää. Toimintaterapeutti Riika Östberg kokee itse luonnon merkitykselliseksi tekijäksi omassa elämässään (Östberg 2006.)

5.2 Havainnointilomake

Jotta sain käytännön sovellutuksesta vastauksia opinnäytetyön tutkimuskysymykseen, tuli tarkoitukselliseksi kehittää havainnointilomake, toimintaterapeutin havaintojen teon tueksi. Luontoympäristön havainnointimahdollisuudet ovat rajattomat, joten oli perusteltua päätyä havainnoimaan luonnon soveltuvuutta toimintaterapiaan jäsennellysti.

Lomakkeen sisältöön on vaikuttanut koko opinnäytetyöhön kokoamani teoria. Lomakkeet mukailevat Hagedornin tapaa analysoida toimintaa ja ympäristöä (Hagedorn 2000: 201 - 209, 267 - 273). Lomakkeen kysymykset tuntuivat opinnäytetyön tutkimuskysymyksen huomioiden hyviltä ja tarkoituksenmukaisilta. Päällekkäisyyksien vuoksi poistin niistä joitakin kohtia. Lomakkeen taustalle liittämäni kuvan tehtävänä oli vastausalueen rajaaminen sekä lomakkeen visuaalisen ilmeen piristäminen.

Seuraavassa on tähän työhön integroituna toimintaterapeutin käyttämä jäsennelty havainnointilomake.

TOIMINNAN/YMPÄRISTÖN ANALYYSI - HAVAINNOINTILOMAKE

(Mukailu Hagedorn, Rosemary 2000 teoksesta: Tools for Practice in OCCUPATIONAL Therapy)

Toiminnanmuoto:
Toiminnan tarkoitus:
Toimintaan osallistujat:

Resurssit

Käytännön:
 Toiminnan vaatimukset:
 Aika:

Toiminnan lähtökohdat

Sisäiset tekijät:
 Ulkoiset tekijät:
 Riskit:

Toiminnan jäsentely

Alustavat toiminnot/tehtävät:
 Menettelytavat:

Ympäristön rakenne

Välineet:
 Materiaalit:
 Mahdolliset lisätarvikkeet:
 Tila/olosuhteet:

Resurssit

Valaistus:
 Lämpötila:

Sopivuus:

Miellyttävyys:
Ympäristön antamat vihjeet:
Kommunikaatio:

Lomakkeessa pyydetään huomioimaan toiminnan muodon lisäksi sen tarkoitus ja toimintaan osallistujat. Tässä kohdassa toimintaterapeutti merkitsee toimintaan osallistuvien henkilöiden lukumäärän, lapsen sukupuolen sekä iän. Toimintaan tarvittavat resurssit -kohtaan toimintaterapeutti kirjaa, onko jotakin käytännön valmisteluja tai huomioitavia tekijöitä suoritettava ennen toimintaan ryhtymistä. Mitä vaatimuksia toiminnassa tai suhteessa lapseen on huomioitava, ja miten ajallisiin tekijöihin valmistaudutaan. Toiminnan lähtökohdissa toimintaterapeutti merkitsee ylös toiminnan ulkoisia ja sisäisiä tekijöitä, jotka ovat vaikuttaneet toimintaan. Tässä kohdassa terapeutti huomioi toimintaan liittyvien ulkoisten tekijöiden, esimerkiksi ympäristöolosuhteiden vaikutusta suunniteltuun toimintaan. Sisäisten ja ulkoisten tekijöiden erot voivat olla hyvin pieniä. Lisäksi terapeutti rekisteröi mahdollisia riskitekijöitä.

Toiminnan jäsentelyssä toimintaterapeutti kirjaa millainen leikkitoiminta on ollut kyseessä sekä siihen tarvittavat menettelytavat jäsennellysti ja yksityiskohtaisesti. Miten toiminta oli alkanut, mitä toiminnan aikana oli tapahtunut ja miten toiminta päättyi. (Hagedorn 2000: 201 - 209.)

Ympäristöanalyysissa terapeutti on kiinnostunut niistä välineistä ja materiaaleista, joita toiminnassa on käytetty. Lisäksi terapeutti kirjaa minkälaisessa tilassa toiminta on suoritettu. Oliko toiminta tapahtunut sisä- vai ulkotiloissa. Lisäksi hän merkitsee ylös lämpötilan sekä valaistuksen, jotka ovat vaikuttaneet toimintaan. Kohtaan sopivuus ja mielekkyys, terapeutti kirjaa muistiin ympäristön soveltuvuuden toimintaterapiaprosessiin. Toimintaterapeutti havainnoi ympäristön antamia vihjeitä, kuten erilaisten äänien ja hajujen vaikutusta toimintaan. Kommunikaatio -kohdassa terapeutti huomioi lapsen ja ympäristön välistä vuorovaikutusta. (Hagedorn 2000: 267 - 273.)

5.3 Havaintojen tekeminen

Riikan havainnot sijoittuivat kolmen kuukauden ajalle, marras - tammikuulle 2006 - 2007. Riika Östbergin kanssa tekemiemme suunnitelmien mukaan hän valitsi havainnoitaviksi lapsiksi kolme vuotta vanhan tytön sekä kuusi vuotta vanhan pojan. Molempien lasten toimintaterapiaan tulokset ovat olleet erilaiset. Toimintaterapeutti katsoi näiden lasten hyötyvän erityisesti luontoleikkitoiminnasta.

Havainnoitavassa toiminnassa tilanteet muuttuvat nopeasti, joten havainnointi vaatii tarkkaa keskittymistä. Tämän vuoksi onkin tärkeää, että havainnointikertoja ja havainnoitavia henkilöitä on useampi, jolloin mahdolliset virrehavainnoinnit eivät vaikuta tutkittavaan ilmiöön. (Vilkkä 2006: 11 - 15.) Tämän vuoksi päätimme yhdessä Riikan kanssa, että havainnointikertoja tuli kummallekin lapselle yhteensä kolme, joten Riika täyttäisi yhteensä kuusi havainnointilomaketta.

Ennen havainnointia toimintaterapeutti oli lukenut ensimmäisen opinnäytetyöversioni sekä tutustunut luontoleikkivihkoon. Hän oli tehnyt lasten

vanhemmille sekä lapsille selväksi havainnoin tarkoituksen. Lisäksi tapasimme 19.11.2006, jolloin kävimme yhdessä havainnointilomakkeen sisällön kohta kohdalta läpi. Näin varmistimme että käsitämme havainnointilomakkeen otsakkeet ja sisällön samalla tavoin.

Tarkoituksena oli täyttää lomaketta havainnoinnin yhteydessä tai välittömästi havainnoinnin jälkeen. Sovimme Riikan kanssa jo havainnointia ennen, että hän pyrkii monipuolisesti käyttämään luontoleikkivihkon elementtejä lasten leikkitoiminnassa. Toivomuksenani oli, että leikkitoiminnot sijoittuvat sekä sisä- että ulkotiloihin.

Toimintaterapeutti lähetti havainnointilomakkeet minulle takaisin täytettynä 17.1.2007. Tulosten raportoinnin jälkeen lähetin kirjoitetun työn Riikalle, jolloin hän sai vahvistaa omat näkemykseni. Tämän jälkeen korjasin mahdolliset tulkintavirheet työhön. Havainnointilomakkeista oli kopiot sekä itselläni että Riikalla, jotka on analyysin tekemisen jälkeen hävitetty.

5.4 Aineiston käsittely

Saatuani kuudesta eri havainnointikerrasta täytetyt lomakkeet, lähdin lukemaan niitä ja etsimään yhtäläisyyksiä sekä eroavaisuuksia tutkimusaineistosta. Havaintojen analysoiminen onkin havaintojen ryhmittelyä ja yhdistämistä johtolangoiksi, joiden kautta voidaan vetää johtopäätöksiä (Vilkkä 2005: 115).

Yhteensä luettavani oli kaksitoista sivua tekstiä, joista löytyi helposti yhtäläisyyksiä ja olennaisia asioita tämän opinnäytetyön kannalta. Analyysin ulkopuolelle jäi myös tekstiä, jota en pystynyt hyödyntämään. Harvoin tutkimusaineistoa pystyykään käyttämään täysin hyödyksi yhdessä tutkimuksessa (Vilkkä 2005: 115 - 119).

Aineistosta nousi esille eri toimintaympäristöjä; päiväkotia ja toimintaterapiatilat sekä toimintaterapiatiloista sekä sisä- ja ulkotilat. Näistä ympäristöistä löytyi sekä toimintaa mahdollistavia että heikentäviä tekijöitä. Nämä huomiot kirjoitin ylös erilliselle paperille kahteen eri kategoriaan: ympäristön mahdollisuudet ja esteet. Käytin eri värejä kuvaamaan eri ympäristöissä tehtyjä havaintoja. Lisäksi

tutkimusaineistosta löytyi eri luonnonmateriaaleja ja niiden ympärille rakentuneita luontoleikkejä, jotka poimin sellaisenaan paperille. Näiden kohdalla päädyin tekemään samanlaisen jaottelun kuin ympäristöosion kohdalla.

Tämän myötä tarkastelin tekemääni pelkistettyä tutkimusaineiston jaottelua ja vertasin sitä opinnäytetyöni luvussa kaksi esitettyyn kuvioon toimintaterapiaprosessista. Lisäksi vertasin havaintoja koko opinnäytetyöhöni kokoamaani teoriaan. Alleviivasin mahdollisuuksista ja esteistä erityisesti toimintaterapeutin työnkuvaan liittyvät huomiot ja annoin niille yhteisiä toimintaterapeutin ammatinkuvaan liittyviä nimittäjiä; toimintakeskeisyys, asiakaslähtöisyys ja toimintamahdollisuuksien edistämien. (Harra 2003 16 - 21), huomioiden samalla mitä nämä käsitteet pitävät sisällään. Liitin alleviivatut huomiot niitä kuvaavien nimittäjien alle.

Tämän jälkeen siirsin huomiot nimittäjiineen niitä vastaavien tutkimuskysymysten alle.

- A) Miten luontoympäristö soveltuu toimintaterapiaan?
- B) Miten luontoleikit soveltuvat toimintaterapiaan?
- C) Miten luonnon materiaalit soveltuvat toimintaterapia?

Selkeän ja jäsentyneen rungon avulla lähdin kirjoittamaan opinnäytetyön tuloksia. Kirjoittamaani tekstiä tarkistutin ajoittain toimintaterapeutilla. Tekstissä näkyy oma ajatteluni sekä omia tulkintojani toimintaterapeutin tekemistä havainnoista. Kerron tulokset pääsääntöisesti kertomuksen muodossa. Väittämiä perustelen toimintaterapeutin ammatinkuvauksen perusteella sekä työn opinnäytetyönteorian kautta. Tekstiä havainnollistaa muutama perusteellisempi luontoleikkikuvaus. Tekstissä on tietoa, jota voi yleistää. Tulee kuitenkin muistaa että kyseessä on yhden toimintaterapeutin tekemät havainnot, tiettyssä ympäristössä, tiettyjen lasten kanssa.

6 LUONTOLEIKKIEN MAHDOLLISUUDET TOIMINTATERAPIASSA

6.1 Luontoympäristön soveltuminen toimintaterapiaan

Toimintaterapeutin tehtävänä on soveltaa toimintaa niin, että terapiaprosessissa voidaan edetä tavoitteiden mukaan. Tämä vaatii terapeutilta ympäristötekijöiden monipuolista tarkkailua. Lapsi, jolla on rajoittuneet kyvyt tai taidot, suoriutuu tehtävästä paremmin, jos ympäristö on entuudestaan tuttu. Lapsen toiminnassa voi tapahtua muutoksia, kun toimintaympäristö muuttua muotoaan. (Dunn ym. 2003: 235, 238.)

Toimintaterapeutti oli varautunut käyttämään päiväkotij- ja terapiatilojen lisäksi oman terapiatilansa välitöntä ulkoilumaastoa, metsää ja puutarhaa toiminnassa. Nämä ympäristöt mahdollistavat kaikki erilaisen toiminnan. Päiväkotiympäristö vaatii erilaisen valmistautumisen toimintaterapiakertaan kuin terapeutille tuttu oma terapiatila. Päiväkotitilat eivät ole suunniteltu toimintaterapiatiloiksi, mikä hankaloittaa terapian toteuttamista, vaikka muuten ympäristö soveltuisikin lapsen leikkitoimintaan. Omassa tutussa terapiatilan ympäristössäkin saattaa tulla eteen toimintaa haittaavia tekijöitä. Tämän vuoksi oman pihapiirin, toiminnan sekä lapsen henkilökohtaisten ominaisuuksien huomioiminen ennen jokaista terapiakertaa, mahdollistaa erilaisten riskien kartoittamisen. Tällaisia toimintaympäristöön liittyviä riskitekijöitä voi olla muun muassa lapsen pelot ulkotiloissa, liian haasteellinen ympäristö, motivoinnin vaikeus tai kylmä ilma ja siitä johtuva paleleminen.

Koska lapset olivat toimintaterapeutille entuudestaan tuttuja, ei hänen tarvinnut lähteä rakentamaan alusta asti terapeutista vuorovaikutussuhdetta. Kummankin lapsen kanssa oli lähdetty jollakin tasolle toimimaan luontoympäristössä, tutustumaan luonnon materiaaleihin ja itse luontoympäristöön. Ensisijaisen tärkeää on huomioida, ettei lähde lapsen kanssa liian haasteelliseen ympäristöön ensimmäisellä kerralla (Wahlström 2006: 13). Porrastetusti, pienin askelin, lapset voivat tutustua luontoympäristöön ja kokea lopulta luonnossa olemisen miellyttäväksi ja kotoiseksi (Franssila ym. 2005: 26).

Vaikka toimintaterapeutti pyrkii eliminoimaan ympäristössä toimimisen esteitä, voi ympäristöstä löytyä tekijöitä, joihin toimintaterapeutti ei voi vaikuttaa (Dunn ym. 2003: 225 - 226). Siitä huolimatta hän pyrkii muokkaamaan ympäristöä niin, että lapsi kykenee toimimaan senhetkisessä tilanteessa parhaalla mahdollisella tavalla. (Blunden 2001: 67 - 68). Tämä vaatii toimintaterapeutilta luovuutta sekä kykyä tehdä nopeita tilannekohtaisia ratkaisuja (Harra 2003: 19). Muun muassa ympäristön ilmastollisiin muutoksiin toimintaterapeutin on lähes mahdotonta varautua etukäteen.

Toimintaterapeutin tekemät havainnoinnit ajoittuivat talviaikaan ja havaintojen tekemisen aikoihin Suomessa vallitsi poikkeuksellisen lumeton ja lämmin ajanjakso. Tämän vuoksi ulkoilmasto oli harmaata, sumuista ja sateista lähes koko havainnointiajanjakson ajan. Ilmaston epävakaisuus vaikeuttaa toiminnan ennakkosuunnittelua, mutta se saattaa hankaloittaa myös toimintaterapeutin omaa motivoitumista toteuttaa toimintaa ulkona. Silti toimintaterapeutti oli pystynyt hyödyntämään luontoympäristöä lasten leikeissä, siirtäen toimintaa seuraavaan kertaan tai soveltaen leikkiä sisätiloihin. Kovilla pakkasilla tai vesisateella tuleekin miettiä, mikä on terapian kannalta järkevää toimintaa. Lämpimärän tai kylmissään olevan lapsen luontoleikkitoiminta ei ole enää tarkoituksenmukaista toimintaterapiaa.

6.2 Luontoleikkien soveltuminen toimintaterapiaan

Toimintaterapeutti oli tehnyt alustavia suunnitelmia ennen luontoleikkitoimintaan ryhtymistä. Suunnitelmallisuus auttaa terapeuttia terapian toteutuksessa sekä luo pohjan terapian arvioinnille ja muulle asiakastyölle (Dunn ym. 2003: 238). Toimintaterapeutti oli ennen toimintaan ryhtymistä neuvotellut vanhempien kanssa terapian luontoaiheisesta toteuttamistavasta, jolloin vanhemmat olivat pystyneet varautumaan ulkoiluun, tuoden sopivat varusteet lapselle.

Toimintaterapeutti suunnitteli myös toimintoihin käytettävän ajan etukäteen. Ajallisesti toiminnat oli mahdollista toteuttaa osana terapiakertaa tai käyttää luontoleikkitoimintaan koko terapiaan varattu aika. Toimintoihin oli varattu aikaa 15 minuutista 45 minuuttiin. Leikkeihin varatun ajan joustavuus on tärkeää, sillä lapsi voi esimerkiksi kieltäytyä suunnitellusta toiminnasta tai muuten olla hyvin

väsynyt esimerkiksi myöhäisenä terapia-ajankohtana. Talvella pelkkään pukeutumiseen pitää varata paljon aikaa, joten lapsen kannalta katsottuna terapian toiminnallinen osuus saattaa jäädä hyvin lyhyeksi. Harmittavan usein lapsen uppoutuessa syvälle leikin maailmaan, terapiakerta onkin jo lopuillaan.

Toimintaterapeutin tehtävänä on ymmärtää, kuinka ympäristötekijät vaikuttavat terapeuttiseen vuorovaikutussuhteeseen. Toimintaterapeutin on luotava olosuhteet toiminnalle niin, että asiakkaan on mahdollista kokea uusia elämyksiä, joiden kautta toimintakyky voi samalla laajentua. Asiakas kokee toiminnan mielekkäänä ja voi saada tätä kautta uutta sisältöä elämäänsä. Lapsen päästessä itse vaikuttamaan leikin valintaan, lisää se lapsen motivoitumista ja sitä kautta lapsi kokee iloa ja pätevyyttä. Tällöin toimintaterapeutti pystyy edistämään asiakkaan toiminnallista suoriutumista. (Dunn ym. 2003; 238, Harra 2003: 16 - 17.)

Lapset olivat jollakin tasolla muokanneet itse luontoleikkejä, joihin toimintaterapeutti oli suunnitellut tietyt raamit, terapiatavoitteiden mukaan. Leikissä, jossa maalattiin käpyjä, lapsi pystyi esimerkiksi harjoittelemaan kaksikäristä toimintaa, pitämällä käpyä toisessa kädessä ja sivellintä toisessa. Samalla lapsi harjoitteli ohjeiden kuuntelemista ja toimista sen mukaan, tehden omia valintoja toiminnan suhteen. Toimintaterapeutti oli toiminnan avulla pystynyt antamaan sensorisia aistikokemuksia lapselle. Toisen lapsen kanssa oli muun muassa kuljettu metsässä ja etsitty sieltä eläinten jälkiä ja erilaisia luonnon ilmiöitä. Lapsi oli itse ehdottanut mihin metsässä seuraavaksi kuljetaan ja ilmaisi kokevansa toiminnan olevan jännittävää ja mukavaa. Metsäretkeä pohdittiin lapsen kanssa vielä uudestaan sisätiloissa tutustuen eläinkirjojen avulla ulkona nähtyihin luonnonihmeisiin. Luonto oli herättänyt lapsen pohtimaan toimintaa jollakin tasolla.

Lumi-leikkiin oli liittynyt keskustelua talvesta ja lumen mahdollistamista ulkoleikeistä. Lapsi pohti toimintaterapeutin kanssa lumen koostumusta. Ikkunasta lumisen maiseman katseleminen ja ulkoa lumen hakeminen lautaselle, jolle se lopulta sulii, toivat lumen materiaalina konkreettisesti osaksi toimintaa. Samalla päästiin tekemään kompromisseja, lapsen sopiessa toimintaterapeutin kanssa, ettei lunta sovi maistaa. Terapeutin laulu

lumihiihtaleesta ja tarinan keksiminen sisälle tuoduille lumihiihtaleille, jatkoi toimintaa luontevasti. Nämä lumielementtiin tutustuttavat toiminnot auttoivat lasta orientoitumaan lumihiihtaleen leikkaamiseen, samalla lapsen harjoitellessa saksien käyttöä. Yhteistyön, valmiin esimerkin ja toimintaterapeutin mallin avulla lapsi valmisti itselleen lumihiihtaleet, joita pystyi puhaltamaan ilmaan. Samalla valmis tuotos toimi suun motorikan harjoittelun tukena. Toimintaterapeutin tekemä malli auttoi lasta suoriutumaan toiminnasta ja madalsi kynnyksiä siihen ylipäänsä ryhtymisessä.

Yksittäiset toimintaterapeutin suunnittelemat leikkitoiminnot koostuivat siis monista eri toimintakokonaisuuksista ja toimintoja oli mahdollista linkittää seuraavaan terapiakertaan. Muun muassa rytmikapuloiden valmistamiseen liittyi tutustumista pihapiiriin, josta löydettiin erikokoisia oksia. Rytmikapuloiden soittaminen mahdollisti eri käsitteiden ymmärtämistä ja tunnistamista; miltä kuulostaa hidas ja nopea tai hiljainen ja äänekkäs soittaminen. Toimintaan liittyi rytmisen liikkeen jäljittelyä. Oksia naputeltiin toisiinsa, puunrunkoon ja hiekkaan. Rytmikapulat sopivat myös seuraavaan terapiakertaan, jolloin leikittiin sisällä mielikuvaleikin avulla vesileikkejä. Sateenvarjo symbolisoimassa sadetta sekä terapeutin sadelaulut, loivat mielikuvan sateesta. Lapsen säestäessä lauluja eri soittimilla, joiden mukana olivat myös lapsen löytämät rytmikapulat, siivittivät leikkiä, jossa ikään kuin hypittiin kuralätäköissä. Samalla kuviteltiin, miltä tuntuu kastua vesisateessa. Lisäksi alkuperäisen leikkitoiminnan kautta päästiin leikkimään sateeseen liittyvillä eläimillä; madoilla ja sammakoilla, joiden virassa toimivat lapsen omat sormet.

6.3 Luonnonmateriaalien soveltuminen toimintaterapiaan

Toimintaterapeutin tehtävänä on kohdentaa ajankäyttö asiakkaan toiminnan kannalta järkeviin tekijöihin, jolloin myös käytettyjen materiaalien ja välineiden suunnittelulle täytyy jättää tilaa (Harra 2003: 17). Toimintaterapeutti järjesteli toimintaa hankkimalla käytettäviä materiaaleja ja välineitä etukäteen. Lapsen kanssa saattoi joko terapiakerran yhteydessä tai jo edellisellä kerralla noutaa luonnosta materiaaleja, esimerkiksi kädentaidollisiin toimintoihin. Materiaalien hankkiminen ennakolta auttaa rajallisen terapia-ajan hyödyntämistä oleellisesti.

Toimintaterapeutti oli huomionnut myös materiaalien käsittelyssä lasten henkilökohtaiset fyysiset ominaisuudet ja kehitystason. Materiaalin käsittelyä voi hankaloittaa esimerkiksi erilaiset tuntoyliherkkyydet, kaksikäätisten toimintojen tuottamat ongelmat, toiminnanohjailun vaikeudet sekä tarkkaavaisuuden häiriöt. Sisällä lapsen toimintaa tukevat sopivat välineet, kuten sopivan kokoinen ja korkuinen tuoli suhteessa pöytään sekä riittävä valaistus, jolloin materiaalien käsittely on helpompaa. Ulkona lapsen kanssa saattaa siirtyä esimerkiksi tutkimaan luonnonmateriaaleja, joihin lapsi ylettyy ja joita hän jaksaa kantaa.

Luonnonmateriaalit ovat muotojensa ansiosta haasteellisia toimintavälineitä. Luonnonmateriaalit tuntuvat erilaisilta, ne saattavat olla karheita, pehmeitä, painavia tai höyhenenkevyitä. Jokainen luonnonmateriaali on ainutlaatuinen, jonka vuoksi esimerkiksi niiden käyttö kädentaidollisissa toiminnoissa, mahdollistaa erilaisten tuotosten tekemisen. Luonnonmateriaalien käyttö antaa mahdollisuuden myös muiden välineiden, kuten narun, liiman ja saksien käytön samanaikaisesti. Materiaalien kautta pystyy harjoittelemaan niitä taitoja, joita oli jo entuudestaan harjoiteltu toimintaterapiassa.

6.4 Yhteenveto

Opinnäytetyön tulokset puoltavat ekologista viitekehystä. Perehtymällä luontoleikkeihin ja luonnon tarjoamiin mahdollisuuksiin, toimintaterapeutti ottaa itse haltuun luontoympäristön. Tutun toiminnan ja hyvien suunnitelmien kautta hän voi suunnata myös lapset tutustumaan, leikkimään ja toimimaan turvallisesti ja vastavuoroisesti luontoympäristöön. Vaikka luontoleikkitoiminta saattaa olla lapselle uutta, tukee tuttu ympäristö toimintaan ryhtymistä. Luonnonmateriaalit ovat usein lapsille entuudestaan tuttuja, mikä helpottaa uuden toiminnan omaksumista. Luonnonmateriaalit sopivat lapsen ajatusmaailmaan ja ne kehittävät lapsen toimintamahdollisuuksia. Ne ovat yksinkertaisia, mutta toisaalta samoja materiaaleja voi soveltaa moneen eri leikkiin. Luonnonmateriaalit mahdollistavat luovan toiminnan ja aikuisen valvonnassa ne ovat myös kyllin turvallisia.

Luontoleikit ovat hyvin kustannustehokas vaihtoehto sekä toimintaterapiaan että lapsen kotiin ja päivähoitoonkin. Toimintaterapeutti voi ohjata lapsen vanhemmat suuntamaan lapsen huomio luontoleikkeihin. Luonto ei vaadi vanhemmilta ylimääräisiä hankintoja tai kodin muutosratkaisujen tekemistä. Luontoleikkien ja esimerkkien avulla toimintaterapeutti voi kertoa lasten vanhemmille, kuinka toimintaterapiassa leikitään ihan tavallisia leikkejä lasten kanssa. Tärkeää olisikin saada vanhemmat huomaamaan, kuinka näiden tuttujen leikkien kautta, esimerkiksi tutussa luontoympäristössä, voisi helpottaa lapsen toimintaa arjessa. Jos lapsi kokee luontoleikkitoiminnan miellyttävänä, on perusteltua siirtää toimintaa myös lapsen arkeen. Näin luontokokemukset ja perinteiset leikit voivat siirtyä sukupolvelta toiselle.

Olisi kuitenkin suositeltavaa jatkaa tutkimusta luonnon ja sen merkityksellisyyden sekä mahdollisuuksien selvittämiseksi. Olisi tärkeää kuulla myös lasten omia mielipiteitä luontoleikeistä. Työhön kokoamani teoriatiedon ja käytännön sovellutuksen avulla voidaan kuitenkin pitää luontoleikkivihkoa, luontoleikkiä, luontoympäristöä sekä luonnonmateriaaleja toimintaterapiaan soveltuvina elementteinä. Tämä opinnäytetyö on hyvä pohjustus luonnosta ja luontoleikeistä kiinnostuneille ihmisille. Lisätutkimuksen kautta aihe saisi uusia näkökulmia toimintaterapiankin saralle.

7 POHDINTA

Opinnäytetyön aihe lähti omista kiinnostuksen kohteista. Uskon ettei monikaan toimintaterapeutti olisi osannut ehdottaa luontoaiheista yhteistyötä opiskelijan kanssa. Työn kohderyhmän etsiminen ja työn rajaaminen tuntuivat hankalilta. Olikin yllättävää huomata, kuinka kauan työn ideavaihe kesti. Ideointiin liittyi paljon muutoksia ja eri vaihtoehtojen punnitsemista, työn hahmotelmia ja alustavaa teorian kirjoittamista. Huomasin että itselleni sopii oppimisen muoto, jossa kirjoitetaan ja hahmotellaan työtä pitkään, minkä jälkeen työn selkeämpi runko vasta jäsentyy.

Ekologinen viitekehys sopi työhön hyvin. Ekologinen viitekehys voi olla nimensä vuoksi harhaan johtava, sillä siinä ei puhuta laisinkaan ekologisuudesta. Viitekehysten sisäistäminen ja sen ymmärtäminen oli aluksi hankalaa. Se jäsenyi pohtimalla viitekehysten ilmiöitä käytännön esimerkkien avulla. Viitekehyksessä painotetaan ihmisen kiinteää yhteyttä ympäristöön. Ihmisen ja ympäristön välistä yhteyttä ei arkielämässä tule usein ajatelleeksi. Luontoympäristö koetaan erilliseksi kokonaisuudeksi, vaikka luonto on kaikkialla läsnä. Työtä tehdessä tuli omakohtaisia ajatuksia siitä, miten voisin muuttaa omia kulutustottumuksiani ja muutenkin tapani suhtautua luontoon. Tulevana toimintaterapeutina voin opastaa lasta luonnon tarkoituksenmukaisessa käytössä ja huomioida myös omana velvollisuutenani luonnon rauhan säilyttämisen. Luonnon saastuminen tulisikin olla koko yhteiskuntamme yhteinen huolenaihe. Ilman ihmisten asennemuutosta luontomme tulevaisuus on vaakalaudalla. Puheiden sijasta tulisi jokaisen toimia ja samalla muuttaa meidän kaikkien toimintaa luontoystävällisemmäksi.

Työn leikkiosuudessa ajatuksena oli ensin tuoda esille erityistä tukea tarvitsevien lasten ja vanhempien sekä tukiverkoston ajatuksia luonnosta. Kyselyitä lähettäessäni ja kyselyiden ilmoittamispaikkaa etsiessäni huomasin kohderyhmän tavoitettavuuden vaikeuden. Tämä johdatti minut pohtimaan, olivatko syynä osallistumattomuuteen leikkikyselyn muutoseikat, vai oliko aihe ihmisistä vähäpätöinen tai kenties liian arka asia vieraalle ihmiselle raportoitavaksi? Osallistuuko ihminen kyselyyn, jos hän ei itse hyödy siitä konkreettisesti? Jos työn aikataulu olisi antanut myöten, olisin muotoillut leikkikyselyä ja pyrkinyt tekemään kyselystä houkuttelevamman.

Yhteistyökumppanin etsiminen jäi myöhäiseksi. Tämä pitkä harkitseminen oli kuitenkin suunniteltua. Tarkoituksena oli löytää toimintaterapeutti, joka voisi käyttää leikkejä konkreettisesti omassa työssään niin, ettei sen toteuttaminen tunnu liian hankalalta. Iso haaste luontoleikkien käyttöön toimintaterapiassa on toimintaterapiatilán fyysinen sijainti: jos tila ei mahdollista vaivatonta kulkuyhteyttä ulos, luonnon elementtien luokse, vaikeutuu toteutus huomattavasti. Ajatuksena oli löytää myös yhteistyötaho, joka on aidosti kiinnostunut työstäni ja haluaa kokea luonnon käytön mahdolliseksi toimintaterapiassa. Maltillisuus kannatti, sillä lopulta yhteistyökumppaniksi löytyi

toimintaterapeutti, joka toimii idyllisen maalaismaiseman ympäröimissä puitteissa. Vaikka työhön löytyi kontekstillaisten tekijöiden puolesta näin soveltuva yhteistyötaho, ei työn käyttö ja sovellettavuus kaupunkiympäristöön ole mahdotonta. Lisäksi luontoleikkejä voi soveltaa kaikille ikäryhmille.

Havainnointilomakkeen tekeminen osoittautui yllättäen työn hankalimmaksi osioksi. Vaikka työn päämäärä ja tutkimuskysymys olikin selvillä, tuntui hyvin vaikealta löytää ne kysymykset, joihin haluaisin yhteistyötaholta vastauksia. Luonto monipuolisena kontekstina antaisi mahdollisuuden tutkia lähes mitä vain ilmiöitä. Tähän ongelmaan sain apua opinnäytetyön ohjauksessa Helena Launiaiselta. Vaikka toiminnan- ja ympäristön analyyseissä tuli väistämättä päällekkäisyyksiä, ei se haitannut, päinvastoin tuki tulosten kirjaamista. Toimintaterapeutin selkeä käsiala ja johdonmukainen kirjaamistyyli auttoivat huomattavasti tulosten purkamista. Havainnointikertojen määrä oli mielestäni riittävä. Kertoja lisäämällä olisi saanut lapsen toiminnalliseen käyttäytymiseen lisätietoja, mutta tämän työn kannalta se ei olisi ollut tarkoituksellista.

Opinnäytetyön tekeminen on ollut antoisa ja opettavainen sekä hyvin haastava prosessi. Pitkä opinnäytetyöprosessi on mahdollistanut asioiden syvällisen pohdinnan ja faktojen tarkastamisen. Työskentelytavat ovat olleet eettisesti perusteltuja, kenenkään henkilöllisyyttä ei ole loukattu ja tiedonkeruumenetelmät ovat olleet rehellisiä. Työssä käytetyt lähteet ovat pääsääntöisesti uusia teoksia ja lähteet tukevat toisiaan. Työtä tehdessä olen voinut käyttää omaa ideointikykyäni hyväksi. Olen oppinut, kuinka omaa suunnitelmaa viedään eteenpäin, aina yhteistyötahon etsimiseen ja työn markkinointiin asti.

Koulun mahdollistama opinnäytetyöhautomo on ollut suurena tukena, etenkin yksin opinnäytetyötä tekeväälle. Hautomassa saattoi kysyä muiden ihmisten mielipiteitä erilaisiin muodollisiin ratkaisuihin. Sähköinen neuvonanto ja yhteydenpito prosessin eri vaiheissa ohjaajien kanssa on ollut ulkopaikkakuntalaiselle tärkeää. Kitkaton kommunikointi yhteistyökumppani Riika Östbergin kanssa on ollut antoisaa. Hänen innostuksensa aiheesta on motivoinut työn etenemistä, aikataulullisten muutoksien tuomista harmeista huolimatta.

Luontoaihe on ajankohtainen. Uskon, että uusia tutkimustuloksia ympäristön vaikutuksesta ihmiseen tulee jatkossa löytymään yhä enemmän, myös toimintaterapian alalta.

LÄHTEET:

ADHD- Liitto 2006: Kysymyspalsta. Verkkosivut. Päivitetty 22.6.2006.

< <http://www.adhd-liitto.fi/kysymys.htm> > Luettu 30.6.2006.

Allergia- ja astmaliitto 2006: Siitepölyallergian aiheuttajakasvit. Verkkosivut. Päivitetty 20.9.2006. <[http:// www.allergia.com/index.phtml?](http://www.allergia.com/index.phtml?)>

Luettu 20.9.2006.

Aro, Jenni 2003: Hevonen terapeutti ja työtoveri - Ratsastusterapeutin kokemuksia ratsastusterapiasta. Erityispedagogiikan pro gradu-tutkielma. Jyväskylän yliopisto.

Aura, Seppo – Horelli, Liisa – Korpela, Kalevi 1997: Ympäristöpsykologian perusteet. Porvoo: WSOY.

Blunden, Pauline 2001: The therapeutic use of play. Teoksessa Lougher, Lesley (toim.): Occupational Therapy for Child and Adolescent Mental Health. Churchill Livingstone.

Csikszentmihalyi, Mihály 1996: Creativity. Flow and the psychology of discovery and invention. New York: HarperCollins Publishers.

Dunn, Winnie - Brown, Catana - Youngstorm, Jane 2003: Ecological Model of Occupation. Teoksessa Kramer, Paula - Hinojosa, Jim - Brasic Royeen, Charlotte (toim.): Perspective in Human Occupation. Participation in Life. Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins.

Emoto, Masaru 2006: Veden salainen elämä. Vaasa: Ykkös - Offset Oy.

Franssila, Leena - Karvinen Petteri 2005: Takapihalta erämaahan. Luonto-ohjaajan opas. Helsinki: Suomen Luonnonsuojeluliitto.

Hagedorn, Rosemary 2000: Tools for Practice in Occupational Therapy. A Structured Approach to core Skills and Processes. Churchill Livingstone.

Harra, Toini 2003: Toimintaterapianimikkeistön teoreettiset lähtökohdat. Julkaisussa Holma, Tupu (toim.): Toimintaterapianimikkeistö. Helsinki: Suomen kuntaliitto.

Heikkinen, Marita - Paavoseppä, Pia 1996: Lemmikkieläimen merkitys ihmiselle – Ihminen - lemmikkieläin -suhteen tarkastelua tarveteoreettisesta näkökulmasta. Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma. Oulun yliopisto.

Hiitola, Briitta 2000: Parantava leikki. Tampere: Tammer - Paino oy.

Horelli, Liisa 2003: Lapset ympäristön valloittajina. Teoksessa Sassi, Pirkko - Tarkkonen, Tuula (toim.): Lapsi ja kasvu ympäristö. Helsinki: Cultura Oy.

Jalas, Ilkka 1992: Perhoskeräilijän opas. Helsinki: Otava.

Jääskeläinen, Pasi 2003: Urban dog people: Study about totemic urban dog-owner bricoleurs getting meaning into their lives. Valtiotieteen pro gradu – tutkielma. Helsingin yliopisto.

Kajander, Lauri - Kytömäki, Juho - Käppi, Annina - Manninen, Olli 2006: Millainen metsä sellaisia eliölajeja. Julkaisussa Savisaari Hanna (toim.): Metsän ääni. Ylöjärvi: Luonto - Liitto ry.

Kielhofner, Gary 2002: A Model of human occupation - Theory and Application. The Environment and Occupation. Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins.

Kurppa, Sirpa 2006: Maatiaiseläinten suojelusta yrittäjyyttä ja yhteiskunnallista hyvinvointia? Maatiaiseläimiin perustuvan toiminnan taloudelliset, sosiaaliset ja kulttuuriset lähtökohdat. Päivitetty 2005. <[http://tripunix.mtt.fi/cgi-bin/thw/?\\${html}=listd&\\${oohtml}=docu&\\${BASE}=wwwtuike&av='MAATIAISRODUT'&\\${MAXHITS}=2000](http://tripunix.mtt.fi/cgi-bin/thw/?${html}=listd&${oohtml}=docu&${BASE}=wwwtuike&av='MAATIAISRODUT'&${MAXHITS}=2000) > Luettu 4.2.2007.

Lasten ja nuorten koti Noisniemi: Eläinavusteinen hoito. Kotisivut.
<<http://www.noisniemi.fi/>> Luettu 7.2.2007.

Lyytinen, Paula 2000: Varhainen leikki ja sen arviointi. Jyväskylän yliopiston lapsitutkimuskeskus Niilo Mäki Instituutti. Jyväskylä.

NeuroCity: Neurocityn Rymättylän toimintakeskus. Kotisivut. Päivitetty 2006
<http://www.neurocity.fi/suomi_2004/suomi_index.htm>
Luettu 7.2.2007.

Pöllänen, Salka 2006: Kestävän kehityksen jäljillä. Julkaisussa Pöllänen, Salka
(toim.): kimppu. Ympäristö ja kehitys. Helsinki: Multiprint.

Rappe, Erja - Lindén, Leena - Koivunen, Taina 2003: Puisto, puutarha ja
hyvinvointi. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Salo - Chydenius, Sisko 2002: Ihminen oman elämänsä tekijänä -
Toimintaterapian toteuttamisen kertomuksia. Teoksessa Salo -
Chydenius, Sisko (toim.): Ihminen oman elämänsä tekijänä
Helsinki: Suomen Toimintaterapeuttiliitto ry.

Salonen, Kirsi 2005: Mieli ja maisemat. Eko- ja ympäristöpsykologian
näkökulmia. Helsinki: Edita Prima oy.

Sario, Anja 2004: Haastava leikki lasten toimintaterapiassa. Terveystieteiden
pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto.

Savisaari, Hanna 2006: Metsän voi tuntea vain metsässä. Oppaassa metsiin ja
metsiensuojeluun Savisaari, Hanna (toim.): Metsän ääni.
Ylöjärvi: Luonto-Liitto ry.

Schumann, Walter 1988: Kivet ja mineraalit värikuvina. Helsinki: Otava.

Tolvanen, Matias 2002: Kaupunkiluonto. Porvoo: WSOY.

Vanhemmat.com 2006: Lasten tarkkaavaisuus häiriöt, ylivilkkaus, autismin kirjo yms. Verkkokeskustelupalsta. Päivitetty 15.8.2006.
< <http://vanhemmat.com/phpbb/index.php> >. Luettu 18.8.2006.

Vilka, Hanna 2005: Tutki ja kehitä. Helsinki: Tammi.

Vilka, Hanna 2006: Tutki ja havainnoi. Vaajakoski: Tammi.

Vilka Leena 1998: Ympäristöfilosofia, eläin, yhteiskunta. Helsinki: Yliopistopaino.

Vuorela, Hannu 2003: Ankkapurhalta Järvi-Anjalaan. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino oy.

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

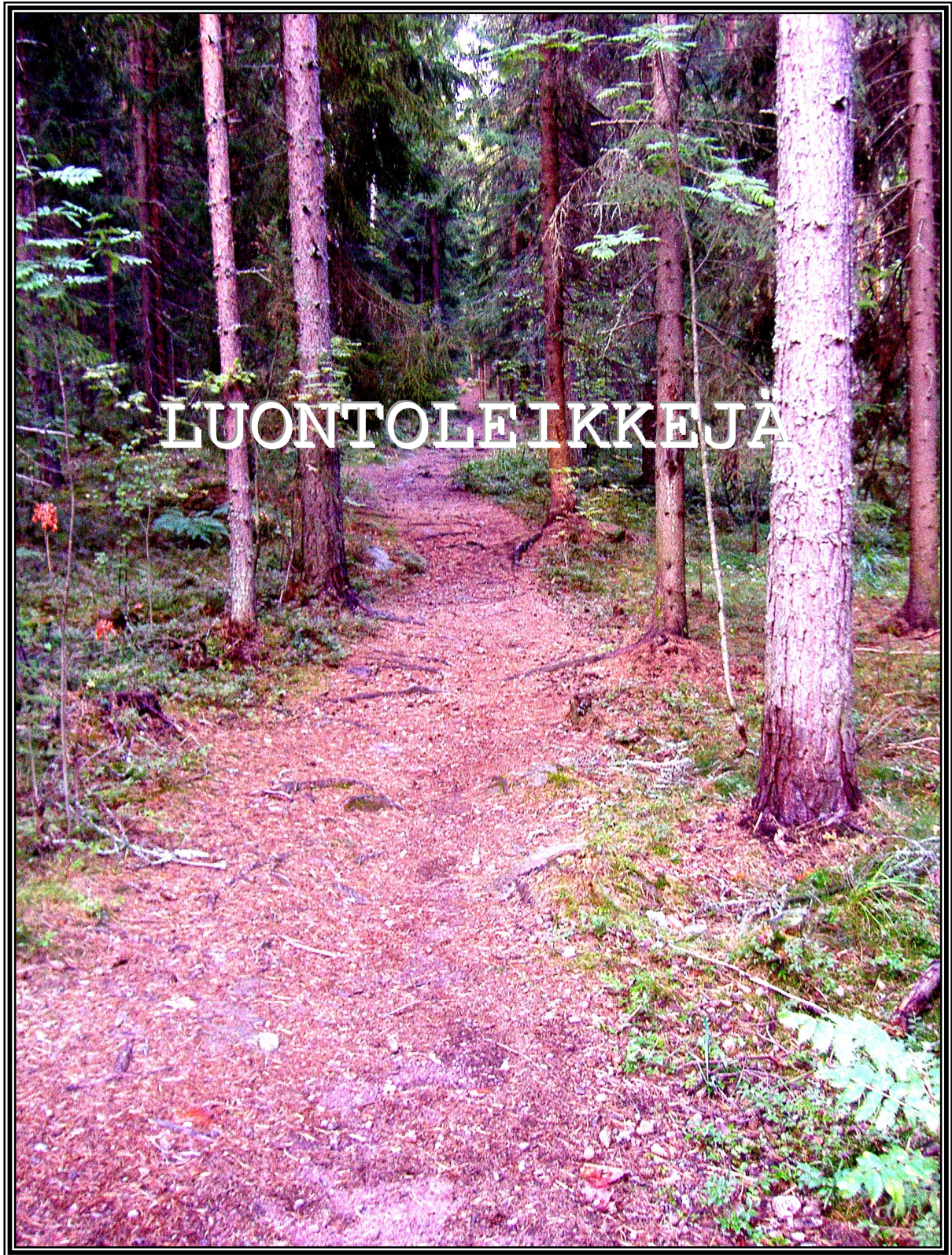
Wahlström, Riitta 2006. Ekoterapeutti, kasvatustieteen lisensiaatti, psykologi. Luontoterapiakurssi 12 - 13.5.2006 suullinen tiedonanto. Nastola: Nikko Park.

Wikipedia 2007. Vapaa tietosanakirja. Päivitetty 25.1.2007.
<<http://fi.wikipedia.org/wiki/Luonto>> Luettu 7.2.2007.

Willamo, Risto 2004: Ympäristö – Luontoa vai kulttuuria. Teoksessa Cantell, Hannele (toim.): Ympäristökasvatuksen käsikirja. Juva: WS Bookwell Oy.

Östberg, Riika 2006. Toimintaterapeutti. Kysely 21.8.2006. Anjalankoski.

Östberg, Riika 2006 - 2007. Toimintaterapeutti. Toimintaterapeutin havainnot marraskuu 2006 - tammikuu 2007. Anjalankoski.



HAKEMISTO:

| | |
|---|----|
| Maaleikit..... | 1 |
| Hammaslääkäri..... | 1 |
| Hiekkaan hautautuminen..... | 1 |
| Hiekkaenkelit..... | 1 |
| Hiekkasyntymäpäiväkakku..... | 1 |
| Kivelle kiipeäminen..... | 1 |
| Kiven potkiminen..... | 1 |
| Kiven maalaaminen..... | 1 |
| Kivien heittäminen..... | 2 |
| Kiviiltä hyppiminen maahan..... | 2 |
| Oma kivi..... | 2 |
| Savista ruokaa..... | 2 |
| Vaikeat asiat kuoppaan..... | 2 |
| Vesileikit..... | 3 |
| Kivien tiputtaminen saaviin..... | 3 |
| Lumihippa..... | 3 |
| Lumilinna, lumileikit, lumimaja..... | 3 |
| Lumitalo..... | 3 |
| Lätäköissä hyppiminen..... | 3 |
| Sadetanssi..... | 3 |
| Veden kiittäminen..... | 3 |
| Yhteys veden henkiin..... | 4 |
| Eläinleikit..... | 5 |
| Akvaario..... | 5 |
| Eläinorkesteri..... | 5 |
| Eläinten terapiaa..... | 5 |
| Hyttysenpistokilpailu..... | 5 |
| Leppäkerttujen elämää..... | 6 |
| Loukot ja ansat..... | 6 |
| Matojen formulakisat..... | 6 |
| Matojen pelastuspartio..... | 6 |
| Sorsien tiirailu ja syöttäminen..... | 6 |
| Kasvistoleikit..... | 9 |
| Biokylpy..... | 9 |
| Kaislavene..... | 9 |
| Kukkakimppuja ja seppeleitä..... | 9 |
| Lahja/ilonlähde kaverille..... | 9 |
| Lehtien kerääminen..... | 9 |
| Marjojen poimiminen..... | 9 |
| Oma kasvimaata..... | 10 |
| Ruuholla/lehdellä viheltäminen..... | 10 |
| Metsäleikit..... | 11 |
| Ansot..... | 11 |
| Kymmenen tikkua laudalla ja muita ulkoleikkejä..... | 11 |
| Luonnossa kävely..... | 11 |
| Luontopolku..... | 11 |
| Luontosairaala..... | 12 |
| Mihin saa astua..... | 12 |
| Oma paikka..... | 12 |
| Oma voimapaikka..... | 12 |
| Parin etsiminen..... | 12 |
| Valopiilo..... | 12 |
| Värien etsiminen..... | 12 |
| Puuleikit..... | 15 |
| Etsi puu joka kutsuu..... | 15 |
| Kaarnalaiva..... | 15 |
| Käpyeläimet..... | 15 |
| Majan rakentaminen..... | 15 |
| Metsän kuningas..... | 15 |
| Oma puu..... | 15 |
| Puiden soinnin kuunteleminen..... | 15 |
| Tarkkuusheitto kävyillä..... | 15 |
| Tasapainoilua ja kiipeilyä..... | 16 |



Hammaslääkäri

Läheisessä metsässä oli rapakivikallio. Siellä me leikittiin hammaslääkärinä ja poistettiin tikulla raaputtamalla potilaalta (kalliolta) hampaita. Joskus rassaaminen kesti kauankin, joskus hampaita vaan lenteli kun sopiva kohta löytyi. (Vastaja 3.)

Hiekkaan hautautuminen

Kaivetaan kuoppa, johon lapsi asettuu makaamaan. Huomioitava, että kasvot ja korvat eivät mene hiekkaan. (Wahlström, Riitta 2006: Luontoterapiakurssi.)

Hiekkaenkelit

Hiekkaenkelit samalla tavalla kuin lumienkelit talvella (Vastaja 3).

Hiekkasyntymäpäiväkakku

Hiekkalaatikolla tehdään hiekkakakkuja ja sitten niitä koristellaan, laitetaan tikusta kynttilä ja puhalletaan. "Onnea, onnea, sinulla on syntymäpäivä!" (Vastaja 3.)

Kivelle kiipeäminen

Lapsena oli upeaa kiivetä korkeisiin paikkoihin mukaan lukien isot kivet, joita etsittiin lähimetsästä. Sinne oli mukava rakentaa jokin erityinen leikki. Aikuiset eivät päässeet kivelle, koska se oli lasten valtakunta. (Vastaja 2.)

Kiven potkiminen

Huomasin lapsena mielenkiintoisen seikan kivistä, kun potkaisee kierrepotkulla kiveä, kiertää se ns. väärin tai oikein, mutta eri suuntaan kuin jalkapallo (Vastaja 1).

Kiven maalaaminen (Vastaja 3).

Kivien heittäminen (Vastaja 3).

Kiviltä hyppiminen maahan (Vastaja 2).

Oma kivi

Lapsi etsii itselleen, ystävälleen tai aikuiselle kiven. Lapsi voi etsiä itselleen kiven, joka voi olla lapsen voimakivi. Lapsi voi kertoa mitä kivi hänelle kertoo. Kiviä voi etsiä myös ystäville lahjaksi. Lapsi voi etsiä luonnosta kauneimman kiven, joka tuntuu hyvältä ja joka ikään kuin vetää lasta puoleensa. (Wahlström, Riitta 2006: Luontoterapiakurssi.)

Savista ruokaa

Yhteen kohtaan pihalla kasaantui aina sateen jälkeen hyvä savilöllöpaikka. Siitä löllöstä leivottiin makoisia lihapullia ja rullattuihin leskenlehden lehtiin saatiin mahtavat lihapiirakan täytteet savesta, kivistä, marjoista, pilkokuista sienistä yms. Kioskileikit parhaimmillaan. (Vastaja 3.)

Vaikeat asiat kuoppaan

Lapsi kaivaa maahan kuopan, johon voi heittää murheensa pois. Murheita voi symbolisesti edustaa kivet, kävyt tai jotkin muut luonnon materiaalit. (Wahlström, Riitta 2006: Luontoterapiakurssi.)





Kivien tiputtaminen saaviin

Jokaisesta saaviin tai ämpäriin tiputetusta kivistä lähtee erilainen ääni. Kivet pääsevät eri vauhdilla pohjaan, maaliin. Voi sitä ilon määrää, kun kivet otetaan ämpäristä yksitellen pois. Ihmeteltävää riittää, kun aurinko kuivattaa kiven pinnan ja kuinka se kastuu uudestaan heittäessä kiven takaisin veteen. (Vastaja 2.)

Lumihippa

Umpihankeen tallasimme sokkeloisia reittejä, joita pitkin tuli juosta hippaa karkuun. Jos poikkesi radalta jäi itse hipaksi. (Vastaja 4.)

Lumilinna, lumileikit, lumimaja (Vastaja 4).

Lumitalo

Talvella tampattiin lumihankeen talot. Oli kulkukäytävät ja makuuhuoneet, keittiöt, olkkarit lumihuonekaluineen. (Vastaja 3.)

Lätäköissä hyppiminen

Jokainen lätäkkö on hypittävä, kaatosateella on saatava juosta pyrähdys sateessa. Vettä ei mikään voita, on se sitten ämpäriissä, lätäkössä tai järvessä. (Vastaja 3.)

Sadetanssi

Lapsi voi tanssia tai liikkua musiikin tahdissa luonnossa, toivoa sadetta, laulaa sateelle, rummuttaa tai vaikka keksiä loruja tai satuja sateelle. (Wahlström, Riitta 2006: Vesi ja Äiti maan juhla-kurssi).

Veden kiittäminen

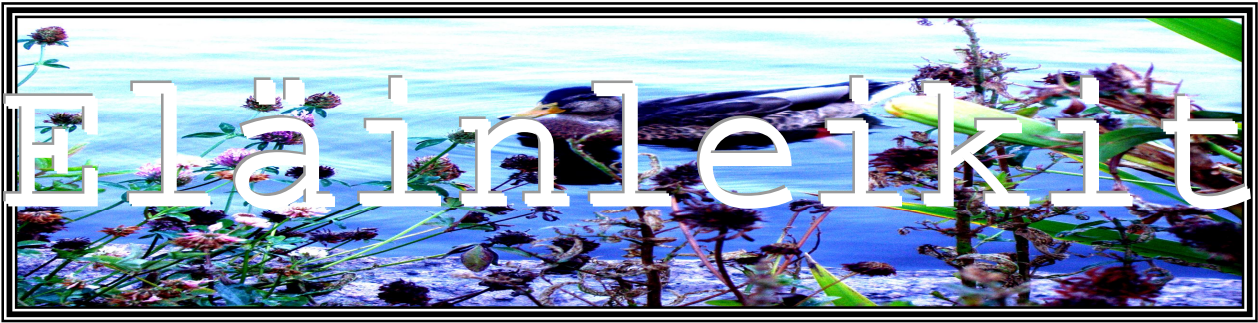
Kiitetään vettä. Keksitään erilaisia kiitoksen aiheita vedelle. Mietitään yhdessä mihin tarvitsemme vettä. Vettä voi maistaa, pullottaa tai kerätä sitä johonkin astiaan. (Wahlström, Riitta 2006: Vesi ja Äiti maan juhla-kurssi.)



Yhteys veden henkiin

Mennään veden äärelle ja keskitytään esimerkiksi silmät kiinni tuntemaan veden läsnäolo.

Vesi voi kutsua sinut tanssimaan tai muuten liikkumaan. (Wahlström, Riitta 2006: Vesi ja Äiti maan juhla-kurssi.)



Akvaario

Ongituille kaloille, jotka olivat säilyneet kuljetuksen ajan hengissä, rakennettiin akvaario isoihin vesisankoihin. Akvaariossa oli hiekkaa, vettä ja kasveja. Kalat tosin kuolivat nopeasti happikatoon. (Vastaaaja 2.)

Eläinorkesteri

Velipoika pyydysti piiltipurkkiin (jonka kanteen oli tehty reikiä) kimalaisia ja sitten kaikki saatiin kuunnella kimalaisradiota (Vastaaaja 3).

Eläinten terapiaa

Ystävälliset eläimet ovat lapsille (ja aikuisille) todella terapeuttisia. Olen huomannut, että jos lapsella on paha mieli, niin ystävällinen koira saa silityksiä osakseen ja poistaa mielipahaa. (Vastaaaja 5.)

Hyttysenpistokilpailu

Lapsena piti kilpailla kaikesta. Otimme muun muassa kisaa siitä, kumpi kestää hyttysparven keskellä enemmän pistoja. Hyttysiä ei saanut tappaa. Vesisaaveista etsimme hyttysentoukkia, joiden uimakisoja tarkkailimme. (Vastaaaja 2.)

Kärpäsen talutus

Etsin ikkunalaudalta pökertyneitä kärpäsiä, jotka päästin takaisin luontoon. Sidoin ensin kärpäsillemme talutushihnan pään ympärille. Narun sitomisessa piti olla hyvin varovainen, ettei pää irtoa. (Vastaaaja 2.)

Leppäkerttujen elämää

Leppäkerttuista piti luonnollisesti laskea aina täplät, lennättää niitä ja syöttää niille kirvoja. Otin ison raparperinlehden ja tein sen päälle leppäkerttujen kodin, jossa oli kivistä tehtyjä penkkejä ja oksista punottuja tuoleja. Etsin kotiin leppäkerttuja yleensä noin neljä; isän, äidin ja kaksi lasta. Etsin perheelle kirvoja syötäväksi puiden, kuten koivun lehdiltä. Läimäyttäessäni kädet yhteen lehden molemmilta puolilta, jäi käteen yleensä monta kirvaa. Vein kirvat leppiksille syötäväksi. Oli hauska katsella niiden toimintaa kirvojen kanssa. (Vastaja 2.)

Loukot ja ansat

Katiskojen ja hiirenloukkojen tarkastus (Vastaja 3).

Matojen formulakisat

Jokainen etsii madon. Madolle keksitään nimi ja katsotaan kenen mato voittaa, edetessä ennalta määrätyn matkan verran. (Vastaja 8.)

Matojen pelastuspartio

"Äiti, mennäänkö ulos pelastamaan kastematoja?" kysyy 3-vuotias tyttäreni kaatosateella. Matoja etsitään sateella lätäköistä ja pelastetaan ne kuivalle maalle. (Vastaja 3.)

Sorsien tiirailu ja syöttäminen (Vastaja 3).



”Isommat eläimet kuten hevoset rauhoittavat lapsia, vaikeivät lapset tekisi muuta, kuin silittäisivät niitä. On myös hämmästyttävää, kuinka hevonen tietää, että sen selässä on lapsi tai muuten ratsastustaidoton. Silloin se kulkee todella kauniisti ja antaa tehdä itselleen lähes mitä vain. Tästä todella liikuttava esimerkki oli pieni poika, jota kutsuttiin vaikkapa Mimiksi. Hän oli 4-vuotias ja sairasti tautia, jonka vuoksi hän oli pienempi kuin 1-vuotias pikkusiskonsa. Mimi kävi pari kertaa ratsastamassa meillä. (Hän kuoli pian viimeisen ratsastuskerran jälkeen verenvaihdon tuomiin vaikeuksiin.)

Mimi ratsasti Mammalla. Mamma on todella ihana hevonen, juuri minulle sopiva. Ennen ratsastusta hevosia tietysti harjataan, ainakin jonkin verran. Mimi oli myös puuhassa innolla mukana. Ainoana hankaluutena hänellä oli se, ettei meinannut ylettyä hevoseen. Hänelle ehdotettiin, että häntä kannatellaan niin, että ylettyy paremmin. Se ei hänelle käynyt. (Eihän toisiakaan harjaajia pidetty sylissä!) Niinpä Mimi harjasi Mammaa omilla jaloillaan seisten. Vaikka Mamman säkäkorkeus ei ole kuin noin 130 cm, ei Mimi ylettynyt harjaamaan kuin Mamman mahan alta. Mamma seisoi täysin paikallaan tietäen, että pieni lapsi on melkein sen mahan alla.

Viimeisellä ratsastuskerralla Mimi ei halunnut ratsastaa paljon. Hän halusi sitten taluttaa Mammaa. (Tuntui ensin aika häkellyttävältä, että niin pienikokoinen puhuu ja kävelee ihan kuin ikäisensä.) Niinpä hän talutti sitten Mammaa riimunnarulla. Vieläkin näen silmissäni tuon kuvan. Mutta

tuo yhteys, mikä oli pienen-pienen pojan ja hevosen välillä, oli sellaista, että nytkin minulla kulkee kylmät väreet sitä ajatellessa.” (Kokemus 2.)

”Olen ollut äärimmäisen onnekas ja päässyt kokemaan ajan jolloin lehmiä käyskenteli laitumilla lähes kaikkialla. Osallistuin kesäisin perinteisiin heinätöihin, jotka osaltani tosin päättyivät ennen aikojaan allergian viedessä voiton pellolla touhuamisesta. Kaupungissa kasvaneelle nämä kokemukset toimivat kuitenkin äärettömän lämpiminä muistoina.” (Kokemus 1.)



Biokylpy

Lapsi kerää kasveja, joiden sekaan hän menee kylpemään (Wahlström, Riitta 2006: Luontoterapiakurssi).

Kaislavene

Rannalla kasvavista kaisloista rakensimme kaislaveneitä tai oikeastaan lauttoja, jotka kestivät lasten painoa. Niiden päällä temppuilimme niin, kuin nykyajan lapset kumiveneillä ja ilmapatjoilla. (Vastaaaja 4.)

Kukkakimppuja ja seppeleitä

Kukkaseppeleitä pystyy solmimaan aika monenlaisista kukista. Lapset eivät tarvitse alkuun kovinkaan paljon opastusta. On meillä tehty makoisia voikukkaseppeleitä hevosillekin. (Vastaaaja 5.)

"Äitienpäivä" kajauttaa tyttö heleällä äänellä ja kantaa milloin minkä luonnonkukkakimppun minulle (Vastaaaja 3).

Lahja/ilonlähde kaverille

Lapsi voi miettiä minkä lahjan luonnosta haluaisi antaa kaverille tai jollekin tutulle henkilölle lahjaksi. Lapsi etsii lahjan luonnosta ja voi kertoa miksi haluaisi tämän lahjan antaa läheiselle. (Wahlström, Riitta 2006: Luontoterapiakurssi.)

Lehtien kerääminen

Haravoimme syksyn lehdistä ison kasan, johon teimme kuperkeikkoja ja erilaisia taitohyppyjä. Hyppyjä tehtiin lehtikasaan suoraan maantasolta, keinusta tai puuhun asennetusta liaanista. (Vastaaaja 7.)

Marjojen poimiminen

Lapsen ilo on ollut silmiinpistävä, saadessaan itse kerätä marjoja pusvista. (Vastaaaja 2).



Marjojen kerääminen ja maistaminen. Mustikoiden syöminen suoraan varvuista. (Vastaja 3.)

Kesäheinään pujotetut ahomansikat ja mustikat maistuu ihan toiselle kun kupista popsit. (Vastaja 3.)

Oma kasvima

Pieni kaistale maasta, johon rakennettiin kepeistä reunapuut ja niiden väliin narut.

Kaistaleelle kylvettiin jotakin siemeniä. Toiselle palstalle annettiin luonnon kasvattaa omia kasvejaan. (Vastaja 2.)

Ruoholla/lehdellä viheltäminen

Kun ruohonkorren laittaa peukaloiden väliin ja puhaltaa sopivasta

kulmasta, saa aikaan vihellyksen. Esim. sireeninlehdellä voi viheltää, kun tekee keskelle pienen halkeaman, kiristää sen tiukalle peukalon ja etusormen tekemän ympyrän päälle ja puhaltaa. Ääni ei ole ihan vihellys, vaan muistuttaa enemmän pierun ääntä. (Vastaja 5.)



"Omat lapset maistavat kaikkea luonnosta ennakkoluulottomasti" (Kokemus 3).



Metsäleikit

Aarteen etsintää

Teimme itsellemme tai toisillemme aarrekarttoja pihamaalle. Aarteena löytyi jokin hieno luontoesine tai useimmiten jokin uusi selvitettävä tehtävärasti. (Vastaaaja 2.)

Löydettiin joskus villasukkan raasu puunoksalta ja sen jälkeen silmä tarkkana joka reissulla etsittiin josko mörrimöykkyjä näkyisi. Kannettiin metsästä jos jonkinmoista aarretta päiväkodille ja askarrettiin mitä niistä ehdittiin. (Vastaaaja 3.)

Ansat

Ansoja rakennettiin erilaisiin kuoppiin ja onkaloihin. Kuoppien päälle laitettiin oksia ja havuja sekä lehtiä. Ansat rakennettiin, jotta yöllä olisi saatu villieläimiä kiinni. (Vastaaaja 2.)

Kymmenen tikkua laudalla ja muita ulkoleikkejä

kaikki ulkoleikit, kuten kirkon rotta, twisttaus, hyppynaruilla hyppiminen, piilo- ja sokkoleikit sekä kaikki palloilu ja muut itse keksimät juoksu- tai muut kilpailuhenkiset leikit, ovat koko lapsuuden ajan parhaimpia muistoja. (Vastaaaja 6.)

Luonnossa kävely

Kävely metsäpolkuja pitkin auttaa tasapainoa. Kun kävellään umpimetsässä, on maassa risuja, joita on ylitettävä. Vaatii enemmän. (Vastaaaja 5.)

Luontopolku

Tutkimusmatkoja lähimetsiin. Retkillä oli aina mukana retkievaitä ja selviytymisvälineitä petoeläimiä varten, kerhokassissa, jonka olimme itse kankaasta ommelleet. Laukusta löytyi myös tutkimusvälineitä, kuten hanskoja, suurennuslasi ja lasipurkki, jos metsästä löytyy jotain ihmeteltävää. Kirjasimme omaan luontopäiväkirjaan retkihavainnot ylös. Myöhemmin kirjaa tutkiessa löytyi sivuilta liimattuna höyheniä ja kuivattuja kasveja, jotka

edelleen ovat hyvin säilyneitä. Osa tutkimusmatkoista oli vakoiluretkiä. Hiivimme hiljaa metsässä ja yritimme nähdä eläimiä. Myös mahdollisia ihmisiä tarkkailtiin. (Vastaaaja 7.)

Luontosairaala

Etsimme luonnosta roskia, katkenneita oksia, vaurioituneita kasveja, joita pelastuspartiomme hoivasi. Katkenneet oksat sidoimme ruohonkorsilla tai isoilla lehdillä, uskoen niiden juurtuvan yhteen. Roskat keräsimme luonnosta pois. Samalla löytyi luontoon heitettyjä pulloja, joita veimme kauppaan, saaden hyvin karkkirahaa. (Vastaaaja 3.)

Mihin saa astua

Sovitetaan mihin saa astua, esimerkiksi vain kiville tai puun juurille (Vastaaaja 2).

Oma paikka

Lapsi etsii metsästä oman paikkansa ja tekee sinne oman elämänsä ympyrän. Ympyrän voi rakentaa konkreettisesti luonnon elementeistä tai muuten kuvitteellisesti piirtää maahan tai paikkaan ikään kuin oman pesänsä. (Wahlström, Riitta 2006: Luontoterapiakurssi.)

Oma voimapaikka

Lapsi etsii oman voimapaikan metsästä, jossa on hyvä olla (Wahlström, Riitta 2006: Luontoterapiakurssi).

Parin etsiminen

Aikuinen näyttää jotakin esimerkiksi kiveä ja lapsi etsii metsästä samanlaisen. Metsästä on tosin vaikea löytää kiviä. (Vastaaaja 2.)

Valopiilo

Valopiilossa idis oli sama kuin esim. normaali piilosta leikissä, mutta sitä oltiin iltaisin pimeellä, ja kaikilla piti olla taskulamput. Ja sit muut meni piiloon, ja se kuka oli etsijä, etsi sitten ympäri metsää taskulampun kanssa piilossa olevia. Sitten kun jäi itse kiinni, osallistui myös muiden piilossa olevien etsintään. (Vastaaaja 6.)

Värien etsiminen

Etsitään erilaisia värejä metsästä (Vastaaaja 2).



”Olihan muksut kömpelöitä ja ihmeissään aluksi kun ei ollut leluja ja jalkoja piti nostaa juurien yli, mutta hyvin pian alkoivat kaatuilut vähentyä. Eikä juuri parin ensimmäisen kerran tarvinnut houkutellessa muksuja metsäretkelle, vaan pidemminkin toppuutella ettei pihasta voi ihan aina reissuun lähteä. Siellä sitten alettiin laajentaa reviiriä niin, että kuljettiin ensin isompia polkuja ja polun reunustoja. Vähitellen mentiin aina vaan kapeampia kinttupolkuja ja yllätyttiin mistä löydettiin takaisin.” (Kokemus 3.)

”On outoa ajatella elämää ilman metsää. Se on osa olevaa elinympäristöä.” (Kokemus 1.)

*”Voi sitä touhun määrää; muksuja puissa, kivillä, kannoilla ja kuopissa. Joku rakensi kiikkulautaa kaatuneista puunrungoista, toinen tasapainoili toisella rungolla, joku hyppi kiviltä pituutta sammalikkoon, joku pommitti kävyillä puita...”
(Kokemus 3.)*

*”Kuten kuka tahansa ikäiseni mies, olen lapsena leikkinyt runsaasti metsissä. Metsässä kiipeiltiin puissa, oltiin piilosilla, rakennettiin majoja tai tiirailtiin eläimiä. Joskus viritimme katajasta jousipyssyt sotaleikkejä varten.”
(Kokemus 1.)*

*”Lapset nauttivat, vanhemmat olivat vapautuneempia ja luonto teki kyllä tunnelmanluojana oman tehtävänsä. Ei ole niin hymyileviä kasvoja ja sellaista puheensorinaa kuulunut ihan hetkeen toisilleen entuudestaan vieraista ihmisistä. Se ilta kyllä yhdisti vanhempia ja henkilökuntaa.”
(Kokemus 3.)*

”Ihmeen tylyä vastarintaa ja nurinaa muulta henkilökunnalta kun minä ulkoilisin mahdollisimman paljon. Lapsille ei jää leikkiaikaa. Eihän nyt tällaisella kelillä. Niinpä:)” (Kokemus 3.)

”...ettei mitenkään ole leikitty, vaan oltu luonnossa. Tuossa on suuri ero. Keinotekoinen leikkiminen on keinotekoista leikkimistä. Luonnossa olemisessa pääsee luonto itse vaikuttamaan lapsiin ja aikuisiin. Kyllähän tuo luonto itsessään sitten houkuttelee jotain tekemäänkin, kun pistää mielestä pois suorituspainheet.” (Kokemus 2.)



Puuleikit

Etsi puu joka kutsuu

Kävele, puun luokse, joka kutsuu sinua yksin tai parin kanssa (Wahlström, Riitta 2006: Luontoterapiakurssi).

Kaarnalaiva

Rakennettiin laiva kaarnasta ja löytösulasta (Vastaaaja 3).

Käpyeläimet

Kävyistä ja tikuista olen tehnyt alkuun lapsille eläimiä. Aika nopeasti he tekivät niitä itse, rakensivat aitauksia ja leikkivät niillä. (Vastaaaja 5.)

Majan rakentaminen

Isoveljen opastuksella puuhun, metsään tai vaikkapa ojiin rakennettiin erilaisia majoja risuista ja oksista (Vastaaaja 4).

Metsän kuningas

Lapsi etsii metsästä tai luonnosta kuningaspuun. Puun luona voidaan hiljentyä, laulaa tai vaikkapa keksiä jonkun laulu tai runo puulle. (Wahlström, Riitta 2006: Luontoterapiakurssi.)

Oma puu

Lapsi etsii oman puun luonnosta, joka jollakin tapaa puhuttelee tai muuten koskettaa lasta. Lapsi voi kertoa, mitä puu kertoi hänelle: Oliko puulla jokin salaisuus tai kertomus lapselle. Lisäksi lapsi voi kertoa miksi hän piti puusta. Lapsi voi johdattaa aikuisen, jolla on silmät kiinni, oman puun luokse kyläilemään. (Wahlström, Riitta 2006: Luontoterapiakurssi.)

Puiden soinnin kuunteleminen

Metsässä lyödään kuivalla kepillä puiden kylkeen. Eri puut soivat aivan eri tavalla. (Vastaaaja 5.)

Tarkkuusheitto kävyillä

Käpyjä heitetään tiettyyn kohteeseen. Säännöt voi luoda itse. (Vastaaaja 5.)

Tasapainoilua ja kiipeilyä

Tasapainoilu puiden rungoilla, kiikkulaudan rakentaminen kaatuneista puiden rungoista ja kiipeily puihin ja kannoille (Vastaja 3).

Kiivettiin puuhun ja livuttiin oksia pitkin alas (Vastaja 4).

Lapset ovat aina saaneet kiivetä puuhun. Olen pitänyt periaatteena, että autan vain alaspäin, en ylös. (Vastaja 5.)

Puujalat (Vastaja 2).

Puuhun viritetty liaani ja sillä keinuminen (Vastaja 2).

LÄHTEET:

Vastaajat 1 - 8 sekä kokemukset 1 - 3: Luontoleikkejä ja kokemuksia luonnosta. Sähköiset yhteydenotot 1.6 - 1.10.2006. Kouvola.

Wahlström, Riitta 2006: Luontoterapiakurssi. Ekoterapeutti, kasvatustieteiden lisensiaatti, psykologi. Luontoterapiakurssin käytännönharjoitukset 12 - 13.5.2006. Nastola: Nikko Park.

Wahlström, Riitta 2006: Vesi ja Äiti maan juhla-kurssi. Ekoterapeutti, kasvatustieteiden lisensiaatti, psykologi. Vesi ja Äiti maan juhla-kurssin käytännönharjoitukset 12.8.2006. Nastola: Nikko Park.