

Uudistavien, luontolähtöisten palvelujen vaikutukset yksilön pystyvyyteen ja toimijuuteen viheliäisten ongelmien keskellä

Green Care –päivät 16.9.2026

**Kati Kiehinen, VTL, fysioterapeutti (AMK), terveyshallintotieteiden
väitöskirjatutkija**

**TKI-asiantuntija ja tiiminvetäjä, Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu Xamk**



**Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu**

Viheliäisen ongelman mittakaava ja ihmisen kokemus

- **Voiko luontolähtöinen palvelu muuttaa kokemusta omasta vaikutusmahdollisuudesta?**
 - Ilmastonmuutos, luontokato, yksinäisyys, mielenterveyden haasteet ja palvelujärjestelmän kestävyys ovat toisiinsa kietoutuvia ongelmia, joihin ei ole yhtä selkeää ratkaisua.
 - Yksilölle ongelmien mittakaava voi näyttäytyä lamaannuttavana. Oma osuus tuntuu pieneltä, ja samalla arjen voimavarat voivat olla vähissä.
 - Voiko luontolähtöinen palvelu tarjota paitsi hyvinvointia myös turvallisen paikan harjoittaa ja rakentaa toimijuutta?



Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu

Pystyvyys ja toimijuus

- **Uskonko pystyväni?**

- Pystyvyydellä tarkoitan ihmisen uskoa kykyynsä toteuttaa tietyn tavoitteen edellyttämää toimintaa. Se vaikuttaa siihen, mihin ihminen ryhtyy, miten hän ponnistelee ja miten hän reagoi vastoinkäymisiin.

- **Onko minulla mahdollisuus toimia?**

- Toimijuus on tätä laajempi käsite. Se koskee ihmisen tosiasiallisia mahdollisuuksia tehdä valintoja, käyttää resursseja, osallistua ja vaikuttaa.
- Toimijuutta on myös itsen ulkopuolella; toimijuus voi vahvistua esimerkiksi paikallisyhteisössä

=> Pystyvyys voi vahvistua, mutta toimijuus jäädä silti kapeaksi, jos palvelu, toimeentulo, saavutettavuus tai muut rakenteelliset ehdot eivät tue toimintaa.

Lähteitä, esim.: Anthony Giddensin strukturaatioteoria ja Albert Banduran minäpystyvyys.

Luontolähtöiset interventiot ja toimijuus

- **Kolme keskeistä elementtiä:**
 - Autonomia ja vastuu
 - Taitojen oppiminen
 - Sosiaalinen yhteys ja luontoyhteys
- **Toimijuuden kannalta kiinnostavia vaikuttavuutta muovaavia tekijöitä ovat autonomia, vastuu, taitojen ja tiedon omaksuminen, sosiaalinen ulottuvuus, luontoyhteys sekä osallistujan motivaatio ja mieltymykset.**
- **Luonto ei ole vain rauhoittava maisema. Merkitystä voi olla sillä, saako ihminen luonnossa valita, tehdä, oppia, kantaa sopivasti vastuuta ja kuulua yhteisöön.**

Vaikutusketju

- **Luontoympäristössä kuormitus voi lievittyä sen verran, että ihminen pystyy suuntaamaan huomiotaan uudelleen.**
 - Kehollinen ja kokemuksellinen yhteys voi vahvistaa läsnäoloa.
- **Luonnossa tehtävä konkreettinen ja sopivan kokoinen toiminta tarjoaa mahdollisuuden oppia, huomata oma osaaminen ja kokea onnistumista.**
- **Pystyvyyden vahvistuminen voi avata uusia toimintamahdollisuuksia: ihminen voi havaita, että hän kykenee tekemään jotakin oman hyvinvointinsa, yhteisönsä tai luonnon hyväksi.**
- **Ratkaisevaa on kuitenkin palvelun toteutus.**

=> Ketju ei käynnisty automaattisesti vain siksi, että toiminta tapahtuu luonnossa.



Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu

Milloin luontolähtöinen palvelu on uudistavaa?

- **Kaikki luontolähtöiset palvelut eivät automaattisesti ole uudistavia.**
 - Uudistavuus on kysymys siitä, mitä palvelu muuttaa, kenen hyvinvointia se vahvistaa ja millaista suhdetta muuhun luontoon se rakentaa.
- **Uudistava palvelu ei käsittele luontoa vain ihmisen hyvinvoinnin välineenä.**
 - Se voi rakentaa vastavuoroisuutta, jossa ihminen myös hoivaa, suojelee tai vahvistaa elinympäristöä.
- **Palvelu lisää osallistujan valinnanmahdollisuuksia, osallisuutta ja kykyä toimia.**
 - Samalla se tavoittelee hyötyjä yksilölle ja yhteisölle sekä mahdollisuuksien mukaan ekosysteemille.
- **Hoivaa voidaan tarkastella myös ihmisiin, yhteisöihin ja ekosysteemeihin ulottuvissa suhteissa sekä oppimisen merkityksestä.**

Lähde, esim.: Moriggi, A., Soini, K., Franklin, A., & Roep, D. (2020). A Care-Based Approach to Transformative Change: Ethically-Informed Practices, Relational Response-Ability & Emotional Awareness. *Ethics, Policy & Environment*, 23(3), 281–298. <https://doi.org/10.1080/21550085.2020.1848186>



Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu

Luontoyhteyden vahvistaminen osana palvelujärjestelmää



Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu

Vastuuta ei saa siirtää yksilöille

- Emme voi ratkaista ilmasto- tai luontokriisiä lähettämällä kuormittuneita ihmisiä metsään. Emmekä voi korjata palvelujärjestelmän puutteita kehottamalla asiakasta olemaan aktiivisempi.
- Luontolähtöinen palvelu voi tukea voimavaroja ja toimintamahdollisuuksia. Samalla organisaatioiden, palvelujärjestelmän ja päätöksenteon on muutettava niitä ehtoja, joissa ihmiset toimivat.
- Toimijuus ei siis ole vain yksilön ominaisuus. Se syntyy suhteissa, käytännöissä ja mahdollisuuksissa, joita ympäristö ja rakenteet avaavat tai sulkevat.

Katso esim. tuore artikkeli Sosiaalilääketieteellisessä aikakauslehdessä 2026:63. "Luonnon terveysvaikutukset: kohti yhtenäistä teoriaa ihmisen hyvinvoinnista ja selviytymisestä". Anja Yli-Viikari LUKE ja Marja Honkasalo LUKE [Luonnon terveysvaikutukset: kohti yhtenäistä teoriaa ihmisen hyvinvoinnista ja selviytymisestä](#)



Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu

Mitä jos palvelun tulos olisikin toimijuus?



Uudistavan luontolähtöisen palvelun tulos voisi näkyä kolmella tasolla:

1. minä voin paremmin,
2. minä pystyn toimimaan ja
3. minä voin olla osa itseäni suurempaa muutosta.

Viheliäiset ongelmat eivät ratkea yksilön pystyvyydellä. Mutta ilman ihmisten kokemusta omasta toimijuudestaan niiden ratkaiseminen on vaikeaa.



Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu



Tunne huomisen.