



LAPIN YLIOPISTO  
UNIVERSITY OF LAPLAND

# Luokanopettajan luontoyhteys

Luokanopettajan omia käsityksiä luontoyhteydestä

Pro gradu -tutkielma

Marja Kaisanlahti

Kasvatustieteiden tiedekunta

Luokanopettajakoulutus

Lapin yliopisto

Kevät 2025

## **Lapin yliopisto, kasvatustieteiden tiedekunta**

**Työn nimi:** Luokanopettajan luontoyhteys – Luokanopettajien omia käsityksiä luontoyhteydestä

**Tekijä:** Marja Kaisanlahti

**Koulutusohjelma/oppiaine:** Luokanopettajakoulutus

**Työn laji:** Pro gradu -tutkielma  Lisensiaatintutkimus

**Sivumäärä:** 52

**Vuosi:** 2025

## **TIIVISTELMÄ**

Tämä tutkimus tarkastelee luokanopettajan luontoyhteyttä hänen omien käsitystensä pohjalta. Tutkimuksen tavoitteena on saada luokanopettajat syventämään omaa ymmärrystään heidän luontoyhteydestään. Tutkimuksen tarkoitus on herättää ajatuksia ja pohdintaa erilaisista näkemyksistä ihmisen asemasta luonnossa.

Tutkimus on tehty fenomenografisella otteella. Tutkimusaineisto koostuu 11 luokanopettajan vastauksista kyselytutkimukseen, jossa oli kolme avointa kysymystä. Ensimmäinen kysymys käsittelee mielipaikkaa, toinen opettajan omia käsityksiä hänen luontoyhteydestään ja kolmas luokanopettajan kokemuksellista yhteyttä luontoon. Aineisto on analysoitu aineistolähtöisesti teemoittelun, tyypittelyn ja kvantifioinnin avulla.

Tutkimustulokset jakautuvat kolmeen kategoriaan, jotka on luotu kyselytutkimuksen kysymysten pohjalta. Kategoriat ovat mielipaikka, luontoyhteys ja, mitä teen luonnossa. Tulosten pohjalta on muodostettu tyypillisen luokanopettajan luontoyhteyden, jonka mukaan luokanopettajat kokevat luonnon emotionaalisella, aistillisella ja kokemuksellisella tasolla. Monille luokanopettajille luonto näyttäytyy hyvinvoinnin lähteenä, ja yhteys luontoon on alkanut muodostua jo varhaisessa lapsuudessa.

Asiasanat: luontoyhteys, luokanopettaja, mielipaikka, kyselylomake, fenomenografia

Tutkielma ei sisällä muiden kuin tekijän omia henkilötietoja

**University of Lapland, Faculty of Education**

**Title of Thesis:** Class Teachers Nature Relatedness – Class Teacher’s own Perceptions of Nature Relatedness

**Author:** Marja Kaisanlahti

**Program/Subject:** Teacher Education

**Type of Work:** Master’s Thesis  Licentiate Thesis

**Pages:** 52

**Year:** 2025

**ABSTRACT**

This study examines class teachers’ nature relatedness through their own perceptions. The aim of the study is to get class teachers to deepen their own understanding of their nature relatedness. The aim of the study is to stimulate thought and provoke reflection on different views of the human role in nature.

The study has been conducted using a phenomenographic approach. The research data consists of 11 class teachers’ responses to a questionnaire with three open-ended questions. The first question deals with the place of preference, and the second with the teacher’s own perception of nature relatedness, and the third with the class teacher’s experiential connection with nature. The data was analysed using thematic analysis, typification and quantification.

The survey results are divided into three categories, created on the basis of the survey questions. The categories are place of preference, nature relatedness and what I do in nature. Based on the results, a typical class teacher’s nature relatedness has been constructed, according to which class teachers experience nature on an emotional, sensory and experiential level. For many classroom teachers, nature is perceived as a source of well-being, and the nature relatedness has started to form in early childhood.

**Keywords:** Nature Relatedness, Class Teacher, Place of Preference, Questionnaire, Phenomenography

X This thesis does not contain personal data other than those of the author

## SISÄLLYS

<b>1 JOHDANTO</b>	<b>5</b>
<b>2 TEORIAA TUTKIMUKSEN TAUSTALLA</b>	<b>8</b>
2.1 LUONTOYHTEYS	8
2.2 LUONTO KOKEMUKSENA	12
2.3 LUONTO HYÖDYKKEENÄ JA YMPÄRISTÖKÄYTTÄYTYMINEN	14
2.4 LUONNON VAIKUTUS HYVINVOINTIIN	16
<b>3 TUTKIMUKSEN TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET</b>	<b>21</b>
<b>4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS</b>	<b>22</b>
4.1 TUTKIMUSMENETELMÄ	22
4.2 AINEISTONKERUU	24
4.3 AINEISTON ANALYYSI	25
4.4 ETIIKKA JA LUOTETTAVUUS	26
<b>5 TUTKIMUSTULOKSET</b>	<b>28</b>
5.1 MIELIPAIKKANI	28
5.2 LUONTOYHTEYTENI	32
5.3 MITÄ TEEN LUONNOSSA?	35
<b>6 TULOSTEN YHTEENVETO</b>	<b>38</b>
6.1 YHTEENVETO	38
6.2 TYYPILLINEN LUOKANOPETTAJAN LUONTOYHTEYS	41
<b>7 POHDINTA</b>	<b>43</b>
<b>LÄHTEET</b>	<b>47</b>

# 1 JOHDANTO

Viime vuosina luontoyhteyden tutkiminen on lisääntynyt etenkin ympäristökasvatuksen, kestävästä kehityksestä sekä ekososiaalisen sivistyksen näkökulmista. Kestävyysmurroksella tarkoitetaan toimia, joilla yhteiskunta pääsee lähemmäksi kestävästä kehityksestä. Kestävyysmurroksen toteuttaminen vaatii uutta tietoa ja ymmärrystä ympäristön tilasta, sekä ympäristötietoisuuden heräämistä. Tätä lähemmäksi päästään tutkimalla aihetta monipuolisesti. (Cantell 2023, 16.)

Kasvatustiedettä voidaan pitää kestävyysmurroksen kannalta oleellisena tieteenalana, sillä juuri ihmisen käyttäytyminen on keskeinen tekijä muutoksen toteutumisessa. Muutos vaatii arvojen ja käyttäytymisen muutosta. Muutosta saadaan aikaan koulutuksella. (Cantell 2023, 19.) Luokanopettaja pystyy vaikuttamaan omalla opetuksellaan oppilaiden asenteiden muutoksiin monin eri keinoin. Esimerkiksi opetuksen vieminen ulos jo itsessään auttaa oppilaita havainnoimaan luontoa ja sen moninaisuutta sekä lisäämään halua suojella ympäristöämme (Cantell 2023, 23).

Luokanopettajan luontoyhteys näkyy opetuksen painotuksessa ja siinä, miten opettaja mallintaa kestävästä elämäntapaa ja tuo luonnon ilmiöiden tarkkailua mukaan opetukseen. Kestävyysteemojen käsittely kouluissa koetaan haasteelliseksi, sillä siihen liittyvät käsitteet ovat moninaisia ja niiden merkityksiä ja eroja ei tunneta. Yksi tällainen käsite on ekososiaalinen sivistys, joka mainitaan myös perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa. (Cantell 2023, 17.) Ekososiaalisella sivistyksellä tarkoitetaan muun muassa ympäristön tilan vakavuuden ymmärrystä sekä kestävästä elämäntapaan pyrkimistä. Opetussuunnitelmassa korostetaan ekososiaalisen sivistyksen tärkeyttä sekä puhutaan koulujen tavoitteesta ohjata oppilaita omaksumaan kestävästä elämäntavat ja lisätä lasten ymmärrystä ihmisen luontoon kuuluvuudesta. (Opetushallitus 2014, 16.) Suoria toimintaohjeita opetussuunnitelma ei kuitenkaan anna, minkä vuoksi ympäristökasvatus jää opettajien vastuulle ja oman harkinnan varaan.

Tämän pro gradu -tutkielman tutkimuskysymys on ”Miten luokanopettajat kuvaavat yhteyttään luontoon?”. Tutkimuskysymys ja tutkimuksen aihe kumpuavat omasta mielenkiinnostani luontoa ja luontoyhteyttä kohtaan. Luokanopettajan tulee itse olla tietoinen, millainen yhteys hänellä on luontoon, ja miten tämä yhteys vaikuttaa hänen opettajuuteensa, jotta hän voi tukea oppilaiden luontoyhteyttä ja ekososiaalista sivistystä. Tässä tutkimuksessa ei tutkita opettajan pedagogisia valintoja vaan hänen omia käsityksiään luonnosta ja luontoyhteydestä. Keskeistä on herättää pohdintaa ja keskustelua luontoyhteydestä ja sen yhteiskunnallisesta merkityksestä.

Tämän tutkielman avulla tuodaan ilmi luontoyhteyden moniulotteisuus esittelemällä kattavasti aiheeseen liittyvää teoriaa. Tutkimus on toteutettu laadullisen tutkimuksen menetelmin. Tutkimuksen aineisto koostuu 11 opettajan vastauksista puolistrukturoituun kyselylomakkeeseen. Luontoyhteyden tutkimisessa tutkittavien omat käsitykset ja kokemukset ovat keskeisessä roolissa, minkä vuoksi tutkimusmenetelmänä toimii fenomenografia.

Tutkimuksen pääkäsite on luontoyhteys. Luontoyhteys käsitteenä kattaa yksilön suhteen luontoon useasta näkökulmasta. Luontoyhteys käsittää viisi ulottuvuutta, jotka ovat aineellinen, kokemuksellinen, kognitiivinen, emotionaalinen sekä filosofinen ulottuvuus. Aineellinen ulottuvuus tarkoittaa, että olemme riippuvaisia luonnon ”aineista”, kuten ilmasta ja vedestä. Kokemuksellisuudella tarkoitetaan haluamme viettää aikaa luonnossa. Kognitiivinen ulottuvuus käsittää tietomme luonnosta sekä asenteet ja uskomukset. Emotionaalisella ulottuvuudella tarkoitetaan luonnon herättämiä tunteita. Luontoyhteyden filosofisuus perustuu ihmiskunnan olemassaolon pohtimiselle suhteessa ympäristöön. (Ratinen 2023, 56.) Luontoyhteys-käsitteeseen syvennyttään tutkielman teoriaosassa.

Ymmärrystä ihmisen kuulumisesta luontoon pidetään keskeisenä, mutta ymmärryksen toteutuminen on ollut vähäistä. Ihmiset pitävät luontoa helposti itsestäänselvyytenä, mikä heikentää osaltaan luontoyhteyttä. Luontoyhteyden heikentyminen taas ilmenee yleisen stressin ja huonovointisuuden lisääntymisenä. Yhteys kuitenkin säilyy, vaikka emme sitä

tietoisesti huomioisi. Olemme aina osa luontoa, tahdoimme sitä tai emme. (Salonen 2005, 14.)

Luokanopettajilla on suuri vaikutus oppilaiden elämään ja tätä kautta mahdollisuus vaikuttaa tuleviin sukupolviin. Jotta me luokanopettajat pystymme estämään luontoyhteyden heikkenemisen, tulee meidän käsittää, miten oma yhteytemme luontoon näyttäytyy ja kuinka itse näemme itsemme osana tätä suurta kokonaisuutta. Tutkimuksen tavoitteena on herättää opettajien ajatuksia luontoyhteydestä ja saada käsitys siitä, minkä vuoksi oman luontoyhteyden pohtiminen on tärkeää tulevaisuuden turvaamisen kannalta.

## 2 TEORIAA TUTKIMUKSEN TAUSTALLA

### 2.1 Luontoyhteys

Tässä osiossa tuodaan esille luontoyhteyden käsitteen moniulotteisuus ja jäseneltävyyden hankaluus. Luontoyhteys koostuu ihmisen luontokäsityksestä eli siitä, millaista tietoa ihmisellä on luonnosta sekä henkilön omasta fyysisestä, psyykkisestä ja emotionaalisesta suhteesta luontoon. Ihmisen asema maailmassa on muuttunut historian saatossa, minkä vuoksi myös ihmisen luontoyhteydet ja -käsitykset elävät tässä muutoksessa. (Haverinen, Mattila, Neuvonen, Saramäki & Sillanaukea 2021, 17–18.) Luontoyhteys on henkilökohtainen asia, joka on jokaiselle erilainen. Luontoyhteyttä ei siis voida yleistää esim. ”suomalaisten luontoyhteys”, vaikka luontoyhteyksissä olisikin yhteneviä piirteitä. (Cantell 2021, 106.)

Luontoyhteyttä käsiteltäessä on hyvä ymmärtää, mitä tarkoitamme, kun puhumme luonnosta. Tieteen termipankin mukaan luonto määrittää ilmakehän sekä vesistöt eliöineen ja kasveineen. Luonto on jotakin, jota ihminen on muokannut vähän tai ei ollenkaan. Toisen määritelmän mukaan luonto on kaikki, mitä on olemassa. (Tieteen termipankki.) Luontoa on siis kaikkialla ja se voidaan jakaa luontoon ja ei-luontoon. Luonnon jakaminen luontoon ja ei-luontoon on ihmisen tarve. Luontoa voidaan pitää koskemattomana ympäristönä. Toisaalta ihminen käyttää luontoa markkinoidakseen tuotteita, vaikka olisi niitä käsitellytkin. Tämä on yksi esimerkki luonnon ja ei-luonnon rajan häilyvyydestä. Asfalttia voidaan pitää esimerkkinä ei-luonnosta, kun taas pelto on muokattu ympäristö, jossa luonnon ja ei-luonnon raja on häilyvä. (Willamo 2004a, 32–35.)

Arkipuheessa luonto käsitteenä erotetaan usein ihmisestä. Usein lauseessa sanotaan ”luonto ja ihminen”, eikä ihmistä liitetä osaksi luontoa. Näiden puheiden perusteella luonto on ei-inhimillistä ja enemmän vain paikka, johon mennään. On kuitenkin paljon asioita, jotka horjuttavat tätä määritelmää, kuten asfaltin lohkeamasta kasvava kukka. Voidaan myös miettiä, onko koskemattomaa ja epäinhimillistä luontoa enää olemassa.

Ihmisen toiminnan vaikutus näkyy kaikkialla, esimerkiksi metsissä päästöjen ja talousmetsien muodossa. Jos ihminen nähtäisiin osana luontoa, voisi se edistää taistelua ilmastokriisejä vastaan. (Soinnunmaa, Willamo, Helenius, Holmstörn, Kaikko & Nuotiomäki 2021, 65–66.)

Luontoon liittyvät arvot kuuluvat puheestamme. Puhumme ympäristöongelmista kohteettomasti eli tuomme asiat esille, kuin ne tapahtuisivat itsestään, esimerkiksi ”järvet rehevöityvät”. Ympäristöongelmien ratkomisessa koitetaan hoitaa luontoa, vaikka meidän kaikkien tulisi miettiä, mistä ongelmat johtuvat ja millaiset yhteiskunnan arvot ja rakenteet vaikuttavat näihin ongelmiin. Jo pelkän puheen muokkaaminen siihen, että ihminen tuodaan esille aktiivisena tekijänä, edistäisi ympäristöproblematiikan tiedostamista. (Willamo 2004b, 37–38.) Ihminen tunnustaa vain osan tekemisestään ja loppuja ”tuotteita” kutsutaan sivutuotteiksi. Esimerkiksi vedenpuhdistamo mahdollistaa puhtaan juomaveden ja kutsumme sitä tuotteeksemme, mutta puhdistamon aiheuttamat jätteet eivät ole meidän tuotteitamme, vaikka aiheutamme ne yhtä lailla kuin tuotamme puhdistetun vedenkin. (Williams 2003, 64.)

Ihmisen puheeseen ja arvoihin vaikuttaa hänen oma näkemyksensä itsestään osana luontoa. Yhteytemme luontoon ilmenee erilaisina ominaisuuksina, kuten hengittämisenä, mutta usein nämä ominaisuudet jäävät vain teoreettisen tiedon tasolle ilman käytännönläheistä tarkastelua. Jos ihmisen biologinen näkökulma unohdetaan, nähdään ihminen ”ilman suolistoa ja hapentarvetta”. Tämä biologinen yhteys ei kuitenkaan katkea niin kauan kuin ihminen hengittää. Ajatuksen tasolla luontoyhteys puuttuu. Luontoyhteys ei siis ole yksilön valinta, mutta sen tiedostaminen on. (Willamo 2004b, 37–38.) Synnyttyään ihminen tuntee ympäristönsä ja sen ominaisuudet luoden itselleen ekologisen minuuden eli alkuperäisen luontoyhteyden. Tämä luontoyhteys mielletään osaksi ihmisen kokonaisuutta. (Salonen 2007, 51.) Se, kuinka ihminen tiedostaa oman asemansa suhteessa luontoon, vaikuttaa ihmisen näkemykseen siitä, onko luontoyhteys valinta vai osa kokonaisuutta.

Luontoyhteyden aineellinen ulottuvuus sitoo meidät luontoon. Ihmiset ovat riippuvaisia luonnosta ja sen tarjoamista aineista, kuten ilmasta, auringon energiasta, vedestä ja

ravinnosta. Tätä riippuvuussuhdetta voidaan kutsua positiiviseksi riippuvuudeksi. Riippuvuuden tiedostamisen vähentyessä eli yksilön luontoyhteyden ollessa heikko, ihminen alkaa korvata riippuvuutta muilla riippuvuuksilla. Ihmisen myönteiseen riippuvuuteen liittyy oleellisesti ihmisen alkuperäinen luontoyhteys eli ihmisen biologisen kokonaisuuden kuuluminen osaksi luontoa. Alkuperäiseen luontoyhteyteen liittyvät vahvasti ihmisen tarpeet, kuten nälän ja janon tunne. Tämä alkuperäinen luontoyhteys häiriintyy helposti jo ihmisen elämän varhaisissa vaiheissa. (Salonen 2005, 47.)





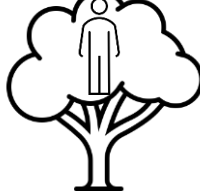
Biologisen näkökulman lisäksi luontoyhteydestä unohdetaan usein kehollisuus ja tekeminen. Kaikki ihmisen tekemä heijastuu yksilön luontoyhteydestä. Yhteyden vaikuttaa se, miten ihminen käyttäytyy metsässä, miten yksilö kulkee työpaikalleen, poimiiko yksilö marjoja tai kalastaako hän. Kaikki tämä kertoo ihmisen tavasta nähdä ja kokea luonto. (Willamo 2004b, 42.) Willamon (2005) mukaan ihmisen teot ovat oleellinen osa esimerkiksi ympäristöongelmia, ja ongelmia synnyttävät juuri teot eivätkä ajatukset. Tämän vuoksi tekojen liittäminen luontoyhteyden käsitteeseen olisi oleellista. Pelkkiin ajatuksiin pohjautuvaa luontoyhteyttä voisi kutsua ennemmin luontoasenteeksi eikä niinkään luontoyhteydeksi. (Willamo 2005, 180.)

Willamo on jakanut luontoyhteyden kolmeen eri näkemykseen, jotka muodostuvat ihmisen omasta kokemuksesta luontoon kuuluvuudesta ja kuulumattomuudesta (ks. taulukko 1). Länsimaisen ajattelun perusmalli on ensimmäinen näkemys, jossa ihminen ei kuulu luontoon. Luonto mielletään yksilön ulkopuolella olevaksi. Toinen näkemys taas käsittää ihmisen täydellisen kuulumisen luontoon. Tämä näkemys voidaan jakaa kahteen eri tyyppiin. Ensimmäisessä tyypissä ihminen mieltää itsensä osaksi luonnon kokonaisuutta ja toisessa tyypissä ihminen tarkastelee itseään suhteessa muuhun luontoon. (Willamo 2004b, 39–41.)

Kolmas näkemys luontoyhteydestä jakautuu myös kahteen tyyppiin. Näkemys pitää sisällään ekologisen ja inhimillisen ulottuvuuden. Näkemyksen mukaan ihminen mieltää itsensä biologisilta ominaisuuksiltaan osaksi luontoa, mutta näkee ihmisen älyn ja teknologisen osaamisen sen luonnosta erottavina ominaisuuksina. Ensimmäistä

alatyyppejä edustava yksilö näkee itsensä osittain luontoon, ekologiseen ympäristöön kuuluvana. Toinen alatyyppejä taas tarkastelee itseään suhteessa ulkopuoliseen ekologiseen ympäristöön. Tämä kolmas näkemys näkee siis ihmisessä kaksi puolta, joista toinen on osa luontoa ja toinen taas ei. (Willamo 2004b, 39–41.)

TAULUKKO 1 Willamon (2004) viisi näkemystä ihmisen luontosuhteesta (Willamon 2004b, 39.) Ihmisen paikka suhteessa puuhun symboloi ihmisen asemaa luonnossa.

Kuuluuko ihminen luontoon? Miten luontoyhteyttä tarkastellaan?	Ihminen ei kuulu luontoon	Ihminen on samanaikaisesti osa luontoa ja siitä erillinen toimija	Ihminen kuuluu luontoon
Tarkastellaan luontoa, joka nähdään ihmisen ulkopuolisena ilmiönä	1 Ihmisen suhde ulkopuoliseen luontoon 	2a Ihmisen suhde itsensä ulkopuoliseen ekologiseen ympäristöön 	3a Ihmisen suhde muuhun luontoon 
Tarkastellaan ihmisen suhdetta paitsi ulkoiseen, myös sisäiseen luontoon		2b Ihmisen suhde ekologiseen ympäristöön 	3a Ihmisen suhde luonnon kokonaisuuteen 

Luontokokemukset vaikuttavat yksilön luontoyhteyteen. Luontoyhteys muodostuu kuitenkin myös ilman aitoja luontokokemuksia. Esimerkiksi televisio-ohjelmat, joissa näkyy luontoa, muovaavat yksilön yhteyttä luontoon. Luontoyhteys ei siis edellytä kokemuksia metsässä. Luonnon laajuuden vuoksi luontoa on kaikkialla, joten yhteys kehittyy myös omassa kodissa. (Cantell 2021, 110.)

Nykyään yhä enemmän ihmisiä asuu kaupunkialueilla, mikä on vähentänyt ihmisten luontokokemuksia ja luontoon kuuluvuuden tunnetta. Kun luontoyhteys heikkenee, myös ihmisen kiinnostus luontoon vähenee. Vanhemmat siirtävät omia kokemuksiaan luonnosta lapsilleen. Jos vanhempien kokemukset ovat vähäisiä, on vaarana, että ajan myötä arvostus luontoa kohtaan hiipuu. Tämä vaikeuttaa ympäristönsuojelua. (Chawla 2020, 620.)

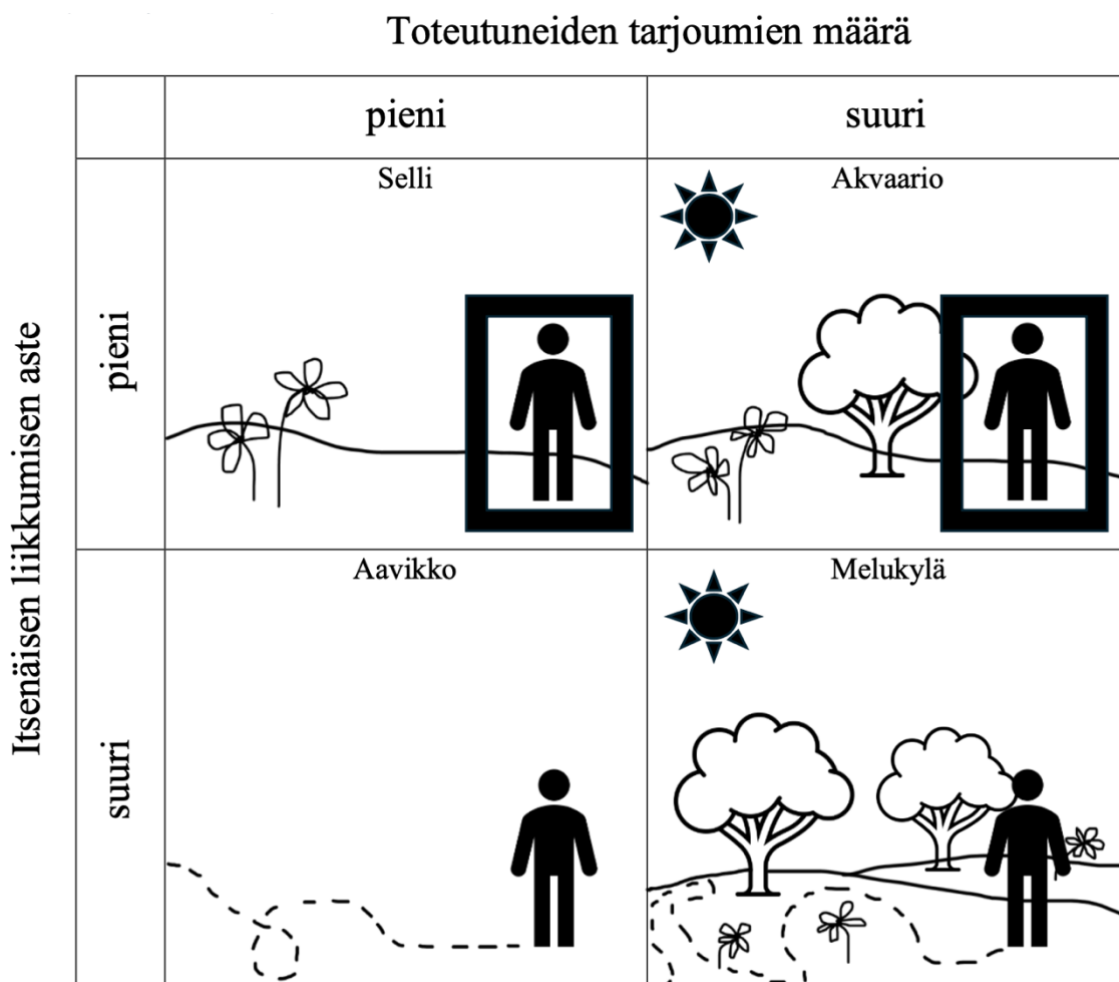
## 2.2 Luonto kokemuksena

Oma luontoyhteys kasvaa ja kehittyy lapsuudesta lähtien. Oma kasvuympäristö ja sen tarjoamat mahdollisuudet vaikuttavat siihen, millainen luontoyhteys yksilölle kehittyy. Marketta Kyttä on tutkinut lapsiystävällisen ympäristön piirteitä hyödyntäen psykologi James J. Gibsonin tarjounteoriaa, joka tarkastelee ympäristön tarjoamia mahdollisuuksia yksilön toiminnalle. Kyttä on muodostanut tutkimustensa pohjalta nelikentän (ks. taulukko 2), joka kuvaa ympäristön tarjontaa ja lapsen itsenäistä liikkumista ympäristössään. Nelikentän osat ovat nimeltään aavikko, selli, akvaario ja melukylä. Aavikko-tilanteessa lapsella on vapaus liikkua itsenäisesti, mutta ympäristön tarjonta on vähäinen. Sellissä taas lapsella ei ole vapautta tutkia ympäristöään, jolloin ympäristö ei myöskään kiinnosta. Nämä kaksi tapausta kertovat ympäristön monimuotoisuuden ja toimintamahdollisuuksien merkityksestä. (Cantell, Aarnio-Linnavuori & Tani, 2020, 37–38.)

Kaksi muuta asetelmaa ovat akvaario ja melukylä. Akvaario on yleinen tilanne nykypäivänä, jolloin ympäristön tarjouma on suuri, mutta lapsen liikkumista rajoitetaan turvallisuuden tai muun seikan vuoksi. Melukylää voidaan taas pitää ihanteellisena tapauksena, jossa ympäristön tarjouma on suuri ja lapsella on vapaus liikkua itsenäisesti ympäristössään. Tällöin lapsi saa runsaasti luontokokemuksia. Melukylä sanana viittaa kylään, mutta myös kaupunki voi tarjota tällaisen melukylän kaltaisen ympäristön. Nämä nelikentän osiot vaikuttavat myös myöhemmin siihen, miten yksilö näkee ympäristönsä ja, kuinka herkkä ihminen on ympäristössään tapahtuville muutoksille. (Cantell ym. 2020, 38.) Gibsonin tarjounteorian mukaan ympäristö tarjoaa ihmisille monipuolisia

toimintamahdollisuuksia. Nämä mahdollisuudet synnyttävät kokemuksia, joiden avulla ihmisen luontoyhteys vahvistuu.

TAULUKKO 2 Mukailee Kytän nelikenttää ympäristön tarjoumien ja lapsen itsenäisen liikkumisen perusteella (Cantell ym. 2020, 38).



Lasten ja aikuisten ero luontoyhteyden syntymisessä korostuu etenkin ympäristöä tarkasteltaessa. Aikuinen näkee ympäristön kokonaisuutena, mutta lapselle tällainen maisemien katselu voi olla tylsää. Lapsi sen sijaan kiinnittää huomiota yksityiskohtiin. Läheiset ihmiset vaikuttavat luontoyhteyden muodostumiseen, ja yhteiset kokemukset vaikuttavat positiivisesti luontoyhteyden vahvistumiseen. Nuoruusiällä kavereiden kanssa vietetty aika menee luonnossa liikkumisen edelle, mutta yhteys luontoon elpyy iän karttuessa. Ihmisten lisäksi eläimet vaikuttavat etenkin lasten ympäristösuhteeseen luoden positiivisia kokemuksia ja opettaen vastuun ottamista. (Cantell ym. 2020, 63–65.)

Luonnossa käydään paljon, mutta monen kokemukset luonnosta ovat paljon niukempia kuin luonnon tarjoamat mahdollisuudet. Tutkimusten mukaan luontoretket sijoittuvat usein päiväaikaan, jolloin ihmisiltä jää kokematta luonnon tarjoamat elämykset aamuisin, iltaisin ja öisin. Taivaalla öisin näkyvää ”tähtisadetta” menee vain harva katsomaan, mutta tuhannet kerääntyvät katsomaan uudenvuoden ilotulituksia. Päiväsaikaan myös eläimet ovat hiljaisimmillaan ja niiden näkeminen on vähäistä. (Willamo 2005, 181.)

### **2.3 Luonto hyödykkeenä ja ympäristökäyttäytyminen**

Yhteiskunnan kehitys on mennyt siihen suuntaan, että kaikkea halutaan enemmän ja enemmän ja kaiken tulee tapahtua entistä nopeammin. Tästä muutoksesta luonto on saanut maksaa suuren hinnan. (Salonen 2010, 35.) Ihminen on aina hyödyntänyt luontoa omaan käyttöönsä, ja tästä puhuttaessa voidaan ajattelutavat jakaa ihmiskeskeiseen ja luontokeskeiseen ajattelutapaan. (Haverinen ym. 2021, 17–18.) Nämä kaksi ajattelutapaa voidaan jakaa neljään eri perusasenteeseen. Nämä neljä asennetta ovat utilismi, humanismi, mystismi ja primitivismi. (Pietarinen 1987.)

Utilismi perustuu luonnon hyötykäyttöön ja ihmisten hyvinvoinnin lisäämiseen. Utilismissa luonto nähdään raaka-ainevarastona, jota hyödynnetään tekniikkaa lisäämällä edistämään ihmisten hyvinvointia. Utilismin haasteena on kuitenkin ajattelutavan tuhoava vaikutus luontoon. Luonnon tuhoutuessa myös ihmisten hyvinvointi heikkenee. Humanistisen ajattelutavan tavoitteena on ihmiskunnan jatkuva älyllinen, eettinen ja esteettinen kehittyminen eli täydellistyminen. Tämä edellyttää myös luonnon täydellistymistä. Luonnon täydellistymisellä tarkoitetaan luonnon tekemistä hyödyllisemmäksi ihmiselle sekä sen kaunistamista. Ajatuksen mukaan ihmisen tulee kehittää luonnon mahdollisuuksia, koska se ei itse pysty siihen. (Pietarinen 1987.)

Mystismin pääajatuksena on tuntee kuuluvuutta ja yhteyttä luonnon kanssa. Mystikon luonnonkuvan mukaan luonto muodostuu yhdestä isosta henkisestä kokonaisuudesta. Mystismin mukaan tekniikka on haitallista luonnolle ja estää ihmistä muodostamasta ykseyden luonnon kanssa. Primitivismin tavoitteena on tukea luontoa ja turvata sen itseisarvoinen toiminta. Sen mukaan ihmisellä ei ole minkäänlaista erityisasemaa

luonnossa vaan kaikki eliölajit ovat yhtä arvokkaita. Myös primitivismiin suhtautuminen tekniikkaan on kielteinen, ja tekniikka ajatellaan luonnon kannalta haitallisena. Tekniikan tapa parantaa ihmisen asemaa heikentää muiden lajien elinolosuhteita ja -tilaa. (Pietarinen 1987.) Vaikka Pietarisen (1987) näkemykset korostavat teknologian haitallisuutta luonnolle, nykypäivänä tutkimus osoittaa, että vahva luontoyhteys ja ympäristökasvatus voivat edistää kestävästä käyttäytymistä ja ympäristövastuullisuutta myös tekniikan osalta (Zelenski & Nisbet 2012; Willamo 2005).

Nyky-yhteiskunta pohjautuu vahvasti tieteeseen ja sivilisaatiokäsitykseen, jolloin ihminen ja luonto nähdään irrallisina toisistaan. Tämä johtaa tilanteeseen, jossa luonto ja ihminen taistelevat keskenään ympäristöstä ja elintilasta. Tällöin ympäristönsuojelua pidetään ihmisvihana ja ihmisten luoman tieteen ja talouden sabotoimisena. Ihmisen erkaantuessa luonnosta biologisten viettien sijaan ihmistä johdattelevat muun muassa mainokset ja välineet sekä toiset ihmiset. (Salonen 2010, 32–34.)

Luontoyhteys käsitteenä on merkityksellinen, kun tutkitaan ympäristöystävällistä käytöstä. Luontoyhteydessä on yksilöllisiä eroja, joita voidaan määritellä tiedon, tunteiden ja kokemusten kautta. Vahva luontoyhteys ennustaa vahvasti myös kestäviä elämäntapoja, käyttäytymistä ja asenteita. Syvän luontoyhteyden omaavat haluavat myös suojella luontoa. Vahva luontoyhteys viittaa myös ympäristöhuoliin kestävästä käyttäytymisestä lisäksi. (Zelenski & Nisbet 2012.) Myös Whitburn, Linklater ja Abrahamse (2019) osoittavat meta-analyysissään, että yksilö, jolla on vahvempi yhteys luontoon, sitoutuu todennäköisemmin ympäristötekoihin, kuten veden ja energian säästämiseen, kulutuksen vähentämiseen sekä luonnonsuojelujärjestöjen tukemiseen. Luontoyhteyden vahvistaminen muun muassa ympäristökasvatuksen kautta ja sen vaikutus ympäristötekoihin sitoutumiseen vaatii vielä lisää tutkimusta. (Whitburn, Linklater & Abrahamse 2019, 191.)

Luonnonsuojelu on ihmisen kädenjälkeä. Luonnonsuojelun toteuttamiseen vaikuttavat erinäiset sosiaaliset ja psykologiset tekijät, joiden kanssa ihminen on vuorovaikutuksessa. (Whitburn ym. 2019, 191.) Ihminen kasvaa ympäristövastuullisuuteen ja tähän suuri vaikutus on lapsuudella. Ympäristökasvatus on hyvä aloittaa jo varhaiskasvatuksessa ja

alaluokilla, sillä lapsen on hyvä olla tietoinen omasta ekologisesta puolestaan ja siitä, kuinka kaikki ympärillä oleva toimii. (Willamo 2005, 181.)

Tutkimusten mukaan myös aikuisten myönteinen asenne ja käytös ympäristöä kohtaan syntyvät lapsuudessa ja erityisesti luontokokemusten kautta. Lapsuuden luontokokemukset ovat merkittäviä vielä aikuisenakin. (Collado, Staats & Corraliza 2012, 37.) Luontoyhteyden syntyyn lapsuudessa vaikuttavat muun muassa luonnossa käytetty aika ja luonnossa käytetyn ajan laatu. Tällöin pohdittavaksi nousevat esimerkiksi kysymykset, saako lapsi tutkia itse luontoa ja onko lapsi lähellä eläimiä. Laatuun vaikuttavat myös muiden lasten ja aikuisten tuomat sosiokulttuuriset vaikutteet. (Beery, Chawla & Levin 2020, 16.)

#### **2.4 Luonnon vaikutus hyvinvointiin**

Luonnon vaikutusta erilaisiin mielenterveyden haasteisiin, yleiseen hyvinvointiin sekä muun muassa neuropsykologisiin häiriöihin on tutkittu mittavasti. Tämä luku on rajattu esittelemään vain muutamia aiheesta tehtyjä tutkimuksia. Hyvinvoinnin käsite on yksilöstä riippuvainen. Sosiologi Erik Allardtin mukaan hyvinvointi käsitteenä pitää sisällään kolme ehtoa hyvälle elämälle. Nämä ovat taloudellinen vauraus (having), sosiaalinen turvallisuus (loving) ja yksilöllinen elämänhallinta (being). Tämä määrittely on myös hyvin samanlainen kuin YK:n kehitysohjelman UNDP:n kolmiulotteinen ”inhimillisen kehityksen indeksi”, joka koostuu kansakunnan vauraudesta, terveydestä ja koulutuksesta. Nämä määritelmät eivät kuitenkaan ota huomioon ympäristöä tai sen tilaa. Happy Planet -indeksi ottaa huomioon valtioiden ekologisen jalanjäljen, jolloin valtioiden sijoitus hyvinvoinnin mukaan muuttuu merkittävästi (Suomi putoaa sijalta 6 sijalle 123). Yleensä puhdas ja kaunis luonto liitetään onnellisuuden kokemuksiin, mutta tämä unohdetaan tutkimuksista. (Niiniluoto 2011, 78–79.)

Biofilia tarkoittaa ihmisen perustarvetta ja taipumusta liittyä luontoon. Monet tutkimukset tukevat biofiilistä ajattelua. Muun muassa Edward Wilson (1984) tutkimuksessaan on todennut, että jo luonnon katseleminen esimerkiksi ikkunasta vaikuttaa ihmisen hyvinvointiin positiivisesti. Tämä on yksi tekijä, joka puhuu biofilian puolesta. (Kahn

1999, 2.) Kaplanin ja Kaplanin tekemä tutkimus osoittaa, että ihmiset myös suosivat luonnonmukaisia ympäristöjä sekä ympäristöjä, joissa on rakennettuja luonnonelementtejä, kuten vettä, enemmän kuin paikkoja, joissa näitä elementtejä ei ole. Tällaisista paikoista ollaan myös valmiita maksamaan enemmän. (Kaplan & Kaplan 1989, 9.)

Jotta biofilian teoriaa voidaan pitää totena, tulisi ihmisillä olla samanlainen yhteys myös eläimiin kuin heillä on muihinkin luonnon elementteihin. Eläimillä on havaittu olevan stressiä laskeva vaikutus. Esimerkiksi Katcher, Segal ja Beck (1984) ovat todenneet tutkimuksissaan hammaslääkärin odotushuoneessa olevan akvaarion toimivan hyvänä tapana rauhoittaa potilaita ja lisätä heidän mukavuuttaan leikkauksen aikana. Beck ja Katcher ovat tutkineet myös eläinten vaikutusta sydänsairauksia sairastaviin sekä mielenterveysongelmiin, ja tulokset ovat olleet positiivisia. (Kahn 1999, 16.)

Tässä työssä aikaisemmin esitellyn Wilsonin (1984) tutkimuksen tuloksista ilmeni, että pelkkä ikkunasta katsominen vaikuttaa hyvinvointiin positiivisesti. Vuonna 2008 Kahn Jr. ym. toteuttivat tutkimuksen, jossa tutkittiin, voiko ikkunan korvata plasmatelevisiolla eli niin sanotulla plasmaikkunalla. Tutkimus toteutettiin toimistotiloissa siten, että henkilöillä oli viisi minuuttia aikaa katsoa joko ulos ikkunasta, plasmaikkunaa tai tiiliseinää. Tämän jälkeen osallistujat suorittivat neljä tehtävää. Tehtävien jälkeen heillä oli toinen viiden minuutin aika katsoa haluamaansa ”ruutua”. Osallistujien sykettä tutkittiin koko tutkimuksen ajan. Tuloksista ilmeni, että plasmaikkunalla on yhtä heikko vaikutus palautumiseen kuin tiiliseinällä. Sen sijaan ikkunasta ulos katsoneiden sykkeen palautuminen vähäistä stressiä aiheuttaneiden tehtävien jälkeen oli huomattavasti nopeampaa. Tutkimuksesta tuli myös ilmi, että toimistossa, jossa oli ikkuna, osallistujien sykkeet palautuivat sitä nopeammin, mitä enemmän he katsoivat tehtävien aikana ikkunasta ulos. Plasmaikkunan katsomisajalla ei ollut vaikutusta sykkeeseen. Tutkimuksen jälkeen pohdittiin, vaikuttaako ikkunasta katsomiseen päivän valon määrä. Tämä väite kumottiin tutkimalla valoisamman ja hämärämmän ikkunan eroja, joita ei juurikaan ollut. Tutkimus osoittaa, että luontoa ei voi korvata teknologialla. (Kahn Jr, Friedman, Gill, Hagman, Severson, Freier, Feldman, Carrere ja Stolyar 2008, 195–198.)

Zelenskin ja Nisbetin (2012) tutkimuksessa selvisi selkeä yhteys onnellisuuden ja luontoyhteyden välillä. Luontoyhteys korreloi vahvasti kaikkien tutkimuksen hyvinvointimittareiden kanssa, mutta ei huonovointisuuden mittareiden kanssa. Tästä voidaan päätellä, että luontoyhteydellä on enemmän hyödyllinen kuin haitallinen vaikutus hyvinvointiin. Toisessa Zelenskin ja Nisbetin (2012) tutkimuksessa ilmeni, että luontoyhteys tuo onnellisuutta sellaisenaan eikä ole riippuvainen muista yhteyksistä, kuten perheestä tai ystävistä. (Zelenski & Nisbet 2012.)

Myös Martyn ja Brymer (2016) ovat tutkineet luontoyhteyden vaikutusta hyvinvointiin ja etenkin ahdistukseen. Tutkimuksen mukaan yhteydellä luontoon on suora yhteys ahdistuksen vähenemiseen. Tuloksista voidaan myös huomata, että ihmiset, jotka ilmoittivat luontoyhteytensä olevan hyvä, olivat myös vähemmän ahdistuneita, kun taas aikaisemmissa tutkimuksissa ahdistusta vähentävä vaikutus oli tullut ilmi vasta luontoon mentäessä. Tutkimuksen laadulliset tulokset osoittavat, että luontoyhteys on tärkeässä roolissa, kun tarkastellaan mielenterveyttä ja sen paranemista. (Martyn & Brymer 2016.)

Louvin 2006 mukaan Taylor, Kuo ja Sullivan (2001) toteuttivat tutkimuksen, johon osallistui perheitä, joiden lapsilla on aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö. Tutkimus toteutettiin Illinoisin yliopistossa, ja tutkimustulokset osoittavat, että vihreät ulkoympäristöt kehittävät ja hoitavat luovaa leikkiä, parantavat lasten mahdollisuuksia myönteiseen vuorovaikutukseen aikuisten kanssa sekä helpottavat ADD/ADHD-oireita. Tutkimuksesta ilmenee, että mitä vihreämpi ympäristö sitä enemmän siitä on apua. Sen sijaan sisällä toteutetut aktiviteetit kuten television katsominen sekä ulkona asfalttialueilla liikkuminen lisäsivät lasten ADD/ADHD-oireita. Pelkän vihreän ulkotilan katsominen ikkunasta vähensi oireita. Tutkimuksen mukaan ulkona luonnonympäristöissä touhuaminen lisäsi lasten keskittymistä. Vihreiden lähiympäristöjen positiiviset vaikutukset näkyivät enemmän 6–9-vuotiailla tytöillä kuin pojilla. Mitä vihreämpi näkymä tytöllä oli sitä paremmin hän keskittyi ja käyttäytyi harkitsevammin. (Louv 2006, 104–105.)

Lasten mielenterveyden häiriöt ja mielialalääkkeet ovat lisääntyneet viimeisten vuosikymmenten aikana (Autti-Rämö, Seppänen, Raitasalo, Martikainen & Sourander

2009). Vaikka luonto ei välttämättä paranna vaikeita psyykkisiä sairauksia, on tutkittu, voitaisiinko luontoa käyttää yhtenä terapiamuotona. Lasten katkennut luontoyhteys on todistetusti yksi mielialalääkkeiden käyttöä lisäävä tekijä. Luontokokemukset vähentävät lasten päivittäistä stressiä, minkä vuoksi luontokokemusten lisääminen voisi olla yksi tapa estää psyykkisten sairauksien muodostumista. Useat tutkimukset vahvistavat luonnon stressiä laskevan vaikutuksen. Cornellin yliopistossa tehdyssä tutkimuksessa selvisi, että lapset, jotka elävät luonnon keskellä tai näkevät luontoa ikkunastaan, kokevat elämän stressaavat tilanteet vähemmän ahdistaviksi kuin lapset, jotka asuvat vähäisen luonnon ympäröimänä. (Louv 2006, 47–49.)

Nisbet, Zelenski ja Murphy (2010) tekivät kolme tutkimusta, joissa he tutkivat luontoyhteyden merkitystä ihmisen subjektiiviseen hyvinvointiin. Tutkimuksessa käytettiin useita indikaattoreita ja luontoyhteys korreloi positiivisesti monien kanssa. Positiivinen yhteys huomattiin muun muassa luontoyhteyden ja elinvoiman, autonomian, henkilökohtaisen kasvun sekä elämän tarkoituksen kanssa. Kaikki kolme tutkimusta osoittivat, että vahva luontoyhteys on yhteydessä hedonistisen hyvinvoinnin edistymiseen. Vahva luontoyhteys auttaa myös pääsemään yli negatiivisista tunteista liittyen ympäristön tilaan. Luontoyhteys voi auttaa ylläpitämään positiivisia tunteita ja hillitsemään mielenterveyden häiriöiden oireita, mutta tämän toteaminen vaatii enemmän tutkimusta esimerkiksi ympäristökasvatuksen ja luontoyhteyden saralla. (Nisbet, Zelenski & Murphy 2010, 316.)

Luontoyhteyskappaleessa 2.1 esiteltiin ihmisen alkuperäinen luontoyhteys. Jos alkuperäinen luontoyhteys heikkenee ihmisen kehityksen varhaisissa vaiheissa, voi yksilölle ilmetä psyykkisiä ja fyysisiä häiriöitä. Alkuperäisen luontoyhteyden heiketessä saattaa yksilön perustarpeiden, kuten nälän ja vireyden tilan tiedostaminen kadota. Tällöin ihminen kadottaa omat tarpeensa, tavoitteensa ja halunsa. Kun kehon tuntemukset häiriintyvät, voi ihmisellä ilmetä itseään ja ympäristöään tuhoavaa käytöstä. Alkuperäistä luontoyhteyttä voidaan parantaa positiivisilla luontokokemuksilla sekä esimerkiksi ekopsykologian avulla. (Salonen 2005, 47–48.)

Ekopsykologian teorian päätelmänä on, että irtaantuminen luonnosta aiheuttaa sekä tuhoa ympäristölle että haittaa ihmisten terveydelle ja onnellisuudelle. Myös biodiversiteetin vähenemisellä on ihmisen psyykettä heikentäviä vaikutuksia. Ihminen ei välttämättä ole valmis sopeutumaan sekä luonnollisen että rakennetun ympäristön nopeaan muutokseen. Luonnollinen ympäristö on kaupunkiympäristöä parempi elvyttämään psykologisia resursseja ja auttamaan palautumisessa. Luonto on yleensä muita aktiviteettejä, kuten liikuntaa, parempi keino palautua henkisestä kuormituksesta. Rakennetussa ympäristössä elävä ei todennäköisesti ole tietoinen luonnon ja luontoyhteyden vaikutuksesta hyvinvointiin. (Nisbet, Zelenski & Murphy 2010, 305.)

Fyysinen aktiivisuus on tärkeää ihmisen hyvinvoinnille. Fyysisen aktiivisuuden puute tai vähäisyys on yksi suurimmista kuolemaan johtavista tekijöistä. Aikuisen ihmisen tulisi harrastaa vähintään 150 minuuttia kohtuullisen kuormittavaa liikuntaa viikossa. Calogiuri (2016) tutki lapsuuden luontokokemusten vaikutusta aikuisten fyysiseen aktiivisuuteen luonnonympäristöissä. Tutkimukseen osallistui 2168 norjalaista ja tulokset osoittivat, että yksilön luonnonympäristöissä tapahtuvaa fyysistä aktiivisuutta lisää hänen kokemansa tuki ja kannustus luonnossa liikkumiseen. Myös luonnonympäristöjen läheisyys lisää fyysistä aktiivisuutta luonnon ympäristöissä. Tutkimus osoittaa, että lapsuuden luontokokemusten runsaus lisää luonnossa liikkumisen todennäköisyyttä myöhemmällä iällä. (Calogiuri 2016, 14.)

Thompson Coon ym. (2011) tutkivat myös ulkona liikkumisen hyötyjä hyvinvoinnille ja mielenterveydelle verrattuna sisällä liikkumiseen. Tulokset osoittivat joitakin todisteita siitä, että luonnonympäristöissä harrastettu liikunta voi vaikuttaa positiivisesti henkiseen hyvinvointiin. Sisällä liikkumisella ei huomattu olevan yhtä suurissa määrin tällaisia vaikutuksia. Tutkimuksessa ei tutkittu luonnonympäristöjen laatua, mutta tutkijat epäilevät tällä olevan vaikutuksia etenkin joillekin ryhmille. (Thompson Coon, Boddy, Stein, Whear, Barton & Depledge 2011, 1767–1771.)

### 3 TUTKIMUKSEN TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYS

Tämän pro gradu -tutkielman tutkimuskysymys on “Miten luokanopettajat kuvaavat yhteyttään luontoon?” Opettajien luontoyhteyttä tutkitaan heidän omien käsitystensä pohjalta. Tutkimuksen tavoitteena on tutkia, miten luokanopettajat näkevät oman yhteytensä luontoon. Suomalaiset kuluttavat paljon luonnonvaroja, ja pieneksi kansaksi meidän elämäntavallamme on huomattava vaikutus ympäristön tilaan. Suomalaiset ovat koulutettua kansaa, mutta ympäristövastuullisuutemme on silti puutteellista. (Ratinen 2021, 94.) Tutkimukset osoittavat, että lasten ollessa luonnossa he ovat yhteydessä luontoon ja oppivat siitä. Jos lapsia ympäröivät ihmiset kannustavat ympäristönsä kunnioittamiseen, myös lapset kunnioittavat ympäristöään. (Chawla 2020, 637.)

Luontoyhteys alkaa kehittyä heti lapsen synnyttyä. Lapsuudessa luontoyhteys kehittyy leikkimällä ja tutkimalla omaa ympäristöä sekä luonnonilmiöitä seuraamalla. On tärkeää, että lapsi saa paljon myönteisiä luontokokemuksia, olivat ne sitten kauppareissulla, takapihalla tai suuressa metsässä. (Cantell 2011, 332.) Kouluissa opettajat voivat tarjota lapsille näitä kokemuksia ja mahdollisuuksia tutkia luontoa. Opetussuunnitelmassa on mainintoja luontoyhteyden vahvistamisesta, eli sitä voidaan pitää yhtenä opetuksen tehtävänä. Asiakirjat eivät rajoita opettajia, vaan opettajat saavat itse päättää, kuinka opetusta toteuttavat. Esimerkiksi luokkahuoneen vaihtaminen muihin ympäristöihin tarjoaa oppilaille luontokokemuksia, jotka vahvistavat lasten luontoyhteyttä. (Cantell 2011, 334–336.)

Lapsuuden ja luontokokemusten vaikutus luontoyhteyteen on siis merkittävä. Luokanopettajan tulee tiedostaa oma luontoyhteytensä tukeakseen lasten luontoyhteyttä. Tämän tutkimuksen tavoitteena on rohkaista luokanopettajia syventämään ymmärrystään

omasta luontoyhteydestään. Tutkimuksen tarkoitus on herättää pohdintaa ja avata keskustelua ihmisen roolista luonnossa.

## 4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

### 4.1 Tutkimusmenetelmä

Tämä tutkielma on laadullinen tutkimus. Laadullisen tutkimuksen tunnistaa muun muassa sen aineistonkeruumenetelmästä ja subjektiivisuudesta. Tutkimuksessa ei esitetä hypoteesia, sillä laadullisessa tutkimuksessa ei aseteta tutkittaville minkäänlaisia ennako-olettamuksia. Tutkimuksen aineisto on kerätty kyselylomakkeella, jota voidaan käyttää myös kvantitatiivisen tutkimuksen aineistonkeruumenetelmänä, mutta kvantitatiivisesta tutkimuksesta tämän tutkimuksen erottaa sen tapa selittää tutkittavien omia käsityksiä. (Eskola & Suoranta 2008, 13–19.) Tällaista käsityksiä tutkivaa tutkimusta kutsutaan fenomenografiseksi tutkimukseksi. Fenomenografisessa tutkimuksessa käsityksiä pyritään ymmärtämään sen sijaan, että niitä pyrittäisiin selittämään (Syrjälä, Ahonen, Syrjäläinen & Saari 1994, 126).

Fenomenografiassa tutkitaan toisen asteen tietoa, mikä tarkoittaa, että tutkija tutkii toisen ihmisen kokemuksia ja käsityksiä ympäröivästä maailmasta ja tekee niistä päätelmiä. Tutkija tutkii jonkin ryhmän näkökulmia liittyen todellisuuden ilmiöön. Tässä tutkimuksessa ilmiönä pidetään luontoyhteyttä ja ryhmänä toimivat luokanopettajat. Fenomenografiassa keskeistä ovat ihmisten käsitykset, jotka rakentuvat ihmisten kokemusten kautta. Käsityksellä tarkoitetaan syvää ymmärrystä ja näkemystä tutkittavasta asiasta. (Niikko 2003, 24–25.) Fenomenografia sopii tutkimusmenetelmänä tähän tutkimukseen, sillä luontoyhteys perustuu juuri ihmisen omiin kokemuksiin ja käsityksiin.

Fenomenografinen aineisto jaetaan usein kategorioihin sen merkitysten perusteella. Kategoriat muodostetaan teorian pohjalta. Tutkija päättää, mitkä merkitykset liittyvät yhteen ja muodostaa näistä merkityskategorioita. Joitakin kategorioita tukee useampi

ilmaisu, mutta jotkin kategoriat mainitaan aineistossa vain kerran. Tutkijaa ei niinkään kiinnosta merkitysten määrä vaan niiden erilaisuus. Tutkimuksen ja teoreettisen viitekehyksen kannalta kiinnostavin merkityskategoria saattaa hyvinkin olla ilmaisuiden määrältään pienin. Merkityskategorioiden tarkoituksena on tehdä tutkittavien ilmaisuista ja niiden merkityksistä ymmärrettäviä. (Syrjälä ym. 1994, 127.)

Fenomenografia kuvaa monipuolisesti luokanopettajien luontoyhteyttä, sillä sen avulla pystytään tuomaan esille yleisiä käsityksiä, mutta myös yksittäisiä, massasta poikkeavia merkityksiä. Tämän tutkimuksen tarkoitus ei ole tutkia, mitä kaikkea luontoyhteys voi tuoda mukanaan, vaan hahmottaa juuri luokanopettajien omia käsityksiä heidän omasta luontoyhteydestään. Fenomenografia antaa mahdollisuuden tutkia juuri luokanopettajien itse mainitsemia luontoyhteyden piirteitä. Fenomenografinen tutkimus jättää kuitenkin kysymysmerkkejä siitä, kuinka suurta osaa luokanopettajista tietyt merkitykset edustavat. Heikkoutena voidaan pitää myös tutkijan omaa tulkinnanvaraisuutta sekä tulosten tiivistämistä kategorioihin, sillä tämä saattaa johtaa monimuotoisten käsitysten liialliseen yksinkertaistamiseen.

Laadullisen tutkimuksen tarkoituksena on rakentaa uutta tietoa. Oleellista on tutkimuksen raportointi ja tulosten välittäminen tiedeyhteisölle. Jotta tutkimus täyttää tieteellisen tiedon edellytykset, tulee tutkimuksen keskustella aikaisemman teorian ja tutkimusten kanssa. Tutkimuksen raportoinnin tulee olla yhtenäistä ja ilmaista tutkimuksessa rakennettu uusi tieto. Tutkimuksen sisällöstä tietoa tekee sen julkaiseminen. (Syrjälä ym. 1994, 128–129.)

Luontoyhteyden tutkimuksessa ihmisten omien käsitysten ja kokemusten ymmärtäminen on keskeistä. Laadulliset tutkimusmenetelmät, kuten haastattelut ja avoimet kyselyt, mahdollistavat tutkittavien vapaamuotoisen ilmaisun ilman ennalta asetettuja oletuksia. Tämä lähestymistapa tarjoaa syvällistä tietoa yksilöiden luontokokemuksista ja -yhteyksistä. Laadullisessa tutkimuksessa korostetaan tutkittavien omien merkitysten ja kokemusten ymmärtämistä heidän omasta näkökulmastaan. (Juhila 2021.)

## 4.2 Aineistonkeruu

Tutkimuksen aineisto on kerätty kyselylomakkeella 11 opettajalta. Kyselytutkimusta voi hyödyntää tutkittaessa yhteiskunnan ilmiöitä, ihmisen toimintaa, mielipiteitä, asenteita tai arvoja. Kyselytutkimuksen erottaa haastattelusta se, että kyselytutkimus toimii itsenäisesti ilman haastattelijaa. (Vehkalahti 2014, 11–12.) Kyselyssä vuorovaikutteisen tilanteen sijaan tutkimukseen osallistuvat vastaavat kysymyksiin valvotussa tilanteessa tai kotonaan (Tuomi & Sarajärvi 2018, 85). Kyselyä, jossa on avoimet kysymykset, voidaan pitää puolistrukturoidun haastattelun muotona. Puolistrukturoitu haastattelu tarkoittaa haastattelua, jossa kaikilta osallistujilta kysytään samat kysymykset, mutta tutkija ei anna valmiita vastausvaihtoehtoja (Eskola & Suoranta 2008, 86). Puolistrukturoidulla kyselyllä saadaan selville riittävä määrä tietoa luokanopettajien arvoista ja omista käsityksistä liittyen luontoon, sillä opettajilla on mahdollisuus kuvailla omin sanoin omia käsityksiään. Lisäksi puolistrukturoidun kyselyn avulla pystytään vertailemaan ja analysoimaan vastauksia säilyttäen vastaajien yksilölliset näkökulmat.

Ennen lopullista kyselylomaketta, sen toimivuutta testattiin pienelle otokselle toteutetulla pilottitutkimuksella. Pilottitutkimuksesta kävi ilmi, että lomakkeen toisen kysymyksen sanamuotoa tulisi muuttaa, jotta vastaukset saataisiin sopimaan paremmin tarkoitukseen. Lopullista lomaketta muotoiltaessa yhtä kysymystä muokattiin. Tuloksissa hyödynnetään pilottitutkimuksen vastauksia ensimmäisen ja kolmannen kysymyksen kohdalta. Pilottivaiheessa kysymykset esitettiin seuraavassa muodossa: ”Kuvaile luonnossa olevaa mielipaikkaasi.”, ”Miten kuvailemasi mielipaikka kuvailee yhteyttäsi luontoon?”, ”Mitkä toiminnat/harrastukset luonnossa edustavat luontoyhteyttäsi?”. Pilottivaiheen jälkeen toisen kysymyksen muoto muutettiin muotoon ”Kuvaile omaa yhteyttäsi luontoon.”.

Kyselytutkimukseen vastasi 11 luokanopettajaa sekä Etelä- että Pohjois-Suomesta. Pilottitutkimukseen osallistui viisi luokanopettajaa, joten tuloksissa hyödynnetään 11 vastausta kyselylomakkeen ensimmäisen ja kolmannen kysymyksen osalta ja kuutta vastausta toisen kysymyksen osalta. Jokaiselta tutkimukseen osallistuneelta pyydettiin tutkimuslupa, ja heille annettiin mahdollisuus vetäytyä tutkimuksesta missä vaiheessa tahansa. Vastaukset ovat neljän eri koulun opettajilta sekä kahdelta luokanopettajaksi valmistuneelta, jotka ovat tällä hetkellä eri alan töissä.

### 4.3 Aineiston analyysi

Laadulliselle tutkimukselle on olemassa useita eri analyysitapoja, joita voidaan käyttää yksin tai yhdessä. Usein tutkimuksessa käytetään useita analyysitapoja eikä mikään analyysitapa yleensä ole selvärajainen. (Eskola & Suoranta 2008, 160–161.) Aineistolähtöisessä analyysissä on käytetty teemoittelua, tyypittelyä ja kvantifioimista. Analyysissä toimivat apuna kysymykset, mitä sanavalintoja opettaja käyttää puhuessaan luonnosta, mitä opettaja tekee luonnossa ja miten opettaja määrittää itsensä osaksi luontoa. Näiden kysymysten myötä löydettiin vastaus myös siihen, millaisia arvoja opettaja liittyy luontoon ja luontoyhteyteen.

Teemoittelun avulla nostettiin esille aineistossa olevat aiheet, jotka auttoivat tutkimusongelman hahmottamisessa. Teemoittelu ei yleensä johda kovin syvään analyysiin vaan jää enemmän pintapuoliseksi. Teemoittelun onnistuminen vaatii rinnalleen teoriaa sekä aineiston ja teorian vuoropuhelua. (Eskola & Suoranta 2008, 175.) Teemoittelu toteutettiin etsimällä aineistosta samankaltaisia ilmaisuja ja muodostamalla näistä kategorioita (ks. taulukko 3). Tämän jälkeen pohdittiin kategorioita olemassa olevan teorian valossa.

TAULUKKO 3 Kategorioiden muodostaminen

Aineisto	Teemoittelu	Kategoria
<i>”Mielipaikassa tuoksu ja kuuluu luonto - lumi narskuu kenkien alla tai lintujen viserrys kuuluu, puut havisevat.”</i>	tuoksu	Aistit
	kuuluu	
	lumi narskuu	
	lintujen viserrys	
	puut havisevat	

Teemoittelun jälkeen hyödynnettiin kvantifioimista. Kvantifioimisella tarkoitetaan aineiston määrällistämistä. Aineistoista siis mekaanisesti lasketaan kunkin tutkittavan asian tai aiheen mainintojen määrä. Kvantifiointi voi tuoda laadulliseen aineistoon uuden näkökulman. Sisällönanalyysin (tässä teemoittelu ja tyypittely) ja sisällön erittelyn

(kvantifiointi) yhdistämistä voidaan pitää mixed methods research -lähestymistapana. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 135–138.) Tässä työssä hyödynnettiin kvantifioimista aineiston selkiyttämiseksi ja tyypittelyn muodostamisen apuna. Kvantifioinnin avulla luodut taulukot konkretisoivat aineiston sisällön.

Tyypittelyllä tarkoitetaan samankaltaisuuksien etsimistä aineistosta ja niiden pohjalta niin sanottujen tyyppien muodostamista. Tyypittelyä voi tehdä etsimällä yleinen, tyypillinen aineistosta tai etsimällä aineistosta poikkeavuuksia ja muodostamalla näistä erilaisia tyyppisiä. (Eskola & Suoranta 2008, 181.) Aineistosta etsittiin usein nousevia asioita ja näiden pohjalta muodostettiin niin sanottu tyypillinen luokanopettajan luontoyhteys. Poikkeavuuksia ei kuitenkaan haluttu unohtaa, koska ne ovat mielenkiintoisia ja usein myös oleellisia tutkimusongelman kannalta. Tämän vuoksi tutkimuksessa käytettiin useaa analyysimenetelmää.

#### **4.4 Etiikka ja luotettavuus**

Tutkimuksen eettiset kysymykset pitävät sisällään aineiston hankintaan, tiedon käyttämiseen sekä tutkijan rehellisyyteen ja tulosten julkaisemiseen liittyvät ongelmat. Eettiset kysymykset tulee tiedostaa koko prosessin ajan ja niihin tulee palata prosessin aikana useasti. Keskeistä on tutkittavan oma vapaaehtoisuus osallistua tutkimukseen. (Eskola & Suoranta 2008, 52–54.)

Tutkimuslupa kysyttiin tutkittavilta opettajilta itseltään ja tutkimuslupakysely lähetettiin myös yhden koulun rehtorille. Tutkimuslupaa hakiessa korostettiin tutkimuksen vapaaehtoisuutta ja jokaiselle tutkittavalle annettiin mahdollisuus perua osallistumisensa missä kohtaa tahansa. Kyselytutkimusta tehdessä tulee miettiä, millä tavalla kysely toteutetaan, jotta vastaukset pysyvät salassa. Kysely ja sen vastaukset pitää myös pystyä hävittämään heti, kun aineisto on saatu kerättyä ja tutkimus on valmis. Vastaukset ovat anonymoituja. Tutkimuslupaa kysyessä tuotiin selkeästi esille tutkijan identiteetti ja tutkimuksen tarkoitus, jotta kaikille tutkimukseen osallistuville oli selkeää, mihin käyttöön heidän vastauksensa kerättiin. Aineistoa ei hyödynnetä muuhun kuin tähän tutkimukseen.

Tutkimuksen luotettavuus perustuu aineiston validiteettiin eli aitouteen. Lisäksi aineiston tulee olla relevanttia suhteessa tutkimuksen teoreettisiin käsitteisiin. Luotettavuuteen liittyy olennaisesti tutkijan luomat merkitykset ja niiden pysyminen tutkittavien antamissa rajoissa. Tutkija ei siis saa ylitulkita aineistoa ja tutkittavien ilmaisuja. Tutkimus on aina intersubjektivistista eli tutkittavien omien mielessä olevien merkitysten lisäksi merkitysten tulkintaan vaikuttavat tutkijan omat merkitykset. Tämä tutkijan tulee itse tiedostaa, jotta hän välttyy liiallisten omien merkityksien käytöltä. Lisäksi tutkijan on tärkeää pysyä johdonmukaisesti teoreettisen viitekehyksen sisällä. (Syrjälä ym. 1994, 129–130.)

Tutkimuksen luotettavuutta on vaikeaa tutkia. Tähän ei toimi tutkimuksen toistaminen, sillä eri tutkijalla ei ole alkuperäisen tutkijan kanssa samaa perehtyneisyyttä ja prosessin intersubjektiviisuutta. Jokainen tutkija tuo mukanaan omat merkityksensä tutkimukseen, jolloin tutkimuksen toistaminen luo lisää tietoa, mutta ei varmista jo olemassa olevan tutkimuksen luotettavuutta. Tutkijan lisäksi tutkimuksen luotettavuutta arvioi sen lukija. Lukija pystyy tulkitsemaan luotettavuutta muun muassa teorian, aineistonkeruuprosessin ja tulkinnan kautta. (Syrjälä ym. 1994, 130–131.) Tutkijan tulee esitellä tutkimuksen kulku kattavasti, jotta aineiston aitouden epäilemiselle ei jää varaa. Myös johtopäätökset tulee esittää niin, että ylitulkintaa ei pidetä mahdollisena. (Syrjälä ym. 1994, 152.)

Tämän tutkimuksen fenomenografinen ote tuo tutkimuksen luotettavuuteen kysymysmerkkejä, sillä fenomenografiassa oleellista on aineiston kategorioiminen. Kategoriointi tapahtuu täysin tutkijan omien päätöksien pohjalta, minkä vuoksi tutkimuksen luotettavuus voi horjua. Tässä tutkimuksessa on pyritty luomaan kategoriat kattaen mahdollisimman laajan osan vastauksista ja tuoden esiin sekä yleisiä käsityksiä että poikkeavuuksia. Luotettavuutta lisätään tutkimusprosessin läpinäkyvyydellä. Tutkimusvaiheiden kattava avaaminen auttaa lukijaa hahmottamaan tutkimusprosessin sekä ymmärtämään, minkä vuoksi ollaan tehty sellaisia päätöksiä kuin ollaan.

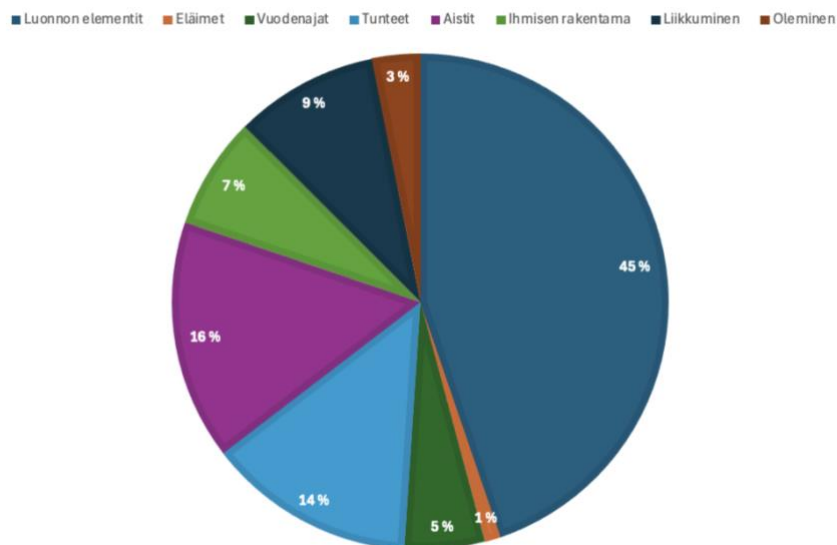
## 5 TUTKIMUSTULOKSET

### 5.1 Mielipaikkani

Mielipaikkaa on tutkittu eri tutkimuksissa, ja tulokset ovat osoittaneet, että mielipaikassa halutaan usein olla yksin ja prosessoida omia tunteita ja ajatuksia. Mielipaikkaan yhdistetään rauhallisuus ja vapaus olla oma itsensä. Mielipaikka on yksi keino tasapainottaa omia ajatuksia. Usein mielipaikkoihin yhdistetään luonnonelementtejä. (Salonen 2010, 81–83.) Tyrväisen, Silvennoisen, Korpelan ja Ylenin (2007) tutkimus, jossa tutkitaan viheralueiden merkitystä kaupunkilaisille osoittaa, että kaupunkilaiset valitsevat mielipaikkansa useimmiten metsä- ja luontoympäristöistä kaupunkiympäristöjen sijaan (Tyrväinen, Silvennoinen, Korpela & Ylen 2007, 73).

KUVIO 1 Luokanopettajien mielipaikkoja kuvaavien sanojen yleisyys aineistossa

### Mielipaikkani



Luonnonelementit ovat myös opettajien mielipaikoissa keskeisessä osassa, sillä niitä mainittiin aineistossa yhteensä 43 kertaa. Luonnonelementtien mainintojen ja niiden määrän hahmottamiseksi luotiin ympyrädiagrammi. Tämä diagrammi (ks. kuvio 1) kuvaa jokaisen mainitun luonnonelementin yleisyyttä aineistossa. Luonnonelementteihin lukeutuivat muun muassa metsä, ranta, kallio, kivet ja tunturit. Näistä muutama esitellään seuraavissa kuvauksissa opettajien mielipaikoista.

*”Kallioinen järvenranta.” Opettaja 11*

*”Oma mielipaikkani luonnossa on järven tai meren ranta, jossa näen yhtä aikaa vettä, ilmaa ja maata.” Opettaja 1*

Toiseksi eniten luokanopettajat nimesivät aineistossa eri aisteja, kuten kuulo-, näkö-, tunto- ja hajuaistin. Osa opettajista mainitsi vain yhden aistin, kun toiset nimesivät useampia aisteja. Monet tutkimushenkilöistä kuvasivat mielipaikan näkymiä ja näköaistillisia kokemuksiaan. Seuraava lainaus kuvastaa tätä.

*”Järvi on usein tyyni, ja niin iso, että sitä jatkuu silmäkantamattomiin.” Opettaja 3*

Hiljaisuus on tärkeää ihmisen kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille. Hiljaisuus voidaan määrittää eri tavoin, mutta usein hiljaisuutena pidetään luonnon ääniä. Kaupungissa asuvat kaipaavat läheisyyteensä paikkaa, jossa on hiljaista tai jossa luonnon äänet erottuvat kaupungin äänistä. (Ampuja 2011, 287.) Tässä tutkimuksessa kolme opettajaa kuvaili mielipaikkaansa hiljaiseksi tai äänimaisemaltaan rauhalliseksi seuraavan lainauksen tavoin.

*”Lämmin, rauhallinen, hiljainen, tyyni.” Opettaja 7*

Luokanopettajien kuvaillessa omia mielipaikkojaan nostettiin esiin erilaiset tunteet, kuten ilo ja suru. Seuraava lainaus on esimerkki tästä.

*”Mielipaikkani on myös sellainen, jonne olen lapsena, nuorena ja vanhempanakin lähtenyt ilojen ja surujen kohdatessa.” Opettaja 6*

Tunteita on mainittu aineistossa yhteensä 13 kertaa ja niihin lukeutuu ilon ja surun lisäksi useita positiiviseksi luettavia tunteita, kuten rauhallisuus, merkityksellisyys, miellyttävyyys ja hyvän olon tunne. Tyrväisen ym. (2007) tekemän tutkimuksen mukaan luonnossa vietetty aika kohentaa yleistä mielialaa lisäämällä myönteisiä tunteita ja vähentämällä kielteisiä (Tyrväinen ym. 2007, 73). Seuraavassa sitaatissa korostuu rauhallisuuden ja hyvän olon tunne.

*”Mielipaikassani on aina puhdasta ilmaa, rauhallinen äänimaisema ja hyvä olla. Mielipaikka on sellainen, johon mennessä olo paranee lähtökohtaisesti aina, vaikka olisi sinne mennyt millä mielellä tahansa.” Opettaja 8*

Luokanopettajien vastauksissa mielipaikkaan yhdistettiin liikkuminen yhdeksän kertaa. Mainitut liikkumisen muodot vaihtelivat maalla liikkumisesta vesillä liikkumiseen. Kyselytutkimuksessa suomalaisten luontoyhteisistä käy ilmi, että 37 prosenttia suomalaisista liikkuu luonnossa useasti viikossa. Henkilöistä, jotka pitävät luontoa erittäin tärkeänä, jopa 73 prosenttia liikkuu luonnossa päivittäin tai useamman kerran viikossa. Kyselyyn vastanneista 84 prosenttia pitää lähiluonnossa liikkumista tärkeimpänä luontotekemisenä. (Kantar TNS 2021). Tämän pro gradu -tutkielman kyselytutkimuksen aineistossa on myös viisi mainintaa vuodenaajoista. Joissain vastauksissa vuodenaajat liitettiin nimenomaan liikkumiseen. Seuraavassa lainauksessa tulee esille yhden opettajan mielipaikka, joka koostuu pitkälti liikkumisesta ja vuodenaikojen tuomista liikkumismahdollisuuksista.

*”Näsijärven Näsiinselällä talvella kävellen, suksilla, luistimilla, kesällä sup-laudalla, kajakilla tai veneellä.” Opettaja 9*

Kuvaillessaan mielipaikkaansa opettajat toivat esiin myös ihmisen rakentaman seitsemän kertaa. Tähän kategoriaan on yhdistetty muun muassa näkötorni, polut, hiihtoladut ja laavu. Rakennetut ympäristöt mainitaan seuraavassa lainauksessa.

*”Hiihtoladun yhteydessä oleva laavu keväällä Lapissa.” Opettaja 4*

Euroopan mittapuulla Suomen kaupungistuminen on hyvin uutta, minkä vuoksi suomalaisilla on eri asenteita kaupunkeja kohtaan. Kun luontokokemukset ovat pääosin kaupunkialueilla, herättää huolta se, tunnistammeko luonnonvaraista luontoa silloin, kun sitä kohtaamme. Huolellinen viheralueiden suunnittelu voi johtaa jopa luonnon viihteellistämiseen, mutta toisaalta on tärkeää, että luonto on helposti saavutettavissa. Viihteellistämällä tässä yhteydessä tarkoitetaan luonnon muokkaamista ensisijaisesti virkistyskäyttöön ja elämyksellisyyteen soveltuvana ympäristönä, jolloin luonnon alkuperäinen monimuotoisuus, arvo ja rauha jäävät toissijaisiksi. Kaikissa kaupungeissa on sekä luonnon elementtejä että ihmisen rakentamaa sekä näiden keskinäistä vuorovaikutusta. (Lehtinen 2021, 139.) Puisto on hyvä esimerkki tällaisesta vuorovaikutuksesta. Kyselytutkimuksen vastauksissa eräs opettaja kuvaa puistojen olevan kuin metsiä.

*”Rakastan kaupunkien reunoilla olevia puistoja, jotka ovat ikään kuin metsiä.” Opettaja 6*

Aineistossa mainitaan kolme kertaa pelkkä oleminen. Tähän kategoriaan on sisällytetty maininnat istumisesta ja olemisesta. Salonen (2005) käyttää ekopsykologian käsitettä ”olemisen kokemus”, joka tarkoittaa jonkin ympäristön tai olosuhteen aktivoimaa olotilaa, jossa ihminen kokee riittävyyden ja hyväksymisen tunnetta. Tähän olemisen kokemukseen liittyy olennaisesti kokemus omana itsenään olemisesta. (Salonen 2005, 61.)

*”Ne hengittävät puiden ja pensaiden kautta. Niiden vierelle voi istahtaa, levähtää löytää hiljaisen paikan, jossa voi vain olla.” Opettaja 6*

Vain yksi kyselytutkimukseen vastanneista opettajista yhdisti eläimet omaan mielipaikkaansa. Eläimistä mainittiin linnut ja maininta yhdistettiin aistiin. Ojala ym. todistivat tutkimuksessaan, jossa tutkittiin virtuaalisen luonnon hyötyjä työpaikalla

pidettyjen taukojen aikana, että luonnon äänet vaikuttavat stressin ja ahdistuksen vähenemiseen (Ojala, Neuvonen, Kurkilahti, Leinikka, Huotilainen & Tyrväinen 2022, 7). Seuraava lainaus tämän työn aineistosta kuvaa mielipaikan äänimaisemaa.

*”Mielipaikassa tuoksuu ja kuuluu luonto - lumi narskuu kenkien alla tai lintujen viserrys kuuluu, puut havisevat.” Opettaja 8*

## 5.2 Luontoyhteyteni

Suomalaiset näkevät yksinä tärkeimpinä luonnonympäristöjen merkityksinä liikunnan ja ulkoilun. (Niiniluoto 2011, 82.) Borodulin, Parosen ja Männistön (2011) tutkimus aikuisten vapaa-ajan liikuntaympäristöistä todistaa, että luonto on suomalaisten suosituin liikuntaympäristö, sillä yli kolmannes liikunnasta sijoittuu luontoympäristöihin (Borodulin ym. 2011, 63–64). Kuvatessaan omaa luontoyhteyttään useat kyselytutkimukseen vastanneet opettajat toivat esiin käytännönläheisyyden, tekemisen ja harrastukset. Seuraavassa lainauksessa yksi tutkimuksen osallistujista kuvaa omaa luontoyhteyttään eri harrastusten kautta.

*”Olen aina harrastanut lapsesta lähtien luonnon keskellä juoksua, hiihtoa, luistelua, jääpallon pelaamista, retkeilyä jne.” Opettaja 6*

Harrastusten lisäksi opettajat nimesivät eri toimintoja, joihin liittyy vahvasti myös luonnon hyödyntäminen, kuten metsätyöt. Kun tarkastellaan suomalaisten toimintoja luonnossa, 31 prosenttia tekee metsänhoitoa tai metsätöitä vähintään kerran viikossa (Kantar TNS 2021).

*”Olen opetellut metsätöitä nuoresta lähtien. Pinonnut puita, auttanut isää puiden karsimisessa ja polttopuiden tekemisessä.” Opettaja 6*

Suurin osa suomalaisista kokee luonnon tarjoavan aineetonta hyvinvointia, mutta 56 prosenttia suomalaisista pitää myös perinteisiä luonnonantimia, kuten marjoja ja sieniä, tärkeinä. (Kantar TNS 2021.) Luonnonantimien keräily edesauttaa sekä henkistä että fyysistä hyvinvointia. Joillain luonnonantimilla on terveysvaikutuksia myös keräämisen

jälkeen osana tasapainoista ja terveellistä ruokavaliota. Luonnonantimien tärkeys näkyy myös luokanopettajien kuvaillessa heidän luontoyhteyttään. Vastauksissa on nimetty luonnosta saatavia asioita ja ihmisen tapaa hyödyntää näitä, kuten seuraavassa lainauksessa.

*”Luonnosta saatavat antimet ovat läsnä arjessa enemmän, esimerkiksi marjat tai pihkavoide.” Opettaja 8*

Kuten tämän tutkimuksen teoriaosuudessa todetaan, lapsuuden positiivisilla luontokokemuksilla on keskeinen rooli vahvan luontoyhteyden kehittymisessä (Cantell 2011, 332). Jopa neljä kuudesta opettajasta mainitsi luontoyhteyttään kuvatessa lapsuuden. Seuraavassa sitaatissa on esimerkki tästä.

*”Yhteyteni luontoon on ollut vahva jo pienestä lapsesta saakka.” Opettaja 8*

Lapsuudessa muodostuneeseen luontoyhteyteen vaikuttavat kasvuolosuhteet. Palmbergin ja Kurun (2000) tutkimuksessa, jossa on tutkittu 11–12-vuotiaiden lasten luontokokemuksia, käy ilmi, että runsaasti luontokokemuksia omaavat lapset kokevat luonnon kanssa vahvan ja empaattisen yhteyden (Palmberg & Kuru 2000, 34). Kasvuolosuhteet mainitaan muun muassa tutkimukseen vastanneen opettajan (opettaja 10) vastauksessa.

*”Olen syntynyt maatilalla ja kasvanut ilmapiirissä, jossa kunnioitetaan luontoa...”  
Opettaja 10*

Luontoyhteyteen liitettiin useita tunteita ja luontoyhteyden merkitystä kuvaavia sanoja. Luontoa pidettiin hyvinvoinnin lähteenä. Yli 50 prosenttia suomalaisista kokee saavansa luonnosta sekä henkistä että fyysistä hyvinvointia (Kantar TNS 2021). Seuraavissa lainauksissa opettajat kuvaavat omaa luontoyhteyttään luonnon merkityksen kautta.

*”Luonto on minulle yhtä tärkeä hyvinvoinnin lähde kuin terveys, perhe, ystävätkin.”  
Opettaja 9*

*”Luonnossa oleminen on itselleni tärkeää ja äärimmäisen merkityksellistä ihan pieninäkin annoksina.” Opettaja 8*

Yksi opettaja mainitsee tunteet myös puhuessaan eläimistä. Suhde omiin lemmikkeihin voi muodostua hyvinkin vahvaksi, mutta luonnossa villinä eläviä eläimiä voidaan pitää jopa uhkana. Mitä enemmän eläimellä on ihmisiä muistuttavia piirteitä sitä enemmän tunnemme myötätuntoa niitä kohtaan. Toisaalta kykenemme sulkemaan empaattiset tunteemme niitä eläimiä kohtaan, joita hyödynnämme jokapäiväisessä elämässämme muun muassa ravinnon muodossa. (Miralles, Raymond & Lecointre 2019, 3–6.) Seuraavassa sitaatissa opettaja kuvaa omaa suhdettaan eläimiin.

*”Minulle eläimet ovat eläimiä - minulla ei synny kiintymyssuhteita niihin.” Opettaja 10*

Kaksi opettajaa pohti vastauksissaan omaa tapaansa huomioida ympäristöä. Näiden kahden opettajan näkemykset eroavat hieman toisistaan. Ensimmäinen opettaja pohti omien kulutusvalintojen merkitystä ympäristön kannalta. Suomalaisista 63 prosenttia pyrkii hankkimaan vähemmän luontoa kuormittavia tuotteita ja palveluita sekä 56 prosenttia kokee vastuuta omien arjen valintojen merkityksestä ympäristön tilaan (Kantar TNS 2021). Eräs opettaja pohti tekemiään kulutusvalintoja seuraavasti.

*”Ajattelen ehkä myös niin, että yhteys luontoon näkyy tavassa elää arkea. Omat kulutusvalinnat nojaavat yhä enemmän tarpeeseen, ei niinkään enää haluun.” Opettaja 8*

Viidennes suomalaisista on sitä mieltä, että luonnon merkitys yhteiskunnallisesti nojaa siihen, miten luonto hyödyttää ihmistä (Kantar TNS 2021). Toinen opettaja tuo esiin ymmärryksen luonnonvaroista, mutta tukee myös luonnon hyödyntämistä kaivosteollisuuden muodossa.

*”Ymmärrän luonnonvarojen rajallisuuden, mutta kannatan kaivosteollisuutta, kunhan ympäristön turvallisuus otetaan huomioon.” Opettaja 10*

Kuten mielipaikkakuvauksissa myös luontoyhteyttä kuvatessa opettajat mainitsivat vain luonnossa olemisen. Tämä näyttäytyy seuraavassa vastauksessa.

*”Nautin luonnossa olemisesta.” Opettaja 10*

### **5.3 Mitä teen luonnossa?**

Luontoon liitetään paljon toimintoja ja tekemistä. Luonnossa vietetty aika ja luontokokemukset heijastuvat yksilön luontoyhteyteen. Luontoyhteys on kuitenkin itsenäinen ilmiö, joka ei ole täysin riippuvainen luontokokemuksista vaan muodostuu myös ilman autenttisia luontokokemuksia. (Cantell 2021, 110.) Luontokokemusten luontoyhteyttä muokkaavan ominaisuuden vuoksi tämän tutkimuksen kyselylomakkeen kolmas kysymys liittyi luonnossa tehtäviin aktiviteetteihin.

Vastauksissaan opettajat viittasivat retkeilyyn yhteensä 12 kertaa. Suomalaisista 61 prosenttia kokee retkeilyn itselleen tärkeäksi luontotekemiseksi ja 11 prosenttia retkeilee vähintään kerran viikossa. (Kantar TNS 2021.) Tässä tutkimuksessa retkeilyyn on sisällytetty patikointi, evästely, vaeltaminen, hiihtoretket sekä pelkät retket.

*”Luonnossa liikkuminen, maastopyöräily, patikointi ja vaeltaminen ovat jokaiseen vuodenaikaan kuuluvia harrastuksia.” Opettaja 8*

Yksi opettaja korosti myös retkien merkitystä oman luontoyhteytensä kannalta. Retkien tarkoituksena yleensä onkin kokea vuorovaikutusta luonnon kanssa ja irrottautua arjen kiireistä (Soinnunmaa ym. 2021, 74).

*”Erilaiset retket, joko pidemmät tai lyhyemmät, ovat maadoittavia ja luontoyhteyttä vahvistavia kokemuksia, jotka tuntuvat niin mielessä kuin kehossakin.” Opettaja 8*

Luonnossa liikkuminen lisää ihmisen ja luonnon välistä vuorovaikutusta ja täten syventää yhteyttä luontoon. Luontoliikunta mahdollistaa mieleenpainuvien kokemusten syntymisen. (Marttila & Pienimäki 2024, 75.) Liikkuminen eri muodoissa mainittiin

yhteensä 26 kertaa. Liikkumiseen on sisällytetty liikkuminen jaloin ja pyörällä sekä eri urheilulajit. Urheilulajit on jaettu talvi- ja kesäurheilulajeihin. Useat opettajat mainitsivat vastauksissaan useita eri liikkumismuotoja.

*”Ulkoilu hiihtämällä, kävellen, pyöräillen retkiä tehden tai töihin pyöräillen...” Opettaja 6*

Opettajat mainitsivat yhteensä kuusi kertaa vastauksissaan luonnon tarkkailun. Luonnon ilmiöiden havainnoinnilla on läsnäolon kokemusta edistävä vaikutus, tehtiinpä tarkkailua tietoisesti tai tiedostamatta (Terveysten ja hyvinvoinnin laitos). Tähän luonnon tarkkailu-kategoriaan kuuluu eläinten, kasvien ja ilmiöiden tarkkailu.

*”...eläinten ja lintujen tarkkailu, kasvien tunteminen ja niiden kasvuympäristön ymmärtäminen...” Opettaja 10*

Neljä opettajaa nimesi yhdeksi luonnossa tekemisen muodoksi mökkeilyyn. Mökki on perinteisesti nähty suomalaisten keinona lähestyä ja kokea luontoa. Mökkeilyyn houkuttelevuutta selittävät luonto ja sen läheisyys. Luonto onkin yksi mökin olennaisimpia ominaisuuksia. (Valkonen 2022, 11.) Mökillä puuhastelulla on havaittu terveydelle ja toimintakyvylle hyödyllisiä vaikutuksia (Puhakka, Pitkänen & Lehtimäki 2021, 112.) Vastauksissa mökkeilyyn liitettiin arkisia askareita.

Arjen askareita, kuten puutarhanhoitoa mainittiin myös muissa yhteyksissä kuin mökkeilyyn liitettynä. Puutarha tarjoaa ympäristön, joka edistää palautumista ja hyvinvointia. Puutarhanhoitoa voidaan toteuttaa kuntouttavana terapiamuotona ja sen merkitys fyysisen ja psyykkisen hyvinvoinnin kannalta on myönteinen. (Vehmasto & Salovuori 2020, 1/2.) Puutarhanhoitoon viitataan muun muassa seuraavassa sitaatissa.

*”Metsässä patikointi, mökkeily, veneily, puutarhanhoito.” Opettaja 1*

Luonnonantimien keräily ja etenkin marjastus on suosittu harrastus, jonka houkuttelevuutta lisää luonnossa liikkumisen virkistävä vaikutus sekä metsästä kerättyjen

marjojen puhtaus. Myös itse marjojen poimiminen tuottaa iloa. Marjat ovat hyvä ravintolisä, joihin nykypäivänä liitetään myös monia terveystuotteita. Tämän vuoksi marjastus ja sienestys ovat kasvattaneet suosiotaan ilmiöinä. (Vaara 2015, 139.) Vastauksissa on neljä mainintaa luonnonantimien keräilystä, joista esimerkki näkyy seuraavassa lainauksessa.

*”Metsässä liikkuminen, marjastus, sienestys, suunnistaminen, mökkeily...” Opettaja 10*

Yksi opettaja nosti esiin ulkona opettamisen ja sen hyödyt. Ulkona opettaminen toimii keinona avata silmiä muun muassa ympäristön muutoksille ja ihmisen toiminnan vaikutuksille luonnon hyvinvointiin. Tätä kautta ekososiaalinen sivistys edistyy. Lisäksi ulkona oppiminen tukee yksilön henkistä ja fyysistä hyvinvointia. (Cantell 2023, 16.)

*”Ulkona opettamisen vahvistaminen omassa työssä. Olen nähnyt sen hyödyt voimakkaasti niin itsessäni kuin oppilaissakin.” Opettaja 8*

Yhden opettajan vastaus poikkesi kaikista kategorioista. Opettaja kuvaili omaa mielipaikkaansa muun muassa adjektiiveilla lämmin ja rauhallinen. Kuvaillessaan luontoa 46 prosenttia suomalaisista mielsi luonnon rauhalliseksi (Kantar TNS 2021.) Puhuessaan luonnossa tekemistään asioista edellä mainittu opettaja painotti lämmön, rauhallisuuden, hiljaisuuden ja tyyneyden säilymistä.

*”Sellaiset toiminnot mitkä eivät riko ykkösessä mainitsemiani asioita luonnossa.”  
Opettaja 7*

## 6 TULOSTEN YHTEENVETO

### 6.1 Yhteenveto

Tämän tutkimuksen aiheena on luokanopettajan luontoyhteys, sillä luontoyhteyden ilmentyminen etenkin koulumaailmassa on ajankohtainen ja kiinnostava ilmiö. Opettajan luontoyhteys heijastuu hänen tekemiseensä ja arvoihin, jotka välittyvät myös oppilaille luokkahuoneessa. Aikaisemmat tutkimukset luokanopettajan luontoyhteydestä keskittyvät oppilaiden luontoyhteyden, ympäristökasvatuksen tai jonkin oppiaineen näkökulmaan. Harva tutkimus on käsitellyt juuri opettajien luontoyhteyttä. Opettajan on tärkeää tiedostaa oma suhtautumisensa ja yhteytensä luontoon, jotta opettajalla on mahdollisuus vahvistaa oppilaidensa luontoyhteyttä ja tuottaa oppilaille monipuolisia luontokokemuksia. Luontoyhteyden tiedostaminen lisää myös ymmärrystä sen vaikutuksista opettajuuteen. Tämän vuoksi tutkimustulokset selittävät, miten luokanopettaja kuvaa omaa yhteyttään luontoon.

Tuloksista käy ilmi, että luokanopettajien luontoyhteys on linjassa aikaisempien tutkimusten kanssa. Tutkimuksen tulokset alkavat mielipaikan kuvauksella, koska luontoyhteyteen liittyy vahvasti se, miten yksilö kuvailee ympäristöään ja luontoa. Luokanopettajien kuvauksissa ilmenee mielipaikan henkilökohtaisuus ja siihen liittyvät muistot. Tuloksien perusteella luonnossa oleva mielipaikka ei ole vain satunnainen paikka vaan emotionaalinen turvapaikka ja symbolisesti merkittävä tila, jossa yksilö voi kohdata itsensä. Luokanopettajat mainitsevat mielipaikkavastauksissaan luonnon laajoja

kohteita, kuten metsiä ja järviä. Tällaiset elementit luovat tunteen luonnon rauhasta ja vapaudesta. Myös aistimaininnat vahvistavat kokemusta luonnon rauhoittavuudesta, maadoittavuudesta ja kokonaisvaltaisuudesta. Luontokokemuksissa keskeistä ovat juuri aistit, sillä aistit ovat ne, joiden avulla luonto koetaan (Salonen 2010, 68).

Arvostettavin ominaisuus luonnossa ovat sen liikunta- ja ulkoilumahdollisuudet (Salonen 2010, 67). Tämän myös luokanopettajat mainitsevat kyselytutkimuksen vastauksissa. Liikettä ja luonnon kehollista kokemusta voidaan pitää tärkeänä osana mielipaikan lähes terapeutista vaikutusta. Vuodenajat taas lisäävät vaihtelua mielipaikkaan ja sen liikkumismahdollisuuksiin. Vuodenajat tuovat mukanaan jatkuvaa uudistusta mielipaikkaan, mikä lisää luonnon tarkkailua. Luonnonelementtien ja liikunnan lisäksi osa opettajista ottaa esille ihmisen rakentamat rakenteet, kuten laavut ja näköalatornit. Ihmisen rakentamaa voidaan usein ajatella luonnon merkitystä vähentävänä tai luontoa tuhoavana, mutta osa ihmisen rakentamasta, kuten puistot ja hiihtoladut, lisäävät luonnon saavutettavuutta ja tukevat täten luonnon kokemista.

Luokanopettajat kuvailevat luontoyhteyttään liikkumisen ja tekemisen kautta. Tämä on linjassa yleisen suomalaisen käsityksen kanssa, jonka mukaan luontoa pidetään ulkoilun ja liikunnan mahdollistajana (Niiniluoto 2011; Borodulin ym 2011). Aineettomien hyötyjen lisäksi luokanopettajien vastauksissa korostuvat aineelliset hyödyt, kuten marjat ja puut. Sama kaksijakoisuus näkyy myös, kun tarkastellaan yleistä suomalaisten luontoyhteyttä (Kantar TNS 2021).

Luonto herätti useassa luokanopettajassa muistoja lapsuudesta ja juuri lapsuudessa saadut luontokokemukset muodostivat vahvan pohjan luontoyhteydelle. Monet puhuivat perheestä ja perheen tavasta arvostaa luontoa. Myös Cantellin (2011) ja Palmbergin ja Kurun (2000) tutkimukset tukevat lapsuuden luontokokemusten tärkeyttä luontoa kohtaan muodostuvan emotionaalisen ja empaattisen suhteen kannalta. Lapsuuden lisäksi tunteet ja syvemmät merkitykset korostuivat, kun puhuttiin luontoyhteydestä. Luontoa rinnastettiin terveyteen ja hyvinvointiin, mikä kertoo luontoyhteyden henkilökohtaisuudesta ja emotionaalisesta ulottuvuudesta.

Nykypäivänä ilmastonmuutos on suuri uhka koko yhteiskunnalle ja sen vuoksi eettinen pohdinta on tärkeää. Luokanopettajien on tärkeää tunnistaa omat arvot ja ajatukset ilmasto- ja ympäristöä kohtaan, jotta he pystyvät jakamaan oppilaille tieteeseen nojaavaa tietoa ympäristön tilasta ja kestävästä kehityksestä. Osa kyselytutkimukseen vastanneista opettajista pohti juuri luontoyhteyteen liittyvää etiikkaa ja arjen valintoja. Osa heistä painotti vastauksissaan kestäviä valintoja ja ympäristövastuullisuutta, kun taas yhdessä vastauksessa tuotiin esille ihmiskeskeinen hyötyajattelu muun muassa kaivosteollisuuden muodossa.

Cantellin (2021) näkemys siitä, että luontoyhteys ei muodostu pelkästään autenttisista kokemuksista vaan kokemukset muovaavat luontoyhteyttä, vahvistuu tämän tutkimuksen tulosten myötä. Luokanopettajille luonnossa tekeminen on tärkeä osa heidän luontoyhteyttään. Toiminnallisuutta ja tekemistä pidettiin virkistykseen lisäksi tavallisena arjen osana. Luonnon jokapäiväisellä läsnäololla on luontoyhteyttä syventävä vaikutus. Toiminnallisuuden monipuolisuus, retkeilystä puutarhanhoitoon, kertoo aktiivisesta ja kokonaisvaltaisesta tavasta olla luonnossa. Tutkimusten mukaan toiminnan, kuten mökkeilyn ja puutarhanhoidon, nähdään toimivan ihmistä ja luontoa yhdistävänä tekijänä sekä terveydelle hyödyllisenä (Valkonen 2022; Puhakka ym. 2021; Vehmasto & Salovuori 2020). Kaikille kyselytutkimukseen vastanneille luonto ei näyttäydä toiminnallisena, vaan luontoon liitetään myös hiljainen läsnäolo ja ympäristön kunnioitus. Tämä näkökulma korostaa luontoyhteyden monimuotoisuutta ja sitä, kuinka eri tavoin luokanopettajat kokevat luonnon.

Toiminnan lisäksi myös ilmiöiden tarkkailu ja luonnon havainnointi lisäävät luonnon läsnäoloa arjessa. Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (2025) ajatus läsnäolon kokemuksen lisääntymisestä tarkkailun myötä tukee tutkimustuloksia. Tarkkailu tietoisesti tai tiedostamatta vahvistaa ympäristön merkityksellisyyden kokemusta. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2025.) Luonnon tarkkailu on yksi oleellinen osa koulussa toteutettavaa ympäristökasvatusta ja esimerkiksi ympäristöopin opintoja. Opetussuunnitelmassa ympäristöopin tehtävänä on tukea oppilaiden ympäristösuhdetta sekä opettaa oppilaille erilaisia ihmiseen, ympäristöön sekä fysiikan ja kemian lakeihin liittyviä ilmiöitä ja lisätä niiden ymmärrystä (Opetushallitus 2014, 239). Tämä tapahtuu

tarkkailemalla, tutkimalla ja ihmettelemällä ympäristöä niin läheltä kuin kaukaa. Opettajan tulee osata itse luonnon tarkkailemisen taito, jotta sitä voidaan opettaa eteenpäin oppilaille innostavalla ja kiinnostavalla tavalla.

Yksi tapa tukea ympäristösuhteen muodostumista on tarjota oppilaille luontokokemuksia osana koulun opetusta. Vain yksi opettaja mainitsi ulkona opettamisen, kun puhuttiin luokanopettajan luontoyhteydestä. Ulkona opettamisen tärkeys osoittaa, että luontoyhteys ei ole vain yksityinen kokemus, vaan sillä on vaikutus luokanopettajan käyttämään pedagogiikkaan sekä oppilaiden luontoyhteyden vahvistamiseen. Ympäristökasvatus vaatii opettajalta tietämystä hänen omasta ekologiastaan, ja ympäristökasvatuksessa keskeistä olisi tehdä luonnosta arkinen, kaikkialla oleva asia, eikä vain paikka, mihin mennään (Willamo 2004b, 42–44). Ulkona opettaminen lisää luonnon vaikutusta lasten arjessa ja tätä kautta vahvistaa luontoyhteyttä.

## 6.2 Tyypillinen luokanopettajan luontoyhteys

Tutkimuksen tulokset on koottu yhteen luomalla aineiston pohjalta tyypillinen luokanopettajan luontoyhteys. Tyypittelyn avulla saadaan näkyviin tyypillinen luokanopettajan luontoyhteys mielipaikan, toiminnan ja luokanopettajan omien käsitysten pohjalta. Tyypittely vastaa tutkimuskysymykseen: Miten luokanopettajat kuvaavat yhteyttään luontoon?

*Tyypillinen luokanopettajan luontoyhteys koostuu toiminnallisesta, aistillisesta ja emotionaalisesta yhteydestä. Luokanopettaja näkee luonnon rauhoittumisen ja palautumisen paikkana, jossa on hän voi olla oma itsensä ja käsitellä tunteitaan. Luokanopettaja kuvaa luontoon liittyvää mielipaikkaansa omiin tunteisiin, kuten iloon, suruun, rauhaan ja merkityksellisyyteen liittyväksi tilaksi. Mielipaikat koostuvat luonnonelementeistä, kuten metsistä, järvistä ja kallioista. Opettaja pitää myös hiljaisuutta ja luonnon ääniä olennaisena osana mielipaikkakokemustaan.*

*Luokanopettajan luontoyhteys korostaa kaikkien aistien merkitystä maisemien katselun, luontoäänten kuuntelemisen ja metsän tuoksujen haistamisen muodossa. Aistikokemukset*

*lisäävät luokanopettajan kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tunnetta ja vahvistaa hänen yhteyttänsä luontoon. Luonto ei kuitenkaan ole ainoastaan paikka oleiluun, vaan luokanopettajalle on keskeistä aktiivinen tekeminen ja harrastaminen ympäristössään. Tyypillinen luokanopettaja liikkuu eri tavoin eri vuodenaikoina, retkeilee, tarkkailee luontoa, mökkeilee ja hyödyntää luonnonantimia muun muassa marjastamalla ja sienestämällä. Luokanopettajalle aktiviteetit luontoympäristössä ovat kiinteä osa arkea.*

*Luokanopettajan luontoyhteys juontaa juurensa lapsuuteen. Usean luokanopettajan lapsuus on sisältänyt kasvuympäristön, jossa luonto on ollut lähellä ja osa arkea. Tämä on vaikuttanut luokanopettajan arvostukseen luontoa kohtaan ja siihen, miten hän kokee ympäristön. Luonto on luokanopettajalle tärkeä hyvinvoinnin lähde, joka tarjoaa fyysistä, henkistä ja emotionaalista tukea. Luonnon merkitys on etenkin palautumisen ja arjesta irrottautumisen kannalta suuri.*

*Tyypillinen luokanopettajan luontoyhteys on usein lapsuudessa muodostunut ja monipuolinen, eri elämän osa-alueille ulottuva. Luontoyhteys ei pelkästään pidä sisällään fyysistä yhteyttä, vaan luonto koetaan kokonaisvaltaiseksi ja merkitykselliseksi osaksi opettajan omaa hyvinvointia ja identiteettiä.*

Tyypillisen luokanopettajan lisäksi osa luokanopettajista ottaa huomioon vastuullisuuden näkökulman, joka koostuu kulutusvalintojen, luonnonvarojen käytön ja eettisen suhtautumisen pohtimisesta ja ymmärryksestä etenkin arjen valintojen kannalta. Luokanopettajien näkemykset kuitenkin vaihtelevat käytännönläheisistä arjen valinnoista teollisen luonnon hyödyntämisen hyväksyntään.

## 7 POHDINTA

Ekokriisin ja ympäristökatastrofien keskellä on hyvä pohtia omaa luontoyhteyttään, jotta ymmärrämme oman asemamme yhteiskunnassa ja ympäristössä suhtautumisemme niihin. Ympäristökasvatuksen merkitys on suuri ja iso osa siitä jää juuri koulujen ja opettajien vastuulle. Luontokasvatuksella pystymme tukemaan ihmisen kasvua siten, että lapsi ymmärtää luonnon merkityksen ja oppii toimimaan luontoa ja ympäristöä kunnioittavasti. Koko ympäristökasvatuksen ydin koostuu ajatuksesta, jonka mukaan ihminen on osa luontoa. (Ratinen 2023, 55.) Jos opettaja ei ymmärrä ihmisen kuuluvuutta luontoon, on sitä vaikea opettaa tuleville sukupolville.

Tyypittelystä käyvät ilmi kaikki viisi Ratisen (2023) määrittämää luontoyhteyden ulottuvuutta. Luokanopettajat pitivät luontoa hyvinvoinnin kannalta oleellisena ja täten tuovat esiin luonnon aineellisen ulottuvuuden. Luokanopettajat korostavat luonnon kokemuksellista ulottuvuutta tekemisen ja harrastusten kautta. Kognitiivinen ulottuvuus tulee ilmi, kun luokanopettajat pohtivat ympäristön merkitystä itselleen sekä muun muassa ympäristöön vaikuttavia tekoja. Emotionaalisuus näkyy lähes jokaisen luokanopettajan luontoyhteydessä etenkin positiivisten tunteiden ja rauhoittumisen kautta. Filosofinen ulottuvuus jää aineistossa vähemmälle, mutta osa luokanopettajista pohtii myös omaa suhdettaan ympäristöön ekologisuuden ja omien arvojen kautta.

Tämän tutkimuksen tutkimuskysymystä asetettaessa tiedettiin, että luokanopettajien luontoyhteyttä on tutkittu suhteellisen vähän. Käsitteen moniulotteisuus, vaikea

jäsenneltävyys ja subjektiivisuus tekivät teoriaosuuden koostamisesta ja aineiston keruusta haasteellista. Teoreettista viitekehystä rakennettaessa tämä konkretisoitui. Tarve tälle tutkimukselle oli selvä. Aiheen subjektiivisuuden vuoksi tutkimusmenetelmäksi valikoituvat laadullinen tutkimus ja fenomenografia. Puolistrukturoidulla kyselytutkimuksella saatiin kerättyä aineisto, jossa tulee esille opettajien omat käsitykset ja kokemukset yksilöllistä näkökulmaa unohtamatta. Vastaus tutkimuskysymykseen saatiin koostamalla aineiston pohjalta tyypillinen luokanopettajan luontoyhteys. Tämän tutkimuksen jatkokehittämiseksi aineistoa voitaisiin laajentaa haastattelujen muodossa ja suuremmalla otannalla. Haastattelut antaisivat vielä syvemmän ymmärryksen luokanopettajien luontoyhteydestä.

Tämä tutkimus auttaa luokanopettajia pohtimaan omaa luontoyhteyttään ja syventämään tätä ymmärrystä luontoyhteyden vahvistamisesta ja sen merkityksestä opetusmaailmassa. Tutkimus ei kuitenkaan tuo esille luokanopettajan luontoyhteyden suoria vaikutuksia opetukseen tai oppilaiden luontoyhteyteen. Tämä olisi mielenkiintoinen jatkotutkimuksen aihe, jonka avulla pystyttäisiin hahmottamaan oman luontoyhteyden todellisia merkityksiä omaan lähiympäristöön ja kanssaihmiisiin. Tutkimus vaatisi pitkän aikavälin seuranta, jotta vaikutuksia pystyttäisiin arvioimaan. Tällaisen kvalitatiivisen tutkimuksen tutkimusmenetelmät olisi tarkoin pohdittava, jotta tulokset olisivat valideja. Lisäksi luokanopettajan luontoyhteyden vaikutus luonnon ja ympäristön hyödyntämiseen opetuksessa olisi mielenkiintoinen tutkimusaihe, jonka pohjalta pystyttäisiin kartoittamaan, kuinka laajasti luokanopettajat hyödyntävät opetuksessaan ympäristöä ja sen tarjoamia mahdollisuuksia.

Ympäristö on kaikkien kannalta oleellinen elämän lähde, jota tulevien sukupolvien tulee oppia kunnioittamaan ja ymmärtämään toteuttaaksemme kestävyysmuutosta. Jos luontoyhteys on pelkästään aineellisella tai kokemuksellisella tasolla, on sen vaikutus kestävyysmuutoksen edistämiseen pienempi kuin luontoyhteyden ylettyessä filosofiseen tai emotionaaliseen ulottuvuuteen. Jälkimmäisillä ulottuvuuksilla on vaikutuksia ihmisen arvojen ja elintapojen tarkasteluun, jolloin vaikutus kestävyysmuutokseen on suurempi. Aikuisten tehtävä on tukea lasten luontoyhteyttä lisäämällä lasten ymmärrystä luonnonjärjestelmistä ja ihmisen riippuvuudesta luontoon, kun taas aikuisten tulee pitää

huoli omasta luontoyhteydestä käymällä luonnossa ja pohtimalla luontoa useasta näkökulmasta. (Ratinen 2023, 57–58.)

Luontoyhteyden tukeminen alakoulussa ei ole vain kestävyyskasvatuksen tutkijoiden mielestä tärkeää vaan myös Opetushallituksen (2014) perusopetuksen opetussuunnitelman tavoitteissa tuodaan esiin ympäristönsuojelun näkökulma sekä omien valintojen, elämäntapojen ja tekojen merkityksen ymmärtäminen yhteisön, yhteiskunnan ja luonnon kannalta. Tätä tavoitetta pyritään edistämään juuri vahvan luontoyhteyden avulla. (Opetushallitus 2014, 158.) Lasten luontoyhteys vaatii kuitenkin luontokokemusten mahdollistamista ja aikuisen tukea.

Usein lasten luontoyhteys nähdään puutteellisena, mutta kyse on aikuisten puutteellisesta tuesta ja kiinnostuksesta vahvistaa lasten luontoyhteyttä. Useat aikuiset näkevät ympäristönsuojelun yhtenä tärkeimmistä arvoista, mutta silti ympäristönsuojeluun annettavassa panoksessa on puutteita. Harva yksilö on valmis edistämään yhteistä hyvää uhraamalla omista mukavuuksistaan. Vaikka aikuiset siis tukevat ympäristönsuojelua, heidän toimintansa ei ole sen mukaista. (Salonen 2005, 182.)

Koulu ja opettaja pystyvät tarjoamaan lapselle luontokokemuksia, joita lapsi ei välttämättä koe omien vanhempiensa tai harrastustensa kautta. Luontokokemukset vahvistavat luontoyhteyttä ja tunnetta kuulumisesta osaksi isompaa kokonaisuutta. Luontokokemukset lisäävät näin myös kokemusta elämän jatkuvuudesta ja pysyvyydestä. (Salonen 2010, 57–58.) Luokanopettajan tulee olla valmis tarjoamaan lapselle näitä kokemuksia, vaikka hän ei itse kokisi vahvaa yhteyttä luontoon.

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet (2014) ohjaa luokanopettajan työtä ja perustuu arvoihin, joiden mukaan oppilas kehittää omaa identiteettiään ja syventää yhteyttään luontoon. Suunnitelma painottaa ekososiaalista sivistystä, joka edesauttaa tietoisuutta ympäristön tilasta ja kestävästä elämäntavoista. (Opetushallitus 2014, 15–16.) Koulun ja opettajan tehtävä on vahvistaa ja tukea luontoyhteyttä omalla esimerkillä. ”Luontosuhde” terminä ilmenee opetussuunnitelmassa melko harvoin, mutta sen merkitys korostuu laaja-alaisen osaamisen tavoitteissa sekä ympäristöä koskevissa

oppimistavoitteissa. Konkreettisimmat esimerkit luontoyhteyden vahvistamisesta löytyvät 1.–2. ja 3.–6. luokkien sekä lukion ympäristöopin ja biologian opetuksen tavoitteista. (Opetushallitus 2014, 99, 158, 380.)

Opetussuunnitelma ei velvoita opettajia viemään oppilaita luontoon, mutta sisältää useita viitteitä luontoyhteyden tukemisen keinoista, joista ulkona opettaminen on yksi konkreettisimmista. Koska opetussuunnitelma ei anna suoria ohjeita luontoyhteyden tukemiseen, jokainen luokanopettaja toteuttaa ympäristökasvatusta omilla keinoillaan, eikä yhteistä linjaa pääse muodostumaan. Pelkkä metsässä samoilu ei riitä vaan jokaisen tulisi pohtia kriittisesti omaa luontoyhteyttään ja maapallon luomia mahdollisuuksia (Ratinen 2023, 60–61). Olisi tärkeää, että jokainen opettaja, omista kiinnostuksen kohteistaan huolimatta, ottaisi luontoyhteyden vahvistamisen asiakseen, sillä lasten ja nuorten kyky ymmärtää ja arvostaa luontoa rakentuu arjen pienistä teoista ja esimerkeistä. Juuri nyt tarvitaan yhteistä työtä kestävän tulevaisuuden puolesta.

## LÄHTEET

Ampuja, O. 2011. Hiljaisuus on harvinaista. Teoksessa Niemelä, J., Furman, E., Halkka, A., Hallanaro, E., & Sorvari, S. (toim.) Ihminen ja ympäristö. Helsinki: Gaudeamus, 286–288.

Autti-Rämö, I., Seppänen, J., Raitasalo, R., Martikainen, J. E. & Sourander, A. 2009. Nuorten ja nuorten aikuisten psyykenlääkkeiden käyttö on lisääntynyt 2000-luvulla. Lääkärilehti 64 (6), 477–482.

Beery, T., Chawla, L. & Levin, P. 2020. Being and becoming in nature: Defining and measuring connection to nature in young children. *International Journal of Early Childhood Environmental Education* 7 (3).

Borodulin, K., Paronen, O. & Männistö, S. 2011. Aikuisten vapaa-ajan liikuntaympäristöt. Teoksessa Husu, P., Paronen, O., Suni, J. & Vasankari, T. (toim.) *Suomalaisen fyysinen aktiivisuus ja kunto 2010. Terveyttä edistävän liikunnan nykytila ja muutokset*. Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriö, 60–67.

Calogiuri, G. 2016. Natural environments and childhood experiences promoting physical activity: Examining the mediational effects of feelings about nature and social networks. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 13 (4).

Cantell, H. 2011. Lapsuus ja nuoruus ympäristösuhteen perustana. Teoksessa Niemelä, J., Furman, E., Halkka, A., Hallanaro, E., & Sorvari, S. (toim.) *Ihminen ja ympäristö*. Helsinki: Gaudeamus, 332–338.

Cantell, H. 2021. Näkökulmia luontosuhteiden eriarvoisuudesta: Esimerkkinä vammaisten luontokokemukset ja luontosuhteet. Teoksessa Haverinen, R., Mattila, K., Neuvonen, A., Saramäki, R. & Sillanaukea, O. (toim.) *Ihminen osana elonkirjoa – Luontosuhteet, luontokäsitykset ja sivistys kestävyyskriisin aikakaudella*. Helsinki: Sitra, 103–114.

Cantell, H. 2023. Ulkona opettaminen kestävyysmurroksen välineenä. Teoksessa Kaasinen, A. & Myllyniemi, U. (toim.) *Ulkona opettamisen käsikirja*. Jyväskylä: PS-kustannus, 16–24.

Cantell, H., Aarnio-Linnanvuori, E. & Tani, S. 2020. *Ympäristökasvatus: Kestävän tulevaisuuden käsikirja*. Jyväskylä: PS-kustannus.

Chawla, L. 2020. Childhood nature connection and constructive hope: A review of research on connecting with nature and coping with environmental loss. *People and Nature* 2 (3), 619–642.

- Collado, S., Staats, H. & Corraliza, J. A. 2013. Experiencing nature in children's summer camps: Affective, cognitive and behavioural consequences. *Journal of Environmental Psychology* 33, 37–44.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 2008. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Vastapaino
- Haverinen, R., Mattila, K., Neuvonen, A., Saramäki, R. & Sillanaukee, O. 2021. Osa 1: Muutoksen tuulia. Teoksessa Haverinen, R., Mattila, K., Neuvonen, A., Saramäki, R. & Sillanaukee, O. (toim.) *Ihminen osana elonkirjoa – Luontosuhteet, luontokäsitykset ja sivistys kestävyyskriisin aikakaudella*, 12–50.
- Juhila, K. 2021. Laadullisen tutkimuksen ominaispiirteet. Teoksessa Vuori, J. (toim.) *Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja*. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto [ylläpitäjä ja tuottaja]. Saatavilla: [https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/mita-on-laadullinen-tutkimus/laadullisen-tutkimuksen-ominaispiirteet/?utm\\_source=chatgpt.com](https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/mita-on-laadullinen-tutkimus/laadullisen-tutkimuksen-ominaispiirteet/?utm_source=chatgpt.com)
- Kahn Jr, P. H., Friedman, B., Gill, B., Hagman, J., Severson, R. L., Freier, N. G., Felman, E. N., Carrere, S. & Stolyar, A. 2008. A plasma display window? The shifting baseline problem in a technologically mediated natural world. *Journal of Environmental Psychology* 28 (2), 192–199.
- Kahn, P. 1999. *The Human Relationship with Nature – Development and Culture*. Cambridge, MA: Massachusetts Institute of Technology.
- Kantar TNS 2021. *Suomalaisten luontosuhteet*. Helsinki: Sitra.
- Kaplan, R. & Kaplan, S. 1989. *The experience of nature: A psychological perspective*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Lehtinen, S. 2021. Kaupunkiluonto ja luonnon kauneuden muuttuva myytti. Teoksessa Haverinen, R., Mattila, K., Neuvonen, A., Saramäki, R. & Sillanaukee, O. (toim.) *Ihminen osana elonkirjoa – Luontosuhteet, luontokäsitykset ja sivistys kestävyyskriisin aikakaudella*. Helsinki: Sitra, 131–142.

- Louv, R. 2006. *Last Child in the Woods*. Chapel Hill: Algonquin Books.
- Marttila, M. & Pienimäki, M. 2024. Kaupunkilaisnuorten (lähi)luontoon kuuluminen: luonnossa viihtymistä, liikkumista ja lempipaikkoja. *Liikunta & Tiede* 61 (2), 73–82.
- Martyn, P. & Brymer, E. 2016. The relationship between nature relatedness and anxiety. *Journal of Health Psychology* 21 (7), 1436–1445.
- Miralles, A., Raymond, M. & Lecointre, G. 2019. Empathy and compassion toward other species decrease with evolutionary divergence time. *Scientific Reports* 9.
- Niikko, A. 2003. *Fenomenografia kasvatustieteellisessä tutkimuksessa*. Joensuu: Joensuun yliopisto.
- Niiniluoto, I. 2011. Luonto onnen lähteenä. Teoksessa Niemelä, J., Furman, E., Halkka, A., Hallanaro, E., & Sorvari, S. (toim.) *Ihminen ja ympäristö*. Helsinki: Gaudeamus, 77–82.
- Nisbet, E. K., Zelenski, J.M. & Murphy, S. A. 2011. Happiness is in our nature: Exploring nature relatedness as a contributor to subjective well-Being. *Journal of Happiness Studies* 12 (2), 303–322.
- Ojala, A., Neuvonen, M., Kurkilahti, M., Leinikka, M., Huutilainen, M. & Tyrväinen, L. 2022. Short virtual nature breaks in the office environment can restore stress: An experimental study. *Journal of Environmental Psychology* 84.
- Opetushallitus 2014. *Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet*. Helsinki: Next Print Oy.
- Palmberg, I. & Kuru, J. 2000. Outdoor activities as a basis for environmental responsibility. *The Journal of Environmental Education* 31 (4), 32–36.
- Pietarinen, J. 1987. Ihminen ja metsä: neljä perusasennetta. *Silva Fennica* 21 (4), 323–331.

Puhakka, R., Pitkänen, K. & Lehtimäki, J. 2021. Tukeeko mökkeily kansanterveyttä? Yhteiskuntapolitiikka 86 (1), 111–115.

Ratinen, I. 2023. Kestävän luontoyhteyden edistäminen. Teoksessa Kaasinen, A. & Myllyniemi U. (toim.) Ulkona opettamisen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus, 55–63.

Salonen, K. 2005. Mieli ja maisemat: Eko- ja ympäristöpsykologian näkökulma. Helsinki: Edita Prima Oy.

Salonen, K. 2007. Ihminen on luontoa. Teoksessa Heiskanen, I. & Kailo, K. (toim.) Ekopsykologia ja perinnetieto. Helsinki: Green Spot.

Soinnunmaa, P., Willamo, R., Helenius, L., Holmström, C., Kaikko, A. & Nuotiomäki, A., Kudelma-Verkosto 2021. Voiko luonnosta tulla pois? Mikä on se luonto, johon olemme suhteessa? Teoksessa Haverinen, R., Mattila, K., Neuvonen, A., Saramäki, R. & Sillanaukee, O. (toim.) Ihminen osana elonkirjoa – Luontosuhteet, luontokäsitykset ja sivistys kestävyyskriisin aikakaudella. Helsinki: Sitra, 65–79.

Syrjälä, L., Ahonen, S., Syrjäläinen, E. & Saari, S. 1994. Laadullisen tutkimuksen työtapoja. Helsinki: Kirjayhtymä Oy.

Taylor, A. F., Kuo, F. E. & Sullivan, W. C. 2001. Coping with ADD: The Surprising Connection to Green Play Settings. Environment and Behavior, 33 (1), 55–77.

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (n.d.). Luonto ja osallisuus. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. [https://thl.fi/aiheet/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa-olevien-osallisuus/osallisuuden-edistamisen-mallit/uudista-asiakastyota-luovasti-ja-leikkisasti/luonto-ja-osallisuus?utm\\_source=chatgpt.com](https://thl.fi/aiheet/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa-olevien-osallisuus/osallisuuden-edistamisen-mallit/uudista-asiakastyota-luovasti-ja-leikkisasti/luonto-ja-osallisuus?utm_source=chatgpt.com) Viitattu 26.3.2025.

Thompson Coon, J., Boddy, K., Stein, K., Whear, R., Barton, J. & Depledge, M. 2011. Does participating in physical activity in outdoor natural environments have a greater

effect on physical and mental wellbeing than physical activity indoors? A systematic review. *Environmental Science & Technology* 45 (5), 1761–1772.

Tieteen termipankki. Ympäristötieteet:luonto. Saatavilla:

<https://tieteentermipankki.fi/wiki/Ympäristötieteet:luonto> Viitattu 17.1.2024.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Tyrväinen, L., Silvennoinen, H., Korpela, K. & Ylen, M. 2007. Luonnon merkitys kaupunkilaisille ja vaikutus psyykkiseen hyvinvointiin. *Metlan työraportteja*, 52, 57–77.

Vaara, M. 2015. Luonnonmarjojen käyttö kotitalouksissa ja teollisuudessa. Teoksessa Salo, K. (toim.) *Metsä. Monikäyttö ja ekosysteemipalvelut*. Helsinki: Luonnonvarakeskus (Luke), 139–142.

Valkonen, J. 2022. Mökin kanssa ajattelu. Tampere: Vastapaino.

Vehkalahti, K. 2014. Kyselytutkimuksen mittarit ja menetelmät. Helsinki: Finn Lectura.

Vehmasto, E. & Salovuori, T. 2020. Puutarhatoiminta, -terapia sekä sosiaalinen ja terapeutin puutarhanhoito. *Suomalainen Green Care -tietosivu* 4/2018. Helsinki: Luonnonvarakeskus (Luke).

Whitburn, J., Linklater, W. & Abrahamse, W. 2019. Meta-analysis of human connection to nature and proenvironmental behavior. *Conservation Biology* 34 (1), 180–193.

Willamo, R. 2004a. Luonto ja ei-luonto. Teoksessa: Cantell, H. (toim.) 2004. *Ympäristökasvatuksen käsikirja*. Jyväskylä: PS-kustannus, 32–36.

Willamo, R. 2004b. Ihminen suhteessa luontoon. Teoksessa: Cantell, H. (toim.) 2004. *Ympäristökasvatuksen käsikirja*. Jyväskylä: PS-kustannus, 36–45.

Willamo, R. 2005. Kokonaisvaltainen lähestymistapa ympäristönsuojelutieteessä. Sisällön moniulotteisuus ympäristönsuojelijan haasteena. *Environmentalica Fennica* 23. Helsinki: Helsingin yliopistopaino.

Williams, R. 2003. Luontokäsitykset. Teoksessa Haila, Y. & Lähde, V. (toim.) *Luonnon politiikka*. Tampere: Vastapaino.

Zelenski, J. M. & Nisbet, E. K. 2012. Happiness and Feeling Connected: The Distinct Role of Nature Relatedness. *Environment and Behavior* 46 (1), 3–23.