



Luonto ja lapsi

HIH-tutkimukset / Hyvinvointi ja terveys

(Human issues in Horticulture tutkimus)

Monitieteellinen tutkimus; ympäristöpsykologia, psykologia, sosiologia ja lääketieteellinen tietämys ja menetelmät.

- fyysinen
- psyykinen
- sosiaalinen



Luonnon vaikutus lapsen kehitykseen



- **Geneettinen tarve**
 - Osa luontoa /luontokokemukset
 - Selviytymiskeinot
- **Neurologinen**
 - Tunteet
 - Pelot alkavat 7kk-24kk: iässä
 - Aivot kasvavat; 0-1v / 7v
- **Sosiaalinen**
 - Sosiaalinen ”eläin”
 - Yksilön omat tarpeet
 - Iän vaikuttamat erot
 - ”Rodut” / elinympäristö erot

Ympäristön kehittävä vaikutus

(Heerwagen, Gordon H., ja Orions)



- **Varmistaa ja vahvistaa vahvan luontosuhteen**
- **Biologisen yhteyden / tietoisuuden**
- **Asenteet ja arvot**
- **Ympäristötietoisuus**
 - Sosiaalisessa ryhmässä
 - Kehityksen mukana tapahtuva
 - Liikkuvuuden lisääntyminen



Ympäristön arvostuksen muodostuminen

(Kahn)

IHMISKESKEISYYS

- Ihmisen hyvinvointi
- Estetiikka
- Kiintymyksen syntyminen
- Persoonan omat kiintymyksen kohteet ja tarpeet

BIOCENTRIC/ LUONTOKESKEISYYS

- ”luonnon muistinmenetykset”
- Ympäristön moraalit
 - luonnon itseisarvo / rikkaus
 - Sukupolvien arvonalennus
 - Aikuisuuden tuoma arvon muutos



Stressi

Fysiologiset muutokset

- Unettomuutta
- Keskittymisvaikeuksia
- Pelkoja
- Masennusta

Käyttäytyminen

- Vihamielisyyttä
- Empaattisuuden vähenemistä
- Väsymystä / uupumusta

Kasvillisuutta sisältävän ympäristön katselu edistää

▪ Stressistä toipumista

(alentaa verenpainetta, lihasjännitystä, ihon sähkökyky nopeampaa)

▪ Fysiologisen tilan myönteiset muutokset havaitaan jo muutamassa minuutissa

▪ Mielialan kohoaminen / myönteisten tunteiden lisääntyminen

(levittää vihaa, surua, ahdistuneisuutta)

▪ Toiminnan tehostuminen ja tarkkaavaisuuden palautuminen

Luonnossa olemisen tai luontokuvan näkemisen vaikutuksesta ihminen kokee välittömästi tiedostamattaan tunnereaktion (Parasympaattinen hermosto aktivoituu).

Kasvien vaikutus oppimiseen ja vireystilaan

(Rachel ja Stephe Kaplan, Roger Ulrich, Tovey)

STRESSI JA PALAUTUMINEN

- Ympäristön ärsykkeet
- Aisti ärsykkeet
- Vireystila / levollinen olotila

LUONTO

- Kokemukset
- Kasvuympäristö
- Riskien hallinta



- Tarkkaavaisuus ”lepää” ja suorituskyky palautuu
- Toipuminen stressistä, fysiologiset ja psyykkiset muutokset nopeampia

ELVYTTÄVÄ YMPÄRISTÖ

LUONTOYMPÄRISTÖ; Sosiaalinen kohtaamispaikka, yksin olemisen varmistaja
TULISI MAHDOLLISTAA; Kulkemisen, lepopaikan / oleskelun, aistielämykset,

▪ Suunnittelu

- Sisä- ja ulkotilat
- Arki toiminta
- Keskustelut

▪ Lapsille tärkeitä / positiiviset kokemukset

(Stephen Kellert)

- Eläimet
- Kasvit
- Luonto-objektit
- luontoilmiöt

▪ Sisällä

- Ikkunanäkymät
- Kuvat
- Taulut
- Julisteet
- Kasvit

▪ Ulkona

- Piha-alueet
- Lähimetsä
- Palstat
- Retkikohteet

ELVYTTÄVÄ YMPÄRISTÖ jatkuu....

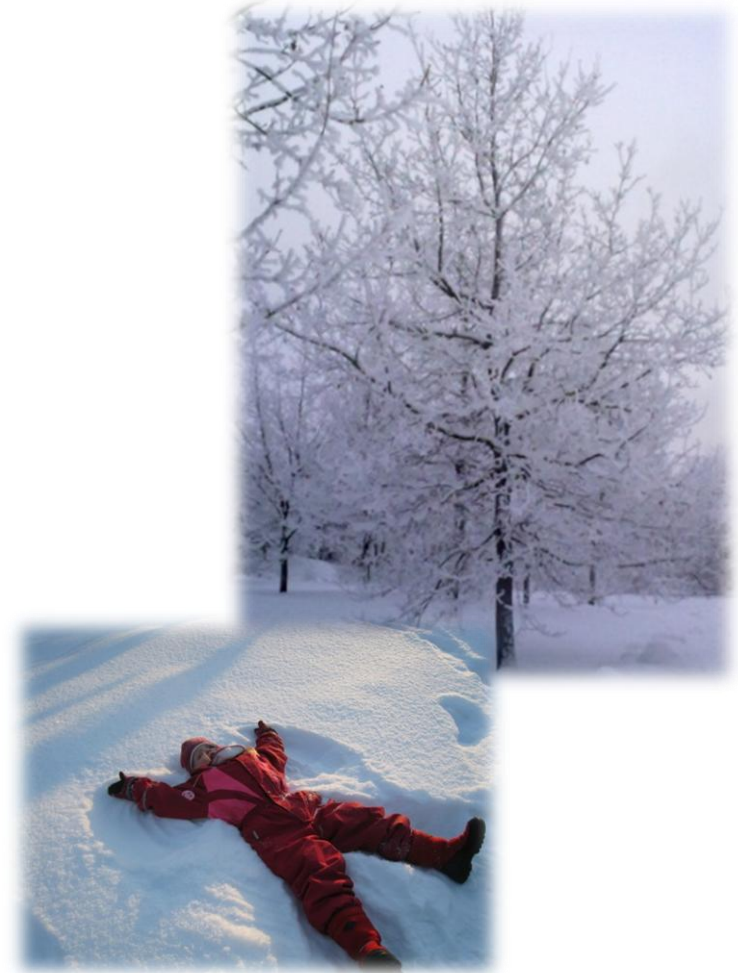
Aistit

- Tunto → pinnat, tuuli, kylmä /lämmin, sade / kosteus
- Maku → yrtit, marjat, hedelmät ym.
- Kuulo → linnut, vesi, lehtien havina, kävelypinnat
- Haju → tuoksut, märkä/kuiva kasvualusta
- Näkö → maisema, yksityiskohdat, värit, muodot, eläimet ym.

Kasvit

- Värit
- Punainen ja oranssi → aktivoi, innostaa, ilo
- Vihreä ja sininen → rauhoittaa, kutsuu mietiskelyyn

Vuodenajat



EKOPSYGOLOGI

(Sarah A. Conn, K. Salonen)

Sisätiloissa

- Luontokuvat
- Linnunäänet
- Vedensolina
- Luontomateriaalin käyttö
 - Kivet, risut, kukat ym.

Luontomateriaali mahdollistaa vertauskuvallisuuden ja samaistumiskohteen.

Ulkotiloissa

- Seikkailupedagogiikka
- Elämymatkailua
- Anna katseen valita maisema

Vaikutukset (Mieli ja maisemat: Kirsi Salonen):

1. Avautuminen ja luottamus ryhmässä helpottuu
2. Yhteistyö helpottuu
3. Ryhmäytyminen nopeutuu
4. Kokemuksellisuus/ tietäminen lisääntyy
5. Emootiot: menetelmät aktivoi tunteita
6. Tiedostamattomat tunnelmat nousevat helpommin prosessiin
7. Riittävyuden kokemus vahvistaa myönteistä minäkuvaa
8. Uudet ongelmaratkaisukeinot ja myönteiset tulevaisuuden näkymät viriävät.

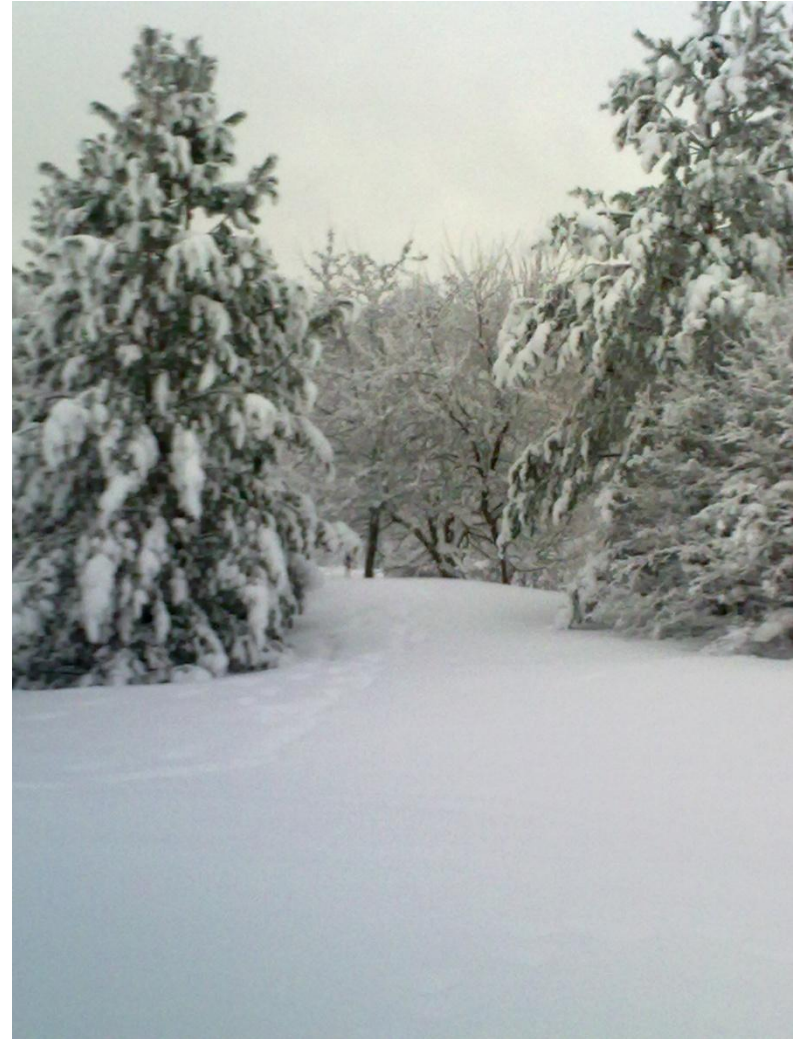
EKOLOGIA jatkuu....

- Luonto ympäristö ja positiivinen luontokokemus, johon liittyy pysyvyyttä, turvallisuutta, vastavuoroisuutta, riittävyden kokemusta ja hyväksyntää tarjoaa uutta rakennuspintaa, jolle voi rakentaa myös luottamusta ihmisiä kohtaan.
- MIELIPAikka, joka useimmilla on jokin luontoympäristö, antaa levähdysketken.

USKALLA LUMOUTUA

ja

VARMISTA LAPSEN LUMOUTUMINEN



Ulkoleikit vs sisäleikit

(Roger and Evans 2006)

- Roolileikkejä
- Sisältö tarinallisempi
- Ratkaisukeskeisempiä
- Sosiaalisempia
- Kehittää itse leikkipaikat
- Monipuolinen välineiden ja tilan käyttö mahdollisuudet
- Tytöillä rohkaisee aktiivisempiin leikkeihin

TARVITAAN

- Positiivisen leikin tukeva kaveri
- Leikinohjaus



Riskit

(Helen Tovey)

- Pelkojen käsittely
- Tunteiden käsittely
- Kehon tuntemus
- Omien kykyjen tietoisuus



