

LÄHILUONTO OULULAISTEN HYVINVOINTIA TUKEMASSA:

LÄHILUONTOKYSELY JA TYÖPAJAT LUONTOLAHTOISEN TOIMINNAN KIRITTÄJINÄ

Paula Ratava

Sosionomi (YAMK) -opiskelija, Ekososiaalinen työ ja globaaliosaaminen -tutkinto-ohjelma, Diakonia-ammattikorkeakoulu
Kestävän tulevaisuuden kehittäjäopettaja, Oulun kaupunki

TAUSTA JA TARVE

- Globaalit kriisit, kuten luontokato, kuormittavat sekä ihmisen että ympäröivän planeetan hyvinvointia.
- Lukuisat tutkimukset kertovat luonnon terveys- ja hyvinvointihyödyistä ja toisaalta ihmisen luontoyhteyden olevan katkolla.
- Lähiluonnolla on kestävyysmurroksessa suuri rooli, sillä sen kautta konkretisoituu niin yhteys koko elonkirjoon ja ilmastokriisiin kuin laajalti hyvän elämän osatekijöihin ja merkitykselliseen elämään.
- Voisiko lähiluonto tukea oululaisten hyvinvointia paremmin ja samalla edistää kaikkien yhteistä hyvinvointia?

TAVOITTEET

- **Tarkoitus:** Kartoittaa ja kuvailla lähiluontoon lähtemisen esteitä ja lähiluonnon hyvinvointia tukevia tekijöitä sekä koota toimenpiteitä lähiluonnon tuomiseksi osaksi oululaisten arkea sekä planetaarisen hyvinvoinnin edistämiseksi.
- **Tavoite 1:** Tutkia kaupunkilaisten kokemuksia lähiluontoon lähtemisen esteistä ja lähiluonnon hyvinvointia tukevista tekijöistä lähiluontokyselyn avulla.
- **Tavoite 2:** Koota ja kehittää osallistavissa työpajoissa menetelmiä ja tapoja lähiluonnon saavutettavuuden parantamiseen ja luontolähtöisten menetelmien lisäämiseen kaupunkiorganisaatiossa.
- **Tavoite 3:** Laatia osallistavien työpajojen avulla suunnitelma, jonka toimenpiteet edistävät lähiluonnon saavutettavuutta ja kokonaisvaltaista, planetaarista, hyvinvointia.

JOHTOPÄÄTÖKSET

- Kyselyyn vastanneet ovat huolissaan lähiluonnon määrästä ja laadusta, kuten elvyttävyydestä.
- Lähiluontoon lähtemiseen ja sen terveys- ja hyvinvointihyötyjen äärelle pääsemiseen tarvitaan kaupungin tukea.
- Luontolähtöisten toimintatapojen käyttöönottoon kaupungissa tarvitaan sekä johdon tukea ja mahdollistamista että yhteistä asennemuutosta koko kaupungissa.
- Kaupunkisuunnitteluun liittyy myös luontolähtöisyyden edistämisen kanssa ristiriitaisia tavoitteita, joten on tärkeää mahdollistaa rakentava dialogi ja poikkihallinnollinen yhteistyö teemassa.

KEHITTÄMISTYÖN VAIHEET

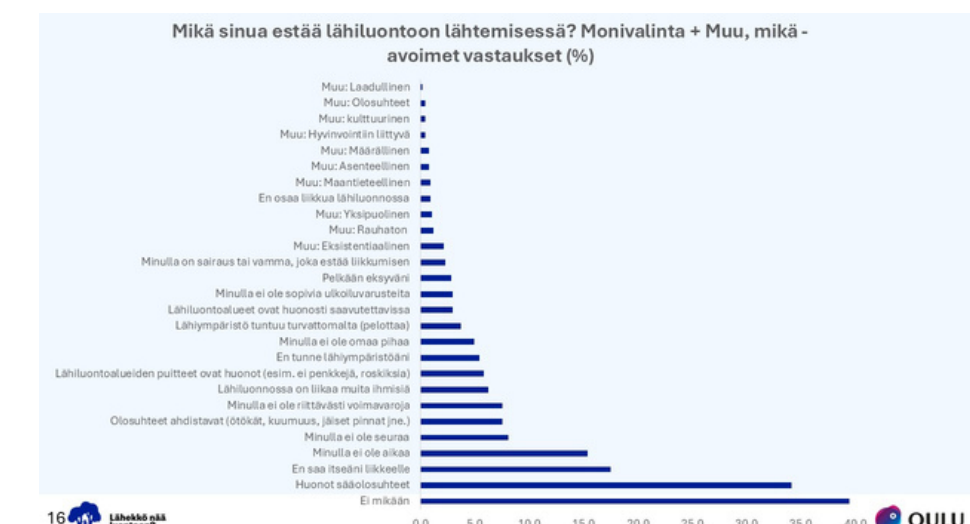
- Suunnittelussa ja menetelmien valinnassa päädyttiin moninäkökulmaiseen ja -vaiheiseen analyysiin monipuolisen tuotoksen eli suunnitelman laatimiseksi.
- Tiedonhaulla taustoitettiin lähiluonnon saavutettavuuden esteitä ja hyvinvointia tukevia tekijöitä, luontolähtöisiä toimintatapoja kaupungeissa sekä perehdyttiin olemassa olevaan tutkimuskirjallisuuteen ja käytännön toimintaan.
- Lähiluontokyselystä analysoitiin kahta kysymystä sekä laadullisesti että määrällisesti: este- ja hyvinvointikysymystä.
- Osallistavista työpajoista koottiin ratkaisuja kyselystä nousseisiin esteisiin.
- Palvelumuotoilulla kiteytettiin koko prosessia (Kuva 1).

TULOKSET

1. Kyselyn perusteella suurimmiksi esteiksi nousivat oma asenne ja olosuhteet (Kuva 2), kun taas hyvinvointia tukeviksi tekijöiksi lähiluonnon määrä ja laatu (Kuva 3).
2. Työpajoista nousi luontolähtöisiä toimenpiteitä sekä johtamiseen ja rakenteisiin, yhteiseen toimintakulttuuriin, yhteistyöhön ja osaamiseen että työntekijän itsensä toimintaan.
3. Tuotokseen eli suunnitelmaan kiteytettiin teemoiksi elvyttävän lähiluonnon kriteerit, luontolähtöiset palvelut, ihmisen ja yhteisöjen aktiivisuus sekä luontomyönteinen työyhteisö sekä niihin toimenpide-ehdotukset ja taustatietoa.



Kuva 1: Tämän kehittämispainotteisen opinnäytetyön tuotoksen prosessi: menetelmät, tavoitteet ja lopputuotos.



Kuva 2. Mikä sinua estää lähiluontoon lähtemisessä? -kysymyksen vastausten (N = 1329) jakauma. Prosenttiosuus kertoo, kuinka suuri osa vastaajista (755 kpl) valitsi kyseisen vaihtoehdon.



Kuva 3: Millä tavoin lähiluonto tukisi hyvinvointiasi nykyistä paremmin? -kysymyksen vastausten (N = 727) jakauma. Prosenttiosuus kertoo, kuinka suuri osa vastauksista kuuluu kuhunkin yläluokkaan.

SUOSITELTAVAA
TUTKIMUSKIRJALLISUUTTA

Leppänen & Pajunen, 2017. Terveysmetsä - tunnista ja koe elvyttävä luonto.
Tyrväinen ym., 2024. Luontoympäristön terveysvaikutukset ja niiden taloudellinen merkitys.
Lipponen ym., 2023. Terveysmetsätoiminta hyvinvoinnin ja terveyden edistämässä.