LAPIN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF LAPLAND



Empaattiset kohtaamiset luonnossa

Kulttuurisensitiivisen empatian esiintyminen *Kulttuurit yhteisellä polulla* -hankkeen monikulttuurisissa luontointerventioissa ja niiden palvelumuotoilussa

Palvelumuotoilun monialainen maisteriohjelma
Pro gradu -tutkielma

Marja Honkasalo

16.11.2026
Lapin yliopisto

LAPIN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF LAPLAND

Lapin yliopisto
Tiedekunta: Taiteiden tiedekunta
Työn nimi: Empaattiset kohtaamiset luonnossa
Tekijä: Marja Honkasalo
Koulutusohjelma: Palvelumuotoilun monialainen maisteriohjelma
Ohjaaja: vanhempi yliopistolehtori Piia Rytilahti
Työn laji: Pro gradu -tutkielma
Sivumäärä, liitteiden lukumäärä: 83 + 3 sivua
Vuosi: 2026
Kuva: Merivan kuva-arkisto

Tiivistelmä: Tarkastelen luonnon, ohjaajan ja empatian merkitystä monikulttuuristen ryhmien luontolähtöisissä kotoutumis- ja kuntoutumispalveluissa. Palvelujen tarkoituksena on edistää haavoittuvassa tilanteessa olevien maahanmuuttajien ja kantaväestön arjessa selviytymistä. Tavoitteenani on lisätä ymmärrystä ohjaustyössä tarvittavista empatiataidoista, osallistujien välisestä empatiasta ja luonnon merkityksestä kohtaamisten olosuhteille. Lisäksi tarkastelen, miten ohjaajien kokemustieto empatiasta ja luonnon roolista välittyy monikulttuurista luontotoimintaa käsittelevään käsikirjaan.

Palvelumuotoilun näkökulmasta empatia tarkoittaa vuorovaikutuksen laatua palvelun tuottajan ja asiakkaan välillä ja luonto puolestaan palvelun tilaa. Laajennan empatian tarkastelun monikulttuurisen ryhmän sekä ihmisten ja luonnon väliseen vuorovaikutukseen. Tarkastelen ohjaajien kuvailuissa sitä, millaisia tekijöitä ja olosuhteita luontosuhteen ja ihmissuhteiden tukeminen vaatii. Se miten puhe empatian ja luonnon roolista on välittynyt käsikirjaan, kertoo luontolähtöisten sosiaalipalvelujen palvelunmuotoilun haasteista.

Olen haastatellut tapaustutkimukseeni viittä ohjaajaa *Kulttuurit yhteisellä polulla* -hankkeessa ja pyytänyt heitä kuvailemaan luonnon ja empatian roolia luontotoiminnassa. Puolistrukturoitujen teemahaastattelujen lisäksi tutkimusaineistooni kuuluu ohjaajien kanssa palvelumuotoiltu LUMOT-käsikirja monikulttuurisesta luontotoiminnasta. Käytän tarkastelussa laadullista sisällönanalyysiä ja teemoittelua. Poimin haastatteluista teemoja, joilla ohjaajat kuvasivat empatiaa ja luonnon roolia, taulukoin ne ja etsin niitä käsikirjan teksteistä. Työ eteni aluksi aineistolähtöisesti, mutta muuttui teorian ohjaamaksi, kun hyödynsin analyysiluokkien muodostamisessa ja tulkinnassa empatian käsitteitä, ohjaustyön prosessiajattelua ja dynaamista luontoterveysmallia.

Tulokset viittaavat siihen, että empaattinen ohjaus rakentuu kulttuurisensitiivisistä ja adaptiivisista prosesseista, joissa hyödynnetään kognitiivisista ja affektiivisista empatiaa. Näistä käsikirjaan välittyi selkeimmin kognitiivinen empatia. Palvelumuotoilussa kannattaisi konkretisoida empatiaa ja luontoa vuorovaikutuksen olosuhteiden ja palvelukokemuksen muovaajina. Monikulttuuristen ryhmien luontointerventioissa luonto toimii sekä palveluympäristönä että palvelun sisältönä, joka voi mahdollistaa psyykkisesti turvallisiksi koetut kulttuurisensitiiviset kohtaamiset. Ne voivat vahvistaa luontosuhdetta, yhteisöllisyyttä ja hyvinvointia sekä rakentaa kulttuurienvälistä ymmärrystä ja edistää kahdensuuntaista kotoutumista.

Avainsanat: luontointerventiot, empatia, kulttuurisensitiivisyys

Tutkielma ei sisällä muiden kuin tekijän henkilötietoja.

University of Lapland
Faculty: Faculty of Art and Design
Title of the thesis: Empathic Encounters in Nature
Author: Marja Honkasalo
Degree Programme: Multidisciplinary Master's Programme in Service Design
Supervisor: Senior University Lecturer Piia Rytilahti
Sort of the work: Pro gradu thesis
Number of Pages, appendices: 83 + 3 pages
Year: 2026
Image: Meriva Image Archive

Summary: This study examines the roles of nature, facilitation, and culturally sensitive empathy in nature-based integration and rehabilitation services for multicultural groups. These services aim to support everyday coping among immigrants and members of the Finnish majority population in vulnerable situations. The study seeks deepening the understanding of the empathic skills required in facilitation, participant interactions, and the role of nature in shaping the conditions for interpersonal encounters. Additionally, it examines how facilitators' knowledge of empathy and the role of nature is reflected in a handbook on multicultural nature-based activities.

From a service design perspective, empathy concerns the quality of interaction between the service provider and the client, while nature constitutes the setting for service delivery. The examination of empathy is extended to interactions within multicultural groups and between humans and nature. In the facilitators' descriptions, particularly the factors and conditions needed to support relationships with nature and between people are focused. How empathy and nature's roles are discussed, and how these themes are reflected in the handbook, provide insights into potential challenges in the service design of nature-based social care services.

For this case study, five facilitators involved in the *Kulttuurit yhteisellä polulla* project are interviewed and asked to describe the roles of nature and empathy in nature-based activities. In addition to semi-structured thematic interviews, the research data includes the LUMOT handbook on multicultural nature-based activities, developed together with the facilitators during the service design process. The data is analyzed using qualitative content analysis and thematic analysis. Using a data-driven approach, passages and themes in which the facilitators describe empathy and the role of nature are identified and tabulated. Then the handbook texts are examined for these themes. The analysis is initially data-driven. In the later stages, the development and interpretation of the analytical categories were guided by concepts of empathy, process-oriented thinking in facilitation, and the dynamic model of nature-based health.

The findings of this case study suggest that empathic facilitation integrates cognitive and affective empathy through culturally sensitive and adaptive processes. Of these dimensions, the cognitive dimension was most clearly reflected in the handbook. The findings suggest that service design should pay greater attention to the role of empathy and nature in shaping the conditions for interaction and the service experience. In services for multicultural groups, nature should therefore be understood not merely as a setting for service delivery but also as part of the service content, potentially providing opportunities for encounters that are experienced as psychologically safe. Such culturally sensitive encounters in nature may create conditions for strengthening connections to nature and communities, enhancing the well-being benefits of nature, building intercultural understanding, and promoting two-way integration.

Keywords: nature-based interventions, empathy, cultural sensitivity

Thesis does not contain personal data of any other than the data of the author.

Sisällys

1 Johdanto 6

1.1 Kotoutumisen haasteet 6

1.2 Tutkimuksen tarkoitus 8

2 Teoreettinen viitekehys 10

2.1 Kulttuurisensitiivisyys ja empatia sosiaalipalveluissa 10

2.2 Hoivaava luonto 12

2.3 Kotoutumispalvelujen suunnittelu 15

2.3.1 Green Care -palvelut 15

2.3.2 Luontokotoutumisen mahdollisuudet ja haasteet 17

2.3.3 Palvelumuotoilu ja empatia 18

3 Tutkimuskysymykset 20

4 Aineisto ja menetelmät 22

4.1 Haastattelut 23

4.2 Palvelumuotoilu ja käsikirjan analyysi 25

5 Tulokset 29

5.1 Empatia 29

5.1.1 Painopisteet 29

5.1.2 Empatia ohjaustyössä 31

5.1.3 Empatia luontotyöpajoissa 35

5.2 Luonnon rooli 38

5.2.1 Luonto ja psyykkinen turva 38

5.2.2 Luontosuhteen rakentaminen 40

5.2.3 Luonto aktivoijana 41

5.2.4 Luonto rauhoittajana 42

5.3 Empatia käsikirjassa 43

5.3.1 Painopisteet 43

5.3.2 Empatia kuvauksissa 44

5.3.3 Luonto kuvauksissa 46

5.3.4 Palaute palvelumuotoilusta 47

6 Pohdinta 49

6.1 Tulosten yhteenveto 49

6.2 Adaptiivinen empatia osana ohjausosaamista 50

6.3 Empatian merkitys osallistujien välisen luottamuksen rakentumisessa 51

6.4 Luonto empaattisen vuorovaikutuksen mahdollistajana 53

6.5 Empatian välittyminen palvelumuotoilussa 57

6.6 Tutkimuksen eettiset kysymykset ja luotettavuus 61

7 Johtopäätökset 66

8 Lähteet 72

Liitteet 85

Liite 1. Teemahaastattelun runko 85

Liite 2. Otteita LUMOT-käsikirjasta 87

1 Johdanto

1.1 Kotoutumisen haasteet

Moni meistä kohtaa elämässään haastavia tilanteita tai vaiheita, joista selviytymiseen tarvitsemme uudenlaisia tapoja ajatella ja toimia. Kun omat voimavaramme eivät riitä, emmekä saa läheisiltämme riittävästi tukea, stressi ja ahdistus voivat kasvaa niin suuriksi, että meistä tulee haavoittuvia. Haavoittuvuudella tarkoitetaan tilannetta, jossa voimavaramme, sosiaalinen tukemme tai elinolosuhteemme eivät riitä suojaamaan meitä elämän kuormituksilta ja sen seurauksilta, kuten syrjäytymiseltä ja yksinäisyydeltä (European Commission, 2022). Vuonna 2023 noin joka viides EU:n asukas koki, ettei selviydy elämän ja yhteiskunnan vaatimuksista, ja näki olevansa haavoittuvassa asemassa tai syrjäytymisvaarassa (Eurostat, 2024).

Esimerkiksi työttömyys tai maahanmuutto voivat olla niin perustavanlaatuisia elämänmuutoksia ja kuormitustekijöitä, jotka haastavat arjen tutut selviytymiskeinot. THL:n tutkimuksen mukaan maahanmuuttajilla on kantaväestöä suurempi syrjäytymisriski, koska maahanmuutossa ihmisen sosiaaliset verkostot katkeavat (Kuusio ym., 2023). Lisäksi maahanmuuttajat voivat kohdata myös syrjintää, rasismia ja vihapuhetta, jotka voivat vaikeuttaa yhteisöön kiinnittymistä ja lisätä yksinäisyyttä uudessa asuinmaassa. Nämä kokemukset voivat vaikeuttaa kotoutumista ja kuormittaa mielenterveyttä.

THL:n tutkimus osoittaa, että yli puolet Saharan eteläpuolisesta Afrikasta muuttaneista on kokenut syrjintää Suomessa, ja joka neljäs Pohjois-Afrikasta tullut mies kärsii yksinäisyydestä. Yksinäisyyttä on kuvattu sosiaaliseksi kivuksi, ja sen on havaittu olevan yhteydessä immuunijärjestelmän toiminnan muutoksiin sekä suurentuneeseen sydän- ja verisuonisairauksien ja kuolleisuuden riskiin (Hawkley, 2022). Yksinäisyys onkin yksi yleisimmistä sosiaalisen syrjäytymisen ja terveysongelmien ennusmerkeistä.

Yhteiskunnalla on velvollisuus suojella haavoittuvassa asemassa olevia ihmisiä ja ehkäistä syrjäytymistä. Tuen tarve voi syntyä monenlaisten yksilöllisten ja rakenteellisten tekijöiden yhteisvaikutuksesta. Brown ym. (2017) ovat jakaneet haavoittuvuuden kolmeen tyyppiin korostaakseen ilmiön monimuotoisuutta. *Normatiivinen haavoittuvuus* liittyy henkilön ominaisuuksiin, kuten vammaisuuteen. Monikulttuuristen ryhmien luontointerventioita käsittelevä tutkielmani liittyy puolestaan *tilannekohtaiseen haavoittuvuuteen*, koska toimintaan osallistujilla esiintyy olosuh-

teista kuten pakolaisuudesta tai työttömyydestä johtuvaa haavoittuvuutta. Luonnossa tapahtuvaa ohjaustyötä pohtiessani sivuan myös *universaalia haavoittuvuutta*, joka koskee ihmisiä laajemmin ja liittyy modernisaation ja ympäristönmuutosten aiheuttamaan elämän kuormittavuuteen. Universaalissa haavoittuvuudessa on kyse Baumanin (2000) kuvaaman myöhäismodernin yhteiskunnasta ilmiöistä, joissa jatkuvat muutokset, epävarmuus ja yksilöille siirtyvä vastuu voivat lisätä haavoittuvuutta ja heikentää kokemusta elämän ennakoitavuudesta ja hallinnasta.

Näitä tilanteita varten on luotu sosiaalipolitiikka yhteiskunnan työvälineeksi, jolla turvataan peruspalvelut ja -toimeentulo sekä ehkäistään tai ratkaistaan sosiaalisia ongelmia. Se näkyy käytännössä kansainvälisiin lakeihin ja sopimuksiin perustuvina sosiaalipalveluina ja -työnä. Euroopan sosiaalisten oikeuksien pilari korostaa ihmisten yhdenvertaisuutta, syrjimättömyyttä ja oikeutta laadukkaisiin palveluihin, kuten työllisyys- ja koulutuspalveluihin (European Union, 2017). EU:n perusoikeuskirja (Artikla 34) velvoittaa jäsenmaita tarjoamaan sosiaaliturvaa ja sosiaalipalveluja esimerkiksi sairauden, työttömyyden, työkyvyttömyyden ja vanhuuden varalta (Euroopan Unioni, 2012).

Suomessa asui Tilastokeskuksen (2026) mukaan vuoden 2025 lopussa 432 654 ulkomaan kansalaista, jotka edustivat 194 eri kansalaisuutta. Samana vuonna Suomeen muutti ulkomailta yhteensä 51 121 henkilöä joko perhesiteiden, työn, opiskelun tai vainon vuoksi. Työperäinen maahanmuutto ja opiskelu painottuivat erityisesti Aasian maihin, kun turvapaikanhakijoiden suurimmat lähtömaat olivat puolestaan Somalia, Afganistan ja Syyria. Tilapäisen suojelun saajista valtaosa oli ukrainalaisia. (Maahanmuuttovirasto, 2025)

Suomessa maahanmuuttajille tarjotaan kotoutumislaissa määriteltyjä kotoutumista edistäviä ja työelämään valmentavia palveluja sekä tarvittaessa myös mielenterveyskuntoutusta (Sosiaali- ja terveysministeriö, 2026). Faehnlen ym. (2010) mukaan kotoutumispalvelujen tärkeimpänä tavoitteena on ollut integroida maahanmuuttajat suomalaiseen työelämään, jolloin kotoutumiskoulutuksessa käsitellään paljon suomalaista koulutusjärjestelmää, työelämää ja maahanmuuttajan mahdollisuuksia saada tukea työllistymiseen. Koulutukseen sisältyy myös kielen opetusta ja ammatillista suunnittelua (Työ- ja elinkeinoministeriö, 2026).

Kotoutuminen on kuitenkin enemmän kuin työelämään integroitumista. Se on kaksisuuntainen prosessi, jossa sekä maahanmuuttajat että kantaväestö sopeutuvat ja oppivat elämään monikulttuurisessa yhteiskunnassa (Ager & Strang, 2008; Klarenbeek, 2021 ¸ THL 2023; Vuori 2012). Kaksisuuntainen kotoutuminen tarkoittaa kykyä luottaa eritaustaisiin ihmisiin, kohdella muita yk-

silöinä etnisestä taustasta riippumatta sekä sopeutua elämään, jota moninaiset kulttuurit ajattelu- ja toimintatapoineen muovaavat. Kaksisuuntaisen kotoutumisen avulla pyritään myös lisäämään maahanmuuttajien kiinnittymistä yhteisöön.

Tällainen kaksisuuntainen kotoutuminen on ollut yksi tärkeimmistä tavoitteista *KUPO*-hankkeen kehittämistyössä, jossa luontotoimintaa on toteutettu maahanmuuttajista ja kantasuomalaisista koostuneille monikulttuurisille ryhmille. Hankeen tavoite perustuu ajatukseen siitä, että onnistuneessa kotoutumistyössä maahanmuuttajat saavat kokemuksia sosiaalisesta inkluusiosta (Euroopan komissio, 2020). Siinä on kyse kuulumisesta ja osallisuudesta eli siitä, että ihminen kokee, että hänellä on mahdollisuus vaikuttaa omaan elämäänsä ja elinympäristöönsä sekä tulla nähdyiksi ja arvostetuiksi ikään, sukupuoleen, etnisyyteen, terveydentilaan, seksuaaliseen suuntautumiseen tai taloudelliseen asemaan katsomatta (Isola ym., 2017).

Näitä kokemuksia ei välttämättä synny nykyisessä maahanmuuttajille kohdennetuissa sosiaalipalveluissa, joita Mäkinen (2023) kritisoi muun muassa siitä, että ne kohtelevat asiakkaita usein kategorioina (esim. ”maahanmuuttajat”), mikä estää yksilöllisten taustojen, tilanteiden ja tarpeiden tunnistamisen. Mäkisen mukaan kategorioihin perustuvat standardoidut prosessit, mutta myös resurssipula, kiire ja puutteet tulkkauspalveluissa voivat heikentää asiakkaan ja sosiaalipalveluja tuottavien asiantuntijoiden välistä vuorovaikutusta ja avun tehokkaasta kohdentamista.

Myös Hegartyn (2010) mukaan palvelutuottajan ja asiakkaan välistä vuorovaikutusta heikentää erityisesti se, että palvelut nojaavat enemmän ammatillisiin normeihin kuin asiakkaiden yksilöllisiin tarpeisiin. Esimerkkinä tästä hän mainitsee vakiintuneen käytännön, jossa asiakkaat kohdataan pääasiassa vastaanottohuoneissa. Siellä sosiaalityöntekijälle muodostuu helposti dominoiva asema suhteessa asiakkaaseen, mikä rajoittaa avointa ja tasavertaista kohtaamista ja korostaa diagnooseja ja sanojen avulla tuotettavaa ongelmanratkaisua. Hänen mukaansa tällainen dominoiva asetelma kaventaa asiakkaiden toimijuutta eli mahdollisuutta tehdä valintoja ja toimia aktiivisesti omassa elämässä ja ympäristössä.

1.2 Tutkimuksen tarkoitus

Suomen ulkomaalaistaustaisen väestön kasvu näkyy myös sosiaalipalveluissa, vaikka sosiaalipalvelujen tarve ja käyttö vaihtelevat huomattavasti eri maahanmuuttajaryhmien välillä. THL:n FinMonik-tutkimuksessa 13,4 % Suomessa asuvista 20–64-vuotiaista ulkomaalaistaustaisista oli käyttänyt sosiaalityöntekijän ohjaus- ja neuvontapalveluita edeltäneiden 12 kuukauden aikana, kun koko väestössä vastaava osuus oli 4,9 % (Kuusio ym. 2020). Meillä on siis tarvetta tuottaa

kulttuurisensitiivisempiä sosiaalipalveluja, kuten Mäkinen (2023) peräänkuuluttaa. Tutkimukset ovat osoittaneet, että sosiaalityöhön integroidut luontointerventiot vahvistavat yksilön voimavaroja, selviytymistä ja toimijuutta haastavissa elämäntilanteissa (Kaleta ym., 2025; Kogstad ym., 2014; Pedersen ym., 2016). Siten ne voivat olla myös keino tuottaa kulttuurisensitiivisempiä sosiaalipalveluja.

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on tarkastella sosiaalityöntekijöiden ja -kasvattajien kokemuksia ohjaamistaan luontointerventioista, joista käytän myös synonyymejä luontotoiminta tai luontotyöpaja. Tutkimukseni keskittyy kahteen tekijään, jotka voivat auttaa ryhmien ohjaajia ymmärtämään paremmin osallistujien yksilöllisiä elämäntilanteita, -kokemuksia ja tarpeita ja siten edistämään tuottamansa luontointervention kulttuurisensitiivisyyttä. Nämä tekijät ovat empatia, erityisesti sen kulttuurinen ulottuvuus, ja luonto empaattisia kohtaamisia mahdollistavana ympäristönä tai palvelutilana. Lisäksi tarkastelen sitä, onko ohjaajien luontosuhdekuvauksissa empatiaa ilmentäviä piirteitä. Aineistonani käytän *Kulttuurit yhteisellä polulla - luonto ja osallisuus hyvinvoinnin vahvistajina (KUPO)* -hankkeeseen (Euroopan sosiaalirahasto, S21858) osallistuneiden ohjaajien haastatteluja. Haastattelujen tuottaman tiedon avulla pyrin lisäksi arvioimaan, millaisia haasteita luontoavusteisten ja kulttuurisensitiivisten sosiaalipalvelujen muotoilussa voi tulla vastaan.

KUPO-hankkeessa testattiin ja kehitettiin monikulttuurista ryhmätoimintaa erilaisissa luontoympäristöissä pyrkien huomioimaan asiakkaiden yksilölliset tarpeet ja taustat. Toimintaa ohjasivat sosiaalialan koulutuksen saaneet ammattilaiset. Ohjaustyöllä tähdättiin myös siihen, että ryhmämuotoinen luontotoiminta tarjoaa osallistujille mahdollisuuden empaattisiin kohtaamisiin, jotka voivat johtaa ystävyyssuhteisiin ja hyviin väestösuhteisiin. Hyvien väestösuhteiden syntyyn vaikuttavat Oikeusministeriön (2026) määritelmän mukaan ennen kaikkea myönteiset asenteet ja vuorovaikutus sekä turvallisuuden ja osallisuuden kokemukset.

Ennen tutkimuskysymyksieni esittelyä käyn läpi teoreettisia viitekehyksiä, jotka ovat ohjanneet tutkimuskysymysteni muotoilua. Sosiaalipsykologiasta peräisin olevat teoriat jäsentävät empatian käsitettä ja auttavat määrittelemään ne empatian tunnusmerkit, joita tarkastelen aineistossani. Ympäristöpsykologiaan nojautuvat teoriat luonnon terveys- ja hyvinvointivaikutusten taustalla olevista mekanismeista auttavat puolestaan hahmottamaan luonnon mahdollista roolia empatian vahvistumisessa. Palvelumuotoilun lähestymistapa toimii viitekehyksenä, kun tarkastelen, miten empatia voidaan huomioida monikulttuurisen luontotoiminnan käyttäjälähtöisessä kehittämisessä.

2 Teoreettinen viitekehys

2.1 Kulttuurisensitiivisyys ja empatia sosiaalipalveluissa

Mäkinen (2023) tarkastelee sosiaalityön väitöskirjassaan maahanmuuttajien sosiaalipalveluja ekosysteeminä, johon kuuluvat asiakkaat, palveluntuottajat (työntekijät/asiakaspalvelijat), tulkit sekä asiakkaiden tukiverkostot, kuten vapaaehtoiset, perheet ja ystävät. Hänen mukaansa maahanmuuttajien monisyisiä elämänhuolia voidaan helpottaa ennen kaikkea vuorovaikutuksessa, jossa toinen ihminen kohdataan vertaisena. Siksi palveluekosysteemin rakenteiden ja välineiden ohella työntekijöiden osaaminen, kuten kulttuuritietoisuus ja empatia ovat Mäkisen mielestä auttamisen perusta.

Empatiaa pidetään sosiaali- ja terveysalalla tärkeänä ammatillisena ja vuorovaikutuksellisena taitona, jolla rakennetaan toimivia asiakassuhteita, lisätään asiakkaiden tyytyväisyyttä, palveluun sitoutumista ja saavutetaan myönteisiä hoitotuloksia (Alexander & Alessi, 2024; Hojat ym., 2023). Empatiakyvyn taustalla on ns. mielen teoria (Theory of Mind), joka tarkoittaa kykyä tehdä päätelmiä toisten ihmisten uskomuksista, aikomuksista ja tunnetiloista. Se voidaan jakaa kognitiiviseen mielen teoriaan, joka kohdistuu ajatusten ja uskomusten ymmärtämiseen, sekä affektiiviseen mielen teoriaan, joka kohdistuu tunnetilojen päättelemiseen (Zhou ym., 2023, s. 1–3). Tällaista “sisäistä silmää” tarvitaan sekä luovassa ajattelussa että empatiassa.

Empatia voidaan nähdä myös mielenlukemisen muodoksi, jossa omia tunteita projisoidaan toiseen ihmiseen, jolloin puhutaan emotionaalisesta resonanssista tai *affektiivisesta empatiasta*. Ennen kaikkea empatia on kommunikaatiojärjestelmä, jonka avulla ihminen muun muassa tulkitsee sosiaalisia vihjeitä ja ennustaa muiden käyttäytymistä navigoidakseen sosiaalisessa ympäristössä ja rakentaakseen toimivia ihmissuhteita. Tällöin puhutaan yleensä *kognitiivisesta empatiasta* tai näkökulman ottamisesta. (Dautenhahn & Christaller, 1997)

Gerdes ym. (2010) ovat kuvanneet kirjallisuuskatsauksessaan empatiaa moniulotteisena prosessina, jossa affektiiviset ja kognitiiviset prosessit sekä niiden neurofysiologia kytkeytyvät toisiinsa. Heidän mallissaan empatiaprosessi koostuu neljästä ulottuvuudesta: affektiivisesta reagoinnista, tietoisuudesta itsen ja toisen erillisyydestä, näkökulman ottamisesta ja tunteiden säätelystä (s. 2332–2333). Affektiivisessa reagoinnissa toisen tunnetila herättää havainnoijassa emotionaalisen vasteen. Samalla havainnoitsijan on kyettävä erottamaan oma kokemus toisen kokemuksesta. Näkökulman ottaminen auttaa puolestaan ymmärtämään toisen ihmisen tilannetta,

kun hänen kokemuksiaan tulkitaan hänen henkilöhistoriansa, kulttuurisen taustansa ja elämäntilanteensa kontekstissa. Tunteiden säätely taas mahdollistaa toisen kokemuksen herättämien tunteiden käsittelyn ilman, että ne muodostuvat liian kuormittavaksi. Aidosti empaattinen reagointi edellyttää siis näiden neljän ulottuvuuden yhteistoimintaa (Gerdes ym., 2010). Toisin sanoen henkilö voi esimerkiksi säpsähtää nähdessään toisen kokevan kipua omien aiempien kipukokemusten aktivoituessa kehollisena reaktiona, mutta ilman empatian kognitiivista ulottuvuutta tämä reaktio voi jäädä vain epämiellyttäväksi tuntemukseksi ymmärtämättä sitä, mitä koettu kipu merkitsee toiselle.

Erikssonin ja Englanderin (2017) näkemys kulttuurisesta empatiasta on lähellä Gerdesin ym. (2010) käsitystä aidosti empaattisesta reagoinnista, jossa affektiiviset ja kognitiiviset prosessit sekä niiden neurofysiologia kytkeytyvät toisiinsa. Erikssonin ja Englanderin mukaan empaattinen vuorovaikutus edellyttää kulttuurista herkkyyttä, joka liittyy sekä toisen tunnetilaan samaistumiseen että toisen näkökulman ymmärtämiseen ja aikomusten tulkitsemiseen. Kulttuurinen herkkyys voi sisältyä myös *nonverbaaliseen empatiaan* (Vieten ym., 2024) eli keholliseen virittymiseen toisen tunne- ja ajatusmaailmaan. Vaikka kulttuurisensitiivisyydessä tarvitaan kaikkia empatian prosesseja, se ei merkitse vielä, että sosiaalityön asiakkaat kokisivat asiakaspalvelukohtaamiset empaattisina, kuten Rasoal ym. (2011) ovat huomanneet. Syynä on empatian osoittaminen eri kulttuureissa eri tavoin.

Myös Yaghoubi Jami ym. (2024) ovat korostaneet kirjallisuuskatsauksessaan, ettei empatia ole vain yksilön pysyvä ominaisuus, vaan sen rakentumiseen vaikuttavat yhteisön kulttuuriset normit, siitä millä tavoin tunteita, myötätuntoa ja välittämistä on sopivaa ilmaista. Tämä voisi monikulttuurisessa ryhmässä tarkoittaa esimerkiksi sitä, että yksi osoittaa empatiaa keskustelemalla tunteista, toinen käytännön avulla ja kolmas olemalla hienovaraisesti läsnä. Empatian erilainen ilmaisutapa ei siis merkitse empatian puuttumista, vaan se voi kuvastaa osallistujan kulttuurissa tai viiteryhmässä opittua tapaa osoittaa välittämistä. Samalla Yaghoubi Jami ym. (2024) myös muistuttavat, ettei empatia ole vain ympäröivien tekijöiden muovaama moniulotteinen konstruktio, vaan myös oppimis- ja kehittämisprosessin tulos.

Korostaakseen kulttuurisen ulottuvuuden merkitystä empatiassa Rasoal ym. (2011, s. 8) ovat määritelleet etnokulttuurisen kykynä tuntea, ymmärtää ja välittää siitä, mitä toiseen kulttuuriin kuuluva ihminen tuntee, ymmärtää ja pitää tärkeänä. Heidän mukaansa kulttuurinen tieto, kulttuurienväliset kontaktit ja käytännön kokemukset toisista kulttuureista voivat helpottaa etnokulttuurista empatiaa. Erityisen merkityksellistä on tunnistaa, että eri kulttuureista tulevilla ihmisillä

voi olla samankaltaisia huolia ja tavoitteita, mikä lisää halua tukea omasta etnokulttuurista poikkeavia ihmisiä. Myös sosiaalipsykologit Pettigrew ja Tropp (2006) ovat tarkastelleet tilanteita, joissa empatia vahvistuu ja stereotypiat ja ennakkoluulot vähenevät ryhmien välillä. Kun kyky nähdä asioita toisen näkökulmasta lisääntyy, myönteiset tunteet, kuten luottamus ja ystävällisyys vahvistuvat. Pettigrewin ja Troppin mukaan ystävyyssuhteet vähentävät ennakkoluuloja tehokkaimmin, mutta niiden syntymiseen tarvitaan toistuvia myönteisiä kulttuurienvälisiä kohtaamisia, joissa toimitaan yhteistyössä ja yhdenvertaisina yhteisten tavoitteiden eteen.

Yhteenvetona empatian teoreettisista malleista voidaan ohjaustyön näkökulmasta päätellä, että kulttuurisensitiivisyys on affektiiviseen, kognitiiviseen ja kehollisen ymmärtämiseen perustuvaa kykyä hahmottaa toisen kokemuksia ja tilannetta hänen kulttuurisista lähtökohdistaan sekä luoda edellytyksiä myönteisille kulttuurienvälisille kohtaamisille. Näkemystä täydentää Nelson (2009) kokeellinen tutkimus tunnetilan yhteydestä kulttuurienväliseen empatiaan. Tutkimus viittaa siihen, että myönteinen tunnetila voi edistää ajattelun joustavuutta ja avoimuutta uudelle tiedolle ja erilaisille näkökulmille sekä tätä kautta myönteistä suhtautumista kulttuurisesti erilaiseksi koettuun henkilöön. Tämän perusteella voidaan ajatella, että myös myönteistä tunnetilaa tukeva palveluympäristö voi osaltaan luoda edellytyksiä vuorovaikutuksessa muovautuvalle ja kehittyvälle empatiaprosessille.

2.2 Hoivaava luonto

Luonnon on osoitettu vaikuttavan siihen, miten ihminen suhtautuu muihin. Zhang ym. (2014) ovat huomanneet, että erityisen kauniiksi koetut luonnonympäristöt voivat lisätä prososiaalista käyttäytymistä, kuten toisten auttamista. Maisemat, joissa oli esimerkiksi suuria puita ja avaria näkymiä, lisäsivät aikuisten amerikkalaisten auttamishalua. Tällaisien ympäristöjen vaikutuksessa ihmiset keräsivät esimerkiksi enemmän roskia kuin kaupunkiympäristössä olleet. Tutkijat liittävät vaikutuksen niin sanottuun unselfing-prosessiin, jossa luonnonkauneus siirtää huomion pois omasta itsestä kohti laajempaa yhteyttä muihin ihmisiin ja ympäröivään maailmaan. Tämä tarjoaa yhden mahdollisen mekanismin sille, miten luontokokemus voi tukea prososiaalista suuntautumista ja yhteenkuuluvuuden kokemusta.

Unselfing-prosessin lisäksi luonnon myönteisiä sosiaalisia vaikutuksia eli arvostavia kohtaamisia, yhteenkuuluvuutta, kunnioitusta, myötätuntoa ja osallisuutta voidaan tarkastella myös yhteissäätelyn näkökulmasta. Timmonsin ym. (2015) mukaan vuorovaikutukseen voi liittyä fysiologista synkroniaa eli vuorovaikutuksessa olevien ihmisten fysiologisten tilojen ajallista yhteensovittumista. Toisin sanoen, kun kaksi ihmistä esimerkiksi keskustelevat rauhallisesti, molempien

sydämensyke tai vireystila alkaa muuttua samaan suuntaan. Tällainen fysiologinen synkronia voi synnyttää tunteen siitä, että he ovat samalla ”aaltopituudella”.

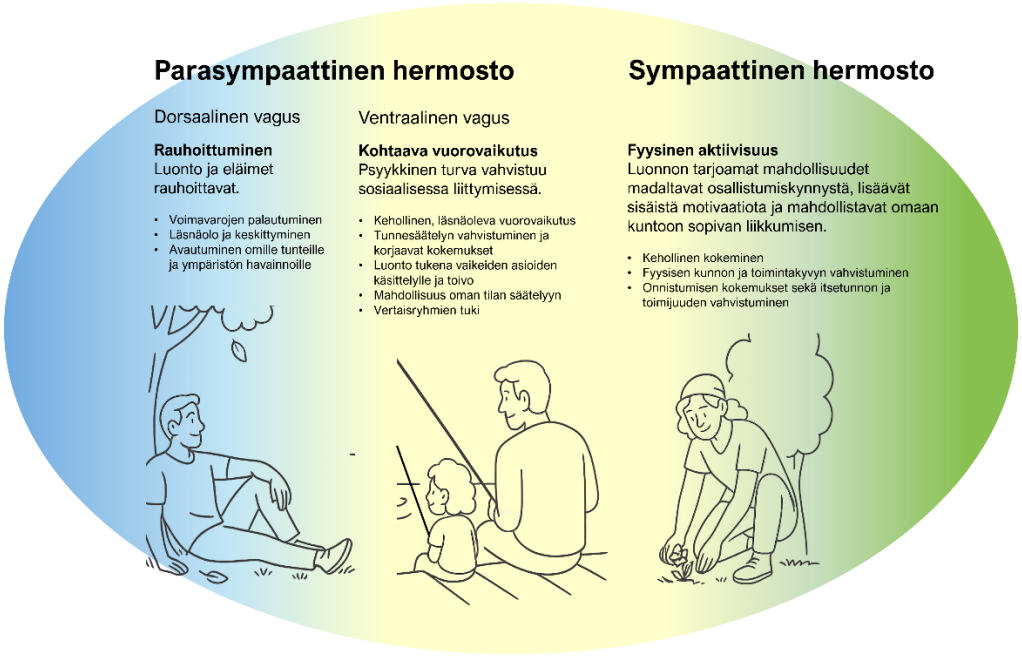
Fysiologinen yhteissäätely herättää kysymyksen siitä, miten luonto voi edesauttaa ihmisten pääsyä samalle aaltopituudelle. Polyvagaaliteoria voi tarjota tähän autonomisen hermoston toimintaan perustuvan teoreettisen selitysmallin. Porgesin (2022) polyvagaaliteorian mukaan hermosto arvioi jatkuvasti turvallisuuden ja uhan vihjeitä neuroreseption avulla ja mukauttaa kehon toimintaa, tunteita ja käyttäytymistä ympäristöstä saatavien vihjeiden perusteella. Hermoston ventraalinen vagaalijärjestelmä säätelee kommunikaatioon liittyvää kehonkieltä ja tunneviestintää. Kun ihminen kokee olonsa turvalliseksi, järjestelmä ohjaa tunnesäätelyä vahvistamaan yhteyden muodostumista toisiin ihmisiin. Siksi ventraalisella vagaalijärjestelmällä voi olla yhteyksiä empatian esiintymiseen. Järjestelmä voi tukea myös yhteissäätelyä, jonka on turvallisessa sosiaalisessa vuorovaikutuksessa arveltu vaimentavan metabolisesti kuormittavia puolustusreaktioita (Porges, 2022). Siksi psykologista turvaa pidetään polyvagaaliteoriassa ihmiselle biologisesti perustavanlaatuisena tarpeena mutta myös edellytyksenä terapeuttiselle työskentelylle. Polyvagaaliteoriaa onkin hyödynnetty trauma- ja psykoterapeuttisen työn viitekehyksenä (Porges & Dana, 2018).

Polyvagaaliteoriaan nojautuen Yli-Viikari ja Honkasalo (2026) ovat kuvanneet luonnon merkitystä yhteyden muodostumista vahvistavaan tunnesäätelyyn dynaamisen luontoterveysmallin avulla. Malli yhdistää psyykkisesti turvalliseksi koetun tilan autonomisen hermoston säätelyyn, ihmisen selviytymis- ja kuntoutumisprosesseihin ja toimijuuden vahvistumiseen. Mallissa luonnon roolia tarkastellaan kolmen toisiinsa kytkeytyvän prosessin kautta. Niitä ovat (1) parasympaattisen hermoston dorsaalisen vaguksen säätelemä *rauhoittuminen ja palautuminen*, (2) ventraalisen vaguksen säätelemä *kohtaava vuorovaikutus* ja (3) sympaattisen hermoston säätelemä *aktivoituminen ja toimijuus* (kuva 1).

Yhdessä prosesseista luonnon aistiärsykkeet, eläimet, rauhallinen liikkuminen ja mielipaikat tukevat rentoutumista, palautumista ja läsnäoloa, ja siten antavat valmiuksia psyykkiseen itsesäätelyyn ja oman tilanteen käsittelyyn. Toisessa prosesseista pystyvyyden ja hallinnan tunne sekä motivaatio ja toimintakyky vahvistuvat, kun asiakas onnistuu sopivasti haasteellisissa tehtävissä. Kolmannessa ja tämän tutkimuksen kannalta tärkeimmässä prosessissa luonto helpottaa asiakkaan ja ammattilaisen kohtaamista ja terapeuttista työskentelyä psyykkisen turvan kautta, ja turvallinen, läsnä oleva ja empaattinen vuorovaikutus tukee tunnesäätelyä. Lisäksi luonto tarjoaa elämyksiä ja vertauskuvia vaikeiden asioiden ja tunteiden käsittelyyn. (Yli-Viikari & Honkasalo, 2026). Aiemmat tutkimukset tukevat tätä tulkintaa. Näissä tutkimuksissa on todettu, että samalla

kun luonto edistää myönteistä vuorovaikutusta tarjoamalla turvallisen, epämuodollisen ja vähemmän hierarkkisen tilan asiakkaan ja ammattilaisen kohtaamiselle, se vahvistaa asiakkaan autonomiaa ja tukee terapeuttisen suhteen muodostumista ja asiakkaan sitoutumista palveluun (Cooleyn ym., 2020; Troughton ym., 2024).

Dynaamisen luontoterveysmallin prosessit eivät kuitenkaan muodosta vaiheittain rauhoittumisesta aktivoitumiseen etenevää kuntoutumisen polkua, vaan prosessit voivat esiintyä yhtä aikaa tilanteen ja tarpeen mukaan, mitä kuvassa 1 havainnollistetaan liukuvärillä. Ihminen voi siten kaivata rauhoittumista, yhteyttä toisiin ja toimeliaisuutta samanaikaisesti. Siksi luontointerventioita ei ole tarkoituksenmukaista rakentaa vain yhden tarjoaman varaan. Ammattilaisen tehtävänä on tunnistaa luonnon tuottamia mahdollisuuksia, kuten monimuotoista kasvi- ja eläinkuntaa, ja hyödyntää niitä interventioissa joustavasti asiakkaiden kulloistenkin tarpeiden mukaisesti. (Yli-Viikari & Honkasalo, 2026).



Kuva 1. Dynaaminen luontoterveysmalli, jossa liukuväri kuvaa kehomielen joustavaa reagointia luonnon tarjoamiin (Yli-Viikari ja Honkasalo, 2026).

Luontointerventioissa, kuten terapeuttisessa puutarhatoiminnassa, hyödynnetään sekä luonnon monipuolisia hyvinvointivaikutuksia että luonnon tarjoamaa terapeuttista ympäristöä. Yleensä luontointerventioilla (nature-based interventions) tarkoitetaan puutarhaterapian kaltaista ohjattua toimintaa luonnossa, mutta niillä voidaan viitata myös toimiin, joilla parannetaan luontoympäristöjen saavutettavuutta ja tuetaan siten ihmisten omaehtoista luonnossa liikkumista (Shanahan ym., 2019).

Se, että luontoa kannattaa hyödyntää eri kohderyhmille suunnatuissa hoidollisissa ja kuntouttavissa interventioissa, puoltaa esimerkiksi Joschkon ym. (2023) interventiotutkimus, jossa luontoterapiaan osallistuneet, psykosomaattisesti oirehtineet nuoret aikuiset kuvasivat luontoympäristöä yhdeksi terapian tärkeimmistä tekijöistä merkityksellisen toiminnan ja terapeutin rinnalla. Luontointerventioiden hyödyntämistä puoltaa myös se, että luonto voi myönteistä mielialaa tukiessaan vaikuttaa samanaikaisesti useisiin muihinkin hyvinvoinnin osa-alueisiin. Esimerkiksi puutarhatoiminnan on osoitettu tukevan psyykkistä hyvinvointia ja fyysistä terveyttä ja tarjoavan samalla mahdollisuuksia sosiaaliseen vuorovaikutukseen ja yhteenkuuluvuuden kokemuksiin (Harper et al., 2021; Lampert ym., 2021).

Luonnon ja empatian välisen yhteyden tarkastelun kannalta on kiinnostavaa, että luonnon sosiaalisista hyödyistä on kertynyt muutakin tutkimusnäyttöä. Birchin ym. (2020) tutkimuksessa monitaustaiset nuoret kokivat kaupunkiluonnon hyväksyväksi ja arvostelemattomaksi ympäristönä, jossa he saattoivat hengähtää sekä tuntea yhteyttä muihin ihmisiin ja luontoon. Obengin ym. (2023) kirjallisuuskatsauksen mukaan erilaiset luontointerventiot voivat tarjota epävarmoissa elämäntilanteissa oleville nuorille mielekästä yhteistä toimintaa ja vahvistaa heidän yhteyttään yhteiskuntaan ja luontoon. Rai ym. (2023) ovat puolestaan todenneet omassa kirjallisuuskatsauksessaan, että luonnolla voi olla rooli kotoutumisessa, mutta kotoutuminen ei perustu pelkästään luonnon suoriin hyvinvointivaikutuksiin. Luonnon apu kotoutumisessa perustuu myös siihen, että luonnossa voi syntyä kontakteja ja sosiaalisia suhteita, mikä tukee emotionaalista kiinnittymistä ja kuulumisen tunnetta.

2.3 Kotoutumispalvelujen suunnittelu

2.3.1 Green Care -palvelut

Kasvavat terveydenhoitokustannukset (World Health Organization, 2015) ja syrjäytymisen ehkäisemisen tarve (García-Llorente ym., 2018) sekä lisääntyvä tutkimusnäyttö luonnon myönteisistä hyvinvointivaikutuksista ovat herättäneet kiinnostusta hyödyntää luontoperustaisia interventioita osana suomalaisia sosiaali- ja terveyspalveluja. Luontoavusteisten menetelmien käyttö ei kuitenkaan ole meillä vielä valtavirtaa. Yksi harvoista vaativaan lääkinnälliseen kuntoutukseen kuuluvista Kelan tukemista luontoavusteisista sote-palvelusta on ratsastusterapia (Kela, 2022).

Suomessa luontoperustaiset hyvinvointi- ja terveyspalvelut on koottu 2000-luvulta lähtien eurooppalaisen mallin mukaisesti Green Care -käsitteen alle (Dessein & Bock 2010; Sempik ym., 2010). Suomessa käsitettä tulkitaan monia muita maita laajemmin, sillä sen piiriin kuuluvat myös

luontomatkailu ja ympäristökasvatus. Laajan tulkinnan vuoksi Green Care -palveluja tarjotaan Suomessa monenlaisissa ympäristöissä, kuten metsissä, puistoissa, puutarhoissa ja maatiloilla (Vehmasto, 2014). Luonto ei kuitenkaan näyttäydy Green Care -palveluissa ainoastaan toiminnan paikkana, kohteena tai välineenä, vaan myös kokemusten ja hyvinvointivaikutusten lähteenä sekä ympäristönä, jonka kanssa asiakas on vuorovaikutuksessa (Vehmasto ym., 2021)

Kaikkien Green Care -palvelujen perustana on luonnon tarkoituksenmukainen ja suunnitelmallinen hyödyntäminen asiakkaan hyvinvoinnin ja terveyden tukemisessa (Soini, 2014). Käytännössä tämä voi tarkoittaa jollekin asiakkaalle esimerkiksi fyysisen aktiivisuuden lisäämistä luontoliikunnan tai eläintenhoidon avulla. Toiselle asiakkaalle palvelu voi puolestaan sisältää rauhoittumista maisemia tai eläimiä tarkkailemalla. Toiminta voi olla myös askartelua luonnonmateriaaleista tai luontovalokuvausta. Luontoa, eläimiä ja erilaista yhteisöllistä tekemistä hyödynnetään siten asiakkaan yksilöllisten tarpeiden ja palvelulle asetettujen tavoitteiden mukaisesti.

Muun muassa Haubenhofer ym. (2010) ovat todenneet, että asiakkaan ollessa vuorovaikutukseen ihmisten, eläinten ja luonnonympäristön kanssa, osallistuessa yhteisön toimintaan ja jakaessa kokemuksiaan hän voi tuntea olevansa hyväksytty ja kokea luottamusta, yhteenkuuluvuutta ja osallisuutta. Siksi Green Care -palveluissa psykososiaalista tukea tuottava ohjaustyö ja yhteisö ovat yhtä merkityksellisiä elementtejä kuin luonto itsessään (Soini, 2014).

Suomessa Green Care -palvelut jaetaan kahteen päätyyppiin (Vehmasto ym., 2021): luontohoivaan ja luontovoimaan. Luontohoivan palvelut ovat terveys- ja sosiaalialan lainsäädännön säätelemiä, sillä ne sisältyvät asiakkaan hoito- tai kuntoutussuunnitelmaan. Tätä palvelua voivat tuottaa vain sosiaali- ja terveysalan koulutuksen saaneet ammattilaiset tai moniammatilliset tiimit, joissa työskentelee sote-alan ammattilaisia. Luontohoivaa on Suomessa hyödynnetty lähinnä mielenterveys- ja päihdekuntoutuksessa (Yli-Viikari ym., 2022). Luontovoiman palveluilla ei vastaavia vaatimuksia ole, sillä niissä tavoitellaan yleisiä hyvinvointivaikutuksia, kuten työkyvyn ylläpitoa luontoharrastuksen avulla.

Green Care -palvelujen hyödyt tunnistetaan (Moriggi ym., 2020), ja palveluille on kehitetty myös laatukriteerit ja *LuontoHoivan* ja *LuontoVoiman* laatumerkit (Vehmasto ym., 2021). Palvelujen hyödyntäminen sosiaalityössä koetaan kuitenkin usein haastavaksi ja edellyttävän työn nykyistä suurempaa joustavuutta ja lisäresursseja (Yli-Viikari ym., 2024). Myös sosiaali- ja terveydenhuollon taloudelliset paineet voivat vaikeuttaa uusien toimintatapojen käyttöönottoa. Toisaalta Green Care -palvelut voisivat tuoda säästöjä pitkällä tähtäyksellä, ja tässä yhteydessä viittaan Sitran

vuonna 2024 julkaisemaan selvitykseen. Siinä tuodaan esiin, että luonnon terveyshyötyjen laajempi hyödyntäminen ihmisten arjessa sekä sosiaali- ja terveyssektorilla voisi vähentää merkittävästi kansantaudeista yhteiskunnalle aiheutuvia kustannuksia (Tyrväinen ym., 2024).

2.3.2 Luontokotoutumisen mahdollisuudet ja haasteet

Luontotoimintaa on kokeilu myös osana kotoutumispalveluja tilanteissa, joissa muutosta uuteen maahan on kulunut vasta vähän aikaa, eikä uuden ympäristön tarjoamia mahdollisuuksia ei vielä tunneta. Ohjattu luontotoiminta voi tällöin auttaa maahanmuuttajia tutustumaan uuden asuinpaikan luontoon ja löytämään tapoja hyödyntää sitä jo kotoutumisprosessin alkuvaiheessa. Maahanmuuttajia viedään luontoon erityisesti siksi, että sen on ajateltu auttavan heitä ymmärtämään suomalaista yhteiskuntaa, työtä ja vapaa-aikaa. Taustalla on näkemys siitä, että luonto on pitkälti muovannut pohjoismaista kulttuuria ja identiteettiä (Gentin ym., 2018).

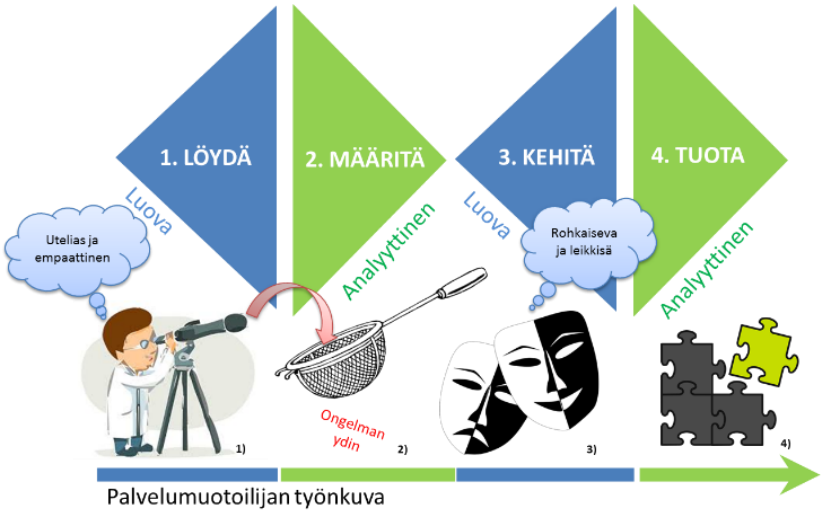
Pelkkä luonnon esitteleminen osana suomalaista kulttuuria ja arkea ei kuitenkaan takaa säännöllistä ja pitkäkestoista luontokontaktia, jolla on tutkimuksissa havaittu olevan merkitystä luonnosta saataville hyvinvointi- ja terveyshyödyille (Patwary ym., 2024: Vujcic ym., 2019). Maahanmuuton kaltaisissa kuormittavissa elämäntilanteissa myös lyhytkestoisempi luontotoiminta voi kuitenkin tarjota mahdollisuuksia vuorovaikutukseen, keskinäisen ymmärryksen lisääntymiseen ja luontosuhteen rakentumiseen (Puhakka ym., 2021; Uusitalo ym., 2021). Esimerkiksi puistot ja yhteisöpuutarhat voivat toimia maahanmuuttajille tärkeinä kohtaamispaikkoina, joissa sosiaalinen vuorovaikutus voi vahvistaa yhteenkuuluvuuden tunnetta (Charles-Rodriguezin ym., 2022; Gentin ym., 2019; Stodolska ym., 2017). Sosiaalisia suhteita ja kuulumisen kokemuksia tukiessaan viheralueet voivat samalla edistää kiinnittymistä uuteen asuinympäristöön (Dawson ym., 2024; Jay & Schraml, 2009).

EU:n sosiaalisen integraation periaatteet korostavat ihmisten tasavertaista osallisuutta yhteiskunnassa (Euroopan komissio, 2020). Tämä lisää osaltaan tarvetta hyödyntää luontointerventiota laajemmin ja kehittää niitä kulttuurisensitiivisiksi. Lisäksi Green Care -toiminnan käyttö kotoutumispalveluissa edellyttäisi, että kotoutuminen ymmärrettäisiin nykyistä kokonaisvaltaisempana maahanmuuttajien hyvinvoinnin ja terveyden tukemisena. Silloin myös kotoutujien erilaiset luontosuhteet olisi otettava paremmin huomioon palvelujen suunnittelussa, sillä luonto tarjoaa eri asioita eri ihmisille (Rai ym., 2023). Esimerkiksi suomalaiset hakevat luonnosta usein rauhaa ja yksinoloa, kun taas monet maahanmuuttajat viettävät luonnossa aikaa perheen ja ystävien kanssa (Tuulentie ym. 2022).

Luontointerventioiden kehittäminen kulttuurisensitiivisiksi edellyttää myös parempaa ymmärrystä siitä, millainen merkitys luonnolla voi olla empaattisten kohtaamisten rakentumisessa. Moriggin ym. (2020) tutkimuksessa empatiaa tarkasteltiin osana Green Care -toiminnan hoivaprosessia Tronton (2013) viitekehyksen pohjalta. Tarkastelussa korostui ihmisen ja luonnon hyvinvoinnin keskinäinen riippuvuus ja siihen liittyvä vastuullisuus. Vähemmälle huomiolle jäi se, voiko itse toiminta synnyttää empaattista suhdetta luontoon. Tämä rinnalla olisi tarpeen tarkastella, voiko luontoympäristö luoda edellytyksiä kulttuurisensitiiviselle vuorovaikutukselle ja miten empatia ja luontosuhde voidaan ottaa huomioon palvelujen suunnittelussa. Näiden kysymysten tarkasteluun palvelumuotoilu tarjoaa yhden lähestymistavan.

2.3.3 Palvelumuotoilu ja empatia

Palvelumuotoilu on asiakaslähtöinen ja järjestelmällinen tapa kehittää käyttäjille toimivia ja merkityksellisiä palveluja (kuva 2). Siinä yhdistetään luovuutta, analyyttistä ajattelua ja visuaalisia menetelmiä (Hess & Fila, 2017; Stickdorn & Schneider, 2010). Hyödyntämällä tiedonkeruun, analyysin ja ideoinnin menetelmiä asiakkaat ja palvelun muut sidosryhmät osallistetaan yhteissuunnitteluun (Kouprie & Sleeswijk Visser, 2009; New & Kimbell 2013). Vaiheittain etenevässä suunnittelussa tarkastellaan asiakkaan kokemusta, ns. palvelupolkua, kokonaisuutena: ennen palvelua, sen aikana ja sen jälkeen.



Kuva 2. Palvelumuotoilijan työnkuva osana tuplatimantilla kuvattua palvelumuotoiluprosessia (mukaillen Design Council, 2005).

Empatia auttaa palvelumuotoilijaa ymmärtämään käyttäjän tarpeita syvällisesti, jolloin pystytään siirtymään teknisistä ratkaisuista kohti merkityksellisiä asiakaskokemuksia ja palveluympäristöjä (Hess & Fila 2017; Mattelmäki ym., 2014). Kouprie ja Sleeswijk Visser (2009, 443) jäsentävät

empatian rakentumista palvelumuotoilussa neljän vaiheen kautta. Havainnointivaiheessa (*discovery*) kerätään tietoa ja havaintoja käyttäjistä ja heidän arjestaan tutkimusmenetelmien avulla. Immersiovaiheessa (*immersion*) suunnittelija pyrkii asettumaan käyttäjän asemaan esimerkiksi roolipelien, tarinankerronnan ja muiden elämyksellisten menetelmien avulla. Yhteyden rakentamisvaiheessa (*connection*) käyttäjän tunteita ja tarpeita pyritään ymmärtämään emotionaalisen resonanssin ja kognitiivisen tulkinnan kautta. Lopuksi irrottautumisvaiheessa (*detachment*) palautetaan objektiivisuus ja muunnetaan oivallukset palveluratkaisuiksi.

Empatia ei siten ainoastaan auta ymmärtämään käyttäjän kokemusmaailmaa, vaan mahdollistaa hallitun siirtymisen kohti toimivia, tarkoituksenmukaisia ja arvoa tuottavia palveluratkaisuja. Suunnittelijalta edellytetään sekä kognitiivista että affektiivista empatiaa (Devecchi & Guerrini, 2017) ja joissain palvelumuotoilun vaiheissa myös kehollista empatiaa (Hess & Fila, 2017). New ja Kimbell (2013) korostavat, ettei käyttäjän tunnetilan tavoittaminen ei yksin riitä, vaan työssä tarvitaan erityisesti kognitiivista empatiaa. Suunnittelijan on kyettävä tulkitsemaan käyttäjän elämäntilannetta kokonaisvaltaisesti, mikä edellyttää käyttäjän ajattelun, uskomusten, aikomusten ja tarpeiden sekä hänen toimintaansa vaikuttavien rajoitteiden ymmärtämistä.

Luontointerventioiden palvelumuotoilussa on tärkeää ymmärtää, millainen merkitys luonnolla voi olla empaattisten ja kulttuurisensitiivisten kohtaamisten syntymisessä. Perinteisessä palveluympäristöajattelussa fyysinen ympäristö muodostaa yhdessä asiakkaiden, henkilöstön ja palveluprosessien kanssa palvelukokemuksen kontekstin (Pareigis, 2011). Tästä näkökulmasta luonto voidaan nähdä ensisijaisesti asiakkaan ja työntekijän kohtaamisen fyysisenä ympäristönä tai palvelun kontaktipisteenä. Tällöin vaaran on, että luonto näyttäytyy kaikille samanlaisena palvelun olosuhteena tai resurssina, jonka käyttöä ja integroitumista palveluun hankaloittavat esimerkiksi sääolosuhteet. Samalla asiakkaiden erilaiset luontosuhteet, elämäntilanteet ja palvelutarpeet voivat jäädä vähemmälle huomiolle. Silloin voi myös helposti unohtua, että asiakas, ammattilainen ja luontoympäristö yhdessä rakentavat palvelukokemusta.

Siirtyminen perinteisestä vastaanottoympäristöstä luontoon ei kuitenkaan merkitse vain palvelun fyysisen ympäristön vaihtumista, vaan luonto tulee osaksi terapeuttista kohtaamista ja palvelukokemusta (Hegarty, 2010). Tässä tutkimuksessa tarkastellaan siksi palveluntuottajien kokemuksia siitä, millainen merkitys luonnolla ja kulttuurisensitiivisellä vuorovaikutuksella voi olla kohtaamisille monikulttuuristen ryhmien luontointerventioissa.

3 Tutkimuskysymykset

Luonnon hyvinvointivaikutuksia koskevassa tutkimuksessa vähälle huomiolle on jäänyt se, millainen merkitys luonnolla voi olla kohtaamiselle, vuorovaikutukselle ja psykososiaaliselle tuelle. Myös empatian ja luonnon yhteyttä kulttuurisensitiivisen vuorovaikutuksen rakentumisessa on tutkittu toistaiseksi vähän, vaikka empatian merkitys ohjaustyössä ja myönteisen vuorovaikutuksen rakentumisessa tunnistetaan.

Siksi tarkastelen tässä tutkimuksessa erityisesti kulttuurienvälistä empatiaa luontointerventioissa, joissa kantasuomalaiset ja maahanmuuttajat osallistuvat sosiaalialan ammattilaisen fasilitoimiin yhteisiin aktiviteetteihin luonnonympäristöissä. Empatiaa tarkastelen sekä ohjaajan ja osallistujien välisessä että osallistujien keskinäisessä vuorovaikutuksessa interventioiden aikana. Tavoitteenani on lisätä ymmärrystä siitä, miten luonnonympäristö voi luoda edellytyksiä empaattisille ja kulttuurisensitiivisille kohtaamisille osana dynaamisen luontoterveysmallin kuvaamaa ns. kohtaavaa vuorovaikutusta.

Tutkimuksen teoreettinen lähtökohta rakentuu sosiaalisen kognitiivisen neurotieteen ja polyvagaaliteoriaan nojaavan dynaamisen luontoterveysmallin toisiaan täydentäville näkökulmille. Yhdessä ne auttavat jäsentämään, miten luonnonympäristö voi luoda edellytyksiä empaattiselle vuorovaikutukselle. Sosiaalinen kognitiivinen neurotiede jäsentää empatiaa osittain toisistaan erillisten prosessien kautta, joita ovat affektiivinen resonanssi, perspektiivinotto ja empaattisesti motivoitunut toiminta. Dynaaminen luontoterveysmalli täydentää tätä näkemystä tarkastelemalla psyykkisesti turvallista tilaa sosiaalisista liittymistä tukevana tekijänä sekä luonnonympäristön mahdollista merkitystä autonomisen hermoston säätelylle.

Ihmisten välisen empatian lisäksi tutkimuksessa tarkastellaan sitä, ilmeneekö empaattisen suhteen piirteitä ihmisten suhteessa luontoon ja muihin elollisiin olentoihin. Tämän näkökulma on oleellinen, jos luonto ymmärretään Hegartyn (2010) kuvaamaksi ”kanssaterapeutiksi”, joka on interventioissa aktiivinen osapuoli. Tällöin kyse ei ole yksinomaan ympäristövastuullisesta käyttäytymisestä interventioiden aikana, vaan jostakin kokemuksellisesti syvemmästä luonnon ja ihmisen välisestä empaattisesta yhteydestä.

Tutkimukseni vastaa seuraaviin kysymyksiin:

1. Millaisia empatiataitoja ohjaaja tarvitsee luontointerventioiden toteuttamisessa?
2. Miten empatia ilmenee ohjaajien havaintojen mukaan osallistujien välisessä vuorovaikutuksessa luontointerventioiden aikana?

3. Millainen rooli luonnolla on interventioissa ja kulttuurisensitiivisen empaattisen vuorovaikutuksen rakentumisessa?

Vaikka malleja monikulttuuristen ryhmien luontotoiminnasta on pilotoitu Suomessa (Jokela & Uusitalo, 2022), palvelujen kehittämistä ja toteuttamista tukevaa käytännön ohjeistusta on edelleen niukasti. Siksi tarkastelen tutkimuksessa myös palvelumuotoilussa laadittua käsikirjaa ja sitä, miten empatia on huomioitu julkaisun sisällöissä. Tarkastelua ohjaa seuraava tutkimuskysymys:

4. Miten empatia näkyy palvelumuotoilun tuloksena syntyneessä käsikirjassa?

4 Aineisto ja menetelmät

Tämän tapaustutkimuksen kohteina olivat KUPO-hankkeessa toimineiden ohjaajien kokemukset monikulttuurisesta luontotoiminnasta sekä heidän kanssaan yhteiskehittämällä tuotettu LUMOT-käsikirja (Jokela ym., 2022). Tapaustutkimus soveltui tutkimusotteeksi, koska monikulttuurinen luontotoiminta ei ole vielä vakiintunut osaksi yksityisiä tai julkisia kotoutumispalveluja. Tutkimuksessa tarkastelin erityisesti sitä, miten ohjaajat kuvausivat empatiaa ja luonnon roolia monikulttuurisessa luontotoiminnassa sekä miten nämä sisällöt välittyivät toimintaa kuvaavaan käsikirjaan. Laadullisen aineiston avulla pyrin ymmärtämään ohjaajien ja osallistujien toimintaa luonnonympäristöissä sekä heidän kokemuksiaan ja niille antamiaan merkityksiä. Tämä lähtökohta perustuu Denzinin ja Lincolnin (2018) näkemykseen laadullisesta tutkimuksesta merkityksiä tulkitsevana tutkimusotteena. Yhteen kehittämishankkeeseen rajatun aineiston analysoin pääosin aineistolähtöisesti.

KUPO-hanketta toteutettiin yhteistyössä kehittämis- ja tutkimustahoja edustaneiden Lapin ammattikorkeakoulun ja Luonnonvarakeskuksen sekä Merivan valmennuspalvelujen, Pohjantähtiopiston oppimispalvelujen, Rovalan MoniNetin tapahtumapalvelujen ja Tervolan kunnan kotoutumispalvelujen kanssa. Hankkeen aikana toteutettiin monenlaista luontolähtöistä toimintaa, jonka tavoitteena oli erityistä tukea tarvitsevien osallistujien hyvinvoinnin ja sosiaalisten suhteiden vahvistaminen sekä toiminnan kehittäminen sosiaalipedagogisella työorientaatiolla. Tässä orientaatiossa oppiminen ja kasvaminen toimijuuteen käsitetään luonteeltaan reflektoivaksi, kokemukselliseksi ja yhteisölliseksi (Nivala & Ryynänen 2019). Hankkeessa pyrittiin myös rakentamaan monikulttuurisesta luontotoiminnasta pysyvä osa organisaatioiden asiakastyötä ja tiivistämään yhteistyötä paikallisten yritysten, yhdistysten ja muiden kolmannen sektorin toimijoiden sekä hankkeiden kanssa (Jokela & Uusitalo, 2022). Tutkimushaastattelut ja käsikirjan analyysi ovat osa monikulttuurisen luontotoiminnan itsearviointia.

Työskentelin hankkeessa luonnonvara-alan asiantuntijana ja osallistuin tutkimushaastattelujen toteuttamisen lisäksi ohjaajien valmennukseen, osaan luontointerventioista ja käsikirjan suunnitteluun. Varsinaisen palvelumuotoiluprosessin fasilitoinnista vastasi ulkopuolinen palveluntuottaja. Arvioin luvussa 6.6 kaksoisroolini (tutkija ja osallistuja) vaikutuksia tutkimukseeni.

Tutkimusaineisto muodostui ohjaajien puolistrukturoiduista teemahaastatteluista (liite 1) ja palvelumuotoilussa syntyneestä käsikirjasta (liite 2). Teemahaastattelun tehtävänä on tuoda esiin tutkittavien kokemuksia, näkemyksiä ja ilmiöille antamia merkityksiä ennalta määriteltyjen teemojen kautta, mutta jättää samalla tilaa tutkittavien omille tulkinnoille (Hirsjärvi & Hurme, 2022;

Denzin & Lincoln, 2017). Käsikirjaa tarkasteltiin valmiina dokumenttiaineistona sisällönanalyysin avulla. Sisällönanalyysissä aineistoa jäsennetään ja tiivistetään siten, että siitä voidaan muodostaa tutkittavaa ilmiötä kuvaava kokonaisuus (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Laadullisen analyysin lisäksi tarkastelin, kuinka monta aineistokohtaa kuhunkin empatiaa kuvaavaan luokkaan sisältyi. Aineistokohtien lukumääriä käytin painopisteiden havainnollistamiseen, en niiden tilastolliseen vertailuun.

4.1 Haastattelut

Teemahaastatteluun (liite 1) valitsin viisi hankkeessa työskennellyttä sosiaaliohjaajaa ja -kasvattajaa, joilla oli omakohtaista kokemusta monikulttuuristen luontoryhmien suunnittelusta ja ohjaamisesta eri organisaatioissa. Näin pyrin saamaan aineistooni kokemuksia hankkeen eri organisaatioista ja erilaisista luontointerventioista.

Viisi puolistrukturoitua yksilöhaastattelua toteutettiin kahden viikon aikana vuoden 2022 huhtikuussa Microsoft Teamsissa. Haastattelut kestivät 1–2 tuntia ja ne tallennettiin haastateltavien suostumuksella. Haastattelurunko koostui kolmesta pääteemasta: empatia ammatillisessa ohjaustyössä, empatian ilmeneminen osallistujien välisessä vuorovaikutuksessa sekä luonnon rooli luontointerventioissa. Kysymysten lisäksi käytin täsmentäviä apukysymyksiä. Keskusteluun johdateltiin etukäteen pyydetyllä kuvalla (kuva 3), jonka haastateltava näki edustavan erityisen hyvin onnistunutta luontotyöpajaa.

Litteroin haastattelut sanatarkasti ja käytin siinä apuna Microsoft Teams-kokousten automaattista tallennusta ja transkriptiota, joita täydensin omilla muistiinpanoillani. Kävin huolellisesti läpi kaikki tekoälyn tuottamat transkriptiot ja korjasin ne vertaamalla niitä äänitallenteisiin. Poistin tutkimuskysymysten kannalta merkityksettömät täytesanat, mutta säilytin puhekieliset ilmaisut, kuten suorat lainaukset osoittavat. Korvasin haastateltujen henkilöt nimet peitenimillä litteroinnin yhteydessä. Litteroitua aineistoa kertyi yhteensä 142 sivua.

Analysoin litteroidun haastatteluaineiston vaiheittain ja jäsensin aineistoa siinä esiintyvien aiheiden perusteella. Tuomen ja Sarajärven (2018) mukaan tällaisen teemoittelun avulla aineistosta voidaan tunnistaa ja jäsentää tutkimuskysymysten kannalta keskeisiä aiheita ja merkityksiä. Haastattelujen analyysi käynnistyi aineistolähtöisesti. Aineistosta muodostettujen ryhmien tulkinnassa ja jatkoluokittelussa hyödynsin teoriaohjaavasti empatian käsitteitä ja dynaamista luontoterveysmallia.

Kokosin ensin litteroidusta aineistosta tutkimuskysymysten kannalta keskeiset kohdat neljän teeman alle: empatia, ohjaustyö, osallistujien välinen vuorovaikutus ja luonnon rooli. Tämän jälkeen luin kunkin teemaan kuuluvan aineiston kokonaisuutena ja tunnistin siitä asiakokonaisuuksia, joiden perusteella ryhmittelin aineistoni. Seuraavaksi tarkastelin muodostuneita ryhmiä suhteessa tutkimuksen teoreettisiin käsitteisiin ja muodostin niiden pohjalta empatiaa kuvaavat luokat. Luokat koostuivat yhden tai useamman virkkeen mittaisista tekstikatkelmista, jotka kuvasivat samaa empatian lajia tai tyyppiä.

Tämän jälkeen ryhmittelin empatiaa kuvaavat luokat ohjaustyön eri vaiheiden mukaan. Ryhmittely perustui ohjelmateoreettiseen ajatteluun ja Barrett-Lennardin (1981, s. 93–94) empatiaprosessin malliin, jossa empatia etenee toisen kokemuksen vastaanottamisesta ja ymmärtämisestä empaattisen ymmärryksen ilmaisemiseen ja sen vastaanotetuksi tulemiseen. Nimesin suunnitteluvaiheessa ilmenevän, osallistujien tarpeita ja tilanteita ennakoivan ymmärtämisen *empaattiseksi ennakoinniksi* ja varsinaisen ohjaustyön aikana ilmenevän toiminnan *empaattisiksi teoiksi*. Ohjaajien empatiaan yhdistämät osallistujia koskevat havainnot ja tulkinnat jaoin *ohjauksen aikana ilmeneviin prosesseihin* ja *pitkän aikavälin muutoksia* koskeviin tulkintoihin. Ne kuvaavat sitä, miten ohjaajat näkivät tai arvioivat asiakkaan kasvavan ja rohkaistuvan, kiinnittyvän yhteiseen toimintaan ja yhteisöön tai hänen toimijuutensa vahvistuvan. Luokat sisältävät siis ohjaajien tulkintoja, joiden perusteella ei voida päätellä, että osallistujissa olisi tapahtunut kuvattuja muutoksia.

Luontoa koskevat tekstikatkelmat luokittelin ensin sen perusteella, missä ohjaustyön vaiheessa luonnon merkitystä kuvattiin. Tämän jälkeen tarkastelin niitä dynaamisen luontoterveysmallin näkökulmasta ja ryhmittelin ne purkua varten neljään teemaan: *luontosuhteen rakentuminen, luonto aktivoijana, luonto rauhoittajana* sekä *luonto psyykkistä turvallisuutta rakentavana ja empaattista vuorovaikutusta mahdollistavana ympäristönä*.

Lopuksi laskin kuhunkin luokkaan sisältyvien kuvausten lukumäärät. Laskentayksikkönä käytin yhden tai useamman virkkeen muodostamaa tekstikatkelmaa, joka käsitteli tutkimuskysymysten kannalta yhtenäistä asiaa. Sama tekstikatkelma voitiin sijoittaa useaan luokkaan, jos siinä ilmeni esimerkiksi sekä kognitiivista että affektiivista empatiaa. Tekstikatkelma saattoi myös kuvata useita ohjaustyön vaiheita, joissa empatialla oli suora tai välillinen merkitys. Lukumäärät kuvaavat siten luokkiin sijoitettujen tekstikatkelmien määrää, eivät toisistaan riippumattomien havaintojen tai haastateltavien määrää.



Kuva 3. Ohjaajan haastatteluun valitsema kuva pakurikäävän ”istutuksesta” (Kuva: MoniNetin kuva-arkisto).

4.2 Palvelumuotoilu ja käsikirjan analyysi

Yhteiskehittämisen (co-creation) ja yhteistuottamisen (co-production) periaatteet toimivat lähtökohtina monikulttuurisen luontotoiminnan kehittämisessä. Yhteiskehittämisessä korostetaan asiakkaiden, kansalaisten ja työntekijöiden osallisuutta palveluiden ja hyödykkeiden kehittämisessä ja tuottamisessa, ja yhteistuottamisessa on pyrkimys julkisten palveluiden tuottamiseen erilaisena yhteistoimintana tai kumppanuutena kansalaisten ja julkisten palveluiden eri toimijoiden välillä (Kostilainen ym., 2020). Nämä periaatteet sisältyvät palvelumuotoilun prosessiin.

Palvelumuotoiluprosessi ei ollut tässä tutkimuksessa varsinainen aineistonkeruumenetelmä, vaan konteksti, jossa tutkimuksen toinen aineisto eli käsikirja syntyi. Tutkimuksessa valmiille käsikirjalle dokumenttiaineistona tehtiin sisällönanalyysi. Käsikirjan syntyprosessin arvioinnissa hyödynnettiin ohjaajien haastatteluissa esittämiä kokemuksia ja näkemyksiä palvelumuotoiluprosessista.

Noin vuosi ennen varsinaisen palvelumuotoiluprosessin käynnistymistä järjestimme kehittämispäivän. Tässä vaiheessa luontotyöpajoja oli toteutettu noin puolen vuoden ajan. Kehittämispäivän aikana kokosimme ja jäsensimme ohjaajien kanssa heidän kokemuksiaan luontotyöpajojen järjestämisestä. SWOT-analyysi auttoi tarkastelemaan luontotyöpajojen vahvuuksia ja heikkouksia sekä niihin liittyviä uhkia ja toistaiseksi hyödyntämättömiä mahdollisuuksia, esimerkiksi miten luontotyöpajat voivat tuoda toivoa asiakkaiden tulevaisuuteen sekä miten osallistujapalautetta voidaan kerätä ja hyödyntää.

Tästä kokemustiedosta muotoiltiin tulevia luontotyöpajoja varten periaatteita ja toimintaohjeita, joissa korostettiin muun muassa sitä, että ryhmän rakentamiseen ja valmisteluun tulee varata riittävästi aikaa. Tilaisuudessa sovittiin myös yhteisistä luontotyöpajojen teemoista vuodelle 2021 sekä siitä, että kunkin organisaatio järjestää vuorollaan tapahtuman, johon kutsutaan asiakkaita myös muista organisaatioista. Nämä ideat koottiin kokonaisuudeksi nimeltään ”Kupottajien vuosi 2021”. Osa tämän kehittämispäivän aikana syntyneestä tiedosta ja ideoista siirtyi palvelumuotoiluprosessissa laadittuun käsikirjaan.

Palvelumuotoilu toteutettiin osana hankkeen yhteiskehittämistä Arctic Factoryn asiantuntijapalveluna. Ensimmäinen palvelumuotoilutapaaminen ohjaajaryhmän kanssa järjestettiin syykuun alussa vuonna 2021, jolloin luontotyöpajoista oli kertynyt lisää kokemuksia, mukaan lukien emännöidyt suurryhmät ja luontotyöpajojen teemallinen vuosikalenteri. Palvelumuotoilun aloituspalaverissa ja briefissä sovittiin viisi kuukautta kestävästä prosessista. Sen fasilitointi toteutettiin viiden nelituntisen työpajan avulla (Taulukko 1).

Taulukko 1. Arctic Factoryn vetämien työpajojen tavoitteet.

Työpaja	Tavoite
Työpaja 1 ja 2 | Tarpeet ja toiveet	**Ymmärretään käyttäjien todellisia tarpeita, toiveita ja pelkoja. Ymmärretään eri palvelupolut ja käyttökohteet.**
Työpaja 3 | Oikeita ratkaisuja	**Rakennetaan ratkaisuja, jotka perustuvat käyttäjäymmärrykseen ja kerättyyn tietoon, ei mututuntumaan ja fiilikseen.**
Työpaja 4 | Prototyyppien testaaminen	**Muotoilutiimin rakentamat prototyypit esitellään osallistuville organisaatioille. Prototyyppien testaamisesta laaditaan käytännönläheinen suunnitelma.**
Työpaja 5 | Iterointi	**Prototyyppien testitulokset ja -kokemukset kootaan yhteen ja ymmärretään jatkokehittämisen tarpeet.**

Ensimmäisissä palvelumuotoilupajoissa keskityttiin organisaatioiden asiakkaisiin ja heidän tarpeidensa tunnistamiseen. Vasta kolmannessa tapaamisessa täsmentyi ajatus käsikirjasta, joka tarjoaisi tietoa luontointerventioiden järjestämisestä kulttuuritaustoiltaan ja tarpeiltaan erilaisille

sosiaalityön asiakkaille. Tässä tapaamisessa käsikirjan tavoitteita konkretisoitiin ja tiivistettiin visuaalisen menetelmän avulla. Ryhmät valitsivat lehdistä kuvia tavoitteita ja niihin liittyviä ajatuksia symboloivia kuvia, joista koottiin Mood Board -kollaaseja (kuva 4). Samassa yhteydessä monikulttuurisuus määriteltiin inklusiivisuudeksi ja ihmisten tietoiseksi kohtauttamiseksi. Määrittelyssä huomioitiin Green Care -toiminnan periaatteet sekä asiakkaiden etniset taustat ja erityisen tuen tarpeet. Lisäksi ryhmä päätti koronarajoitusten aikana tehtyjen kokeilujen perusteella sisällyttää käsikirjaan kuvauksen virtuaalisesti toteutettavasta luontotyöpajasta.



Kuva 4. Kolmannessa palvelumuotoilupajassa laaditut Mood Board -kollaasit (Kuva: Arctic Factory).

Seuraavassa vaiheessa päätettiin käsikirjan rakenteesta. Rakenteen pohjalta Arctic Factoryn muotoilutiimi laati käsikirjan prototyypin, joka toimii myös sähköisessä muodossa. Käsikirjan osien sisältöjä työstettiin neljännessä työpajassa, ja samalla sovittiin prototyypin testaamisesta hankkeen verkoston edustajilla. Viimeisessä työpajassa esiteltiin prototyypistä kerätty palaute.

Kuusikymmentäsivuisen käsikirjan sisältö on jaettu kolmeen osaan (liite 2). Ensimmäinen osa toimii johdantona, jossa esitellään tärkeimmät käsitteet ja tavoitteet sekä interventioiden päävaiheet suunnittelusta arviointiin. Samalla avataan, mitä monikulttuurisuudella ja Green Care -toiminnalla tarkoitetaan. Julkaisun laajimmassa, toisessa osassa esitellään viisi erilaista tapaa to-

teuttaa interventio käytännön ohjeina ja vinkeinä. Viimeinen osa käsittelee luontotoiminnan kehittämistä, ja siihen on koottu vinkkejä toiminnan reflektointiin sekä osallistujien kanssa tehtävään yhteiskehittämiseen.

Analyysiä varten jaoin käsikirjan tekstin seitsemään sisältökokonaisuuteen: johdanto, luontoretki, etäluonto, laatikkoviljely, maatilavierailu, emännöidyt suurryhmät ja yhteiskehittäminen. Analyysiyksikkönä käytin haastatteluaineiston tavoin yhden tai useamman virkkeen sisältävää tekstikatkelmaa. Jos ohje toistui samassa sisältökokonaisuudessa merkitykseltään samanlaisena, laskin sen painopisteiden tunnistamisessa vain kerran. Samansisältöinen ohje voitiin kuitenkin laskea uudelleen sen esiintyessä käsikirjan eri osissa, sillä analyysissä tarkasteltiin myös sisältöjen jakautumista käsikirjan rakenteessa.

Sisällönanalyysini kohdistui Graneheimin ym. (2017) kuvaamalla tavalla aineiston ilmisisältöihin (manifest content) eli käsikirjaan tallentuneisiin empatiasisältöihin, joita ohjaajat olivat tuoneet esiin haastatteluissa. Haastatteluaineistosta tunnistetut empatian muodot ja niiden pohjalta muodostetut 12 luokkaa, kuten asiakkaiden tarpeiden ja toimintakyvyn ymmärtäminen sekä toimijuus, ohjasivat käsikirjan empatiasisältöjen analyysiä.

Luonnon roolia koskevien sisältöjen analyysissä siirryin teorialähtöiseen tarkasteluun, jota ohjasi dynaaminen luontoterveysmalli. Sen perusteella ryhmittelin dokumenttiaineiston neljään luokkaan: *luontosuhteen tukeminen*, *luonnon rauhoittavat vaikutukset, luonnon aktivoivat vaikutukset sekä luonto turvallisena tilana ja empaattisten kohtaamisten paikkana*.

5 Tulokset

5.1 Empatia

5.1.1 Painopisteet

Tunnistin haastatteluaineistosta yhteensä 108 erillistä tekstikatkelmaa. Näistä puolet käsitteli empatiaa, jota ohjaajat kuvasivat pääasiassa konkreettisten esimerkkien avulla: 20 tekstikatkelmaa käsitteli empatiaa sosiaalialan ohjaustyössä ja 34 empatiaa monikulttuurisissa luontointerventioissa. Toinen puoli eli 54 tekstikatkelmaa käsitteli luonnon roolia interventioissa. Sama tekstikatkelma saattoi sisältyä useampaan empatiaa kuvaavaan luokkaan, minkä vuoksi luokittelujen kokonaismäärä ylitti erillisten tekstikatkelmien määrän. Taulukoissa 2–5 esitän empatian ilmenemismuodot ja niiden luokkakohtaiset lukumäärät ohjaustyön eri vaiheissa.

Empaattiseksi ennakoinniksi luokittelin asiakkaiden *tarpeiden ja toimintakyvyn ymmärtämisen* (24), *kulttuuritaustan ymmärtämisen* (24) sekä *myötätuntoisen eläytymisen* asiakkaan tilanteeseen (19). Empaattisiksi teoiksi puolestaan luokittelin *ohjaustilanteiden arvioimisen osallistujien näkökulmasta* (22) sekä *oman ohjausroolin säätelyn* tämän arvion perusteella (17). Useimmiten ohjausroolin säätely tarkoitti sitä, kuinka paljon tai millaista tukea ohjaaja arvioi osallistujien tarvitsevan. Taulukko 2 osoittaa, että suurin osa ohjaajien empatiakuvauksista liittyi *empaattiseen ennakointiin,* eikä *empaattisiin tekoihin* viittavia kuvauksia juurikaan esiintynyt luonnon roolista keskusteltaessa.

Taulukko 2. Ammatilliseen ohjausosaamiseen yhdistetty empatia

	Empaattinen ennakointi			Empaattiset teot	
	Tarpeiden ja toimintakyvyn ymmärtäminen	**Kulttuuritaustan ymmärtäminen**	**Myötätuntoinen eläytyminen**	**Tilanteen arviointi osallistujien näkökulmasta**	**Oman ohjausroolin säätely**
Sosiaalityössä	**10**	**6**	**7**	**6**	**12**
Työpajoissa	**11**	**15**	**12**	**16**	**4**
Luonnossa	**3**	**3**	**0**	**0**	**1**
Yht.	**24**	**24**	**19**	**22**	**17**

Kognitiivinen empatia näkyi sekä *empaattisessa ennakoinnissa* että *empaattisissa teoissa* (taulukko 3). Se ilmeni erityisesti osallistujien kulttuuritaustojen, tarpeiden ja toimintakyvyn ymmärtämisenä sekä tilanteiden tarkastelemisena osallistujien näkökulmista. *Affektiivinen* empatia näkyi erityisesti myötätuntoa kuvaavissa yhteyksissä, mutta se yhdistettiin vain harvoin *empaattisiin tekoihin*.

Taulukko 3. Kognitiivinen ja affektiivinen empatia ohjausosaamisessa

	Empaattinen ennakointi				Empaattiset teot		
	Tarpeiden ja toimintakyvyn ymmärtäminen	**Kulttuuritaustan ymmärtäminen**	**Myötätuntoinen eläytyminen**	**Yht.**	**Tilanteen arviointi osallistujien näkökulmasta**	**Oman ohjausroolin säätely**	**Yht.**
Kognitiivinen	**18**	**17**	**0**	**35**	**21**	**16**	**37**
Affektiivinen	**3**	**4**	**19**	**26**	**1**	**0**	**1**

Taulukkoon 4 on koottu ohjaajien empatiaan yhdistämät osallistujissa havaitut prosessit ja muutokset. *Ohjaustilanteen aikana* ilmeneviksi prosesseiksi ja muutoksiksi luokiteltiin *omien rajojen kokeileminen* (22), *kokemusten jakaminen* (17), *vastuun ottaminen* (9), *osallistujien välisen luottamuksen lisääntyminen* (7) ja *turvallisuuden tunteen vahvistuminen* (4). *Toimijuuden* (14) ja *yhdenvertaisuuden* (10) vahvistuminen puolestaan tulkittiin pidemmän aikavälin muutoksiksi.

Empatia yhdistettiin aineistossa useammin ohjaajan kohtaamisosaamiseen kuin osallistujissa havaittuihin tai odotettuihin muutoksiin. Ohjauksen aikana ilmenevistä muutoksista korostuivat erityisesti *omien rajojen testaaminen* ja *kokemusten jakaminen*, kun taas pidemmän aikavälin muutoksista näkyvin oli *toimijuuden vahvistuminen* (taulukko 4). Luonto yhdistettiin erityisesti *omien rajojen kokeilemiseen*, mutta myös *kokemusten jakamiseen, toimijuuteen, vastuunottoon* ja *luottamukseen*.

Taulukko 4. Asiakkaassa tapahtuviin muutoksiin yhdistetty empatia

	Muutokset ohjauksen aikana					Pidemmän aikavälin muutokset	
	Turvallisuus	**Luottamus**	**Jakaminen**	**Rajojen testaus**	**Vastuunotto**	**Toimijuus**	**Yhdenvertaisuus**
Sosiaalityössä	**2**	**1**	**1**	**3**	**0**	**3**	**1**
Työpajoissa	**1**	**1**	**8**	**7**	**3**	**4**	**8**
Luonnossa	**1**	**5**	**8**	**12**	**6**	**7**	**1**
Yht.	**4**	**7**	**17**	**22**	**9**	**14**	**10**

Kognitiivinen empatia näkyi erityisesti osallistujien *rajojen testaamisessa* ja *yhdenvertaisuudessa* sekä *toimijuudessa*. *Affektiivinen* empatia puolestaan yhdistyi useimmin *kokemusten ja tunteiden jakamista* koskeviin kuvauksiin (taulukko 5).

Edellä tarkastelin empatian esiintymistä koko haastatteluaineistossa yhteenvedonomaisesti ja painotuksia hakien. Seuraavaksi tarkastelen empatiakuvauksia yksityiskohtaisemmin haastatteluteemoittain aloittaen sosiaalityötä koskevista empatiakeskusteluista. Avaan ohjaajien käsityk-

siä siitä, mitä empatia tarkoittaa sekä millainen merkitys ja tarve sillä on heidän työssään. Esittelen tulokset muodostamani luokitteluni mukaan tarkastelemalla ensin kognitiivista empatiaa ja sen jälkeen affektiivista empatiaa. Valitsemani sitaatit havainnollistavat ohjaajien näkemyksiä.

Taulukko 5. Kognitiivinen ja affektiivinen empatia asiakkaassa tapahtuvissa muutoksissa

	Muutokset ohjauksen aikana						Pidemmän aikavälin muutokset		
	Turvallisuus	**Luottamus**	**Jakaminen**	**Rajojen testaus**	**Vastuunotto**	**Yht.**	**Toimijuus**	**Yhdenvertaisuus**	**Yht.**
Kognitiivinen	**2**	**1**	**0**	**9**	**2**	**14**	**6**	**9**	**15**
Affektiivinen	**1**	**1**	**9**	**1**	**1**	**13**	**1**	**0**	**1**

5.1.2 Empatia ohjaustyössä

Kognitiivinen empatia

Kun tarkastelin keskusteluja empatian käsitteestä ja merkityksestä ohjaustyössä, puolet kuvauksista liittyi asiakkaan elämäntilanteen ja tarpeiden ymmärtämiseen sekä oman ohjausroolin ja tuen määrän säätelyyn sosiaalisesta tilanteesta tai ympäristöstä tehdyn tulkinnan perusteella. Tulkitsin tämän kognitiivisen empatian ilmenemiseksi ja osoitukseksi sen keskeisestä merkityksestä ohjaustyössä.

Seuraavasta kuvauksesta käy hyvin ilmi, miten kognitiivinen empatia yhdistetään toisen ihmisen tilanteen ymmärtämiseen liittyviin tekoihin. Pelkkä toisen ahdistuksen näkeminen tai tähän tunteeseen eläytyminen, jota kuvauksessa sanoitetaan ”katseeksi toista kohtaan”, ei siis yksin riitä.

> ”Voin pyytää esimerkiksi joskus jotakin [asiakasta], että esimerkiksi meetkö auttamaan häntä. Että tulisi samalla myös niitä kontakteja. Voihan empatia olla myös katse toista kohtaan, mutta monestihan se on teko tai jotenkin osoitetaan se kuitenkin.” — Silja (Sos_Apu8_K)

Ohjaajat näkivät empatian pääasiassa työkaluna, jota tarvitaan, kun he pyrkivät asiakkaita kohdatessaan tunnistamaan ja ymmärtämään heidän yksilöllisiä tarpeitaan. Kognitiivista empatiaa tarvitaan myös arvioitaessa asiakkaan kaipaamaa tukea tilanteissa, joissa hän osallistuu toimintaan vieraiden ihmisten kanssa. ”Emotionaalisten tuntosarvien” avulla ohjaaja kerää tärkeää tietoa asiakkaista, mutta voi samalla säilyttää kognitiivisen empatian mahdollistaman ”emotionaalisen etäisyyden” häneen. Tämän tiedon pohjalta hän kykenee räätälöimään sekä tuen määrää että toimintaohjeita ja muuta tilanteiseen liittyvää viestintää asiakkaiden yksilölliset tarpeet huomioon ottavalla tavalla. Tämä tulee hyvin ilmi seuraavasta esimerkistä.

> ”Se antaa siihen tavallaan niinku työkalun, että ymmärtää sen ihmisen elämän ja sen miljöön ja sen kontekstin, missä se ihminen elää. Se on hyvä, että on vähän semmoset tuntosarvet. Että katsoo sen asiakkaan tilannetta koko aika. Että sinulla saattaa tulla tunne, että nyt ei ole kaikki asiat hyvin. Ja sitten muutamalla kysymyksellä huomaatkin, että se sun tunne on ollut oikein. Pitää osata ottaa semmoset kolme askelta ja kauempaa katsoa sitä ihmisen elämää. Ja sitten se, että aina on tavallaan se vierellä seisoja. Elää sen asiakkaan kanssa ja katsoo niinku yhteiseen suuntaan. Se kuuluu siihen sote-alan kohtaamisen taitoihin, että sä osaat kohdata ihmisen, oli sen tausta minkälainen tahansa.” — Minna (Sos_Apu17_K)

Ohjaajat kuvasivat sosiaalityön empatiasta keskusteltaessa myös muutoksia, joita asiakkaiden tarpeiden ja yksilöllisten erojen tunnistamiseen ja ymmärtämiseen perustuvalla empaattisella ohjaustyöllä pyritään edistämään. Yksi niistä on asiakkaan luottamuksen vahvistuminen. Seuraavassa kuvauksessa käy hyvin ilmi, miten asiakkaan luottamusta ohjaajaan rakennetaan, jotta hän tuntisi olonsa tuvalliseksi.

> ”Pitää tietää miten kohdataan asiakkaat ja minkälaisen tuen tai empatian ehkä tarvii siinä hetkessä. Mä kerran pysäytin hevosyrittäjän ja kysyin, että voinko mää tulla jotenkin avuksi: kerrotko vielä hyvin selkeästi, että mitä tässä pittää tehä. Niin mä menin tämän selkävaivaisen ihmisen [asiakkaan] viereen. Ja sit mää kerroin hänelle ne ohjeet hyvin rauhallisesti. Että ensin otat siitä satulasta kiinni. Ja sit mää oon tässä vieressä ja lähellä. Täytyy olla sille asiakkaalle tukena, vaikk mun ei tarvinnu fyysisesti häntä auttaa. Meillä [ohjaajilla] täytyy olla se yhteinen näkemys ja tietämys tavallaan siitä, että millä tavalla toimitaan niissä tilanteissa, jotta se taas on turvallista ja mielekästä, ja siitä jää hyvä kokemus näille asiakkaille. Et siinä mä kyllä pidän asiakkaitten puolta ja haluan, että ne pystyy luottamaan minuun.” — Emmi (Sos_Apu2_K)

Toisena empaattisten kohtaamisten yhdistettyinä pitkän aikavälin muutoksina pidettiin yhdenvertaisuuden vahvistumista. Sen merkitys nousi esiin sekä ohjaajien kuvatessa empatiaa sosiaalityössä että heidän kertoessaan luontotyöpajoissa havaitsemistaan empatian ilmenemismuodoista. Monikulttuurisuuden sijaan osa ohjaajista korosti yhdenvertaisuutta. Luontotoimintaa koskevissa kuvauksissa yhdenvertaisuuteen liittyi myös esteettömyys, jolla viitattiin fyysisen saavutettavuuden lisäksi ohjaajan tapaan kohdata asiakkaat yhdenvertaisesti, kuten seuraava esimerkki ilmentää.

> ”Monikulttuurisuus on toki tuo, että yhdistetään eri kulttuuritaustaisia ihmisiä. Mutta ehkä mää sen ajattelen, että onko se nyt vaikka se fyysisesti tai sosiaalisesti esteetön tila. Tai tilakin on väärä sana. Mutta sillai, että kaikki, ihan sama, ett ketä siinä tavallaan on, mää ajattelen sen laajemmin kuin pelkästään kulttuuritaustana. Se ei täysin kuvaa se monikulttuurinen sana, mitä mä ajattelen sillä. Mä ajattelen sen yhdenvertaisena luontotoimintana tai semmoisena, ett ihan sama ketä tai mistä, toiminta olis turvallinen ja mahdollinen.” — Emmi (Sos_Moni9_K)

Kolmas kognitiiviseen empatiaan yhdistetty muutos asiakkaissa oli omatoimisuuden lisääntyminen. Kognitiivinen empatia auttaa ohjaajia siirtymään ”taka-alalle” tapahtuman edetessä ja antamaan tilaa asiakkaiden toimijuudelle ja vastuun ottamiselle sitä mukaa, kun luottamuksen ja

turvallisuuden tunteet vahvistuvat. Tämä muutos kuvataan osuvasti esimerkissä, josta ilmenee hyvin empatian rooli ryhmätoiminnan valmisteluissa. Empaattisen ennakoinnin tarkoituksena on madaltaa asiakkaiden kynnystä osallistua toimintaan, sillä sitä voivat nostaa sekä ryhmätilanne että asiakkaalle vieras toimintaympäristö.

> ”Mä oon se, joka innostaa, se joka järjestän sen kaiken: että onhan sinulla tarpeeksi vaatetta päällä, ymmärräthän sä, että me lähdetään jäälle, että sillä saattaa tuulla. Jos puuttuu jotakin vaatteita, niin minä olen sitten se, joka etsii ne vaatteet niille ihmisille. Ja tavallaan se kynnys lähteä on mahdollisimman alhainen. Että ei tuu yhtään hyvää tekosyytä jäädä pois. Ja että mitä me mennään tekemään, mihin me mennään tekemään. Ja sitten se, että mitä tämän jälkeen tapahtuu. Ja sitten pikkuhiljaa mun tehtävä on ottaa niitä askeleita taaksepäin ja siirtyä sitten taka-alalle. Ja se innostuminen, mikä lähtee siitä, kun tehdään niitä muutamaa ensimmäistä otosta [valokuva] ja tajutaan, että voi vitsi, tässä tulikin hyvää. Ja kannustaa siinä viemään eteenpäin niitä juttuja. Mä hirveän mielelläni muistutan aina niistä onnistumisista.” — Minna (Sos_Apu5_K)

Myös seuraava valmisteluihin liittyvä kuvaus osoittaa, miten asiakkaiden tunteminen auttaa ohjaustyössä, jonka tavoitteena on tukea asiakkaita ja kannustaa heitä toimijuuteen sekä rohkaista heitä koettelemaan omia rajojaan. Näin asiakas voi hyötyä luontotyöpajaan osallistumisesta mahdollisimman paljon. Pyrkimys edistää muutosta asiakkaassa kognitiivisen empatian avulla näkyy esimerkissä siten, että ohjaaja tarjoaa asiakkaille vaihtoehtoja ja mahdollisuuden tehdä valintoja toiminnan aikana. Samalla voi tapahtua myös vertaisoppimista.

> ”Jos mulla tulee ihan uusi ihminen, josta mää en tiedä yhtään mitään, nii mää tapaan hänet niinku kahestaan ensin. Vähän semmonen luontosuhdekartoitus myös siinä samalla. Ja sitten ne sen toiveet ja tavoitteet ja minkälaisesta toiminnasta se tykkää. Mitä nyt tässäkin on tää Pilke, lumilinna ja tää Millihaka elikkä kolme vaihtoehtoa. Ja lappu kiersi opistolla. Ihmiset sai valita sen mieleisensä toiminnan. Niin nehän [osallistujat] sekottuu automaattisesti sitte. Myös huomioin, mikkä niillä ihmisillä on tavoitteena tai mistä ne eniten hyötyy. Se pääsi kasvamaan se kokeneempi, joka meni toista kertaa talleille. Ja sitten sitten tää ihminen, jolla ei ollu mitään kokemuksia hevosista, pääsi oppimaan siltä konkarilta." — Emmi (Sos_Moni14_K)

Osa haastatelluista kuvasi yhdeksi ohjauksen tehtäväksi myös osallistujien oman empatiakyvyn vahvistamisen. Ohjaajien mukaan tätä voidaan tukea luomalla erilaisista taustoista tulevien ihmisten välistä ymmärrystä edistäviä tilanteita ja välittämällä tietoa, kuten seuraava esimerkki osoittaa. Erilaisuuden ymmärtämisen arvioitiin puolestaan voivan vahvistaa osallistujien luottamusta paitsi ohjaajaan myös toisiinsa ja siten vahvistaa kokemusta monikulttuurisesta ryhmästä turvallisena tilana.

> ”Empatia on kykyä asettua toisen asemaan, jolloin olisi vähän semmoista ymmärrystä ja armollisuutta pakolaista kohtaan. Mä ymmärrän, että se on [suomalaisilla] työpajalaisilla kaivamista se empatia. He ovat monestikin aika heikossa sosioekonomisessa asemassa. Ja sitten he tietävät, että tänne tulee maahanmuuttajia, joilla on

> laitettu asunnot, ostettu uuet huonekalut ja mitä kaikkia. Heidän mielestään se raha tulee maahanmuuttajille noin vaan. Ja se on varmasti se yksi tekijä, mikä sitten vaikeuttaa työpajalaisten mukkaan saamista. Jospa he tutustuu ja huomaa, että pakolaiset on ihan fiksuja ihmisiä, kun meillä oli kiva päivä tällä porukalla. Jos sitten tavallaan sitä kautta alkaisi löytyä empatiaa. Että kun pakolaiset ei ole itse järjestäneet itseään siihen tilanteeseen, missä he ovat. Ovat tavallaan silleen syyntakeettomia. Ihan sillai yleisellä tasolla on vähän käyty sitä keskustelua, että kun tänne tulee kiintiöpakolaisia, että mitä se tarkoittaa." — Rauni (Sos_Moni19_K)

Affektiivinen empatia

Keskustelut ohjaajien kanssa empatian merkityksestä ja ilmenemisestä heidän työssään osoittivat, että kognitiivisen työotteen rinnalle tarvitaan myös affektiivista empatiaa. Senna määritteli affektiivisen empatian ohjaustyössä vertaamalla sitä sympatiaan. Hän näytti ajattelevan, että ohjaaja voi ymmärtää asiakastaan ja hänen tilannettaan paremmin eläytymällä asiakkaan tunteisiin.

> ”Empatia on syvempää kuin sympatia. Semmoinen toisen tunteiden ymmärtäminen, jotenkin sen tunteen tunteminen. Myötäeläminen." — Senna (Sos_Myötä20_A)

Moni muukin ohjaaja Sennan ohella kuvaa empatiaa myötäelämisellä. Tunteiden virittyminen ja niiden merkityksen ymmärtäminen kuuluvat ohjaajan auttamiskykyyn, mutta ne ovat tärkeitä myös hänen halulleen auttaa muita. Affektiivista empatiaa on vaikea irrottaa kognitiivisesta empatiasta. Se, että nämä molemmat empatian ulottuvuudet kuuluvat ohjaustyöhön, tulee hyvin esiin käärme-esimerkissä. Kognitiivista empatiaa edustaa siinä lähinnä se, että ohjaaja osoittaa ymmärtävänsä, mistä asiakkaiden pelot kumpuavat.

> ”Esimerkiksi maahanmuuttajat, jotka tulee vaikka Aasian puolelta, niin sitten ensimmäisiä kysymyksiä, että onko täällä käärmeitä. Ja sitten voi pelätä hirveästi käärmeitä. Niin se tavallaan se pelko, mikä siltä tulee siltä asiakkaalta. Ett sen ymmärtäminen, että oikeesti ihmiset on menettänyt sukulaisia ja karjaa ja omaisuutta sen kolmimetrisen pytonin kanssa taistellessa. Että niidenkin tunteiden käsitteleminen tulee sitten vaan siinä tilanteessa. Tai ihmiset, jotka pelkkää malariaa, ja sitten kun meillä on noita hyttysiä ja mäkäräisiä ja kaikkia muitakin purevia kärpäsiä metsät pullollaan. Että se on oikea iso pelko, mikä niillä ihmisillä on. Tai että heillä on isoja semmoisia, jalkapallon kokoisia hämähäkkejä. Että taustalla on asioita, mitkä oikeasti pelottaa ja oikeasti on semmosia vakavia. Mistä tulee itsellekin semmoisia ihan uusia näkökulmia tuohon luontoon ja luonnossa olemiseen." — Minna (Sos_Moni11_A)

Minna myös pohdiskeli, että empatian tunneperäinen puoli voi muodostua ongelmaksikin työssäjaksamisen ja auttamiskyvyn kannalta. Voimakas eläytyminen toisten rankkoihin elämäntarinoihin voi alkaa kuormittaa. Seuraavassa esimerkissä hän lisäksi kuvaa omien tunteiden hallinnan merkitystä ohjaustyössä.

> ”Mutta se on vähän kaksiteräinen miekka, sillä empatialla on vähän paha tapa, että se vetää myös puoleensa. Siinä on se vaara, että sä lähdet elämään sen asiakkaan elämää, jossa on hirveän rankkoja asioita, mitä esimerkiksi maahanmuuttopuolella on asiakkaat kokenut, ja mitä me ei tulla ikinä toivottavasti omassa elämässä näkemään tai kokemaan. Empatia voi kuluttaa sinua työntekijänä niin paljon, että se voi viedä tavallaan liikaa sinne asiakkaan maailmaan, jolloinka sun työntekijän ote niinku häviää siitä kokonaan. On hyvä tiedostaa ja vähän itsekin etukäteen miettiä, että missä se menee se oma raja. Mutta se on hirveän hienovarainen ja jokaisella se on se oma raja. Että toiset antaa itsestänsä enemmän ja toiset taas on sitten enemmän pidättyväisiä. Molemmat on hyvä tapa.” — Minna (Sos_Myötä18_A)

5.1.3 Empatia luontotyöpajoissa

Seuraavaksi tarkastelen ohjaajien haastattelun toista teemaa. Esittelen vastuksia kysymyksiin, jotka koskivat empatian ilmenemistä luontotyöpajoissa. Osa haastatelluista tosin esitti luontotyöpajoihin liittyviä esimerkkejä jo sosiaalityön empatiaa käsitelleissä keskusteluissa. Esittelen vastaukset jälleen laatimani luokitteluni mukaisesti. Ensin käyn läpi kognitiivista ja sen jälkeen affektiivista empatiaa kuvaavat esimerkit.

Kognitiivinen empatia

Empatian kognitiivinen ulottuvuus korostui myös luontotyöpajoissa esiintyneessä empatiassa. Yli puolet kuvauksista voitiin luokitella kognitiiviseksi empatiaksi.

Ohjaajat olivat panneet merkille erityisesti sen, mitä osallistujien välillä tapahtui ja miten empatia välittyi heidän keskinäisessä kanssakäymisessä. Osallistujat näyttivät ohjaajien mukaan tunnistaneen toistensa erilaisia tarpeita ja tilanteita luontotyöpajojen aikana. Seuraava esimerkki osoittaa, että ryhmissä oli herkkyyttä tunnistaa esimerkiksi muiden osallistujien kielellisiä tai toiminnallisia rajoitteita. Auttamalla toisiaan osallistujat pyrkivät saamaan kaikki mukaan yhteiseen toimintaan. Siljan seuraavassa kuvauksessa kantasuomalaiset ottivat auttajan roolin monikulttuurisessa ryhmässä.

> ”Sitten työpajan asiakkaat, ne auttoi, näytti pakolaisille, kuinka välineitä laitetaan päälle ja miten saa sukset jalkaan. Heille oli ensimmäinen kohtaaminen puolin ja toisin. Minä olen yllättynyt siitä, että he tulivat ja auttoivat niitten välineiden laitossa. Ne ei aina halua lähteä pakolaisten kans mukaan samaan työpajaan, kun niillä voi olla ennakkoluuloja maahanmuuttajia kohtaan ja omat sosiaaliset taijot aika heikot.” — Silja (Paja_Apu7_K)

Ohjaajat kuvasivat usein myös vuorovaikutustilanteita, joissa he tunnistivat empatian piirteitä osallistujien jakaessa toisilleen tietoa omista kulttuureistaan. Tätä kuvaa edelleen Siljan tekemät huomiot kantasuomalaisten ja maahanmuuttajien keskinäisistä keskusteluista.

> ”Nimenomaan näiden työpajojen kautta ovat kertoneet juurikin niistä omista kulttuureista ja tavoistaan. He [pakolaiset] ei ollu ajatellut, että he voisi tulla valmistamaan ruokaa nuotiolle. He on kotimaassa aina ottanut [kotona valmistetun ruoan ja] ruokapadan [tai] kattilan mukaan ja mennyt vuorille syömään.” — Silja (Paja_Moni18_K)

Ohjaajien kuvauksissa kulttuurisen tiedon jakaminen liitettiin ymmärryksen lisääntymiseen ja mahdollisuuteen oppia vastavuoroisesti toisilta. Seuraavassa esimerkissä ilmenee kognitiiviselle empatialle tyypillinen perspektiivinotto, jossa asiakas pyrkii ymmärtämään muiden osallistujien elämänkulkua tai elämäntilannetta ja peilaa samalla omaa elämäänsä heidän kokemuksiinsa.

> ”Ne kerto tavallaan avoimemmin itsestään. Maahanmuuttaja on yleensä aina kiinnostunut siitä, että miten niitten [kantasuomalaisten] elämä on kuljettanut tai mitä kouluja ne on käynyt, koska hän ei ole käynyt kouluja ollenkaan. Niin se on aina kiinnostanut tavallaan niistä ammateista tai peilaa siihen tavallaan omaan polkuun, mitä hän kulkee.” — Emmi (Paja_Moni13_K)

Muutama ohjaaja tunnisti, että kulttuurisen tiedon reflektointia tarvitaan myös ennakkoluuloista irtautumiseen ja ettei yksi kohtaaminen välttämättä ei riitä, vaan muutos voi vaatia aikaa, kuten seuraava Emmin toteamus osoittaa.

> ”On niillä kantasuomalaisilla ollutkin ennakkoluuloja maahanmuuttajia kohtaan. Että ne on vaatinut sen ajan, että ne tottuu ja opettelee toimimaan maahanmuuttajien kanssa. Että ei se ole sormia napsauttamalla mennyt.” — Emmi (Paja_Moni11_K)

Ennakkoluuloista irtautumiseen voidaan tarvita myös yhdenvertaisuuden kokemuksia. Yhdenvertainen kohtelu ja ohjaajan rooli sen edistämisessä nousivat esiin jo aiemmissa keskusteluissa ohjaustyössä tarvittavista empatiataidoista. Seuraava esimerkki kuvaa, miten ohjaaja pyrkii luontotyöpajoissa kohtelemaan osallistujia yhdenvertaisesti heidän taustastaan riippumatta.

> ”Mie yritän aina työssä olla erottamatta, että he ovat nyt ulkomaalaisia ja he ovat suomalaisia. Ihmiset on jokainen on oma persoona, ihan sama mistä tulee ja mikä maalainen on. Et suomalaiset monesti niputtaa heidät, ja sitten mie yritän kertoa, että siellä on monenlaista ihmistä.” — Silja (Paja_Tasa28_K)

Yhdenvertaisen kohtelun tulisi ohjaajien mielestä näkyä myös siinä, miten ohjaaja jakaa tehtäviä ryhmässä. Seuraavassa luontotyöpajan kuvauksessa yhdenvertaisuus näkyy sekä tiedon että tehtävien tasavertaisena jakamisena osallistujien kesken.

> ”Jokainen sai olla jokaisessa roolissa ja kokeilla. Kaadettiin sitten vielä näitä koivuja. Ja sitten toisenlaisia ymppejä laitettiin siihen koivupinoon. Että siellä sitten ehkä nopeammalla syklillä kasvaa muunlaista sientä, jota voi hyödyntää, kun tällä pakurikäävällä menee hetken aikaa, ennen kuin sitä mahdollisesti tulee. Nyt he sai konkreettisesti sitä siihen koivuun istuttaa. Ja kaikki näki että miten se tapahtuu keinotekoisesti tai ihmisen avustamana. Että he kyllä osasi kysyäkin niitä asioita. Ja onneksi meillä sitten oli siellä se [metsänhoidon] asiantuntija mukana.” — Senna (Paja_Tasa26_K)

Lisäksi ohjaajan nähtiin voivan edistää yhdenvertaisuutta jo ryhmiä muodostaessaan. Seuraavassa esimerkissä Emmi kuvaa, miten monikulttuurinen ryhmä voi itsessään tarjota aiemmin kantasuomalaisissa ryhmissä kiusaamisen vuoksi syrjään jääneille osallistujille kokemuksia yhdenvertaisuudesta ja ryhmään kuulumisesta.

> ”He jää näkymättömäksi siinä kantaväestöryhmässä, mutta he tulee näkyväksi, koska meillä on niin kirjavaa se monikulttuurisen ryhmä. Elikkä kaikki on vierailla vesillä monikulttuurisessa ryhmässä ja tasa-arvoisia, niin hekin pääsee siinä tasa-arvoiseen asemaan.” — Emmi (Paja_Tasa25_K)

Affektiivinen empatia

Monissa työpajoissa ohjaajat tunnistivat affektiivista empatiaa osallistujien välisessä vuorovaikutuksessa. Emmin jatkaa kuvaustaan aiemmin koulukiusatuista osallistujista ja tulkitsee osallistujien välillä ilmaistun myötätunnon auttaneen heitä ylittämään sosiaalisia pidäkkeitään.

> ”Nää on niitä koulukiusaustaustaisia yleensä, joilla voi olla vaikeaa olla siinä, missä on pelkästään suomalaisia. Nyt hän tulee äärimmäisen hyvin maahanmuuttajien kanssa toimeen ja mielellään lähtee näihin [luontotyöpajoihin], missä on maahanmuuttajia. Maahanmuuttajat on niin iloisia ja ne näkee tavallaan kaikki ja ne osoittaa sen. Niin tämä on tavallaan harvinaista näille koulukiusatuille tai jotka on ollu näkymättömiä, ett heidät joku huomioi "aah ihanaa, tulit" ja tervehittään ja kiitetetään. Elikkä ne osoittaa niitä tunteita niin paljon voimakkaammin, niin se tuntuu heistä tosi mukavalta.” — Emmi (Paja_Moni20_A)

Työpajoissa ihmisten kulttuuriset erot saattoivat haastaa osallistujien ajattelutapoja, mikä tuli esiin jo sosiaalityön empatiasta keskusteltaessa. Ohjaajat yhdistivät erityisesti yhdessä toimimisen ja jaetut kokemukset emotionaalisen yhteyden rakentumiseen kulttuurieroista huolimatta. Tällaisen tunneyhteyden muodostumisen nähtiin voivan lisätä myötätuntoa osallistujien välillä, kuten seuraava esimerkki ilmentää.

> ”Ensimmäisenä ajattelee negatiivisesti, mutta kun jaetaan se yhteinen tunnetila, niin tulee semmoisia empaattisia fiiliksiä. Toisten puolesta myös koettiin sitä iloa siitä onnistumisesta.” — Minna (Paja_Moni21_A)

Affektiivinen empatia näyttäytyi myös seuraavassa esimerkissä eläytymisenä toisten onnistumisiin. Siinä ilmenee lisäksi halu kohdata muut osallistujat yksilöinä eikä tietyn ryhmän edustajina.

> ”Se iloitsi hirveenä toisten onnistumisista ja kutsui [osallistujia] nimellä. Hänkin kannustaa siinä mun kanssa.” — Emmi (Paja_Myötä19_A)

5.2 Luonnon rooli

Tässä luvussa tarkastelen ohjaajien vastauksia haastattelun kolmanteen teemaan eli siihen, miten luonnonympäristö tuki suhteen rakentumista luontoon ja toisiin ihmisiin. Tulokset esittelen yleisyyden mukaan aloittaen luokasta, johon sijoittui eniten tekstikatkelmia. Ensimmäisenä tarkastelen luokkaa *luonto psyykkistä turvaa rakentavana ja empaattisen vuorovaikutuksen mahdollistavana tilana*. Sen jälkeen esittelen kuvauksia *luontosuhteen* vahvistumisesta sekä luonnosta *aktivoivana* ja *rauhoittavana* tekijänä. Luontoa kuvattiin mm. ”seinättömäksi luokkahuoneeksi”, joka tukee osallistujien aktiivisuutta.

5.2.1 Luonto ja psyykkinen turva

Puolessa kuvauksista ohjaajat liittivät luonnon turvallisuuden kokemuksiin ja osallistujissa havaitsemiinsa myönteisiin muutoksiin. Kuvausten yhteisenä nimittäjä olivat viittaukset luonnon mahdollistamaan vapautumiseen sekä siihen liittyvään empaattiseen vuorovaikutukseen ja rohkaistumiseen. Ohjaajat kuvasivat, miten luonto auttoi ”riisumaan ihmiset rooleistaan” ja mahdollisti ”syvällisistä asioista” keskustelemisen.

Seuraavassa esimerkissä ohjaaja kuvaa, miten luonnonympäristö auttoi häntä irrottautumaan totutusta ammatillisesta roolistaan, näkemään asiakkaansa uudella tavalla ja edistämään yhteyden ja luottamuksen rakentumista heidän välilleen.

> Rento yhdessä oleminen jää tosi vähälle pakolaistyössä, koska ei vaan ole aikaa. Tämä antaa mahdollisuuden tehä yhdessä ja tutustua aivan erillä lailla asiakkaisiin ja päästä yhteyteen. Luo sit sitä luottamustaki meidän välille, että kun me tunnetaan toisia paremmin. Oon kokenut sen pakolaisohjaajan työtä täydentävänä todella hyvin. Pakolaisohjaajana teen tätä työtä, että me ollaan heidän ongelmissa koko ajan, niin sitten tämä antaa tavallaan sen henkireiän, että meillä on myös muutakin yhteistä kuin ongelmien ratkomista. — Silja (Luonto_Turva28)

Myös seuraavassa kuvauksessa ilmenee, miten jopa virtuaalinen luonto voi auttaa irrottautumaan ongelmakeskeisestä ajattelusta. Minnalla oli ollut yhteisen luontokokemuksen ”keventämä” ohjauskeskustelu asiakkaan kanssa toimistossa. Hän heijasti seinälle livevideokuvaa kotkan pesältä, jossa alkoi yllättäen tapahtua.

> ”Jollainlailla se oli meille semmoinen yhteinen juttu. Tavallaan meidän vaikeasta asiasta, mistä me oltiin puhuttu, se kevensi sitä tilannetta. Aivan muuttui se meidän tunnelma [toimistossa]. Ja se, että se lintuliven luonto tuli virtuaalisten kameroiden kanssa niin vahvasti siihen meidän tykö. Että se oli kyllä molemmille semmoinen, että sen kyllä varmasti molemmat muistetaan koko loppuikä. Että se nähtiin se upea lintu, mikä siinä siinä oli. Hyvin muistan, kuinka ällöttävää se oli kattoa, kun se paloitteli, kun sieltä näky kaikkia suolenpätkiä. Ja sitten kun ei tiedetä, niin arvattiin, että

> mitä löytyy sieltä sen pienen jyrsijän sisuksista. Ei tarvitsee mennä sinne luontoon, vaan sen vahvan luontoelämyksen voi saada myös virtuaalisesti kanssa.” — Minna (Luonto_Turva9)

Luonnon merkitystä rennon ja turvallisen tilan rakentamisessa selitettiin sen kuormittamattomuudella, kuten seuraava esimerkki ilmentää. Olisin voinut tulkita esimerkin myös luontosuhteen kuvaukseksi, mutta sijoitin sen tähän luokkaan, koska siinä ihmisen ja luonnon välistä suhdetta kuvataan ihmisten väliseen vuorovaikutukseen viittaavan metaforan avulla. Tulkitsin metaforan kuvaavan luonnon mahdollistamaa vastavuoroisuutta ihmisen ja luonnon suhteessa.

> ”Luonto on paikkana jo hyvin niinku väljä ja jotenkin semmoisesta ärsykkeistä vapaampana on. Sitten ottaa vastaan ja antaa.” — Senna (Luonto_Turva24)

Empaattisesta kohtaamisesta ja vuorovaikutuksesta on kyse myös seuraavassa esimerkissä. Senna kuvaa, miten yksittäinen luontokappale, tässä tapauksessa koira, voi vahvistaa turvallisuuden tunnetta. Koiran kanssa osallistujan oli helpompi harjoitella suomen kieltä.

> ”Hän oli useammassa työpajassa, niin kyllähän hänelle jotenkin se koira tuli semmoiseksi omaksi henkilökohtaiseksi avustajakseen, että hän osas jo kysyä tuleeko se mukkaan. Ja sitten kun istuttiin nuotiolla, niin huomasin, että hän ehkä vetäytyy syrjään ja juttelee sitte sille koiralle. Jotenkin näkisin, että hänen oloaankin helpotti se, että siellä oli sellainen [luontokappale]. Vaikkakin hänellä oli niinku siskontyttökin siellä mukana, joka hallitsi paremmin sen suomen, että hän ei ite niinkään hyvin. Mutta sitten kun taas kuunteli, että no, että kyllähän niinkin puhu suomea, mutta helpommin sille karvakaverille siinä.” — Senna (Luonto_Turva20)

Kuten aiemmin totesin, ohjaajat liittivät luonnossa toimimisen myös yhdenvertaisuuden ja yhteisöllisyyden kokemuksiin seuraavan esimerkin tapaan.

> ”Kun me lähdetään meille kaikille vieraaseen [luonto]ympäristöön, ja kukaan ei olla vahvalla maaperällä, niin siitä ryhmästä tulee oikein kunnolla ryhmä. Se ei ole enää niinku yksittäisiä ihmisiä siellä sun täällä. Silloin ne ihmiset niinku sosiaalistuu paljon paremmin.” — Minna (Luonto_Turva51)

Useissa kuvauksissa ohjaajat yhdistivät luontotoiminnan osallistujien rohkaistumiseen ja omien rajojen kokeilemiseen. Seuraavissa esimerkissä luontoa verrataan sisätiloihin ja kuvataan ympäristönä, joka tarjoaa mielekästä tekemistä ja vahvistaa turvallisuuden tunnetta, mikä auttaa osallistujia ilmaisemaan ajatuksiaan ja tunteitaan rohkeammin.

> ”Mää sanoisin, että oisiko se [luonto] niinku vapaampi ympäristö. Mä näen sisäympäristössä, että ihmiset on enempi jäykempiä myös ehkä siihen tunteiden näyttämiseenki. Että se on helpompaa siellä ehkä niinku heittäytyä. Mä sanoisin, et se [luonnon] tilatuntu on jotenkin turvallisempi. Tilaa on enemmän jotenkin ympärillä, että ne ihmiset voi jotenkin ottaa paremmin itselleen semmoisen mieleisen turvallisen paikan. Mun mielestä luontevampaa myös se toimiminen siellä luonnossa, koska siellä on tavallaan jotenkin aitoa tekemistä.” — Emmi (Luonto_Turva50)

5.2.2 Luontosuhteen rakentaminen

Seuraavaksi eniten ohjaajat liittivät luonnon asiakkaan luontosuhteen kehittymiseen ja näkivät ohjaustyöllä olevan siinä tärkeä tehtävä. Ohjaajien tehtävänä oli vahvistaa osallistujien luonto-osaamista sekä tukea heidän luontosuhteensa syvenemistä uudessa asuinmaassa erilaisten luontoaktiviteettien avulla. Seuraavassa esimerkissä Rauni kuvaa, miten hän välitti maahanmuuttajille tietoa suomalaisesta metsäluonnosta samalla, kun luontoaskartelua varten kerättiin käpyjä.

> ”Yritin kertoa metsässä, että tää on mänty ja tästä tulee tämän tämännäköisiä käpyjä. Näitä keräämme. Ja sitten tää on kuusi ja tästä tulee tännäköisiä käpyjä - vähän sitä luontotietoakin. Ja sitten yritin, että kertoa, minkälainen on hyvä käpy, että sehän oli supussa ja että kun nää kuivaa, niin nää sitten aukeaa”. — Rauni (Luonto_Suhde16)

Työpajoissa osallistujat pääsivät rakentamaan luontosuhdettaan myös luontoon liittyvien aistihavaintojen ja luonnon tutkimisen kautta. Seuraavassa esimerkissä Silja kuvaa, mitä empatia luontoa kohtaan voi tarkoittaa. Siinä empatia ilmenee aistihavaintojen herättämänä eläytymisenä luontoon.

> ”Kuuntelu, haistelu, koskeminen eri kasveihin ainakin minun näkemyksen mukaan olisi niinku empatiaa luontoa kohtaan.” — Silja (Luonto_Suhde25)

Seuraavassa esimerkissä ohjaaja yhdisti luontointervention osallistujan toimijuuden vahvistumiseen suhteessa luontoon. Puuntaimien istuttaminen herätti osallistujan pohtimaan ihmisen roolia ja omaa vastuutaan luonnon hyvinvoinnista.

> ”Yksi osallistuja sanoi, että nyt hän on osallistunut niinku luonnon kiertokulkuun, että hän on päässyt näkemään tämän, ja on niinku merkityksellisen asian tehnyt, kun hän on istuttanu vaikka sen yhen taimen.” — Senna (Luonto_Suhde22)

Seuraavissa esimerkissä Senna kuvaa edelleen havaintojaan siitä, miten luontoyhteys voi kehittyä vastuunotoksi sekä omasta että luonnon hyvinvoinnista. Hänen kuvauksessaan koronarajoitusten seurauksena työttömiksi jääneiden maahanmuuttajien luontosuhde vahvistui luontointerventioissa. Senna arvioi interventioiden myös lisänneen osallistujien ymmärrystä suomalaisesta luonnonhoidosta ja uskoi heidän hyödyntävän uutta tietoa, kun he palaavat työskentelemään matkaoppaina.

> ”Kun he palaa takaisin sinne työhönsä, niin sitten jotenkin se välittyy, että miten me kohdellaan luontoa ja kuinka se meille merkitsee ja miksi ne jokamiehenoikeuet on olemassa. Että se luonnon kunnioitus uskon, että välittyy myös heihin. Mutta heidän kautta taas sitten heidän matkailijoille. Että ihan eri tarttumapinta kuin sitten ehkä kenties ilman näitä työpajoja.” — Senna (Luonto_Suhde23)

Ympäristöongelma- ja vastuullisuusaiheiden nähtiin voivan myös lisätä erityisesti nuorten osallistujien ahdistuneisuutta. Seuraavassa esimerkissä Minna pohtii tätä haastetta oman ohjaustyönsä näkökulmasta.

> ”Lähdetään siivoamaan mereen heitettyjä roskia. Aika paljon kerääntyy tuonne rannalle. Että sieltä crocs-kengistä lähtien löytyy tavaraa. Mä ajattelin, että se vois olla semmonen niinku hyvä lähtö siihen, että näkee, ett nyt mä olen siivonnut tän, ja tämä näyttää paljon paremmalta. Se on vähän sitä, että kun siivoat, niin voit samalla siivota vähän omaa mieltäkin siinä samalla. Ihmiset kuitenkin tosi paljon tiedostaa ja sitten uutisista bongaa aivan satavarmasti ennemmin ne negatiiviset uutiset kuin ne positiiviset uutiset. Se negatiivinen tieto mun asiakaskuntaa kuormittaa. Ett sitä on vaikea sitten alleviivata, vaikka onhan me saatu hyviä juttuja aikaiseksi. Että maailmanlaajuisesti [ympäristöongelmat], mikä nyt on pahaa, on siis pahaa, mutta on täällä monta muuta juttua mennyt hyvin eteenpäin. Ja sitten [asiakkaat] haluavat tehdä muutoksen omassa käyttäytymisessä. Sitten monelle se, että itse pystyy vaikuttamaan niihin asioihin, niin on tosi tärkeää. Joten minun ei tarvitsekaan heittää tätä muoviroskaa tonne maahan. Mä voin laittaa sen roskiin. Aika hyvin täällä onkin roskiksia.” — Minna (Luonto_Suhde13)

5.2.3 Luonto aktivoijana

Luonto mainittiin selvästi harvemmin osallistujien toiminnallisuuden yhteydessä kuin empaattisten kohtaamisten mahdollistajana tai luontosuhteen rakentumisen kuvauksissa. Monet tähän luokkaan sijoitetut tekstikatkelmat olisi voitu sijoittaa myös muihin luokkiin, sillä niissä kuvattiin toiminnallisuuden lisäksi osallistujien rauhoittumista tai muita luonnon merkityksiä. Ensimmäisessä esimerkissä Raili kuvaa luontoa monipuolisena toimintaympäristönä, joka mahdollistaa erilaisia tapoja olla aktiivinen.

> ”Pystyy sen ihan itse huomata, että mitä kaikkea se luonto voi meille tarjota. Että meillä on kuitenkin vain mielikuvitus rajana, että mitä kaikkea pystyy tehdä ja toteuttaa tuolla luonnossa.” — Raili (Luonto_Aktiivi17)

Seuraavassa esimerkissä Emmi pohtii lumikenkäretken vaikutuksia asiakkaaseensa. Hän arvioi, että ilman ystäväänsä luontoaktiviteettiin osallistunut asiakas rohkaistui toimimaan aiempaa itsenäisemmin. Aiemmin asiakas oli ollut passiivisempi ja tukeutunut toiminnassaan aina ystäväänsä. Nyt hän sai kokea iloa itsensä ylittämisestä, minkä Emmi arveli vahvistavan asiakkaan luottamusta omiin kykyihin.

> ”Hän lähti yksin sinne lumikenkä lumikenkäretkelle, ja se oli hänen kohokohta sillä retkellä. Kantaako tää kokemus myös siihen, ett hän uskaltaa tulla myös yksin kouluun. Hän oli nyt yksin muun ryhmän kanssa ilman sitä tukipilaria. Hän on kulkenut siis puoli vuotta sen tukipilarin kanssa, että se oli semmoinen iso onnistuminen. Hänelle se oli positiivinen kokemus, vaikka se kauhistutti, että se tukipilari ei päässyt sinne. Mutta usko itseensä kasvoi.” — Emmi (Luonto_Aktiivi49)

Minna nosti esiin, että myös kielteisinä koetut luontoaktiviteetit voivat tukea aktiivisuutta ja toimijuutta tarjoamalla selviytymisen kokemuksia, jotka voivat vahvistaa osallistujien itseluottamusta ja sitkeyttä.

> ”Minä olen ajatellut aina, että se epäonnistunut reissu on hyvä reissu, koska juuri siitä tulee se, että me kärsittiin yhdessä. Kumman syystä ihminen muistaa sen selviytymisensä, että minä selvisin sieltä [luonnosta] ja että asioiden eteen tulee nähdä vähän vaivaa.” — Minna (Luonto_ Aktiivi1)

Minnan toisessa kuvauksessa asiakas halusi osallistua luontotyöpajoihin myös omalla vapaa-ajallaan, mikä viittaa siihen, että hän koki luontoaktiviteetit itselleen merkityksellisiksi ja motivoiviksi.

> ”Et vaikka hänellä ei ollut sitä kuntouttavaa päivää, niin hän halusi tulla sitten kuitenkin sinne.” — Minna (Luonto_Aktiivi34)

5.2.4 Luonto rauhoittajana

Vapautumista kuvaavat tekstikatkelmat sijoitin turvallista tilaa ja empaattisia kohtaamisia kuvaavaan luokkaan, koska tulkitsin vapautumisen liittyvän pikemminkin turvalliseen tilaan ja empaattiseen vuorovaikutukseen kuin rauhoittumiseen. Luonnon rauhoittavia vaikutuksia kuvaavaan luokkaan sijoitin vain tekstikatkelmat, joissa kuvattiin selvästi osallistujien rauhoittumista tai rentoutumista luonnossa, kuten seuraavassa esimerkissä. Osin tämän luokitteluperusteen vuoksi luonnon rauhoittavia vaikutuksia kuvaavia tekstikatkelmia oli aineistossa vähiten.

> ”Ihmiset, joilla on mielenterveyden kanssa haasteita, niin sitten se, että se luonto on semmoinen rauhoittava elementti.” — Minna (Luonto_Rauha31)

Emmi puolestaan kertoi ilokseen havainneensa luonnon rauhoittaneen nopeatempoista asiakastaan. Hänen mukaansa vuorovaikutus hevosen kanssa auttoi asiakasta pysähtymään ja keskittymään hetkeen.

> ”Hän on hyvin nopearytminen ihmisenä, mutta hänelle opetettiin se, että miten eläintä kohdataan. Niin sanoinkin hänen opettajalle, että mä en ole koskaan häntä nähnyt miten hän oli siinä hetkessä levollinen ja rauhallinen. Miten se eläin rauhoitti tiäkkö sitä ja se nautti niin siitä hetkestä. Kun näitä näkee ja havainnoi, niin mullahan menee tosiaan se ilta sitten siinä, kun mä kelaan mitä vaan oon nähny. On tosi ihana nähdä, mitä ihmisille tapahtuu.” — Emmi (Luonto_Rauha40)

Sirja puolestaan tulkitsi tavallisesti puheliaiden osallistujien hiljentymisen merkiksi rauhoittumisesta.

> Heillähän [pakolaisilla] se puhuminen on jatkuvaa normaalioloissa, enemmän ko suomalaisilla, niin pikemminkin luonto on saattanut tehä sitä, et ne on siellä hiljentynyt. — Sirja (Luonto_Rauha41)

5.3 Empatia käsikirjassa

5.3.1 Painopisteet

Seuraavaksi tarkastelen sitä, miten ohjaajien näkemykset empatiasta ja luonnosta ovat välittyneet palvelumuotoilun tuloksena syntyneeseen käsikirjaan (liite 2). Näiden tulosten jälkeen esittelen ohjaajien kokemuksia ja näkemyksiä itse palvelumuotoiluprosessista.

Tunnistin käsikirjasta yhteensä 91 empatiaan viittaavaa kohtaa (Taulukko 6). *Empaattiseen ennakointiin* liittyvissä ohjeissa korostuivat osallistujien tarpeiden ja toimintakyvyn tunnistaminen (15) sekä kulttuuritaustan ymmärtäminen (13). *Ohjauksen aikana ilmeneviä prosesseja* koskevissa kuvauksissa korostui kokemusten jakaminen (16) ja *pidemmän aikavälin muutoksia* koskevissa kuvauksissa toimijuuden vahvistuminen (12). Nämä painotukset vastasivat haastatteluaineiston tuloksia.

Sen sijaan omien rajojen testaamista ja ylittämistä käsiteltiin käsikirjassa vain muutamassa kohdassa (3), vaikka ne korostuivat haastatteluaineistossa. Myös yhdenvertaisuuteen (3) ja luottamukseen (2) viittaavia kohtia oli vähän. Käsikirjan teksteistä ei löytynyt suoria viitteitä ohjaustyössä tarvittavaan myötätuntoon tai kykyyn arvioida tilanteita osallistujien näkökulmasta, vaikka ohjaajat toivat nämä empatian muodot haastatteluissa esiin useaan otteeseen. Sen sijaan turvallisuuden vahvistamiseen tähtäävät ohjeet (11) korostuivat käsikirjassa haastatteluaineistoon verrattuna.

Tunnistin käsikirjasta yhteensä 59 luonnon rooliin luontotyöpajoissa viittaavaa tekstikohtaa (Taulukko 7). Yli puolet niistä käsitteli luontosuhteen tukemista (33). Loput kuvaukset liittyivät luonnon yleisiin hyvinvointivaikutuksiin (15) sekä luontoon työpajan fyysisenä tilana tai paikkana (11). Dynaamisen luontoterveysmallin mukaisia kuvauksia tunnistin vain kaksi: toinen liittyi luonnossa rauhoittumiseen ja toinen osallistujien aktivoitumiseen. Sen sijaan käsikirjassa ei suoraan kuvattu luontoa psyykkistä turvallisuutta rakentavana tai empaattisia kohtaamisia mahdollistavana ympäristönä.

Taulukko 6. Empatiaan yhdistettävät lauseet ja virkkeet käsikirjassa

	Johdanto	Luonto-retki	Etäluonto	Laatikko-viljely	Maatila	Suur-ryhmät	Yhteiskehit-täminen	Kuvaukset yht.
Tarpeet & kyvyt	**9**	**2**	**0**	**1**	**2**	**0**	**1**	**15**
Kulttuuri	**3**	**1**	**1**	**1**	**5**	**1**	**1**	**13**
Myötätunto	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
Tilanne	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
Ohjausrooli	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**3**	**7**
Turvallisuus	**2**	**5**	**0**	**0**	**4**	**0**	**0**	**11**
Luottamus	**1**	**0**	**0**	**0**	**1**	**0**	**0**	**2**
Jakaminen	**3**	**4**	**2**	**1**	**3**	**0**	**3**	**16**
Rajat	**0**	**0**	**0**	**0**	**3**	**0**	**0**	**3**
Vastuu	**3**	**1**	**3**	**1**	**1**	**0**	**0**	**9**
Toimijuus	**3**	**2**	**1**	**3**	**1**	**1**	**1**	**12**
Vertaisuus	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**0**	**0**	**3**
Yht.	**25**	**16**	**8**	**8**	**22**	**3**	**9**	**91**

Taulukko 7. Luonnon rooliin yhdistettävät lauseet ja virkkeet käsikirjassa

	Johdanto	Luonto-retki	Etä-luonto	Laatikko-viljely	Maatila	Suur-ryhmät	Yhteis-kehit-täm.	Kuvaukset yht.
Luontosuhde	**12**	**4**	**3**	**8**	**4**	**1**	**1**	**33**
Hyvinvointi	**6**	**7**	**0**	**1**	**0**	**0**	**1**	**15**
Tila / paikka	**2**	**0**	**0**	**2**	**3**	**4**	**0**	**11**
Kuvaukset yht.	**20**	**11**	**3**	**11**	**7**	**5**	**2**	**59**

5.3.2 Empatia kuvauksissa

Käsikirjassa on paljon viittauksia asiakkaiden tarpeiden, toimintakyvyn ja kulttuurin huomioimiseen, jotka haastatteluaineistossa luokittelin *empaattiseksi ennakoinniksi*. Esimerkiksi johdannossa, luontotyöpajojen toteuttamistapoja esiteltäessä, emännöidyn suurryhmätoiminnan tavoitteeksi määritellään osallistujien tarpeiden ja toimintakyvyn ymmärtäminen (kuva 5). Toteuttamistavan tarkemmassa kuvauksessa ei kuitenkaan kerrota, miten tämä käytännössä toteutuu.

Lisäksi tarpeiden ja toimintakyvyn ymmärtämiseen viitataan johdannossa useaan otteeseen toiminnan eri vaiheita kuvattaessa. Esimerkiksi *Tunne ryhmäsi* -vaiheessa käsikirjan käyttäjää kehotetaan huomioimaan osallistujien toimintakyky ja vahvuudet. *Suunnittele, toteuta ja arvioi* -vaiheessa häntä puolestaan kannustetaan pohtimaan esteettömyyden toteutumista ja huolehtimaan päivän erityisruokavaliosta.



Kuva 5. Käsikirjassa esiteltyjä tapoja toteuttaa luontotyöpajoja

Kulttuuritaustan ymmärtäminen ja huomioiminen tulee esiin erityisesti maatila- ja ruokateemoissa. Ennen maatilavierailua järjestäjiä kannustetaan käymään monikulttuurisen ryhmän kanssa läpi maatilaan liittyvää sanastoa, esimerkiksi tutustumalla tilan eläimiin ja niiden nimiin, ja kertaamalla sitä vierailun aikana.

Ruoan jatkojalostukseen tutustumista suunniteltaessa järjestäjiä kehotetaan pohtimaan tulkin tai omakielisen avustajan tarvetta. Jos ryhmä tutustuu ruoan valmistukseen luonnossa, käsikirja ohjaa selvittämään etukäteen, haluaisivatko osallistujat valmistaa oman kulttuurikeittiönsä ruokia. Toiminnan aikana järjestäjiä kannustetaan pyytämään osallistujia jakamaan omia kokemuksiaan esimerkiksi siitä, mitä he valmistaisivat samoista raaka-aineista ja miten vastaavaa ruokaa valmistetaan, tarjoillaan tai syödään heidän lähtömaissaan.

Toimijuuteen, eli osallistujien rooliin ja vaikutusmahdollisuuksiin, viitataan kaikissa käsikirjan luvuissa. Esimerkiksi laatikkoviljelyn tavoitteissa mainitaan asiakkaan vahvuuksien ja itseluottamuksen tukeminen, ja työpajan toteutuksessa korostetaan tärkeyttä huomioida, että jokaisen osallistujan tulisi saada onnistumisen kokemuksia konkreettisen tekemisen kautta. Jo johdannossa toimijuuden vahvistaminen nostetaan luontotyöpajojen tärkeäksi tavoitteeksi. Myöhemmin tavoitetta konkretisoidaan ohjaamalla järjestäjiä pohtimaan, miten osallistujat voivat vaikuttaa työpajan toimintaan ja osallistua sen toteuttamiseen. Toimijuus korostuu erityisesti viherryhmissä, joissa osallistujien vastuu kasvaa ja heistä voi kehittyä vertaisohjaajia. Viherryhmät ovat yksi johdannossa esitellyistä viidestä luontotyöpajojen toteuttamistavasta (kuva 5).

Myös jakamiseen viitataan lähes kaikissa käsikirjan luvuissa. Esimerkiksi luontoretkien valmisteluissa järjestäjiä kannustetaan paitsi ottamaan asiakkaat mukaan retken suunnitteluun, valmisteluu ja toteutukseen myös jakamaan kokemuksiaan. Retken päätteeksi järjestäjiä ohjataan keräämään palautetta työpajasta lomakkeella tai keskustellen sekä keskustelemaan osallistujien aiemmista luontokokemuksista.

Käsikirjassa kuvataan myös keinoja lisätä osallistujien turvallisuutta niin luontoretkillä kuin maatilavierailuillakin. Ohjaajia kehotetaan esimerkiksi käymään etukäteen läpi luontoretkeen liittyviä vaaroja sekä keinoja riskien hallitsemiseksi ja hätätilanteisiin varautumiseksi. Lisäksi osallistujien kanssa suositellaan harjoittelemaan Maastokartta- ja Geocaching-sovellusten käyttöä sekä erätaitoja, kuten kiehisten vuolemista ja nuotion sytyttämistä.

Käsikirjassa lopussa kannustetaan reflektoimaan toimintaa ja annettaan esimerkkejä siitä, miten ohjaaja voi arvioida intervention sujumista palauttamalla mieleen onnistuneina ja merkityksellisinä pitämiään hetkiä ja pohtimalla kulttuurien kohtaamisen toteutumista niissä. Sen jälkeen omia kokemuksia pyydetään vertaamaan osallistujien merkityksellisinä pitämiin hetkiin. Näitä havaintoja kehotetaan hyödyntämään seuraavia interventioita suunniteltaessa.

5.3.3 Luonto kuvauksissa

Käsikirjassa luonnon tärkein rooli liittyy luontosuhteen rakentamiseen. Tätä teemaa käsitellään eniten työpajojen tavoitteissa, joita esitellään erityisesti johdannossa. Johdannossa luontosuhdetta kuvataan muuttuvaksi sekä aikaan ja paikkaan sidotuksi suhteeksi, joka rakentuu vuorovaikutuksessa muiden ihmisten ja luonnon kanssa. Lisäksi tavoitteena on syventää osallistujien luontosuhdetta siten, että ”luonnosta voi tulla osa yhteisöä tai kumppani, johon tutustumiseen halutaan varata aikaa ja sitä kohdellaan arvostavasti – kuin se olisi yksi ryhmässä saatu ystävä”. Tämä kuvaus ilmentää empatian rakentumista luontoa kohtaan tai vähintään luonnon hyvinvoinnista kannettavan vastuun vahvistumista.

Luontosuhteen rakentamiseen liittyy käsikirjassa myös luonnon vuorovaikutussuhteiden havainnointi. Esimerkiksi laatikkoviljelyn kuvauksissa tuodaan esiin viljelyn onnistumiselle tärkeät kumppanuus- ja houkutuskasvit. Lisäksi työpajaohjeissa kannustetaan osana luontosuhteen rakentamista havainnoimaan ja dokumentoimaan viljelyn etenemistä valokuvaamalla tai videoimalla, jolloin kasvien kasvuprosessi tulee osallistujille näkyväksi.

Luonnon hyvinvointivaikutuksiin viitataan eniten johdannossa sekä luontoretkien kuvauksissa. Johdannossa kannustetaan pohtimaan, miten voidaan lisätä osallistujien tietoisuutta luonnon

hyvinvointi- ja terveyshyödyistä. Osallistujien hyvinvointitavoitteisiin viitataan rentouttavia luontoretkiä koskevissa ohjeissa. Hyvinvointia tukeviksi harjoituksiksi ehdotetaan tunteiden ja olotilan tunnistamista ja sanoittamista muutamien adjektiivien avulla sekä aistien tietoista käyttämistä luonnon havainnoinnissa. Aistiharjoituksessa jokainen hakee itselleen mieluisan paikan ja asennon sekä pysähtyy rauhassa havainnoimaan ympäröivää maisemaa, kuuntelemaan luonnon ääniä ja tunnustelemaan käsien ulottuvilla olevaa luontoa.

Käsikirjan kohta, jossa todetaan, että monikulttuuriset luontoryhmät ja yhteinen luonto tuovat luonnon hyvinvointi- ja terveysvaikutukset kaikkien osallistujien ulottuville, voidaan tulkita yhdenvertaisuutta tukevaksi. Osallistujien yhdenvertaiset mahdollisuudet hyödyntää luontoa tulevat esiin myös fyysistä ympäristöä koskevassa ohjeessa. Syksyllä järjestettävissä emännöidyissä suurryhmissä ohjaajia kehotetaan valitsemaan retkeilykohde, jossa osallistujilla on mahdollisuus valita eripituisista kävelyreiteistä: esteettömästä 800 metrin reitistä sekä pidemmistä 2 ja 7 kilometrin reiteistä. Luontoon fyysisenä tilana viitataan emännöityjen suurryhmien lisäksi myös maatila- ja viljelytyöpajoissa.

5.3.4 Palaute palvelumuotoilusta

Tähän osioon olen koonnut ohjaajien ajatuksia yhteiskehittämisestä ja palvelumuotoiluprosessista sekä siitä, miten käsikirjan nähtiin edistävän empatiaa luontotyöpajoissa.

Ohjaajien kokemukset hankkeen kehittämispäivistä olivat pääosin myönteisiä. Yhteiskehittämisen parhaana antina mainittiin uudet ideat, kollegoilta saatu tuki ja toisilta oppiminen, kuten seuraava esimerkki ilmentää.

> ”Oppia toinen toisiltaan ja surutta voi sitte parantaa mitä toinen on tehnyt. Niin sitten saman tien voi ottaa käyttöön. Ja siinä samassa tilanteessa tai myöhemmin kysyä, että miten te toteutitte tämän tai miks te toteutitte ja mitä niistä oli sitten kokemuksia.” — Senja

Pyytäessäni ohjaajilta palautetta erityisesti palvelumuotoilusta yksi ohjaajista nosti esiin visuaaliset työskentelytavat, jotka hän koki mielekkäiksi. Toinen puolestaan kiinnitti huomiota palvelumuotoiluprosessin etenemiseen. Hänen mukaansa prosessia hidasti se, että ulkopuolinen fasilitaattori piti ensin perehdyttää monikulttuuriseen luontotoimintaan, minkä seurauksena käsikirjan tuottamiseen ja viimeistelyyn ei jäänyt riittävästi aikaa.

Käsikirjan keskeneräisyys nousi esiin useiden ohjaajien arvioissa. Osa ohjaajista koki, ettei käsikirja palvellut heidän tarpeitaan parhaalla mahdollisella tavalla. Senja kuitenkin piti työpajojen

selkeää vaiheistusta käsikirjan vahvuutena erityisesti kokemattomampien järjestäjien näkökulmasta.

> ”Että kyllä ainakin osa toiminnoista on niin pieniin palasiin palasteltu, että sitä seuraamalla ei kyllä kauhean harhaan voi enää eksyäkkään. Tai halutessaan voi, mutta että ite ainakin uskaltaisin jo kokeilla, vaikka ei ehkä ois niin kokemusta.” — Senja

Emmi piti suunnitteluvaiheen korostumista tarpeellisena. Erityisesti osallistujien valmistelun hän näki empatian kannalta ratkaisevana vaiheena, jonka näkyminen käsikirjassa lisäsi sen tarpeellisuutta. Vaikka Emmin mukaan empatia oli käsikirjasta tunnistettavissa, sen merkitys ei välittynyt yhtä vahvasti kuin käytännön ohjaustyössä.

> ”Mun mielestä näissä on niin äärimmäisen tärkeätä just se suunnittelu ja erityisesti se asiakkaiden valmistelu, mihin ne on menossa, minkälainen paikka, esimerkiksi videon avulla. Jos tää vaihe unohtuu, ei empatialla enää oo merkitystä, jos se on hukattu sitä ennen.” — Emmi

Senjan mukaan empatiaa luontoa kohtaan olisi voitu avata ja sanoittaa käsikirjassa nykyistä enemmän. Samoin olisi voitu tuoda selvemmin esiin, että jo pelkkä luonnossa oleminen voi olla merkityksellistä eikä luontotoiminnan tarvitse aina painottua tekemiseen.

> ”Empatia luontoa tai toisia kohtaan sen luonnon kautta [tarkoittaa], että tänne [luontoon] ei nyt jätetä sitten mitään. Että tämä jää sellaiseksi paikaksi, kun olemme tähän tulleet, niin samannäköiseksi.” — Senja

Myös Raili kaipasi käsikirjaan selkeämpää empatian käsittelyä, erityisesti siitä näkökulmasta, miten työpajat voisivat edistää osallistujien empatiaa eri kulttuuritaustoista tulevia ihmisiä kohtaan. Hänen mukaansa tästä olisi mahdollista saada arvokasta tietoa palautekeskustelun avulla. Käsikirjassa annetaan vinkkejä palautekeskustelujen toteuttamiseen ja kannustetaan ohjaajia pohtimaan yhdessä osallistujien kanssa, mitkä tekijät vaikuttivat onnistuneisiin hetkiin, kuten ympäristö, ohjaus, omat tavoitteet, ryhmän tavoitteet, uudet tuttavuudet tai mielekäs tekeminen. Raili kuitenkin toivoi palautekeskusteluihin täsmällisempiä kysymyksiä, joiden avulla empatian kehittymistä voitaisiin tehdä näkyvämmäksi.

> ”Ettei kerää vaan jonkunlaista palautetta, vaan että jos sä nimenomaan haluat tietää, että onko se lisännyt osallistujissa vaikka empatiaa toista kulttuuria kohtaan, niin täytyy osata sitten muotoilla ne kysymykset vaikka, että muuttuko sinulla joku jokin käsitys [muista ihmisistä] tai haluatko kertoa jotain tästä ryhmästä, mitä jäi mieleen tästä ryhmästä.” — Raili

6 Pohdinta

6.1 Tulosten yhteenveto

Tässä tutkimuksessa haastattelin viittä sosiaaliohjaajaa ja -kasvattajaa, jotka järjestivät monikulttuurisille ryhmille erilaista luontotoimintaa. Tutkimuksessa tarkastelin empatian ilmenemistä luontotoiminnassa, luonnon merkitystä kulttuurisensitiiviselle vuorovaikutukselle sekä näiden sisältöjen välittymistä palvelumuotoilun tuloksena syntyneeseen käsikirjaan.

Tulokset viittaavat siihen, että affektiivinen empatia täydentää ohjaustyössä painottuvaa kognitiivista empatiaa. Yhdessä ne rakentavat perustaa empaattiselle ennakoinnille, jossa ohjaaja pyrkii ymmärtämään osallistujien erilaisia kulttuurisia taustoja, elämäntilanteita, toimintakykyä ja luontosuhteita. Havainto tukee laajemmin käsitystä empatiasta sosiaalityön tärkeänä ammatillisena taitona (Eriksson & Englander, 2017).

Empatia ei kuitenkaan näyttäytynyt vain ohjaajan ammatillisena taitona, vaan myös osallistujien välisessä vuorovaikutuksessa muotoutuvana prosessina. Ohjaajien kuvausten perusteella empatian piirteitä esiintyi osallistujien keskinäisissä kohtaamisissa erityisesti tilanteissa, joissa toimittiin yhteisen tavoitteen eteen, jaettiin kokemuksia ja kulttuurista tietoa sekä peilattiin muden kokemuksia omiin. Tämä tukee ajatusta siitä, että monikulttuuriset luontotyöpajat voivat luoda edellytyksiä kaksisuuntaiselle kotoutumiselle, jossa maahanmuuttajat ja kantaväestö oppivat toisiltaan ja jossa molempien osapuolten käsitykset ja toimintatavat voivat muuttua (Klarenbeek, 2021).

Ohjaajien kuvauksissa luonto yhdistyi dynaamisen luontoterveysmallin mukaisesti (Yli-Viikari & Honkasalo, 2026) osallistujissa tapahtuviin muutoksiin: rauhoittumiseen, omien rajojen kokeilemiseen ja toimijuuteen sekä vapautuneempaan vuorovaikutukseen ja toisten näkökulmien huomioon ottamiseen ja auttamiseen. Luonto näyttäytyi siten luontointerventioissa fyysisen toimintaympäristön lisäksi psyykkistä turvaa tarjoavana ja vuorovaikutuksen olosuhteita muovaavana ympäristönä.

Konkreettinen luontotoiminta näkyi käsikirjassa hyvin, ja siinä oli myös empatiaa kuvaavia sisältöjä, kuten jakamiseen ja rajojen kokeilemiseen liittyviä ohjeita. Nämä teemat nousivat esiin sekä empatian että luonnon merkityksen yhteydessä. Kuitenkaan kaikki haastatteluaineistossa tunnistetut empatian ulottuvuudet eivät välittyneet käsikirjaan. Tällaisia olivat luontointerventioiden herättämät keholliset, aistilliset ja syvää luontoyhteyttä kuvaavat kokemukset.

Tämä havainnollistaa yhtä luontointerventioiden palvelumuotoilun haastetta. Empatiaa on vaikea käsitteellistää, tehdä näkyväksi ja muuntaa kirjallisiksi palveluratkaisuiksi (Surma-Aho & Hölttä-Otto, 2022). Kognitiivisen perspektiivinoton lisäksi empatiaan sisältyy kehollista, tunneperäistä ja ammatillisessa vuorovaikutuksessa rakentuvaa hiljaista kokemuksellista tietoa, jota voi olla vaikea sanoittaa ja yleistää käytännön ohjeiksi (van Rhyn ym., 2021).

6.2 Adaptiivinen empatia osana ohjausosaamista

Ensimmäisen tutkimuskysymyksen tulokset viittaavat siihen, että monikulttuuristen ryhmien luontointerventioissa empatia näyttäytyy sekä ohjaajan ammatillisena valmiutena että vuorovaikutuksessa rakentuvana prosessina, jota ohjastyöllä voidaan tukea. Ohjaajien näkemykset empatian roolista ohjaustyössä ovat samansuuntaisia Erikssonin ja Englanderin (2017) näkemyksen kanssa. Erikssonin ja Englanderin mukaan empatia toimii sosiaalityössä asiakkaan ymmärtämisen ja auttamisen välineenä ja rakentuu myös asiakkaan kokemuksen välittömässä havaitsemisessa kasvokkaisen vuorovaikutuksen aikana. Ohjaajien havainnot tukevat lisäksi Gerdesin ym. (2010) käsitystä empatiasta moniulotteisena prosessina, joka edellyttää affektiivisen reagoinnin lisäksi perspektiivinottoa, itsen ja toisen erillisyyden tunnistamista sekä omien tunteiden säätelyä. Olennaista on, miten kognitiivinen ja affektiivinen empatia yhdistyvät tilanteeseen sopivaksi toiminnaksi.

Ohjaustyötä voidaan tulkita adaptiivisen empatian käsitteen avulla. Shamay-Tsooryn ja Hertzin (2022, s. 1008–1012) mukaan se tarkoittaa palautteeseen perustuvaa prosessia, jossa muodostetaan käsitys toisen ajatuksista, aikomuksista ja tunnetilasta, valitaan tämän perusteella tilanteeseen sopiva empaattinen reaktio ja mukautetaan sitä saadun palautteen perusteella. Toista voidaan samalla tukea interpersoonallisen tunnesäätelyn avulla. Kulttuurisensitiivisyys täydentää tätä prosessia siten, että empaattista reaktiota valitessaan ohjaajan tiedostaa, että empatiaa voidaan ilmaista ja tulkita eri tavoin eri kulttuureissa (Yaghoubi Jami ym., 2024).

Myös luontointerventioiden kuvauksissa oli tunnistettavissa adaptiivisesti etenevän empatiaprosessin piirteitä. Ennen luontotoiminnan alkamista ohjaajat pyrkivät tunnistamaan osallistujien tarpeita, tunnetiloja ja kyvykkyyksiä. Näiden tietojen perusteella he suunnittelivat luontotoiminnan sisältöjä, ryhmän yhteistyötä ja ympäristön resurssien hyödyntämistä sekä tarvittavan tuen määrää ja laatua. Yhtenä tärkeänä tavoitteena oli vahvistaa osallistujien tunnetta siitä, että luonnossa oli turvallista olla yhdessä muiden kanssa ja että muihin saattoi luottaa. Toiminnan aikana ohjaajat seurasivat ryhmän, luonnon ja toiminnan vaikutuksia osallistujin ja mukauttivat tiedon,

ymmärryksen ja omien tuntemusten perusteella tuen tapaa ja määrää. Kun osallistujien valmiudet vahvistuivat, ohjaajat saattoivat vähentää tukea ja siirtyä asteittain taka-alalle. Näin riippuvuus ohjauksesta väheni ja vastuu toiminnasta siirtyi vähitellen osallistujille tarkoituksena vahvistaa heidän toimijuuttaan.

Empaattisessa ennakoinnissa ohjaajat viittasivat sekä kognitiivisiin että affektiivisiin empatiataitoihinsa. Kognitiivinen empatia auttoi ohjaajaa ymmärtämään asiakkaiden yksilöllisiä tarpeita, elämäntilanteita, toimintakykyä ja kulttuuritaustoja sekä tarkastelemaan tilanteita heidän näkökulmistaan. Affektiivinen empatia puolestaan ilmeni myötäelämisenä ja myötätuntona esimerkiksi ohjaajan käsitellessä asiakkaan pelkoja ja epävarmuutta. Samalla ohjaajan tuli säädellä omaa tunneperäistä eläytymistään, jotta hän pystyi huomioimaan erilaisia kulttuurisia tulkintoja ja luontosuhteita sekä säilyttämään ammatillisen toimintakykynsä. Tällä tavoin adaptiiviseen empatiaan perustuva ohjaus luontointerventioissa voidaan tulkita kulttuurisensitiiviseksi prosessiksi, joka voi tukea toimijuutta ja osallisuutta.

Kozakevich Arbel ym. (2024) osoittivat, että empaattisen reaktion valintaan vaikuttavat tuettavan henkilön identiteetti, tuentarpeen taustalla olevat syyt sekä tunnetila. Tässä haastattelututkimuksessa osallistujien tunnetilat tai niiden taustalla olevat syyt eivät olleet varsinaisena tutkimuskohteena. Ohjaajat kuitenkin kuvasivat usein osallistujissa havaitsemiaan tunnetiloja, kuten ahdistusta, ja esittivät tulkintoja niiden mahdollisista syistä. Tunnetilat saattoivat liittyä esimerkiksi luontoaktiviteettiin, ryhmässä toimimiseen, luontoympäristöön tai aikaisempiin luontokokemuksiin. Tämä korostaa tarvetta ymmärtää osallistujassa havaitun tunnereaktion taustalla olevia tekijöitä sen sijaan, että vastattaisiin pelkästään itse tunnereaktioon. Tässä adaptiivinen empatia kytkeytyy jälleen kulttuurisensitiiviseen empatiaan. Kulttuurisensitiivisesti toimiva ohjaaja pyrkii ymmärtämään asiakkaan tunnekokemuksia suhteessa tämän henkilöhistoriaan, kulttuuriseen maailmankuvaan ja elämäntilanteeseen sekä mukauttamaan tukeaan tämän ymmärryksen perusteella.

6.3 Empatian merkitys osallistujien välisen luottamuksen rakentumisessa

Toisen tutkimuskysymyksen tarkastelussa ilmeni, että myös osallistujien välisessä vuorovaikutuksessa oli havaittu sekä kognitiivisen että affektiivisen empatian piirteitä. Empatia rakentui yhteisessä toiminnassa, jossa osallistujat eläytyivät toistensa tilanteisiin ja reagoivat esimerkiksi auttamalla ja jakamalla kokemuksia. Ohjaajat näkivät yhteistoiminnan erityisen merkityksel-

liseksi empatian ilmenemiselle, sillä se tarjosi osallistujille mahdollisuuden kohdata toisensa aktiivisina ja osaavina yksilöinä, ei vain ”maahanmuuttajan”, ”kantasuomalaisen” tai ”sosiaalipalvelujen asiakkaan” kaltaisten kategorioiden edustajina.

Haastattelun tuloksia voidaan tarkastella kontaktiteorian näkökulmasta. Sen mukaan ryhmien välinen kontakti voi vähentää ennakkoluuloja erityisesti silloin, kun kohtaamista tukevat yhteiset tavoitteet, yhteistyö ja osapuolten yhdenvertainen asema (Pettigrew & Tropp, 2006, s. 751–752). Kontaktin vaikutusta välittävät Pettigrewn ja Troppin (2008) mukaan ahdistuksen väheneminen ja affektiivisen resonanssin ja perspektiivinoton lisääntyminen ihmisten välillä. Luontointerventiot sisälsivät ohjaajien kuvausten perusteella useita tällaisia myönteisyyttä lisääviä tekijöitä, kuten yhteisiä tehtäviä, kokemusten jakamista, eläytymistä ja toisilta oppimista. Myönteiset kontaktit saattoivat puolestaan kannustaa osallistujia arvioimaan uudelleen ennakkokäsityksiään toisista ihmisistä. Kokemusten jakamisen on aiemmissa tutkimuksissa havaittu vahvistavan ryhmien välistä luottamusta ja myönteisiä asenteita (Tam ym., 2009; Turner ym., 2007). Myös tässä tutkimuksessa kokemusten jakaminen yhdistettiin osallistujien väliseen emotionaaliseen yhteyteen ja luottamukseen, mutta myös yhdenvertaisuuden ja yhteisöllisyyden rakentumiseen.

Haastattelutuloksia voidaan tarkastella myös osallisuuden näkökulmasta. Leemann ja Hämäläinen (2016) ovat yhdistäneet toimijuuden, yhdenvertaisuuden ja merkitykselliset sosiaaliset suhteet osallisuuteen eli mahdollisuuksiin vaikuttaa omaan elämään, kuulua yhteisöihin ja osallistua yhteisiin asioihin. Vaikka ohjaajat kuvasivat näitä muutoksia empatiasta puhuessaan, haastatteluaineiston perusteella ei voida suoraan osoittaa, että osallistujien välinen empatia olisi vahvistanut toimijuutta, yhdenvertaisuutta ja yhteisöllisyyttä tai että nämä tekijät olisivat puolestaan johtaneet osallisuuteen.

Haastattelutulokset viittaavat siihen, ettei kulttuurienvälinen ymmärrys ja luottamus välttämättä rakennu muutamien luontointerventioiden aikana, vaan niiden kehittyminen saattaa vaatia toistuvia myönteisiä kohtaamisia ja pitkäjänteistä yhteistä toimintaa sekä ryhmän jäsenten ystävystymistä. Tutkimuksessa ei kuitenkaan vertailtu erilaisten, eripituisten tai eri tavoin toistuvien interventioiden vaikutuksia, joten interventioiden laadun, keston ja jatkuvuuden merkityksestä ei tämän aineiston perusteella voida tehdä päätelmiä. Aineiston perusteella ei voida myöskään arvioida, missä määrin osallistujat itse kokivat asemansa yhdenvertaiseksi tai muuttuivatko heidän ennakkokäsityksensä luontointerventioiden aikana.

Näihin tuloksiin ja pohdintaan nojaten tulkitsin, että monikulttuurisissa luontointerventioissa osallistujien kokemukset muovautuvat Green Care -ajattelun mukaisesti ohjauksen, osallistujien

keskinäisen vuorovaikutuksen ja luontosuhteen yhteisvaikutuksessa. Empatia voi kytkeytyä kaikkiin näihin osatekijöihin. Empatia eri kulttuuritaustoista tulevien osallistujien välillä voidaan siten nähdä tekijänä, joka luo edellytyksiä hyville väestösuhteille, kaksisuuntaiselle kotoutumiselle ja osallisuudelle. Kaksisuuntaisessa kotoutumisessa vastuu kotoutumisesta ei kuulu yksinomaan maahanmuuttajille, vaan myös vastaanottavan yhteiskunnan rakenteilla ja avoimuudella on merkitystä (Klarenbeek, 2021). Luontointerventioiden merkitys sosiaalityössä ei siten rajoitu osallistujien luonto-, ympäristö- ja kulttuuriosaamisen tai hyvinvointiin, vaan interventiot voivat tukea myös kulttuurienvälistä yhteiseloa (Rai ym., 2023), jota empaattinen vuorovaikutus voi osaltaan edistää. Seuraavaksi tarkastelen luonnon merkitystä tässä kokonaisuudessa.

6.4 Luonto empaattisen vuorovaikutuksen mahdollistajana

Ohjaajien tekemien havaintojen perusteella on mahdollista vastata kolmanteen tutkimuskysymykseen toteamalla, ettei luonto ollut interventioissa vain toiminnan fyysinen ympäristö tai kohde, joka tarjosi erilaisia osallistumisen tapoja. Luonto näyttäytyi erityisesti vuorovaikutuksen olosuhteita muovaavana ympäristönä, joka saattoi edistää myönteisiä kohtaamisia rauhoittamalla osallistujia sekä auttamalla heitä pysähtymään ja suuntaamaan huomionsa nykyhetkeen. Luonnolla nähtiin olevan lisäksi tärkeä merkitys osallistujien luontosuhteen rakentumisessa.

Kuvausten mukaan luonto fyysisenä ympäristönä tarjosi paikan, kohteita ja välineitä mielekkäälle ja sopivasti haastavalle tekemiselle, johon ohjaajat yhdistivät osallistujissa havaitsemiaan muutoksia, kuten omien rajojen kokeilemista. Luontotoiminnan tulkittiin tarjoavan osallistujille onnistumisen ja selviytymisen kokemuksia, jotka saattoivat ohjaajien arvioiden mukaan vahvistaa itseluottamusta ja toimijuutta. Samansuuntaisia havaintoja on tehty aiemmissa Green Care -tutkimuksissa, joissa merkityksellinen toiminta ja vaiheittain vaativammat tehtävät sekä yhteisön, eläinten ja luonnon tarjoama tuki on yhdistetty minäpystyvyyteen, itseluottamukseen, selviytymiseen ja sosiaaliseen osallisuuteen (Kogstad ym., 2014; Salomon ym., 2018).

Tutkimuksen kannalta erityisen kiinnostavaa oli luonnon merkitys vuorovaikutuksen olosuhteiden muovaajana, sillä luonto yhdistyi ohjaajien kuvauksissa vahvasti psyykkisen turvallisuuden kokemuksiin. Ohjaajien mukaan vuorovaikutusta tukivat luonnonympäristön fyysiset ominaisuudet, kuten vähäinen ärsykekuormitus ja väljyys. Väljyys yhdistettiin sekä rauhoittumiseen että mahdollisuuteen säädellä omaa etäisyyttä suhteessa muihin ihmisiin. Luonto näyttäytyi siten epämuodollisena ja psyykkistä turvallisuutta tukevana ympäristönä, jossa ohjaajat ja osallistujat pystyivät paremmin irrottautumaan totutuista ammattilais-, asiakas- ja ryhmärooleistaan. Tul-

kintaa tukevat Cooleyn ym. (2020) ja Troughtonin ym. (2024) tutkimustulokset, joiden mukaan terapeuttinen työskentely luonnonympäristöissä voi vähentää asiakkaan ja ammattilaisen välisen suhteen hierakkisuutta, vahvistaa vastavuoroisuutta sekä tukea terapeuttisen suhteen rakentumista ja palveluun sitoutumista. Ohjaajien kuvauksissa luonnonympäristö näytti siis muovaavan ihmisten välistä vuorovaikutusta toimintamahdollisuuksien, aistiärsykkeiden, tilallisten ominaisuuksien ja kokemuksille annettujen merkitysten kautta.

Psyykkisen turvallisuuden näkökulmasta on kuitenkin tärkeää huomata, ettei sama luontoympäristö näyttäydy kaikille samalla tavalla. Luonto itsessään ei määrity psyykkisesti turvalliseksi tai turvattomaksi, vaan turvallisuuden kokemus rakentuu osallistujien taustan, aikaisempien kokemusten ja luontosuhteen, ympäristön ominaisuuksien sekä tilanteessa tapahtuvien kohtaamisten ja saatavan tuen yhteisvaikutuksessa (Kaleta ym., 2025; Tomasso ym., 2021). Tässä kokonaisuudessa on merkitystä myös ohjaajilta ja muilta osallistujilta saadun tuen laadulla, jota empaattinen vuorovaikutus osaltaan ilmentää.

Interventioilla nähtiin olevan tärkeä merkitys myös osallistujien luontosuhteen rakentumiselle. Siihen liittyi ohjaajien kuvauksissa kolme prosessia: uuden luontotiedon omaksuminen, luonnon aistiminen ja siihen liittyvät tunnekokemukset sekä osallistuminen luonnosta huolehtimiseen. Luontotieto, aistikokemukset ja käytännön toiminta auttoivat osallistujia tutustumaan ympäristöön. Puiden istuttamisen kaltaiset tehtävät herättivät osallistujissa myös pohdintaa ihmisen vastuusta luonnon hyvinvoinnista. Kuvauksissa tällainen toiminta herätti pohdintaa luonnon arvostamisesta ja ympäristövastuusta. Aineisto ei kuitenkaan osoita, miten osallistujien käyttäytyminen luontoa kohtaan muuttui.

Ohjaajien havainnot laajentavat luontokotoutumisen näkökulmaa suomalaisen luonnon ja siihen liittyvien käytäntöjen opettamisesta kohti kokemuksellisempaa luontosuhdetta, jolloin maahanmuuttajien aikaisemmat luontokokemukset ja kulttuuriset käytännöt yhdistyvät paitsi uuden asuinmaan luontoa koskevaan tietoon myös yhteisöllisiin ja hyvinvointia tukeviin luontokokemuksiin. Rai ym. (2023) ovat ehdottaneet, että ihmisen ja luonnon välistä suhdetta tarkasteltaisiin luontokotoutumisen yhteydessä laajempana ihmisen, luonnon ja sosiaalisten suhteiden muodostamana kokonaisuutena.

Ohjaajien kuvauksia voidaan tulkita teoreettisesti dynaamisen luontoterveysmallin avulla (Yli-Viikari & Honkasalo, 2026). Mallin soveltamista tukee erityisesti luonnon, vuorovaikutuksen ja psyykkisen turvallisuuden kietoutuminen toisiinsa. Mallin näkökulmasta luontoympäristön voidaan tulkita tukevan sellaista mielen ja kehon virittymistä, jossa sosiaalisten vihjeiden havaitse-

minen ja toisten näkökulmien huomioon ottaminen helpottuvat. Tällainen virittyminen voisi puolestaan luoda edellytyksiä kulttuurienväliselle empatialle. Kyse on kuitenkin teoreettisesta tulkinnasta, sillä tutkimuksessa ei mitattu luonnon fysiologisia vaikutuksia tai muutoksia osallistujissa.

Luonnon merkitys vuorovaikutuksen olosuhteiden muovaajana herättää edelleen kysymyksen siitä, voidaanko luonto ymmärtää myös ohjaustyön aktiiviseksi osatekijäksi, kuten Green Care -ajattelussa esitetään (Vehmasto ym., 2021), tai eräänlaiseksi kanssaterapeutiksi, kuten Hegarty (2010) ehdottaa. Yhtenä tutkimuksen tavoitteena oli myös tarkastella, missä määrin osallistujien suhde luontoon täyttää empatian tunnusmerkkejä ja voidaanko luonto siten ymmärtää empatian kohteeksi.

Tässä aineistossa luonto vaikutti liittyvän empatian kannalta enemmän positiivisiin muutoksiin osallistujissa kuin ohjaustyön tukeen. Se ei myöskään näyttäytynyt itsenäisenä, tietoisena ja intentionaalisena vuorovaikutuskumppanina, joka ilmaisisi tarpeitaan ja kokemuksiaan tai reagoisi osallistujaan ihmisen tavoin, vaikka se asettaa toiminnalle ekologisia reunaehtoja. Eläinten asema oli tässä suhteessa erilainen, sillä eläin voi käyttäytymisellään reagoida ihmiseen ainakin osittain vastavuoroisesti. Eläinten on havaittu voivan tarjota emotionaalista yhteyttä, turvallisuuden tunnetta ja hyväksyvää tukea erityisesti ihmisille, joilla on mielenterveyteen liittyviä tuen tarpeita (Brooks ym., 2018). Eläin sekä ihmisen ja eläimen välinen vuorovaikutus ymmärretäänkin eläinavusteisia interventioita kokevassa tutkimuksessa yleensä luonnon erityisiksi osatekijöiksi interventioissa (Wagner ym., 2022).

Kysymys liittyy pitkälti siihen, miten empatia määritellään ja missä määrin ihmisten välisen vuorovaikutuksen kuvaamiseen tarkoitettua käsitettä voidaan soveltaa ihmisen ja luonnon väliseen suhteeseen. Ihmissuhteessa osapuolet voivat tietoisesti tulkita toistensa viestintää ja vastata siihen. Luontosuhteen vastavuoroisuus käsitetään sen sijaan yleensä siten, että ihminen saa luonnolta hyvinvointia ja resursseja ja voi vastata tähän huolehtimalla luonnosta. Empatiaan liittyy tyypillisesti myös toisen kokemusten ymmärtäminen ja luottamus toisen hyvään tahtoon. Luonnon kokemuksia meidän voi olla vaikea tulkita, ja luottamuksemme luontoon tarkoittaa ennemminkin kokemusta ympäristön turvallisuudesta tai ennakoitavuudesta.

Empatian käsitteen ulottaminen luontosuhteeseen edellyttää siksi käsitteellistä varovaisuutta. Aineisto viittaa selvemmin luontosuhteen syvenemiseen kuin varsinaiseen empatiaan luontoa kohtaan. Yksi haastatelluista kuitenkin kuvasi luontosuhdetta ihmisten väliseen vuorovaikutukseen rinnastuvana suhteena, johon liittyi myös emotionaalinen ulottuvuus. Samankaltainen metaforinen rinnastus esiintyy käsikirjassa:

> Luonto nähdään objektin sijasta subjektina. Luontosuhteen syventyessä luonnosta voi tulla osa yhteisöä tai kumppani, johon tutustumiseen halutaan varata aikaa ja sitä kohdellaan arvostavasti – kuin se olisi yksi ryhmässä saatu ystävä.

Toisaalta Lengiezan ym. (2023) ajattelevat, että luontosuhdetta voidaan tarkastella ihmissuhteen analogiana, jonka avulla jäsennetään ihmisen emotionaalista ja eettistä yhteyttä luontoon. Tällöin luontosuhdetta voidaan kuvata läheisyyden ja huolenpidon kaltaisilla ihmissuhteisiin liitetyillä käsitteillä. Luontointerventioissa osallistujat ohjaajien mukaan havainnoivat luontoa ja suhtautuivat siihen kunnioittavasti sekä pääsivät osallistumaan myös siitä huolehtimiseen. Siksi aineistossa kuvattua emotionaalista ja eettistä yhteyttä luontoon voidaan varovaisesti tulkita ekologisen empatian käsitteen avulla. Ekologisella empatialla tarkoitetaan kognitiivista ja affektiivista kykyä ymmärtää ihmisen ja muun luonnon keskinäisiä riippuvuuksia ja yhteyttä sympatiaa ja myötätuntoa laajemmin sekä tarkastella tilanteita ei-inhimillisen luonnon näkökulmasta (Lambert, 2024, s. 1).

Tällaiset luontokokemukset voivat tehdä luontosuhteesta henkilökohtaisesti merkityksellisemmän ja läheisemmän, mikä saattaa rohkaista ohjaajia hyödyntämään luontoa työssään ja osallistujia liikkumaan luonnossa omatoimisesti ja säännölliseesti. Toistuvat luontokontaktit voivat puolestaan tukea hyvinvointia ja vahvistaa luontosuhdetta, minkä on havaittu olevan yhteydessä ympäristövastuulliseen käyttäytymiseen (Guazzini ym., 2025). Tällaisia mahdollisia myöhempiä vaikutuksia ei kuitenkaan arvioitu tässä tutkimuksessa.

Luontointerventioiden vaikutuksia voivat muokata muun muassa sosiaaliset tekijät, fyysinen aktiivisuus, osallistujan motivaatio ja mieltymykset sekä toiminnan kesto, toistuvuus ja luontosuhde (Kaleta ym., 2025). Tämä auttaa ymmärtämään, miksi sama ympäristö ei ohjaajien mukaan näyttäytynyt kaikille psyykkisesti yhtä turvallisena eikä vaikuttanut kaikkiin toivotulla tavalla.

Tämän tutkimuksen tulokset täydentävät Kaletan ym. (2025) tutkimusta tuomalla esiin kulttuuritaustan ja aiempien luontokokemusten merkityksen monikulttuurisessa luontotoiminnassa. Ohjaajat kohtasivat työssään osallistujien esimerkiksi käärmeisiin, hyönteisiin, eläimiin ja sääoloihin liittyviä pelkoja ja muita haasteita, joiden yksilöllisiä ja kulttuurisia merkityksiä heidän oli pyrittävä ymmärtämään. Ohjaajien havaintojen perusteella luonnon rooli interventioissa näyttääkin rakentuvan osallistujan ja ympäristön välisessä vuorovaikutuksessa, jota muovaavat osallistujan luontosuhde sekä intervention luontoaktiviteetit, ohjaus ja ryhmän vuorovaikutus. Tulkinta vastaa Green Care -ajattelua, jossa luonto, toiminta ja yhteisö muodostavat toisiinsa kytkeytyvän, asiakkaan hyvinvointia tukevan kokonaisuuden (Vehmasto ym., 2021).

Osallistujien ja ympäristön välisen suhteen rakentumisessa myös luontokontaktien toistuvuudella saattaa olla merkitystä. Kaletan ym. (2025) kirjallisuuskatsaukseen nojaten kulttuurienvälinen ymmärrys, luottamus ja yhteisöllisyys saattavat edellyttää yksittäisten kohtaamisten tai lyhytkestoisten interventioiden sijaan toistuvaa ja pitkäjänteistä yhteistä toimintaa luonnossa. Tutkimuksessa ei kuitenkaan vertailtu eripituisten tai eri tavoin toistuvien interventioiden vaikutuksia, joten toiminnan jatkuvuuden merkityksestä ei voida tehdä laajempia päätelmiä.

Vastauksena kolmanteen tutkimuskysymykseen voidaan siis todeta, ettei luonnonympäristö luonut edellytyksiä kulttuurisensitiiviselle empatialle yksin, vaan yhdessä ohjauksen ja sosiaalisen vuorovaikutuksen kanssa.

6.5 Empatian välittyminen palvelumuotoilussa

Yaghoubi Jamin ym. (2024) mukaan ympäröivät tekijät, kuten kulttuuri, muovaavat empatiaa, mutta empatia on myös vuorovaikutuksessa kehittyvä prosessi, jota voidaan oppia ja vahvistaa. Tämä korostaa tarvetta tehdä kulttuurisensitiivisen ja kulttuurienvälisen empatian eri ulottuvuudet näkyviksi myös ohjauksen kehittämisessä. Palvelumuotoiluprosessissa laaditun oppaan tavoitteena oli tehdä monikulttuurisille ryhmille suunnattujen luontointerventioiden ohjauskäytäntöjä näkyviksi ja hyödynnettäviksi. Koska ohjaustyöllä on tällaisissa palveluissa keskeinen merkitys, tässä tutkimuksessa tarkastelin myös, miten ohjaajien näkemykset empatiasta välittyivät käytännön neuvoihin ohjauksesta.

Käsikirjan vahvuutena oli erityisesti ohjaustyöhön liittyvän kokemustiedon muuntaminen selkeiksi, ennakoiviksi ja käytännössä sovellettaviksi ohjeiksi. Siinä kuvattiin osallistujien valmistamista interventioihin, ymmärrettävää viestintää, toiminnan vaiheita, turvallisuutta edistäviä käytäntöjä, osallistujien toimijuuden ja vastuunoton tukemista sekä vaikutusten reflektointia. Tällaiset ohjeet voivat auttaa erityisesti sellaisia ohjaajia, joilla ei ole aikaisempaa kokemusta, toteuttamaan monikulttuuristen ryhmien luontotoimintaa suunnitelmallisesti ja luomaan olosuhteita empaattisille kohtaamisille.

Vaikka käsikirja teki näkyviksi useita empaattisen ohjauksen kannalta olennaisia käytäntöjä, joilla tuetaan osallistujien toimijuutta ja kokemusten jakamista, näitä sisältöjä ei esiintynyt tasaisesti sen eri luvuissa. Epätasapaino saattaa osittain selittyä lukujen erilaisilla tehtävillä ja pituuksilla, eikä se sellaisenaan osoita, että empatialla olisi vähemmän merkitystä suppeammin kuvatuissa interventioissa. Empatiaa sisältävien tekstikatkelmien määrää onkin perusteltua tarkastella lähinnä empatian ulottuvuuksia kuvaavana, ei empatian merkitystä mittaavana tietona.

Empatiaan liittyvät kuvaukset painottuivat intervention valmisteluvaiheeseen. Lisäksi kuvaukset edustivat pääasiassa empatian kognitiivista ulottuvuutta, mikä vastaa tämän ulottuvuuden korostumista myös haastatteluaineistossa. Perspektiivinotto konkretisoitui erityisesti ohjeissa, jotka käsittelivät osallistujien valmistamista toimintaan, turvallisuuden varmistamista, ymmärrettävää viestintää sekä valinnanmahdollisuuksien ja kokemusten jakamisen tukemista. Omien rajojen kokeileminen ja yhdenvertaisuus jäivät sen sijaan käsikirjassa vähemmälle huomiolle, vaikka nämä korostuivat haastatteluissa ohjaajien osallistujissa havaitsemina muutoksina, jotka ohjaajat yhdistivät sekä empatiaan että luonnon merkitykseen.

Käsikirjaan välittyi kuitenkin kokemusten jakamista tukevia ohjeita, jotka voivat edistää osallistujien perspektiivinottoa ja keskinäistä ymmärrystä ja siten luoda edellytyksiä kulttuurienväliselle empatialle luontointerventioissa. Empatian sisältyminen näihin ohjeisiin jäi kuitenkin pitkälti lukijan tulkintojen varaan, mistä kertoo se, että yksi ohjaajista kaipasi tarkempia ohjeita sen arvioimiseen, miten toiminta vaikuttaa osallistujien suhtautumiseen toisiin kulttuureihin ja luontoon.

Toiminnan reflektointi ajoittui kuitenkin pääasiassa intervention jälkeiseen arviointiin. Käsikirjassa ei annettu myöskään tarkempia ohjeita siitä, miten ohjaaja voisi seurata osallistujien reaktioita ja palautetta ja mukauttaa toimintaansa niiden perusteella jo intervention aikana. Tällainen jatkuva ohjauksen mukauttamista palveleva havainnointi ja arviointi vastaisi paremmin haastatteluaineistosta hahmottunutta adaptiivisen empatian prosessia.

Turvallisuus välittyi käsikirjaan suppeampana kuin ohjaajien käytännön työtä koskevissa kuvauksissa. Se näyttäytyi pääasiassa fyysisten riskien ennakointina, osallistujien valmistamisena ja turvallisuustaitojen opettamisena. Fyysisen turvallisuuden korostaminen saattoi johtua pitkälti siitä, että toimintaa toteutettiin luonnonympäristöissä, joissa on usein enemmän riskitekijöitä kuin sisätiloissa. Haastatteluissa turvallisuus liitettiin myös ohjaajan, ryhmän ja luonnon muodostamaan vuorovaikutukseen ja psyykkiseen turvaan. Tämä välittyi kuitenkin käsikirjaan tulkinnanvaraisena, mikä saattaa johtua osin siitä, että empaattisen vuorovaikutuksen ja luontosuhteen tunneperäiset, keholliset ja kokemukselliset ulottuvuudet jäivät palvelumuotoilussa vähälle huomiolle.

Kognitiivista perspektiivinottoa korostavissa ohjeissa helposti unohtuu, että sosiaalityöntekijä saa asiakkaan tilanteesta tietoa myös tämän kehollisesta ilmaisusta, kuten ilmeistä, äänenpainosta ja eleistä. Esimerkiksi Van Rhyn ym. (2021) ovat korostaneet, ettei empatia synny pelkästään toisen mielentilan ”lukemisesta”, vaan myös tunteista, joita koetaan, ilmaistaan ja havaitaan kehollisesti. Wangin ym. (2003) etnokulttuurisen empatian mallissa empatiaan kuuluu muiden kulttuuristen ryhmien kokemusten ymmärtämisen lisäksi myös emotionaalinen reagointi

näihin kokemuksiin. Siksi työntekijän omat keholliset ja emotionaaliset reaktiot asiakkaan sanalliseen ja keholliseen viestintään, esimerkiksi levottomuuden kokemukset, voivat ohjata tilanteen tulkintaa.

Empatian moniulotteisuus välittyi siis käsikirjaan vain osittain, samoin luonnon vuorovaikutusta muovaava rooli. Luonto esitettiin useimmiten luontosuhteen ja yleisten hyvinvointivaikutusten lähteenä tai toiminnan fyysisenä ympäristönä. Sen merkitys psyykkiselle turvalle, empaattisille kohtaamisille ja kulttuurienväliselle vuorovaikutukselle jäi siten suppeammaksi kuin ohjaajien käytännön työtä koskevissa kuvauksissa. Tämän tuloksen voi tulkita tukena kritiikille, jonka mukaan luonto ymmärretään palveluissa helposti erilliseksi ja usein vaikeasti hyödynnettäväksi resurssiksi eikä vuorovaikutuksen olosuhteita aktiivisesti muovaavaksi ympäristöksi tai palvelun osatekijäksi (Hegartyn, 2010; Pareigis, 2011).

Se, että empatian ja luonnon tuki vuorovaikutukselle jäi ohjeissa tulkintojen varaan, havainnollistaa laajempaa palvelumuotoilun haastetta. Ohjaajien mukaan empatiaa olisi pitänyt sanoittaa selvemmin, mikä viittaa siihen, ettei tilanteissa rakentuva kehollinen, tunneperäinen, kokemuksellinen ja osittain hiljainen tieto muunnu sellaisenaan yleisiksi palveluohjeiksi. Osa tästä tiedosta voi olla niin kiinteästi sidoksissa ohjaajan kokemukseen, ammatilliseen harkintaan, ammattietiikkaan, tilannetajuun ja käytännön vuorovaikutukseen, ettei sitä tunnisteta erilliseksi tiedoksi tai pystytä sanoittamaan ilman tietoista reflektointia ja sitä tukevia kysymyksiä (Wallander, 2022; Zeira & Rosen, 2000).

Tulokset eivät merkitse sitä, että käyttäjälähtöisyys olisi unohtunut ja palvelumuotoiluprosessi olisi epäonnistunut. Käyttäjälähtöisessä palvelumuotoilussa käyttäjän elämäntilanne, tarpeet ja toiminnan rajoitteet pyritään ymmärtämään kokonaisvaltaisesti ja muuttamaan käytännöllisiksi palveluratkaisuiksi (Hess & Fila, 2017; Mattelmäki ym., 2013). Käsikirjassa tämä toteutui erityisesti osallistujien tarpeiden ennakoinnissa, toimintaan valmistamisessa, ymmärrettävässä viestinnässä, turvallisuuden huomioimisessa ja luontosuhteeseen tutustumisessa. Kokemustiedon muuttaminen ohjeiksi valikoi ja pelkistää tietoa väistämättä. Käyttäjien kokemuksista on palvelumuotoilussa myös irrottauduttava, jotta niistä voidaan muodostaa yleisiä ja hyödynnettäviä toimintaohjeita (Kouprie & Sleeswijk Visser, 2009). Samalla kokemusten moniulotteisuudesta voi kuitenkin kadota jotakin olennaista, kuten tämän tutkimuksen tulokset viittaavat tapahtuneen empatian tunneperäisten, kehollisten ja tilannesidonnaisten ulottuvuuksien kohdalla.

Interventioiden kuvauksissa empatian yksinkertaistumiseen on siis voinut vaikuttaa myös palvelumuotoiluprosessin toteuttamistapa. Ohjaajien mukaan prosessia vetäneen palvelumuotoilijan perehdyttäminen monikulttuuriseen luontotoimintaan vei aikaa käsikirjan laatimiselta. Lisäksi

osallistujien tarpeiden tunnistaminen, toimintaan valmistaminen ja riskien ennakointi ovat helpommin muunnettavissa yleisiksi toimintaohjeiksi kuin tilanteissa rakentuva myötäeläminen, kehollinen reagointi ja adaptiivinen ohjaus.

Koska empatia ja luonto sekä kulttuurisensitiivisyys ovat käsitteellisesti vaikeita ja osin hiljaiseen kokemustietoon perustuvia aiheita, niiden sanoittaminen olisi ehkä vaatinut osittain toisenlaista lähestymistapaa. Erilaisia asiakastarinoita olisi voitu tarkastella Kouprien ja Sleeswijk Visserin (2009) kuvaamissa havainnointi- ja immersiovaiheissa prosessin alussa. Tämän jälkeen tarinallistettuihin asiakaskokemuksiin olisi voitu eläytyä emotionaalisen ja kehollisen resonanssin sekä kognitiivisen perspektiivinoton avulla osana yhteyden rakentamisen vaihetta. Irtautumisvaiheessa näitä kokemuksia olisi voitu sitten reflektoida ja sanoittaa samaan tapaan kuin tämän tutkimuksen haastatteluissa. Tämä olisi voinut auttaa konkretisoimaan erityisesti psyykkisen turvallisuuden kannalta olennaisia ohjauskäytäntöjä.

Käsikirjaan olisi tällöin voitu sisällyttää konkreettisia ohjeita siitä, miten ohjaaja havainnoi osallistujien nonverbaalista viestintää, reflektoi omia tunne- ja kehollisia reaktioitaan sekä mukauttaa toimintaansa huomioiden erilaiset kulttuuriset tavat ilmaista ja tulkita empatiaa. Luonnon yhteyttä empatiaan olisi voitu konkretisoida pohtimalla, voisivatko luonnon tarkka havainnointi, kunnioittaminen ja siitä huolehtiminen auttaa osallistujia kohtaamaan myös toisensa uteliaasti, avoimesti ja keskittyneesti. Samalla olisi voitu pohtia, miten voidaan löytää yhteyksiä luonnon monimuotoisuuden ja ihmisten erilaisuuden välillä ja miten osallistujat saadaan luonnon avulla näkemään ihmisten erilaisuus myönteisenä ja yhteisöä rikastavana tekijänä. Käsikirjassa olisi voitu myös antaa tarkempia ohjeita yhteisten luontokokemusten hyödyntämisestä ryhmän vuorovaikutuksessa ja ryhmäytymisessä.

Ohjaajat kokivat monikulttuurisen luontotoiminnan yhteiskehittämisen tärkeänä ja vuorovaikutuksen yhteissuunnittelupäivissä empaattiseksi. Myös palvelumuotoilua kuvattiin vertaistukiprosessiksi. Ohjaajat kertoivat sen mahdollistaneen toisilta oppimisen, kokemusten vertaamisen, uusien ideoiden syntymisen ja kollegiaalisen tuen. Calvoon ym. (2022) viitaten palvelumuotoilun onnistumista ei siten tule arvioida yksinomaan käsikirjan sisällön perusteella, vaan myös prosessin aikana rakentuneen yhteisen ymmärryksen ja ammatillisen oppimisen näkökulmasta.

Haasteet empatian välittymisessä käsikirjaan nostaa esiin myös palvelumuotoilun tutkimusaukot. Surma-Ahon ja Hölttä-Oton (2022) mukaan empatia on muotoilututkimuksessa keskeinen mutta käsitteellisesti monimutkainen ja puutteellisesti operationalisoitu käsite. Sen ilmenemiseen vaikuttavat lisäksi toimintaympäristö ja käytännön rajoitteet, mikä vaikeuttaa sen tunnista-

mista ja arviointia muotoiluprosessin eri vaiheissa. Lisäksi palvelumuotoilun tutkimuksessa empatiaa on tarkasteltu pääasiassa yhteissuunnittelun vuorovaikutuksen, käyttäjäymmärryksen ja perspektiivinoton näkökulmista. Sen sijaan vähemmän tutkimustietoa on tuotettu siitä, miten empaattinen käyttäjäymmärrys välittyy palvelumuotoiluprosessin konkreettisiin tuotoksiin, kuten oppaisiin, palvelukuvauksiin ja toimintamalleihin (Chang-Arana ym., 2020; Drouet ym., 2024; Surma-Aho & Hölttä-Otto, 2022). Erityisen niukasti tutkimusta vaikuttaa olevan monikulttuuristen luontointerventioiden kaltaisista palveluista, joissa sekä empatia että luontoympäristö voivat yhdessä muovata palvelukokemusta.

6.6 Tutkimuksen eettiset kysymykset ja luotettavuus

Kaikkien Suomessa toimivien tutkijoiden on noudatettava Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (TENK) laatimia eettisiä periaatteita ja ohjetta eettisestä ennakkoarvioinnista. Tämä koskee niitä ihmiseen kohdistuvia tutkimuksia, jotka eivät kuulu lääketieteellistä tutkimusta säätelevän tutkimuslain piiriin. Myös Lapin yliopisto on sitoutunut näihin ohjeisiin. Tutustuin ohjeisiin tutkimukseni suunnitteluvaiheessa ja arvioin niiden perusteella, ettei tutkimusasetelma edellyttänyt eettistä ennakkoarviointia. Arvio ja tutkimussuunnitelma käytiin läpi myös tutkielman ohjaajan kanssa.

Tutkimukseen osallistuville laadittiin haastattelukutsu, jonka liitteenä oli Lapin yliopiston ohjeiden mukainen suostumuslomake. Kutsussa kerrottiin tutkimuksen tarkoituksesta ja teemahaastattelun toteutustavasta, etenemisestä ja arvioidusta kestosta. Suostumuslomake toimitettiin haastateltaville etukäteen tutustuttavaksi ja allekirjoitettavaksi. Allekirjoituksellaan haastateltava ilmaisi osallistuvansa tutkimukseen vapaaehtoisesti ja hyväksyvänsä haastattelun tallentamisen Microsoft Teamsissa.

Haastateltaville kerrottiin sekä suostumuslomakkeessa että haastattelun alussa, että heillä oli oikeus keskeyttää osallistumisensa tai peruuttaa suostumuksensa milloin tahansa ilman perusteluja. Heille kerrottiin myös, ettei haastattelutallenteita julkaista. Ennen haastattelun aloittamista ohjaajan kanssa käytiin uudelleen läpi tutkimuksen tavoite, haastattelun rakenne ja arvioitu kesto. Lisäksi kerrottiin, että aineistoa käytetään Lapin yliopiston palvelumuotoilun pro gradu -tutkielmassa sekä *KUPO*-toiminnan itsearvioinnissa. Samalla varmistettiin, että ohjaaja oli ymmärtänyt saamansa tiedot ja antanut suostumuksensa osallistumiseen. Tutkimusanalyysissa aineistoa on kuitenkin tarkasteltu vain tutkielman tutkimuskysymysten näkökulmasta, vaikka haastatteluihin sisältyi myös hankkeen kehittämistä palvelevaa keskustelua.

Vaikka ohjaajat antoivat luvan suorien lainausten käyttämiseen ja tarvittaessa myös etunimensä mainitsemiseen, tässä yhteydessä heistä käytetään pseudonyymejä. Myöskään luontotoimintaan osallistuneista henkilöistä ei haastatteluissa puhuttu nimillä. Näillä ratkaisuilla pyrittiin suojaamaan sekä ohjaajien että toimintaan osallistuneiden henkilöiden yksityisyyttä ja vähentämään heidän tunnistamisensa riskiä. Täydellistä anonymiteettia ei kuitenkaan voida pienessä yhteisössä taata, minkä vuoksi tutkimuksessa vältettiin myös sellaisten taustatietojen esittämistä, joiden perusteella ohjaajat voitaisiin tunnistaa.

Haastattelutallenteita, litteraatteja ja suostumuslomakkeita säilytetään tietoturvallisesti siten, että vain tutkijalla on pääsy aineistoon, ja suostumuslomakkeet erillään tutkimusaineistosta. Aineiston säilytysajoissa, käyttötarkoituksissa ja hävittämisessä noudatetaan Lapin yliopiston tietosuoja- ja aineistonhallintaohjeita.

Tutkimuksessa minulla oli kaksoisrooli sekä hankkeen toimijana että tutkijana. *KUPO*-hankkeessa päätehtävänäni oli kehittää ohjaajien luonto- ja reflektio-osaamista sekä analyyttistä työotetta toiminnan suunnittelussa, toteuttamisessa ja toiminnan tulosten ja vaikuttavuuden arvioinnissa. Tätä tehtävää palvelivat muun muassa ohjaajien haastattelut ja osallistuminen käsikirjan suunnitteluun.

Palvelumuotoilun maisteriopintoihini liittynyt kurssi *Discovering the value of empathy in your own project*, jonka suoritin käsikirjan valmistumisen jälkeen, innosti minua tarkastelemaan monikulttuuristen ryhmien luontointerventioita juuri empatian näkökulmasta. Tämä teoreettinen kiinnostus vaikutti tutkimuskysymysten muodostamiseen ja siihen, millaisia aiheita ja kysymyksiä nostin esiin ohjaajien kanssa käydyissä reflektiokeskusteluissa.

Pyrin huomioimaan empatian eri ulottuvuudet haastattelun pääkysymyksiä laatiessani. Kirjallisuuteen perehtyessäni ymmärsin, että empatia on vaikeasti määriteltävä käsite, joten konkretisoin sitä apukysymyksillä. Apukysymysten painotukset ja käyttämäni analyysiluokat ovat saattaneet korostaa kognitiivista empatiaa muiden ulottuvuuksien kustannuksella. Siksi kognitiivisen empatian korostumista tutkimusaineistossa ei voida tulkita osoitukseksi siitä, että se olisi käytännön ohjaustyössä muita empatian ulottuvuuksia tärkeämpi.

Tulkintoihini on voinut vaikuttaa myös se, että osallistuin joidenkin luontointerventioiden toteuttamiseen yhteistyössä haastateltavien kanssa. Toimintaympäristön ja haastateltavien tuttuutta lisäsivät myös osallistumiseni heidän luontovalmennukseensa ja luontotoiminnan kehittämistyöpajojen ohjaaminen palvelumuotoilua lukuun ottamatta. Näiden kokemusten sekä *KUPO*-

hanketta edeltäneiden luontoterveysteemaisten hankkeiden myötä minulle oli muodostunut ennakkokäsityksiä luontointerventioiden mahdollisista hyödyistä ja empatian ilmenemisestä toiminnassa. Omat ennakkokäsitykseni ovat siten voineet vaikuttaa myös käsikirjan sisältöön. Ennakkokäsitysteni vaikutusta olen pyrkinyt tekemään näkyväksi ja rajaamaan erottamalla aineistosta tekemäni havainnot teoreettisista tulkinnoista, käyttämällä varovaista ilmaisua sekä vertaamalla tulkintoja aikaisempaan tutkimukseen ja teoreettisiin viitekehyksiin.

Tutkijan ja haastateltavien aikaisempi yhteistyösuhde on voinut vaikuttaa haastatteluvastauksiin siten, että haastateltavat ovat saattaneet esimerkiksi korostaa toiminnan myönteisiä puolia. Tätä riskiä olen pyrkinyt vähentämään painottamalla ohjaajille kritiikin tärkeyttä reflektoinnissa sekä vastausten luottamuksellisuutta. Toimintaympäristön tunteminen on auttanut minua esittämään täsmentäviä kysymyksiä ja tulkitsemaan ohjaajien kuvauksia, joten läheinen suhteeni tutkimuskohteeseen on ollut sekä voimavara että tulosten luotettavuuteen vaikuttanut tekijä.

Empatiaa tarkastellessani olen ollut ennen muuta oppijan asemassa, sillä minulla ei ole sosiologian perusopintoja lukuun ottamatta sosiaalialan koulutusta. Haastattelujen, aineiston analyysin ja koko tutkimusprosessin myötä ymmärrykseni tutkimistani ilmiöistä on syventynyt ja tarkentunut. Taustani on kuitenkin voinut vaikuttaa siihen, millaisia ammatilliseen empatiaan ja sosiaalityön käytäntöihin liittyviä merkityksiä olen aineistosta tunnistanut ja miten olen niitä tulkinnut. Samalla ulkopuolisuus on voinut auttaa tunnistamaan sellaisia oletuksia empatiasta, joita alan sisäisessä keskustelussa saatetaan pitää itsestään selvinä.

Tutkijaposition lisäksi tulosten luotettavuutta on arvioitava suhteessa käytettyyn aineistoon ja analyysitapaan. Tutkimuksessa käytin ohjaajien haastatteluja empatian ja luonnon merkityksen tulkitsemiseen. Niiden analyysi toteutettiin kuvailevana laadullisena analyysina. Lähtökohtana oli oletus, että asiakkaansa tuntevat ja sosiaalityöhön perehtyneet ohjaajat pystyivät kuvaamaan tarkasti luontotoiminnassa havaitsemiaan vuorovaikutustilanteita ja osallistujien reaktioita sekä tulkitsemaan niitä. Ohjaajien tulkintoja ei kuitenkaan voida rinnastaa osallistujien omiin kokemuksiin, eikä niiden perusteella voida tehdä varmoja päätelmiä luonnon ja empatian vaikutuksista osallistujiin.

Analyysissä käsittelin viittä haastattelua yhtenä kokonaisuutena ja tarkastelin eri ohjaajien kuvauksia yhdessä. Tulokset eivät siten kuvaa kaikkien haastateltavien yhteisesti jakamia näkemyksiä, vaan aineistossa esiintyneitä erilaisia tapoja ymmärtää empatian merkitystä ja luonnon roolia monikulttuurisessa luontotoiminnassa. Empatiaan liittyvien tekstikatkelmien määrää käytin analyysissa ennen kaikkea aineiston painopisteiden havainnollistamiseen. Lukumäärät eivät sel-

laisinaan osoita ilmiöiden yleisyyttä, tärkeyttä tai vaikutuksia. Tulosten tulkinnassa painotin tekstikatkelmien sisältöä, asiayhteyttä ja niille rakentuvia merkityksiä. Tutkimuksen pienen ja kontekstisidonnaisen aineiston vuoksi tuloksia ei voida yleistää kaikkiin monikulttuurisiin luontointerventioihin. Tulokset tarjoavat pikemminkin tapaustutkimuksellista tietoa empatian mahdollisista ilmenemismuodoista ja merkityksistä sekä luonnon roolista interventioissa.

Tulkintoihin haettiin tukea aikaisemmasta tutkimuksesta ja teoreettisista viitekehyksistä, kuten dynaamisesta luontoterveysmallista. Teoreettiset mallit auttoivat jäsentämään aineistoa, mutta samalla ne ovat voineet suunnata huomiotani mallien korostamiin ilmiöihin, kuten psyykkiseen turvaan. Siksi esimerkiksi luonnon roolia psyykkisen turvan rakentumisessa koskevat päätelmät ovat lähinnä teoreettisiesti perusteltuja tulkintoja eivätkä fysiologisesti todennettuja vaikutuksia.

Tutkimuksen haasteena olivat myös käsikirjan ja haastattelujen erilaiset tarkoitukset tekstiaineistoina, sillä empatian kuvaaminen ei ollut käsikirjan ensisijainen tehtävä. Sen tehtävänä oli kuvata erilaisia luontointerventioiden muotoja käytännön ohjeina ja kannustaa käyttämään luontoavusteisia menetelmiä monikulttuuristen ryhmien sosiaalialan työssä. Tällaisille maahanmuuttajista ja kantaväestöön kuuluvista asiakkaista muodostuville ryhmille suunnatut luontoavusteiset palvelut eivät vielä ole sosiaalialalla yleisiä.

Käsikirjan käytäntöjä ohjaava tarkoitus vaikutti siihen, millaista tietoa, rakennetta ja kirjoitustyyliä siinä käytettiin. Käsikirjaa ei laadittu tätä tutkimusta ajatellen, mikä vaikeutti sen vertaamista haastatteluaineistoon. Kuten aiemmin on todettu, affektiivista, kehollista ja tilanteisiin reagoivaa adaptiivista empatiaa on vaikea muuntaa yleisiksi ohjeiksi. Siksi empatiaan liittyvien sisältöjen niukkuutta käsikirjassa ei voida tulkita osoitukseksi empatian vähäisestä merkityksestä varsinaisessa ohjaustyössä.

Sosiaalityön tutkimuksessa ei ole yksimielisyyttä siitä, miten empatiaa tulisi tutkia. Haastattelujen rinnalla empatiaa olisikin voitu tarkastella myös mittareiden avulla. Gerdesin ym. (2010) mukaan yleisimpiä menetelmiä ovat verbaalisen ja nonverbaalisen käyttäytymisen havainnointi ja laadullinen kuvaaminen sekä erilaiset itsearviointimittarit, kuten *Carkhuffin* asteikko ja *Barrett–Lennard Relationship Inventory* -mittarin *Empathic Understanding* -asteikko. Empatian fysiologisia ja neurofysiologisia ulottuvuuksia voidaan puolestaan tutkia esimerkiksi autonomisen hermoston toimintaa mittaamalla tai aivokuvantamisen avulla.

Tapaustutkimuksen tulosten luotettavuutta olisi lisännyt osallistujien omien kokemusten kerääminen, sillä tässä tutkimuksessa osallistujien kokemuksia tarkasteltiin välillisesti ohjaajien havaintojen avulla. Osallistujien haastattelujen lisäksi aineistoa olisi voitu täydentää esimerkiksi

Scale of Ethnocultural Empathy (SEE) -mittarin avulla. SEE on itsearviointimittari, joka on kehitetty etnokulttuurisen empatian ja monikulttuuristen suhteiden tutkimiseen (Wang ym., 2003). Mittari ei arvioi ainoastaan myötätuntoa eri etnokulttuurisista ryhmistä tulevia ihmisiä kohtaan, vaan myös kulttuuristen erojen hyväksymistä, syrjinnän ja eriarvoisuuden tiedostamista sekä empatian ilmaisemista sanoin ja teoin erilaisista taustoista tulevia ihmisiä kohtaan. Sen vahvuutena on kulttuurisen empatian tarkasteleminen kognitiivista ja affektiivista empatiaa laajempana kokonaisuutena. Tämänkaltaisen mittarin voisi sisällyttää myös käsikirjan reflektointiohjeisiin. Osallistujien fysiologisten reaktioiden mittaaminen olisi puolestaan voinut tuottaa lisätietoa luonnossa tapahtuvasta autonomisesta säätelystä.

Monimenetelmällinen aineisto olisi voinut auttaa tunnistamaan lisää kulttuurienvälisen empatian rakentumiseen liittyviä tekijöitä ja niiden mahdollisia vaikutusketjuja sekä arvioimaan ohjaajan ja osallistujan välisen kehollisen ja affektiivisen vuorovaikutuksen ja luontoympäristön merkitystä näissä ketjuissa. Monimenetelmällisyys olisi kuitenkin edellyttänyt tutkimusasetelmalta ja osaamiselta huomattavasti enemmän kuin laadullinen haastattelututkimus.

Koska empatia on monitekijäinen ja -ulotteinen sekä kulttuurisesti muovautuva ilmiö, ohjaajien kokemuksellisen käyttäjätiedon sisällyttäminen palvelumuotoiluun ei yksin takaa, että empatian kaikki ulottuvuudet ja niihin vaikuttavat tekijät välittyvät prosessin tuotoksiin. Käsikirjan asiakaslähtöisyyttä olisi siksi voitu vahvistaa kutsumalla palvelumuotoiluprosessiin mukaan ohjaajien lisäksi luontointerventioihin osallistuneita henkilöitä ja hyödyntämällä edellisessä luvussa kuvattuja empatiaa näkyväksi tekeviä menetelmiä. Drouetin ja Lallemandin (2024) tutkimus havainnollistaa yleisemmin, ettei käyttäjätiedon kerääminen automaattisesti lisää työntekijöiden empaattista ymmärrystä palvelun käyttäjien kokemuksista. Heidän tutkimuksessaan käyttäjien tunnepitoiset kuvaukset palvelukokemuksistaan eivät suoraan lisänneet palvelutyöntekijöiden empatiaa, vaan empatian ilmenemiseen vaikuttivat myös työntekijään ja tilanteeseen liittyvät tekijät, kuten henkilökohtainen kokemus palvelun käyttäjänä.

7 Johtopäätökset

Tässä tapaustutkimuksessa tarkastelin empatian ilmenemistä monikulttuurisille ryhmille suunnatuissa luontointerventioissa, luonnon merkitystä kulttuurisensitiivisen vuorovaikutuksen rakentumisessa sekä empatian välittymistä palvelumuotoilun tuloksena syntyneeseen käsikirjaan. Tarkastelun avulla pyrin tuottamaan monikulttuuristen luontointerventioiden palvelumuotoilussa hyödynnettävää tietoa siitä, millaista etnokulttuurista empatiaa ohjaaja tarvitsee tukeakseen osallistujien minäpystyvyyttä ja keskinäistä luottamusta sekä millainen merkitys luonnolla on näissä prosesseissa.

Aiemmissa kuntoutumista ja kotoutumista käsittelevissä tutkimuksissa luontoa, toimintaa ja yhteisöä on tarkasteltu toisiinsa kytkeytyvänä kokonaisuutena. Tämä tutkimus täydentää tätä näkökulmaa nostamalla keskusteluun empatian mahdollisen roolin Green Care -palvelujen laatuun vaikuttavana tekijänä. Luontotoiminnan ohjaajien tekemien havaintojen perusteella empatia liittyi ohjaajan ja toimintaan osallistuneen henkilön väliseen suhteeseen. Se liittyi myös osallistujien keskinäiseen vuorovaikutukseen ja heidän luontosuhteeseensa. Empatia voidaan siten nähdä näitä kolmea Green Care -palvelun elementtiä yhdistävänä tekijänä, joka auttaa ymmärtämään, miten niiden yhteisvaikutus voi vahvistaa asiakkaiden hyvinvointia.

Tapaustutkimus nosti esiin kolme keskeistä empatian ulottuvuutta monikulttuurisessa luontotoiminnassa. Ensimmäinen niistä on *kulttuurisensitiivinen empatia* eli ohjaajan kyky ymmärtää osallistujien haastavia elämäntilanteita ja kulttuuritaustan muovaamia luontosuhteita. Nämä tekijät näyttivät ohjaajien mukaan vaikuttavan osallistujien kokemuksiin luontotoiminnasta ja psyykkisestä turvallisuudesta. Psyykkisen turvallisuuden kokemus saattoi puolestaan vaikuttaa siihen, millaisia edellytyksiä kulttuurienvälisen empatian rakentumiselle syntyi. Toinen ulottuvuus on *adaptiivinen empatia*, joka tarkoittaa ohjaajan kykyä havainnoida ja tulkita osallistujien reaktioita intervention aikana sekä mukauttaa ohjausta saadun tiedon perusteella. Kolmas ulottuvuus on ihmisen emotionaalinen ja eettinen yhteys luontoon. *Ekologiseen empatiaan* viittasivat aineistossa luonnon arvostaminen ja siitä huolehtiminen, joita luontointerventiot näyttivät tukevan. Sen esiintymiseen luontointerventioissa on kuitenkin suhtauduttava varauksella, koska aineisto viittasi selvemmin luontosuhteen syvenemiseen kuin empatiaan luontoa kohtaan.

Nämä tulkinnat syntyivät vastatessani neljään tutkimuskysymykseeni. Ensimmäisen kysymyksen tarkastelussa ilmeni, että ohjaaja hyödyntää monikulttuuristen ryhmien kulttuurisensitiivisessä ja adaptiivisessa ohjauksessa sekä kognitiivista että affektiivista empatiaa. Empaattinen ohjaus

ei merkinnyt vain ymmärrystä osallistujien elämäntilanteisista tarpeista, vaan tällaisen empaattisen ennakoinnin lisäksi ohjaukseen sisältyi myös empaattisia tekoja. Niihin kuuluivat muun muassa viestintätapojen ja tuen määrän mukauttaminen toiminnan aikana tehtyjen havaintojen ja saadun palautteen perusteella. Adaptiivinen empatia voidaan siten ymmärtää tilanteessa kehittyväksi ammatilliseksi oppimisprosessiksi, jonka avulla osallistujia koskeva ymmärrys muutetaan heidän minäpystyvyyttään, toimijuuttaan ja ryhmän keskinäistä luottamusta tukevaksi toiminnaksi. Empaattisen ohjauksen tavoitteena ei ollut tehdä asioita osallistujien puolesta, vaan tarjota tarkoituksenmukaista tukea ja vähentää sitä osallistujien valmiuksien vahvistuessa. Näin empatia kytkeytyi toimijuuden tukemiseen. Ohjaajan tehtävänä oli tunnistaa tuen tarve ja samalla antaa osallistujille tilaa tehdä valintoja, ottaa vastuuta ja toimia itsenäisesti.

Toisen tutkimuskysymyksen tarkastelussa osallistujien välinen empatia näyttäytyi ohjaajille toisten tilanteisiin eläytymisenä, kokemusten ja kulttuurisen tiedon jakamisena sekä vastavuoroisena auttamisena. Yhteinen tekeminen tarjosi osallistujille mahdollisuuden kohdata toisensa aktiivisina ja osaavina yksilöinä eikä vain etnisten tai sosiaalisten kategorioiden edustajina. Se saattoi osaltaan edistää kulttuurienvälistä ymmärrystä, luottamusta, yhdenvertaisuutta ja yhteisöllisyyttä. Tutkimus ei kuitenkaan osoita, että empatia yksin olisi aiheuttanut näitä kokemuksia tai muutoksia.

Kolmannessa tutkimuskysymyksessä tarkastelin luonnon roolia, missä luonto näytti muodostavan intervention osatekijän. Yhdessä toiminnan, ohjauksen ja sosiaalisen vuorovaikutuksen kanssa luonnon nähtiin muovaavan psyykkistä turvaa ja siten empaattisten kohtaamisten edellytyksiä. Luonto ei ollut vain toiminnan paikka, vaan samalla se oli kohde, johon osallistujat rakensivat henkilökohtaista suhdettaan luontotiedon, aistikokemusten ja luonnosta huolehtimisen välityksellä. Erityisesti luonnonympäristön väljyys, vähäinen ärsykekuormitus ja mahdollisuus säädellä omaa etäisyyttä liitettiin osallistujien rauhoittumiseen, läsnäoloon ja psyykkiseen turvaan. Dynaaminen luontoterveysmalli tarjosi tutkimukselle teoreettisen viitekehyksen, jolla tulkita psyykkisen turvan mahdollista yhteyttä rauhoittumiseen ja empaattiseen vuorovaikutukseen.

Tutkimuksen havainnot ovat samansuuntaisia aikaisempien tutkimusten kanssa, joissa luonto on yhdistetty epämuodollisiin, vähemmän hierarkkisiin kohtaamisiin ja psyykkisen turvallisuuden kokemuksiin. Havainnot viittaavat myös siihen, ettei luonto näyttäydy kaikille automaattisesti turvallisuutta ja hyvinvointia tukevana ympäristönä. Osoittamalla kulttuuritaustan, aikaisempien luontokokemusten ja kulttuurisesti muovautuneen luontosuhteen yhteyden psyykkisen turvan rakentumiseen monikulttuurisessa luontotoiminnassa ne täydentävät olemassa olevaa tutkimustietoa.

Neljäs tutkimuskysymys liittyi palvelumuotoiluun. Sen tarkastelu teki näkyväksi erot, joita oli ammattilaisten käytännön työssä hyödyntämän empatian ja palvelumuotoilun tuotokseen kirjautuneen empatian välillä. Käsikirjaan välittyivät parhaiten kognitiivinen empatia ohjeina osallistujien tarpeiden, toimintakyvyn ja kulttuuritaustan huomioimisesta interventioiden suunnitteluvaiheessa. Lisäksi käsikirjassa kuvattiin monenlaista toimintaa, joka edistää kokemusten jakamista ja luontosuhteen vahvistamista intervention aikana. Affektiivinen, kehollinen, tilannesidonnainen ja adaptiivinen empatia jäivät ohjeissa lähinnä implisiittisiksi. Myös luonnon merkitys empaattisen vuorovaikutuksen olosuhteille näkyi käsikirjassa ohjaajien haastatteluissa kuvaamaa käytännön ohjaustyötä suppeampana. Myös luonnon yhteys psyykkisen turvallisuuden rakentumiseen jäi käsikirjassa täysin lukijan tulkinnan varaan.

Nämä tulokset täydentävät palvelumuotoilua koskevaa tutkimusta tuomalla esiin, ettei ammattilaisten hiljaiseen kokemustietoon perustuva käyttäjäymmärrys yksin takaa moniulotteisen empatian välittymistä yhteiskehittämisen tuotoksiin. Käytännön ohjeiksi on helpompi muotoilla toiminnan teknisiä valmisteluja ja toteutustapoja kuin tilanteessa rakentuvaa kulttuurisensitiivistä adaptiivista ohjausta, johon sisältyy myötäelämistä sekä kehollista tietoa. Tutkimus kiinnittää siten huomiota siihen, mitä empaattiselle käyttäjäymmärrykselle tapahtuu, kun ohjauksesta kertynyt tieto muunnetaan oppaaksi tai muuksi konkreettiseksi palvelutuotteeksi.

Tämän tutkimuksen aineisto koostui viiden ohjaajan haastatteluista ja käsikirjasta. Ohjaajien kuvaukset eivät välttämättä vastaa luontointerventioihin osallistuneiden omia kokemuksia. Johtopäätöksiä rajaavat myös aineiston pieni koko ja kaksoisroolini hankkeen toimijana ja tutkijana. Yhteistyösuhteeni haastateltaviin ja osallistumiseni hankkeen toimintaan ovat voineet vaikuttaa sekä haastatteluvastauksiin että omiin tulkintoihini. Myös haastattelukysymykset ja analyysiluokat ovat voineet korostaa kognitiivista empatiaa. Tutkimusaineiston perusteella ei voida myöskään osoittaa empatian, luonnonympäristön ja osallistujissa havaittujen prosessien välisiä syyseuraussuhteita. Näistä syistä tuloksia ei voida yleistää, jolloin niiden siirrettävyys muihin monikulttuurisiin luontointerventioihin perustuu tutkimuskontekstin, aineiston ja analyysin läpinäkyvään kuvaamiseen.

Lisäksi haastattelu- ja dokumenttiaineistojen erilaiset tarkoitukset vaikuttivat niiden vertailuun: haastatteluissa tarkasteltiin nimenomaan empatiaa, kun taas käsikirjan ensisijaisena tehtävänä oli antaa käytännön toimintaohjeita. Käsikirjan niukkojen empatiakuvausten perusteella ei voida päätellä, että jokin empatian ulottuvuus olisi käytännön työssä muita vähämerkityksisempi tai että empatia olisi siinä niin itsestään selvästi läsnä, ettei sitä tarvitsisi erikseen mainita.

Tuloksia voidaan siten käyttää suuntaa antavana analyyttisenä tietona vastaavien luontoperustaisten kotoutumis-, kuntoutus- ja sosiaalipalvelujen suunnittelussa tai tutkimuksessa, kunhan toimintaympäristön ja osallistujaryhmien erot otetaan huomioon. Palvelukuvausten laatimisen lisäksi tietoa voidaan soveltaa myös ohjaajien perehdytykseen. Tulokset kuitenkin kannustavat tietoisesti tarkastelemaan luontointerventioiden palvelumuotoilussa empatian ja luonnon merkitystä vuorovaikutuksen olosuhteille, erityisesti psyykkiselle turvalle. Näissä yhteyksissä on erityisen tärkeää pohtia, miten:

- osallistujan elämäntilanteita, tarpeita, toimintakykyä, kulttuuritaustaa ja luontosuhdetta kartoitetaan
- fyysisen turvallisuuden rinnalla tuetaan psyykkistä turvallisuutta
- yhteisiä luontokokemuksia hyödynnetään jakamisessa, ryhmäytymisessä ja kulttuurienvälisessä oppimisessa
- osallistujien nonverbaalista viestintää ja ohjaajien omia tunne- ja kehollisia reaktioita havainnoidaan ja reflektoidaan
- ohjausta, viestintää ja muuta tukea mukautetaan osallistujien reaktioiden ja tilanteesta tehtyjen havaintojen perusteella
- osallistujan toimijuutta vahvistetaan hänen valmiuksiensa kasvaessa
- palautekysymysten avulla tarkastellaan mahdollisia muutoksia osallistujien minäpystyvyydessä, suhtautumisessa toisiin ja luontosuhteessa.

Palvelumuotoilussa kannatta varata riittävästi aikaa empatiaan ja luontoon liittyvän hiljaisen kokemustiedon käsittelyyn ja hyödyntää menetelmiä, joiden avulla tämä tieto voidaan tunnistaa ja tehdä näkyväksi. Myös luontointerventioiden osallistujat tulisi ottaa mukaan yhteiskehittämiseen, jotta heidän kokemuksensa eivät välittyisi palveluratkaisuihin vain ammattilaisten tulkitsemina. Tämä toisi palvelujen kehittämiseen todennäköisesti sellaisia näkökulmia, joita ohjaajat eivät välttämättä ole vielä havainneet. Erilaisten käyttäjäkokemusten tunnistaminen on luontointerventioiden palvelumuotoilussa erityisen tärkeää, jotta palvelu vastaisi osallistujien monenlaisiin tarpeisiin.

Myös jatkotutkimuksessa olisi tärkeää keskittyä erityisesti osallistujien omiin kokemuksiin monikulttuurisien ryhmien luontointerventioista. Haastatteluja voisi yhdistää vuorovaikutuksen havainnointiin, etnokulttuurisen empatian mittareihin ja tarvittaessa fysiologisiin mittauksiin. Vaikutusten arviointi edellyttäisi tutkimusasetelmia, jossa erilaisia, eripituisia ja eri tavoin toistuvia interventioita voidaan seurata ennen interventiota, sen aikana ja jälkeen. Näin voitaisiin paremmin erottaa interventiossa syntyneet muutokset pidempään säilyvistä.

Tällainen monimenetelmällinen tutkimus voisi auttaa vastaamaan seuraaviin kulttuurisensitiivisyyttä, empatiaa ja luontointerventioiden vaikutusprosesseja koskeviin avoimiin kysymyksiin:

- Miten osallistujat itse ymmärtävät empatian?
- Millaisiksi osallistujat kokevat psyykkisen turvallisuuden, yhdenvertaisuuden ja luottamuksen luontointerventioissa?
- Miten osallistujien aikaisemmat luontokokemukset ja kulttuurisesti muovautuneet luontosuhteet vaikuttavat psyykkisen turvallisuuden kokemuksiin?
- Miten ohjaus, luontotoiminnan kesto, toistuvuus ja aktiviteetit, ryhmän kokoonpano ja vuorovaikutus sekä luonnonympäristön ominaisuudet kytkeytyvät toisiinsa? Millaisia mahdollisia vaikutusketjuja niiden välille muodostuu, ja vahvistavatko ne toistensa vaikutuksia psyykkisen turvallisuuden, kulttuurienvälisen empatian ja luottamuksen rakentumisessa?
- Miten empaattinen käyttäjäymmärrys affektiivisine, kehollisine, tilannesidonnaisine ja kulttuurisine ulottuvuuksineen voidaan siirtää palvelumuotoilun tuotoksiin?
- Miten luontosuhteen vahvistuminen liittyy pidemmällä aikavälillä osallistujien hyvinvointiin, omaehtoiseen luonnossa liikkumiseen ja ympäristövastuulliseen toimintaan?

Yhteenvetona tutkimuksesta totean, että kulttuurisensitiivisesti ohjatut luontointerventiot voivat tarjota yhden käytännöllisen tavan luoda edellytyksiä osallisuudelle, kaksisuuntaiselle kotoutumiselle ja hyville väestösuhteille osana sosiaalipalveluja. Tutkimuksellani haluan myös muistuttaa, että kuka tahansa voi jossain elämänsä vaiheessa joutua haavoittuvaan asemaan ja tarvita muiden tukea. Siksi kulttuurisensitiivisesti ohjattuja ja yhdenvertaista osallistumista tukevia luontointerventioita ei tulisi nähdä vain tietyille kulttuurisille ryhmille tai erilaisten sosiaalipalvelujen asiakkaille suunnattuina erityisratkaisuina.

Tutkimuksessa kulttuurisensitiivisyys rinnastui myös palvelun esteettömyyteen, millä käytännössä tarkoitettiin erilaisten asiakkaiden osallistumismahdollisuuksien tukemista. Kulttuurisensitiivisyys voidaan siten ymmärtää laajemmin palvelun kykynä mukautua ihmisten erilaisiin elämäntilanteisiin, kokemuksiin, toimintakykyyn ja tarpeisiin ilman, että palvelu määritellään yksinomaan kuntoutumis- tai kotoutumistueksi. Tällainen lähtökohta voi madaltaa kynnystä hakeutua palveluihin sekä parantaa niiden saavutettavuutta ja koettua laatua.

Lisäksi tämä tapaustutkimus kannustaa pohtimaan, miten kantaväestöön kuuluvien ja maahanmuuttajien yhteiset ryhmät ja luontokokemukset sekä luonnon hyvinvointi- ja terveysvaikutukset (Hartig ym., 2014; Zhang, 2014) voisivat nykyistä monipuolisemmin tukea hyvien väestösuhteiden

rakentumista ja planetaarisen terveyden edistämistä (Whitmee ym., 2015). Tämä kytkeytyy laajempaan kysymykseen siitä, miten luontosuhteen ja ympäristövastuun vahvistaminen voidaan yhdistää sosiaalityön tavoitteisiin ja yhteisöjen kriisinkestävyyden tukemiseen (Uusitalo ym., 2024).

8 Lähteet

Ager, A., & Strang, A. (2008). Understanding integration: A conceptual framework. *Journal of Refugee Studies,* 21(2), s. 166–191. https://doi.org/10.1093/jrs/fen016

Alexander, L. H., & Alessi, E. J. (2024). A critical review of the conceptualization of empathy: Toward a deeper understanding for clinical social work practice. *Clinical Social Work Journal*, 52, 300–309. https://doi.org/10.1007/s10615-023-00912-z

Barrett-Lennard, G. T. (1981). The empathy cycle: Refinement of a nuclear concept. *Journal of Counseling Psychology,* 28(2), 91–100. https://doi.org/10.1037/0022-0167.28.2.91

Bauman, Z. (2000). *Liquid modernity*. Polity Press.

Birch, J., Rishbeth, C., & Payne, S. R. (2020). Nature doesn't judge you – how urban nature supports young people's mental health and wellbeing in a diverse UK city. *Health & Place,* 62, 102296. https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2020.102296

Brooks, H. L., Rushton, K., Lovell, K., Bee, P., Walker, L., Grant, L., & Rogers, A. (2018). The power of support from companion animals for people living with mental health problems: A systematic review and narrative synthesis of the evidence. *BMC Psychiatry,* 18, 31. https://doi.org/10.1186/s12888-018-1613-2

Brown, K., Ecclestone, K., & Emmel, N. (2017). The many faces of vulnerability. *Social Policy and Society,* 16(3), s. 497–510. https://doi.org/10.1017/S1474746416000610

Calvo, M., Cruickshank, L., & Sclater, M. (2022). Exploring mutual learning in co-design. International Journal of Design for Social Change, Sustainable Innovation and Entrepreneurship, 3(2), 79–96. https://www.designforsocialchange.org/journal/index.php/DISCERN-J/article/view/94

Chang-Arana, Á. M., Piispanen, M., Himberg, T., Surma-Aho, A., Alho, J., Sams, M., & Hölttä-Otto, K. (2020). Empathic accuracy in design: Exploring design outcomes through empathic performance and physiology. *Design Science,* 6, e16. https://doi.org/10.1017/dsj.2020.14

Charles-Rodriguez, U., Venegas de la Torre, M. D. L. P., Hecker, V., Laing, R. A. & Larouche, R. (2022). The relationship between nature and immigrants' integration, wellbeing and physical activity: A scoping review. *Journal of Immigrant and Minority Health,* 25, s. 190-218. https://doi.org/10.1007/s10903-022-01339-3

Cooley, S. J., Jones, C. R., Kurtz, A., & Robertson, N. (2020). 'Into the wild': A meta-synthesis of talking therapy in natural outdoor spaces. *Clinical Psychology Review,* 77, 101841. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101841

Dautenhahn, K., & Christaller, T. (1997). Towards a social and embodied cognitive psychology for artifacts: Remembering, rehearsal and empathy. Teoksessa S. Ó Nualláin, P. Mc Kevitt & E. Mac Aogáin (toim.), *Two sciences of mind: Readings in cognitive science and consciousness* (s. 257–282). John Benjamins Publishing Company. https://doi.org/10.1075/aicr.9.17dau

Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (toim.). (2018). *The SAGE handbook of qualitative research* (5. painos). SAGE Publications.

Design Council. (2005). *Eleven lessons: Managing design in eleven global brands. A study of the design process*. Design Council.

Dessein, J., & Bock, B. B. (toim.). (2010). *The economics of green care in agriculture*. Loughborough University.

Devecchi, A., & Guerrini, L. (2017). Empathy and design: A new perspective. *The Design Journal, 20*, S4357–S4364. https://doi.org/10.1080/14606925.2017.1352932

Drouet, L., & Lallemand, C. (2024). Empathy in service design: Prompting employees' empathy with users through love and breakup declarations. Teoksessa M. E. Cecchinato, M. Constantinides, S. Gould, C. Lallemand, & M. Jain (toim.), *CHIWORK '24: Proceedings of the 3rd Annual Meeting of the Symposium on Human-Computer Interaction for Work*. (s. 1–14). Association for Computing Machinery. https://doi.org/10.1145/3663384.3663388

Eriksson, K., & Englander, M. (2017). Empathy in social work. *Journal of Social Work Education,* 53(4), 607–621. https://doi.org/10.1080/10437797.2017.1284629

European Commission (2022). *Study on social services with particular focus on personal targeted social services for people in vulnerable situations: Final report.* Publications Office of the European Union. Haettu 25.3.2026 osoitteesta: https://doi.org/10.2767/100434

Euroopan komissio (2020). *Kotouttamista ja osallisuutta koskeva toimintasuunnitelma 2021–2027*. Haettu 25.3.2026 osoitteesta: https://eur-lex.europa.eu/legal-content/FI/TXT/?uri=CELEX:52020DC0758

European Union (2017). *European Pillar of Social Rights*. Haettu 25.3.2026 osoitteesta: https://commission.europa.eu/system/files/2017-11/social-summit-european-pillar-social-rights-booklet_en.pdf

Euroopan Unioni (2012). Euroopan unionin perusoikeuskirja (2012/C 326/02). Euroopan unionin virallinen lehti, C 326, s. 395–407. Haettu 25.3.2026 osoitteesta: https://right-here-right-now.campaign.europa.eu/document/download/940ade19-b53e-46a8-ad62-c844a2708bb5_fi?filename=CELEX_12012P_TXT_FI_TXT.pdf

Eurostat (2024). *Living conditions in Europe - poverty and social exclusion*. Haettu 25.3.2026 osoitteesta: https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Living_conditions_in_Europe_-_poverty_and_social_exclusion

Faehnle, M., Jokinen, J., Karlin, A., & Lyytimäki, J. (2010). *Kaupunkiluonto ja monikulttuurisuus – maahanmuuttajat luontoalueiden kokijoina ja käyttäjinä*. Suomen ympäristökeskus 1/2010. https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/37992/SY_1_2010_kaupunkiluonto_ja_monikulttuurisuus.pdf

García-Llorente, M., Rubio-Olivar, R., & Gutierrez-Briceño, I. (2018). Farming for life quality and sustainability: A literature review of Green Care research trends in Europe. *International Journal of Environmental Research and Public Health,* 15(6), 1282. https://doi.org/10.3390/ijerph15061282

Gentin, S. (2011). Outdoor recreation and ethnicity in Europe—A review. *Urban Forestry & Urban Greening,* 10(3), s. 153–161. https://doi.org/10.1016/j.ufug.2011.05.002

Gerdes, K. E., Segal, E. A., & Lietz, C. A. (2010). Conceptualising and measuring empathy. *British Journal of Social Work,* 40(7), s. 2326–2343. https://doi.org/10.1093/bjsw/bcq048

Graneheim, U. H., Lindgren, B.-M., & Lundman, B. (2017). Methodological challenges in qualitative content analysis: A discussion paper. *Nurse Education Today,* 56, s. 29–34. https://doi.org/10.1016/j.nedt.2017.06.002

Guazzini, A., Valdrighi, G., Fiorenza, M., & Duradoni, M. (2025). The relationship between connectedness to nature and pro-environmental behaviors: A systematic review. *Sustainability,* 17(8), 3686. https://doi.org/10.3390/su17083686

Harper, N. J., Fernee, C. R., & Gabrielsen, L. E. (2021). Nature's role in outdoor therapies: An umbrella review. *International Journal of Environmental Research and Public Health,* 18 (10), 5117. https://doi.org/10.3390/ijerph18105117

Hartig, T., Mitchell, R., de Vries, S., & Frumkin, H. (2014). Nature and health. *Annual Review of Public Health*, 35, s. 207–228. https://doi.org/10.1146/annurev-publhealth-032013-182443

Haubenhofer, D. K., Elings, M., Hassink, J., & Hine, R. E. (2010). The development of Green Care in Western European countries. *The Journal of Science & Healing,* 6(2), s. 106–111. https://doi.org/10.1016/j.explore.2009.12.002

Hawkley, L. C. (2022). Loneliness and health. *Nature Reviews Disease Primers,* 8, 22. https://doi.org/10.1038/s41572-022-00355-9

Hegarty, J. R. (2010). Out of the consulting room and into the woods? Experiences of nature connectedness and self-healing. *European Journal of Ecopsychology*, 1(1), s. 64–84. https://ecopsychology-journal.eu/v1/EJE%20v1_Hegarty.pdf

Hess, J. L., & Fila, N. D. (2017). Empathy in design: A discourse analysis of industrial co-creation practices. Teoksessa B. T. Christensen, L. J. Ball & K. Halskov (toim.), *Analysing design thinking: Studies of cross-cultural co-creation* (s. 483–498). CRC Press.

Hirsjärvi, S., & Hurme, H. (2022). *Tutkimushaastattelu: Teemahaastattelun teoria ja käytäntö* (2. painos). Gaudeamus.

Hojat, M., Maio, V., Pohl, C. A., & Gonnella, J. S. (2023). Clinical empathy: Definition, measurement, correlates, group differences, erosion, enhancement, and healthcare outcomes. *Discover Health Systems, 2*, 8. https://doi.org/10.1007/s44250-023-00020-2

Isola, A.-M., Kaartinen, H., Leemann, L., Lääperi, R., Schneider, T., Valtari, S., & Keto-Tokoi, A. (2017). *Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa*. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Työpaperi 33/2017. https://www.julkari.fi/server/api/core/bitstreams/8d5df466-724c-4a2f-9462-8d69aba680cb/content

Jokela, L., Seppälä, L., Santala, K. & Uusitalo, M. (2022). LUMOT-*käsikirja*. Haettu 15.11. osoitteesta: https://issuu.com/lapinamk/docs/d_7_2022_lumot-kasikirja

Jokela, L., & Uusitalo, M. (toim.). (2022). *Lumoavaa luontoa arjessa ja yhdessä: Miten monikulttuurinen luontotoiminta taipuu osaksi kuntoutumisen ja kotoutumisen palveluja*. Lapin ammattikorkeakoulu. Lapin ammattikorkeakoulun julkaisuja, Sarja B, Tutkimusraportit ja kokoomateokset 11/2022. https://www.theseus.fi/server/api/core/bitstreams/d0640376-f71b-4258-ba63-3bb26aa4dbe2/content

Joschko, L., Pálsdóttir, A. M., Grahn, P., & Hinse, M. (2023). Nature-based therapy in individuals with mental health disorders, with a focus on mental well-being and connectedness to nature: A pilot study. *International Journal of Environmental Research and Public Health,* 20(3), 2167. https://doi.org/10.3390/ijerph20032167

Kaleta, B., Campbell, S., O'Keeffe, J., & Burke, J. (2025). Nature-based interventions: A systematic review of reviews. *Frontiers in Psychology,* 16, 1625294. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1625294

Kela (2022). Yksilöterapiat: Kelan vaativan lääkinnällisen kuntoutuksen palvelukuvaus. Haettu 26.3.2026 osoitteesta: https://www.kela.fi/documents/20124/940710/palvelukuvaus-vaativan-laakinnallisen-kuntoutuksen-yksiloterapiat.pdf/200e3fed-12b2-a4c1-df3a-72feee7877ed?t=1661947698523

Klarenbeek, L. M. (2021). Reconceptualising 'integration as a two-way process'. *Migration Studies,* 9(3), s. 902–921. https://doi.org/10.1093/migration/mnz033

Kogstad, R. E., Agdal, R., & Hopfenbeck, M. S. (2014). Narratives of natural recovery: Youth experience of social inclusion through Green Care. *International Journal of Environmental Research and Public Health,* 11(6), s. 6052–6068. https://doi.org/10.3390/ijerph110606052

Kostilainen, H., Määttä, A., Nieminen, A., & Perikangas, S. (2020). Yhteiskehittäminen hyvän elämän palvelujen muotoiluna. Teoksessa J. Helminen (toim.), *Näkökulmia osallistavaan tutkimus-, kehittämis- ja innovaatiotoimintaan*: Diakonia-ammattikorkeakoulun TKI-toiminnan vuosikirja 5 (s. 36–49). Diakonia-ammattikorkeakoulu. https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-493-348-3

Kouprie, M., & Sleeswijk Visser, F. (2009). A framework for empathy in design: Stepping into and out of the user's life. *Journal of Engineering Design,* 20(5), s. 437–448. https://doi.org/10.1080/09544820902875033

Kozakevich Arbel, E., Shamay-Tsoory, S. G., & Hertz, U. (2021). Adaptive Empathy: Empathic Response Selection as a Dynamic, Feedback-Based Learning Process. *Frontiers in Psychiatry,* 12*,* 706474. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2021.706474

Kozakevich Arbel, E., Shamay-Tsoory, S. G., & Hertz, U. (2024). Adaptive empathic response selection is sensitive to multiple dimensions of social interaction. *Communications Psychology, 2,* 112. https://doi.org/10.1038/s44271-024-00164-8

Kuusio, H., Mäkipää, L., Klemettilä, K.-L., Nykänen, S., Kytö, S., & Lilja, E. (2023). *Kansallinen tutkimus ulkomailla syntyneiden terveydestä, hyvinvoinnista ja palveluista - MoniSuomi 2022 -tutkimus. Keskeisiä havaintoja päätöksenteon tueksi.* Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Tutkimuksesta tiiviisti 54/2023. https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-408-208-2

Kuusio, H., Mäkipää, L., Klemettilä, K.-L., Nykänen, S., Kytö, S., & Lilja, E. (2023). *Kansallinen tutkimus ulkomailla syntyneiden terveydestä, hyvinvoinnista ja palveluista - MoniSuomi 2022 -tutkimus. Keskeisiä havaintoja päätöksenteon tueksi.* Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Tutkimuksesta tiiviisti 54/2023. https://www.julkari.fi/server/api/core/bitstreams/987adc02-c793-4c3c-b089-6549d4eeb7fc/content

Lambert, L. M. (2024). Ecological empathy: Relational theory and practice. *Ecosystems and People*, 20(1), 2396919. https://doi.org/10.1080/26395916.2024.2396919

Lampert, T., Costa, J., Santos, O., Sousa, J., Ribeiro, T., & Freire, E. (2021). Evidence on the contribution of community gardens to promote physical and mental health and well-being of non-institutionalized individuals: A systematic review. *PLOS ONE,* 16(8), e0255621. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0255621

Leemann, L., & Hämäläinen, R.-M. (2016). Asiakasosallisuus, sosiaalinen osallisuus ja matalan kynnyksen palvelut: Pohdintaa käsitteiden sisällöstä. *Yhteiskuntapolitiikka,* 81(5), s. 586–594. https://www.julkari.fi/server/api/core/bitstreams/12a49441-34a6-4c45-8e16-f4ac1219d739/content

Lengieza, M. L., Aviste, R., & Richardson, M. (2023). The human–nature relationship as a tangible target for pro-environmental behaviour: Guidance from interpersonal relationships. *Sustainability,* 15(16), 12175. https://doi.org/10.3390/su151612175

Maahanmuuttovirasto (2025). Vuosittainen maahanmuutto- ja turvapaikkaraportti – Suomi 2024. Haettu 25.3.2026 osoitteesta: https://emn.fi/euroopan-muuttoliikeverkoston-vuosiraportti-2024-julkaistu/

Mattelmäki, T., Vaajakallio, K., & Koskinen, I. (2014). What happened to empathic design? *Design Issues,* 30(1), s. 67–77. https://doi.org/10.1162/DESI_A_00249

Moriggi, A., Soini, K., Bock, B. B., & Roep, D. (2020). Caring in, for, and with nature: An integrative framework to understand Green Care practices. *Sustainability,* 12(8), 3361. https://doi.org/10.3390/su12083361

Mäkinen, M. (2023). *”Ihminen minäkin olen”: Kokemuksia monimuotoisuudesta ja sosiaalipalveluiden palveluekosysteemistä*. [Väitöskirja, Lapin yliopisto]. Acta electronica Universitatis Lapponiensis 353. https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-337-354-9

Nelson, D. W. (2009). Feeling good and open-minded: The impact of positive affect on cross cultural empathic responding. *The Journal of Positive Psychology,* 4(1), s. 53–63. https://doi.org/10.1080/17439760802357859

New, S., & Kimbell, L. (2013). *Chimps, designers, consultants and empathy: A “theory of mind” for service design*. 2nd Cambridge Academic Design Management Conference, Cambridge, UK, 4–5 September 2013.

Nivala, E., & Ryynänen, S. (2019). *Sosiaalipedagogiikka: Kohti inhimillisempää yhteiskuntaa*. Gaudeamus.

Obeng, J. K., Kangas, K., Stamm, I., & Tolvanen, A. (2023). Promoting Sustainable Well-Being Through Nature-Based Interventions for Young People in Precarious Situations: Implications for Social Work: A Systematic Review. *Journal of Happiness Studies,* 24, s. 2881–2911. https://doi.org/10.1007/s10902-023-00683-x

Oikeusministeriö (2026). *Hyvät väestösuhteet.* Haettu 26.3.2026 osoitteesta: https://oikeusministerio.fi/hyvat-vaestosuhteet

One Health High-Level Expert Panel (OHHLEP), Adisasmito, W. B., Almuhairi, S., Behravesh, C. B., Bilivogui, P., Bukachi, S. A., Casas, N., Cediel Becerra, N., Charron, D. F., Chaudhary, A., Ciacci Zanella, J. R., Cunningham, A. A., Dar, O., Debnath, N., Dungu, B., Farag, E., Gao, G. F., Hayman, D. T. S., Khaitsa, M., Koopmans, M. P. G., Machalaba, C., Mackenzie, J. S., Markotter, W., Mettenleiter, T. C., Morand, S., Smolenskiy, V., & Zhou, L. (2022). One Health: A new definition for a sustainable and healthy future. *PLOS Pathogens,* 18(6), e1010537. https://doi.org/10.1371/journal.ppat.1010537

Pareigis, J., Edvardsson, B., & Enquist, B. (2011). Exploring the role of the service environment in forming customer's service experience. *International Journal of Quality and Service Sciences,* 3(1), s. 110–124. https://doi.org/10.1108/17566691111115117

Patwary, M. M., Bardhan, M., İnan, H. E., Browning, M. H. E. M., Disha, A. S., Haque, M. Z., Helmy, M., Ashraf, S., Dzhambov, A. M., Shuvo, F. K., Alam, M. A., Billah, S. M., Kabir, M. P., Hossain, M. R., Azam, M. G., Rahman, M. M., Swed, S., Sah, R., Montenegro-Idrogo, J. J., Bonilla-Aldana, D. K., & Rodriguez-Morales, A. J. (2024). Exposure to urban green spaces and mental health during the COVID-19 pandemic: Evidence from two low and lower-middle-income countries. *Frontiers in Public Health,* 12, 1334425. https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1334425

Pedersen, I., Patil, G., Berget, B., Ihlebæk, C., & Gonzalez, M. T. (2016). Mental health rehabilitation in a care farm context: A descriptive review of Norwegian intervention studies. *Work,* 53(1), s. 31–43. https://doi.org/10.3233/WOR-152213

Pettigrew, T. F., & Tropp, L. R. (2006). A meta-analytic test of intergroup contact theory. *Journal of Personality and Social Psychology,* 90(5), s. 751–783. https://doi.org/10.1037/0022-3514.90.5.751

Pettigrew, T. F., & Tropp, L. R. (2008). How does intergroup contact reduce prejudice? Meta-analytic tests of three mediators. *European Journal of Social Psychology,* 38(6), s. 922–934. https://doi.org/10.1002/ejsp.504

Porges, S. W. (2022). Polyvagal theory: A science of safety. *Frontiers in Integrative Neuroscience,* 16, 871227. https://doi.org/10.3389/fnint.2022.871227

Porges, S. W., & Dana, D. A. (toim.). (2018). *Clinical applications of the polyvagal theory: The emergence of polyvagal-informed therapies*. W. W. Norton & Company.

Puhakka, R., Pitkänen, K., & Oinonen, I. (2021). Maahanmuuttajataustaisten nuorten luontosuhde ja luonnon virkistyskäyttö: Tutkimus Lahden yläkoululaisista. *Terra,* 133(4), s. 173–187. https://doi.org/10.30677/terra.110808

Rasoal, C., Eklund, J., & Hansen, E. M. (2011). Toward a conceptualization of ethnocultural empathy. *Journal of Social, Evolutionary, and Cultural Psychology,* 5(1), s. 1–13. https://doi.org/10.1037/h0099278

Salomon, R. E., Salomon, A. D., & Beeber, L. S. (2018). Green Care as psychosocial intervention for depressive symptoms: What might be the key ingredients? *Journal of the American Psychiatric Nurses Association,* 24(3), s. 199–208. https://doi.org/10.1177/1078390317723710

Sempik, J., Hine, R., & Wilcox, D. (toim.). (2010). *Green care: A conceptual framework*. A report of the Working Group on the Health Benefits of Green Care, COST Action 866, Green Care in Agriculture. Loughborough University.

Shamay-Tsoory, S. G., & Hertz, U. (2022). Adaptive Empathy: A Model for Learning Empathic Responses in Response to Feedback. *Perspectives on Psychological Science,* 17(4), s. 1008–1023. https://doi.org/10.1177/17456916211031926

Shanahan, D. F., Astell-Burt, T., Barber, E. A., Brymer, E., Cox, D. T. C., Dean, J., Depledge, M., Fuller, R. A., Hartig, T., Irvine, K. N., Jones, A., Kikillus, H., Lovell, R., Mitchell, R., Niemelä, J., Nieuwenhuijsen, M., Pretty, J., Townsend, M., van Heezik, Y., Warber, S., & Gaston, K. J. (2019). Nature-based interventions for improving health and wellbeing: The purpose, the people and the outcomes. *Sports,* 7(6), 141. https://doi.org/10.3390/sports7060141

Soini, K. (toim.). (2014). *Luonnosta hoivaa ja voimaa: Miten arvioida Green Care -toiminnan vaikuttavuutta*. MTT Kasvu 21. Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskus. https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-487-510-3

Sosiaali- ja terveysministeriö. (2026). *Sosiaalipalvelut*. Haettu 27.3.2026 osoitteesta: https://stm.fi/sosiaalipalvelut

Stickdorn, M., & Schneider, J. (toim.). (2010). *This is service design thinking: Basics, tools, cases*. BIS Publishers.

Stodolska, M., Peters, K., & Horolets, A. (2017). Changes in recreation participation in natural environments after immigration among immigrants in the U.S., Netherlands, Germany and Poland. *Leisure Studies,* 36(6), s. 811–824. https://doi.org/10.1080/02614367.2016.1271820

Surma-Aho, A., & Hölttä-Otto, K. (2022). Conceptualization and operationalization of empathy in design research. *Design Studies,* 78, 101075. https://doi.org/10.1016/j.destud.2021.101075

Tam, T., Hewstone, M., Kenworthy, J. B., & Cairns, E. (2009). Intergroup trust in Northern Ireland. *Personality and Social Psychology Bulletin,* 35(1), s. 45–59. https://doi.org/10.1177/0146167208325004

Tilastokeskus. (2026). *Maahanmuuttojen määrä väheni Suomessa vuonna 2025*. *Muuttoliike 2025*. Haettu 25.3.2026 osoitteesta: https://stat.fi/fi/julkaisu/cmfkx2ozsl54w07w0x1ebt9jj

Timmons, A. C., Margolin, G., & Saxbe, D. E. (2015). Physiological linkage in couples and its implications for individual and interpersonal functioning: A literature review. *Journal of Family Psychology,* 29(5), s. 720–731. https://doi.org/10.1037/fam0000115

Tomasso, L. P., Cedeño Laurent, J. G., Chen, J. T., Catalano, P. J., & Spengler, J. D. (2021). Cultural sets shape adult conceptualizations and relationships to nature. *Sustainability,* 13(20), 11266. https://doi.org/10.3390/su132011266

Tronto, J. C. (2013). *Caring democracy: Markets, equality, and justice.* New York University Press.

Troughton, A., Chin, M., & Amankwaa, I. (2024). Nature as a therapeutic place and tool for enhancing service users' engagement in mental health services: A comprehensive synthesis of evidence. *Health & Place,* 89, 103344. https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2024.103344

Tuomi, J., & Sarajärvi, A. (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi* (uudistettu laitos). Tammi.

Turner, R. N., Hewstone, M., & Voci, A. (2007). Reducing explicit and implicit outgroup prejudice via direct and extended contact: The mediating role of self-disclosure and intergroup anxiety. *Journal of Personality and Social Psychology,* 93(3), s. 369–388. https://doi.org/10.1037/0022-3514.93.3.369

Tyrväinen, L., Halonen, J. I., Pasanen, T., Ojala, A., Täubel, M., Kivelä, S., ym. (2024). *Luontoympäristön terveysvaikutukset ja niiden taloudellinen merkitys*. Luonnonvara- ja biotalouden tutkimus 76/2025. Luonnonvarakeskus. https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-380-963-5

Työ- ja elinkeinoministeriö. (2026). *Kotoutumispalveluilla tuetaan maahanmuuttajan kotoutumista ja työllistymistä Suomeen*. Haettu 25.3.2027 osoitteesta: https://tem.fi/kotouttamispalvelut

Uusitalo, M., Jokela, L., Santala, K., & Seppälä, L. (2021). Kohtaamisia luonnossa: Kokemuksia monikulttuurisen luontotoiminnan yhteiskehittämisestä. *Terra,* 133(4), s. 217–220. https://terra.journal.fi/article/view/111516

Uusitalo, M., Kangas, K., Shackelford, A., Budimir, M., Obeng, J., Shailendra, R., Mansueto, M., Tolvanen, A. 2024. Kohti yhteisöjen kriisinkestävyyttä: Ekososiaalinen sosiaalityö luonto-pohjaisten ratkaisujen tuottajana. Luonnonvara- ja biotalouden tutkimus 109/2024. https://jukuri.luke.fi/handle/10024/555781

van Rhyn, B., Barwick, A., & Donelly, M. (2021). Embodiment as an instrument for empathy in social work. *Australian Social Work,* 74(2), s. 146–158. https://doi.org/10.1080/0312407X.2020.1839112

Vehmasto, E. (toim.). (2014). *Green Care -toimintatavan suuntaviivat Suomessa*. MTT Kasvu 20. Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskus. https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-487-509-7

Vehmasto, E., Salonen, K., Ilmarinen, K., Hirvonen, J., Saarinen, S., Peuraniemi, T., Paakkolanvaara, J.-V., Aho, M., & Lipponen, M. (2021*). Suomalainen Green Care: Green Care -toimintatavan käsikirja & LuontoHoivan ja LuontoVoiman laatutyökirja*. Luonnonvarakeskus. http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-380-189-9

Vieten, C., Rubanovich, C. K., Khatib, L., Sprengel, M., Tanega, C., Polizzi, C., Vahidi, P., Malaktaris, A., Chu, G., Lang, A. J., Tai-Seale, M., Eyler, L., & Bloss, C. (2024). Measures of empathy and compassion: A scoping review. *PLOS ONE,* 19(1), e0297099. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0297099

Vujčić, M., Tomićević-Dubljević, J., Živojinović, I., & Tošković, O. (2019). Connection between urban green areas and visitors' physical and mental well-being. *Urban Forestry & Urban Greening,* 40, 299–307. https://doi.org/10.1016/j.ufug.2018.01.028

Vuori, J. (2012). Arjen kansalaisuus, sukupuoli ja kotouttamistyö. Teoksessa S. Keskinen, J. Vuori & A. Hirsiaho (toim.), *Monikulttuurisuuden sukupuoli: Kansalaisuus ja erot hyvinvointiyhteiskunnassa* (s. 235–262). Tampere University Press.

Wagner, C., Grob, C., & Hediger, K. (2022). Specific and non-specific factors of animal-assisted interventions considered in research: A systematic review. *Frontiers in Psychology,* 13, 931347. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.931347

Wallander, L. (2022). Uncovering social workers' knowledge use: A study of the tacit-explicit dimension of social workers' professional judgements. *Social Work & Social Sciences Review,* 22(3), s. 5–27. https://doi.org/10.1921/swssr.v22i3.1638

Wang, Y.-W., Davidson, M. M., Yakushko, O. F., Savoy, H. B., Tan, J. A., & Bleier, J. K. (2003). The Scale of Ethnocultural Empathy: Development, validation, and reliability. *Journal of Counseling Psychology,* 50(2), s. 221–234. https://doi.org/10.1037/0022-0167.50.2.221

Whitmee, S., Haines, A., Beyrer, C., Boltz, F., Capon, A. G., de Souza Dias, B. F., Ezeh, A., Frumkin, H., Gong, P., Head, P., Horton, R., Mace, G. M., Marten, R., Myers, S. S., Nishtar, S., Osofsky, S. A., Pattanayak, S. K., Pongsiri, M. J., Romanelli, C., Soucat, A., Vega, J., & Yach, D. (2015). Safeguarding human health in the Anthropocene epoch: Report of The Rockefeller Foundation–Lancet Commission on planetary health. The Lancet, 386(10007), s. 1973–2028. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(15)60901-1

World Health Organization (2016). *Urban green spaces and health*. Haettu 27.3.2026 osoitteesta: https://iris.who.int/handle/10665/345751

Yaghoubi Jami, P., Walker, D. I., & Mansouri, B. (2024). Interaction of empathy and culture: A review. *Current Psychology,* 43(4), s. 2965–2980. https://doi.org/10.1007/s12144-023-04422-6

Yli-Viikari, A., & Honkasalo, M. (2026). Luonnon terveysvaikutukset: Kohti yhtenäistä teoriaa ihmisen hyvinvoinnista ja selviytymisestä. Sosiaalilääketieteellinen Aikakauslehti. https://doi.org/10.23990/sa.181574

Yli-Viikari, A., Mäkinen, S., Porthen, A., Pohjola-Stenroos, S., Rutanen, J., & Kattilakoski, M. (2022). *Aloite luontolähtöisten menetelmien valtakunnallisesta käyttöönottamisesta*. *Green Care Finland*. Haettu 27.3.2026 osoitteesta: https://www.gcfinland.fi/tiedostopankki/968/STM-Aloite-Luontolahtoisten-menetelmien-kehittaminen25012022.pdf

Yli-Viikari, A., Uusitalo, M., & Leikola, A. (2024). Terveyttä tuottava luontoyhteys – yksi hyvinvointialueen pelastusrenkaista? *Kuntoutus,* 47(4), s. 42–47. https://doi.org/10.37451/kuntoutus.154796

Zeira, A., & Rosen, A. (2000). Unraveling "tacit knowledge": What social workers do and why they do it. *Social Service Review,* 74(1), s. 103–123. https://doi.org/10.1086/514459

Zhang, J. W., Piff, P. K., Iyer, R., Koleva, S., & Keltner, D. (2014). An occasion for unselfing: Beautiful nature leads to prosociality. *Journal of Environmental Psychology,* 37, s. 61–72. https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2013.11.008

Zhou, P., Ma, H., Zou, B., Zhang, X., Zhao, S., Lin, Y., Wang, Y., Feng, L., & Wang, G. (2023). A conceptual framework of cognitive-affective theory of mind: Towards a precision identification of mental disorders. *Mental Health Research,* 2, Article 12. https://doi.org/10.1038/s44184-023-00031-0

Liitteet

Liite 1. Teemahaastattelun runko

Teema 1: Luontotyöpajat

1. Näytä valitsemasi kuva tai kuvia työpajasta, joka onnistui mielestäsi parhaiten. Kerro tästä työpajasta.

Ohjaavat kysymykset (tarvittaessa):

- Mitä sinä teit?
- Mitä osallistujat tekivät?
- Mikä rooli luonnolla oli työpajassa?
- Millaista palautetta työpajasta annettiin?

2. Kerro vuorovaikutuksesta työpajan aikana.

Ohjaavat kysymykset (tarvittaessa):

- Mistä ihmiset keskustelivat?
- Mitä opit osallistujilta?
- Mitä he oppivat sinulta entä toisiltaan?
- Millaisia tunteita ilmaistiin?
- Miten ihmiset auttoivat toisiaan?
- Miten luonnosta pidettiin huolta?

Teema 2: Empatia

1. Kerro empatiasta sosiaalityössä.

Ohjaavat kysymykset (tarvittaessa):

- Kerro omin sanoin, miten sinä ymmärrät empatian?
- Miten näet empatian merkityksen ja tarpeen omassa työssäsi?

2. Mieti uudelleen äsken kuvaamaasi luontotyöpajaa. Kerro, miten empatia toimi ja näkyi työpajassa.

Ohjaavat kysymykset (tarvittaessa):

- Millaisiin tilanteisiin liittyi empatiaa?
- Miten luonnonympäristö auttoi rakentamaan empatiaa osallistujia entä luontoa kohtaan?

Teema 3: Luontotyöpajojen käsikirjan laatiminen ja empatian rakentaminen sen avulla

1. Mieti palvelumuotoiluprosessiamme. Kerro omin sanoin, miten koit tai näit palvelumuotoiluprosessin.

2. Kerro, oliko empatiaa mukana palvelumuotoiluprosessissa ja kuvaile myös, miten se oli mukana.

Ohjaavat kysymykset (tarvittaessa):

- Miten ihmisten luontosuhdetta edistettiin?
- Miten asiakkaiden henkilökohtaista kasvua ja voimaannuttamista edistettiin?
- Miten monikulttuurista osaamista edistettiin?

3. Kerro, voidaanko käsikirjan avulla edistää empatiaa työpajoissa ja kuvaile myös, miten kirja sitä edistää.

Ohjaavat kysymykset (tarvittaessa):

- Miten empatiaa voidaan rakentaa työpajan rakentamisen eri vaiheissa: suunnitteluvaiheessa, suoritusvaiheessa ja pohdinta- ja kehitysvaiheessa?

4. Kerro lopuksi, miten koit muut KUPO-hankkeen yhteissuunnittelutilaisuudet suhteessa palvelumuotoiluun erityisesti empatian näkökulmasta?

Liite 2. Otteita LUMOT-käsikirjasta













