

**Luonnon ja oppimisympäristön merkitys varhaiskasvatuksikäisen
kehitykselle**

Oppiaineen/oppiaineryhmän
Kandidatutkielma
(ROKL0724 Kandidaatintutkielma 8 op)

Laatija:
Jonna Rantala-Bunlap

30.4.2025
Turku

Turun yliopiston laatujärjestelmän mukaisesti tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu
Turnitin OriginalityCheck -järjestelmällä.

Kandidatutkielma / Pro gradu -tutkielma / Lisensiaatintutkielma

Oppiaine: Kasvatustiede

Tekijä(t): Jonna Rantala-Bunlap

Otsikko: Luonnon ja oppimisympäristön merkitys varhaiskasvatukseen kehitykselle

Ohjaaja(t): dosentti Timo Ruusuvirta

Sivumäärä: 18 sivua

Päivämäärä: x.x.20xx

Tiivistelmän tyyli on **Abstract**.

Tässä kirjallisuuskatsauksessa tarkastellaan luonnon ja ulkotilojen merkitystä varhaiskasvatukseen lasten oppimiseen ja hyvinvointiin. Tavoitteena on selvittää, millä tavoin ulkona tapahtuva oppiminen ja luontoympäristöt voivat tukea lapsen kokonaisvaltaista kehitystä varhaiskasvatuksen kontekstissa. Katsaus perustuu viime vuosikymmenellä julkaistuihin kansainvälisiin ja kotimaisiin tutkimuksiin, jotka käsittelevät oppimisympäristöjen vaikutuksia varhaislapsuudessa.

Tutkimustulosten perusteella luonto tarjoaa fyysisesti, sosiaalisesti ja emotionaalisesti rikastuttavan oppimisympäristön, jossa lapset voivat liikkua, tutkia ja leikkiä monipuolisesti. Luonnossa toimiminen edistää keskittymistä, vähentää stressiä, parantaa mielialaa ja tukee vuorovaikutustaitojen kehittymistä. Ulkotilojen hyödyntäminen tarjoaa lisäksi pedagogisia mahdollisuuksia, mutta sen toteuttaminen vaatii henkilöstöltä tukea, suunnittelua ja resursseja.

Katsauksen perusteella voidaan todeta, että luonnonympäristöillä on myönteisiä vaikutuksia lapsen oppimiseen ja hyvinvointiin. Tulevaisuudessa tarvitaan lisää tutkimusta muun muassa käytännön toteutuksen haasteista, henkilöstön kokemuksista sekä lasten omista näkemyksistä ulkona oppimisesta

Avainsanat: luonto oppimisympäristönä, varhaiskasvatus, lapsen hyvinvointi, ulko-oppiminen, kokonaisvaltainen kehitys

Sisällysluettelo

1 Johdanto	4
2 Ekopsykologinen näkökulma varhaiskasvatuksen luontoympäristöihin	5
2.1 Luontoympäristöja lasten itsesäätelytaidot	5
2.2 Luonto ja sosiaalisten taitojen kehittyminen	5
2.3 Luonto luovuuden ja ongelmaratkaisukyvyyn edistäjänä	5
2.4 Luontosuhteen merkitys kestäväälle kehitykselle	6
3 Luontoympäristön hyödyntäminen varhaiskasvatuksen pedagogiikassa	9
3.1 Luontoperustainen pedagogiikka	9
3.2 Oppimisen alueet ulkona: kielellinen, matemaattinen ja motorinen kehitys	9
3.3 Esteet ja mahdollisuudet luonnossa oppimiseen	10
4 Luonto oppimisympäristönä	11
4.1 Ulkotilat oppimisympäristönä	10
4.2 Luonto ja hyvinvointi	10
4.3 Kasvattajien näkökulma ja pedagogiset mahdollisuudet	10
5 Metsäsuhde-käsite ja sen merkitys hyvinvoinnille	14
7 Johtopäätökset	15
Lähteet	18

1 Johdanto

Luonto ja ulkotilat tarjoavat ainutlaatuisen ja monipuolisen oppimisympäristön varhaiskasvatukseen lapsille. Tutkimusten mukaan luonnossa tapahtuva oppiminen voi lisätä lasten motivaatiota, edistää keskittymiskykyä ja lisätä yleistä hyvinvointia (McClintic & Petty, 2015; Dankiw et al., 2020). Ulkoiluympäristöt tukevat lapsen kokonaisvaltaista kehitystä tarjoamalla fyysisiä haasteita, mahdollisuuksia leikkiin sekä rauhoittavia ja palauttavia elementtejä (Laaksoharju & Rappe, 2017).

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet korostavat leikin ja toiminnallisuuden merkitystä lapsen oppimisessa sekä ympäristön vaikutusta oppimisen edellytyksiin (Opetushallitus, 2022). Luonnon hyödyntäminen kasvatustyössä ei ole pelkästään fyysistä ulkoilua, vaan se voi myös vahvistaa lasten luontosuhdetta, ympäristötietoisuutta ja sosiaalisia taitoja (Chawla, 2015; Mårtensson et al., 2011).

Lasten oppiminen ja kehitys tapahtuvat aina suhteessa ympäristöönsä.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet (Opetushallitus, 2022) korostavat oppimisympäristöjen monipuolisuutta sekä kokonaisvaltaista hyvinvointia tukevia toimintatapoja. Viime vuosina kiinnostus ulkona tapahtuvaan oppimiseen ja luonnon merkitykseen osana kasvatusta on kasvanut, ja tutkimukset viittaavat siihen, että luonnonympäristöillä voi olla positiivisia vaikutuksia lapsen oppimiseen, keskittymiseen ja emotionaaliseen hyvinvointiin (McClintic & Petty, 2015; Chawla, 2015; Dankiw et al., 2020).

Tässä kirjallisuuskatsauksessa tarkastellaan, millä tavoin erilaiset oppimisympäristöt, erityisesti luonto ja ulkotilat vaikuttavat varhaiskasvatukseen lasten oppimiseen ja hyvinvointiin. Tavoitteena on vertailla tutkimustietoa eri ympäristöjen tarjoamista eduista ja mahdollisista haasteista lapsen kehityksen ja oppimisen näkökulmasta. Kysymystä lähestytään kasvatustieteellisestä näkökulmasta, painottaen lapsen kokonaisvaltaista kehitystä. Teoreettisena viitekehyksenä Ekopsykologia.

2 Ekopsykologinen näkökulma varhaiskasvatuksen luontoympäristöihin

Ekopsykologia tarkastelee ihmisen ja luonnon välistä suhdetta psykologisesta näkökulmasta ja painottaa luontosuhteen merkitystä yksilön kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille.

Varhaiskasvatuksen kontekstissa ekopsykologinen lähestymistapa korostaa erityisesti varhaisten luontokokemusten vaikutusta lapsen tunne-elämään, kehotietoisuuteen ja identiteetin kehitykseen (Korpela, 2012, s. 135–147). Luonnonympäristö nähdään paitsi oppimisympäristönä, myös emotionaalisesti merkityksellisenä tilana, joka tukee lapsen kokemusta yhteydestä itseensä, muihin ihmisiin ja ympäröivään maailmaan.

2.1 Luontoympäristö ja lasten itsesäätelytaidot

Ekopsykologian mukaan luonnossa tapahtuva toiminta voi tukea lasten itsesäätelytaitojen kehittymistä, vähentää stressiä sekä edistää keskittymiskykyä ja oppimista (Wells & Evans, 2003, s. 311–330). Tutkimukset osoittavat, että jo lyhyetkin hetket luonnossa voivat laskea stressitasoja ja edistää psyykkistä palautumista (Tyrväinen ym., 2014). Luonnossa oleskelu tarjoaa rauhoittavia ja elvyttäviä aistikokemuksia, jotka tukevat lasten kykyä hallita omia tunnetilojaan ja käyttäytymistään (Kuo, Barnes & Jordan, 2019, s. 72–79).

2.2 Luonto ja sosiaalisten taitojen kehittyminen

Luonnossa toimiminen vahvistaa lasten sosiaalisia taitoja ja ryhmässä toimimisen kykyä. Yhteiset luontokokemukset voivat edistää empatian, yhteistyökyvyn ja vuorovaikutustaitojen kehittymistä (Chawla, 2015, s. 433–452). Lisäksi vapaassa luonnossa tapahtuva yhteistoiminta edistää yhteisöllisyyttä ja yhteenkuuluvuuden tunnetta, mikä rakentaa pohjaa ympäristövastuulliselle asenteelle ja käyttäytymiselle myöhemmin elämässä (Kytä, 2004, s. 179–206).

2.3 Luonto luovuuden ja ongelmanratkaisukyvyyn edistäjänä

Luontoympäristö tarjoaa virikkeellisen ja avoimen ympäristön, joka tukee lasten luovuutta, uteliaisuutta ja ongelmanratkaisukykyä. Luonnon monipuoliset materiaalit ja muuttuvat sääolosuhteet haastavat lapset luovaan ajatteluun sekä edistävät fyysisesti aktiivista leikkiä ja

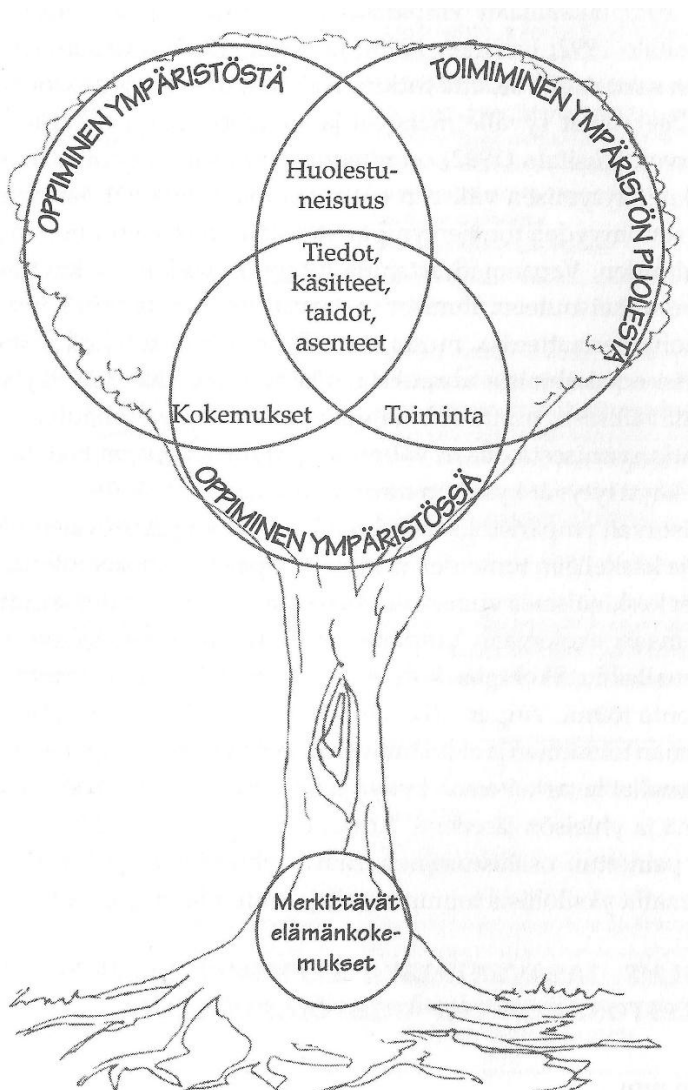
tutkivaa oppimista (Ängeslevä, 2020). Tällainen ympäristö kehittää lasten kykyä käsitellä epävarmuutta ja muuttaa toimintastrategioitaan joustavasti tilanteiden mukaan (Fjørtoft, 2001, s. 111–117). Luontoympäristö tarjoaa virikkeellisen ja avoimen ympäristön, joka tukee lasten luovuutta, uteliaisuutta ja ongelmanratkaisukykyä. Luonnon monipuoliset materiaalit ja muuttuvat sääolosuhteet haastavat lapset luovaan ajatteluun sekä edistävät fyysisesti aktiivista leikkiä ja tutkivaa oppimista (Ängeslevä, 2020). Tällainen ympäristö kehittää lasten kykyä käsitellä epävarmuutta ja muuttaa toimintastrategioitaan joustavasti tilanteiden mukaan (Fjørtoft, 2001, s. 111–117). Lisäksi luonnossa toimimisen on havaittu rohkaisevan lapsia aloitteellisuuteen ja riskienhallintaan, sillä avoin ympäristö mahdollistaa vapaan kokeilun ja erehdysten kautta oppimisen ilman jatkuvaa aikuisohjausta (Ängeslevä, 2020). Samalla lasten välinen yhteistyö sekä sosiaaliset vuorovaikutustaidot kehittyvät, kun tehtäviä ratkaistaan yhdessä monipuolisissa ja vaihtelevissa tilanteissa. Fyysisesti aktiivinen ja tutkiva toiminta luonnossa luo perustan pitkäjänteiselle oppimiselle sekä edistää lasten sisäisen motivaation syntymistä ja ylläpitämistä (Fjørtoft, 2001, s. 111–117). Luonnon ympäristön pedagogisen potentiaalin tunnistaminen edellyttää kuitenkin kasvattajilta tietoisuutta, herkkyyttä ja valmiuksia tukea lasten omaehtoista toimintaa sekä oppimisen prosessia.

2.4 Luontosuhteen merkitys kestäväälle kehitykselle

Luontosuhteen kehityksen tukeminen varhaislapsuudessa voidaan nähdä paitsi yksilöllisen hyvinvoinnin myös yhteiskunnallisen ekologisen vastuun kannalta merkityksellisenä. Lasten luontoyhteyden vahvistaminen jo varhaisessa iässä voi tarjota kestäväen pohjan ekologisesti tietoiselle elämäntavalle (Louv, 2005, s. 1–310). Varhaiskasvatuksessa opitut luontoon liittyvät arvot ja toimintamallit voivat säilyä merkityksellisinä myös aikuisuuteen asti, mikä edistää kestäväää elämäntapaa ja ympäristötietoista kansalaisuutta (Palmer, 1998, s. 267–283). Palmerin (1998) kehittämä ”puumalli” kuvastaa ympäristökasvatuksen kolmea toisiaan tukevia osaa: oppimista ympäristössä, oppimista ympäristöstä ja toimimista ympäristön hyväksi. Mallin mukaan näitä kolmea ulottuvuutta tulisi kehittää rinnakkain sekä päiväkodin muodollisissa opetustilanteissa että arkisissa, ei-muodollisissa yhteisöissä ja medioiden välityksellä (Palmer, 1998, s. 273). Malli korostaa myös sitä, että ympäristötuntemusta ja vastuullisuutta vahvistetaan parhaiten, kun lapset pääsevät itse tutkimaan luontoa, tekemään käytännön kokeiluja ja rakentamaan omia kokemuksiaan (Palmer, 1998, s. 268).

Kuvio 1.

Mukaelma Palmerin (1998) ympäristökasvatuksen puumallista.



Luontokasvatuksen on todettu tukevan elinikäistä oppimisprosessia siten, että ihmisen toiminnasta on muovautunut luontoa kunnioittavaa. Luontokasvatuksessa on korostettu ihmisen toiminnan riippuvuutta luonnosta ja luonnonjärjestelmien toiminnasta. Keskeiseksi on asetettu ajatus, jonka mukaan ihminen on osa luontoa, minkä myötä lajien moninaisuuden ymmärtäminen sekä ekosysteemien toimintaperiaatteiden sisäistäminen on nähty olennaisiksi tavoitteiksi. (Kaasinen & Myllyniemi, 2023.)

Luontoyhteyden eri ulottuvuuksia on jäsennely mallissa siten, että ihmisen ja luonnon väliset yhteydet on esitetty viidessä kategoriassa (Kaasinen & Myllyniemi, 2023). Ensinnäkin yhteys on aineellinen: luonnonvarat, kuten ilma, vesi ja muut materiaaliressurssit, nähdään ihmiselle välttämättöminä. Toiseksi kokemusperäistä yhteyttä on määritelty haluna viettää aikaa luonnossa. Kolmanneksi kognitiivinen yhteys on ymmärretty tietoisuudeksi luonnon merkityksestä, joka välittyy tietojen, uskomusten ja asenteiden muodostamina käsityksinä. Neljänneksi affektiivinen–emotionaalinen ulottuvuus on kuvattu tunnekokemuksina, joita luonnossa oleskelu herättää. Viidenneksi filosofinen yhteys on muotoiltu pohdinnaksi ihmiskunnan asemasta ja vastuusta ympäristön tasapainon säilyttämisessä. Näiden ulottuvuuksien on todettu tukevan ulko-opetuksessa luontoyhteyden rakentumista sekä edistävän syvällisiä, kestävästä kehitystä edistäviä yhteiskunnallisia muutoksia.

Kuvio 2.

Luontoyhteyden vipumalli. Mukailten Kaasinen, 2023, s.57.



3 Luontoympäristön hyödyntäminen varhaiskasvatuksen pedagogiikassa

Luontoympäristö tarjoaa monipuolisen ja kokonaisvaltaisen ympäristön, jossa lapsi voi oppia, leikkiä ja kasvaa vuorovaikutuksessa luonnon kanssa. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet (2018) korostavat oppimisympäristön merkitystä ja sen moninaisuutta, ja luonto tarjoaa tähän erinomaisen kontekstin.

3.1 Luontoperustainen pedagogiikka

Luontoperustainen pedagogiikka ei ainoastaan hyödynnä luontoa toimintaympäristönä, vaan näkee sen aktiivisena oppimisen mahdollistajana. Kokemuksellinen ja tutkiva oppiminen toteutuu luontevasti luonnossa, jossa lapsi saa toimia aktiivisena, oma-aloitteisena ja luovana toimijana (Lepistö & Hiltunen, 2018). Luontoperustaisessa pedagogiikassa korostetaan myös lapsen ja luonnon välistä suhdetta, joka vahvistaa lapsen ympäristötietoisuutta ja vastuullisuutta (Chawla, 2015; Louv, 2019). Lisäksi luonnossa tapahtuva toiminta edistää lasten hyvinvointia vähentämällä stressiä sekä lisäämällä keskittymiskykyä ja myönteisiä tunnekokemuksia (Dankiw ym., 2020; Salmela-Aro, 2018).

Luontoperustainen pedagogiikka tukee myös lasten oppimista monipuolisten aistikokemusten kautta, sillä luonnon äänet, tuoksut ja erilaiset tekstuurit stimuloivat lasten aisteja ja edistävät heidän sensorista kehitystään (Änggård, 2010). Luonnossa lapsilla on mahdollisuus kohdata autenttisia oppimistilanteita, kuten vuodenaikojen vaihtelua ja sääolosuhteiden vaikutuksia ympäristöön, mikä syventää heidän ymmärrystään ympäristöstä ja sen muutoksista (Änggård, 2010; Louv, 2019). Tutkimusten mukaan luontoperustainen pedagogiikka voi parantaa lasten luovuutta, ongelmanratkaisutaitoja ja sosiaalisia taitoja, sillä luonnossa tapahtuva leikki ja tutkiminen tarjoavat luontaisia mahdollisuuksia yhteistyölle ja luovalle toiminnalle (Chawla, 2015; Dankiw ym., 2020).

3.2 Oppimisen alueet ulkona: kielellinen, matemaattinen ja motorinen kehitys

Ulkopedagogiikassa voidaan tukea kaikkia oppimisen osa-alueita. Kielellisten taitojen kehittymistä tuetaan sanaston rikastuessa luonnon ilmiöiden nimeämisen ja keskustelun

avulla. Ulkotiloissa tarjoutuu monipuolisia mahdollisuuksia tarinoiden kertomiseen, keskusteluun ja vuorovaikutukseen, mikä vahvistaa lasten ilmaisukykyä ja kommunikaatiotaitoja (Chawla, 2015; Dankiw ym., 2020).

Matemaattisia taitoja kehitetään luonnollisesti leikin ja havainnoinnin kautta, esimerkiksi laskemalla kiviä, vertailemalla lehtiä tai tutkimalla erilaisia muotoja ja kokoja (Karlsson, 2016). Luontoympäristössä lapsia kannustetaan havainnoimaan ympäröiviä ilmiöitä sekä harjoittamaan luokittelua ja mittaamista käytännönläheisissä tilanteissa (Dankiw ym., 2020).

Motoristen taitojen kehittymistä vahvistetaan epätasaisessa maastossa liikkumalla, kiipeilemällä ja tasapainoilemalla (Fjørtoft, 2001). Luontoympäristöissä tarjotaan fyysisesti haastavia ja motivoivia tilanteita, jotka edistävät lasten motorista kehitystä sekä tasapaino-, koordinaatio- ja voimataitojen vahvistumista (Chawla, 2015; Dankiw ym., 2020). Lisäksi ulkona tapahtuvalla liikunnalla tuetaan yleistä hyvinvointia ja lisätään lasten aktiivisuutta arjen toiminnassa (Salmela-Aro, 2018).

3.3 Esteet ja mahdollisuudet luonnossa oppimiseen

Vaikka ulkona oppimisen edut ovat kiistattomat, sen käytännön toteuttamisessa voi olla haasteita. Sääolosuhteet, henkilöstöresurssien rajallisuus, välineiden puute sekä pedagogisen osaamisen puutteet voivat rajoittaa mahdollisuuksia hyödyntää luontoa täysipainoisesti (Vuorisalmi & Laaksoharju, 2020). Näistä huolimatta luontokasvatuksen hyötyjen tiedostaminen lisää kiinnostusta ja rohkaisee kasvattajia luomaan oppimisympäristöjä myös ulos.

4 Luonto oppimisympäristönä

Luonto oppimisympäristönä edistää lapsen fyysistä, sosiaalista, emotionaalista ja kognitiivista kehitystä. Chawla (2015) ja Dankiw ym. (2020) korostavat luonnon monipuolisuutta. Epätasainen maasto, vaihtelevat värit, äänet ja tuoksut aktivoivat lapsen aisteja ja kehoa tavalla, jota sisätiloissa ei aina saavuteta. Fyysinen aktiivisuus lisääntyy luonnossa luonnostaan, mikä vahvistaa motoriikkaa ja kehon hallintaa. Lisäksi sosiaaliset tilanteet ulkona esimerkiksi yhdessä rakentaminen tai leikin säännöistä sopiminen tukevat vuorovaikutustaitoja ja empatiaa. Ekopsykologian näkökulmasta kehon ja mielen välinen yhteys on keskeinen hyvinvoinnin tekijä. Luonnossa liikkuminen ja oleminen voivat vähentää stressiä ja parantaa mielialaa, mikä osoittaa fyysisen ympäristön vaikutuksen psyykkiseen tilaan. Esimerkiksi luonnon äänet ja maisemat voivat alentaa verenpainetta ja sydämen sykettä, mikä heijastuu myös henkiseen hyvinvointiin (Tyrväinen, Lanki, Sipilä & Komulainen, 2018, s. 1397–403).

Luonnonympäristö tarjoaa myös haasteita, joihin lapset voivat tarttua omaehtoisesti ja omassa tahdissaan. Tämä tukee lapsen itsesäätelyä ja ongelmanratkaisutaitoja. McClintic ja Petty (2015) tuovat esiin, että ulkona tapahtuvassa leikissä aikuisen rooli muuttuu usein tarkkailijaksi ja tukijaksi, mikä antaa lapselle enemmän tilaa itsenäiseen toimintaan. Tämä voi osaltaan tukea myös lapsen identiteetin ja autonomian kehittymistä. Riitta Harin mukaan, teoksessa Kaasinen & Myllyniemi (2023) kehon käyttäminen tukee oppimista. Akateemikko aivotutkija Riitta Hari korostaa kehon ja erityisesti käsien käyttämisen roolia älykkyyden kehittämisessä. Kehon käyttämisen yhteys muistiin ja oppimiseen on osoitettu laajassa aivotutkimusaineistossa. Liikunnallinen elämäntapa tukee aivoterveyttä.

4.1 Ulkotilat oppimisympäristönä

Ulkona tapahtuva oppiminen voidaan nähdä luonnollisena osana varhaiskasvatuksen arkea. Mårtensson ym. (2011) havaitsivat tutkimuksessaan, että luonto voi lisätä lasten keskittymiskykyä ja parantaa oppimistuloksia erityisesti silloin, kun oppimisympäristö tukee rauhallisuutta ja aistikokemuksia. Luonnossa opiskelu tarjoaa mahdollisuuden moniaistiseen, keholliseen ja kokemukselliseen oppimiseen, jossa lapsi ei ole vain tiedon vastaanottaja vaan aktiivinen toimija.

Opetushallitus (2022) painottaa, että oppimisympäristöjen tulee olla muunneltavia, virikkeellisiä ja turvallisia, ja ne voivat sijaita myös sisä- ja ulkotilojen lisäksi erilaisissa lähiluonnon paikoissa. Ulkotilojen hyödyntäminen ei edellytä erityisolosuhteita, vaan sitä voidaan toteuttaa päiväkodin pihapiirissä, metsäreiteillä tai puistoympäristöissä. Tärkeintä on ympäristön mahdollistama vapaus liikkua, tutkia ja toimia vuorovaikutuksessa ympäristön ja toisten lasten kanssa.

Luonnon tarjoamia tilanteita on hyödynnetty pedagogisesti tukemaan lasten oppimisprosesseja eri tavoin. Moniaistisia elämyksiä on luotu esimerkiksi luonnon materiaalien, kuten kivien, lehtien ja vesielementtien, avulla, jolloin lasten havaintokykyä on kehitetty ja heidän ympäristötietoisuuttaan on vahvistettu (Korpela, 2012). Samalla on havaittu, että ulkotiloissa toteutettu ryhmätyöskentely on edistänyt sosiaalisten taitojen kehittymistä sekä toisten huomioon ottamista, kun tehtäviä on suunniteltu ja ratkaistu yhdessä luonnonympäristössä (McClintic & Petty, 2015).

Luonnon monimuotoisuutta on hyödynnetty tilanteissa, joissa on seurattu kasvukauden muutoksia ja eläinten jälkiä, jolloin lasten luonnon kiertokulkuun liittyviä käsitteitä on havainnollistettu käytännön kokemusten kautta (Chawla, 2015). Lisäksi on raportoitu, että aktiivisen ulkoleikin on havaittu tukevan lasten psyykkistä hyvinvointia ja stressinsäätelyä, kun ympäristön rauhoittavat piirteet on hyödynnetty suunnitelmallisesti osana päivittäistä toimintaa (Mårtensson et al., 2011).

4.2 Luonto ja hyvinvointi

Hyvinvointi on keskeinen osa varhaiskasvatuksen tavoitteita. Luonto näyttäytyy monissa tutkimuksissa merkittävänä hyvinvoinnin edistäjänä. Chawla (2015) korostaa luonnon stressiä vähentäviä ja mielialaa kohottavia vaikutuksia, joita on havaittu niin lapsilla kuin aikuisillakin. Luonnon rytmi, rauhallisuus ja aistikokemukset tarjoavat lapsille palautumista ja emotionaalista vakautta erityisesti hektisessä tai ylikuormittavassa arkiympäristössä.

Ihmisellä on synnynnäinen tarve olla yhteydessä luontoon, mikä tunnetaan myös biofiliahypoteesina. Tämä tarkoittaa, että ihmiset hakeutuvat luonnollisesti luonnonläheisiin

ympäristöihin ja kokevat niissä olemisen miellyttäväksi. Luontoyhteys voi lisätä elinvoimaisuutta ja vähentää ahdistuneisuutta, mikä tukee kokonaisvaltaista terveyttä (Tyrväinen et al., 2018, s. 1397–403).

Dankiw ym. (2020) osoittivat systemaattisessa katsauksessaan, että ulkoleikki ja vapaamuotoinen luontoleikki voivat tukea lasten mielenterveyttä ja emotionaalista säätelyä. Lisäksi luonnossa vietetty aika on yhdistetty parempaan unenlaatuun, vähäisempään ahdistukseen sekä aktiivisempaan ja iloisempaan vuorovaikutukseen muiden kanssa.

4.3 Kasvattajien näkökulma ja pedagogiset mahdollisuudet

Varhaiskasvatuksen henkilöstöllä on keskeinen rooli ulkotilojen hyödyntämisessä. McClintic ja Petty (2015) havaitsivat, että kasvattajat pitävät ulkona oppimista hyödyllisenä ja merkityksellisenä, mutta kohtaavat myös käytännön haasteita, kuten sään vaihtelut, varustelun puute tai turvallisuuteen liittyvät huolenaiheet. Näihin haasteisiin vastaaminen vaatii suunnittelua, henkilöstön koulutusta ja rakenteellista tukea.

Opetushallituksen (2022) mukaan oppimisympäristöjen kehittäminen edellyttää myös pedagogista herkkyyttä ja lapsen osallisuuden tukemista. Luonto tarjoaa mahdollisuuden suunnittelemattomiin oppimiskokemuksiin, joissa kasvattaja toimii rinnalla kulkijana ja oppimisen mahdollistajana. Tämä vaatii kasvatustyöhön joustavuutta ja kykyä tarttua spontaanisti esiin nouseviin tilanteisiin.

5 Metsäsuhde-käsite ja sen merkitys hyvinvoinnille

Metsäsuhde-käsite viittaa yksilön tai yhteisön henkilökohtaiseen ja kulttuuriseen suhteeseen metsään, kattaen kokemukset, arvot, asenteet ja merkitykset, jotka metsäympäristö herättää. Suomalaisessa kontekstissa metsäsuhde on erityisen merkittävä, sillä metsä on ollut historiallisesti keskeinen osa elinkeinoja, kulttuuria ja identiteettiä. Tutkimukset osoittavat, että metsällä on syvä vaikutus suomalaisten hyvinvointiin ja elämäntapaan (Saarinen, 2020, s. 45–47).

Metsäsuhde ei ole staattinen, se muovautuu ajan myötä yksilön kokemusten, yhteiskunnallisten muutosten ja ympäristötekijöiden vaikutuksesta. Esimerkiksi kaupungistuminen ja teknologian kehitys ovat muuttaneet tapoja, joilla ihmiset ovat vuorovaikutuksessa metsän kanssa, mikä heijastuu metsäsuhteen monimuotoisuudessa nykypäivänä (Karjalainen & Sarjala, 2013, s. 112–114).

Ekopsykologian näkökulmasta metsäsuhde on keskeinen osa ihmisen luontosuhdetta, ja sillä on merkittäviä vaikutuksia psyykkiseen ja fyysiseen hyvinvointiin. Luonnossa, erityisesti metsäympäristössä, oleskelu voi vähentää stressiä, parantaa mielialaa ja lisätä elinvoimaisuuden tunnetta (Tyrväinen et al., 2014, s. 187–189).

Metsäsuhteen syventäminen voi tapahtua erilaisten toimintojen, kuten metsäterapian, luontoharjoitteiden ja ympäristökasvatuksen kautta. Nämä lähestymistavat pyrkivät vahvistamaan yksilön yhteyttä metsään ja edistämään kokonaisvaltaista hyvinvointia (Ojala, 2017, s. 98–100).

6 Johtopäätökset

Tämän kirjallisuuskatsauksen tavoitteena oli tarkastella, miten luonto ja ulkotilat oppimisympäristöinä vaikuttavat varhaiskasvatukseen lasten oppimiseen ja hyvinvointiin. Tarkasteltujen tutkimusten perusteella on voitu todeta, että luonnonympäristöjen hyödyntäminen kasvatustyössä tarjoaa merkittäviä etuja lapsen kokonaisvaltaisen kehityksen tukemisessa. Fyysinen aktiivisuus (Fjørtoft, 2001), moniaistinen kokemusmaailma (Chawla, 2015), tunne-elämän säätely (Mårtensson et al., 2011) sekä vahvistunut oppimismotivaatio (Salmela-Aro, 2018) ovat nousseet toistuviksi havainnoiksi.

Johtopäätöksenä voidaan todeta, että luontoperustaiset oppimisympäristöt tukevat lapsen fyysisistä, sosiaalista, emotionaalista ja kognitiivista kehitystä. Luonto tarjoaa lapsille ympäristön, jossa opitaan vuorovaikutuksessa, liikkeessä ja kokemuksen kautta. Yhteys luontoon tukee psykologisia perustarpeita, kuten turvallisuutta, yhteyttä ja merkityksellisyyttä (Louv, 2019). Luonto näyttäytyy paitsi oppimisen myös palautumisen ja psyykkisen tasapainon lähteenä (Mårtensson et al., 2011). Leikinomaisuus, vapaus ja luonto itsessään tarjoavat otollisen kontekstin uteliaisuuden heräämiselle ja sisäiselle motivaatiolle (Änggård, 2010).

Luontoympäristön pedagoginen hyödyntäminen varhaiskasvatuksessa ei kuitenkaan toteudu vielä systemaattisesti. Monissa yksiköissä lähiluontoa hyödynnetään, mutta pedagoginen suunnitelmallisuus voi puuttua. Toiminnan kehittäminen edellyttää koulutusta, työolosuhteiden parantamista sekä resurssien saatavuutta (Lepistö & Hiltunen, 2018). Lisäksi käytännön haasteita, kuten henkilöstöresurssien riittävyyttä ja sääolosuhteita, tulee tarkastella rakenteellisella tasolla.

Kirjallisuuskatsaus rajattiin viimeisen vuosikymmenen aikana julkaistuihin tutkimuksiin, mikä saattaa rajoittaa joitakin aikaisempia mutta yhä ajankohtaisia näkökulmia. Useat tarkastellut tutkimukset ovat kansainvälisiä, mikä edellyttää kriittistä pohdintaa niiden sovellettavuudesta suomalaisen varhaiskasvatukseen. Siitä huolimatta aineisto tukee vahvasti näkemystä luonnon merkityksestä varhaiskasvatuksen oppimisympäristönä.

Jatkossa olisi tärkeää tutkia, kuinka luonnossa tapahtuva oppiminen voidaan sisällyttää kiinteäksi osaksi varhaiskasvatuksen arkea eri ympäristöissä, niin kaupungeissa kuin maaseudullakin. Lasten kokemusten ja näkökulmien laadullinen tutkiminen voisi tarjota arvokasta tietoa siitä, millaisena ulkotilat koetaan ja miten ne palvelevat lapsen kehityksellisiä tarpeita. Samoin henkilöstön koulutustarpeet ja asenteet ansaitsevat lisähuomiota.

Kirjallisuuskatsauksen perusteella voidaan havaita, että luonnon ja ulkotilojen merkitys varhaiskasvatuksessa on tunnustettu tutkimuksessa yhä selvemmin. Vaikka luontoympäristöjen tarjoamat edut ovat hyvin dokumentoituja, käytännön soveltamisessa esiintyy edelleen haasteita. Fjørtoft (2001) painottaa fyysisen ympäristön monipuolisuuden merkitystä lasten motoristen taitojen kehitykselle, mikä haastaa varhaiskasvatuksen tilasuunnittelua ja herättää kysymyksen siitä, miten luonnon monipuolisuutta voitaisiin paremmin jäljitellä myös kaupunkiympäristöissä.

Toisaalta luonnon hyödyntämiseen liittyvä pedagoginen epäjohtonmukaisuus, jota Lepistö ja Hiltunen (2018) ovat tuoneet esille, nostaa esiin kysymyksen siitä, millaista tukea kasvattajat tarvitsevat käytännön työn tueksi. Tutkimusten mukaan (Chawla, 2015; Änggård, 2010) luonnonympäristössä tapahtuva oppiminen edellyttää opettajilta kykyä tukea lasten omaehtoista tutkimista ja luovuutta. Tähän liittyen on syytä pohtia, kuinka varhaiskasvatuksen henkilöstön pedagogisia valmiuksia ja osaamista luonnossa tapahtuvaan opetukseen voitaisiin vahvistaa esimerkiksi täydennyskoulutuksen avulla.

Lisäksi tunne-elämän säätely, joka korostuu luonnonympäristöissä (Mårtensson et al., 2011), viittaa tarpeeseen huomioida myös lasten psyykinen hyvinvointi ja palautuminen pedagogisessa suunnittelussa. Vaikka luonnon myönteinen vaikutus tunnetaitoihin ja psyykkiseen tasapainoon tunnistetaan, vaatii sen järjestelmällinen hyödyntäminen tietoisuutta ja pedagogista herkkyyttä henkilöstöltä. Salmela-Aron (2018) huomio sisäisestä motivaatiosta puolestaan tukee näkemystä, jonka mukaan lasten oppimisympäristöjä tulisi kehittää myös heidän omaa uteliaisuuttaan ja osallisuuttaan korostaen.

Vaikka tutkimus korostaa luonnon moninaisia etuja lapsen kehitykselle, tulee silti huomioida ympäristöjen saavutettavuus ja yhdenvertaisuus. Kaupunki- ja maaseutuyksiköiden mahdollisuudet luonnonympäristöjen hyödyntämiseen voivat vaihdella merkittävästi, mikä

edellyttää resursoinnin tarkastelua niin, että kaikilla lapsilla olisi yhtäläiset mahdollisuudet hyötyä luonnon tarjoamista eduista (Lepistö & Hiltunen, 2018).

Jatkotutkimuksissa olisikin kiinnostavaa tarkastella myös sitä, miten eri kasvatuskulttuurit ja yhteiskunnalliset arvot vaikuttavat luonnon hyödyntämiseen varhaiskasvatuksessa. Lisäksi tutkimus voisi tarkemmin selvittää, millaisia vaikutuksia systemaattisesti toteutetulla luontopedagogiikalla on lasten myöhempään koulupolkuun ja pitkäaikaiseen hyvinvointiin. Näiden näkökulmien huomioiminen voisi auttaa kehittämään kestävämpää, kokonaisvaltaisesti hyvinvointia tukevaa varhaiskasvatusta.

Yhteenvedona voidaan todeta, että luonto tarjoaa kokonaisvaltaisen, joustavan ja merkityksellisen oppimisympäristön, joka tukee lapsen kasvua ja hyvinvointia. Sen asemaa varhaiskasvatuksessa tulisi vahvistaa suunnitelmallisella pedagogiikalla, rakenteellisella tuella ja henkilöstön osaamisen kehittämisellä.

Lähteet

Chawla, L. (2015). Benefits of nature contact for children. *Journal of Planning Literature*, 30(4), 433–452. <https://doi.org/10.1177/0885412215595441>

Dankiw, K. A., Tsiros, M. D., Baldock, K. L., & Kumar, S. (2020). The impacts of unstructured nature play on health in early childhood development: A systematic review. *PLOS ONE*, 15(2). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0229006>

Fjørtoft, I. (2001). The natural environment as a playground for children: The impact of outdoor play activities in pre-primary school children. *Early Childhood Education Journal*, 29(2), 111–117. <https://doi.org/10.1023/A:1012576913074>

Kaasinen, A., & Myllyniemi, U. (2023). *Ulkona opettamisen käsikirja*. PS-kustannus.

Karjalainen, P., & Sarjala, T. (2013). Metsäsuhteen muutos kaupungistuvassa yhteiskunnassa. *Ympäristöhistoriallinen aikakauskirja*, (1), 110–125.

Karlsson, L. (2016a). Leikin pedagogiikka ja ulko-opetus varhaiskasvatuksessa. Teoksessa J. Lepistö & T. Hiltunen (toim.), *Luontokasvatuksen ytimessä* (ss. 72–91). Suomen ympäristöopisto SYKLI.

Karlsson, L. (2016b). Ulkona oppiminen: matkaopas opetuksen tutkimiseen ja kehittämiseen. Teoksessa J. Lepistö & T. Hiltunen (toim.), *Luontokasvatuksen ytimessä* (ss. 92–105). Suomen ympäristöopisto SYKLI.

Korpela, K. (2012a). Child-friendly environments: Approaches and lessons. Teoksessa K. Bishop & L. Corkery (toim.), *Designing cities with children and young people: Beyond playgrounds and skate parks* (ss. 135–147). Routledge.

Korpela, K. (2012b). Ekopsykologia ja ympäristöpsykologia. Teoksessa A. Salonen & T. Åhlberg (toim.), *Ekopsykologia ja ympäristökasvatus: Kohti kestäväää elämäntapaa* (ss. 135–147). PS-Kustannus.

Kuo, M., Barnes, M., & Jordan, C. (2019). Do experiences with nature promote learning? Converging evidence of a cause-and-effect relationship. *Frontiers in Psychology*, 10, artikkeli 305. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00305>

Kyttä, M. (2004). The extent of children's independent mobility and the number of actualized affordances as criteria for child-friendly environments. *Journal of Environmental Psychology*, 24(2), 179–198. [https://doi.org/10.1016/S0272-4944\(03\)00073-2](https://doi.org/10.1016/S0272-4944(03)00073-2)

Laaksoharju, T., & Rappe, E. (2017). Luonto ja puutarha hyvinvoinnin lähteinä. Teoksessa T. Rappe & T. Laaksoharju (toim.), *Luonnosta voimaa – viherympäristö hyvinvoinnin lähteenä* (ss. 10–27). Tammi.

Lepistö, J., & Hiltunen, T. (toim.) (2018). *Luontokasvatuksen ytimessä*. Suomen ympäristöopisto SYKLI.

Louv, R. (2005). *Last child in the woods: Saving our children from nature-deficit disorder*. Algonquin Books.

McClintic, S., & Petty, K. (2015). Exploring early childhood teachers' beliefs and practices about preschool outdoor play: A qualitative study. *Journal of Early Childhood Teacher Education*, 36(1), 24–43. <https://doi.org/10.1080/10901027.2014.997844>

Mårtensson, F., Boldemann, C., Söderström, M., Blennow, M., Englund, J. E., & Grahn, P. (2011). Outdoor environmental assessment of attention promoting settings for preschool children. *Health & Place*, 17(3), 702–711. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2011.01.002>

Opetushallitus. (2018). *Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018*. Opetushallitus. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/varhaiskasvatussuunnitelman-perusteet>

Opetushallitus. (2022). *Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022*. Opetushallitus. https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/vasu_2022.pdf

Palmer, J. A. (1998). *Environmental education in the 21st century: Theory, practice, progress and promise*. Routledge.

Saarinen, M. (2020). Suomalainen metsäsuhde: kulttuurinen perintö ja nykyhaasteet.

Teoksessa *Metsä ja ihminen* (ss. 43–58).

Tyrväinen, L., Ojala, A., Korpela, K., Lanki, T., Sipilä, R., & Tervo, M. (2014).

Metsäympäristön terveys- ja hyvinvointivaikutukset. *Suomen Lääkärilehti*, 69(26–32), 1867–1874.

Tyrväinen, L., Lanki, T., Sipilä, M., & Komulainen, J. (2018). Luonto ja hyvinvointi.

Teoksessa T. Hämäläinen & A. Heiskanen (toim.), *Yhteiskunnallisen kestävyuden käsikirja* (ss. 1397–1403). *Gaudeamus*.

Vuorisalmi, E., & Laaksoharju, T. (2020). Luontopedagogiikka varhaiskasvatuksessa – mahdollisuuksia ja esteitä. *Kasvatus & Aika*, 14(2), 45–59.

Wells, N. M., & Evans, G. W. (2003). Nearby nature: A buffer of life stress among rural children. *Environment and Behavior*, 35(3), 311–330.

<https://doi.org/10.1177/0013916503035003001>

Ängeslevä, S. (2020). Luonnossa toteutettavan varhaiskasvatuksen vaikutukset lasten hyvinvointiin [Pro gradu -tutkielma]. Helsingin yliopisto.

Änggård, E. (2010). Making use of "nature" in an outdoor preschool: Classroom, home and fairyland. *Children, Youth and Environments*, 20(1), 4–25.