



**KOSKE**  
Keski-Suomen sosiaalialan  
osaamiskeskus

# **LUONTOHYVINVOINTI**

## **Käsitteenmäärittelyä ja paikannuksia**

Hanna Teperi

Harjoitteluraportteja 14

Julkaisija

**Keski-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus**

**Harjoitteluraportteja 14**

**Osoite**

Matarankatu 6  
40100 Jyväskylä

[koskeverkko.fi](http://koskeverkko.fi)

Jyväskylä 2023

# SISÄLLYS

<b>1</b>	<b>JOHDANTO</b>	<b>4</b>
<b>2</b>	<b>TAUSTA</b>	<b>6</b>
<b>3</b>	<b>RINNAKKAISKÄSITTEET</b>	<b>8</b>
3.1	Ekosysteemipalvelut	8
3.2	Kulttuurihyvinvointi	9
3.3	Planetaarinen hyvinvointi	10
<b>4</b>	<b>LUONTOHYVINVOINNIN PAIKKA</b>	<b>11</b>
	<b>LÄHTEET</b>	<b>13</b>

# 1 JOHDANTO

Luonnon hyvinvointivaikutuksia on viime vuosina selvitetty runsaasti, ja tietoisuus luonnon merkityksestä hyvinvoinnillemme lisääntyy jatkuvasti. Karttuvan ymmärryksen myötä myös erilaisia toimintamalleja ja hankkeita on kehitetty luonnon tarjoamien hyvinvointihyötyjen ympärille. Menetelmille ei kuitenkaan ole tähän mennessä ollut käytössä yhtenäistä käsitettä. Tämän raportin tavoitteena onkin tuoda esiin, kirkastaa ja paikantaa yhteiskunnallisesti luonto hyvinvoinnin käsitettä, jonka näen viimeaikaisille hankkeille yhteisenä nimittäjänä, vaikka termi ei sellaisenaan esiinny kirjallisissa materiaaleissa. Olen kirjoittanut raportin osana sosiaalityön maisteriopintojen työharjoittelua, ja se liittyy Keski-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus Koskessa 2022–2023 toteuttavaan LuontoHyväKS -selvityshankkeeseen.

Luonto hyvinvointi ei yksiselitteisesti kata ainoastaan niitä seikkoja, miten ihmiset voivat löytää luonnosta terveys- ja hyvinvointivaikutuksia, vaikka ne kiistatta ovatkin oleellinen osa luonto hyvinvointia. Käsitteellistä luonto hyvinvoinnin laajemmin koskemaan sitä globaalia kokonaisuutta, jossa paitsi luonto voi hyödyttää ihmistä, myös ihminen luontoa. Siten luonto hyvinvointi paikallistuukin muiden käsitteiden kautta.

Ihmisen kokemat luonnon hyvinvointivaikutukset riippuvat lisäksi siitä, miten luonto ja ympäristö itsessään voivat. Luonto hyvinvoinnin voikin ajatella laajentuvan eräänlaiseksi vastavuoroisuuden periaatteeksi: kuinka ihminen kokee luonnosta hyvinvointivaikutuksia, ja toisaalta ihminen voi edesauttaa ympäristönsä hyvinvointia ja kukoistusta. Kokonaisuuteen liittyvät lisäksi ihmisen luontaiset tarpeet huolehtia ympäristöstään.

Luonto hyvinvoinnilla on myös kansallista merkitystä. Suomessa käynnistettiin 2021 Euroopan unionin rahoittama Kestävän kasvun ohjelma, joka jakautuu neljään pilariin: vihreään siirtymään, digitalisaation ja datatalouden vahvistamiseen, työllisyyden kohottamiseen ja sosiaali- ja terveydenhuollon vahvistamiseen. Näistä viimeisestä vastaa sosiaali- ja terveysministeriö, ja ohjelmaa toteutetaan jokaisella hyvinvointialueella. Sen tavoitteena on muun muassa lisätä palvelujen saavutettavuutta ja kehittää uusia toimintamalleja. (Suomen kestävän kasvun ohjelma.)

Luonto hyvinvoinnin merkitys ajankohtaistuu siis entisestään, sillä kansallisten tavoitteiden mukaisia uusia palveluja ja hyvinvointivaikutuksia voidaan pyrkiä löytämään myös kotimaisesta luonnosta. Periaatetasolla luonnon hyvinvointivaikutuksia onkin otettu jo huomioon esimerkiksi Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen (2023) julkaisussa Hyvinvointia edistävä toiminta helposti löydettäväksi sekä valtioneuvoston periaatepäätöksessä (2022) Kansallinen luonnon virkistyskäytön strategia 2030.

Luonto hyvinvointi nojaa voimakkaasti ekososiaalisuuteen, eritoten ekososiaaliseen näkökulmaan hyvinvointiin. Sen tärkein lähtökohta on, että ihminen on osa luontoa, ja hyvinvointia voi todella saavuttaa vain kokemalla ihmisten ja luonnon välisen yhteyden (Kortetmäki ym., 2021; 2024). Tällaisesta näkökulmasta luontokokemusten yhdenvertaisen saavutettavuuden merkitys korostuu. Luontoa ei voi kokea ilman luontoa.

Käytän luontohyvinvoinnin yhteiskunnalliseen paikallistamiseen kolmea erillistä rinnakkaiskäsitettä, jotka olen katsonut oleellisiksi käsillä olevan asian kirkastamiseksi. Esittelen käsitteet kolmannessa luvussa. Sitä edeltävästi taustoitan lyhyesti luontohyvinvointia käsitteenä antaakseni käsitteenmäärittelylle relevantin ja ymmärrettävän pohjan. Käsitteiden vertailun avulla asetan luontohyvinvoinnin omaan paikkaansa ja tarkoitukseensa. Lopuksi pohdin käsitteen yhteiskunnallista merkitystä sekä luontohyvinvoinnin tulevaisuudennäkymiä muuttuvassa maailmassa.

## 2 TAUSTA

*Luontohyvinvointi* -hakusanalla ei löydy juuri osumia tietokannoista. Sitä ei käytetä yleisesti. Tässä lyhyessä taustoittavassa osiossa avaan sanojen *luonto* ja *hyvinvointi* tarkoituksia siten kuin ne itse tämän raportin kontekstissa käsittävät. Tarkoitus on niin ikään luoda sanoille pohjaa, jota vasten muita käsitteitä raportin edetessä peilaan.

Sanana *luonto* synnyttäneen helposti miellejohdotuksia luontoympäristöihin, kuten metsiin, soihin tai koskiin – ympäristöihin, joita ihminen ei pääsääntöisesti ole muokannut, tai missä ainakaan ihmisen vaikutus ei ole kovin näkyvää. Ajatus tietynlaisesta luonnollisuudesta tai koskemattomuudesta saattaa seurata näitä mielikuvia. Kielitoimiston sanakirja (2022) määrittelee luonnon seuraavalla tavalla: ”maankamara sekä vesi- ja ilmakehä kasveineen ja eläimineen varsinkin vain vähän tai ei ollenkaan ihmisen muokkaamana elinympäristönä; luomakunta”. On kuitenkin muistettava, että ihminen ei ole erossa luonnosta, vaan osa sitä. Meillä on luonnollisia, biologisia tarpeita ja elämme muun luonnon ehdoilla siitä huolimatta, että ihminen on historian kuluessa radikaalistikin muokannut tai vähintäänkin ollut myötävaikuttajana ympäristönsä muutokseen.

*Hyvinvointia* käytetään suhteellisen huolettomasti erilaisissa hyvinvointia ja terveyttä käsittelevissä yhteyksissä, tutkimuskirjallisuudessa ja poliittisessa retoriikassa. Se voi toisaalta tarkoittaa hieman eri asioita riippuen kulloisestakin kontekstista; esimerkiksi terveydenhuollossa hyvinvoinnilla saattaa olla terveydellisempi ymmärrystapa kuin sosiaalihuollossa, jossa tarkastelun kohteena ovat pikemminkin henkilön elämään vaikuttavat sosiaaliset ja rakenteelliset tekijät. Suomessa hyvinvointi usein liitetään osaksi terveyttä, ja niitä saatetaan käyttää rinnakkaisina termeinä (esim. HyTe-palvelut), vaikka terveyden voisi katsoa olevan pikemminkin yksi osatekijä kokonaisvaltaisessa hyvinvoinnissa.

Hyvinvointi on holistinen käsite, joka yhdistää ihmisen psyykkiseksi, henkiseksi ja fyysiseksi kokonaisuudeksi, eikä tarkoita pelkästään kivun tai epämukavien tuntemusten poissaoloa (Helne, Hirvilammi & Väyrynen, 2021; Helne & Hirvilammi, 2017; Saastamoinen ym., 2014). Hyvinvoinnin määrittelyssä keskeistä on myös se, mikä koetaan olennaiseksi. Koulukuntakohtaisia eroja on esimerkiksi hedonistisen ja eudaimonisen näkemyksen välillä. Hedonistinen näkemys viittaa yksinkertaisimmillaan siihen, että hyvinvointi tarkoittaa halujen tyydyttymisestä johtuvaa mielihyvää. Eudaimonisesta lähtökohdasta taas hyvinvointiin liitetään myös muita ulottuvuuksia, kuten ihmisyyden täyden potentiaalın ja merkityksellisyyden löytäminen. Hyvinvointia ei myöskään tästä näkökulmasta käsin tuoteta niinkään haluja kuin tarpeita täyttämällä. (Helne, Hirvilammi & Väyrynen, 2021.) Yleisemmin hyvinvoinnin voisi määritellä subjektiivisen hyvinvoinnin ja onnellisuuden kokemusten kautta (esim. Kortetmäki ym., 2021), mikä edellyttää, että perustarpeet on tyydytetty (Saastamoinen ym., 2014). Tällaiseen näkemykseen myös itse nojaan tätä raporttia kirjoittaessani.

Tuula Helne ja Tuuli Hirvilammi (2021; 2017) määrittelevät hyvinvoinnin käsitettä erityisesti sen hyvien puolien kautta. He kirjoittavat, että hyvinvoinnilla on sanana positiivinen lataus, ja se on inklusiivista: kaikki haluavat voida hyvin, ja hyvinvointi on kaikille sosioekonomisista taustoista tai muista seikoista riippumatta yhtä tärkeää. *Kestävän hyvinvoinnin teoria* on Helnen ja

Hirvilammin muotoilema teoria, jonka pohjana on monipuolisesti hyvinvointitutkimus monelta vuosikymmeneltä. Teoriassa hyvinvointia tarkastellaan *Having*-, *Doing*-, *Loving*- ja *Being*-ulottuuksien kokonaisuutena. Teoria ottaa ihmisen hyvinvoinnin huomioon kokonaisvaltaisesti ja moniulotteisesti, sisältäen myös sen ekologisen ulottuvuuden. Tämän moniulotteisuuden vuoksi käytän juuri kestävän hyvinvoinnin teoriaa raportin hyvinvointikäsitteiden pohjana.

Helne ja Hirvilammi (Helne, Hirvilammi & Väyrynen, 2021; Helne & Hirvilammi, 2017) ovat muodostaneet kestävän hyvinvoinnin teorian sosiologi Erik Allardtin ja yhteiskuntafilosofi Erich Frommin aiemmille hyvinvoinnin teoreetisoinneille. Helnen ja Hirvilammin kuvaamana *Having*-ulottuvuus viittaa hengissä pysymisen ja perustoimeentulon tarpeisiin, siis aineellisiin tarpeisiin. Se ei kuitenkaan sisällä ylikulutusta, sillä ylenmääräinen tarve kerätä materiaa liittyy haluun eikä tarpeeseen (Fromm, 2011, Helnen, Hirvilammin & Väyrysen, 2021, mukaan). *Loving*illa he tarkoittavat sananmukaisesti rakastamista ja rakastetuksi tulemistä, mutta poiketen useista vastaavista tarvekategorioista, he sisällyttävät tähän ulottuvuuteen ihmisten lisäksi rakkauden ja myötätunnon eläimiä ja luontoa kohtaan. Lisäksi se sisältää itsensä arvostamisen, sillä heidän mukaansa ilman itsearvostusta ei voi arvostaa toisiakaan. *Being*-ulottuvuus viittaa Helnen ja Hirvilammin määritelmässä sekä ihmisenä olemisen, terveyden että itsensä toteuttamisen tarpeisiin. Nämä kolme ulottuvuutta ovat alun perin Erik Allardtin hyvinvointiteoriasta. Helne ja Hirvilammi ovat lisänneet niiden joukkoon *Doing*-ulottuvuuden, koska näkevät ihmisten tekemisen olevan hyvinvoinnille yhtä olennaista. Tähän kuuluu tekemisen avulla itsekunnioituksen ylläpitäminen ja arvojen noudattaminen, eikä se koske pelkästään palkkatyötä, vaan myös esimerkiksi luovaa tekemistä ja hoivaa. (Helne, Hirvilammi & Väyrynen, 2021; Helne & Hirvilammi, 2017.)

## 3 RINNAKKAISKÄSITTEET

Käytän luontohyvinvoinnin määrittelyyn ja yhteiskunnalliseen paikallistamiseen kolmea tärkeimmiksi katsomaani rinnakkaiskäsitettä, jotka ovat *ekosysteemipalvelut*, *kulttuurihyvinvointi* ja *planetaarinen hyvinvointi*. Näiden tiiviiden käsitelmäärittelyjen avulla pyrin määrittelemään luontohyvinvointia suhteessa muihin, samantyyppisiin termeihin ja selventämään, mikä tekee luontohyvinvoinnista omanlaisensa hyvinvointialojen käsitekentällä.

### 3.1 Ekosysteemipalvelut

*Ekosysteemipalvelut* tarkoittavat muun muassa sitä hyvinvointia, jota ihminen saa luonnosta (Saastamoinen ym., 2014; Laitinen, 2020, 12). Käsite on syntynyt ekologian ja ekologisen taloustieteen piirissä, ja se sisältää ajatuksen luonnosta saatavien hyötyjen arvottamisesta (Laitinen, 2020, 12–14). Ekosysteemipalveluihin kuuluvat paitsi luonnon aineettomat, myös materiaaliset hyödykkeet, kuten metsätalous tai vaikkapa kalastus. Sananmukaisesti ekosysteemipalvelut ovat siis hyötyjä, joita ihmiset saavat ekosysteemeistä. Ne voidaan jakaa karkeasti kolmeen pääluokkaan: aineellisiin tuotantopalveluihin, prosessinomaisiin ylläpito- ja säätelypalveluihin sekä vuorovaikutusluontoisiin kulttuuripalveluihin. Lisäksi ovat näiden toimintaa tukevat ”tukipalvelut”. Ne ovat luonnon perustoimintoja, jotka ylläpitävät ekosysteemejä, kuten yhteyttäminen ja ravinnekierto. (Saastamoinen ym., 2014.)

Ekosysteemipalvelujen käsitettä on kritisoitu sen taloudellisesta painotuksesta. Sinällään painotus ei ole ihme, koska alkujaan ajatus ekosysteemipalveluista kehittyi ekologian ja taloustieteen välisenä käsitteenä, joka sittemmin on alkanut laajentua myös muiden tieteenalojen käyttöön. Kritisoijat ovat olleet huolissaan juuri luonnon taloudellisesta arvottamisesta ja ekosysteemipalvelujen markkinoista, jotka voivat heikentää perinteisiä luonnon kunnioittamiseen perustuvia arvoja. (Saastamoinen ym., 2014.) Luonnon markkinaistaminen huolestuttaa myös siksi, että se saattaa siirtää luonnon ja ympäristön omistusta yhteisestä yksityiseen.

Käytän ekosysteemipalveluita yhtenä luontohyvinvointia määrittävänä rinnakkaiskäsitteenä. Sillä on yhtä lailla yhteys ihmisten ja luonnon hyvinvoinnin välillä, ja muotoilisin niin, että luontohyvinvointi hyödyntää jossain määrin ekosysteemipalveluja. Ekosysteemipalvelut kuitenkin nojaavat erityisesti ei-inhimillisen luonnon välinearvoon, ollen olennaisesti ihmiskeskeinen käsite (Kortetmäki ym., 2023). Vaikka samassa yhteydessä usein kirjoitetaankin myös esimerkiksi luonnon monimuotoisuuden suojelusta ja kestävästä kehityksestä (esim. Korhonen, 2020; Saastamoinen ym., 2014), korostuu niidenkin merkitys pääasiassa ihmisen kokeman hyödyn tai haitan kautta. Ajattelen, ettei luontohyvinvoinnissa keskiössä ole niinkään ihminen tai luonto, vaan yhdessä ihmisen ja ympäristönsä hyvinvointivaikutukset toisiinsa.

Suomessa ekosysteemipalveluja on viime vuosina pyritty systemaattisesti kartoittamaan niin kansallisesti kuin paikallisestikin (esim. Saastamoinen ym., 2014; Laitinen, 2020). Kartoituksen avulla ekosysteemipalvelut tehdään näkyviksi, ja siten niitä voidaan hyödyntää kansalaisten hyvinvoinnin kohentamiseksi. Vaikka ekosysteemipalvelut ja luontohyvinvointi eroavat toisistaan eritoten taloudellisen painotuksen osalta, on ekosysteemipalvelujen kartoituksesta hyötyä myös luontohyvinvoinnin juurruttamisessa hyvinvointialojen keskustelukentälle. Esimerkiksi Keski-



Suomen alueella ekosysteemipalveluihin lukeutuvat muun muassa kansallispuistojen matkailuliiketoiminta (Röntynen, 2020), lähiluonnon virkistystoiminta (Leppälä, 2020) tai ihan vain koettu luonnonmaisema (Salonen & Laitinen, 2020).

Kulttuurinen ulottuvuus kietoutuu ekosysteemipalveluihin esimerkiksi siten, että taide on muokannut suomalaisten luonnonmaisemista toisinaan kulttuurimaisemia: monet taiteilijat, mukaan lukien esimerkiksi Akseli Gallen-Kallela ja Eero Järnefelt, ovat innoittuneet luonnonmaisemista (Salonen & Laitinen, 2020), ja heidän teoksensa ovat muovanneet ajatusta suomalaisesta kulttuurimaisemasta aina tähän päivään asti. Taiteessa luonto esiintyy toki yhä edelleen aiheena niin laulunsanoissa kuin näyttämöilläkin. Maisemat ja luonnonkauneus ovat lisäksi ihmisen hyvinvoinnille itsessään tärkeitä. Tälle on esitetty useita evolutionaarisia teorioita, joita yhdistää tieto, että ihmiset ovat tulleet ja eläneet luonnosta kauan ennen maataloudenkaan vallankumousta. Maisemien näkeminen ja luonnonkauneudelle altistuminen edistävät hyvinvointia muun muassa vähentämällä stressiä. (Tveit, Sang & Hägerhäll, 2012.)

## 3.2 Kulttuurihyvinvointi

Käytän luontohyvinvoinnin käsitteen paikallistamiseen rinnakkaisterminä myös *kulttuurihyvinvointia*. Kulttuurihyvinvointi on nimitys yhteisesti jaetulle käsitykselle siitä, että taide ja kulttuuri lisäävät ihmisten hyvinvointia. Tammela (2023) muotoilee kulttuurihyvinvoinnin tarkoittavan ”taiteen, kulttuurin, luovan toiminnan ja itseilmaisun huomioimista osana hyvinvointia ja terveyttä niin yksilön, yhteisöjen kuin yhteiskunnankin tasolla”. Kulttuurin hyvinvointivaikutuksia on tutkittu ja selvitetty sekä kansallisesti että kansainvälisesti: Maailman terveysjärjestö WHO on vuonna 2019 julkaissut selvityksen *What is the role in the arts in improving health and well-being? A scoping review*, jonka mukaan taidetoimintaan osallistumisella joko kokijana tai tekijänä on lukuisia psyykkisiä ja fyysisiä terveysvaikutuksia. (Taikusydän.) Toisaalta kulttuurihyvinvoinnin, kuten hyvinvoinnin yleisestikin, määrittelyssä olennaista on itse koettu hyvinvointi, siis taiteeseen ja kulttuuriin osallistumisen tuottamat hyvinvointivaikutukset (Lilja-Viherlampi & Rösenlöf, 2019).

Liisa-Maria Lilja-Viherlammen ja Anna-Mari Rösenlöfin (2019) mukaan kulttuurihyvinvoinnilla on Suomessa juuret jo 1990-luvun alussa. Tuolloin YK:n ja Unescon taiteen ja kulttuurin sisällyttämiseen sosiaali- ja terveysalalle tähtäävä Arts in Hospital -toiminta levisi Unescon jäsenmaihin. Vuoden 2007 joulukuussa Suomen valtioneuvosto antoi periaatepäätöksen hallituksen strategia-asiakirjasta, jonka myötä käynnistettiin Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia -ohjelma. Toimintaohjelmaehdotuksen tavoitteena oli edistää hyvinvointia ja terveyttä kulttuurin ja taiteen keinoin. (Liikanen, 2010.) Kulttuurihyvinvointia on sittemmin pyritty edistämään hallitusohjelmien tasolla aivan viime aikoihin asti (ks. esim. Kulttuurihyvinvoinnin yhteistyöryhmä Taiku3, yhteenveto toimikaudesta 2020–2023).

Mitä kulttuurilla sitten tarkoitetaan? Sana voidaan määritellä esimerkiksi neljän eri näkökulman kautta, kuten Lilja-Viherlampi ja Rösenlöf (2019) havainnollistavasti tekevät. Ensimmäinen näkökulma on arjen kulttuuri, vuorovaikutukselliset ja toiminnalliset asiat, jotka liittyvät osaksi ihmisten elämäntilannetta ja ympäristöä. Arjen kulttuuria voivat siis olla vaikkapa saunaillat ystävien kanssa tai aamukahvin juominen sanomalehden kera. Toinen näkökulma on itseilmaisuuksia taiteen keinoin sekä taideharrastukset, kuten musiikin tekeminen. Kolmas näkökulma taas on taiteen ja kulttuurin vastaanottaminen ja kokeminen. Se voi tapahtua osallistumalla konserttiin,

tai nauttimalla vaikkapa digitaalisesta taiteesta. Kulttuurihyvinvointia tukeva toiminta ja kulttuurihyvinvointipalvelut on neljäs näkökulma. Näiden tarkoitus on tukea kulttuurista osallisuutta.

Luontohyvinvoinnilla ja kulttuurihyvinvoinnilla on alun alkaenkin paljon yhteistä pintaa. Kuten ekosysteempipalveluita käsittelevässä osiossa kuvasin, jotkin luontomme ympäristöt ovat muotoutuneet eräänlaiseksi kulttuuriseksi pääomaksi, eivätkä siten luonto ja kulttuuri ole täysin toisistaan erillään. Joissain yhteyksissä niiden katsotaan olevan muutoinkin rinnasteisia. Esimerkiksi Suomen perustuslain 20 §, vastuu ympäristöstä, määrää, että ”vastuu luonnosta ja sen monimuotoisuudesta, ympäristöstä ja kulttuuriperinnöstä kuuluu kaikille” (731/1999). Eräällä tavalla luonnon voisi ajatella myös muotoutuneen kokonaan kulttuurisena käsitteenä, sillä kulttuuri ja kieli muotoilevat mielikuviamme sanojen takana: luonto on paitsi inspiroinut taiteilijoita, myös kuvat ja kertomukset maailman biologisista tai henkisistäkin ilmiöistä muokkaavat ihmisten ajatuksia luonnosta. Yhteisestä jalansijastaan huolimatta luontohyvinvoinnin on aika erottua kulttuurihyvinvoinnista omaksi, ainutlaatuiseksi kokonaisuudekseen.

### 3.3 Planetaarinen hyvinvointi

Luonnon ja hyvinvoinnin suhdetta käsitellessäni en voi ohittaa *planetaarista hyvinvointia*. Sillä tarkoitetaan ikään kuin ihmisen ulkopuolelle laajennettua hyvinvointikäsitystä, johon saatetaan lisätä myös moraalisia näkökulmia (esim. Kortetmäki ym., 2021; 2023). Planetaarinen hyvinvointi pyrkii ottamaan huomioon ihmisten lisäksi paitsi muiden lajien, myös esimerkiksi ekosysteemien hyvinvoinnin ja mahdollisuuden kukoistaa itsearvoisina totutun ihmiskeskeisen välinearvoisuuden sijaan. Keskiössä ovat näiden asioiden väliset yhteydet. Käsite on siis hyvin laaja, eikä varsinaisesti keskity niinkään konkreettisiin hyvinvointitoimiin vaan globaaliin kestävytyteen.

Planetaarisen hyvinvoinnin kaltaisena tutkimuskirjallisuudessa esiintyy myös käsite *planetaarinen terveys*. Termit eivät ole täysin synonyymeja, mutta sijoitan jälkimmäisen planetaarisen hyvinvoinnin alle ajatellen, että terveys on yksi kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin osa-alueista. Planetaarinen terveys painottaa sitä, että ihmisen ja ympäristön hyvinvointi riippuvat toisistaan (Myers & Frumkin, 2020). Siihen kuuluu tietynlainen systeeminen ajattelutapa, jossa ekosysteemit sekä yhteiskunnalliset rakenteet risteävät ja vaikuttavat toisiinsa, ja sitä kautta niin ihmisten kuin luonnon terveyteen monin eri tavoin.

Luontohyvinvointi ei viittaa yhtä laajaan käsitykseen hyvinvoinnista, eikä sillä itsessään ole voimakasta moraalista ulottuvuutta. Se on siten planetaarista hyvinvointia paikallisempi ja käytännönläheisempi käsite. Toki on tärkeää ottaa huomioon myös tällaiset laajemmat, planetaariset tai jopa universaalit hyvinvoinnin vaikutustekijät. Luontohyvinvointia toteutettaessa tai siitä ponnistavia menetelmiä luotaessa on aivan yhtä tärkeää ottaa huomioon ihmisten ja muun luonnon sekä lajien väliset suhteet, sillä niillä on yksilötason kokemukselliselle hyvinvoinnille merkitystä. Ajattelen, että tietynlainen vastuu luonnosta ja yleisesti ympäristöstä on kuitenkin osa luontohyvinvointiakin, sillä aiemmin esittelemääni kestävästä hyvinvoinnin teoriaan viitaten muun muassa myötätunto luontoa kohtaan ja moraalinen toiminta yhtä lailla luovat hyvinvointia.

## 4 LUONTOHYVINVOINNIN PAIKKA

Tässä raportissa olen avannut luontohyvinvointia sivuavia ja määrittäviä käsitteitä, pohtinut luonnon ja hyvinvoinnin määritelmiä sekä asetellut luontohyvinvointia omaan uomaansa hyvinvointialojen käsitte kentällä. Lopuksi haluan pohtia sitä, missä näen luontohyvinvoinnin nyt, ja millaisia käsitteen tulevaisuudennäkymät voisivat olla. Mikä tekee luontohyvinvoinnista olennaisen lisäyksen yhteiskunnalliseen keskusteluun, rakenteisiimme ja ajatusmaailmoihimme?

Nykyajassa, jossa ilmastomme on eritoten ihmisen myötävaikutuksesta muuttumassa voimakkaasti ja luontokato todellinen huolenaihe, voisi olla tärkeää omaksua ajatus, että luontoa ja ihmistä omine rakennettuine ympäristöineen ei enää voi erottaa toisistaan. Luontohyvinvointi kantaaakin tätä ideaa: me voimme paitsi löytää luonnosta itsessään hyvinvointia tukevia kokemuksia, myös luonnosta huolehtiminen tukee sitä pidemmälläkin aikavälillä. Luontoa on varjeltava, jotta voimme nauttia ympäristöstämme jatkossakin.

Toisaalta mekanismi toimii myös toisin päin. Esimerkiksi Helnen, Hirvilammin ja Väyrysen (2021) nuorten aikuisten ajatuksiin kestävästä hyvinvoinnista pureutuneessa haastattelututkimuksessa on nähtävissä haastateltujen pohdintoja kestävästä hyvinvoinnin ristiriitaisesta suhteesta nykyiseen yhteiskuntamalliin. Haastatellut muun muassa kokivat nykyisenkaltaisen työelämän jossain määrin kuormittavana siksi, että usein työ liittyy jollain lailla tuottavuuteen, ja tuottavuus ja talouskasvu taas luonnonresurssien käyttöön ja siten ekologiseen kriisiin. Myös oma mielenkiintoni ekososiaalisuuteen ja luonnon sekä hyvinvoinnin välisiin yhteyksiin ponnistaa osin tästä ajatuksesta: on haastavaa rakentaa kestävästä hyvinvointia, kun sen pohjana on kestävämpään kulutukseen perustuva yhteiskuntajärjestys.

Kulutussyhteiskuntaa ei voi keksiä uudelleen yhden käsiteanalyysin turvin. Ajattelen kuitenkin, että luontohyvinvoinnin omaksuminen voisi myös olla hyvinvointiajattelussa yksi askel kohti kokonaisvaltaisempaa ajattelutapojen muutosta, laajojen hyvinvointivaikutustensa lisäksi. Luontohyvinvointia olisikin tärkeää rakentaa ja toteuttaa poikkitieteellisesti ja moniäänisesti; sen ei tarvitse jäädä vain sosiaali- ja terveyspalvelujen sisälle. Yhteiskuntatieteissä kestävästä kehityksen näkökulmia onkin tuotu esiin jo jonkin aikaa, ja esimerkiksi sosiaalityössä on viime vuosikymmeninä muotoutunut ekososiaalisen sosiaalityön tai vihreän sosiaalityön alat (ks. esim. Närhi, Matthies & Wards, 2001; Dominelli, 2012; Stamm ym., 2023). Tätä raporttia varten tutustuin pintapuolisesti myös muun muassa ympäristöpsykologiaan (ks. esim. Steg, 2012), ja taloustieteilijä Kate Raworthin kehittämä donitsitalousmalli visioi planetaariset rajat huomioidottavaa talousjärjestystä (ks. esim. JYU.Wisdom). Terveydellisesti luontokokemuksilla on myös fyysiselle terveydelle positiivisia vaikutuksia. Luontohyvinvoinnin kannalta kaikki alat ovat tärkeitä, ja ne voidaan sisällyttää sekä hyvinvoinnin rakentamiseen että sen vastaanottamiseen.

Näen luontohyvinvoinnista hyötyjä myös spesifimmin kuin yleisesti ihmisille. Sosiaali- ja terveysalalla Suomessa on meneillään jo pitkään jatkunut resurssipula, ja omienkin sosiaalityön opintojeni myötä alan jatkuva niukkuus on ollut alusta asti tiedossani. Ratkaisuja esimerkiksi työvoimapulaan ja hoitovajeeseen etsitään niin paikallisesti kuin valtionpolitiikassa. Uskon, että luontohyvinvoinnista voitaisiin löytää pysyviä ratkaisuja muun muassa henkilöstön pito- ja vetovoimaan. LuontoHyväKS-hankkeen puitteissa järjestettiin sosiaalipalvelujen työntekijöille

muutamia luontohyvinvointiteemaisia työpajoja, jotka herättivät myös meissä ajatuksia luonnon merkityksestä esimerkiksi juuri sosiaalialalla työntekijöiden viihtyvyyden ja työhyvinvoinnin kannalta. Työpajoihin osallistuneet toivat itsekkin esiin paljon omaa työhyvinvointia kohottavia luontolähtöisiä asioita, jotka eivät välttämättä ole sen suurempia seikkoja kuin pienet luontoelementit toimistolla, kuten metsäaiheinen tapetti. Muita luontohyvinvoinnin pieniä kulmakiviä voivat olla esimerkiksi kävelypalaverit luontoympäristössä tai luonnon äänet työpisteellä. Työnohjauksia tai työhyvinvointipäiviä voitaisiin järjestää luontoympäristössä, ja niin edelleen. Luontohyvinvointi vaatii siinä mielessä aktiivista juurruttamista hyvinvointialoille, että tällaisetkin pienet, mutta merkitykselliset tekijät sulautuisivat osaksi työkuulttuureja. Lisäksi voi olla, että arjen luontohyvinvoinnin toteuttaminen vaatii tietynlaista vapautta työntekijälle järjestää työnsä palauttavien elementtien ympärille ja toteuttaa itseään työssä, jossa sitä ei etenkään kiireessä välttämättä juurikaan ole.

Luontohyvinvoinnin ei tarvitse käsittää pelkästään luonnollisia ympäristöjä ja vastuuta ekosysteemeistä tai monimuotoisuudesta. Olen käyttänyt raportin hyvinvointikäsitteiden pohjana Helsen ja Hirvilammin kestävästä hyvinvoinnin teoriasta, jonka mukaan yksi hyvinvointia tuottava ulottuvuus on välittäminen paitsi muista ihmisistä ja luonnosta, myös eläimistä. Eläinavusteiset menetelmät voidaan katsoa osaksi Green Care -menetelmiä. Green Care Finland -verkkosivu (2023) määrittelee Green Caren ”luontoon ja maaseutu-ympäristöön liittyväksi ammatilliseksi toiminnaksi, jolla edistetään ihmisten hyvinvointia ja elämänlaatua”. Luontohyvinvoinnin kokonaisvaltaisuuden nimissä pohdinkin mahdollisuutta, voitaisiinko luontolähtöisillä menetelmillä edistää muidenkin eläinten hyvinvointia, ja siten tuottaa samalla ihmisille sitä *Loving*-ulottuvuuden hyvää, joka herää inhimillisen rakkauden ja myötätunnon toteuttamisesta? Olen itse pohtinut paljon oikeudenmukaisuuskäsitteiden ihmislajin ulkopuolelle laajentamisen merkitystä omalle hyvinvoinnillemme, ja sitä kautta törmännyt muun muassa *lajien välisen sosiaalisen oikeudenmukaisuuden* (ks. esim. Matsuoka & Sorenson, 2018) ja *biofilia-hypoteesin* kaltaisiin käsitteisiin. Erityisesti biologi Edward Wilsonin (esim. 1984) biofilia on oletus, hyvinkin muun muassa Helsen ja Hirvilammin teoriaa mukaillen, että elämä, siis muut organismit, vetävät ihmisiä luontaisesti puoleensa; ihmisillä on sananmukaisesti synnynnäinen rakkaus elävää maailmaa kohtaan (lat. *bio*, elämä, *philia*, rakkaus). Ihmisinä toteutamme siis omaa hyvinvointiamme pitämällä huolta muusta elämästä ympärillämme.

Raportissa olen tuonut esiin, ettei luontohyvinvointi ole vain yksittäinen työmenetelmä. Se on pikemminkin kokonaisvaltaista, vastavuoroista hyvinvointikäsitteistä edustava periaate menetelmien takana. Koska ihminen, eikä siten hyvinvointinsakaan, ole irrallinen luonnosta, ympäristöstä ja muista lajeista, olisi luontohyvinvointi käsitteenä hyödyllistä omaksua laajalti ohjaamaan tulevaisuudenkin menetelmiä ja yhä kehittyvää hyvinvointiyhteiskunnan eetosta.

## LÄHTEET

- Ahonen, S., Andersson, P., Blinnikka, P., Hakkarainen, T., Korhonen, T., Laitinen, J., Leinonen, S-T., Leppälä, M., Pitkänen, A., Purhonen, J., Röntynen, R., Salonen, P., Silvennoinen, E. (2020). Luonnon ekosysteemipalvelut Keski-Suomessa. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Saatavilla: <https://www.theseus.fi/handle/10024/347901/>.
- Dominelli, L. (2012). Green Social Work: From Environmental Crises to Environmental Justice. Polity Press.
- Green Care Finland. Verkkosivusto. Saatavilla: <https://gcf Finland.fi/greencare>, viitattu 17.8.2023.
- Hakamäki, Pia, Nick, Reetta, Valli, Nelli & Kuitunen-Kaija, Outi. (2023). Hyvinvointia edistävä toiminta helposti löydettäväksi: hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen kansallisen palvelukonseptin määrittelyä. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Saatavilla: <https://www.julkari.fi/handle/10024/146795/>.
- Helne, T., Hirvilampi, T. (2017). The Relational Conception of Wellbeing as a Catalyst for the Eco-social Transition. Routledge.
- Helne, T., Hirvilampi, T., & Väyrynen, M. (2021). Puristuksissa? : Nuoret ja kestävä hyvinvoinnin ehdot. Kelan tutkimus. Saatavilla: <https://helda.helsinki.fi/items/f7e5f584-bd71-4954-95b6-0c4318eca7ad>.
- JYU.Wisdom Community, Kortetmäki, T., Puurtinen, M., Salo, M., Aro, R., Baumeister, S., Policy, S. ... a. P. (2021). Planetary well-being. Springer Science and Business Media LLC.
- JYU.Wisdom, Jyväskylän yliopisto. Donitsitalous. Verkkosivusto. Saatavilla: <https://www.jyu.fi/fi/tutkimus/wisdom/donitsitalous>, viitattu 28.8.2023.
- Kansallinen luonnon virkistyskäytön strategia 2030. (2022.) Valtioneuvoston julkaisu. Saatavilla: <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/164145/>.
- Kielitoimiston sanakirja, Kotimaisten kielten keskus ja Kielikone Oy. (2022). Saatavilla: <https://www.kielitoimistonsanakirja.fi/#/luonto?searchMode=all>, viitattu 22.8.2023.
- Kortetmäki, T., Puurtinen, M., Salo, M., Aro, R., Baumeister, S., Duflot, R., ... Economics, S. o. B. a. (2023). Planetary well-being. Routledge.
- Liikanen, Hanna-Liisa. (2010). Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia - ehdotus toimintaohjelmaksi 2010–2014. Saatavilla: <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/75612/>.
- Lilja-Viherlampi, L-M.; Rosenlöf, A-M. 2019. Moninäkökulmainen kulttuurihyvinvointi. Teoksessa I. Tanskanen. (toim.) Taide töissä - Näkökulmia taiteen opetukseen sekä taiteilijan rooliin yhteisöissä. Turun ammattikorkeakoulun raportteja 256. Turku: Turun ammattikorkeakoulu (s. 20–39). Saatavilla: <http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522167170.pdf/>.
- Matsuoka, A. K., & Sorenson, J. (2018). Critical animal studies: Towards trans-species social justice. Rowman & Littlefield International.
- Matthies, A., Närhi, K., & Ward, D. (2001). The eco-social approach in social work. University of Jyväskylä.
- Myers, S. & Frumkin, H. (2020). Planetary Health. Island Press.

- Norppa, Laura & Seemer, Sini (toim.). (2023). Kulttuurihyvinvoinnin yhteistyöryhmä Taiku3: Yhteenveto toimikaudesta 9.4.2020–15.2.2023. Saatavilla: <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/164840>.
- Saastamoinen, O., Kniivilä, M., Alahuhta, J., Arovuori, K., Kosenius, A-L., Horne, P. Otsamo, A. & Vaara, M. (2014). Yhdistävä luonto: ekosysteemipalvelut Suomessa. Publications of the University of Eastern Finland. Reports and Studies in Forestry and Natural Sciences Number 15. Joensuu.
- Salonen, K. (2020). Kokonaisvaltainen luontokokemus hyvinvoinnin tukena. Tampere University.
- Stamm, I., Ranta-Tyrkkö, S., Matthies, A. & Närhi, K. (2023). The ecosocial paradigm in social work: Striving for planetary well-being. Teoksessa Elo, M., Hytönen, J., Karkulehto, S., Kortetmäki, T., Puurtinen, M. & Salo, M. (toim.), Interdisciplinary Perspectives on Planetary Well-Being (s. 177–188). Routledge. Saatavilla: <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/88235>.
- Steg, L. (toim.). (2012). Environmental Psychology. Wiley-Blackwell.
- Suomen kestävä kasvun ohjelma. Elpymis- ja palautumissuunnitelma. (2021.) Valtioneuvoston julkaisu. Saatavilla: <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/163176/>.
- Taikusydän - Arts & Health Coordination Centre in Finland. Saatavilla: <https://taikusydan.turkuamk.fi/info/taiteesta-hyvinvointia/>, viitattu 8.8.2023.
- Tammela, A. (2023). Taide, kulttuuri ja hyvinvointi: kuka maksaa viulut? Teoksessa A. Tammela, P. Hämeenaho, J. Eronen, & J. Eilola (toim.), Hyvinvointi koettuna, kuvattuna ja tulkittuna (s. 82–98). Jyväskylän yliopisto. JYU Studies, 3. Saatavilla: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-9626-0>.
- Tveit, M., Sang, Å & Hägerhäll, C. (2012). Scenic beauty: Visual landscape assessment and human landscape perception. Teoksessa Steg, L. (toim.). (2012). Environmental Psychology (s. 37–46). Wiley-Blackwell.
- Wilson, E. O. (1984). Biophilia. Harvard University Press.

