JYX JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ

This is a self-archived version of an original article. This version may differ from the original in pagination and typographic details.

Author(s): Kuorelahti, Marianne

Title: Yhteisöllisten ja luontolähtöisten menetelmien vaikuttavuus aikuissosiaalityössä

Year: 2022

Version: Published version

Copyright: © Kirjoittajat, Talentia ry & Sosiaalityön tutkimuksen seura, 2022

Rights: In Copyright

Rights url: http://rightsstatements.org/page/InC/1.0/?language=en

Please cite the original version:

Kuorelahti, M. (2022). Yhteisöllisten ja luontolähtöisten menetelmien vaikuttavuus aikuissosiaalityössä. Tutkiva sosiaalityö, 2022, 57-81. http://www.sosiaalityontutkimuksenseura.fi/data/_uploaded/file/tutkivasosiaalityo2022-valmis-valmis.pdf

Marianne Kuorelahti
YTL, projektitutkija
Jyväskylän yliopisto, Kokkolan yliopistokeskus Chydenius
marianne.m.kuorelahti@jyu.fi

Yhteisöllisten ja luontolähtöisten menetelmien vaikuttavuus aikuissosiaalityössä

Sosiaalityössä käytettävien menetelmien vaikuttavuuden tutkimus on nostettu ajankohtaiseksi tutkimuskohteeksi (Matthies ym. 2021). Käsillä olevassa kirjallisuuskatsauksessa tarkastellaan yhteisöllisten ja luontolähtöisten menetelmien vaikuttavuutta. Tutkimus on osa aikuissosiaalityön menetelmien vaikuttavuutta koskevaa AIKUMETOD-tutkimushanketta, joka on yksi ensimmäisistä valtion tutkimusrahoitusta (VTR) saaneista sosiaalityön tutkimushankkeista. (Sosiaali- ja terveysministeriö, 2020.)

Yhteisötyö on ollut osa sosiaalityötä koko sen historian ajan, mutta sen merkitys ja rooli ovat vaihdelleet eri aikoina. Suomessa yhteisötyön toteuttaminen on hävinnyt käytännön sosiaalityöstä viimeisten vuosikymmenten aikana olemattomiin. (Roivainen, 2008; 2016; Roivainen ym. 2019.) Tutkijat ovat kuitenkin ylläpitäneet keskustelua ja korostaneet yhteisösosiaalityön merkitystä sosiaalityössä. (Roivainen, 2001; 2004; 2008; 2016; Roivainen ym. 2019; Matthies 1990; 2008; Närhi, 2004; Karjalainen & Kivipelto 2014; Eräsaari 2015, 2016; Ranta-Tyrkkö; 2016; Turunen 2008.) Yhteisötyön merkitys tunnustetaan nyt myös tavoitepuheissa ja hallinnollinen ohjaus on nostanut sen 2020-luvulla

yhdeksi keskeiseksi aikuissosiaalityön kehittämiskohteeksi Tulevaisuuden sosiaali- ja terveyskeskusohjelmassa (Sosiaali- ja terveysministeriö 2020,18), sosiaalihuollon kehittämisohjelmassa 2020–2021 (THL, 2020) ja Tiekartta 2030 – aikuisten parissa tehtävän sosiaalityön tulevaisuusselvityksessä (Karjalainen ym., 2019).

Julkilausuttuihin tavoitepuheisiin sisältyy perustavanlaatuinen ristiriita, josta esimerkiksi Eräsaari (2016, 119) on todennut, että yhteisöllistämistä kannatetaan samaan aikaan, kun sille varattuja paikkoja lakkautetaan. Sosiaalityöntekijöillä ei ole käytännössä juuri mahdollisuuksia toteuttaa yhteisötyötä. Olisiko nyt kuitenkin otollinen aika tarkastella yhteisötyön vaikuttavuutta? Kuten Anneli Pohjola (2015, 30–31) toteaa, yksilötyöhön suuntautunut sosiaalityö kaipaa kipeästi vaihtoehtoja, joissa voisi työskennellä samanaikaisesti laajempien ihmisryhmien kanssa ja saada sosiaalityöstä vaikuttavampaa.

Luontolähtöiset menetelmät ovat uusia ja sisältävät monia yhteisöllisen työn elementtejä. Vuonna 2010 Suomeen rekisteröidyn Green Care Finland ry:n myötä luontolähtöisten menetelmien kokeilutoiminta on ollut vilkasta. Samoin kuten yhteisöllisyyden merkitys ihmisen hyvinvoinnille on tunnistettu, on myös vahvaa näyttöä luonnonympäristön kokonaisvaltaisesta vaikutuksesta ihmisen fyysiselle, psyykkiselle, sosiaaliselle ja henkiselle hyvinvoinnille. (Borgen 2018; Salovuori 2014.) Luontolähtöisiä toiminnallisia menetelmiä on Suomessa ryhdytty soveltamaan erilaisissa kuntouttavissa ja hoidollisissa palveluissa. (Kahilanniemi 2019; Leppänen & Jääskeläinen 2017;2019; Eskola 2019; Soini 2012.) Tyypillisiä esimerkkejä ovat luonnossa retkeily, puutarhan hoito, maatilojen työt ja muu eläinten kanssa toimiminen. Pisimmälle toimintaa on kehitetty Green Care -toiminnan alla, joka kokoaa ammatillista luontolähtöistä toimintaa Suomessa ja kansainvälisesti. (Ylilauri & Yli-Viikari 2019.) Green Care korostaa myös yhteisöllisyyden, toiminnallisuuden ja luonnon yhteisvaikutusta hyvinvoinnille (Green Care 2022).

Sosiaalityössä luontolähtöiset menetelmät kuvastavat myös ekososiaalisen lähestymistavan ja kestävän siirtymän ajattelua. Sosiaalityöhön on tullut jo 1990-luvulla ekososiaalisen sosiaalityön suuntaus, jossa ihmisen elinympäristöön, luontoon ja yhteisöön liittyvät kysymykset ovat keskiössä ja kriittisen tarkastelun kohteena. Ekososiaalinen sosiaalityö pohjautuu myös vahvasti työskentelyyn yhteisöjen kanssa. (Matthies & Närhi 2010.)

Tässä katsauksessa tarkastellaan rinnakkain yhteisöllisiä ja luontolähtöisiä näkökulmia ja kysytään, mitä vaikutuksia yhteisöllisillä ja luontolähtöisillä menetelmillä on aikuisten parissa tehtävässä sosiaalityössä.

Katsauksen toteuttaminen

Kirjallisuuskatsauksessa olen selvittänyt yleisesti sitä, mitä tällä hetkellä tutkimuksessa tiedetään luontolähtöisten ja yhteisöllisten menetelmien vaikuttavuudesta aikuissosiaaliyössä. Vaikuttavuustutkimusta sosiaalityöstä on tehty kaiken kaikkiaan vähän. Luontolähtöiset menetelmät ovat sosiaalityössä melko uusi ja vielä kokeilutoiminnassa oleva työmuoto, ja yhteisötyön toteutus käytännössä on hiipunut koko 2000 luvun ajan. Tämän vuoksi lähtökohtaisena oletuksena oli, että teemoja käsitteleviä tutkimuksia ei olla tehty paljoakaan.

Tutkimuskatsauksessa on käytetty erilaisiin metodisiin lähtökohtiin perustuvia tutkimuksia ja näin hyödynnetty narratiivisen katsauksen sallimaa yleiskatsauksellista toteuttamistapaa. Yleiskatsauksessa tarkoituksena on tiivistää tehtyjä tutkimuksia ja analyysinmuotona on kuvaileva synteesi. Integroiva katsaus sallii erilaisiin metodisiin lähtökohtiin tehdyt tutkimukset analyysin pohjaksi. (Salminen 2011, 8; Torraco 2005, 356; Evans 2008, 137; Whittemore 2008, 149.)

Olen käyttänyt *Social Services Abstracts* (*ProQuest*) tietokantaa (kansainväliset tutkimusartikkelit) ja JYKDOK:n hakuohjelmaa (suomalaiset kirjat, tutkimusjulkaisut, tutkimusartikkelit, kirjat,

e-kirjat, lisensiaatintyöt ja väitöskirjat). Tutkimusaineiston tuli olla julkaistu vuosien 2000–2021 välisenä aikana, lisäksi tutkimusartikkelien tuli olla vertaisarvioitu, teksti tuli olla saatavilla koko tekstinä ja tutkimusten julkaisukielenä tuli olla englanti tai suomi. Tutkimusten kohderyhmänä tuli ensisijaisesti olla aikuisia, jotka voidaan tulkita verrattavaksi aikuissosiaalityön kohderyhmään.

Suomalaista tutkimuskirjallisuutta hain käsitteillä yhdyskuntatyö, yhteisötyö ja yhteisösosiaalityö. Yhdistin näihin käsitteen vaikuttavuus. Tutkimuskatsaukseen valikoituneista yhteisötyön kymmenestä artikkelista kolme käsittelee Suomessa viime vuosien aikana toteutettua kehittämishanketta. Kaksi näistä liittyy aikuissosiaalityön kehittämiseen ja yhdessä on kyse yhteisötyön toteuttamisesta matalan kynnyksen toimintana laajemmin. Kansainvälistä yhteisösosiaalityön vaikuttavuuteen liittyviä tutkimusartikkeleita hain yhdistämällä community social work ja vaikuttavuutta kuvaavia asiasanoja *outcomes*, *results*, *impacts*, *effects*.

Suomalaista luontolähtöisiä menetelmiä käsitteleviä tutkimuksia kartoitin käsitteillä luontohoiva, green care, eläinavusteinen ja luontoavuisteinen sekä yhdistämällä näihin vaikuttavuus-käsitteen. Luontolähtöisten menetelmien käyttö ja niihin liittyvä suomalainen tutkimus on yleistynyt 2010- luvulta alkaen. Luontolähtöisistä menetelmistä tutkimuskirjallisuutta löytyy lähitieteenaloilta kuten psykologian, terveystieteen, geriatrian ja kasvatustieteen aloilta sekä luonnonvara-alalta erityisesti Green Care -toiminnan osalta. Suomessa luontolähtöisiä menetelmiä sosiaalialalla koskettava kirjallisuus painottuu hankeraportointiin. Lisäksi luontolähtöisiä menetelmiä ja niiden vaikuttavuutta on käsitelty runsaasti ammattikorkeakoulujen opinnäytetöissä ja jonkun verran Pro gradu -tutkielmissa.

Kansainvälisiä tutkimuksia luontolähtöisistä menetelmistä hain käsitteillä *nature based*, *nature assisted*, *animal assisted* AND- *social work* OR *community social work* ja yhdistämällä näihin vaikuttavuutta

kuvaavia asiasanoja *outcomes*, *results*, *impacts*, *effects*. Aikuisia käsitteleviä tutkimuksia löytyi suhteessa muihin asiakasryhmiin verraten vähän. Kansainvälistä aikuisia käsitteleviä tutkimuksia löytyi eniten vankilaympäristössä ja jonkun verran päihdekuntoutuksessa toteutettuina kuntoutusohjelmina.

Lopulliseen aineistoon valikoitui kymmenen yhteisöllisten ja yhdeksän luontolähtöisten menetelmien vaikuttavuutta käsittelevää tutkimusta. Aineiston kokoava analyysi on liitteissä 1 ja 2.

Yhteisötyön yksilötason vaikutukset

Analysoiduista tutkimuksista saa yksiselitteisen varteenotettavia näyttöjä siitä, että meneminen mukaan yhteisöllisiin toimintaympäristöihin ja osallistuminen niissä tapahtuviin toimintoihin sekä vaikuttaminen yhteisölle tärkeisiin asioihin ovat yksilötasolla merkittäviä monella tavalla. Kuulumisen ja osallisuuden kokemus sekä luottamus muihin ihmisiin lisääntyy ja vahvistaa kokemusta omasta merkityksellisyydestä. Osallisuuden ja merkityksellisyyden kokemukset vaikuttavat puolestaan itsetuntoon ja omanarvontuntoon, jotka vahvistavat oma-aloitteisuutta. (Karjalainen & Kivipelto 2014; Kivipelto 2020; Tuikka & Okulov 2021.)

Vaikutukset liittyvät keskeisesti myös sosiaalisten suhteiden lisääntymiseen. Yksilön verkostossa on aikaisempaa useampia ihmisiä ja heidän kanssaan ollaan tiiviimmin tekemisissä, usein yhdessä tapahtuvaan toimintaan liittyen. (Ennis & West 2013; Kostiainen ym. 2019; Tuikka & Okulov 2021.) Yhteisöistä saadaan eri tavoin apua, tukea ja ratkaisuja arjen ongelmiin. Erilaiset ruoka-avun muodot ovat merkittäviä paitsi uusien sosiaalisten suhteiden rakentumisen paikkoina, myös tärkeänä konkreettisena taloudellisena apuna. Ihminen kiinnostuu itsestään, hyvinvoinnistaan ja terveydestään. Toiveikkuuden myötä lisääntyy vastuunotto omien asioiden hoitamisesta. (Ennis & West 2013; Kostiainen ym. 2019; Mäntylä ym. 2019; Rehtilä 2009.)

Parhaimmillaan vaikutuksien havaittiin lisänneen työskentelymotivaatiota ja sitoutumista myös muihin palveluihin, herättäneen muutoshalua, toivoa ja rohkeutta sekä voimavaroja asettaa esimerkiksi koulutukseen tai työhön tähtääviä realistisempia tavoitteita. Yksilön kokemus osallisuudesta yhteisöissä on johtanut valtaistumiseen omassa elämäntilanteessa sekä tukenut itsenäisyyden ja täysivaltaisen kansalaisuuden kokemuksia. Yhdessä toimiminen vahvistaa yhteisöllisyyttä, mistä taas saadaan eri tavoin tukea elämänhallintaan. (Kivipelto 2020; Karjalainen &Kivipelto 2014; Tuikka & Okulov 2021; Rodriques & Ferreira 2018.)

Yhteisön vaikutukset

Yksilötason vaikutukset heijastuvat sosiaalisten suhteiden laajenemisena ja yhteisöissä olevien voimavarojen löytymisenä, yksilöiden taitojen ja osaamisten käyttöönottona yhteisössä. (Gojovan ym. 2021; Tuikka & Okulov 2021.) Yhteisötyöllä voidaan vaikuttaa laajemmin ja nopeammin yhteisöissä ilmeneviin ongelmiin. Alueen olosuhteet ja palvelut paranevat, turvallisuus lisääntyy ja vuorovaikutus eri kulttuureista tulevien ihmisten kesken lisääntyy. (Karjalainen & Kivipelto 2014; Kostiainen ym. 2019.) Yhteiset tilat tarjoavat vuorovaikutuksen paikkoja ja toimivat pienten asuntojen jatkeina. Yhteisölliset toimintaympäristöt tarjoavat mahdollisuuden mielekkääseen tekemiseen, harrastuksiin ja vaikuttamisväylän yhteisölle tärkeiden asioiden edistämiseen. (Rehtilä 2009; Ennis & West 2013.)

Luottamus näyttäytyy yhteisötyön edellytyksenä, mutta samalla myös sen tuloksena. Yhteisötyö näyttää olevan väylä nopeuttaa ja vahvistaa luottamuksellisen suhteen syntymistä asiakkaan tai asukkaan ja työntekijän välillä, mutta samaan tapaan myös yhteisön jäsenten välillä. (Gojovan ym. 2021; Mäntylä ym. 2019.) Yhteisölliset menetelmät voivat palauttaa luottamusta ihmisille, joilla on huonoja kokemuksia viranomaisista. Yhteisöissä toteutettava toiminta nostaa esille yksilöiden omia vahvuuksia eri tavoin

kuin toimistoympäristössä käytävät keskustelut. Lisääntynyt luottamus ei koske vain suhdetta ammattilaisiin, vaan myös suhdetta toisiin ihmisiin ja omaan merkityksellisyyteen oman elämänpiirin yhteisössä. (Tuikka & Okulov 2021; Karjalainen & Kivipelto 2014; Kivipelto 2020, myös Nousiainen 2021.)

Tutkimusaineistossa sosiaalityö matalan kynnyksen kohtaamispaikoissa näyttäytyy vähimmillään tilan tarjoamisena toiminnalle, mutta esimerkkejä löytyy myös sosiaalityön ammattilaisen säännöllisestä läsnäolosta tai vastaanottoajoista tiloissa. (Rehtilä 2009; Tuikka & Okulov 2021.) Aineistossa sosiaalityön rooli on kuitenkin vähäinen ja sosiaalityöntekijä on yleensä paikalla harvoin. Työntekijöille yhteisösosiaalityö on kuitenkin antanut näkökulman sosiaalityön vaikuttavuudesta, kun asiakkaita tavattiin toistuvasti, jolloin asioita voitiin ratkaista ennen kuin ongelmat monimutkaistuivat. (Kostiainen & Metteri 2019; Weyers 2007; Kivipelto 2020.) Lähtökohtana onnistuneelle ja vaikuttavalle yhteisötyölle on toiminnan oikeutus niin organisaation kuin työyhteisön taholta sekä riittävät resurssit (Weyers 2007).

Sosiaalityön asiakkaiden tilanteet edellyttävät monialaista verkostoitumista ja yhteistyötä. Samaan aikaan yritetään ratkoa sektoroituneen palvelujärjestelmän aiheuttamia kynnyksiä asiakkaan asioiden edistämisessä (Kostiainen ym. 2019). Yhteisötyön tutkimuksista löytyy kannustavia tuloksia sektorirajat ylittävän yhteistyön lisääntymisestä, uusien toimintamallien kehittymisistä, sosiaalityön saavutettavuuden lisääntymisestä sekä rakenteellisesta sosiaalityöstä, kun alueelta kertynyttä tietoa viedään päätöksentekoon. (Karjalainen & Kivipelto 2014.) Yhteisölliset toimintamallit nopeuttanevat tuen ja avun saamista. Lisäksi toiminnan on nähty lisänneen ja vahvistaneen sosiaali- ja terveysalan monialaisuutta ja verkostoitumista. (Tuikka & Okulov 2021; Kivipelto 2020; Kostiainen ym. 2019.)

Aineistojen pienuuden vuoksi tuloksia ei voi yleistää. Silti vaikuttavuuden näkökulmasta on havaittavissa alustavia signaaleja

siitä, että matalan kynnyksen kohtaamispaikkojen toiminta helpottaa kuormitusta alueen sosiaaliasemalla tai kuntoutus- ja terapiapalvelujen ja perustoimeentulotuen käytön vähenemisenä. Asiakkaita on voitu ohjata kohtaamispaikasta suoraan tarkoituksenmukaiseen palveluun. (Ingre & Ylhäisi 2019; Mäntylä ym. 2019.) Myös Tuikka ja Okulov (2021) nostavat esille, että paikallisesti toteutettu kuntoutuskokonaisuus on kustannustehokkaampaa verrattuna ostopalveluina kauempaa hankittuihin kuntoutuspalveluihin. Yhteisöissä vahvistuva vertaistuki ja siitä rakentuvat valtaistuminen ja voimaantuminen lisäävät myös yksilötyössä aloitetun työn merkittävyyttä.

Luontolähtöisten menetelmien vaikuttavuus

Luontolähtöisten menetelmien vaikutukset näyttäytyvät tutkimuksissa kokonaisvaltaisena fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin lisääntymisenä. (Salonen 2020; Tyrväinen & Lanki 2018.) Eläin- ja luontolähtöisten toimintojen, viherympäristöjen, luonnossa liikkumisen sekä oleskelun hyvinvointivaikutukset ovat monen osatekijän summa. Luontoyhteys on tärkeä välittävä tekijä, joka selittää luonnon hyvinvointivaikutusten yhteyttä myös ympäristövastuulliseen käyttäytymiseen. (Salonen 2020; Heinch 2012.)

Emotionaalisista ja kognitiivisista hyvinvointivaikutuksista keskeisimmin on nostettu esille luonnon rauhoittava vaikutus stressi- ja kriisitilanteissa, jännitystilojen väheneminen, sietokyvyn ja itsearvostuksen lisääntyminen sekä kielteisten tunnetilojen kuten ahdistuksen, aggression ja masennuksen väheneminen.Luontolähtöiset menetelmät edistävät kognitiivista toimintakykyä kuten tarkkaavaisuutta, päätöksentekokykyä, hallinnan tunnetta, tunnetaitoja ja itsesäätelyä. (Hautamäki ym. 2018; Heinch 2012; Salonen 2020; Tyrväinen & Lanki 2018.) Menetelmien avulla voidaan edistää metakognitiivisia taitoja ja

reflektiivisyyttä sekä kohentaa itsearvostusta. Lisäksi on havaittu vastuun ja huolenpidon kasvamista.

Toiminta luontoympäristössä vaikuttaa ihmisen tietoiseen havainnointiin ja psyykkiseen prosessointiin myönteisesti ja kokonaisvaltaisesti. (Hautamäki ym. 2018; Ylilauri 2021; Salonen 2020.) Fyysisinä vaikutuksina on havaittu kivun sietokyvyn lisääntyneen, mikä on helpottanut kivuliaita hoitotoimenpiteitä ja lääkityksiä on voitu vähentää. Eläinavusteisteisten ja luonnossa tapahtuvien toimintojen vaikutuksesta verenpaine laskee ja immuunipuolustusjärjestelmä vahvistuu. (Heinch 2012; Tyrväinen & Lanki 2018.)

Luonto koetaan eri aistien kautta, ja merkittävä osa hyvinvointivaikutuksista on tahdosta riippumatonta. Myönteisiä vaikutuksia saadaan jo viidessätoista minuutissa. Metsäympäristön vaikuttavuudesta sairauksien hoidossa ei vielä ole riittävästi tutkimusta, mutta viitteitä hyödyistä on jo olemassa ja lisätutkimusta tarvitaan. (Heinsch 2012; Salonen 2020; Tyrväinen ym. 2018.)

Sosiaalisina vaikutuksina on havaittu, että luontolähtöiset ja eläinavusteiset toiminnat synnyttävät ja vahvistavat sosiaalisia taitoja ja parantavat vuorovaikutusta. (Duindam 2020; Heinch 2012; Hautamäki ym. 2018.) Esimerkiksi asuinalueen läheisyyteen järjestetty yhteinen puutarhatoiminta vahvistaa yhteisöä ja sosiaalista tukea (Heinch 2012). Viherympäristön on todettu vähentäneen alueen rikollisuutta (Duindam ym. 2020).

Osin on kyse samoista vaikutuksista kuin yhteisöllisissä menetelmissä: osallistuminen yhteiseen toimintaan lisää osallisuuden ja merkityksellisyyden kokemuksia. Luontoympäristö vahvistaa yhteistyötä, luovuutta ja erilaisia taitoja. Vuorovaikutus ryhmässä ja eläinten kanssa voimauttaa, vahvistaa sosiaalisia taitoja, sitoutumista ja vastuunottoa (Heinsch 2012; Ylilauri 2021.) Vastaavia tuloksia saatu myös useissa muissa tutkimuksissa kuten Borgen 2018; Bode 2017; Sempik 2010; Carlsson 2017; Compitus 2019; Hediger ym. 2021; Flyn ym. 2020; Fournier 2007; Britton & Button 2005.

Luonto- ja eläinavusteisten menetelmien käyttö päihdekuntoutuksessa rohkaisi asiakkaita tapaamaan muita samassa tilanteessa olevia. Maahanmuuttajien kotoutumista edistävässä työssä erilaiset luontolähtöiset toiminnat edistivät kielen oppimista, loivat turvallisuuden tunnetta ja väylän puhua vaikeista asioista. Luontotoiminta kannusti sekä työntekijöitä että asiakkaita liikkumaan luonnossa aikaisempaa enemmän. Kun itsetunto ja luottamus vahvistuivat, myönteiset kokemukset kannustivat hakeutumaan koulutukseen ja kuntouttavaan työtoimintaan. (Ylilauri 2021, myös Tuikka ja Okulov 2021.)

Eläinavusteiset ja luontoympäristössä toteutetut toiminnat helpottavat, edistävät ja nopeuttavat luottamuksellisen vuorovaikutussuhteen ja kontaktin rakentumista asiakaan ja ammattilaisen välille. Eläinavusteinen toiminta antaa asiakkaalle mahdollisuuden oppia erilaisia taitoja eläimen kautta reflektoiden. Epäluottamus työntekijää kohtaan vähenee, kun asiakas näkee eläimen luottavan työntekijään. Luontolähtöiset menetelmät paransivat lasten ja aikuisten välistä vuorovaikutussuhdetta. Asiakasvuorovaikutuksessa, myös sosiaalityössä, lemmikit edistävät vuorovaikutuksen ja luottamuksellisen kontaktin rakentumista vaikeissa tilanteissa. (Duindam ym. 2020; Heinch 2012; Ylilauri 2021, myös Hediger ym. 2021.)

Luontolähtöisten menetelmien laajemmista taloudellisista vaikutuksista on alustavia kiinnostavia tuloksia. Kotieläinten omistajilla on vähemmän unihäiriöitä ja he tarvitsevat vähemmän terveydenhuollon palveluja. Viitteitä on myös uusintarikollisuuden vähenemisestä, sosiaali- ja terveydenhuollon palvelujen tarpeen vähenemisestä ja myönteisistä työllistymisvaikutuksista. (Heinch 2012; Duindam 2020.) Toiminnan vaikuttavuus perustuu siihen, että kuntoutuminen tapahtuu ilman pakottavia prosesseja tai työllistymispaineita. Hyvinvoinnin lisääntyessä palveluiden tarve vähenee ja toimintakyvyn lisääntyessä työllistyminen mahdollistuu. Aineistot ovat kuitenkin pieniä, joten

jatkotutkimusta tarvitaan. (Elsey ym. 2014; Ylilauri 2021; Heinch 2012, myös Sempik 2010.)

Johtopäätökset

Sosiaalityön vaikuttavuustutkimuksen vähäisyydestä on keskusteltu alalla paljon (Kotiranta & Mäntysaari 2011; Pohjola ym. 2012; Niemi, 2014; Kivipelto 2016; Kivipelto & Kotiranta 2015; Blomgren ym. 2013.) Siten ei ole yllättävää, että marginaalisina näyttäytyvistä yhteisösosiaalityöstä ja luontolähtöisistä menetelmistä sosiaalityöspesifiä tutkimusta on vielä vähemmän. Tehty tutkimuskatsaus heijastaa myös aikuissosiaalityön vaikuttavuustutkimuksen tilaa laajemminkin.

Luontolähtöisiä menetelmiä käsitteleviä tutkimuksia ja hankkeita on sinänsä runsaasti, ja luonnon merkityksestä hyvinvoinnille on alettu kirjoittaa ja keskustella 2010-luvulla yhä enemmän. Kuitenkin kuten Heinch (2012, 309; tästä myös Hautamäki ym. 2018, 6) toteaa, sosiaalityö on tullut melko myöhään mukaan luontolähtöisten menetelmien käyttäjäksi.

Huolimatta siitä, että yhteisö- ja yhdyskuntatyöstä vaikuttavuutta haettiin myös koettuina merkityksinä ja hyötyinä, tutkimusta näiden vaikuttavuudesta on olemassa vähän. Yhteisötyön vaikuttavuustutkimusta onkin haikailtu vuosikymmenien ajan. Ohmer ja Korr (2006) tarkastelivat kirjallisuuskatsauksessaan yhteisötyön interventiotutkimuksia jo vuosilta 1985–2001 ja esittivät tuolloin, että yhteisötyön näyttöön perustuvaa käytäntöjen kvalitatiivista ja kvantitatiivista tutkimusta tulisi tehdä enemmän huolimatta siitä, että se on tutkimusasetelmallisesti haasteellista. Heidän tutkimustuloksissaan on selkeitä yhtäläisyyksiä nyt tehdyn katsauksen tulosten kanssa. (Ohmer & Korr, W 2006, 141–143.)

Yhteisösosiaalityön ensisijaisena tehtävänä nähdään olevan ihmisen voimavarojen vahvistaminen elinympäristössään. Tänä päivänä pohdittavaksi myös nousee, mitä tämä tarkoittaa yhä laajenevassa virtuaalisessa maailmassa. Ammatillisia käytäntöjä

tulisi päivittää ja nähdä teknologian tuomat mahdollisuudet yhteisösosiaalityössä syrjäytymisen ehkäisemisessä samaan tapaan kuin toimitaan paikallisesti ja alueellisesti. Virtuaalisen maailman syrjäyttävät prosessit tulee myös ottaa huomioon huolimatta sen antamista mahdollisuuksista monenlaiseen vuorovaikutukseen ja yhteisöihin. Tutkijat esittävät, että yhteisösosiaalityötä tulee määritellä ja suunnitella uudella tavalla virtuaaliajassa ja -tilassa. (Rodriques & Ferreira, 2018.)

Tehtyjen tutkimusten vähäisen määrän lisäksi myös tutkimusten laatua vaikuttavuustutkimuksena voi tarkastella kriittisesti. Sekä yhteisötyötä että luontolähtöisiä menetelmiä on toteutettu pääasiallisesti määräaikaisina hankekokeiluina. Hankeraporttien luonteeseen kuuluu korostaa myönteisiä kokemuksia. Aina ei ole edes mahdollista käyttää hankkeissa saatuja kokemuksia tieteellisen tutkimuksen aineistoina. Esimerkiksi Eräsaari (2015, 50) pitääkin ongelmallisena, että yhteisöjä koskeva tieto ei kumuloidu eikä tiedonmuodostus säily loppuraporttia pidemmälle.

Luontolähtöisten ja eläinavusteisten menetelmien tutkimusten heikkoutena yleisesti pidetään sitä, että niistä puuttuvat koe- ja vertailuasetelmat. Tutkimuksissa on paljon havainnointitutkimusta, osallistujamäärät ovat pieniä, aineistot koostuvat tarinoista, kuntoutusyksikön sisäisistä rekisteritiedostoista ja tutkimuksia on vaikea syntetisoida. Kyselytutkimusten rajoituksina pidetään vastausprosenttien pienuutta. Lisäksi on oletettavissa, että kyselyyn vastaavat lähtökohtaisesti teemasta kiinnostuneet. Suurin puute on tieto menetelmien pitkän ajan vaikutuksista. Luontolähtöisiä menetelmiä käytetään eri tavoin haavoittuneiden ihmisten parissa ja heillä voi olla monia elämäntilanteeseen liittyviä haasteita tai liitännäissairauksia. Tutkimustiedon kerääminen on vaikeaa ja tämä on yksi syy, miksi satunnaistettuja ja kontrolloituja tutkimusasetelmia ei ole käytetty. (Elsey ym. 2014; Risley & Curtis 2010; van Wormer ym. 2017; Flynn ym. 2020; Hautamäki ym. 2018; Tyrväinen ym. 2018; Legge 2016, myös Sempik 2010.)

Tutkimuksista on nostettavissa molemmista menetelmistä samansuuntaisia vaikutuksia, mistä yleisimpiä ovat vahvistuva osallisuuden kokemus, lisääntyvät sosiaaliset taidot ja voimavarat sekä vuorovaikutuksen helpottuminen suhteessa sekä muihin ihmisiin että työntekijöihin. Asiakastyössä luottamuksellinen suhde on työn perusta, ja tämä näyttää vahvistuvan niin luontolähtöisten kuin yhteisöllisten menetelmien kautta. Työntekijän ja asiakkaan kohtaaminen on erilainen, kun se toteutuu esimerkiksi asukastalolla, luontoympäristössä tai eri tavoin eläinten läsnä ollessa. Molempiin liittyy myös toiminnallisuus ja yhdessä toimiminen, jotka näyttävät vahvistavan itsetuntoa ja tuovan merkityksellisyyden kokemuksia. Nämä puolestaan rohkaisevat vähitellen uusiin askeliin oman hyvinvoinnin lisäämiseksi ja hakeutumaan koulutukseen tai työelämään. Aikuissosiaalityön näkökulmasta ensisijaista on kuitenkin saada elämään mielekkyyttä ja hyvinvointia.

Suomalaiset tutkimustulokset ja hankkeista saadut tulokset sekä luontoperustaisten toimintojen kokeiluista että yhteisötyöstä ovat yhteneväisiä kansainvälisistä tutkimuksista saatujen myönteisten tulosten kanssa. Tutkimustulosten pohjalta ja tutkimusasetelmiin liittyvistä puutteista huolimatta näitä menetelmällisiä suuntauksia voi vahvasti suositella käytettäväksi sosiaalityössä aikuisten parissa. Sosiaalityö on alkanut vähitellen käyttää luontolähtöisiä menetelmiä, mutta toistaiseksi niitä tuotetaan pääsääntöisesti hankekokeiluina ja ostopalveluina ulkopuolisilta tuottajilta. Toisaalta on nähtävissä jo omaan toimintaan sisältyvää luontolähtöistä toimintaa erilaisten tuunauspajojen ja kierrätysteemaan liittyvinä sosiaalisen kuntoutuksen muotoina. Ne voivat avata uusia tapoja toteuttaa vaikuttavaa ja suunnitelmallista aikuissosiaalityötä.

On mahdollista, että yhteisöjen kanssa toteuttava sosiaalityö voisi vahvistua ja konkretisoitua luontolähtöisten ja ympäristöä arvostavien menetelmien kautta. Katsaus tuottaa selkeät

perustelut kyseisten lähestymistapojen laajemmalle tieteelliselle tutkimukselle, jossa painopiste on hankehorisonttia pidemmässä vaikuttavuudessa.

Kirjallisuus

Blomgren, Sanna & Karjalainen, Pekka & Saikkonen, Paula & Kivipelto, Minna (toim.) (2013) Vaikuttavaa aikuissosiaalityötä – arviointimalleista mittareihin: Tutkimus- ja kehittämishankkeen loppuraportti. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

Bode, Alexandria. (2017) Animal assisted therapy: The expansion of social work practice (Order No. 10272606). Available from ProQuest Central; Publicly Available Content Database. (1927902964). Retrieved from https://www.proquest.com/dissertations-theses/animal-assisted-therapy-expansion-social-work/docview/1927902964/se-2?accountid=11774.

Borgen, Berit (2018) The human mental transcending ability as a coping and lifeexpanding resource. Journal of Spirituality in Mental Health, 20(1), 70–93.

Britton, Dana M. & Button, Andrea (2005) Prison Pups: Assessing the Effects of Dog Training Programs in Correctional Facilities. Journal of family social work, 9(4), 79–95. https://doi.org/10.1300/J039v09n04_06.

Carlsson, Catharina (2017) Triads in Equine-Assisted Social Work Enhance Therapeutic Relationships with Self-Harming Adolescents. Clinical Social Work Journal, 45(4), 320–331. https://doi.org/10.1007/s10615-016-0613-2.

Compitus, Katherine (2019) The process of integrating animal-assisted therapy into clinical social work practice. Clinical Social Work Journal, 1–9. http://dx.doi.org/10.1007/s10615-019-00721-3.

Eräsaari, Leena (2015) Yhteisön paikka maailmassa. Teoksessa Sanna Väyrynen & Kaisa Kostamo-Pääkkö & Pekka Ojaniemi (toim.) (2015) Sosiaalityön yhteisöllisyyttä etsimässä. United Press Global.

Eräsaari, Leena (2016) Yhteisösuhteille perustuva sosiaalityö. Teoksessa Maritta Törrönen & Kaija Hänninen & Tiina Lehto-Lundén & Petra Salovaara & Minna Veistilä (toim.) (2016) Vastavuoroinen sosiaalityö. Helsinki. Gaudeamus.

Eskola, Juha (2019) TOLPPA-hankkeen toiminnallisuus ja kokemuksellisuus. Teoksessa Martta Ylilauri & Anja Yli-Viikari (toim.) (2019) Kohti luonnollista hyvinvointia: Näkökulmia luontoperustaisen toiminnan kehittämiseen. Vaasan yliopisto. University of Vaasa.

Evans, David (2008) Overview of Methods. Teoksessa Christine Webb & Brenda H. Roe (toim.) Reviewing Research Evidence for Nursing Practice: Systematic Reviews. Oxford: Blacwell Publishing.

Flynn, Erin & Gandenberger, Jaci & Mueller, Megan K. & Morris, Kevin N. (2020) Animal-assisted interventions as an adjunct to therapy for youth: Clinician perspectives: C & A. Child & Adolescent Social Work Journal, 37(6), 631–642. http://dx.doi.org/10.1007/s10560-020-00695-z.

Fournier, Angela Krom & Geller, E. Scott & Fortney, Elizabeth V. (2007) Human-Animal Interaction in a Prison Setting: Impact on Criminal Behavior, Treatment Progress, and Social Skills. Behavior and Social Issues, 16(1), 89–105. https://doi.org/10.5210/bsi.v16i1.385.

Green Care (2022) Mitä on Green Care? https://www.gcfinland.fi/green-care-/ (Luettu 3.2.2022).

Hediger, Karin & Wagner, Julia & Künzi, Pascale & Haefeli, Anna & Theis, Felicitas & Grob, Carmina, Pauli, Elena & Heike, Gerger (2021) Effectiveness of animal-assisted interventions for children and adults with post-traumatic stress disorder symptoms: A systematic review and meta-analysis. European journal of psychotraumatology, 12(1). https://doi.org/10.1080/20008198.2021.1879713.

Ingrén, Laura & Ylhäisi, Tuomo (2019) Kävijänäkökulma Kototorin arkeen. Teoksessa Tuula Kostiainen, Kirsi Popova, Anna Metteri, Matilda Leppänen, Marjo Harju. (toim.) (2019). Yhteisötyö kahdensuuntaisessa kotoutumisessa: Yhteisö, kohtaaminen ja osallisuus. Tampereen yliopisto. Tampereen ammattikorkeakoulu. Tampere. Kirjapaino Hermes Oy.

Kahilanniemi, Eeva (2019) Luontoavusteisten menetelmien hyödyntäminen sosiaali-, terveys- ja kasvatusaloilla. Teoksessa Martta Ylilauri & Anja Yli-Viikari (toim.) (2019) Kohti luonnollista hyvinvointia: Näkökulmia luontoperustaisen toiminnan kehittämiseen. Vaasan yliopisto. University of Vaasa.

Karjalainen, Pekka & Metteri, Anna & Strömberg-Jakka, Minna (2019) Tiekartta 2030: Aikuisten parissa tehtävän sosiaalityön tulevaisuusselvitys. Sosiaali- ja terveysministeriö. Raportteja ja muistioita 2019:41. Helsinki.

Karjalainen, Pekka & Kivipelto, Minna (2014) Yhdyskuntatyö kansalaisia kohtaamassa. Teoksessa Riitta Haverinen, Marjo Kuronen, Tarja Pösö (toim.) (2014) Sosiaalihuollon tila ja tulevaisuus. Tampere. Vastapaino.

Kivipelto, Minna (toim.) (2020) Osallistavaa aikuissosiaalityötä. Osallistavan sosiaaliturvan kuntakokeilun tulokset. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Raportti 7/2020. Helsinki. PunaMusta Oy.

Kivipelto, Minna (2016). Sosiaalityön arviointi ja vaikuttavuus. Teoksessa Maritta Törrönen & Kaija Hänninen &Tiina Lehto-Lundén & Petra Salovaara & Minna Veistilä (toim.) (2016) Vastavuoroinen sosiaalityö. Helsinki. Gaudeamus.

Kivipelto, Minna & Kotiranta, Tuija (2015) Sosiaalityön vaikuttavuuden arvioinnin kriittinen eetos saatava takaisin. Janus Sosiaalipolitiikan Ja sosiaalityön Tutkimuksen Aikakauslehti, 1(2). Noudettu osoitteesta https://journal.fi/janus/article/view/51208.

Kostiainen, Tuula & Metteri, Anna (2019) Ajatuksia sosiaalityön tiedosta ja osaamisen kehittämisestä. Teoksessa Tuula Kostiainen, Kirsi Popova, Anna Metteri, Matilda Leppänen, Marjo Harju. (toim.) (2019).Yhteisötyö kahdensuuntaisessa kotoutumisessa: Yhteisö, kohtaaminen ja osallisuus. Tampereen yliopisto. Tampereen ammattikorkeakoulu. Tampere. Kirjapaino Hermes Oy.

Kotiranta, Tuija & Mäntysaari, Mikko (2017) Vaikuttavuus tulee ja menee – ja palaa taas takaisin. Teoksessa Annamari Tuulio-Henriksson, Laura Kalliomaa-Puha, Pirkko-Liisa Rauhala (toim.) (2017). Harkittu, tutkittu, avoin: Marketta Rajavaaran juhlakirja (pp. 35–50). Helsinki; Kelan tutkimus 2017.

Matthies, A-L. (1990) Kapinasta muutoksen malliksi. Vaihtoehtoinen sosiaalityö Suomessa. Helsinki. Hanki ja jää.

Matthies, Aila-Leena (2021) Kestävä siirtymä ja aikuissosiaalityön tehtäväkenttä. Teoksessa Aila-Leena Matthies; Anu-Riina Svenlin, Kati Turtiainen (toim.) Aikuissosiaalityö: tieto, käytäntö ja vaikuttavuus (pp. 267–282). Tallinna. Gaudeamus.

Matthies, Aila-Leena, Svenlin, Anu-Riina, Turtiainen, Kati (toim.) (2021) Aikuissosiaalityö: Tieto, käytäntö ja vaikuttavuus. Tallinna. Gaudeamus.

Laitinen, Merja & Pohjola, Anneli (toim.) (2003) Sosiaalisen vaihtuvat vastuut. Jyväskylä PS-kustannus.

Leppänen, Tero & Jääskeläinen, Arja (toim.) (2017) Luontoa elämään – toimintamalleja osallisuuden ja toimintakyvyn vahvistamiseksi. Sarja B. Tutkimusraportit ja kokoomateokset 24/2017. Rovaniemi: Lapin Ammattikorkeakoulu.

Niemi, P. (2014) Näyttöön perustuvan käytännön sosiaalialle soveltamisen tieteenfilosofiset haasteet. Teoksessa Riitta Haverinen, Marjo Kuronen, Tarja Pösö (toim.) (2014) Sosiaalihuollon tila ja tulevaisuus. Tampere. Vastapaino.

Nousiainen, Marko (2021) Pienet onnistumistarinat ja osallisuuden kokeminen Yhteisissä keittiöissä. Yhteiskuntapolitiikka 86 (2021):2. 155–165.

Ohmer, Mary L. & Korr, Wynne, S. (2006) The Effectiveness of Community Practice Interventions: A Review of the Literature. Research on social work practice, 16(2), 132–145. https://doi.org/10.1177/1049731505282204.

Pohjola, Anneli & Kemppainen, Tarja & Niskala, Asta & Peronius, Nina (toim.) (2019) Yhteiskunnallisen asemansa ottava sosiaalityö. Tampere. Vastapaino.

Pohjola, Anneli (2015) Yhteisöt ja yhteisöllisyys monimuotoisena ilmiönä. Teoksessa Sanna Väyrynen & Kaisa Kostamo-Pääkkö & Pekka Ojaniemi. (toim.) (2015) Sosiaalityön yhteisöllisyyttä etsimässä. United Press Global.

Pohjola, Anneli & Kemppainen, Tarja & Väyrynen, Sanna (toim.) (2012) Sosiaalityön vaikuttavuus. Rovaniemi. Lapin yliopistokustannus.

Risley, Curtiss, Rogge, Christina & Mary, E., Kawam, Elisa (2013) Factors affecting social workers inclusion of animals in practice. Social Work, 58(2), 153-161. Retrieved from https://www.proquest.com/scholarly-journals/factors-affecting-social-workers-inclusion/docview/1494298191/se-2?accountid=11774.

Rodríguez, Maria Dolores & Ferreira, Jorge (2018) The contribution of the intervention in social networks and community social work at the local level to social and human development. European Journal of Social.

Roivainen, Irene & Kostiainen, Tuula & Metteri, Anna. (2019). Yhteisösosiaalityötä muuttuvassa toimintaympäristössä. Teoksessa Anneli Pohjola & Tarja Kemppainen & Asta Niskala & Nina Peronius & Helena Blomberg (toim.). (2019). Yhteiskunnallisen asemansa ottava sosiaalityö. Tampere. Vastapaino.

Roivainen, Irene & Ranta-Tyrkkö, Satu. (2016). Yhteisöt ja sosiaalityön lähtökohdat. EU: United Press.

Roivainen, Irene, Nylund, Marianne, Korkiamäki, Riikka, Raitakari, Suvi (toim.). (2008). Yhteisöt ja sosiaalityö. Kansalaisen vai asiakkaan asialla? Jyväskylä. PS-kustannus.

Roivainen, Irene. (2008). Onko yhdyskuntatyö katoamassa suomalaisesta sosiaalityöstä? Teoksessa. Irene Roivainen, Marianne Nylund, Riikka Korkiamäki, Suvi Raitakari (toim.) (2008). Yhteisöt ja sosiaalityö. Kansalaisen vai asiakkaan asialla? Jyväskylä. PS-kustannus.

Roivainen, Irene (2004) Yhteisöt ja yhteisösosiaalityön lähtökohdat. Tampere University Press.

Roivainen, Irene (toim.) (2001) Yhteisöt hyvinvoinnin tuottajina. Uusi Yhteisötyö -projektin loppuraportti. Kolmen setlementin kokemuksia. Suomen Setlementtiliitto ry. Helsinki. Yliopistopaino.

Salminen, Ari (2011) Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyyppeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Vaasan yliopisto.

Salovuori, Tuomo (2014) Luonto kuntoutumisen tukena. Tampere: Mediapinta.

Sempik, Joe (2010) Green care and mental health: gardening and farming as health and social care. Mental Health and Social Inclusion 14:3, 15–22.

STM 2020. https://valtioneuvosto.fi/-/1271139/stm-paatti-ensimmaisista-yliopistotasoisen-sosiaalityon-tutkimuksen-tutkimusrahoituksista-1)./ (Luettu 1.6.2021).

Timler, Kesley & Brown, Helen & Varcoe, Colleen (2019) Growing connection beyond prison walls: How a prison garden fosters rehabilitation and healing for incarcerated men. Journal of Offender Rehabilitation, 58(5), 444-463. http://dx.doi.org/10.1080/10509674.2019.1615598.

Torraco, Richard. J. (2005) Writing Integrative Literature Reviews: Guidelines and Examples. Human resource development review, 4(3), 356–367. https://doi.org/10.1177/1534484305278283.

Tulevaisuuden sosiaali- ja terveyskeskus 2020–2022: Ohjelma ja hankeopas. STM 2020. http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-4136-6.

Turunen, Päivi (2008) Muuttuva yhdyskuntatyö osana Pohjoismaiden sosiaalityötä. Teoksessa Irene Roivainen, Marianne Nylund, Riikka Korkiamäki, Suvi Raitakari (toim.) (2008) Yhteisöt ja sosiaalityö. Kansalaisen vai asiakkaan asialla? Jyväskylä. PS-kustannus.

Whittemore, Robin (2008) Rigour in Integrative Reviews. Teoksessa Christine Webb, Brenda H., Roe (toim.) (2008) Reviewing Research Evidence for Nursing Practice: Systematic Reviews. Oxford: Blacwell Publishing. 149-156.

van Wormer, Jacqueline, Kigerl, Alex, Hamilton, Zachary (2017) Digging Deeper: Exploring the Value of Prison-Based Dog Handler Programs. The Prison journal (Philadelphia, Pa.), 97(4), 520–538. https://doi.org/10.1177/0032885517712481.

Väyrynen, Sanna & Kostamo-Pääkkö, Kaisa & Ojaniemi Pekka. (toim.) (2015). Sosiaalityön yhteisöllisyyttä etsimässä. Tallinna. United Press Global.

Ylilauri, Martta & Yli-Viikari, Arja (toim.) (2019). Kohti luonnollista hyvinvointia. Näkökulmia luontoperustaisen toiminnan kehittämiseen. Levón-Instituutin julkaisuja 143. Vaasa: Vaasan yliopisto.

Liitteet

Liite 1

Tutkimuskatsauksen aineistoksi valitut yhteisötyön vaikuttavuutta käsittelevät tutkimukset.

Kirjoittajat, otsikko, julkaisuvuosi ja julkaisulähde	Tutkimuskysymys, tutkimuksen tarkoitus	Aineisto ja tutkimusmenetelmä	Tulokset/Johtopäätökset
1. Ennis, G., & West, D. (2013). Using social network analysis in community development practice and research: A case study. Community Development Journal, 48(1), 40–57. http://dx.doi.org/10.1093/cdj/bss013.	Miten verkostoanalyysillä voidaan lisätä sosiaalisia verkostoja, luoda yhteisöllisyyttä eri kulttuurien edustajien välillä mikro- ja makrotasolla?	Toimenpiteeseen osallistuneille yhteisön jäsenille verkostoanalyysi ennen ja jälkeen toimenpiteen. Tutkimusmenetelmänä Fruchterman-Reingold Pajekin analyysimenetelmä.	Sosiaaliset verkostot lisääntyneet keskimäärin 3 prosenttia Vain yhden sosiaalisen yhteyden omaavien määrä vähentyi 16 prosentilla. Toimenpiteen jälkeinen verkosto on laajempi, yhteydet tiiviimpiä ja monipuolisempia eri kulttuurien välillä.
2. Gojová, A., Burda, M., Gřundělová, B., Stanková, Z. & Gojová, V. (2021). Variables of community social work and their interconnections in sociospatial excluded neighbourhoods – example of the Czech Republic. *European Journal of social work*, 24(6), 1001–1014. https://doi.org/10.1080/13691457.2021.1882398.	Millaisilla yhteisötyön keinoilla/prosesseilla voidaan vaikuttaa yhteisön organisaation valmiuksiin, yhteisön inhimillisiin voimavaroihin ja sosiaaliseen verkostoitumiseen?	Kvantitatiivinen tutkimus. Strukturoitu kysely (osa puolistrukturoitua ja osa avoimia kysymyksiä. Vastaukset 69 yhdyskuntatyöntekijältä. Aineiston analyysissä käytetty kuvailevia tilastollisia menetelmiä: Fisherin tarkka testi, Wilcoxon järjestyssummatesti ja pääkomponenttianalyysiä.	Onnistunut yhteisötyö perustuu avoimeen ja yhdessä paikallisen yhteisön jäsenten kanssa luotuun sosiaaliseen verkostoon ja yhteisössä olevien voimavarojen käyttöön. Merkittäväksi osoittautuivat yhteisön jäsenten luottamus yhteisötyön menetelmää kohtaan, toteutetut interventiot sekä se, mihin toimintoihin osallistutaan. Yhteisötyön onnistumiseen vaikuttavat myös työntekijän kyky luoda luottamusta yhteisön jäsenissä, kyky saada heitä mukaan yhteiseen toimintaan ja ongelmien ratkaisuun sekä ottaa yhteisössä olevat voimavarat käyttöön.

Kirjoittajat, otsikko, julkaisuvuosi ja julkaisulähde	Tutkimuskysymys, tutkimuksen tarkoitus	Aineisto ja tutkimusmenetelmä	Tulokset/Johtopäätökset
3. Karjalainen, P. & Kivipelto, M. (2014). Yhdyskuntatyö kansalaisia kohtaamassa. Teoksessa Haverinen, R., Kuronen, M., Pösö, T. (toim.) (2014). Sosiaalihuollon tila ja tulevaisuus. Vastapaino.	Selvittää aikuisten parissa tehtävän yhdyskuntatyön paikka sosiaalihuollossa vaikuttavuuden tarkastelun avulla.	Suomessa julkaistut ja tekstit yhdyskuntatyön, aluetyön ja lähityön hankkeista sekä lähiöohjelmista, joissa arvioitu vaikuttavuutta.	Yksilötasolla: Elämänhallinta vahvistui: taloustilanne ja asuntoasiat kuntoon. Valmiudet ja osaaminen koulutukseen ja työllistymiseen vahvistui. Yhteinen kehittäminen työntekijöiden ja asukkaiden kanssa lisääntyi. Asiakkaiden valtaistuminen omien asioidensa hoitamisessa vahvistui. Ihmisten tilanteiden paraneminen kokonaisvaltaisesti. Luottamuksellinen asiakas- työntekijä suhteen syntyminen vahvistui ja nopeutui. Asiakkaiden omanarvontunto ja itsetunto koheni, oma-aloitteisuus ja vastuunotto lisääntyi. Ihmissuhdetaidot ja sosiaalinen verkosto vahvistuivat. Yhteisötasolla: Kaavoituksessa huomioitiin alueen palvelutarve (kauppa). Rikosten ja alkoholin kulutuksen väheneminen. Alueen olosuhteet ja palvelut parantuneet. Yhteiskunnallisella tasolla: Alueen turvallisuuden ja yhteiskuntarauhan paraneminen.
4. Kivipelto, M. (2020). Osallistavaa aikuissosiaalityötä: Osallistavan sosiaaliturvan kuntakokeilun tulokset. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.	Miten sosiaalityöhön integroidut pitkäaikaistyöttömien työvoimapalvelut ja osallisuutta tukevat sosiaalityön menetelmät edistävät työ- ja toimintakykyä, osallisuutta ja työllistymistä?	Kokeilutoimintaan osallistuneiden viiden kunnan aikuissosiaalityön asiakkaiden AVAIN- mittariaineisto (n=454 suunnitelmaa ja n=297 arviota).	Osallisuutta tukevat tulokset: Viisi matalan kynnyksen kohtaamispaikkaa/asukastupaa, joissa järjestettiin erilaista toimintaa, ruokailumahdollisuuksia, hävikkiruuan jakelua, erilaista ohjausta ja neuvontaa sekä asiantuntijoiden vierailuja. Tuen ja avun saamisen nopeutuminen ja apu arkeen. Asukastuvat ja ryhmätoiminnot vahvistivat osallisuuden kokemusta. Sosiaalityö jalkautui ja saavutettavuus lisääntyi. Asiakkaat saivat tukea elämänhallinnan taitoihin, itsetunto ja yhteisöllisyys vahvistuivat. Mielekäs tekeminen tuki elämäntilannetta, lisäsi sitoutumista muihin palveluihin, herätti asiakkaassa muutoshalua, toivoa ja voimavaroja, jotka auttoivat suuntaamaan kohti koulutusta ja työelämää.
5. Kostiainen, T., Popova, K., Metteri, A., Leppänen, M., Harju, M. & Ahonen, K. (2019). Yhteisötyö kahdensuuntaisessa kotoutumisessa: Yhteisö, kohtaaminen ja osallisuus. Tampereen yliopisto.	Miten Kototorin matalan kynnyksen toiminnalla ja yhteisösosiaalityöllä voidaan tukea kahdensuuntaista kohtaamisen mallia ja elämänhallintaa? Miten toiminta vaikuttaa yhteistyöhön eri sidosryhmien välillä?	Kehittämistyön työotteena osallistava havainnointi. Asiakaspalautteet (n=59), sidosryhmäpalautteet (n=34), Praksis- työpajojen arvioinnit. TEKO-hankkeen kokonaisarviointi.	Asiakkaiden kokemukset vaikutuksista: 93 prosenttia vastaajista kävi Kototorilla pyytämässä apua, neuvoa tai opastusta; lähes kaikki palaute myönteisissä: apua saatiin ongelmien ratkaisemiseen, asioiden hoitamiseen sekä toivoa ja tukea elämään uudessa ja vieraassa yhteiskunnassa. 52 prosenttia vastaajista kävi usein Kototorilla. Yhteisöneuvojaksi hakeutuminen tuki omien vahvuuksien käyttöä, mikä edisti työllistymistä ja koulutukseen hakeutumista. Sidosryhmien kokemukset vaikutuksista: sektorirajat ylittävä yhteistyö lisääntynyt. Lisännyt yhteisöllisyyttä, kahdensuuntaista vuorovaikutusta, sosiaalisia suhteita, osallisuutta sekä kulttuurien välistä dialogia. Palvelujen saaminen matalan kynnyksen toimipaikasta vähensi peruspalvelujen kuormitusta (viitteellinen arvio aineiston suppeuden vuoksi).

Kirjoittajat, otsikko, julkaisuvuosi ja julkaisulähde	Tutkimuskysymys, tutkimuksen tarkoitus	Aineisto ja tutkimusmenetelmä	Tulokset/Johtopäätökset
6. Mäntylä, E., Nousiainen, M., Isola, A-M. Keittiöt ilman rajoja. Yhteinen keittiö osallisuusvaikutusten arviointi. THL. Työpaperi 10/2019. Helsinki, Suomi 2019. ISBN 978-952-343-304-5 (verkko).	Ovatko Yhteiset keittiöt lisänneet ihmisten osallisuuden kokemuksia ja jos ovat, niin miten?	Kysely (n=675); kaksivaiheisen kyselyn seuranta (n=123). Kyselyssä Spearmanin korrelaatiokerroin. Osallistava havainnointi (kuudella paikkakunnalla). Avainhenkilöiden puolistrukuroidut haastattelut (n=13).	Yhteinen keittiö- toiminta lisää yhteisöllisyyttä ja kokemusta yhteisöihin kuulumisesta, lisää luottamusta toisiin ihmisiin, parantaa työkykyä, lisää terveellisiä elintapoja ja lisää hyvän tekemistä. Alustavia tuloksia sosiaali- ja terveyspalveluiden (kuntoutuspalveluiden ja toimeentulotuen) käytön vähenemisestä, mutta aineiston pienuuden vuoksi tuloksia ei voida yleistää.
7. Rehtilä, I. (2009). Inhimillinen toiminta asukkaiden tiloissa. Valtiotieteellinen tiedekunta. Yhteiskuntapolitiikan laitos. Sosiaalityö. Helsingin yliopisto. Lisensiaatintyö	Mitä merkityksiä inhimillisellä toiminnalla asukastiloissa on asukkaiden hyvinvoinnille?	Etnografinen tutkimus; sisällön analyysi. Tutkimusaineisto koostuu osallistuvan havainnoinnin muistiinpanoista, haastatteluaineistosta ja kirjallisista dokumenteista.	Asukastalojen merkitykset hyvinvoinnille: Jokapäiväisten tarpeiden tyydyttyminen: ruokailutapahtumat rytmittävät arkea, eri ruokakulttuureihin tutustumista ja yhteisruokailut tuovat sosiaalisia suhteita, ruoka-apu tukee vähävaraisia. Tukea asumiseen: asukastilat ovat pienten asuntojen jatkeita, yhteisiä olohuoneita. Asumiseen liittyvää neuvontaa ja ohjausta sekä vertaistukea. Turvaa ja fyysistä suojaa. Eri kulttuureista tulevien asukkaiden yhteisöllinen toiminta lisääntyy. Tuottaa osallisuuden kokemuksia tekemisenä, mielekkäänä työnä, harrastuksina ja vaikuttamisena. Mahdollistaa liittymisen toisten yhteyteen ja vahvistaa kansalaisuutta, kun muutoin rajalliset valinnan mahdollisuudet. Tulee kohdatuksi asukkaana ja omana itsenään. Asukastalolle tullaan tapaamaan toisia huonokuntoisinakin.
8. Rodríguez, M. D., & Ferreira, J. (2018). The contribution of the intervention in social networks and community social work at the local level to social and human development. European Journal of Social Work https://doi.org/10.1080/13691457.2018.1423551.	Mikä vaikutus paikallistason verkostotyöllä ja yhteisösosiaalityöllä on sosiaaliseen ja inhimilliseen kehittymiseen kun käytössä on myös uuden informaatioteknologian mahdollisuudet?	Puolistrukturoitu haastattelu 30 sosiaalityöntekijälle, 5 hyvinvointialan informaatioteknologian työntekijälle, 5 eri tieteenaloja edustavalle yhteistyötaholle sekä 5 järjestön edustajalle.	Paikallisesti toteutettu interventio vahvistaa sosiaalisia siteitä, parantaa sosiaalisten suhteiden laatua ja henkilökohtaisia tukiverkostoja. Interventio vahvistaa ihmisten itsenäisyyttä ja täyttä kansalaisuutta. Informaatioteknologialla saadaan samoja tuloksia virtuaalisessa tilassa.

Kirjoittajat, otsikko, julkaisuvuosi ja julkaisulähde	Tutkimuskysymys, tutkimuksen tarkoitus	Aineisto ja tutkimusmenetelmä	Tulokset/Johtopäätökset
9. Tuikka, A & Okulov, S. (2021). Paikallisuudelle rakentuva aikuissosiaalityö harvaan asutun maaseudun yhteisöissä. Teoksessa Matthies, A., Svenlin, A., Turtiainen, K. & Alho, S. Aikuissosiaalityö: Tieto, käytäntö ja vaikuttavuus. Gaudeamus	Millaisilla yhteisöllisillä ja paikallisilla toimintamuodoilla on mahdollista tukea ja edistää hyvinvointia ja sosiaalista selviytymistä harvaan asutulla maaseudulla?	Lähiötupatoiminnan etnografinen havainnointiaineisto, valokuvia, haastatteluja ja kirjallisia dokumentteja. Kahteen yhteisölliseen ryhmätoimintaan osallistuneiden kysely- ja palauteaineisto ja osallistava havainnointi.	Lähiötupatoiminta mahdollistaa mukaan pääsyn yhteisiin tapahtumiin ja ryhmiin, sieltä saa apua arkipäivän haasteisiin. Erilaiset toiminnat vahvistavat osallisuutta. Ryhmätoiminnoissa yhteisöllisyys rakentuu toiminnan kautta, mistä saatiin uusia keinoja elämänhallintaan. Yhteisöllisen ryhmätoiminnan tuloksina sosiaalinen kuntoutuminen, elämänhallinnan vahvistuminen ja voimaantuminen, identiteetin vahvistuminen ja ratkaisujen löytyminen ongelmiin. Tunnetaitojen kehittyminen, itsestä ja terveydestä huolehtiminen eri tavoin. Vertaistuki edisti kuntoutumista. Sosiaaliset suhteet vahvistuivat.
10. Weyers, M. L. (2007). The eight habits of highly effective community social workers: A south African perspective. Maatskaplike Werk/Social Work, 43(1), 1–15. Retrieved from https://www.proquest.com/scholarly-journals/eight-habits-highly-effective-community-social/docview/61379115/se-2?accountid=11774.	Miten toiset sosiaalityöntekijät onnistuvat tekemään vaikuttavaa yhteisötyötä ja toiset epäonnistuvat sen toteuttamisessa?	Aineistona eteläafrikkalaisissa sosiaalityön ammattilehdissä vuosina 1997–2005 olleet vertaisarvioidut tekstit, jotka käsittelivät ruohonjuuritason työtä ja joissa oli arvioitu empiirisesti onnistumisia ja epäonnistumisia ja niihin vaikuttaneita tekijöitä.	Vaikuttavan työn edellytys on toiminnan oikeutus sekä organisaation että työyhteisön taholta. Tuloksia saatiin aikaan, kun toiminnalle oli riittävät resurssit ja kun työntekijät pystyivät suunnittelemaan ja hallitsemaan työtään. Vaikuttavan työtä saatiin aikaan, kun sosiaalityöntekijällä oli taito verkostoitua, kohdata ja olla vuorovaikutuksessa. Lisäksi työntekijät, joilla oli tietoa sosiaali- ja yhteisötyön teoriasta, toimintaympäristön kohdeyhteisön luonteesta ja yhteisön voimavaroista sekä ymmärrystä yhteiskunnasta saivat aikaan tuloksia. Työntekijät, jotka kehittävät ja arvoivat jatkuvasti työtään, saivat aikaan tuloksia.

Liite 2

Tutkimuskatsauksen aineistoksi valitut luontolähtöisten menetelmien vaikuttavuutta käsittelevät tutkimukset.

Kirjoittajat, otsikko, julkaisuvuosi ja julkaisulähde	Tutkimuskysymys, tutkimuksen tarkoitus	Aineisto ja tutkimusmenetelmä	Tulokset
1. Duindam, H. M., Asscher, J. J., Hoeve, M., Stams, G. J. J. M. & Creemers, H. E. (2020). Are We Barking Up the Right Tree? A Meta-Analysis on the Effectiveness of Prison-Based Dog Programs. Criminal justice and behavior, 47(6), 749–767. https://doi.org/10.1177/0093854820909875.	Koira-avusteisten vankilaohjelmien vaikuttavuus rikosten uusintaan ja rikoksista tuomittujen sosio-emotionaalisten kykyjen vahvistumiseen.	Meta-analyysi: Systemaattinen kirjallisuuskatsaus (8 tietokantaa), tutkimukset vuoteen 2019 saakka. 11 tutkimusta, joista 8 kvasikokeellista ja 3 satunnaistettua kontrolloitua. Intervention vaikuttavuuden arvioinnissa käytetty Cohenin d -efektikokoa.	Primaarivaikutuksena uusintarikollisuuden väheneminen. Sekundaarivaikutuksina sosiaalisten taitojen vahvistuminen. Hyvinvointia edistävä vaikutukset itsearvostuksen lisääntyminen sekä ahdistuksen, aggression ja masennuksen väheneminen.
2. Elsey, H., Bragg, R., Elings, M., Cade, J. E., Brennan, C., Farragher, T., Murray, J. (2014). Understanding the impacts of care farms on health and well-being of disadvantaged populations: A protocol of the Evaluating Community Orders (ECO) pilot study. BMJ Open, 4(10). https://doi.org/10.1136/bmjopen-2014-006536.	Hoivamaatalouden vaikutusmekanismit yhdyskuntapalvelussa olevien henkilöiden terveyteen, elämänlaatuun ja sosiaaliseen hyvinvointiin Lisäksi tietoa hoivamaatilatoiminnan kustannusvaikuttavuudesta.	Tilastoaineistona oikeuslaitoksen, poliisin ja kansallisen terveyskyselyn tilastot. Laadullinen aineisto haastatteluista ja kokemuksia mittaavista aineistoista (elämänlaatu, psyykkinen ja fyysinen hyvinvointi). Interventioon osallistuvia 150 ja kontrolliryhmiin 150. Kolme erilaista maatilatoimijaa.	Tuloksina saatu myönteisiä vaikutuksia elämänlaatuun ja hyvinvointiin. Toiminnan kustannushyödyistä on saatu alustavia myönteisiä tuloksia terveydenhuolto- ja sosiaalipalveluiden käytön tarpeeseen sekä työllistymiseen.

Kirjoittajat, otsikko, julkaisuvuosi ja julkaisulähde	Tutkimuskysymys, tutkimuksen tarkoitus	Aineisto ja tutkimusmenetelmä	Tulokset
3. Heinsch, Milena (2012). Getting down to earth: Finding a place for nature in social work practice. International Journal of Social Welfare. July 2012. Vol 21(3). pp 309–318.	Luonnon vaikutukset ihmisiin psykologian, lääketieteen, kehityspsykologian, yhdyskuntatyön ja arkkitehtuurin tutkimuksissa,	Syntetisoiva kirjallisuuskatsaus, jonka aineisto koottu useista tietokannoista. Tutkimuksia luontolähtöisten ja ympäristön huomioivasta terapeuttisista työotteiden vaikutuksista.	1. emotionaalinen, kognitiivinen ja henkinen vaikututtavuus: Rauhoittaa stressi- ja kriisitilanteissa, vähentää jännitystiloja, edistää kognitiivista toimintakykyä, lisää resilienssiä ja itseluottamusta, tarkkaavaisuutta ja päätöksentekokykyä. Lisää vastuunottoa ja halua suojella ympäristöä. 2. fyysinen terveys: kivun sietokyky lisääntyy ja lääkitystä tarvitaan vähemmän laskee verenpainetta. Vähentää unihäiriöitä ja terveydenhuollon palvelujen käyttöä (eläinten omistajilla). Immuunipuolustusjärjestelmä vahvistuu. Vähentää terveyhdenhuoltokustannuksia vähentyneinä palvelun tarpeina. 3. sosiaalinen vuorovaikutus: -lisää sosiaalista vuorovaikutusta. Yhteisöllisyys ja sosiaalinen tuki vahvistuvat (yhteinen puutarhatoiminta ja alueella toteutetut tilaisuudet). Lisää merkityksellisyyden kokemusta. Viherympäristö vähentää rikollisuutta. Lemmikit lisäävät vuorovaikutusta ja helpottavat kontaktin ottamista toisiin. Helpottaa asiakasvuorovaikutusta erityisesti vaikeissa tilanteissa. Luontoympäristö vahvistaa yhteistyötä, luovuutta ja erilaisia taitoja
4. Legge, M. M. (2016). The Role of Animal-Assisted Interventions in Anti-Oppressive Social Work Practice. British Journal of Social Work, 46(7), 1926–1941. https://doi.org/10.1093/bjsw/bcv133.	Mikä merkitys eläinavusteisilla interventioilla on valtaistavassa (anti-oppressive practice) sosiaalityössä?	Laadullinen puolistrukturoitu haastatteluaineisto voimavaralähtöistä (aop) ja eläinavusteisia menetelmiä käyttäville sosiaalityöntekijöille. Neljä nauhoitettua ja litteroitua haastatteluaineistoa.	Valtaistava (aos) sosiaalityö ja eläinavusteiset interventiot edistävät työskentelyyn sitoutumista ja palvelun saavutettavuutta, helpottaa avun hakemisen kynnystä. Tuloksena vaikuttavampaa asiakastyötä.
5. Risley – Curtiss, C. (2010). Social work practitioners and the human--companion animal bond: A national study. (Report) (Survey). Social Work, 55(1), 38. https://doi.org/10.1093/sw/55.1.38.	Mitä sosiaalityöntekijät tietävät ihminen-eläin suhteesta ja sen myönteisistä ja kielteisistä tekijöistä (laiminlyönti/pahoinpitely). Huomioivatko työntekijät jollain tavalla lemmikit asiakastyössään. Lisäksi haluttiin tietää ovatko työntekijät saaneet koulutusta eläinten mukaan ottamisesta/huomioimisesta työssään.	544 sosiaalityöntekijän Survey -kyselyvastaukset Yhdysvalloissa (NASW).	Kolmasosa sosiaalityöntekijöistä kysyy ylipäätään mitään asiakkaiden lemmikkielämistä. Neljännes sosiaalityöntekijöistä jollain tavalla huomioi asiakkaiden lemmikit. Eläinavusteisia menetelmiä ei käytetä eikä niihin ole saatu koulutusta.

Kirjoittajat, otsikko, julkaisuvuosi ja julkaisulähde	Tutkimuskysymys, tutkimuksen tarkoitus	Aineisto ja tutkimus-menetelmä	Tulokset
6. Salonen, K. (2020). Kokonais-val-tainen luontoko-kemus hyvinvoinnin tukena. Tampere University. Väitö-skirja.	Ohjattujen luonto-kokemusten koe-tut vaikutukset.	Tutkimusaineistona kyselyt, teemahaastat-telut ja ryhmäkeskus-telut. 54 kuntoutuksessa tai kuntouttavassa työtoiminnassa olevaa henkilöä.	Ohjattu toiminta kannustaa lähtemään luon-toon, vaikuttaa ihmisen tietoiseen havain-nointiin myönteisistä ja kokonaisvaltaisista luonnon vaikutuksista ja psyykkisestä pro-sessoinnista. Luonnon hyvinvointivaikutuk-set ovat yhteydessä ympäristövastuulliseen käyttäytymiseen.
7. Hautamäki, L., Ramadan, F., Ranta, P., Haapala, E., Suo-mela-Markkanen, T. 2018. Eläinavusteinen terapia. Katsaus tutkimuskirjallisuu-teen ja toimintaan Suomessa. Kansaneläkelai-tos, KELA. http://urn.fi/URN:NBN:-fi-fe2018070631430.	Eläinavusteisten menetelmien toi-mivuus ja hyödyt vaativan kuntou-tuksen tukena fy-sio-, puhe-, psyko-, toimintaterapiassa ja neuropsykologi-sessa kuntoutuk-sessa.	Kirjallisuuskatsaus vuosien 2010–2017 kansainvälisestä tut-kimuskirjallisuudesta. Mukana 35 syste-maattista katsausta, 3 meta-analyysia 25 satunnaiskontrolloi-tua tutkimusta. Lisäksi Suomessa toimivien eläinavusteisten me-netelmiä käyttävien toimijoiden ja asiak-kaiden haastattelut. Verkkokyselyaineisto eläinavusteisia me-netelmiä käyttäville palveluntuottajille.	Mieliala ja elämänlaatu koheni, käytösoireet ja ahdistus väheni. Mt-kuntoutujien mieliala ja sosiaalisuus koheni, ahdistus ja masennus väheni. Neurologisten ongelmien aiheut-tamat motoriset häiriöt, stressi ja ahdistus vähenivät. Haastava käyttäytyminen väheni. Luottamus työntekijään, motivaatio kuntou-tukseen, tunteiden tunnistamiseen, keskitty-minen ja itseluottamus lisääntyi.
8. Ylilauri, M. (Toim.) 2021. Green Care – Kokeilemisen arvoi-nen asia. Luonnol-lista tukea elämään (LuoNa) – hankkeen kokemukset ja kes-keiset tulokset.	Luonnon hyvin-vointivaikutuksiin perustuvien pal-velumallien kehit-täminen erityistä tukea tarvitseville asiakasryhmille.	Asiakkaita 21 sote-alan organisaatiosta. Työpajoihin (92) 500 asiakasosallistumista. Asiakaspalaute, haas-tattelut, reflektiokes-kustelut ja omaohjaa-jien arvioinnit.	Kokeilutoiminnan keskeiset tulokset: -toiminta rohkaisi asiakkaita tapaamaan muita samassa tilanteessa olevia ja yhdessä muiden kanssa rohkaisi lähtemään luontoon lapsen kanssa -paransivat lasten ja aikuisten välistä vuoro-vaikutussuhdetta, -edisti toimintakykyä ja hyvinvointia -tuki oppimista, oppilaan oma-aloitteisuut-ta, pelkojen voittamista ja toisten huomioon ottamista -edisti maahanmuuttajien kielen oppimista, loi turvallisuuden tunnetta ja väylän puhua vaikeista asioista. - kannusti työntekijöitä ja asiakkaita liikku-maan luonnossa -vähensi ahdistusta ja kohensi mielialaa -ryhmässä ja eläinten kanssa tapahtunut vuorovaikutus koettiin voimauttavana, -vahvisti sosiaalisia taitoja, sitoutumista ja vastuunottoa. -myönteiset kokemukset kannustivat ha-keutumaan koulutukseen ja kuntouttavaan työtoimintaan
9. Tyrväinen, Liisa & Lanki, Timo & Sipilä, Raija ja Komulainen Jorma (2018). Mitä tiedetään metsän terveyshyödyistä. Duodecim 2018:134(13):1397–403.	Metsän hyvinvoin-tivaikutukset fy-siologiaan, miela-laan ja sairauksien hoitoon.	Tutkimusaineistona terveys- ja lääketie-teen tutkimukset.	Keskeisin tulos stressitilanteista palautumi-nen. Vaikutukset jo 15 minuutissa. Vaiku-tukset tahdosta riippumattomia. Vaikuttaa positiivisesti mielialaan ja itsetuntoon. Edistää terveyttä, fyysistä kuntoa ja auttaa irtautumaan arjesta. Sairauksien hoidosta ei vielä riittävästi tutkimusta.