

SEAMK

Seinäjoen ammattikorkeakoulu
Seinäjoki University of Applied Sciences

Kaisu Lohilahti

Metsäesikoulun vaikutuksia lasten hyvinvointiin, osallisuuteen ja luontosuhteeseen

Opinnäytetyö
Syksy 2025
Sosionomi (AMK)



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

Opinnäytetyön tiivistelmä

Tutkinto-ohjelma: Sosionomi (AMK)

Tekijä: Kaisu Lohilahti

Työn nimi: Metsäesikoulun vaikutuksia lasten hyvinvointiin, osallisuuteen ja luontosuhteeseen

Ohjaaja: Anu Aalto

Vuosi: 2025

Sivumäärä: 44

Liitteiden lukumäärä: 1

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää, saavatko metsäesikoululaiset hyvinvointivaikutuksia luonnosta. Tarkoituksena oli perehtyä myös lasten kokemuksiin luontosuhteesta esikouluvuonna metsän ympäröimänä.

Opinnäytetyön teoriaosuudessa selvitettiin, miten luontosuhdetta voidaan luoda ja mitä se merkitsee hyvinvoinnille. Lisäksi teoriaosuudessa käsiteltiin, miten luontoa voidaan käyttää oppimisympäristönä ja tukeeko se osallisuutta.

Tutkimuskysymyksinä olivat minkälaisia hyvinvointikokemuksia lapset ovat saaneet esikoulusta suhteessa luontoon sekä miten kasvattajat näkevät lasten osallisuuden ja luonnon tuoman hyvinvoinnin. Asiaa selvitettiin haastattelemalla metsäesikoulun lapsia ja kasvattajia. Tutkimuksessa selvitettiin myös, onko metsäesikoulun pedagogiikka erilaista kuin tavallisessa ryhmässä ja miten sen toteuttaminen metsässä onnistui.

Tuloksissa ja pohdinnoissa todettiin, että metsäesikoulussa on paljon elementtejä, jotka tukevat lapsen hyvinvointia ja osallisuutta, kuten metsä leikkipaikkana ja luonnon kiertokulun seuraaminen ja ihmetteleminen.

-

¹ Asiasanat: luontosuhde, ympäristöherkkyys, ympäristökasvatus, luonnossa liikkuminen, luonnon hyvinvointivaikutukset

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Thesis abstract

Degree programme: Bachelor of Social Services

Author: Kaisu Lohilahti

Title of thesis: Forest preschool's effect on children's well-being, participation and relationship with nature

Supervisor: Anu Aalto

Year: 2025

Number of pages: 44

Number of appendices: 1

This study looked at how one year in forest preschool affects children's well-being and feeling of belonging and children's experiences of the relationship with nature in the preschool year.

The theoretical section of the thesis examined how a relationship with nature can be established, what it means for well-being and how nature can be used as a learning environment.

The research questions were: What kinds of well-being experiences children have gained from preschool in relation to nature? How do educators perceive children's participation and the well-being brought by nature? Children and teachers were interviewed.

The results and discussion showed that forest preschool has many aspects that support children's well-being and participation, such as the forest as a play area and watching and wondering about nature's cycle.

¹ Keywords: nature relationship, environmental sensitivity, environmental education, moving in nature, the well-being effects of nature

SISÄLTÖ

Opinnäytetyön tiivistelmä	2
Thesis abstract	3
SISÄLTÖ	4
Kuva-, kuvio- ja taulukkoluetelo	6
Käytetyt termit ja lyhenteet.....	7
1 JOHDANTO	8
2 TYÖN TAUSTA JA TAVOITTEET	9
2.1 Työn tavoite.....	9
2.2 Työn rakenne	9
2.3 Tutkimusmenetelmät	10
2.4 Opinnäytetyön luotettavuus ja eettisyys	11
3 LUONTOSUHTEEN LUOMINEN.....	13
3.1 Luonnossa liikkumisen mahdollisuuksien luominen	14
3.2 Ympäristökasvatus	15
3.3 Kestävyyshäskavatus.....	16
3.4 Jokaisenoikeudet.....	17
4 LUONNON MERKITYS HYVINVOINNILLE	18
4.1 Digiluonto	20
4.2 Ympäristöherkkyys	21
5 LUONTO OPPIMISYMPÄRISTÖNÄ.....	23
5.1 Luontokasvatus varhaiskasvatuksessa	25
5.2 Luonnonläheisen oppimisen käytännön asioita	26
6 KOKEMUKSIA LUONTOSUHTEESTA, OSALLISUUDESTA JA HYVINVOINNISTA METSÄESIKOULUSSA	28
6.1 Metsäesikoulun taustaa.....	28
6.2 Kasvattajien ja lasten kokemukset metsäesikoulusta	29
6.2.1 Leikit ja osallisuus	30
6.2.2 Arkitoimet ja pedagogiikka	32
6.2.3 Hyvinvointivaikutukset.....	33

6.2.4 Ympäristökasvatus.....	33
7 JOHTOPÄÄTÖKSET.....	37
8 POHDINTA.....	40
LÄHTEET	43
LIITTEET	45

Kuva-, kuvio- ja taulukkoluettelo

Kuva 1. Metsäesikoulun tukipiste, kota.....	28
Kuva 2. Majarakennus.	31
Kuva 3. Ympäristökasvatusta kuvien avulla, mitä luonnossa ei ole sopivaa tehdä	34
Kuva 4. Ympäristökasvatusta kuvien avulla, mitä luonnossa voi tehdä	35
Kuvio 1. Ympäristöherkkyyden tekijöitä	22

Käytetyt termit ja lyhenteet

Osallisuus	Mahdollisuus vaikuttaa itseä koskeviin asioihin ja päätöksiin sekä kuulua joukkoon.
Luontosuhde	Ihmisen tai yhteisön tapa suhtautua ympäröivään luontoon.
Ympäristöherkkyys	Ihmisen tapa kokea ja aistia ympäröivää luontoa tunnetasolla.

1 JOHDANTO

Luonnossa vietettyyn aikaan ja luonnossa liikkumiseen on monia erilaisia tapoja ja mahdollisuuksia. Ollessa yhteydessä luontoon kehittyy luontosuhde. Se on jokaisella yksilöllinen ja omanlainen. Luontosuhde alkaa kehittymään jo lapsuudessa. Luontosuhteen vaalimiseen ja kehittymiseen tarvitaan yhteys luontoon. Se ei muodostu pelkästään tietoa jakamalla.

Teoriaosuudessa tulee ilmi lukuisia luonnon tuomia hyvinvointivaikutuksia. Niistä tärkeimpänä on lapsilla motoristen taitojen kehittyminen sekä keskittymiskyvyn paraneminen. Luonnossa liikkuminen ja oleminen parantaa myös paljon ihmisen psyykkisiä ominaisuuksia kuten mielialan kohentuminen ja itsetunnon parantuminen. Luonnossa olemisessa on myös välillisiä vaikutuksia. Kun luonnossa vietetään perheen tai ystävien kanssa yhdessä aikaa, se lisää osallisuuden kokemuksia sekä luo yhteenkuuluvuutta tunnetta.

Teoriaosuudessa selvitetään ympäristöherkkyyttä. Sitä koetaan myötätunnon kautta. Näin opitaan vaalimaan kaikkea elävää, elämiä ja kasveja. Lisäksi teoriaosuudessa käsitellään, miten luontoa voidaan käyttää oppimisympäristönä ja tarjoaako se itsessään osallisuuden kokemuksia.

Opinnäytetyö toteutetaan yhdessä eteläpohjalaisen kunnan kanssa. Kunnassa toimii metsäesikoulu, jossa on kahden kasvattajan ryhmässä neljätoista lasta. Metsäesikoulu toimii metsän keskellä ja sen tukikohtana on kota. Opinnäytetyön tavoitteena on tutkia, tuoko luonnossa liikkuminen ja oleminen metsäesikoululapselle hyvinvointivaikutuksia, miten esikouluvuosi vaikuttaa osallisuuden kokemukseen ja luontosuhteeseen. Lisäksi tutkitaan, miten kasvattajat näkevät hyvinvoinnin ja osallisuuden vaikutukset metsäesikouluvuonna. Asiaa selvitetään haastatteleamalla metsäesikoulun lapsia ja kasvattajia. Tutkimus toteutetaan laadullisena eli kvalitatiivisena tutkimuksena. Tutkimuksessa selvitetään myös, onko metsäesikoulun pedagogiikka erilaista kuin tavallisessa ryhmässä ja miten sen toteuttaminen metsässä onnistuu.

Tässä opinnäytetyössä tekoälyä käytetään apuna käsitteiden ja termien avaamisessa. Kaikki työssä käytetyt lähteet ovat tämän työn kirjoittajan hakemia lähteitä. Tekoälyn tuottamaa tietoa ei käytetä lähteenä.

2 TYÖN TAUSTA JA TAVOITTEET

Tämän opinnäytetyön tutkimuksellisenä tavoitteena on selvittää, miten metsäesikoulu vaikuttaa lasten hyvinvointiin, osallisuuteen ja luontosuhteeseen. Luonnon tuomia hyvinvointivaikutuksia on tutkittu paljon, joten tässä opinnäytetyössä selvitetään, miten lapsi niitä saa ja miten lapset kokevat niiden vaikutuksen.

2.1 Työn tavoite

Bisterin (2019, s. 27) mukaan opinnäytetyön lähtökohtana työlle on tutkimusongelma, eli kysymys, johon opinnäytetyössä etsitään vastausta.

Tutkimuskysymyksinä on kaksi kysymystä:

- Minkälaisia hyvinvointikokemuksia lapset ovat saaneet esikoulusta suhteessa luontoon?
- Minkälaisia näkemyksiä kasvattajilla on lasten osallisuuden kokemuksista metsäesikoulussa?

Kysymykset valittiin sen perusteella, että metsäesikoulu on ainutlaatuinen tässä etelä-pohjaisessa kunnassa, johon tutkimusta tehtiin. Metsäesikoulu tässä laajuudessa koko maassa on muutenkin vielä harvinaista. Tässä työssä tutkitaan sitä, miten luontosuhteen luominen ja vaaliminen metsäesikoulussa onnistuu sekä sitä, miten luonnossa olemisen tukee hyvinvointia. Tutkitaan myös sitä, miten kasvattajat näkevät lasten saamia osallisuuden kokemuksia metsäesikoulussa eli miten ympäristö ja erilaisessa ympäristössä olevat leikit vaikuttavat lasten osallisuuteen.

2.2 Työn rakenne

Tieteellisissä tutkimuksissa uutta tietoa tuotetaan teorioiden avulla (Siitonen, 2004, s. 273; Vilkkä, 2015, s. 34). Puhutaan myös teoreettisesta viitekehyksestä tai teoreettisesta lähestymistavasta. Teoriat ovat tapoja tarkistaa ja selittää todellisuutta.

Tämä opinnäytetyön teoreettinen viitekehys koostuu kolmesta eri osiosta, jotka ovat luontosuhteen luominen, luontosuhteen merkitys hyvinvoinnille ja luonto oppimisympäristönä.

Näissä kappaleissa tuodaan esiin teoriaan viitaten, miten luontosuhdetta voidaan muodostaa ja miten se syntyy, mitä ovat ympäristökasvatus sekä kestävyyskasvatus. Lisäksi tuodaan esiin luontosuhteen merkitystä ihmisen hyvinvoinnille ja minkälaisia hyvinvointivaikutuksia luonnosta saa. Lisäksi käsitellään, kokevatko ihmiset vielä ympäristöherkkyyttä vai onko se katoamassa. Opinnäytetyössä tuodaan esiin myös, miten luonto toimii oppimisympäristönä, tarjoaako se osallisuuden kokemuksia ja voiko esimerkiksi matematiikkaa tai äidinkieltä opettaa luonnon keskellä.

2.3 Tutkimusmenetelmät

Tutkimus toteutettiin laadullisena eli kvalitatiivisena tutkimuksena. Tähän vaihtoehtoon päädyttiin siksi, koska toista samanlaista metsäesikoulua ei kunnassa ole. Näin ollen ei ollut mahdollisuutta vertailla kokemuksia toiseen samanlaiseen. Haluttiin kokemuksia suoraan lapsilta ja kasvattajilta ja niitä on rajallinen määrä yhtenä esikouluvuonna. Metsäesikouluun otetaan vuosittain 14 lasta, joten kasvattajia näin ollen on kaksi.

Laadullinen tutkimus eli kvalitatiivinen on tutkimustapa, joka perustuu tulkintaan (Vilkkä, 2021, s. 17). Laadullisella tutkimuksella voit syventyä selvittämään ihmisen jokapäiväistä todellisuutta silloin, kun on tavoitteena kuvata ihmisten kokemusten avulla jokin ilmiö tai ymmärtää ihmisten tuottamia monisyisiä ja todellisia merkityksiä.

Ihmisen kokemukset syntyvät aina hänen elämänsä ja kokemustensa kautta, elämismaailmassa (Vilkkä, 2021 s. 18; Varto, 1992, s. 23–27). Merkitykset ovat laatuja laadullisessa tutkimuksessa. Laadut ovat se merkitys, jonka tutkittava antaa kokemuksilleen ja käsityksilleen.

Tutkimuslupa saatiin kunnalta huhtikuussa. Tutkimus toteutetaan anonymisti pienen ryhmäkoon vuoksi. Tässä opinnäytetyössä käytetään ryhmästä nimitystä Metsäläiset. Lisäksi käytetään määritelmää Etelä-Pohjanmaalla sijaitsevaa kuntaa tarkentamatta sitä. Kunnassa toimii metsäesikoulu, jonka tukikohta on kota metsässä. Lapset viettävät ulkona suurimman osan ajasta esikoulupäivänä.

Vanhemmilta pyydettiin haastatteluluvat, jotka saatiin kaikilta perheiltä. Vanhempien nähtäväksi toimitettiin myös tietosuojaseloste, josta ilmenee, että haastattelu toteutetaan anonyymisti. Lapsilta ei kerätty nimiä, joten lasten nimet eivät muutkaan henkilötiedot tulleet esille tässä tutkimuksessa. Tutkimusselosteessa selvennettiin, että haastattelut tapahtuvat esikoulupäivän aikana, eikä siitä koidu vanhemmille työtä tai vaivaa. Lasten haastattelut toteutettiin toukokuun alussa metsäesikoulun kodalla. Lapsia oli haastatteluhetkellä paikalla 13, joten haastattelut toteutettiin kahdessa ryhmässä: toisessa ryhmässä oli kuusi lasta ja toisessa seitsemän lasta. Haastatteluhetkellä toiset lapset olivat kodan ulkopuolella työrauhan saamiseksi. Haastatteluhetket pidettiin lyhyinä lasten keskittyminen huomioiden. Kasvattajien haastattelut toteutettiin kirjallisessa muodossa, johon oli koottu kysymykset. Vastaukset kysymyksiin sain toukokuun aikana. Tutkimukseen osallistui kaksi kasvattajaa.

Haastateltavien valinnassa tulee ottaa huomioon, mitä ollaan tutkimassa (Vilkka, 2015, s. 135). Tutkimusongelma ohjaa aineiston keruuta, joten haastateltavat tulee valita teeman tai tutkittavan asian mukaisesta kokemuksesta. Tärkeänä kriteerinä tulee olla, että haastateltavalla on henkilökohtaista kokemusta asian tiimoilta.

Haastateltavilla kasvattajilla on kertynyt monelta vuodelta kokemusta, mitä metsäesikouluvuosi antaa kasvaville lapsille. Toisaalta lapsilla oli myös lapsen näkökulmasta viime hetken kokemusta, kun esikouluvuosi haastatteluhetkellä oli lopuillaan.

2.4 Opinnäytetyön luotettavuus ja eettisyys

Tutkimusetiikalla tarkoitetaan yleisesti sovittuja pelisääntöjä suhteessa niin kollegoihin, tutkimuskohteeseen, rahoittajiin, toimeksiantajiin kuin suureen yleisöönkin (Vilkka, 2015, s. 41). Tutkimuksen tekeminen on yhteydessä monella tapaa hyvän tieteellisen käytännön noudattamiseen eli tutkimusetiikkaan. Tutkimusetiikka kulkee koko prosessin mukana aina ideointivaiheesta tutkimustulosten kanssa tiedottamiseen. Hyvän tieteellisen käytännön noudattaminen velvoittaa kaikkia tutkimusten tekijöitä yhtä lailla.

Tutkittavien yksityisyys on turvattu, koska haastateltavien henkilötietoja ei kerätty. Lasten etunimiä ei edes kysytty. Opinnäytetyössä ei ilmene, minkä kunnan esikoulusta on kysymys. Opinnäytetyön tutkimuksessa on käytetty rehellisyyttä, koska haastateltavien vastauksia ei ole muunneltu ja osan vastauksista käytettiin suorina lainauksina haastateltavalta. Yksittäisen haastateltavan henkilöllisyys ei tutkimusvastauksissa ilmene. Tutkimuksen vastuullisuus

taattiin sillä, että perheiltä kysyttiin lupa lapsen haastatteluun osallistumisesta. Perheille ei koitunut ylimääräistä vaivaa haastatteluiden osalta, koska ne toteutettiin esikoulupäivän aikana.

Haastatteluissa saatiin lapsilta ja kasvattajilta kokemusperäistä tietoa. Haastatteluajankohta oli toukokuu, joten se oli optimaalinen ajankohta tutkimuksen kannalta. Lapsilla oli kertynyt kokemusta melkein koko esikouluvuoden ajalta ja he osasivat peilata kokemuksia erilaisina vuodenaikoina.

3 LUONTOSUHTEEN LUOMINEN

Luontokasvatuksella ja luonnossa olemisella on ollut aina vahva yhteys varhaislapsuuden pedagogiikassa (Parikka-Nihti & Ek, 2024, s. 70). Ulkona oppiminen ja metsäryhmätoiminta ovat lisääntyneet huomattavan paljon 2000-luvulla suomalaisessa varhaiskasvatuksessa. Samanlainen kehitys on havaittu myös kansainvälisesti. Silti huoli lasten liikkumattomuudesta ja ruutuajan lisääntymisestä on läsnä. Puhetta on myös ollut luonnosta vieraantumisesta sekä luontoyhteyden häviämisestä. Luonnossa oleminen ja leikkiminen on jokaisen lapsen oikeus, sillä jokaisella lapsella tulee olla mahdollisuus rakentaa omaa luontosuhdetta ja vaalia yhteyttä luontoon. Perusmallit ympäröivään maailmaan, arvot sekä syy-seuraussuhteet opitaan varhaislapsuudessa.

Luontosuhde viittaa tapaan, miten suhtaudutaan luontoon ja luonnossa vietettyyn aikaan (Parikka-Nihti & Ek, 2024, s. 71). Luontosuhde muodostuu jokaiselle ainutlaatuisesti kokemusten ja mahdollisuuksien pohjalta. Se on myös yhteiskunnallinen, ajassa muuttuva ilmiö, koska siihen vaikuttaa muutokset ympäristössä sekä kulttuurinen ymmärrys luonnon merkityksestä.

Suurin osa suomalaisista asuu nykyisin kaupungeissa ja taajamissa. (Parikka-Nihti & Suomela, 2014, s. 65). Kun näitä alueita on suunniteltu ja rakennettu, aina ei ole onnistuttu luomaan lapsiystävällisiä elinympäristöjä. Lapsille ei ole jäänyt paljoa muunneltavia, monipuolisia leikkialueita, koska kaupunkirakentaminen on tiivistä. Nykyinen kasvuympäristö onkin paljon rakennetumpi kuin sata vuotta sitten. Suurissa kaupungeissa lapsilta puuttuvat mahdollisuudet, että he voisivat leikkiä huolettomasti luonnonmukaisilla alueilla. Syitä lasten elinpiirin kaventumiseen on etsitty liikenteestä sekä aikuisista, joilla on ympäristöön liittyviä pelkoja. Nykyisin lasten leikkipaikat ja -puistot ovat entistä valmiimpia ja turvallisempia. Jos lapset leikkivät vain valmiissa leikkipaikoissa, saattaa se kaventaa lasten liikkumistaitoja. Myös leikit voivat yksipuolistua.

Luonnon harrastamisessa ei ehkä hyödynnetä käytettävissä olevia mahdollisuuksia sekä tietoa niin hyvin kuin voisi (Willamo, 2004, s. 43). Ihmisten luontoretkeily kaupunkien lähimetsissä ja kansallispuistoissa sijoittuu aamupäivän ja alkuillan väliin, jolloin luonnossa on etenkin kesäisin hiljaisin aika. Varhaisen aamun, myöhäisen illan sekä yölliset luonnon tarjoamat mahtavat kokemuksen jäävät monille ihmisille vieraiksi. Etenkin kaupungissa asuvilla

ihmisillä on elämisen puitteet sellaiset, että oman sisäisen luonnon ja henkilökohtaisen ekologian ymmärtämiselle ja kokemiselle on vähäisiä edellytyksiä.

Ympäristösuhteen luomiseksi lapsi tarvitsee aika viettää luonnossa erilaisissa ympäristöissä (Chawla & Flanders Cushing, 2013; Parikka-Nihti & Suomela, 2014, s. 66–67). Luonnossa vietetyn ajan myötä kehittyä myös vastuullinen suhtautuminen ympäristöön. Suurin merkitys on sillä, kun voi toimia ja olla luonnonvaraisessa ympäristössä. Ympäristöherkkyyteen ja myönteisiin ympäristökokemuksiin liittyy vietetty aika mielipaikoissa.

Aistien avulla ihminen on yhteydessä ulkomaailmaan ja omaan kehoon, joten ihminen tarvitsee ympäristökokemuksia kaikille aisteille. (Pajanen, 2011; Parikka-Nihti & Suomela, 2014, s. 67). Aistikokemuksella on myös suora yhteys tunnemaailmaan ja ympäristöherkkyyteen, josta muodostuu pohja ympäristö- ja luontosuhteelle.

3.1 Luonnossa liikkumisen mahdollisuuksien luominen

Polvinen ym., (2012, s. 63) ovat pohtineet keinoja, miten luodaan parempia mahdollisuuksia luontoon menemiseksi. Kaupunkisuunnittelussa ja kaavoituksessa jo tulisi huolehtia metsät ja luonto. Tähän tarvittaisiin eri toimijoiden kuten päättäjien ja palveluntarjoajien yhteistä ymmärrystä. Esimerkiksi Löydä Nuuksio -hanke pyrkii parantamaan pääkaupunkiseudun viheralueiden verkostoa. Tavoitteena on tehdä alueen luonnosta kestävämpi ja houkuttelevampi kansainvälisesti sekä edistää asukkaiden hyvinvointia. Nuuksion seudun virkistyspalvelu-, matkailu- ja ohjelmapalveluyritykset hyötyvät myös hankkeesta. Vastaavia hankkeita olisi hyvä olla enemmänkin.

Luonnon tarjoamien mahdollisuuksien ja sen hyvinvointivaikutusten tunnetuksi tekemiseen sekä myönteisen viestinnän edistämiseen tulisi panostaa nykyistä enemmän (Polvinen ym., 2012, s. 63–64). Vanhemmilla ei aina ole tietoa, miten luonnossa liikkuminen vaikuttaa lapsen kehitykseen. Toisinaan vanhemmat myös siirtävät omia ennakkoluulojaan lapsilleen, ja luotto on vähäistä lastensa kykyyn selviytyä luontoympäristössä. Vanhempien haastatteluissa on tullut esille, että mietityttäviä asioita ovat olleet erityisesti lasten jaksaminen metsäesikoulun haastavissa maastoissa ja lasten pärjääminen erilaisissa sääoloissa. Yhtenä haasteena luontoon menemisessä on liiallinen pelottelu luonnossa mahdollisista esiin tulevista vaaroista, kuten punkeista ja hirvikärpäsistä. Toisaalta myös tekstiiliteollisuus on niin kehittyntä,

että ihmiset saattavat ajatella, että luontoon menemisen edellytyksenä ovat hinnakkaat ja modernit varusteet.

Palveluiden kehittämisessä tulisi kiinnittää enemmän huomiota siihen, että asiakkaat, kuten perheet ja ammattikasvattajat, pääsevät osallistumaan mahdollisuuksien luomiseen (Polvinen ym., 2012, s. 64). Luontokoulun toiminnan kehittämisessä ja ideoimisessa voisi kysellä enemmän vanhempien ideoita ja hyödyntää niitä. Esimerkiksi joissakin varhaiskasvatuksen vanhempainilloissa, päivittäisissä kohtaamisissa ja juhlien yhteydessä on kuultu vanhempien toiveita, ideoita ja kysymyksiä alusta saakka. Vanhempainilloissa on usein vietetty aikaa luonnossa samalla, kun tietoa on välitetty. Yhteiset toiminnot edistävät yhteisöllisyyttä ja vanhempien verkostoitumista.

3.2 Ympäristökasvatus

Onnistunut ympäristökasvatus perustuu mieluisiin oppimiskokemuksiin (Cantell, 2004, s. 130). Se nousee oppijan omaista kokemuksista ja niiden kautta tehdystä ajatustyöstä. Ympäristökasvatuksen perustietämys ekologiasta ja luonnonsysteemien toiminnasta ovat tärkeitä. Ympäristön toiminnan ymmärtämiseksi tiedot kaupungin rakennuksista ja muuttoliikkeestä ovat yhtä lailla tärkeässä asemassa. Ympäristöstä oppimisen menetelmissä toivotaan itsenäiseen tutkimiseen ja ongelmanratkaisuun. Näiden kautta omakohtainen oppiminen mahdollistuu.

Toiminnallinen ja vastuullinen toimijuus ja osallisuus ovat olleet luontokasvatuksen tavoitteita jo kauan (Dreamson & Kim, 2002; Parikka-Nihti & Ek, 2024, s. 40). Jotta lapsi voi oppia vaikuttamaan ympäristön hyvinvointiin, tulee hänen ensin kokea osallisuutta ja toimijuutta. Toimijuuden kokemukset vaikuttavat käsitykseen tulevaisuudesta. Toimijuuden tukeminen kuuluu yhtenä osatavoitteena luontokasvatuksessa.

Kasvatuksen tarkoitus on vahvistaa lapsia ja antaa heille varmuutta käsitellä niitä asioita, mitkä ovat tärkeimpiä kasvatuksessa kuten elämän turvaaminen maapallolla nyt ja tulevaisuudessa (Wolff, 2023, s. 156). Koska rakkaus on keskeinen asia elämässä, myös maailman parantaminen alkaa rakkaudesta.

Jokaisen ihmisen hyvinvointiin vaikuttaa ympäristökasvatus ja kestävä kehityksen kasvatus (Parikka-Nihti & Suomela, 2014, s. 153). Perustarpeet kuuluvat kaikille kuten puhdas ilma,

vesi ja ravinto. Kaikkien tehtävänä on huolehtia, että nämä perustarpeet täytetään tulevaisuudessa. Ihmisen tulevaisuus planeetalla riippuu siitä, miten saadaan ympäristöä uhkaavat ongelmat hallintaan. Näitä uhkia ovat ilmastomuutos, luonnon monimuotoisuuden vähentyminen, ravinnon ja puhtaan veden riittävä saanti.

Aikuiset ovat malleina lapsille (Parikka-Nihti & Suomela, 2014, s. 153). Jokainen voi tehdä pieniä valintoja luonnon eteen, kuten ettei heitä syömäkelpoista ruokaa roskeen. Pelkästään kertominen esimerkiksi kierrättämisestä ei vielä riitä vaan tarvitaan käytännön esimerkkejä sekä aitoa sitoutumista toimintaan.

Ympäristösuhteen vahvistamiseksi lähiympäristö ja nykyhetki ovat tärkeimpiä tutkimuskohteita (Cantell, 2004, s. 131). Sen jälkeen kun huomataan oma elinalue, avautuu mahdollisuus katsoa kauemmaksi. Oman lähiympäristön tärkeyden ymmärtäminen on pohja globaalin ajatustavan kehittymiselle.

3.3 Kestävyykskasvatus

Kestävään elämäntapaan kasvaminen on ydinajatuksena suomalaisen varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden pohjana, lähtien arvoperustasta toimintakulttuuriin ja monialaisesta osaamisesta erilaisiin oppimisen aiheisiin (Parikka-Nihti & Ek, 2024, s. 118). On tärkeää pitää huolta siitä, että lapset voivat tehdä pieniä tekoja kestävään elämäntapaan niin, ettei heidän tarvitse kantaa itseään isompaa vastuuta siitä.

Kestävyykskasvatus koostuu arjen taidoista ja laaja-alaisesta osaamisesta (Parikka-Nihti & Ek, 2024, s. 118). Ongelmanratkaisutaidot, innovatiivisuus sekä vahvat kognitiiviset ja sosiaaliset taidot ovat taitoja, jotka edistävät kasvamista kestävään elämäntapaan. Kestävyykskasvatusta lapsilla ovat esimerkiksi erilaiset tutkimukset ja projektit, esimerkiksi veden kiertokulun tutkiminen. Leikki ja mielikuvitus ovat tässäkin keskeisiä elementtejä kuten monissa muissakin pienten lasten oppimisessa.

Kun varhaiskasvatuksessa tehdään omaa kestävän kehityksen suunnitelmaa, tulee selkeästi ilmi, miten erilaiset toimet ja teemat nivoutuu kestävyykskasvatukseen (Parikka-Nihti & Suomela, 2014, s. 150). Ympäristökasvatus ja kestävä kehitys ovat varhaiskasvatuksessa arkista toimintaa, jolla pyritään sellaiseen elämäntapaan, että se on vastuullista ja huomioi ympäristöä. Valinnat yltyvät yksittäisestä lapsiryhmästä kunnalliselle päätöksenteon tasolle.

3.4 Jokaisenoikeudet

Suomessa on voimassa jokaisenoikeudet (Ympäristöministeriö, 2020). Se tarkoittaa sitä, että Suomessa oleskelevalla ihmisellä on oikeus käyttää luontoa eikä sillä ole väliä, kuka sen omistaa tai hallitsee. Luonnossa liikkuminen ja siitä nauttiminen on maksutonta eikä siihen tarvitse kysyä maanomistajan lupaa. Jokaisenoikeuksiin kuuluu huolehtia siitä, ettei aiheuta haittaa tai häiriötä maanomistajalle, maankäytölle, luonnolle tai muille ihmisille. Harva asutus ja laajat vesistöt ovat hyvät lähtökohdat jokaisenoikeuksien käyttämiselle. Nikkisen (2001, s. 32) mukaan ihmisten tulee suojella tätä ainutlaatuista asiaa.

Jokaisenoikeuksiin kuuluu muun muassa se, että Suomessa liikkuvana saat kävellä, hiihtää ja ajaa pyörällä luonnossa esimerkiksi metsissä, niityillä ja soilla (Ympäristöministeriö, 2020). Mahdollisuus on myös yöpyä tilapäisesti ja liikkua alueilla, joilla liikkumista ei ole estetty. Saat poimia erilaisia marjoja ja sieniä sekä sellaisia kasveja, joita ei ole rauhoitettu. Luonnossa liikkuessa tulee ottaa huomioon, että et saa aiheuttaa häiriötä tai haittaa toisille luonnossa liikkuville eikä ympäristölle. Tämä tarkoittaa muun muassa, että et saa vahingoittaa luonnossa kasvavia kasveja eikä puita, häiritä lintuja ja muita eläimiä etkä tehdä avotulta toisen maalle.

Lapset oppivat nauttimaan lähiympäristöstä ja luonnosta. Lapset oppivat myös kunnioittamaan luontoa, luonnossa kasvavia kasveja ja luonnossa liikkuvia eläimiä (Seinäjoen kaupunki, 2017, s. 49). Ympäristökasvatuksessa harjoitellaan myös käytännön taitoja, kuten roskaamatonta retkeilyä, kierrätystä ja energian säästämistä.

4 LUONNON MERKITYS HYVINVOINNILLE

Suomen suurin liikuntapaikka, luonto, on avoinna ympäri vuoden (Metsähallitus, i.a-a.). Retkeilyalueet, kansallispuistot, metsät, vesistöt palveluineen, tieverkostot sekä retkeilyrakenteet tarjoavat loistavat puitteet erilaiseen luontoaktiiviteettiin, kuten retkeilyyn, kalastukseen ja marjastukseen. Ne edistävät kansalaisten terveyttä.

Luontokasvatus tuo positiivisia vaikutuksia oppimiseen (Metsähallitus, i.a-b.). Luonnossa kulkemiseen ja sen kestäväen käyttöön liittyvät taidot kehittyvät. Luonnossa liikkuesssa oppii myös luonnon tuomista hyvinvointivaikutuksista. Samalla oppii myös luonnon lukutaitoa ja ymmärrys luonnon toiminnasta on helpompaa. Ulkona luonnossa oppimisella on monenlaisia terveys- ja hyvinvointihyötyjä kuten ajatus kulkee paremmin. Luonto lisää luovuutta, motoriset taidot kehittyvät, sitoutuminen oppimiseen paranee, jaksaminen lisääntyy, sosiaaliset taidot sekä vuorovaikutustaidot ryhmässä vahvistuvat.

Luonnon myönteiset vaikutukset lasten ja aikuisten terveyteen ja hyvinvointiin tunnistetaan entistä paremmin. (Puhakka, 2024, s. 32). Luonnossa liikkumisesta ja oleskelusta saa välitöntä hyötyä fyysiseen terveyteen sekä henkiseen hyvinvointiin. Siitä syntyy myös välillisiä hyötyjä, kun luontoympäristöt motivoivat lapsia ja aikuisia liikkumaan sekä viettämään yhteistä aikaa perheen ja ystävien parissa. Lapsuusajan positiivissa luontokokemuksilla on havaittu tärkeä merkitys, sillä ne ovat yhteydessä aikuisiän ulkoiluaktiivisuuteen, luonnon tuomaan hyvinvointiin sekä vastuulliseen ympäristökäyttäytymiseen.

Luonnon tuomat vaikutukset psyykkiseen hyvinvointiin ovat yhteydessä itsetunnon ja mielialan parantumiseen. Lisäksi se vähentää kielteisten tuntemusten, kuten ahdistuneisuuden, vihan ja apeuden tunteita (Puhakka, 2024, s. 32). Henkisen hyvinvoinnin kannalta luontoliikunnan on todettu olevan hyödyllisempää kuin kaupunkiympäristössä ulkoilun. Myös lapsia koskevissa tutkimuksissa on havaittu samansuuntaisia tuloksia.

Tutkimuksissa on saatu tuloksia siitä, miten ohjatuilla luontokokemuksilla on saatu hyviä tuloksia stressiperäisen häiriöiden kuten työuupumuksen, masennuksen ja toimintakyvyn kuntoutuksessa (Kim ym. 2009; Sahlin ym. 2012; Salonen, 2023, s. 90; Salonen 2020). Ohjauksella ja luontokokemuksen laadulla ja sisällöllä on ollut vaikutusta kokemukseen.

Tutkimustuloksissa ilmeni muiden muassa myönteisen minäkuvan parantuminen ja ympäristövastuullisuuden lisääntyminen.

Hyvinvointiin vaikuttaa vahvasti elinympäristö (Mielenterveystalo, 2022). Yhteiskunnan muutokset ovat muokanneet ihmisten luontosuhdetta. Tämä tulee ilmi etenkin lapsilla ja nuorilla. Yhteys luontoon koetaan silti vielä tärkeäksi. Vapaa-ajan aktiviteetit liittyvät vahvasti luontoon ja ulkoiluun. Se tukee samalla hyvinvointia. Luonnon läheisyys elinympäristössä tuo onnellisuutta ja vähentää sairastuvuutta.

Luonnon antamia hyvinvoinnin vaikutuksia on useita (Mielenterveystalo, 2022). Ne alkavat nopeasti mutta säilyvät ihmisellä pitkään. Luonnossa olemisen alentaa verenpainetta. Siihen riittää jo 15–20 minuutin luonnossa oleskelu tai metsässä istuskelu. Luonnon seesteisyys alentaa stressitasoja ja stressitasojen laskiessa vastustuskyky paranee. Myös mieliala koheenee, koska luonto auttaa unohtamaan arjen huolet ja murheet. Luonto tuo positiivisia vaikutuksia vuorovaikutukseen, koska luonnon tuoma hyvinvointi lisää tyytyväisyyttä omaan itseen ja muihin ihmisiin. Samalla se lisää ryhmien välistä vuorovaikutusta.

Luonnossa liikkuminen lisää fyysistä aktiivisuutta, koska luonto houkuttelee tulemaan uudelleen luontoon (Mielenterveystalo, 2022). Usein ulkona liikkuminen koetaan helpommaksi kuin sisätiloissa liikkuminen. Luonnossa olemisen vähentää fyysisiä oireita, sillä ihmisen rentoutuessa huonosta työskentelyasennoista ja jännittyneisyydestä johtuvat oireet helpottavat. Jopa pääkipu voi kadota kokonaan.

Luontovaikutuksia voi tuoda jo pienillä asioilla omaan arkeen (Mielenterveystalo, 2022). Se ei vaadi pitkiä luontoretkiä, vaan se voi olla lyhyt käynti metsäpolulla, pieni eväretki puistossa tai vaikka työtapaaminen luonnon helmassa. Luonnon tuomia hyvinvointivaikutuksia voi saada jo sillä, kun ulkoilee ilman kuulokkeita ja kuuntelee luonnon ääniä.

Luontoliikunnan merkitys tulee tulevaisuudessa kasvamaan ihmisen terveyden edistämisessä (Polvinen ym., 2012, s. 14). Istuminen ja sisällä vietetty aika lisäävät sekä aineenvaihduntasairauksia, kuten diabetesta ja mielenterveyshaasteita. Päätöksentekijöille olisi tärkeää välittää myös tieteellistä näyttöä luontoliikunnan vaikutuksista, koska siten luontoliikuntaa voidaan kehittää ja edistää edelleen. Luontoliikunnan esteitä ja edistäviä tekijöitä tulisi tunnistaa, jotta voitaisiin saavuttaa tavoitteita.

Luontoympäristö tarjoaa ilmeisen mahdollisuuden löytää keinoja mielensäätelyyn ja siten hoi-
taa suoraan mielenterveyttä (Polvinen ym., 2012, s. 14). Siitäkin huolimatta, vaikka luonnon
hyvinvointivaikutukset painottuvat usein toiminnallisuuteen ja yhteisöllisyyteen. Luonnossa
voi löytää tunnetilaan sopivia paikkoja, joiden avulla oma olotila rauhoittuu, rentoutuu, helpot-
tuu ja virkistyy. Luontoympäristön hyvinvointivaikutukset näkyvät monella tapaa. Niitä ovat
psykykkiset, sosiaaliset ja terveydelliset vaikutukset kuten esimerkiksi pienentynyt risti allergi-
soitua, motoriikan kehittyminen, stressioireiden helpottuminen ja itsetunnon vahvistuminen.
Lisäksi se myös rauhoittaa ja rentouttaa.

4.1 Digiluonto

Lipponen (2019, s. 94) pohtii, että digiaikakautena, jota eletään, herää ajatus luonnon tuomi-
sesta virtuaalisuuden avulla helposti heidän luokse, joilla on haasteita päästä itse luontoon tai
joiden arkeen ei mahdu hyvinvoinnin kannalta tarpeeksi aikaa luonnossa olemiseen. Virtuaa-
linen luontoympäristö voidaan ottaa tueksi kouluihin, päiväkoteihin, erilaisiin hoivalaitoksiin ja
jopa työpaikoille.

Virtuaalinen luonto voi tarjota ihmisille aitoa luontoa vastaavan hyvinvointikokemuksen (Lip-
ponen, 2019, s. 96). Luonto on ihmiselle elintärkeä ympäristö. Jopa pienet hetket luonnosta
edistävät terveyttä ja hyvinvointia. Pienet luontohetket esimerkiksi ikkunasta katsomalla edis-
tävät leikkauspotilaan nopeampaa toipumista, laskee vankien sairastelua ja työpaikoilla hy-
vinvointi kohenee. Ihmisten näkemissä ympäristön maisemissa rakennetut ympäristöt eivät
pääse ihmisten arvostuksessa samalle tasolle kuin luontoympäristöt.

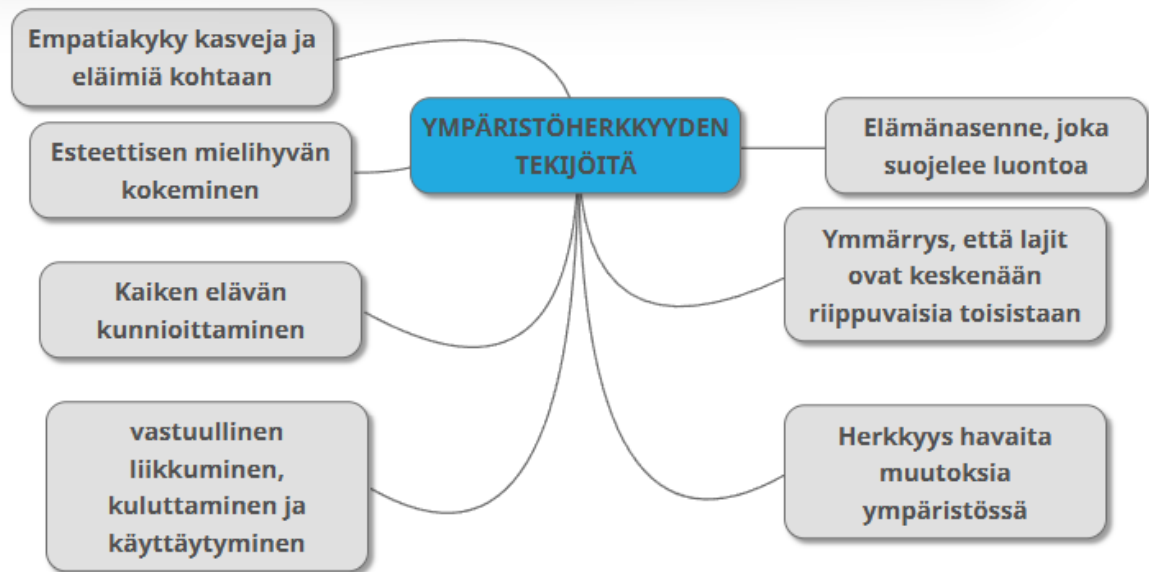
Kaikilla ihmisillä ei ole yhtä hyvät mahdollisuudet päästä luontoon (Kumpulainen, 2023). Lii-
kuntarajoitteisille, vanhuksille ja eri sairauksien kanssa eläville luontoon pääseminen on eri-
tyisen haastavaa. Luonnosta saa terveyttä edistäviä vaikutuksia ja siihen nykyteknologia on
tehnyt mahdolliseksi luonnon hyvinvointivaikutusten kokemisen digitaalisesti. Digiluonto tuo
tarjoaa uusia polkuja hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi. Xamkin (2023) hankkeessa
Active Life Labin Terveyttä luonnosta – myös diginä tutkittiin luontoäänimaiseman ja virtuaali-
luonnon hyvinvointivaikutuksia hyödyntäen sykevälivaihtelumittauksia HRV-laitteella ja kyse-
lyillä. HRV on mittari, joka heijastaa autonomisen hermoston tasapainottelua ja auttaa ym-
märtämään, miten keho reagoi stressiin ja rentoutumiseen. Tutkimuksessa mittauksen

kohteena oli myös tunneperäistä hyvinvoinnin tila kuten ahdistus ja masennus, sekä kartoitettiin mielentilaa, luovuutta ja yhteenkuuluvuuden tunnetta.

Tulokset ovat lupauksia antavia: Digiluonto voi myös olla avain uudenlaisen hyvinvointiin (Kumpulainen, 2023). Se tarjoaa ihmiskunnalle helposti saavutettavan keinon nauttia luonnon hyvinvointivaikutuksista esteettömästi kaikissa väestöryhmissä tai kokea luonto kesken työpäivän. Digiluonto voi auttaa erityisesti niitä, joilla on fyysisiä esteitä luontoon menemiseksi. Digiluonto antaa mahdollisuuden kokea luonnon rauhoittavia vaikutuksia kuormittavissa ympäristöissä, kuten kouluissa, työpaikoilla ja julkisissa tiloissa.

4.2 Ympäristöherkkyys

Myötätunto on ympäristöherkkyuden tärkein osatekijä (Wahlström & Juusola, 2017, s. 11; kuvio 1). Pelkästään antamalla tietoa luonnonsuojelusta ei ole riittävää. Jos ihmisellä ei ole omakohtaisia kokemuksia luonnosta, muistoja eikä kosketusta, taipumus tuntea myötätuntoa luontoa kohtaa on alhaisempaa. Lapsen ymmärtäessä jokaisen ihmisen ja luontokappaleen ainutlaatuisuuden, vahvistaa se kunnioitusta itseä, toisia ihmisiä ja luontoa kohtaan. Jokainen ihminen, luonnon puu ja kukka ovat ainutlaatuisia, vaikka ne näyttäisivätkin samanlaisilta. Lapset ovat taipuvaisia aistimaan, tuntemaan ja kokemaan. Kun näitä ominaisuuksia arvostetaan lapsissa, kokevat lapset herkkyyden vahvuudeksi. Näin voidaan vaalia ja pitää ympäristöherkkyttä yllä.



Kuvio 1. Ympäristöherkkyyden tekijöitä (soveltaen Wahlström & Juusola, 2017, s. 10).

Lapset käyttävät enemmän aivojen syviä osia, luolamiehen aivoja (Wahlström & Juusola, 2017, s. 12). Tämän takia lapset ovat ympäristöherkempiä kuin aikuiset. Aivojen kognitiiviset osat ovat vasta kehittymässä. Tästä osittain selittyy, miksi ADHD-piirteisten ihmisten tarkkaavaisuus ja viihtyvyys luontoympäristössä paranee. ADHD-lapsilla jopa 20 minuutin kävely luonnossa tai puistossa parantaa keskittymiskykyä yhtä paljon kuin otettu lääke.

5 LUONTO OPPIMISYMPÄRISTÖNÄ

Luonto tarjoaa itsessään jo monia mahdollisuuksia, joilla voi tukea lapsen kasvua, kehitystä ja oppimista (Parikka-Nihti & Ek, 2024, s. 78–79). Se toimii epämuodollisena tai luonnollisena oppimisympäristönä. Niissä tärkeitä ovat lasten vapaa leikki, ulkopelit, sosiaalinen vuorovaikutus sekä oman mielikuvituksen ja luovuuden kasvu. Luonto motivoi tarjoamalla ihmetelyn ja uteliaisuuden aiheita sekä haastaa lasta tutkimaan. Lapsi tekee havaintoja käyttäen kaikkia aistejaan. Suomalaiseen perinteeseen ovat kuuluneet lasten ulkoleikit. Piha-alueet sekä lähipuistot ja -metsät tarjoavat Suomessa hyviä mahdollisuuksia lapsille arkielämän oppimiseen, kuten miten toimia ryhmässä ja jokaisen lapsen minäkuvan muodostumiseen.

Kaikenlainen ulkona touhuaminen auttaa ymmärtämään totuudenmukaisia fyysisiä olosuhteita (Parikka-Nihti & Suomela, 2014, s. 71). Ulkoleikit ovat tähän hyvä apu kehittämään ympäristösuhdetta. Vuodenajat tuovat vaihtuvuutta ulkoleikkeihin ja muihin ulkona tekemisen mahdollisuuksiin. Esimerkiksi ilmatutkimuksia voi tehdä tuulisella säällä. Veden vaihtelevat olomuodot mahdollistavat monenlaista tutkimista.

Yksilön ympäristösuhde riippuu siitä, minkälainen on osallistumisen tapa sekä siitä, minkälainen henkilökohtainen ympäristösuhde syntyy (Manninen ym., 2007, s. 22). Henkilökohtaisen osallistumisen tapa voi erilaisissa tilanteissa olla aktiivinen tai passiivinen. Aktiivinen osallistuja vaikuttaa itse tapahtumaan esimerkiksi liikunnan avulla. Passiivinen osallistuja ei vaikuta tapahtumaan vaan seuraa sitä ulkopuolelta, kuten yleisönä oleminen.

Yksi ympäristökasvatuksen peruspilareista on osallisuus (Koskinen, 2004, s. 138). Voimaantuminen ja vahvistumisen tunne muodostavat osallisuuden. Voimaantunut lapsi luottaa omiin taitoihin ja vaikuttamisen mahdollisuuksiin. Voimaantuneella lapsella on halu toimia. Vahvistuminen taas vaatii aitoa vaikuttamista ja toimimisen mahdollisuuksia. Laadukkaasta ja vaikuttavasta osallisuuden kokemuksesta voi syntyä osallisuuden tunne. Osallisuus tulee itse kokea, sitä ei voi antaa lapselle valmiina.

Kokemukset osallisuudesta vaikuttavat osaltaan siihen, miten lapsi kokee ympäristösuhteen ja minkälainen suhde on ympärillä olevaan ympäristöön (Parikka-Nihti & Ek, 2024, s. 40). Osallisuuden myötä saadaan tunteita, miten merkityksellisesti itse toimii.

Kun vietetään aikaa luonnossa, voidaan tarkkailla ympäristöä ja oppia ymmärtämään, miten ollaan yhteydessä myös toisiin ihmisiin, eläimiin ja luontoon (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, (THL), 2025). Tällainen yhteydenkokemus voi vahvistaa yhdenvertaisuuden ja osallisuuden kokemuksia. Tämä näkyy parhaimmillaan lisääntyneenä vuorovaikutuksena. Luonto tarjoaa hyvät puitteet yhteiseen tekemiseen ja toisten kohtaamiselle. Rakentamaton luonto mahdollistaa kohtaamisille tasa-arvoisen tapaamispaikan, koska siinä ei ilmene yhteiskunnan vaahteet. Luontoelämysten jakaminen toisten kanssa mahdollistuu. Luonnossa toimiminen helpottaa vuorovaikutusten luomista ja nopeuttaa ihmisten luottamussuhteen syntymistä.

Luontoyhteyden vahvistuminen, osallisuuden harjaantuminen ja tunnekasvatus ovat lapsuuden luontokasvatuksen kulmakiviä (Ratinen, 2024, s. 154). Kun lapsen ajattelu kehittyä, voidaan lisätä kriittisen ja systemaattisen ajattelun osa-alueita kasvatukseen sekä syy-seuraussuhteen havaitsemista. Luonnossa lapsi kysyy miksi-kysymyksiä kasveista, eläimistä ja niiden merkityksistä sekä on aidosti utelias. Lapsen kysellessä voi yhdessä pohtia miten ihminen liittyy osaksi luontoa ja millaisia suhteita eliöt luovat. Lapsi oppii ymmärtämään olevansa osa luontoa. Ilman luontoa ei olisi ihmisiääkään. Lapsi oppii vaalimaan ja rakastamaan luontoa, joiden takia luonnosta tulee tärkeä osa lapsen elämää. Kun perusta on vakaa, on siihen helpompaa jatkossa rakentaa yhteyksiä ilmastoon ja luonnon välille.

Jokaisella lapsella on oikeus ja tarve viettää aikaa luonnossa (Luontoliitto ry., 2023). Luonto tarjoaa rauhoittavan ympäristön, joka parantaa keskittymiskykyä. Luonto antaa tilaa mielikuville. Poluilla kävely ja kiville kiipeäminen kehittävät motorisia taitoja. Metsässä möyriminen, erilaisten metsäkappaleiden kuten käpyjen haistelu sekä marjojen maistelu vahvistavat immuunijärjestelmää ja voivat ehkäistä allergioita.

Kehon käyttäminen tukee oppimista (Huotilainen, 2023, s. 75). Tämä vahvistuu kun opiskellaan ulkona. Monitasoiset alustat, kalliot ja kivet, puiden juurakot ja kannot, kivien päälle tai puuhun kiipeäminen, kuralätäköissä pomppiminen ovat esimerkkejä siitä, miten monipuolisesti kehoa voi käyttää. Ihmisillä on kädellisten aivot, joten älykkyys ja oppiminen ovat vahvasti yhteydessä kehon ja erityisesti käsien käyttämiseen.

Luonto tarjoaa materiaalipankin, kun voidaan käyttää luonnon erilaisia materiaaleja oppimisen tukena, kuten lunta, hiekkaa, oksia, lehtiä ja käpyjä (Huotilainen, 2023, s. 75). Niitä voi käyttää luovasti oppimisessa kun sitä on paljon saatavilla. Luonnossa on luonnollista käyttää

eri materiaaleja moniin tarkoituksiin, esimerkiksi käpyjen heittäminen. Luonto tarjoaa hyvän alustan saada moniaistillisia elämyksiä.

Jokaisen metsäretken ei tarvitse olla elämyksellinen seikkailukokemus, kuten valmiiksi rakennettua seikkailurataa tai esterataa (Uusitalo, 2023, s. 193). Jokin pieni idea on kuitenkin hyvä olla. Toisinaan se voi olla kasvien tai kukkien tuoksuttelua ilman että kerätään niitä talteen. Toisinaan se voi olla laskemistehtävä, kun lasketaan kivien heitosta saatuja leipiä. Se voi olla vaikka tarinan kerrontaa kauniista kivistä. Saadaan hienoa pedagogiikkaa, kun tartutaan lasten spontaaneihin aloituksiin. Ulkona ollessa siihen tulee ihan uusia ulottuvuuksia.

5.1 Luontokasvatus varhaiskasvatuksessa

Ulkona oppimisen yhdenvertaisuuden edistämisessä varhaiskasvatukset ja koulut ovat tärkeässä asemassa (Cantell, 2023, s. 285). Luontoon lähteminen on jokaisen oikeus, eikä siihen tarvita mitään eksoottisia kohteita kaukaa, vaan lähiluonto riittää. Jotta arvostaa luonnon monimuotoisuutta, tulee nähdä lähiryteiköt ja pöpeliköt kauniina. Niistä löytää tutkittavaa ja koettavaa samanlailla kuin jylhistäkin maisemista. Jylhillä maisemilla on toki oma paikkansa, mutta pedagogiikan ja yhdenvertaisuuden puolesta kannattaa ottaa lähiympäristö haltuun.

Luonto- ja ympäristöpäiväkodit, luontokoulut ja kouluissa olevat iltapäiväkerhot, jotka hyödyntävät luontoa, ovat varhaiskasvatuksen tukena (Polvinen ym., 2012, s. 15). Lapsille ja nuorille on tarjolla monenlaisia luontoa hyödyntäviä palveluita. Yhteen koottuja palveluita ja palveluntarjoajia ei kuitenkaan ole. Tällaisten kokoaminen olisi lähitulevaisuudessa erittäin tärkeää. Tarjolla on kuitenkin paljon varhaiskasvatuksen ja koulun ulkopuolisia luontokerhoja, luontoleirejä, partiota sekä mahdollisuuksia harrastaa monenlaisia liikuntaharrastuksia luonnossa.

Luontoon ja liikuntaan liittyvien palveluiden tarve on lisääntynyt luontolukutaidottomuuden ja vanhempien kiireiden ja työstressin myötä (Polvinen ym., 2012, s. 59–60). Perheet tiedostavat myös luontosuhteen tärkeyden, joten vanhemmat haluavat tarjota lapsilleen aidon suhteen luontoon. Opettajat ja muut kasvattajat tulee saada koulutusta aiheesta työn tueksi lapsia ja nuoria unohtamatta. Kokemisen ja elämisen kautta syntyy lapsille luontosuhde. Sanonta, ”mitä et koe, et voi myöskään arvostaa”, pätee tässä asiassa hyvin, koska lasten luontosuhde muodostuu kasvun myötä. Jotta lapset saavat omakohtaisesti kokea luontoelämykset ja luonnossa liikkumisen, olisi erityisen tärkeää kehittää palveluita juuri heille sopiviksi.

Esiopetuksen opetussuunnitelmassa on, että esikoulun opetuksessa havainnoidaan luontoa (Opetushallitus, 2014, s. 36). Tarjoamalla lapsille mahdollisuus saada kokemuksia luonnossa liikkumisesta sekä sen tutkimisesta, kehitetään lasten ympäristöherkkyyttä ja luontosuhteen kehittymistä. Lapsia ohjataan myös huomioimaan ympäristön teknologiaa sekä keksimään ja kehittämään omia ratkaisuja.

Kunnat ja kaupungit ovat ottaneet enenevässä määrin kestävän kehityksen ja ympäristökasvatuksen opetusta varhaiskasvatussuunnitelmiin sekä esiopetussuunnitelmiin (Parikka-Nihti & Suomela, 2014, s. 63). Näin ohjataan henkilöstöä rohkeampaan ja luovaan työotteeseen.

Leikkipuistot, pihat ja muut rakennetut ympäristöt sekä luonto ovat varhaiskasvatuksen oppimisympäristöjä. (Opetushallitus, 2022, s. 37). Ne tarjoavat monipuolisia mahdollisuuksia ja kokemuksia sekä leikkimiseen sopivia materiaaleja. Myös havainnointiin elementtejä. Niitä voidaan käyttää oppimisen ja liikkumisen paikkoina.

Lasten luontosuhteen vahvistaminen ja ohjaaminen kohti kestävää elämäntapaa ovat ympäristökasvatuksen tavoite. (Seinäjoen kaupunki, 2017, s. 49). Tämä sisältää kolme näkökulmaa: oppiminen ympäristössä, oppiminen ympäristöstä ja oppiminen ympäristön puolesta. Lähi-luonto ja rakennetut oppimisympäristöt, kuten leikkipuistot, ovat tärkeä osa varhaiskasvatusta. Lasten ympäristösuhde vahvistuu luonnossa retkeilyn ja ympäristön tutkimisen kautta ja niistä keskustelemalla.

5.2 Luonnonläheisen oppimisen käytännön asioita

Ulko-opetustunnit voivat olla vaihtelevasti sisällöltään tai kestoaltaan eri taseisia (Kaasinen & Myllyniemi, 2023, s. 247–248). Esimerkiksi se voi olla opetuksen siirtämistä ulos hyvän sään salliessa niin, että otetaan kirjat tai muut materiaalit mukaan ulos ja jatketaan opiskelua siellä. Niitä voidaan suunnitella pienellä panostuksella, jos rakenteet ovat kunnossa. Toisaalta se voi olla materiaalien keräämistä, havainnointien tekemistä tai leikitään opetuksen jälkeen opetukseen liittyvä leikki ulkona. Ulkona opettaminen voi hyvin tapahtua vuoden ympäri ilman erityisiä tarvikkeita. Sääolotilat tulee huomioida ja huomioon tulee ottaa myös se, että kaikilla ovat päällä sopivat varusteet. Lisätarvikkeina voisi olla istuinalustat. Opetusmateriaalin tulisi kestää säiden vaihteluita. Tähän auttaisi esimerkiksi laminointi tai muovitaskut.

Ulko-opetuksessa on hyvä huomioida ensiaputarvikkeet sekä turvasuunnitelma, jossa ovat tärkeimmät toimintaohjeet (Kaasinen & Myllyniemi, 2023, s. 247). Mukana tulisi olla myös puhelin, jossa on ladattuna 112-sovellus sekä puhelin, jolla on mahdollista ottaa yhteyttä esimerkiksi vanhempiin tai muuhun henkilökuntaan.

Ruokailu ulkona onnistuu myös, kun ottaa huomioon siihen liittyviä tarkeitä seikkoja (Kaasinen & Myllyniemi, 2023, s. 247). Juomavettä on hyvä aina olla mukana, etenkin helteisellä säällä. Myös käsienpesuvettä tai käsidesiä tulee olla mukana. Ruokien ja ruokailuvälineiden lisäksi myös mahdolliset jätépussit ja biopussit, ettei roskaa luontoa.

6 KOKEMUKSIA LUONTOSUHTEESTA, OSALLISUUDESTA JA HYVINVOINNISTA METSÄESIKOULUSSA

6.1 Metsäesikoulun taustaa

Kuten aikaisemmin on jo tullut ilmi, tutkimus toteutettiin anonymisti. Tähän päädyttiin siksi, koska ryhmä on pieni ja kasvattajia vain kaksi. Esikoulutoimintaan viitataan tässä työssä Metsäläisenä anonymiuden vuoksi. Sana tulee suoraan metsätoiminnasta.

Etelä-Pohjanmaalla olevassa kunnassa toimii metsäesikoulu (Metsäläiset, sisäinen tietolähde, 2025). Metsäesikoulun toiminta on toiminnallisempaa kuin tavallisessa ryhmässä. Se korostaa motoriikan kehittymistä ja energian purkamista monipuolisessa maastossa. Metsäesikoululaiset ruokailevat kodalla, joka on toiminnan tukipiste (kuva 1). Kodan ympäristössä on myös vessa ja varasto. Metsäalue, jossa lapset saavat leikkiä, on rajattu.



Kuva 1. Metsäesikoulun tukipiste, koda (kuva: Kaisu Lohilahti).

Metsäesikoulussa annetaan lapsille enemmän luontokokemuksia ja -elämyksiä, rentoutumista ja rauhoittumista metsässä (Metsäläiset, sisäinen tietolähde, 2025). Kestävä kehitys ja

kestävä elämäntapa tulevat tutuiksi esikouluvuoden aikana. Luovat toimintatavat ovat vahvasti käytössä: lapset voivat esimerkiksi rakentaa metsässä majoja.

Esikoulun tavoitteet ja oppikirja ovat samat kuin muissakin esikouluryhmissä (Metsäläiset, sisäinen tietolähde, 2025). Käytössä on myös päiväkodin ryhmätilat. Metsäesikouluryhmän lapset pääsevät halutessaan muiden lasten tavoin osallisiksi salipäivästä, uimapäivästä, lauluhetkistä ja leikki ja- toimintahetkistä sisätiloissa. Tänä aikana päiväkodin muut lapsiryhmät saavat kokea metsäisen toiminnan ja kodan mahdollisuudet.

Metsäesikouluryhmässä on 14 esikoululaista ja kaksi kasvattajaa (Metsäläiset, sisäinen tietolähde, 2025). Kasvattajat ovat olleet mukana toiminnassa alusta asti. Ryhmässä on varhaiskasvatuksen opettaja sekä hoitaja. Mikäli metsäesikouluun on enemmän kuin 14 hakijaa, painotetaan lasten valinnassa yhtenäisiä hoitoaikoja ja lopuksi arvotaan osallistujat. Tulevalle kaudelle hakijoita oli paljon enemmän kuin ryhmään on mahdollista ottaa.

Tavallisin arkipäivän aikataulutus menee niin, että lapset tuodaan päiväkodille, jossa ensin syödään aamupala (Metsäläiset, sisäinen tietolähde, 2025). Tämän jälkeen siirrytään kodalle ja metsään. Varsinainen esikoulu alkaa silloin. Ruokailu tapahtuu myös kodalla. Iltapäivän välipalalle palataan päiväkodille, toiminta jatkuu ryhmätiloissa. Iltapäivisin vanhemmat noutavat lapset päiväkodilta.

6.2 Kasvattajien ja lasten kokemukset metsäesikoulusta

Lasten haastattelut toteutettiin metsäesikoulun käyttöön rakennetussa kodassa. Haastattelukysymykset (liite 1) olivat kasvattajille ja lapsille samojen asioiden ympäriltä, vaikka kysymykset olivat muotoiltu erilaisiksi. Lapsille osoitetut kysymykset pyrittiin tekemään lasten tasolle sopiviksi, jotta ne helpottaisivat lasten vastaamista. Haastattelut tehtiin kahdessa ryhmässä, johon lapset valittiin satunnaisesti. Ryhmähaastattelut tulivat kyseeseen siksi, että lasten oli helpompi keskustella vieraan aikuisen kanssa, kun tutut kaverit olivat mukana. Keskustelu polveili laidasta laitaan ja keskusteluissa näkyy lasten innokkuus kertoa metsäesikoulusta. Lapset saivat vastailla kysymyksiin sitä mukaan, mitä asioita tuli mieleen. Haastattelun edetessä esitettiin myös tarkentavia kysymyksiä. Lasten kanssa käytävät keskustelut äänitettiin, jotka sitten litteroitiin haastattelujen jälkeen. Litterointi on tapa, missä nauhoitettu puhe muutetaan tekstimuotoon (Bister, 2019, s. 37). Tekstimuotoisen aineiston käsittely järjestelmällisesti, jäsentely ja jatkojalostus on helpompaa kuin puheen.

Vilkan (2015 s. 94) mukaan kyselylomaketutkimuksessa vastaaja itse lukee kirjallisen kysymyksen ja vastaa siihen kirjallisesti. Kasvattajille oli omat haastattelukysymykset (liite 1), joihin kasvattajat vastasivat yhdessä kirjallisesti. Tämä tapa vallittiin pelkästään resurssisyistä. Kasvattajat saivat ajan kanssa pohtia yhdessä vastauksia eikä se näin lisännyt tarvetta miettiä kasvattajien poikkeusjärjestelyjä haastattelujen ajaksi. Vastauksissa kuului kasvattajien yhteinen ääni ja linja.

Seuraavissa kappaleissa tuodaan esiin lasten ja kasvattajien vastauksia tutkimuskysymysten (liite 1) pohjalta. Kysymykset ovat arjen toimien, leikin ja pedagogiikan sekä osallisuuden ympäriltä. Lisäksi tutkimuksessa käsitellään luonnon tuomia hyvinvointivaikutuksia sekä ympäristökasvatusta. Samankaltaiset kysymykset on suunnattu sekä lapsille että kasvattajille.

6.2.1 Leikit ja osallisuus

Kasvattajien mukaan leikit ovat monipuolisia, vaikka valmiita leikkikaluja on vähemmän. Metsän risuista ja kepeistä osataan rakentaa monenlaista. Lisäksi lapset saavat tehdä soppaleikkejä vedestä, savesta ja mullasta, joka koetaan erityisen mieleiseksi. Metsään rakentuu mahdollisia majoja, jota lapset tekevät yhdessä. Samalla osallisuus ja vuorovaikutus kehittyivät, kun rakentaminen on yhteistä puuhaa. Myös sinnikkyys kasvaa samalla, kun valmista ei tule heti vaan projektit ovat pitkiä.

Kasvattaja1: Lapset rakentaneet majaa siirtolavoista syksystä alkaen, yhdessä ideoita vaihtaen, suunnitelmia muutellen. Maja tällä hetkellä kaksikerroksinen.



Kuva 2. Majarakennus (kuva: Kaisu Lohilahti).

Kasvattajat kertovat, että liikuntaleikit ovat suosittuja ympäri vuoden, erityisesti purkki eli piilo-leikki. Liikuntaleikit myös kehittävät motorisia taitoja sekä mielikuvitusta, kun ei ole valmista mallia tai pohjaa saatavilla vaan piilopaikat ja pelastuspaikat kehitellään yhdessä leikin edetessä. Myös osallisuus vahvistuu, kun leikitään yhdessä ja kaikki kokevat kuuluvansa mukaan leikkiin.

Kasvattajien mukaan lapset saavat paljon osallisuuden kokemuksia leikeistä. Tähän myötävaikuttaa se, että ryhmä on esikouluryhmäksi aika pieni 14 lasta. Lapsille kertyy eskarivuodesta paljon hyviä asioita tulevaisuuteen osallisuuden kokemusten myötä, kuten itsetunnon vahvistuminen. Ryhmä on melko pieni, joten ystävyyssuhteita syntyy, kun lapset ovat paljon yhdessä.

Yhteisöllisyys ja yhteisleikit korostuvat ja lasten vastauksista tulee ilmi, että aina pääsee mukaan leikkiin pelkästään kysymällä, voiko osallistua. Lapset ystävystyvät keskenään eikä sen vuoksi muodostu ryhmän sisällä omia porukoita. Osallisuutta myös vahvistaa se, että lapsilla on yhteisiä kiinnostuksen kohteita. Haastatteluissa tulee ilmi, että lapset ovat yhdessä rakentaneet pieniä laivoja kaarnasta, joita uitetaan lammessa. Viimeisin rakennuskohde on siirtolavalle rakennettu paatti, jota ehkä pääsivät vielä kokeilemaan lammelle kevään aikana.

Kasvattaja2: Lapset leikkii paljon yhdessä, eri leikkejä yhdistetään samaan leikkiin. Liikuntaleikit kokoaa koko porukan yhteen. Ei ole ”kuppikuntia” jotka leikkivät vaan keskenään. Mielikuvitus- ja roolileikit metsässä upeita.

Lapsi1: Opittu leikkimään purkkia.

Kasvattajat kertovat, että lapset saavat tuoda omia leluja metsään, kunhan pitävät niistä itse huolta. Osan lasten omien lelujen leikeistä on muodostunut esimerkiksi kuvattava elokuva, johon lapset miettivät itse juonen, kuvauskohteet ja vuorosanat. Nämä sitten kuvataan elokuvaksi.

Lasten vastauksissa käy ilmi, että lasten asenne leikkeihin on ollut ihan samanlaista kuin muulloinkin vaikka olosuhteet ovat erilaiset. Lapset kertovat, että kylmemmällä säällä puetaan enemmän, mutta se ei estä hyviä leikkejä. Leikkikalut kannetaan metsään ja siellä saa leikkiä, vain mielikuvitus on rajana.

6.2.2 Arkitoimet ja pedagogiikka

Kasvattajien mukaan arkitoimet eli päivittäiset ruokailut ja pukemiset ovat samanlaisia kuin sisällä, olosuhteet huomioiden ja ne ovat osa pedagogiikkaa. Syöminen metsässä tapahtuu kuksasta kodalla. Toisinaan ruokailu tapahtuu päiväkodilla ja silloin syödään lautasista. Haarukan ja veitsen käyttöä opetellaan. Ruokailussa tulee myös esille ympäristöasiat, kun lapsia kehoitetaan ottamaan vain sen verran ruokaa kun jaksavat syödä. Kuitenkin mahdolliset ruuanjätteet ja muut ruokailusta tuleva roskat kierrätetään asianmukaisesti.

Lapsi2: Vähän kun oltais aina retkellä.

Kasvattajat kertovat, että päivittäin harjoitellaan pukemista. Yhdessä mietitään säätila ja mitä puetaan päälle ja mitä tämän päivän säätila vaatii ettei kylmä tule. Lapsille on koottu pukemisohje näkyville, josta saa ottaa mallia, mitä tarvittavaa vaateetusta laitetaan.

Kasvattaja1: Tutkitaan ja seurataan luonnon muuttumista tosi läheltä päivittäin, nimetään vuodenaikoihin kuuluvia asioita, ollaan koko ajan säätilojen ja lämpötilojen muuttumisen "armoilla", pohditaan asianmukaista vaateetusta päivittäin. "Siperia opettaa"; muutaman kerran vesisateessa kastuu kunnolla – alkaa sadevaatteiden pukeminenkin tuntua kivalta jutulta. Sadevaatteet lapsille ainainen inhon aihe, mutta kun ne puetaan päälle, tehdään kaikkea kivaa veden kanssa, unohtuu sadevaateinho.

Kasvattajat tuovat esille, että pedagogiikka metsäesikoulussa on paljon toiminallisempaa kuin perinteisessä esikoulussa. Oppimiseen käytetään materiaaleja luonnosta, kuten kiviä,

käpyjä, oksia ja lunta. Esiopetusmateriaaleja muutetaan ja valmistetaan metsäympäristöön sopivaksi, toiminnalliseksi ja liikkuvaksi. Oppiminen on lapsilähtöistä eli asioihin tartutaan lasten kiinnostusten mukaan. Hankitaan yhdessä tietoa, tutkitaan ja kokeillaan asioita. Tämä myös vaatii lapsilta oma-aloitteellisuutta ja omaa päähkäilyä.

6.2.3 Hyvinvointivaikutukset

Kasvattajat toteavat, että lapset saavat metsäesikoulusta paljon hyvinvointivaikutuksia. Kasvattajien mukaan esikoululaisten kunto on hyvä. Lapset liikkuvat, pelaavat ja leikkivät paljon ulkona. Siitä tulee hyvän terveyden kehä. Ulkona liikkuminen ja liikkuminen yleensä myös kuluttaa energiaa paljon. Sen myötä myös ruokahalu kasvaa sekä unen tarve. Kasvattajien mukaan lapsista tulee vahvempia ja vanterampia ja lapset pysyvät hyvin terveisinä. Lasten kanssa keskusteluissakin tulee ilmi, että kodalla tai ulkona ruoka maistuu aina hyvältä. Lapset myös kertovat, että iltaisin kyllä nukuttaa paljon, kun touhuaa paljon.

Kasvattajien mukaan luonnossa liikkuminen kehittää lasten motorisia taitoja. Lapset pääsevät liikkumaan metsässä eri vuodenaikoina ja näin erilaisella alustalla. Toisaalta myös päästään hiihtämään ja luistelemaan.

Kasvattajat kertovat, että lapsilla on myös mahdollisuus nauttia hiljaisuudesta ja satuhetkistä. Niitä pidetään riippukeinussa keinuen. Leikkirauha ja tila metsässä on omaa luokkaansa. Äänenkäyttö ja melutaso on metsässä erilaista kuin sisätiloissa.

Lapsi1: Kun touhutaan pihalla, niin on helpompi keskittyä tekemään tarkkoja tehtäviä.

6.2.4 Ympäristökasvatus

Kasvattajat kertovat, että ympäristökasvatus on läsnä päivittäin. Jokaisenoikeudet ovat olleet vuoden punaisena lankana. Esikoululaiset ovat ikään kuin metsän vieraina ja käytös-kin tulisi olla vieraanvaraista. Luonnon kunnioitusta ja huolenpitoa painotetaan. Lapset huolehtivat ympärillä olevasta luonnosta, he eivät roskaa ja kunnioittavat jokaisen oikeuksia. Tähän sisältyy monenlaista oppia kuten se, että kasvavia puita ei kuorita, eikä metsän eläimiä häiritä. Lapset oppivat vuoden aikana myös paljon hyödyllisiä taitoja, mitä luonnossa liikkeessä tarvitsee, kuten työkalujen käyttämistä. Lapset oppivat vuolemaan,

toimimaan tulen kanssa, sahaamaan ja naulaamaan majantekopuuhiissa. Järjestäjän tehtävät opettavat järjestelmällisyyttä ja oikeanlaista toimintaa kotaolosuhteissa.

Kasvattajat kertovat, että kodalla ollessa on kerätty roskia roskapihdeillä. Samalla myös opetellaan roskien oikeanlaista kierrättämistä. Lapset ovat keränneet yhdessä pulloja, joita viedään kauppaan. Pullorahoja kertyy vuoden aikana niin paljon, että niillä tehdään keväisin retkiä.

Kasvattaja1: Lapset liikkuvat metsässä nenä maassa, sieltä löytyy kaikkea mielenkiintoista tutkittavaa, nimettävää. Yhdessä pohditaan asioita, haetaan tietoa.



Kuva 3. Ympäristökasvatusta kuvien avulla, mitä luonnossa ei ole sopivaa tehdä (kuva: Kaisu Lohilahti).



Kuva 4. Ympäristökasvatusta kuvien avulla, mitä luonnossa voi tehdä (kuva: Kaisu Lohilahti).

Haastatteluissa ilmenee sekä lapsilta että kasvattajilta, että luonnon kiertokulkua seurataan tarkasti. Lapset tekevät havaintoja erilaisista eläimistä. Esimerkiksi on havaittu, että orava on vaihtanut turkin väriä esikouluvuoden aikana, eikä muurahaisia näy talvella. Linnun pesintää seurataan ja yhdessä keskustellaan, miksi linnun pesää ei saa häiritä eikä muniin saa koskea. Lasten haastatteluissa tulee ilmi, että eri aisteja käytetään paljon havainnoidessa metsässä. Kuunnellaan yhdessä metsän ääniä ja lintujen lauluja. Lapset huomasivat, että linnunlaulu lisääntyi kevään edetessä. Oli myös saatu maistella erilaisia marjoja ja kuusenkerkkiä. Lapset kertovat, että kasvattajat ovat hyvin ohjeistaneet, mitä saa metsässä maistella ja haistella. Lapset myös havaitsivat, että hajut myös muuttuvat vuodenaikojen mukana ja nyt tuoksuu keväältä.

Kasvattajat kertovat, että luonto tulee lähemmäksi lapsia esikouluvuoden aikana. Lapset huolehtivat ympärillä olevasta luonnosta, he eivät roskaa ja kunnioittivat jokaisen oikeuksia. Luonnon läheisyys myös kehittää lasten mielikuvitusta, kun leluja ei ole käytössä tai niitä on vähän, vain metsä on ympäristönä. Luonnossa leikkirauha on parempi kuin sisätiloissa, ja tilaa metsässä on ihan omassa luokassa. Jokaiselle riittää tilaa reilusti rakennella leikkejä. Äänenkäyttö ja melutaso ovat metsässä erilaista kuin sisätiloissa. Säätilat ei ole esteenä leikkimiselle, he pukeutuvat säähän sopivalla tavalla. Lapset myös oppivat vuoden aikana elämäntapaa, jossa ovat osana luontoa. Se myös lisää rohkeutta ja luottamusta omiin taitoihin.

Kasvattajien mukaan luontosuhde syventyy lapsilla vuoden aikana. Se näkyy monissa toimissa, kuten luonnon kunnioittamisessa. Myös lasten vastaukset vahvistavat tätä, koska lapsilla on ollut halua liikkua luonnossa vapaa-aikanakin, kun luonto ja luonnossa liikkuminen tulee koko ajan tutummaksi. Se myös lisää uskallusta luonnossa liikkumiseen ja luonnossa olemiseen. Lasten haastatteluissa tulee ilmi, että iltaisin ja viikonloppuisin ei ehdi metsäretkille usein, vaikka halua olisikin. Lapsilta ilmenee halua näyttää perheille, mitä kaikkia luonnossa olemisesta ovat oppineet.

Lapsi3: Kannatta tulla metsäeskariin, täällä on tosi kivaa. Täällä saa uusia kavereita. Täällä oppii tekemään tulta ja oppii, mitä luonnossa saa tehdä ja mitä ei saa tehdä.

7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää teorian avulla luontosuhteen luomista, luontosuhteen merkitystä hyvinvoinnille sekä miten luonto toimii oppimisympäristönä. Teoriaosuudessa tuotiin esiin, että luontosuhde alkaa kehittymään jo lapsuudessa ja sitä kehitetään jatkuvasti olemalla yhteydessä luontoon.

Teoriaosuudessa tuli esiin monia hyvinvointiin vaikuttavia asioita, mitä luonnossa liikkumalla ja olemalla voi saada. Niistä esimerkkinä keskittymiskyvyn paraneminen. Hyvinvointivaikutukset alkavat näkymään vaikka luonnossa vietetyt hetket olisivat lyhyitä. Niiden vaikutukset kuitenkin kestävät pitkään.

Fyysisellä ympäristöllä on kyky tuottaa varhaiskasvatuksessa sellaisia elämäkokemuksia, jotka tukevat lapsen sinnikkyyttä, kyvykkyyttä, minäkuva ja itsetuntoa (Parikka-Nihti & Suomela, 2014, s. 94). Vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa kehittyy tasapainoinen lapsuus. Ihmisen uteliaisuus, halu tutkia, ymmärtää ja hallita asioita edistävät psyykkistä kehitystä.

Teoriaosuudessa tuli esiin, että luonto tarjoaa hyvät mahdollisuudet oppimiselle. Oppimiseen voidaan käyttää luonnon materiaaleja esimerkiksi matemaattisissa tehtävissä. Luonto myös tarjoaa itsessään paljon oppimista havainnoimalla ja aisteja käyttämällä.

Oppimisympäristöillä on vaikutusta myös sosiaalisten suhteiden luomiseen, vuorovaikutukseen lasten kesken sekä lasten itseluottamukseen eli kokemukseen siitä, mitä on olla osa lapsiryhmää (Parikka-Nihti & Suomela, 2014, s. 94). Luonto on tasa-arvoinen leikkiympäristönä. Sosiaaliset suhteet lujittuvat, kun saadaan yhteisiä kokemuksia ja elämyksiä.

Opinnäytetyön ensimmäisessä tutkimuskysymyksessä etsittiin vastauksia siihen, mitä hyvinvointivaikutuksia lapset saavat metsäesikoulussa suhteessa luontoon. Tutkimustuloksista tulee esiin, että lapset saavat fyysisiä ja psyykkisiä hyvinvointivaikutuksia metsäesikoulun aikana. Luonnon lähellä oleminen kasvattaa vastustuskykyä. Ulkona oleminen tuo terveydellisiä hyötyjä siinäkin mielessä, että ruokahalu ja unentarve ovat isompia ja nämä kuuluvat lapsuuden perusedellytyksiin. Luonto tarjoaa mahdollisuuden myös

hiljentymiseen ja rauhoittumiseen, joka itsessään tuottaa hyvää oloa. Äänet ja meteli eivät korostu samalla lailla kuin sisätiloissa. Myös tilaa on paljon hiljentymiselle.

Tutkimustuloksissa tuli esiin, että keskittymiskyky ja motoriset taidot paranevat luonnossa olemisen myötä. Useampi lapsi sanoi haastatteluissa, että jaksoivat keskittyä paremmin tekemään tarkkoja tehtäviä, kun sai ensin metsässä touhuta. Motoriset taidot kehittyvät kun leikitään ja touhutaan epätasaisessa maastossa. Erilaisia motorisia taitoja kehittää myös monet metsäesikoulun arjen toimet, kuten vuoleminen ja sahaaminen.

Tämän opinnäytetyn tulokset kertovat, että luontosuhde kehittyy esikouluvuoden aikana. Lapset oppivat kunnioittamaan luontoa ja sen kasveja ja eläimiä. Esikouluvuoden aikana ehtii nähdä luonnon kiertokulun eri vaiheet. Myös yhdenvertaisuus voi vahvistua, kun lapsi ymmärtää olevansa osa luontoa.

Tutkittavaa löytyy kaikkialta (Kaasinen, 2020, s. 129). Lapsi tutkii luonnostaan sellaisissakin tilanteissa, missä aikuisella on kiire mennä ohi. Lapsella on halu tietää ja oppia. Tällaiset elementit ovat ympäristökasvatuksessa tärkeitä.

Toisessa tutkimuskysymyksessä etsittiin vastauksia, miten kasvattajat näkevät lasten osallisuuden. Tutkimustuloksissa selvisi, että luonto tarjoaa osallisuutta toimijuuden kautta. Leikki on lapsilla osallisuuden keino. Osallisuuden tunne tulee kokea itse yhdessä tekemisen kautta. Tuloksissa todettiin, että metsäesikoulu tuo lisää osallisuutta ryhmän sisällä, kun ryhmä pidetään keskimääräistä pienempänä. Pienempi ryhmäkokoo mahdollistaa, että lapset leikkivät paljon yhdessä eikä synny omia porukoita. Lapset ystävystyvät helpommin ja ystävyyssuhteista tulee tiiviimpiä. Myös ulkopuolelle jäämiset ja kiusaamiset huomataan helpommin, kun lapsimäärä on pienempi. Osallisuutta tukee myös se, että ryhmään tulevilla lapsilla on jo valmiiksi samoja kiinnostuksen kohteita, kuten ulkoleikit ja ulkona touhuaminen.

Metsäesikoulu vaatii kasvattajiltakin kykyä sietää erilaisia säitä ja jaksamista olla säiden armoilla. Metsäesikoulu vaatii myös kasvattajilta erilaista asennoitumista ja heittäytymiskykyä kuin tavallisesta ryhmässä, koska sopivaa pedagogista materiaalia täytyy soveltaa ja olla

Vaikka kestävä kehitys ja ympäristökasvatus ovat jo varhaiskasvatussuunnitelmassa ja kuuluu kaikille varhaiskasvatuksikäisille lapsille, tavalliset esikouluryhmät voisivat ottaa mallia enemmän metsäesikoulusta esimerkiksi ympäristökasvatuksen osalta. Tuloksissa tuli esille,

että metsäesikoulun ympäristökasvatus on monipuolisempaa ja laajempaa. Asiat myös tulevat konkreettisesti esiin, kun esikoulu on luonnossa. Lasten ei ole niin helppo sisäistää kerrottuja asioita. Sisäistäminen on helpompaa, kun asiat tulevat konkreettisesti ilmi. Metsäesikoulussa on myös enemmän mahdollisuuksia havainnoida eri aistien avulla ympäristöä, kun aikaa on enemmän luonnossa olemiseen. Näin kaikki päivän tekemiset eivät ole ohjattua toimintaa vaan vapaata tekemistä. Lasten luontainen uteliaisuus myös ohjaa tutkimaan ja tarkkailemaan.

Sisätiloissa voidaan opettaa monet ympäristökasvatuksen aiheet (Dillon ym., 2006; Falk & Dierking, 1997; Kaasinen, 2020, s. 134; Ratnayaka, 2017). Sisätiloissa voidaan myös tehdä virtuaalimatkoja sinne, minne ei ole varhaiskasvatuksessa mahdollista matkustaa sekä tutustuttaa eläimiin, jota Suomessa ei ole. Ympäristökasvatus saa kuitenkin eri luonteen ovien ulkopuolella, kun näkee ensimmäistä kertaa erilaisia kasveja ja kuulee linnun laulua. Opetus näin on tehokkaampaa ja innostavampaa.

Metsäesikoululle olisi varmasti käyttöä laajemminkin kunnan sisällä ja muissa kunnissa. Tämä tulee ilmi hakijoiden määrässä, kun kaikki hakijat eivät mahdu ryhmään. Vanhemmat tiedostavat hyvin luonnon tuomat hyvinvointivaikutukset, jotka monissa perheissä jää muun toiminnan varjoon ja luonnossa liikkuminen vähäiseksi. Esikouluvuodesta jää jo aikuisuuteen asti muistijälkiä, joten luontosuhdekin saa tästä vaikutteita aikuisuuteen asti. Esikouluvuonna tullut rohkeus liikkua luonnossa kantanee pitkälle.

Myöhemmässä tapaamisessa lasten kanssa jutellessa lapsista paistoi haikeus esikouluvuoden loppumisesta. Se on myös merkki siitä, että yhdessä on viihdytty hyvin ja esikoulussa on tykätty olla. Myös kasvattajat saivat lapsilta paljon kehuja haastatteluiden aikana ja selvästi aisti, että lapset olivat hyvin sisäistäneet kasvattajien ohjeet.

8 POHDINTA

Luonnon hyvinvointivaikutuksista puhutaan paljon ja se innosti minut tutkimaan asiaa opinnäytetyössäni. Puheet siitä, kuinka luonnossa oleminen tekee ihmiselle hyvää, jäävät usein pinnallisiksi maininnoiksi. Halusin perehtyä aiheeseen enemmän nimenomaan lapsen näkökulmasta. Ajattelin, että saisin tästä paljon oppia tulevaan työhön varhaiskasvatuksessa.

Opinnäytetyön tekeminen on ollut alusta asti mukaansatempaavaa. Aihe on ollut itselle todella kiinnostava. Heti alusta asti olen saanut paljon uusia oppeja ja oivalluksia, joita ei ole tullut usein edes ajatelleeksi. Luonnon tuomat hyvinvointivaikutukset ja luonnossa olemisen tärkeys ovat auenneet itselle aivan uudella tavalla. Luonnossa liikkumista olen lisännyt tämän prosessin innoittamana omaan arkeen ja olen konkreettisesti huomannut itse sen antamat hyvinvointivaikutukset. Siitä on ollut suurta apua, kun prosessissa on ollut heikkoja hetkiä, niin pieni maadoittaminen luonnossa on rauhoittanut mieltä ja selkeyttänyt ajatuksia.

Tutkimusosuuden tekeminen sujui hyvällä yhteistyöllä. Haastattelemalla lapsia saatiin paljon aineistoa ja näkemyksiä lapsen tasolta. Jos aikaa olisi ollut enemmän, olisivatko rauhallisemmat ja ujommatkin lapset avanneet enemmän ajatuksiaan? Haastatteluhetkeä ei kuitenkaan voinut venyttää liiaksi, jotta lasten keskittyminen säilyi asiassa. Haastatteluja olisi voinut järjestää pidemmällä aikavälillä niin olisi voinut uusia asioita nousta esiin. Jos ajankäytöllisesti olisi ollut mahdollista, seuranta ja havainnointi ryhmän mukana olisi voinut mahdollistaa vielä enemmän tutkimuksen kannalta. Olisi voinut käydä pidempiä keskusteluja kasvattajien ja lasten kanssa ja näin saada lisää aineistoa.

Tutkimuksen jatkojalostamiselle voisi olla monia mahdollisuuksia erilaisista näkökulmista. Vanhempien ääni ei tässä tutkimuksessa tullut esiin. Siihenkin voisi olla tarvetta, että vanhemmat voisivat kertoa heidän kantansa. Tästä voisi olla apua niille vanhemmille, jotka ennen lapsen esikouluun ilmoittautumista punnitsevat tavallisen esikoulun ja metsäesikoulun välillä. Jatkotutkimuksen aiheena voisi myös olla vertailu tavallisen esikoulun ja metsäesikoulun välillä. Luontosuhde kehittyy luonnossa vietetyn ajan myötä. Mahdollinen pidempiaikainen seuranta luontosuhteen kehittymisestä voisi myös olla tutkimuksen aiheena, esimerkiksi miten luontosuhde muuttuu lapsuusiässä niillä lapsilla, jotka ovat metsäesikoulun käyneet.

Jotta kaikki lapset voisivat kehittää omaa luontosuhdetta, olisi ideaalitilanne, että perheet tarttuisivat itsekkin tähän enenevissä määrin. Kannustettaisiin perheitä pitämään tavoitteet matalla, pienetkin hetket riittäisivät ja se voisi olla pelkästään erilaista havainnointia. Neljä vuodenaikaa itsessään jo tuovat vaihtelua luontoon.

SOAMK-verkoston (2023) mukaan Sosionomin kompetensseihin kuuluu eettinen osaaminen, asiakastyön osaaminen ja kriittinen ja osallisuutta edistävä yhteiskuntaosaaminen. Koin, että erityisesti eettinen ajattelevuus kehittyi työtä tehdessä. Työ on vaatinut enemmän eettistä pohdintaa, kuin osasin etukäteen ajatella. Opinnäytetyö toteutettiin lasten parissa. Se jo itsessään vaatii reflektointia omasta tekemisestä, että haastateltavien lasten etu säilyy.

Opin tätä työtä tehdessä paljon asiakaslähtöisyydestä. Erityisesti varhaiskasvatuksen sosionomin näkökulmasta. Tulvaisuudessa työskennellessä lasten parissa yritän mahdollisimman paljon käyttää aikaa luonnossa ja metsässä liikkumiseen. Haluan myös käyttää mahdollisuuksien mukaan luontoa oppimisympäristönä lapsille. Se on lapsen edun mukaista, että lapset saavat oppia konkreetian kautta. Opin myös, että lasten terveyteen ja hyvinvointiin saa paljon erilaisia aihioita luonnosta. Lasten kanssa liikkuminen luonnossa antaa lapsillekin keskittymiskykyä parantavia vaikutuksia. Levottomuutta on helpompi purkaa ulkoilmassa ja samalla se rauhoittaa lasta. Lapset eivät vaadi suuria ennakosuunnitelmia ja hienoja toteutuksia vaan pienet hetket voivat olla vaikka luonnon ihmettelyä ja luonnon äänien kuuntelua.

Opin myös paljon kriittisestä ja osallisuutta edistävästä yhteiskuntaosaamisesta. Aihe on yhteiskunnallisesti merkittävä ja paljon esillä. Ympäristökasvatuksessa korostuu perheiden ja varhaiskasvatuksen tiivis yhteistyö. Olemalla samalla linjalla luonnon kunnioittamisessa ja suojelemisessa opetetaan lapsille tervettä suhtautumista luontoon. Luonnon suojeleminen alkaa lapsena ja ihan pienistä asioista kuten roskien keräämisestä ja lajittelusta. Kestävyyshävyshkasvatuksen osalta varhaiskasvatuksessa tulee huomioida, ettei lapsen tarvitse kantaa itseään isompaa taakkaa. Se on kasvattamista kestäväään elämäntapaan leikin, tutkimisen ja yhdessä tekemisen kautta.

Luonnon tuomia myönteisiä vaikutuksia on paljon, sekä mielialaan vaikuttavia että fyysisiä vaikutuksia. Siksikin aihe on merkittävä yhteiskunnallisella tasolla. Lapsen motoriiikka kehittyä luonnossa liikkueessa, keskittymiskyky paranee ja mieliala pysyy tasaisempana. Luonnossa liikkumisen hyödyt tulevat esiin jo pienistä hetkistä luonnossa. Nykyteknologia

mahdollistaa luonnon hyvinvointivaikutuksia myös niille, joilla on haasteita päästä luontoon. Virtuaaliluonto on hyvä tuki, mutta ei korvaa kokonaan luonnossa vietettyä aikaa.

Tulevana varhaiskasvatuksen sosionomina sain paljon eväitä tästä työstä osallisuuden tukemisen tärkeydestä. Jo lapsena saadut osallisuuden kokemukset vahvistavat itsetuntoa ja minäpystyvyyttä, jotka ovat tärkeitä läpi elämän. Osallisuuden tukeminen tulee kuitenkin olla osa arkea työssä ja sisältyä kaikkeen tekemiseen eikä yksittäinen opetettava asia. Sosionomina tulee olla heikoimman puolella ja kannustaa ja rohkaista arempiakin osallistumaan erilaisiin leikkeihin ja muuhun ryhmätoimintaan.

LÄHTEET

- Bister, T. (2019). *Tietojenkäsittelyn opinnäytetyö: Viittoja ja karttoja tutkimisen ja kehittämisen teille*. Jyväskylän ammattikorkeakoulu.
- Cantell, H. (toim.) (2004). *Ympäristökasvatuksen käsikirja*. Bookwell Oy.
- Kaasinen, A., & Myllyniemi, U. (toim.) (2023). *Ulkona opettamisen käsikirja*. PS-kustannus.
- Kumpulainen, M. (2023). *Digiluonto- virtuaalinen avain luonnon hyvinvointivaikutuksiin*. Xamk. Active life lab. <https://activelifelab.fi/blogi/digiluonto-virtuaalinen-avain-luonnon-hyvinvointivaikutuksiin/>
- Kyrönlampi, T. ym. (2020). *Esi- ja alkuopetuksen käsikirja*. PS-kustannus.
- Lipponen, M. (2019). Luonto tekee hyvää- Entä digiluonto? Teoksessa Yli-Viikari, A. & Ylilauri, M. (toim.) *Kohti luonnollista hyvinvointia: Näkökulmia luontoperusteisen toiminnan kehittämiseen*. s. 94–96 (Levón-instituutin julkaisuja 143) Vaasan yliopisto. <https://osuva.uwasa.fi/handle/10024/8172>
- Luontoliitto ry. (2023). *Lapsi tarvitsee luontokokemuksia – jokainen aikuinen voi perustaa luontokerhon*. <https://luontoliitto.fi/luontokerhon-voi-perustaa-jokainen-aikuinen/>
- Manninen, J. ym. (2007) *Oppimista tukevat ympäristöt*. Opetushallitus.
- Metsähallitus. (i.a-a) *Hyvinvointia luonnosta*. <https://www.metsa.fi/vapaa-aika-luonnossa/hyvinvointia-luonnosta/>
- Metsähallitus. (i.a-b) *Luontokasvatus*. <https://www.metsa.fi/vapaa-aika-luonnossa/luontokasvatus/>
- Mielenterveystalo. (2022). *Miten luonto vaikuttaa hyvinvointiin?* <https://www.mielenterveystalo.fi/fi/omahoito/hyvinvointia-luonnosta/miten-luonto-vaikuttaa-hyvinvointiin#:~:text=Miten%20luonto%20vaikuttaa%20hyvinvointiin%3F%20Elinymp%C3%A4rist%C3%B6mme%20vaikuttaa%20merkitt%C3%A4v%C3%A4sti%20hyvinvointiin.,lis%C3%A4%C3%A4%20onnellisuutta.%20Perinteisesti%20luonto%20on%20merkinnyt%20suomalaisille%20paljon.>
- Nikkinen, I. (2001). *Metsämörri: Jokamiehen oikeudet- vastuu luonnosta*. Kirjakas Ky.
- Opetushallitus. (2014) *Esiopetussuunnitelman perusteet 2014*. https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/esiopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf

- Opetushallitus. 2022. *Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022*.
https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2022_2.pdf
- Parikka-Nihti, M. (2024). *Onni olla ulkona: Luonto ja kestävyyskasvatus varhaislapsuudessa*. Santalahti-kustannus.
- Parikka-Nihti, M. & Suomela, L. (2014). *Iloa ja ihmettelyä: Ympäristökasvatus varhaislapsuudessa*. PS-kustannus.
- Polvinen, K., Pihlajamaa, J., & Berg, P. (2012). *Luonnosta hyvinvointia lapsille ja nuorille: Kuvauksia luonnon hyvinvointivaikutuksista, palveluista ja malleista palveluiden kehittämiseksi*. Sitra ja Kansallinen Hyvinvointiverkosto. <https://www.sitra.fi/julkaisut/luonnosta-hyvinvointia-lapsille-ja-nuorille/>
- Seinäjoen kaupunki. (2017). *Seinäjoen kaupungin varhaiskasvatussuunnitelma: Meirän vasu 2017*. <https://www.seinajoki.fi/wp-content/uploads/2020/04/Meiran-vasu-Seinajoen-kaupungin-varhaiskasvatussuunnitelma.pdf>
- Suomen ammattikorkeakoulujen sosiaalialan koulutusverkosto, (SOAMK). (2023). *Sosiaalialan tutkimukset, kompetenssit ja suositukset: Sosionomi AMK-tutkimuksen kompetenssit*. Sosiaalialan ammattikorkeakoulut.
<https://www.sosiaalialanamkverkosto.fi/sosiaalialan-tutkimukset-ja-kompetenssit/>
- Terveystieteiden tutkimuskeskus, THL. (2025). *Luonto ja osallisuus*.
<https://thl.fi/aiheet/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa-olevien-osallisuus/osallisuuden-edistamisen-mallit/uudista-asiakastyota-luovasti-ja-leikkisasti/luonto-ja-osallisuus#:~:text=Esittelemme%20t%C3%A4ll%C3%A4%20sivulla%2C%20miten%20luontoymp%C3%A4rist%C3%B6t%20ja%20luonto%20C3%A4ht%C3%B6iset,toiminnot%20ovat%20lis%C3%A4t%C3%A4%20erityisesti%20heikoimmassa%20asemassa%20olevien%20osallisuutta.>
- Vilka, H. (2021) *Näin onnistut opinnäytetyössä*. PS-kustannus.
- Vilka, H. (2015). *Tutki ja kehitä*. PS-kustannus.
- Ympäristöministeriö. (2020) *Jokaisenoikeudet*.
<https://ym.fi/jokaisenoikeudet#:~:text=Jokaisenoikeuksilla%20%28aiemmin%20jokamiehe noikeudet%29%20tarkoitetaan%20jokaisen%20Suomessa%20oleskelevan%20mahdollis uutta,eit%C3%A4%20tarvita%20maanomistajan%20lupaa%20eik%C3%A4%20niist%C3%A4%20ta rvitse%20maksaa.>
- Wahlström, R. & Juusola, M. (2017). *Vihreä hoiva ja kasvatus: katoaako ympäristöherkkyys?* Artemia.

LIITTEET

Liite 1. Haastattelukysymykset lapsille ja kasvattajille

Kysymykset lapsille. Haastattelen lapsia ryhmissä.

- Minkälaisia uusia asioita olet huomannut metsästä tai metsän eläimistä esikoulun aikana?
- Miten olette käyttäneet erilaisia aisteja, kun olette tutkineet luontoa?
- Onko luonnossa liikkuminen muuttunut vapaa-ajalla metsäesikoulun myötä, miten?
- Miten koet, että luonnossa liikkuminen on vaikuttanut keskittymiseen muissa asioissa?
- Miten vuodenaikojen ja säiden vaihtelu on vaikuttanut toimimiseen esikoulussa?
- Miten leikit ovat sujuneet tai muuttuneet kun toimitaan paljon ulkoilmassa?
- Miten esikoulun kirjatehtävät ja muut ns kynätehtävät ovat sujuneet?
- Miten pukemiset ja ruokailut ovat sujuneet?
- Osallisuus. Miten yhteisleikit ja yhdessä tekemiset sujuvat?

Kysymyksiä kasvattajille:

- Mitä hyvää luonnon läheisyys on tuonut lapsille?
- Muuttuuko lasten luontosuhde esikoulun aikana? Jos muuttuu, niin miten?
- Miten lapset kokevat vuodenaikojen vaihtelut?
- Miten lasten hyvinvointiin vaikuttaa luonnon läheisyys?
- Miten pedagogiikkaa toteutetaan metsäesikoulussa ja miten se eroaa perinteisestä esikoulusta?
- Miten pukemiset, ruokailut ym arjen pedagogiikka ovat sujuneet?
- Minkälaista on ollut ympäristökasvatus? Poikkeako se ns tavallisesta esikoulusta?
- Miten osallisuus näkyy lasten leikeissä?
- Muita hyviä asioita, mitä metsäeskarivuodesta saa erityisesti.