

Saimaan ammattikorkeakoulu  
Sosiaali- ja terveysala Lappeenranta  
Toimintaterapian koulutusohjelma

Anna-Maaria Koiso-Kanttila ja Elina Vaskonen

## **Eläinavusteinen toimintaterapia – asiakkaiden kokemusten näkökulmasta**

Opinnäytetyö 2016

## Tiivistelmä

Anna-Maaria Koiso-Kanttila ja Elina Vaskonen  
Eläinavusteinen toimintaterapia – asiakkaiden kokemusten näkökulmasta, 46  
sivua, 7 liitettä  
Saimaan ammattikorkeakoulu  
Sosiaali- ja terveysala Lappeenranta  
Toimintaterapian koulutusohjelma  
Opinnäytetyö 2016  
Ohjaajat: lehtori Tuula Hämäläinen, Saimaan ammattikorkeakoulu

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli kuvata asiakkaiden kokemuksia osallistumisesta toimintaterapeuttien ohjaamaan eläinavusteiseen terapiaan, jossa eläiminä on käytetty joko lemmikkieläimiä tai maatilan eläimiä, sekä kuvata eläinavusteista toimintaterapiaa. Opinnäytetyömme tavoitteena oli toimintaterapian ja eläinavusteisen toimintaterapian tunnettavuuden parantaminen. Lisäksi tavoitteenamme on opinnäytetyöllämme tuoda esille asiakkaiden kokemuksia osallistumisesta toimintaterapeuttien ohjaamaan eläinavusteiseen terapiaan. Yhteistyökumppaneinamme toimivat toiminta- ja ratsastusterapeutti Sari Naukkarinen (hevonen), toimintaterapeutti Joyce Collin-Kajaala (alpakat ja laamat) sekä toimintaterapeutti Hanna-Leena Niiranen (koira). Opinnäytetyöhömmme osallistui yksi asiakas kultakin yhteistyökumppaniltamme. Opinnäytetyömme tehtävinä oli kirjoittaa kolme julkaistavaa artikkelia, joissa kuvasimme asiakkaiden näkemyksiä ja kokemuksia eläinavusteiseen toimintaterapiaan osallistumisesta. Kuvasimme myös eläinavusteista toimintaterapiaa Nelsonin toiminnan mallin kautta.

Opinnäytetyömme toteutettiin kolmen artikkelin sarjana. Työn teoreettisena viitekehysenä toimi Nelsonin toiminnan malli. Työn teoriaosuudessa käsiteltiin eläinten tuomia terveysvaikutuksia. Aineistonkeruu tehtiin havainnoimalla ja haastatteleamalla asiakkaita terapiatilanteissa. Haastattelussa käytettiin avoimeen haastatteluun suuntaavaa teemahaastattelua. Havainnoinnin ja haastattelun runkona käytettiin Nelsonin toiminnan mallia, jonka pohjalta myös aineisto analysoitiin. Aineiston analyysin pohjalta kirjoitettiin kolme julkaistavaa artikkelia, yhden kunkin asiakkaan terapiatilanteesta.

Tulosten perusteella asiakkaat kokivat eläinavusteisen toimintaterapian mielekkäänä kuntoutusmuotona. Asiakkaat olivat motivoituneita ja sitoutuneita terapiaan. Saadut tulokset eläinavusteisen toimintaterapian positiivisista vaikutuksista tukivat myös opinnäytetyöhön kerättyä teoretietoa eläinten tuomista terveys- ja hyvinvointivaikutuksista. Havaintomme ja tuloksemme vahvistavat käsitystä siitä, miten monipuolisia mahdollisuuksia eläinavusteisuus tarjoaa toimintaterapialle.

Asiasanat: eläinavusteisuus, toimintaterapia, Nelsonin toiminnan malli

## **Abstract**

Anna-Maaria Koiso-Kanttila and Elina Vaskonen

Animal-assisted occupational therapy – clients' point of view, 46 pages, 7 appendices

Saimaa University of Applied Sciences

Health Care and Social Services, Lappeenranta

Degree Programme in Occupational Therapy

Bachelor's Thesis 2016

Instructor: Senior Lecturer Tuula Hämäläinen, Saimaa University of Applied Sciences

The purpose of the thesis was to describe clients' experiences of participating in animal-assisted therapy conducted by occupational therapists where animals are either pets or farm animals and to describe animal-assisted occupational therapy. The goal of the thesis was to improve the awareness of occupational therapy and animal-assisted therapy. The goal was also to present the clients' experiences of participating in animal-assisted therapy conducted by occupational therapists. The partners of cooperation were OT Sari Naukkarinen (horse), OT Joyce Collin-Kajaala (alpacas and llamas) and OT Hanna-Leena Niiranen (dog). One client of each OT participated in our thesis. The tasks of the thesis were to write three printable articles in which we describe the clients' point of view and experiences of participating in animals-assisted occupational therapy, and to describe animal-assisted occupational therapy through Nelson's Model of Occupation.

The thesis was carried out as a series of three articles. The frame of reference used in this thesis was Nelson's Model of Occupation. The theory consisted of health impacts of animals. The data for this thesis were collected by observing and interviewing clients in the therapy sessions. The interviews were carried out as theme interviews. As a basis of observing and interviewing was the Nelson's Model of Occupation, which was also the basis of data analysis. After data analysis three printable articles, one of each therapy sessions, were written.

Based on the findings the clients experienced animal-assisted occupational therapy as a meaningful form of rehabilitation. The clients were motivated and engaged in therapy sessions. According to the results the positive impacts of animal-assisted occupational therapy substantiated the theory we collected about health impacts of animals. The observations and findings confirm the authors' understanding of how versatile possibilities animal-assistance brings to occupational therapy.

Keywords: animal-assistance, occupational therapy, Nelson's Model of Occupation

## Sisällys

1	Johdanto.....	5
2	Eläinavusteisuus.....	6
2.1	Eläinavusteisuus maailmalla.....	6
2.2	Eläinavusteisuus Suomessa.....	7
3	Eläinavusteinen interventio: Nelsonin toiminnan malli.....	10
3.1	Toiminnan muoto.....	11
3.2	Toiminnan suoritus.....	13
3.3	Toimijan kehityksellinen rakenne.....	14
3.4	Merkitys.....	15
3.5	Tarkoitus.....	16
3.6	Adaptaatio.....	17
4	Opinnäytetyön tarkoitus ja tehtävät.....	20
5	Opinnäytetyön toteutus.....	21
5.1	Yhteistyökumppanit.....	22
5.2	Aineistonkeruu.....	24
5.2.1	Havainnointi.....	25
5.2.2	Haastattelu.....	26
5.3	Aineiston analyysi.....	26
5.4	Eettiset näkökohdat.....	27
6	Tulokset.....	29
6.1	Artikkelit asiakkaiden kokemuksista.....	30
6.2	Eläinavusteisen toimintaterapian kuvaaminen.....	30
7	Pohdinta.....	35
7.1	Opinnäytetyöprosessin pohdinta.....	36
7.2	Opinnäytetyön tuloksien pohdinta.....	38
7.3	Jatkotutkimusideat.....	40
	Kuviot.....	41
	Lähteet.....	42

## Liitteet

Liite 1 Havainnointirunko

Liite 2 Haastattelurunko

Liite 3 Saatekirje

Liite 4 Suostumuslomake

Liite 5 Ratsastusterapia-artikkeli

Liite 6 Alpakka- ja laama-avusteinen toimintaterapia-artikkeli

Liite 7 Koira-avusteinen toimintaterapia-artikkeli

# 1 Johdanto

Suomalaisilla on pitkä historia kansana, joka hyödyntää luontoa ja eläimiä työssään, elämässään ja vapaa-aikanaan. Edelleen metsä- ja maatalous on merkittävä kansantaloudellinen elinkeino. Eläimillä on vahva rooli suomalaisten perheiden elämässä. Lemmikkieläimet ovat yleisiä ja niiden kautta monilla meistä on kokemuksia eläinten tuomista, jopa terapeuttisistakin, vaikutuksista. Eläinten hyödyntäminen lisääntyy yhä edelleen niin Suomessa kuin maailmallakin, ja tutkimuksia tehdään eläinten laajemmasta hyödyntämisestä muun muassa lääketieteellisiin tarkoituksiin.

Toimintaterapiassa eläinten käyttö lisääntyy vähitellen niin kuin muillakin sosi-aali- ja terveysaloilla. Eläimet tuovat monia ulottuvuuksia terapiatilanteeseen, ja antavat näin uudenlaista arvoa terapialle. Tutkimuksen lisääntyessä eläimien käytöstä terapiassa on saatu monia terveysvaikutuksia ja hyötyjä, näitä ovat muun muassa asiakkaan motivoituminen terapiaan sekä stressin laskeminen (Velde, Cipriani & Fisher 2005, 44; Stanley-Hermanns 2002, 69-76). Eläinten käyttäminen toimintaterapiassa eri asiakasryhmien kanssa onkin näin ollen perusteltua, ja siksi aihe tulisi saattaa toimintaterapeuttien tietoisuuteen.

Tässä opinnäytetyössä käsittelemme toimintaterapeuttien tekemää eläinavusteista terapiaa Suomessa. Opinnäytetyömme tavoitteena on toimintaterapian ja eläinavusteisen toimintaterapian tunnettavuuden parantaminen. Lisäksi haluamme opinnäytetyöllämme tuoda esille asiakkaiden kokemuksia osallistumisesta toimintaterapeutin ohjaamaan eläinavusteiseen terapiaan, jossa eläiminä on käytetty joko lemmikkieläimiä tai maatilan eläimiä. Idean opinnäytetyöhömme saimme Elsa Saukon ja Martina Warsellin opinnäytetyöstä: *”Tos tulee enemmän sitä elämisen makuu” – Maatila toimintaterapian ympäristönä*, jossa he ehdottavat jatkotutkimusaiheeksi asiakkaan kokemusten kuvaamista maatilan käytöstä toimintaterapian ympäristönä. Toteutamme opinnäytetyömme kolmen artikkelin sarjana.

## **2 Eläinavusteisuus**

Lemmikkieläimiemme kautta monilla meistä on omia kokemuksia eläinten tuomasta mielihyvästä, jopa terapeuttisesta vaikutuksesta. Eläinten käyttäminen sosiaali- ja terveysalan palveluiden osana on kasvussa, ja samalla tutkimustieto ja näyttö saavutetuista vaikutuksista lisääntyvät (Yli-Viikari 2011, 5). Eläinavusteinen interventio on yläkäsite, jonka sisälle kuuluvat käsitteet eläinavusteinen terapia, ja eläinavusteinen toiminta sekä muita käsitteitä, kuten eläinavusteinen opetus ja eläinavusteinen kasvatus.

Eläinavusteinen interventio (Animal Assisted Intervention, AAI) tarkoittaa mitä tahansa tavoitteellista interventiota, jolla edistetään ihmisen fyysistä, sosiaalista, emotionaalista ja/tai tiedollista toimintaa, ja joka sisältää tai yhdistää eläimet terapeuttisiin tai parantaviin prosesseihin tai ympäristöihin (Kruger & Serpell 2006, 22-23). Eläinavusteisissa interventioissa voidaan käyttää erilaisia eläimiä, ja asiakkaina voi olla yksi henkilö tai ryhmä. Lisäksi eläinavusteisia interventioita voidaan toteuttaa erilaisissa ympäristöissä. (Lilja & Soini 2014, 12-14.)

Eläinavusteinen terapia (Animal Assisted Therapy, AAT) on toimintaa, jossa eläimellä on keskeinen osa hoitoprosessissa. Eläinavusteisella terapialla tuetaan asiakkaan fyysistä, sosiaalista ja kognitiivista toimintakykyä sekä tunteita. Eläinavusteinen terapia on tavoitteellista: asiakkaalla on diagnoosi, hoidolla on tavoite ja edistymistä seurataan järjestelmällisesti. (Kruger & Serpell 2006, 22-23.) Eläinavusteisen terapiakäynnin pituus on ennalta sovittu. Eläinavusteista terapiaa ohjaa sosiaali- ja terveysalan ammattilainen, kuten toimintaterapeutti tai fysioterapeutti, jolla on aiheeseen erityinen asiantuntijuus ja alan harjoitustutkinto. (Ikäheimo 2013c, 11.)

### **2.1 Eläinavusteisuus maailmalla**

Eläinavusteisella terapialla on pitkät juuret historiassa. Jo muinaisessa Egyptissä koiria käytettiin parannustarkoituksiin, koirien esimerkiksi annettiin nuolla kipeitä vartalon osia. Tämä perinne siirtyi myöhemmin Kreikkaan ja sieltä keskiajalla Eurooppaan. 1600-luvulla John Locke havaitsi pienten lemmikkieläinten auttavan lasten emotionaalisessa kehityksessä. 1900-luvulla Florence Nightingale havaitsi pienten lemmikkieläinten vähentävän masennusta ja ahdistusta

erityisesti kroonisilla asiakkailla. Sigmund Freud havaitsi, että asiakkaat olivat rentoutuneempia ja puhuivat helpommin raskaista asioista eläinten läsnäollessa. (Fine 2010, xv-xviii.)

Hieman myöhemmin Boris Levinson havaitsi, että pystyi muodostamaan vaikeiden lapsiasiakkaidensa kanssa luottamuksellisen suhteen koiransa avulla ja esitti löydöksensä American Psychological Associationille vuonna 1961 (Fine 2010, xv-xviii). Levinson julkaisi kirjan *Pet-Oriented Child Psychotherapy* vuonna 1969. Nykyisin Levinsonia pidetään eläinavusteisuuden isänä ja hänen kirjansa pidetään ensimmäisenä tärkeänä merkkipaaluna eläinavusteisen terapian historiassa. Sen jälkeen eläinavusteisuus on lisääntynyt etenkin 1990- ja 2000-luvuilla. (Ernst 2014.)

Eläinavusteisessa terapiassa ensimmäinen eläin, jolla on havaittu olevan positiivisia terveysvaikutuksia, on koira. Koira on säilyttänyt suosionsa edelleen terapiakäytössä ja on maailman yleisin AAT:ssa käytetty eläin. Yleisiä ovat myös kissat ja hevoset, sekä pieneläimet kuten kanit, linnut, kalat ja gerbiilit. Terapiassa on alettu käyttämään myös eksoottisempia lajeja, kuten delfiinejä, norsuja sekä liskoja. Lemmikki- ja maatilaneläinten käyttö eläinavusteisessa terapiassa ja toiminnassa on hyvin samankaltaista maailmalla ja Suomessa. (Fine 2010.) Toimijoita maailmalla eläinavusteisessa terapiassa voivat olla sosiaali- ja terveysalan ammattilaiset, ja toimijuutta säätelevät maiden paikalliset lait, jotka usein edellyttävät ammattijärjestöjen jäsenyyttä (ISAAT 2015). Eläinavusteista terapiaa ja toimintaa esiintyy ympäri maailman, kuitenkin sen yleisyys vauraammissa maissa on suurempaa (Fine 2010).

## **2.2 Eläinavusteisuus Suomessa**

Eläinavusteista terapiaa toteuttaa sosiaali- ja terveysalan koulutettu ammattilainen, joka on käynyt lisäkoulutuksen terapeutiksi. Heitä voivat olla esimerkiksi toimintaterapeutit, fysioterapeutit, psykologit tai sairaanhoitajat. (Suomen ratsastusterapeutit 2015.) Suomessa yleisin eläinavusteisen terapian muoto on hevosterapia. Se jaotellaan ratsastusterapiaan, sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan ja vammaisratsastukseen. (Green Care Finland ry 2015a) Ratsastusterapiaa antaa koulutettu ratsastusterapeutti. Ratsastusterapia on diagnoosiin

pohjaavaa tavoitteellista kuntoutusta. (Suomen ratsastusterapeutit 2015) Ratsastusterapeutin pohjakoulutuksesta riippuen terapiassa voidaan keskittyä esim. motorisiin, kognitiivisiin tai pedagogisiin tavoitteisiin (Green Care Finland ry, Eläinavusteisuus). Ratsastusterapiassa ratsastus on pääelementtinä kuntoutuksessa. Hevonen toimii myös emotionaalisten ja psyykkisten taitojen peilinä (Palola 2013, 157-170).

Sosiaalipedagoginen hevostoiminta on sosiaalista kuntoutusta, jossa koko talliympäristö hyödynnetään. Sosiaalipedagogisen toiminnan lähtökohtana on hevosen ja ihmisen vuorovaikutus sekä talliyhteisö. Hevosen avulla yritetään saada asiakas itse oivaltamaan oman hyvinvointinsa elementtejä, joita ovat esimerkiksi henkilökohtainen hygienia ja lepo. (Suomen sosiaalipedagoginen hevostoimintayhdistys ry 2015.) Vammaisratsastus eroaa kahdesta edellisestä, koska se lasketaan vain harrastetoiminnaksi, jossa erityisryhmän tarpeet otetaan huomioon (Green Care Finland ry 2015a).

Koirien käyttö terapiassa ja toiminnassa on myös hyvin yleistä. Virallinen terapiakoira-toiminta on tuotu Suomeen 1990-luvulla Yhdysvalloista (Alasorvari & Hopiavuori 2014, 9). Koira-avusteinen terapia kuten muutkin eläinavusteiset terapiamuodot ovat vasta kehittymässä, ja siksi koirien terapia-käytöstä on tietoa lähinnä yksittäisiltä sosiaali- ja terveysalan ammattilaisilta, jotka ovat ottaneet oman lemmikkinsä työhönsä mukaan. Näitä ammattilaisia ovat esimerkiksi psykologi, erityisopettaja ja fysioterapeutti. (Hoivakoira 2015.) Koira-avusteisessa pedagogiikassa koirat ovat osana koulu- tai päiväkotiyhteisöä. Ne toimivat osana arkea ja tuovat virikkeitä lapsille. Samalla kun lapset hoitavat koiria, he oppivat koirien käytöksestä. Koirilla on todettu olevan myönteisiä vaikutuksia lasten sosiaaliseen, kognitiiviseen ja emotionaaliseen kehitykseen. Ne myös kasvattavat lasten vastuullisuutta. Koiria käytetään paljon myös eläinavusteiseen toimintaan. (Alasorvari & Hopiavuori 2014, 55-84.)

Koira-avusteisesta toiminnasta esimerkkinä on kaverikoira-toiminta, johon koira ja ohjaaja käyvät Suomen Kennelliiton koulutuksen. Kennelliitto on rekisteröinyt Kaverikoira-nimikkeen ja on päässyt AAIL:n (Animal Assisted Intervention International) täysjäseneksi vuonna 2013. Kennelliiton kaverikoirat tunnustetaan työuniformuista, joihin kuuluvat oranssi huivi ja kaverikoiraohjaajan nimikyltti. Kave-



rikoirakot käyvät muun muassa laitoksissa, kouluissa ja tapahtumissa ilahduttamassa ja piristämässä ihmisiä. (Suomen Kennelliitto 2015.) Muita koira-avusteista toimintaa järjestäviä tahoja on useita. Esimerkiksi Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry järjestää koulutusta koira-avusteisesta toiminnasta, soveltuvuustestejä koirakoille sekä edistää koira-avusteista työtä sosiaali-, terveys- ja kasvatusalalla (Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä 2014). Toinen esimerkki on Suomen Karva-Kaverit, jotka käyvät vapaaehtoisina ilahduttamassa ihmisiä laitoksissa, kouluissa, päiväkodeissa ja tapahtumissa (Suomen Karva-Kaverit 2015).

Kissan käyttö terapiassa on Suomessa vielä jokseenkin tutkimatonta. Monet kokevat kissojen kanssa työskentelyn haastavammaksi kuin esimerkiksi koirien tai hevosten, koska kissat ovat omaehtoisempia eläimiä. Toisaalta voidaan nähdä, että kissaa on helpompi kuljettaa terapia- tai toimintapaikkojen välillä kuin joitakin muita eläimiä. Kissoja käytetään muun muassa psykoterapiassa, eläinavusteisessa valmennuksessa ja hoitokotien lemmikkinä. (Salmela 2013a, 101-107.)

Muita Suomessa käytettäviä terapiaeläimiä ovat muun muassa laamat, alpakat, lampaat, linnut ja kalat. Perinteisesti lemmikkieläimiä on käytetty eläinavusteisessa terapiassa ja toiminnassa, mutta viime aikoina on kiinnostuttu enemmän tuotantoeläinten kuten kanojen, lehmien ja lampaiden käytöstä (Lilja & Soini 2014, 14). Lintujen ja kalojen terapiakäyttö keskittyy suurimmaksi osaksi eläinten tarkkailuun, mutta niitä voidaan myös hoitaa tai niiden välisiä suhteita ja käyttäytymistä peilata ihmisiin (Ikäheimo 2013a, 3; Salmela 2013b, 130-133).

Laama- ja alpaka-avusteinen terapia on uusi tulokas Suomen eläinavusteisessa terapiassa. Sille on oma yhdistyksensä ALAT. Yhdistys kouluttaa terapeutteja sekä tekee soveltuvuustestejä terapia-alkoille ja -laamoille. ALAT-terapia on tavoitteellista, seurattua ja raportoitua, ja siinä alpakat tai laamat ovat keskeisessä osassa terapiaa. (ALAT 2015 ; Collin-Kajaala 2013, 116-124.)

On myös huomioitava, että kaikki eläinavusteisessa terapiassa käytettävät eläimet eivät ole terapeuttien tai muiden ammattilaisten omistamia, vaan ne voivat olla myös asiakkaiden eläimiä. Onkin ammattilaisen tehtävä harkita, onko

asiakkaan eläimen ottaminen mukaan hyödyllistä ja tarkoituksenmukaista prosessille. Joillekin asiakkaille oman lemmikin mukaan ottaminen voi olla motivoivaa ja rohkaisevaa ja se voi toimia keskustelun avaajana. Toisaalta joskus lemmikki voi viedä terapian tai toiminnan fokuksen pois ydinasioista. Asiakkaan lemmikin ottaminen osaksi terapiaa vaatii ammattilaiselta tarkkaa tuntemusta eläimen rodusta ja käyttäytymisestä sekä eläimen hyödyntämismahdollisuuksista. (Salmela 2013a, 102-103.)

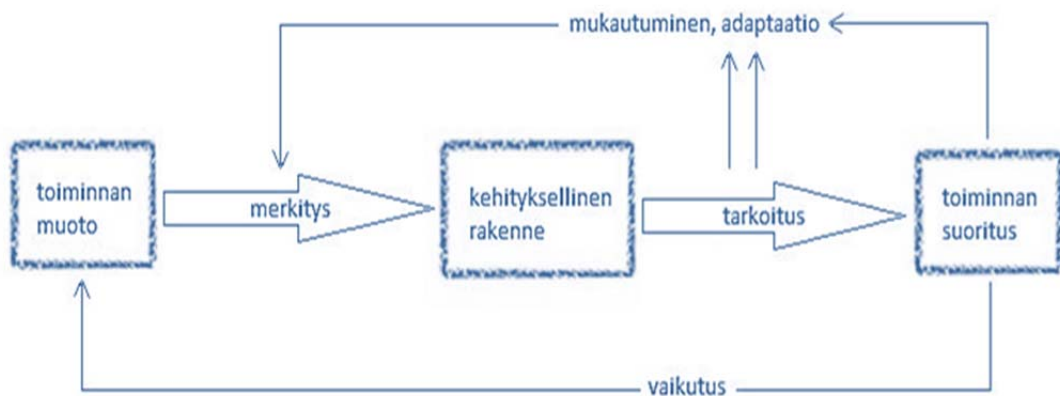
Suomessa eläinavusteista terapiaa kehittävät monet tahot kuten edellä mainitut yhdistykset sekä muun muassa Green Care Finland ry. Green care on luontoon ja maaseutu ympäristöön liittyvää toimintaa, jolla edistetään ihmisten hyvinvointia ja elämälaatua. Green caressa käytetään eläin- ja luontoavusteisia menetelmiä, ja sitä toteuttaa ammattihenkilö, joka toimii tavoitteellisesti, vastuullisesti sekä kuntouttavasti ja/tai ennaltaehkäisevästi. Usein green care -toiminta tapahtuu maatilalla tai muussa luontoympäristössä, mutta toiminnan elementtejä (esim. eläin) voidaan tuoda myös kaupunkiin tai esimerkiksi laitokseen. Green Care Finland ry on toiminut vuodesta 2010 ja sen jäseninä on yrityksiä, organisaatioita ja yksityishenkilöitä. (Green care Finland ry 2015b ; Green Care Finland ry 2014.)

### **3 Eläinavusteinen interventio: Nelsonin toiminnan malli**

Eläinavusteisessa interventiossa eläimet voivat olla osallisina eri tavoin. Eläimet voivat olla terapiatilanteessa havainnoinnin ja katselun kohteina, ne voivat olla tilanteessa läsnä, mutta eivät varsinaisesti toiminnan kohteena, tai terapiaa voidaan tehdä suorassa vuorovaikutuksessa eläinten kanssa (Friedmann 2000, 46). Olipa eläimen rooli minkälainen tahansa, eläinten käyttäminen eläinavusteisessa interventiossa tuo tilanteeseen monenlaisia elementtejä, joita tarkastelemme David L. Nelsonin kehittämän toiminnan analyysimallin, eli Nelsonin toiminnan mallin kautta.

Nelsonin toiminnan mallissa toiminta (occupation) nähdään toiminnan muodon ja toiminnan suorittamisen vuorovaikutuksena (Nelson 1996). Nelsonin toiminnan mallia voidaan käyttää analysoidessa yksilölähtöistä, tietyn toimintatilanteen pohjalta tapahtuvaa toimintaa. Nelson määrittelee toiminnan koostuvan

toiminnan muodosta (occupational form), toiminnan suorituksesta (occupational performance), toimijan kehityksellisestä rakenteesta (developmental structure), toiminnan muodon merkityksestä (meaning) ja tarkoituksesta (purpose) sekä toiminnan suorituksen vaikutuksesta (impact) ja mukautumisesta eli adaptaatiosta (adaptation) (Kuvio1). (Hautala, Hämäläinen, Mäkelä & Rusi-Pyykönen 2013, 152-155; Nelson 1988, 637 .)



Kuvio 1. Nelsonin toiminnan malli (mukailtu Nelson 1996)

### 3.1 Toiminnan muoto

Toiminnan muoto tarkoittaa Nelsonin mallin mukaan objektiivisia, ihmisestä riippumattomia olosuhteita, joissa toiminnan suoritus tapahtuu. Toiminnan muoto on moniulotteinen ja käsittää fyysiset ulottuvuudet, kuten materiaalit ja ympäristön olosuhteet, sekä sosiokulttuuriset ulottuvuudet, kuten kulttuurillisen kontekstin. (Hautala ym. 2013, 153.)

#### Fyysiset ulottuvuudet

Opinnäytetyömme myötä olemme perehtyneet eläinavusteisiin interventioihin, ja keräämämme tiedon ja havaintojemme mukaan olemme yhdistäneet tietoa eläinavusteisten interventioiden fyysisistä ulottuvuuksista. Lemmikkieläinten kanssa tehtävässä eläinavusteisessa interventiossa ympäristö voi olla lähes mikä vain rakennettu tai rakentamaton ympäristö. Osa lemmikkieläimistä on pääasiassa sisätiloissa, jolloin myös eläinavusteinen interventio tapahtuu sisäl-

lä. Tällaisia eläimiä ovat esimerkiksi linnut ja matelijat. Lemmikkieläinten kanssa toimiminen ei vaadi välttämättä suuria tiloja, tarvittavan tilan koko riippuu eläimen kanssa tehtävän toiminnan vaatimuksista. Kuitenkin tilojen tulisi olla sellaiset, että ne on helppo pitää puhtaana. Lemmikkieläinten kanssa tehtävän eläinavusteisen intervention materiaalit vaihtelevat toiminnan mukaan, niitä voivat olla esimerkiksi pallo, harja, talutushihna tai askartelutarvikkeet.

Maatilan eläinten kanssa tehtävässä eläinavusteisessa interventiossa ympäristö on todennäköisimmin maatila tai maaseutu. Maatilan eläinten kanssa työskennellään paljon ulkona, jolloin ympäristönä voi olla esimerkiksi piha, pelto, metsä tai hiekkatie. Interventio voi tapahtua myös sisätiloissa, kuten tallissa tai eläinsuojassa. Maatilan eläinten kanssa toimiminen vaatii tilan, joka kestää likaantumista, sillä likaa voi tulla esimerkiksi sorkkien mukana. Maatilan eläinten kanssa tehtävän eläinavusteisen intervention materiaalit vaihtelevat toiminnan mukaan. Toiminnasta riippuen materiaaleina voi olla esimerkiksi ratsastustarvikkeita, harja, lapio, aitatarvikkeet tai heinäpaalit.

### **Sosiokulttuuriset ulottuvuudet**

Eläinavusteisessa interventiossa ympäristöllä, luonnolla on erityinen osa etenkin maatilan eläinten kanssa toimittaessa. Tekniikan kehityksen myötä ihmisen suhde luontoon on muuttunut: ihminen on etääntynyt luonnosta (Yli-Viikari, Lilja, Heikkilä, Kirveenummi, Kivinen, Partanen, Rantamäki-Lahtinen & Soini 2009, 18). Ekopsykologia on tieteenala, jossa luonnon merkitys ihmiselle nähdään myönteisenä. Ekopsykologiassa ollaan huolissaan luontoyhteyden heikentymisestä, sillä ekopsykologisen näkemyksen mukaan luonnosta vieraantumisella on vaikutusta psyykkisten ongelmien syntymiseen: luontoyhteyden heikentymisen myötä ihmiseltä on usein katkennut yhteys omaan itseensä kokevana ja tuntevana eettisenä toimijana, minkä vuoksi ihminen voi alkaa toimia omaa arvomaailmaansa, tarpeitaan ja toiveitaan vastaan. Tämä näkyy vähitellen esimerkiksi stressinä, uupumuksena ja muuna psyykkisenä oireiluna. Ekopsykologian mukaan luontokokemus voi tarjota mahdollisuuden esimerkiksi pysähtymiseen, palautumiseen, ajatusten selkiytymiseen ja rauhoittumiseen. (Salonen 2005, 13-14.)

Luontoyhteys ei ole kuitenkaan täysin kadonnut, mistä kertoo muun muassa lemmikkieläinten suuri määrä (Yli-Viikari ym. 2009, 18). Lemmikkieläinten kirjo onkin suuri. Ikäheimon mukaan Suomessa on lemmikkieläiminä yli 600 000 rekisteröityä koiraa ja vielä enemmän kissoja. Lisäksi muita eläimiä, kuten hevosia, kaneja, jyrsijöitä, kaloja ja matelijoita, on merkittävä määrä. (Ikäheimo 2013a, 5.)

### **3.2 Toiminnan suoritus**

Toiminnan suoritus on konkreettista näkyvää tekemistä. Joskus se voi kuitenkin olla osittain piilotettua, jos se on esimerkiksi ajatustoimintaa. (Hautala ym. 2013, 153.) Eläinavusteisen terapian sisältö vaihtelee sen mukaan mitä eläimiä terapiassa käytetään, missä ympäristössä terapia tapahtuu, terapian ajallisesta kestosta ja siitä, onko kyseessä yksilö- vai ryhmäterapia (Endenburg & van Lith 2011, 212). Eläimille puhutaan ja niitä hoidetaan esimerkiksi silittämällä, ulkoiluttamalla, harjaamalla tai ruokkimalla, tai niitä katsellaan ja ollaan vain niiden seurassa.

Ratsastusterapiassa ratsastus on kuntoutuksen pääelementti. Ratsastaessa tunto-, tasapaino- ja liikeaistijärjestelmien kautta kulkeva tieto mahdollistaa motoristen taitojen ja valmiuksien harjaantumisen samalla kun asiakkaan hajua-, kuulo- ja näköaisteja stimuloidaan (Suomen ratsastusterapeutit 2015).

Koira voidaan käyttää kuuntelijana ja vuorovaikutuksen elementtinä terapiassa, jossa koira on läsnä, mutta ei tärkeimpänä elementtinä (Ikäheimo 2013b, 135-149). Koira voidaan myös käyttää itse interventiona, esimerkiksi koira voidaan hoitaa, ulkoiluttaa tai sitä voidaan kouluttaa yhdessä asiakkaan kanssa (Alasorvari & Hopiavuori 2014, 55-82). Koiran avulla voidaan myös saada asiakas osittain huomaamattaan harjoittelemaan esimerkiksi motorisia taitoja, kun koira leikitettäessä esimerkiksi pallon heittämisessä asiakkaan täytyy kumartua ottamaan lelu maasta ja käyttää hienomotorisia taitoja leluun tarttumiseen ja heittämiseen (Latvala-Sillman 2013, 202-211).

Kissaa voidaan käyttää aktivoimaan asiakasta esimerkiksi kissaa hoitamalla tai saada hänet pohtimaan kissan avulla oman elämänsä elementtejä, kuten itsensä huolehtimista. Kissaa voidaan käyttää myös koiran tavoin keskustelun helpot-

tamiseksi vaikeista asioista puhuttaessa, kun asiakas voi puhua kissalle terapeutin kuunnellessa. (Salmela 2013a, 101-107.) Eläimet yleensäkin koetaan luotettaviksi, jolloin niille on helppo puhua vaikeista asioista. Siksi terapiassa, ja erityisesti eläinavusteisessa psykoterapiassa, eläimiä käytetään puheen ja kuuntelun välineenä.

Alpakoita ja laamoja voidaan käyttää terapiassa sensorisen integraation, fyysisten tai psyykkisten taitojen ja valmiuksien harjoitteluun. Alpakoiden tai laamojen hoitaminen, silittäminen ja ruokkiminen voivat interventiona stimuloida aistikanavia ja harjoittaa motorisia taitoja. Masentuneilla asiakkailla jo pelkkä eläimen kohtaaminen voi vahvistaa asiakkaan itsetuntoa eläimen huomioidessa hänet. (Collin-Kajaala 2013, 116-124.)

### **3.3 Toimijan kehityksellinen rakenne**

Eläinavusteista terapiaa on käytetty kaikenikäisten henkilöiden kanssa; lasten, nuorten, aikuisten ja ikäihmisten (Endenburg & van Lith 2011, 212). Eläinavusteiset interventiot sopivat monille ihmisille sukupuolesta ja toiminnallisista haasteista riippumatta. Eläinavusteisten interventioiden monipuolisesta asiakaskunnasta kertoo myös ratsastusterapian soveltuvuus: ratsastusterapiaa käytetään mm. masennuksen hoidossa, psykiatrian asiakkaiden tunnettyöskentelyssä, huumevieroituksen apuna, aikuisneurologiassa, MS-tautia sairastavan kuntoutuksessa, halvaantuneen kuntoutuksessa, autismin kirjon sekä oppimis- ja kehityshäiriöisten lasten kanssa (Mattila-Rautiainen 2011, 175, 191, 208, 226, 232, 248, 331 ja 347). Eläinavusteinen interventio, kuten toimintaterapia ylipäätään, on aina asiakaslähtöistä, asiakkaan tarpeiden ja tavoitteiden mukaan räätälöityä (Hautala ym. 2013, 89).

Eläinavusteisen intervention soveltuvuuteen vaikuttaa asiakkaan suhtautuminen eläimiin. Jokaisella on omat henkilökohtaiset kokemuksensa eläimiin liittyen, mikä vaikuttaa siihen, sopivatko eläinavusteiset interventiot hänelle. Friedmanin mukaan eri eläinlajeilla voi olla erilaisia vaikutuksia ihmisen terveyteen. Eri eläinlajien vaikutukset yksilön terveyteen pohjautuvat yksilön aikaisempiin suoriin ja epäsuoriin kokemuksiin eläimistä, sekä käsityksiin, toiveisiin ja pelkoihin, mitä yksilöllä voi olla tiettyjä eläinlajeja kohtaan. Ei voi olettaa, että kaikki eläi-

met saavat aikaan samanlaisia vasteita eri ihmisissä. Se, tulkitseeko henkilö eläimen turvallisena vai vaarallisena, voi riippua henkilön aikaisemmin oppimasta sekä henkilökohtaisista kokemuksista. Friedmannin mukaan henkilöiden vasteet eläinavusteisessa terapiassa eri eläinlajien kanssa vaihtelevat sen mukaan, millaiset mielipiteet henkilöllä on erityyppisistä eläimistä. (Friedmann 2000, 54-55.) Lisäksi eläinavusteisen intervention soveltuvuuteen vaikuttaa henkilön mahdollinen eläinallergia.

### **3.4 Merkitys**

Nelsonin mukaan toiminnan muodon merkitys on tekijä, joka saa ihmisen toimimaan. Merkitys on yksilöllinen ja se riippuu ihmisen kehityksellisestä rakenteesta. Merkitys on ihmisen tulkinta toiminnan muodosta. Nelsonin mukaan jokainen toiminnan suoritus voi synnyttää uusia merkityksiä. (Hautala ym. 2013, 154.)

Eläinavusteisessa interventiossa toiminnan merkityksen taustalla voi olla Edward O. Wilsonin tutkimus biophilia-teoria (eng. biophilia hypothesis), jonka mukaan ihmiset omaavat synnynnäisen, luontaisen taipumuksen hakea yhteyksiä luonnon ja muiden elämänmuotojen kanssa (Rodgers 2015). Ihmisillä on näin ollen taipumus kohdistaa huomionsa eläimiin ja muihin eläviin olentoihin ja viehättyä niistä. Eläinten tarkkailemisella on ollut vaikutusta ihmisten evoluutiolle, sillä eläinten käyttäytymistä tarkkailemalla ihminen on tulkinnut ympäristössään tapahtuvia muutoksia vaarojen osalta ja näin ihmisen selviytymismahdollisuudet ovat parantuneet. Eläimet ovat ihmisille nykyään miellyttävä tarkkailun kohde, joilla on rauhoittava ja rentouttava vaikutus. (O’Haire 2010, 227.)

Eläinavusteisen interventiossa eläimet saavat ihmisen toimimaan, sillä eläimillä on todistettu olevan positiivinen vaikutus ihmisten motivaatioon toimintaa kohtaan. Esimerkiksi lemmikkieläimet motivoivat suuresti lapsia oppimaan. Lapset oppivat enemmän, kun he ovat emotionaalisesti kiinnostuneita aiheesta. Lisäksi lasten oppiminen on optimaalista silloin, kun sillä on merkityksellinen yhteys. Lemmikkieläimiä sekä delfiinejä onkin käytetty lasten oppimisen motivoimisessa. Nathanson ja kumppanit (1997) totesivat, että ihmiset, joilla oli vakavia keskittymisen ongelmia, pystyivät keskittymään paremmin, kun he työskentelivät

delfiiniä kanssa. Henkilöt olivat kiinnostuneita delfiineistä ja he olivat motivoituneita, koska heidät palkittiin sillä, että he pääsivät uimaan ja leikkimään delfiiniä kanssa. (Endenburg & van Lith 2011, 211.)

Eläinten lisäämä motivaatio lienee osasyys myös seuraavien tutkimusten tuloksiin. Herbert ja Greene (2001) tutkivat lemmikkieläinten vaikutusta fyysiseen kuntoutumiseen. Tutkimuksessa kävi ilmi, että tuetun asumisyksikön ikäihmiset kävelivät pidemmälle koiran kanssa kuin ilman koiraa. Connor ja Miller (2000) tutkivat lemmikkieläinten vierailun vaikutuksia tehohoidon osastolla, ja totesivat, että eläinavusteinen terapia lisäsi potilaiden liikelaajuuksia, voimaa ja tasapainoa. Lisäksi eläinavusteinen terapia rauhoitti potilaita ja lisäsi heidän tajuntansa, kognitiota. (Velde ym. 2005, 44.) Bergetin ja Braastadin tutkimuksessa (1989) kävi ilmi, että interventio maatilan eläinten kanssa auttoi kehitysvammaisia kehittämään sietokykyään ja vastuuntuntoa (Berget, Ekeberg & Braastad 2008, 576).

Eläimet luovat turvallisuudentunnetta, mikä voi olla yksi syy, joka saa ihmisen toimimaan. Ihmiset arvioivat useimmat tilanteet turvallisemmiksi ja hyvätuntoisemmiksi silloin, kun eläin on läsnä tilanteessa (Ikäheimo 2013a, 6). Eläinten tarjoama turvallinen ja lämmin ilmapiiri voi itsessään olla terapeutti ja auttaa asiakasta hyväksymään hänelle suunnatun intervention (Endenburg & van Lith 2011, 212).

Koska merkitys on yksilöllinen, ihmisen oma tulkinta, voi eläinavusteiselle terapialle olla monia muitakin merkityksiä kuin taipumus, motivointi ja turvallisuus. Muita merkityksiä voivat olla esimerkiksi oman olemassaolon tarpeellisuuden kokeminen antamalla intervention ohessa toiselle elävälle olennolle hoivaa ja huolenpitoa, yhteyden tunteminen eläimen kanssa tai myötätunto eläintä kohtaan.

### **3.5 Tarkoitus**

Toiminnan tarkoituksella tarkoitetaan toiminnan tavoitetta tai päämäärää, se mihin toiminnalla pyritään. Se on aina yksilöllinen. Samalla toiminnalla voi olla yhtä aikaa useita päämääriä. (Hautala ym. 2013, 154.)



Eläimien avulla pystytään kuntouttamaan asiakkaita hyvin monipuolisesti. Terapian tavoitteena voi olla niin motorinen, psyykkinen, fyysinen kuin kognitiivinenkin kuntoutuminen. Terapian tavoite riippuu asiakkaan tarpeista ja terapeutin koulutuksesta. Esimerkiksi lapsilla alpakat ja laamat ovat hyviä terapiaeläimiä harjoittamaan sosiaalisia taitoja, tunteiden hallintaa ja kärsivällisyyttä. Alpakat ja laamat ovat luonteeltaan eläimiä, jotka säikähtävät ja pakenevat nopeasti aggressiivista tai nopeaa käytöstä, mutta ne ovat uteliaita eläimiä, jotka palaavat myös nopeasti takaisin. Tällöin lapsi saa palautetta käytöksestään, mutta saa myös uusia mahdollisuuksia. (Collin-Kajaala 2013, 116-124.)

Ratsastusterapiassa vuorovaikutustaitojen harjoittaminen hevosen ja ratsastajan välillä on yksi terapian päätehtävistä. Ratsastusterapia voi olla yksilöterapiaa, jossa ovat läsnä vain hevonen, asiakas ja terapeutti, mutta sitä voidaan toteuttaa myös ryhmässä tai perheenä. Ryhmäterapiassa asiakkaan vuorovaikutustaidot kehittyvät hevosen lisäksi myös muiden terapiaan osallistuvien kanssa. (Palola 2013, 157-170.)

### **3.6 Adaptaatio**

Nelsonin toiminnan mallissa adaptaatio tarkoittaa kaikkea sitä mukautumista, mitä ihmiselle tapahtuu toiminnan suorituksen seurauksena. Adaptaatio muokuttaa ihmisen kehityksellistä rakennetta. (Hautala ym. 2013, 154-155.)

Adaptaatio kattaa pitkälti eläinten ihmisille tuomat terveys- ja hyvinvointivaikutukset. Jotta pystytään ymmärtämään eläimien vaikutuksia ihmisen terveyteen ja hyvinvointiin, on ensin määriteltävä se, mitä on terveys ja hyvinvointi.

#### **Terveys ja hyvinvointi**

Terveys on käsitteenä laaja, ja sille onkin monenlaisia määritelmiä erilaisista näkökulmista. Maailman terveysjärjestön WHO:n määritelmän (1984) mukaan terveys on täydellinen fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tila, ei pelkästään sairauden tai vaivan puuttuminen. Maailman terveysjärjestön Ottawan asiakirjassa (1986) terveys määritetään jokapäiväisen elämän voimavarana, ei elämän päämääränä. Siten terveys nähdään positiivisena käsitteenä, joka

korostaa sosiaalisia ja henkilökohtaisia voimavaroja sekä fyysistä toimintakykyä. (Maailman terveysjärjestö 2015.)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen mukaan hyvinvointi on moniulotteinen käsite, eivätkä tutkijatkaan ole yksimielisiä siitä, mitä hyvinvoinnilla tarkoitetaan. Hyvinvoinnin mittaaminen on tämän vuoksi vaikeaa. Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen mukaan hyvinvointi voi viitata joko yhteisölliseen tai yksilölliseen tasoon. Yhteisötasolla hyvinvointi käsittää muun muassa elinolot, työllisyyden, työolot ja toimeentulon. Pohjoismaisessa hyvinvointitutkimuksessa yksilöllisellä tasolla on usein käsitelty hyvinvointia kolmen ulottuvuuden kautta, jotka ovat elintaso, sosiaaliset suhteet tai psykososiaalinen hyvinvointi sekä itsensä toteuttaminen tai mielekäs tekeminen. Suomalaisen sosiologin Erik Allardtin (1993) mukaan hyvinvoinnin ulottuvuudet ovat englanniksi Having, Loving, Being, viimeisimmän ulottuvuuden Being alakohtana on vielä käsite Doing. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2015a ; Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2015b.) Having viittaa elinoloihin: asumiseen, työllisyyteen, toimeentuloon, työoloihin, terveyteen ja koulutukseen. Loving viittaa ystävyyssuhteisiin, joita ovat perhe, sukulaiset, ystävät ja yhteisö. Being puolestaan viittaa osallistumiseen omaa ja yhteistä elämää koskeviin toimiin ja päätöksiin, sekä mahdollisuuteen osallistua vapaa-ajan toimintaan. Doing tarkoittaa mielekkyyttä nauttia työstä ja luonnosta. (Airaksinen 2014, 15.)

### **Eläinten tuomat terveys- ja hyvinvointivaikutukset**

Useissa tutkimuksissa on käsitelty lemmikkieläinten tuomia terveys- ja hyvinvointivaikutuksia, mutta myös maatilan eläimillä on tutkittu olevan samankaltaisia vaikutuksia ihmiselle. Esittelemme tässä useimmin esille tulleita vaikutuksia, jotka voivat olla henkilöstä ja toiminnasta riippuen eläinavusteisen intervention aikaansaamaa adaptaatiota.

Useista tutkimuksista käy ilmi, että eläimillä on ihmisiin rauhoittava ja ahdistusta vähentävä vaikutus. Koiran hoitaminen edistää rentoutumista, mikä näkyy mm. verenpaineen laskemisena (Velde 2005, 44). Eläinten kanssa vuorovaikutuksessa olevilla potilailla on todettu monia fysiologisia ja psyykkisiä hyötyjä vuorovaikutuksen aikana. Näitä ovat erityisesti verenpaineen, sykkeen ja stressitason

laskeminen. Lisäksi eläimillä on todettu olevan ahdistusta vähentävä vaikutus. (Stanley-Hermanns 2002, 69-76.) Norjalaisessa tutkimuksessa vuonna 2004 Berget ja kumppanit saivat tulokseksi, että maatalaeläimet vaikuttivat positiivisesti ahdistukseen, masennukseen ja itsetuntoon (Berget ym. 2008, 577).

Ei vain eläinten kanssa suorassa vuorovaikutuksessa oleminen, vaan myös eläinten läsnäolo ja tarkkaileminen tuovat samankaltaisia vaikutuksia. Esimerkiksi kala-akvaarioita on hammaslääkärien tiloissa ja kouluissa. Beckin ja Katcherin tutkimuksessa todettiin, että akvaariossa uivien kalojen katseleminen vähentää ahdistusta ja tekee olostani miellyttävämmän, tätä on verrattu meditaatioon. Tämä voi vähentää esimerkiksi hammaslääkärikäyntiin mahdollisesti liittyvää jännitystä. (Ikäheimo 2013a, 6.)

Sosiaalisen tuen puute on suuri riskitekijä fyysisten ja psyykkisten ongelmien syntymiselle (O'Haire 2010, 228). Ihmisen ja eläimen välistä vuorovaikutusta tutkiva tieteenalan (Human-Animal Interaction, HAI) sosiaalisen tuen teorian (eng. social support theory) mukaan eläimet voivat lisätä sosiaalista tukea sekä suoraan olemalla hyvän olon, lohdun ja mielihyvän lähde, että epäsuoraan, helpottamalla ihmisten välistä vuorovaikutusta. (O'Haire, McKenzie, McCune & Slaughter 2013, 446.) Tästä syystä lemmikkejä voidaankin pitää jäänmurtajina ja sosiaalisena liukasteena. Eläinten positiivinen vaikutus ihmisten väliseen vuorovaikutukseen voi näkyä eri tavoin. McHargin tutkimuksessa (1995) Australiassa 58 % lemmikkieläinten omistajista oli tutustunut uusiin ihmisiin ja saanut uusia ystäviä lemmikkinsä kautta. McCardle ja kumppanit toteavat, että jopa 84 % koiransa kanssa ulkoilevista ihmisistä on jutellut toisten lemmikkinsä kanssa ulkoilleiden kanssa kävelylenkin aikana (Ikäheimo 2013a, 6). Lemmit siis helpottavat sosiaalisen verkoston laajentumista madaltamalla kynnystä tutustua uusiin ihmisiin.

Eläinten positiivinen vaikutus ihmisten väliseen vuorovaikutukseen on nähtävissä myös Chinnerin ja Dazielin (1991) tutkimuksessa. Tutkimuksessa kävi ilmi, että koiran vierailu hoivakodissa saattohoidossa olevien asukkaiden luona lisäsi potilaan ja henkilökunnan vuorovaikutusta sekä potilaan ja vierailijoiden välistä suhdetta, ja tarjosi hetkellistä onnea, hyvää oloa ja viihdykettä. (Velde ym. 2005, 44.)

Eläimillä on yksinäisyyttä lievittävä vaikutus. Sablen (1995) mukaan lemmikkieläimet vähentävät yksinäisyyttä ja edistävät hyvinvoinnin tunnetta. Eläinten tarjoama sosiaalinen tuki on menestyksestä siksi, että eläimet ovat jatkuvasti saatavilla, ja että eläimet eivät tuomitse, vaan tarjoavat rajoittamatonta rakkautta. Näistä syistä ihmiset muodostavat vahvoja siteitä eläinten kanssa. (O’Haire 2010, 228.)

Sosiaalisen tuen lisäksi lemmikkieläimillä näyttää olevan vaikutusta sosiaalisten taitojen kehittymiselle, mikä sinänsä edistää sosiaalisen verkoston ja tuen kasvamista. Guttmanin (1984) tutkimuksessa ilmeni, että lemmikkieläimen omistavat pojat olivat parempia tulkitsemaan non-verbaalista viestintää, ja näin ollen heidän kommunikointitaitonsa olivat paremmat kuin pojilla, joilla ei ollut lemmikkieläintä. Kotschalin ja Ortbauerin (2003) tutkimuksessa pidettiin eläimiä, lähinnä koiria läsnä koululuokassa, jolloin opettajat kertoivat luokassa tapahtuneen enemmän sosiaalista integraatiota ja aggressiivisuuden vähentymistä. (Endenburg & van Lith 2011, 210-211.)

Eläimillä on todettu olevan vaikutusta ihmisen tunne-elämään. Wilksin (1999) mukaan lemmikkieläimet vaikuttavat lapsen emotionaaliseen kehitykseen etenkin itsetunnon, itsenäisyyden ja empatian osalta. Bergesenin (1989) 9 kuukautta kestäneessä tutkimuksessa pidettiin lemmikkieläimiä koululuokassa ja tutkittiin niiden vaikutuksia. Bergesenin totesi, että lapsien itsetunto kasvoi merkittävästi. (Endenburg & van Lith 2011, 210.) Eläinavusteisella terapialla on todettu olevan yhteys itsekunnioituksen lisääntymiseen. Eläinavusteinen terapia myös edistää muuttuneeseen kehonkuvaan sopeutumista (Stanley-Hermanns 2002, 69-76). Allenin ja kumppaneiden tutkimuksessa kävi ilmi, että HIViä tai AIDSia sairastaville lemmikkieläintenomistajille heidän lemmikkinsä tarjoavat sosiaalista tukea ja syyn kestää vaikeaa sairautta (Velde ym. 2005, 44).

#### **4 Opinnäytetyön tarkoitus ja tehtävät**

Opinnäytetyömme tarkoituksena on kuvata asiakkaiden kokemuksia osallistumisesta toimintaterapeuttien tekemään eläinavusteiseen terapiaan, jossa eläiminä on käytetty joko lemmikkieläimiä tai maatilan eläimiä sekä kuvata eläinavusteista toimintaterapiaa.

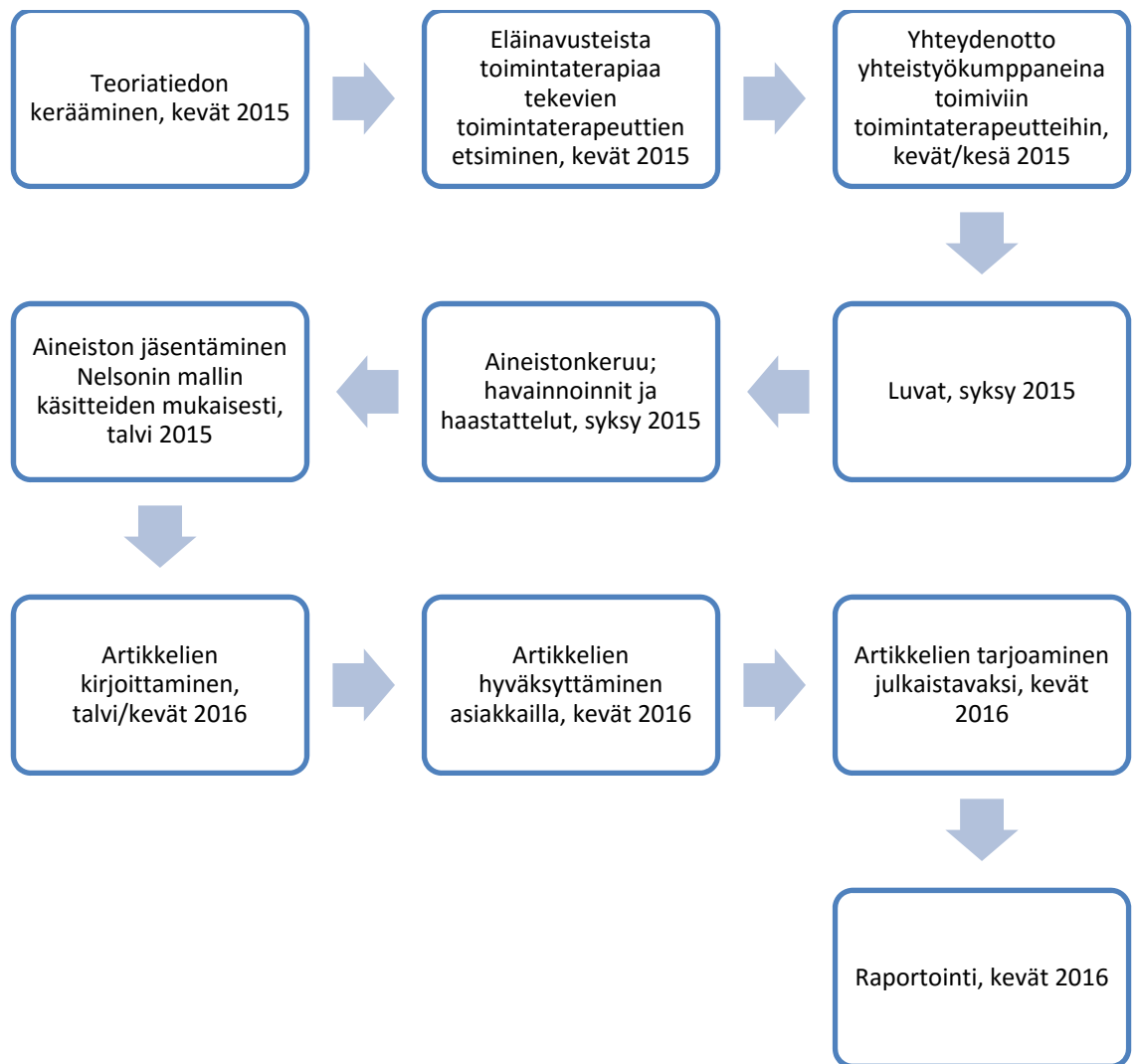
Opinnäytetyömme tehtävinä ovat:

1. Kirjoittaa kolme julkaistavaa artikkelia, joissa kuvaamme asiakkaiden näkemyksiä ja kokemuksia eläinavusteiseen toimintaterapiaan osallistumisesta.
2. Kuvata eläinavusteista toimintaterapiaa Nelsonin toiminnan mallin kautta.

## 5 Opinnäytetyön toteutus

Aloitimme opinnäytetyön tekemisen kartoittamalla sitä, onko aiheeseen liittyen jo tehty opinnäytetöitä tai muita tutkimuksia. Löysimme Elsa Saukon ja Martina Warsellin opinnäytetyön nimeltä *”Tos tulee enemmän sitä elämisen makuu” – Maatila toimintaterapian ympäristönä*, jossa ehdotettiin jatkotutkimusaiheeksi asiakkaan kokemusten kuvaamista maatilán käytöstä toimintaterapian ympäristönä. Mielestämme tämä oli kiinnostava jatkotutkimusaihe ja lähdimme sen pohjalta suunnittelemaan opinnäytetyötämme. Halusimme ottaa työhömmme hieman laajemman perspektiivin, jossa kuvaisimme asiakkaiden kokemuksia eläinavusteisesta toimintaterapiasta. Tässä rajauksessamme toimintaterapiassa käytettävä eläin voi olla maatilaneläin, kuten hevonen tai lemmikkieläin, kuten koira. Näin saisimme paremmin esille eläinavusteisen toimintaterapian monimuotoisuutta.

Opinnäytetyön toteuttaminen kolmen artikkelin sarjana kiinnosti meitä kumpaaikin, sillä pidämme kirjoittamisesta ja julkaistavien artikkelien kirjoittaminen tuntui meistä erittäin motivoivalta. Lisäksi motivaatiota nosti tieto siitä, että julkaistavien artikkelien kautta voisimme saada aiheitamme laajemmin esille suomalaisten keskuuteen. Halusimme opinnäytetyömme kautta lisätä eläinavusteisen toimintaterapian ja yleisemminkin toimintaterapian tunnettavuutta, mikä toteutuu mielestämme parhaiten silloin, kun viemme tietoa ihmisten saavutettaville esimerkiksi aikakauslehtien sivuille. Mielestämme asiakkaiden kokemusten kuvaaminen eläinavusteisesta toimintaterapiasta sopi hyvin toteutettavaksi kolmen artikkelin sarjana. Asiakkaiden kokemuksista saisi mielenkiintoista aineistoa artikkeleihin, joka voi kiinnostaa monenikäisiä ja erilaisista taustoista tulevia lukijoita.



Kuvio 2. Opinnäytetyöprosessin kulku

Opinnäytetyöprosessimme kulun esittelemme Kuviossa 2. Keräsimme teoriatietoa eläinten tuomista hyvinvointivaikutuksista. Keräsimme tietoa tutkimusartikkeleista sekä internetistä ja kirjallisuudesta. Samalla kartoitimme internetin avulla Suomessa toimivia toimintaterapeutteja, jotka käyttävät eläimiä työssään. Valikoimme näistä neljä, joihin otimme yhteyttä sähköpostitse ja puhelimitse kevään ja kesän 2015 aikana. Lopulta opinnäytetyömme yhteistyökumppaneiksi osallistui kolme toimintaterapeuttia: yksi ratsastusterapiaa ohjaava toimintaterapeutti, yksi alpakka- ja laama-avusteista toimintaterapiaa ohjaava toimintaterapeutti ja yksi koira-avusteista toimintaterapiaa ohjaava toimintaterapeutti.

## 5.1 Yhteistyökumppanit

### Toimintaterapia Huiske, koira

Toimintaterapia Huiske on Hanna-Leena Niirasen vuonna 2009 perustama yksityinen toimintaterapiayritys Klaukkalassa. Huiske tarjoaa lasten ja nuorten toimintaterapiaa, yksilöllistä terapiaa, ohjausta, neuvontaa sekä sosiaali-, terveys- ja kuntoutusalan luennointia ja koulutusta. Huiskeen erikoisosaamisaluetta ovat lastenneurologia, neuropsykiatriset haasteet, kehitysvammaisuus, käytöshäiriöt sekä autismin kirjon kuntoutus. Huiske tarjoaa myös koira-avusteista toimintaterapiaa, jossa terapiakoirana toimii Lagotto Romagnolo narttu Tosca. (Toimintaterapia Huiske 2015.)

### **Toimintaterapeutti Joyce Collin-Kajaala, alpakat ja laamat**

Toimintaterapeutti Joyce Collin-Kajaala tekee eläinavusteista toimintaterapiaa ja käyttää työssään alpakoita ja laamoja, ainoana toimintaterapeutina Suomessa. Joyce työskentelee Hattulassa yhteistyössä Ylitalon alpakoiden ja laamojen kasvattajan Pirkko Kivikarin kanssa. (Ylitalon alpakat ja laamat 2015) Asiakkaiden ikähaitari on alakouluikäisistä lapsista ikäihmisiin. Heillä voi olla psyykkisiä, neurologisia, fyysisiä ja geriatria toimintakyvyn rajoitteita.

### **Toimintaterapeutti Sari Naukkarinen ja hevoset**

Sari Naukkarinen on Sulkavalla työskentelevä toiminta- ja ratsastusterapeutti. Hänellä on toiminimi Toiminta- ja ratsastusterapia S Naukkarinen. Toimintaterapeutin ammatin lisäksi Sari lisäkoulutautui Ypäjän Hevosopistossa ratsastusterapeutiksi vuonna 2009. Sari pitää ratsastusterapiaa kotitilallaan Sulkavalla idyllisessä maalaisympäristössä. Sarin asiakkaat ovat fyysiseltä toimintakyvyltään rajoittuneita lapsia sekä aikuisia.

Kukin yhteistyökumppanimme toimiva toimintaterapeutti valitsi omista asiakkaistaan yhden, joka toimintaterapeutin näkemyksen ja kokemuksen mukaan soveltuisi opinnäytetyöhömme. Emme halunneet rajata asiakkaita iän, sukupuolen emmekä toiminnallisten haasteiden mukaan, koska saisimme mielestämme näin kokonaisvaltaisemman käsityksen asiakkaiden kokemuksista. Lisäksi näkemyksemme on, että eläinten vaikutukset ihmiseen ovat pitkälti samankaltaisia riippumatta eläimestä tai ihmisen taustoista. Terapeuttien valitsemia asiakkaita tapasimme syksyn 2015 aikana, kun kävimme havainnoimassa heidän eläinavusteista toimintaterapiaansa ja haastattelemassa heitä.

## 5.2 Aineistonkeruu

Keräsimme aineistoa havainnoinnin ja haastattelun avulla syksyllä 2015. Kävimme jokaisen yhteistyökumppanimme luona havainnoimassa yhden asiakkaan kanssa tehtävää eläinavusteista toimintaterapiaa. Jokaisen havainnoinnin jälkeen haastattelimme asiakasta.

Ensimmäisenä kävimme toiminta- ja ratsastusterapeutti Sari Naukkarisen luona Sulkavalla syyskuussa 2015. Sarin asiakkaana oli tuolloin 19-vuotias tyttö, jolla on CP-hemiplegia. Tapaamisen aluksi keskustelimme tytön ja hänen äitinsä kanssa opinnäytetyön eettisistä näkökohdista, kuten luvista. Tämän jälkeen Sari ohjasi tytölle ratsastusterapiaa, jota havainnoimme. Terapiatilanteessa oli mukana myös terapia-avustaja. Sarin ja terapia-avustajan työnjako oli sellainen, että Sari keskittyi asiakkaaseen ja terapian toteuttamiseen, kun taas terapia-avustaja huolehti hevosen käsittelemisestä ratsastamisen aikana. Terapiatilanteen jälkeen haastattelimme tyttöä.

Jaoimme työskentelyä ajallisten resurssien ja pitkien välimatkojen vuoksi siten, että emme käyneet yhdessä kahden muun yhteistyökumppanin luona. Elina kävi Hattulassa toimintaterapeutti Joyce Collin-Kajaalan luona lokakuussa 2015. Tuolloin Joycen asiakkaana oli 10-vuotias poika, jolla on useita neuropsykiatrisia erityisvaikeuksia, kuten Aspergerin oireyhtymä, ja pakko-oireita. Elina havainnoi Joycen pojalle ohjaamaa alpakka- ja laama-avusteista toimintaterapiaa. Terapiatilanteessa oli mukana myös Pirkko Kivikari, alpakoiden ja laamojen kasvattaja, joka avusti Joycea terapian aikana. Joycen ja Pirkon työnjako oli sellainen, että Joyce huolehti asiakkaasta ja toimintaterapian tavoitteellisesta toteutumisesta ja Pirkko puolestaan keskittyi eläinten käsittelyyn. Terapiatilanteen päätyttyä Elina haastatteli poikaa ja hänen äitiään. Pojan äiti osallistui haastatteluun, sillä pojan itsensä oli hieman vaikea tuottaa vastauksia kaikkiin kysymyksiin.

Anna-Maaria kävi Toimintaterapia Huiskeessa Hanna-Leena Niirasen luona Klaukkalassa lokakuussa 2015. Toimintaterapeutti Hanna-Leenalla oli asiakkaana tuolloin 8-vuotias tyttö, jolla on CP-hemiplegia. Anna-Maaria havainnoi



koira-avusteista terapiatilannetta Toimintaterapia Huiskeen terapiatiloissa. Terapian jälkeen tehtiin haastattelu, jossa Hanna-Leena oli mukana.

Teimme muistiinpanoja havainnointien ja haastattelujen aikana. Havainnoinnin, haastattelun ja muistiinpanojen laatimisen tukena käytimme Nelsonin mallin pohjalta laatimamme havainnointi- ja haastattelurunkoja (Liitteet 1 ja 2). Otimme terapiatilanteista valokuvia artikkeleita varten.

### **5.2.1 Havainnointi**

Havainnointi on aineistonkeräysmenetelmä, jossa tutkija tarvitsee kaikkia aistiaan tehdessään havaintoja tutkimastaan ilmiöstä. Usein havainnointiin liittyy tutkijan osallistuminen havainnoitavaan tilanteeseen. (Grönfors 2015, 146, 152.) Tässä opinnäytetyössämme toteutimme havainnoinnin siten, ettemme osallistuneet havainnoitavaan toimintaan tai terapiaan, vaan toimimme pelkinä havainnoijina. Näin havainnoitava tilanne oli lähempänä luonnollista terapiatilannetta ja miellyttävämpi asiakkaan näkökulmasta, kun tilanteeseen osallistuivat vain asiakas, terapeutti ja eläin/eläimet. Asiakkaat eivät tunteneet meitä ennalta, joten heidän olisi voinut olla vaikeaa ryhtyä toimimaan kanssamme, mikäli olisimme osallistuneet tilanteeseen.

Grönforsin mukaan havainnointi kytkee saadun tiedon sen kontekstiin, sillä havainnoimalla asiat nähdään niiden oikeissa yhteyksissä (Grönfors 2015, 149). Näin ollen havainnointi onkin tärkeä menetelmä aineistoa kerätessämme, sillä se tuo arvokasta lisätietoa siihen, mitä olettamuksia meillä on eläinavusteisen toimintaterapiaan liittyen. Havainnointi on myös ainut käyttökelpoinen menetelmä, kun halutaan saada monipuolista tietoa ja yksityiskohtia tutkittavasta ilmiöstä (Grönfors 2015, 150). Havainnoinnin kautta pääsimme konkreettisesti näkemään asiakkaan ja eläimen välistä vuorovaikutusta, asiakkaan non-verbaalista viestintää ilmeiden, eleiden, asennon ja käytöksen kautta sekä asiakkaan verbaalista viestintää sanojen, äännähdyksien ja äänenpainon kautta. Tällöin mahdollistui laajan kokonaiskäsitelmän saaminen asiakkaan kokemuksista. Havainnoimme systemaattisesti ja teimme havainnoinnin aikana muistiinpanoja laatimamme havainnointirungon avulla. Havainnoinnin kautta keräämme tietoa

etenkin Nelsonin toiminnan mallin käsitteiden mukaisesti toiminnan muodosta ja vaikutuksesta sekä toiminnan suorituksesta.

### **5.2.2 Haastattelu**

Teemahaastattelu eli puolistrukturoitu haastattelu tarkoittaa menetelmää, jossa haastattelu etenee tiettyjen ennalta päätettyjen teemojen ja niihin liittyvien tarkentavien kysymyksen mukaisesti. Teemat perustuvat tutkimuksen viitekehykseen. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 75.) Teemahaastattelujen etu on siinä, että kerättävä aineisto rakentuu aidosti haastateltavan henkilön kokemuksista käsin. Tutkijan etukäteen suunnittelemat ja tietämät vastausvaihtoehdot eivät rajaa kertyvää aineistoa. Mutta silti tutkijan etukäteen valitsemat teemat sitovat aineiston käsillä olevaan tutkimusongelmaan. (Virsta Virtual Statistiks 2015.) Teemahaastattelusta on eritahoilla hieman erilaisia näkemyksiä ja käsitys siitä, pitääkö kysymykset esittää kaikille haastateltaville samassa järjestyksessä samalla tavalla, vaihtelee. Vaihteluväli on strukturoidusta haastattelusta avoimeen haastatteluun. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 75.)

Haastattelun avulla selvitimme mahdollisimman monipuolisesti asiakkaiden omia näkemyksiä ja kokemuksia eläinavusteisesta toimintaterapiasta. Valitsimme haastattelun tyyliksi avoimeen haastatteluun suuntaavan teemahaastattelun ja vaihtelimme kysymyksen esittämistyyliä hieman asiakkaan kykyjen mukaan. Näin emme rajanneet asiakkaan kertomaa tai ohjanneet sitä liikaa. Haastattelut toteutettiin yksilöhaastatteluina kasvotusten. Haastattelun aikana käytimme apuna haastattelurunkoa ja teimme muistiinpanoja. Haastattelussa keskityimme Nelsonin toiminnan mallin käsitteistä merkitykseen, tarkoitukseen, toiminnan suoritukseen ja muotoon sekä adaptaatioon haastattelurungon mukaisesti.

### **5.3 Aineiston analyysi**

Keräämäämme aineistoa analysoimme Nelsonin toiminnan mallin mukaisesti. Jäsensimme saamaamme tietoa Nelsonin toiminnan mallin käsitteiden kautta. Hyödynsimme aineiston analyysissä Nelsonin mallin pohjalta laatimamme havainnointi- ja haastattelurunkoja. Esittelemme analyysin tuloksia seuraavassa luvussa 6. Aineiston analyysin pohjalta kirjoitimme kolme artikkelia, yhden kun-

kin asiakkaan tapaamisesta, minkä lisäksi kuvasimme eläinavusteista toimintaterapiaa Nelsonin toiminnan mallin käsitteiden kautta.

#### **5.4 Eettiset näkökohdat**

Tutkimusetiikan periaatteita ovat haitan välttäminen, ihmisoikeuksien kunnioittaminen, oikeudenmukaisuus sekä rehellisyys, luottamus ja kunnioitus (Kylmä & Juvakka 2007, 147). Aineiston hankintaan liittyy eettinen kysymys tutkimukseen osallistuvien henkilöiden aseman huomioimisesta. Opinnäytetyössämme keskityimme osallistujien henkilökohtaisiin kokemuksiin eläinavusteisesta terapiasta, jonka taustalla ovat henkilön toiminnalliset ongelmat ja rajoitteet. Näihin aihepiireihin voi liittyä myös arkaluontoisia asioita, joten pyrimme opinnäytetyön aikana ottamaan tämän huomioon esimerkiksi haastattelukysymysten asettelussa. Suhtauduimme osallistujiin ja heidän tuottamaan tietoon luottamuksellisesti, kunnioittavasti ja rehellisesti. Opinnäytetyöhömmme osallistuvilta toimintaterapeuteilta ja sekä heidän asiakkailtaan tarvittiin suostumus osallistumisesta opinnäytetyöhömmme sekä luvat nimen ja kuvien käyttämiseen. Nämä luvat pyysimme osallistujilta kirjallisella suostumuslomakkeella, joka toimitettiin osallistujille saatekirjeen ohessa (Liitteet 3 ja 4). Tämän lisäksi teimme yhteistyökumppaniemme kanssa yhteistyösopimukset opinnäytetyöhön osallistumisesta.

Pyrimme minimoimaan opinnäytetyöhön osallistumisesta mahdollisesti aiheutuvan haitan mm. menemällä tekemään haastattelua ja havainnointia osallistujien luokse paikkaan, jossa heidän eläinavusteinen terapiansa tapahtui. Opinnäytetyöhön osallistumisesta oli osallistujille myös hyötyä. Osallistujat pääsivät kertoamaan oman tarinansa ja kokemuksensa. Tämä voi auttaa heitä ymmärtämään omaa tilannettaan, mutta heidän opinnäytetyöllemme antama tieto myös laajentaa muiden kanssaihmisten ymmärrystä, kun tuomme eläinavusteisuuden hyötyjä ja kokemuksia esille artikkeleissamme.

Opinnäytetyöstämme on yhteiskunnallista hyötyä. Artikkelimme avulla ihmiset tulevat tietoisemmiksi sekä toimintaterapian tarjoamista mahdollisuuksista että eläinavusteisesta terapiasta. Artikkelimme voivat näin myötävaikuttaa ihmisten suhtautumiseen toimintaterapiaa ja eläinavusteisuutta kohtaan.

Varmistimme työmme luotettavuuden laadullisen tutkimuksen luotettavuuskriteerien avulla. Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta voidaan arvioida uskottavuuden, vahvistettavuuden, refleksiivisyyden ja siirrettävyyden kautta. Uskottavuus tarkoittaa tutkimuksen ja tulosten uskottavuutta sekä sen osoittamista tutkimuksessa. Tutkimuksen tekijän on varmistettava, että tutkimuksessa saadut tulokset vastaavat tutkimukseen osallistuneiden henkilöiden käsityksiä tutkimuskohteesta. (Kylmä & Juvakka 2007, 127-128.) Uskottavuuden varmistamiseksi kävimme haastattelun lopuksi läpi keskeisimpiä haastattelussa esille tulleita näkökohtia haastateltavan kanssa. Lisäksi annoimme opinnäytetyöhön osallistuvien henkilöiden lukea kirjoittamamme artikkelit ennen julkaistavaksi tarjoamista, samoin kuin opinnäytetyömme raportin. Näin pystymme varmistamaan, että olemme ymmärtäneet heidän sanomansa oikein. Lisäksi tämä mahdollistaa palautteen saamisen opinnäytetyöstämme yhteistyökumppaneiltamme sekä heidän asiakkailtaan.

Vahvistettavuus tarkoittaa tutkimusprosessin kirjaamista niin, että toisen tutkijan on mahdollista seurata tutkimusprosessin kulkua (Kylmä & Juvakka 2007, 129). Vahvistettavuuden varmistamiseksi teimme muistiinpanoja koko opinnäytetyöprosessin aikana eri vaiheisiin liittyen sekä erityisesti haastattelun ja havainnoinnin kautta saadun tiedon osalta. Kirjoitimme muistiin sekä saamaamme tietoa että sen meissä herättämiä kysymyksiä ja ajatuksia. Muistiinpanojen avulla pystyimme kirjoittamaan mahdollisimman hyvän ja kuvailevan raportin opinnäytetyöprosessista.

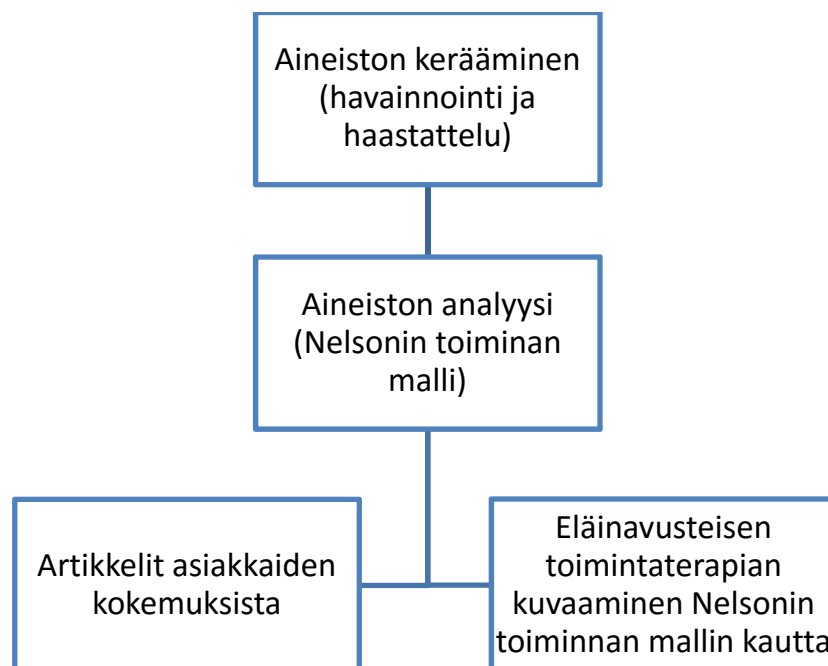
Refleksiivisyys edellyttää tutkimuksen tekijän tietoisuutta omista lähtökohdistaan tutkimuksen tekijänä. Refleksiivisyyden varmistamiseksi tutkimuksen tekijän on arvioitava, kuinka hän vaikuttaa aineistoonsa ja tutkimusprosessiinsa. (Kylmä & Juvakka 2007, 129.) Kumpikin tämän opinnäytetyön tekijä suhtautuu positiivisesti sekä lemmikkieläimiin että maatilalla eläimiin, ja kumpikin on vakuuttunut eläinten tuomista hyvinvointivaikutuksista ja paikkansa pitävyydestä. Kumpikin meistä suhtautuu eläinavusteiseen terapiaan myönteisesti, ja on halukas edistämään sen mahdollisuuksia toimintaterapian alalla. Tämä on voinut vaikuttaa siihen, että näimme havainnoitavat tilanteet myönteisinä ja huo-

masimme haastattelusta eläinavusteisuuden kannalta positiivisia asioita enemmän kuin negatiivisia.

Siirrettävyys tarkoittaa tutkimustulosten siirrettävyyttä muihin vastaaviin tilanteisiin, minkä vuoksi tutkimuksen tekijän on annettava riittävästi kuvailevaa tietoa esimerkiksi tutkimukseen osallistujista ja ympäristöstä. Näin lukija voi arvioida tulosten siirrettävyyttä. (Kylmä & Juvakka 2007, 129.) Siirrettävyyden varmistamiseksi kirjoitimme raportin mahdollisimman tarkasti ja kuvailevasti. Kuvailimme esimerkiksi sitä, kuinka aineistonkeruu tapahtui, keneltä saimme aineistoa ja mitä saimme tulokseksi aineiston pohjalta.

## 6 Tulokset

Aineiston analyysin kautta kokosimme tietoa asiakkaiden kokemuksista eläinavusteisesta toimintaterapiasta kirjoitettavia artikkeleita varten. Samalla saimme monipuolista tietoa eläinavusteisesta toimintaterapiasta mm. välineistä ja käytetyistä terapiamenetelmistä. Näitä jaottelimme Nelsonin toiminnan mallin avulla. Opinnäytetyömme lopputuloksena ovat Nelsonin toiminnan mallin kautta jaotellut eläinavusteisen toimintaterapian elementit sekä artikkelit, jotka kertovat asiakkaiden kokemuksista eläinavusteisessa toimintaterapiassa. Tulosten muodostumista kuvaamme Kuviossa 3.



### Kuvio 3. Tulosten muodostuminen

Aineiston analyysin kautta saimme paljon tietoa eläinavusteisen toimintaterapian elementeistä. Analyysin kautta saamamme tulokset ovat pääsääntöisesti eläinavusteisen toimintaterapian tarpeellisuutta ja merkityksellisyyttä tukevia. Seuraavaksi kerromme lyhyesti artikkeleista.

#### **6.1 Artikkelit asiakkaiden kokemuksista**

Olemme saaneet artikkeleistamme (Liitteet 5, 6 ja 7) hyvää palautetta; teksti on ollut sujuvaa sekä helppolukuista, ja artikkelit ovat olleet hyvin terapiatilanteita kuvaavia. Saamamme palautteen mukaan olemme onnistuneet kirjoittamaan artikkeleihimme toimintaterapiatietoutta varsin kansantajuisella, helposti ymmärrettävällä tavalla. Osallistujat saivat vielä hyväksymisvaiheessa tehdä artikkeleihin muutosehdotuksia. Artikkeliemme julkaisupaikoiksi kaavailimme laajassa levikissä olevia lehtiä, joiden lukijakuntaan kuuluu ainakin maaseudun asioista kiinnostuneita ihmisiä. Kun osallistujat ovat hyväksyneet artikkelit, tarjoamme niitä julkaistavaksi Maaseudun Tulevaisuuteen sekä Kodin Pellervoon. Julkaisemisen etenemisestä tiedotamme yhteistyökumppaneitamme sekä heidän asiakkaitaan sähköpostitse tai puhelimitse.

#### **6.2 Eläinavusteisen toimintaterapian kuvaaminen**

Seuraavaksi esittelemme aineiston analyysin tuloksia Nelsonin toiminnan mallin käsitteiden kautta. Nelsonin toiminnan mallin käsitettä asiakkaan kehityksellinen rakenne sivuamme sekä haastattelussa että havainnoinnissa, mutta se ei ole työmme kannalta oleellisin osa. Toimintaterapeuttien valitsemat asiakkaat olivat eri-ikäisiä lapsia tai nuoria sekä heillä oli erilaisia toiminnallisia haasteita. Näkemyksemme on, että nämä seikat eivät vaikuta siihen, kuinka asiakas kokee eläinten tuomat vaikutukset. Näin ollen olemme jättäneet sen analyysin ulkopuolelle.

#### **Toiminnan muoto**

Ratsastusterapiassa käytettiin monia hevosten hoidossa käytettäviä välineitä, kuten piikkisukkaa, pölyharjaa, hoitosuihketta, sekä ratsastusvälineitä, kuten suitsia, riimunarua, terapiasatulaa, jalustimia, satulan kahvaa ja kypärää. CP-

vammaisella tytöllä oli ratsastuksen aikana kädessään hemihanska, jonka avulla hän sai kiinni satulan kahvasta. Tytöllä oli yllään ratsastukseen sopiva vaateus sekä vaelluskengät. Ratsastusterapiaa toteutettiin hevosen tarhassa, tallissa ja maatilän lähiympäristössä hiekkateitä hyödyntäen.

Laama- ja alpakka-avusteisessa terapiassa käytettiin varsin vähän välineitä. Terapiassa käytettiin riimua ja riimunarua sekä eläimelle annettavia makupaloja, kuten porkkananpaloja. Pojalla oli yllään ulkoiluun sopiva vaatetus ja kengät, jotka eivät säikähdä likaantumista, sillä esimerkiksi eläinten aitauksessa maa voi olla kosteaa ja mutaistakin. Terapiaa toteutettiin eläinten aitauksessa, pilttuussa sekä pihamaalla.

Koira-avusteisessa terapiassa käytettiin välineinä koiran aktivointileluja, jotka tyttö sai koota ja asettaa niihin koirannameja sisälle. Terapiassa koiran hallintaan käytettiin herkkupaloja sekä yksittäisiä pieniä mattoja, joilla koiran tuli odottaa paikallaan. Saksia käytettiin koirannamien pilkkomiseen. Terapiavälineenä oli myös tasokeinu, jonka päällä tyttö tasapainotteli. Terapia tapahtui Toimintaterapia Huiskeen tiloissa, kauppatalon liiketiloissa, jotka on muokattu terapiaan sopiviksi.

### **Toiminnan suoritus**

Ratsastusterapiassa käytettiin ponikokoista hevosta. Ratsastusterapiaan kuului hevosen noutaminen tarhasta talliin, hevosen hoitotoimenpiteet, satulointi ja suitsiminen, ratsastaminen sekä varusteiden poisottaminen ja hevosen vienti takaisin tarhaan. Tapaamamme CP-vammaisen tytön kanssa ratsastetaan enemmän tasaisella maastolla, kun taas muiden asiakkaiden kanssa voidaan käyttää vaihtelevampiakin maastoja. Kesällä ratsastusterapian aikana on voitu myös käydä uittamassa hevosta.

Laama- ja alpakka-avusteisessa terapiassa käytettiin alpakoita ja laamoja. Ne soveltuvat hyvin terapiassa käytettäväksi eläimiksi, sillä ne ovat luonnostaan uteliaita ja sosiaalisia ja ottavat katsekontaktia ihmiseen. Tällä terapiakerralla käytettiin neljää naaraspuolista alpakkaa ja yhtä tiineenä ollutta laamanaarasta sekä kahta nuorta alpakkaurosta ja yhtä laamaurosta. Terapiassa alpakoille ja laamoille annettiin porkkananpaloja, poika lähestyi eläimiä varovaisesti, saavutti

eläinten luottamuksen, oli vuorovaikutuksessa eläinten ja terapeutin kanssa sekä silitteli ja jutteli eläimille. Lisäksi yhtä laamaa ja yhtä alpakkaa talutettiin kierros pihamaalla.

Koira-avusteisessa terapiassa käytettiin koira, tarkemmin lagotto romagnolo narttua. Terapiassa hyödynnettiin ihmisen ja koiran välistä vuorovaikutusta ja koiran luontaista taipumusta miellyttää ihmistä. Terapiassa tyttö kokosi koiran aktivointilelut osista, kiertämällä ja klipsauttamalla osat toisiinsa kiinni, hän myös pujotteli koiran herkut pienistä rei'istä lelun sisälle. Samaan aikaan koira odotti käskystä omalla merkkimatollaan kunnes lelu oli koottu ja se sai luvan etsiä namit. Sen jälkeen tyttö tasapainotteli tasokeinun päällä seisoen ja ohjasi koira kiertämään keinun merkkimattojen avulla. Koira pysähtyi käskystä istumaan jokaisen merkkimaton päälle, samalla kun tyttö korjasi asentonsa keinus-  
sa.

### **Vaikutus**

Ratsastusterapia ei aiheuttanut juuri muita näkyviä muutoksia ympäristöön kuin kavionjälkiä hiekkaan ja kakkakikkareita tarhaan. Talliin jäi hevosen harjaamisen jäljiltä hieman pölyä ja karvoja. Ratsastusterapian myötä hevonen pääsi ihmisten seuraan, sai päivittäistä hoitoa ja pääsi tekemään sille soveltuvaa työtä, jossa sai samalla liikuntaa. Ratsastusterapian päätteeksi hevonen sai kiitokseksi herkkuja, kuten porkkanoita ja leipää.

Laama- ja alpaka-avusteinen terapia ei aiheuttanut juuri mitään näkyviä muutoksia ympäristöön. Luonnollisesti eläimistä jäi sorkan jälkiä maahan, vaatteisiin saattoi tarttua muutama karva eläimistä. Alpakat ja laamat ovat tottuneet ihmisten läheisyyteen, ja heidän avullaan tehtävä terapia on näille eläimille tuttua, sillä eläimet on valikoitu ja koulutettu käytettäväksi terapiaeläiminä. Niinpä eläimet eivät vaikuttaneet stressaavan ihmisten läheisyyttä, vaan ottivat ennemmin ihmiset laumaansa. Terapian alussa eläimet saivat makupaloja.

Koira-avusteisessa terapiassa ympäristöön ei juurikaan jäänyt merkkejä terapiasta, koska terapia toteutettiin sisätiloissa ja tehtävät eivät olleet ympäristöä muokkaavia. Koiranherkuista jäi tyhjiä käärepapereita, jotka laitettiin roskiin. Koira on töissä terapian aikana, joten se keskittyy asiakkaaseen 100% terapian



aikana, tästä syystä se väsyä terapian aikana, eikä samalla koiralla voikaan olla montaa asiakasta päivän aikana. Koira sai myös paljon herkkuja ja positiivista huomiota terapian aikana.

## **Merkitys**

Ratsastusterapiassa työllä oli joko leveä hymy tai keskittynyt ilme tilanteesta riippuen. Terapian aikana tyttö nauroi useamman eri kerran. Tytön olemus pääsääntöisesti ei ollut jännittynyt, hän vaikutti olevan mielellään hevosen lähellä. Ratsastaessa tyttö joutui keskittymään paljon vartalonsa asentoon ja hallintaan.

Ratsastusterapiaan tyttöä ovat kannustanut hevoset, koska niiden pariin on mukava tulla. Lisäksi tytön mielestä on kiva, kun tytön kaveripiirissä on ratsastusta harrastavia ystäviä, joiden kanssa jakaa hevosiin liittyviä kokemuksia. Tytön vanhemmat ovat tukeneet tytön ratsastusterapiaa rahoittamalla osan siitä itse. Tytön mukaan ratsastusterapia on hänelle kuin harrastus. Hevosten syöttäminen ja hoitaminen sekä ratsastaminen on työstä mukavaa. Tytön kertoman mukaan hänellä on hyvä ja keskittynyt mieli ratsastamisen aikana.

Laama- ja alpakka-avusteisessa terapiassa pojalla oli hyvin keskittynyt ilme. Poika pohti paljon erilaisia vuorovaikutukseen ja tuntemuksiin liittyviä asioita terapian aikana. Poika ei näyttänyt juurikaan pelkäävän eläimiä, vaan toimi varsin tottuneen näköisesti eläinten läheisyydessä.

Koira-avusteisessa terapiassa tyttö oli koko terapian ajan hyvin iloisella ja positiivisella mielellä, vaikeampien tehtävien aikana tytön ilme oli keskittynyt ja hieman tuskastuneen oloinen ajoittain. Tyttö nauroi koiran hassuttelulle tai herkkuja odottaville vinkaisuille paljon terapian aikana. Tytön eleet ja käytös olivat hyvin välitöntä koko terapian ajan. Tyttö kertoo pitävänsä paljon koira-avusteisesta toimintaterapiasta, koira on tullut hänelle tärkeäksi ja terapiassa tehtävät jutut ovat kivoja vaikka välillä haastavia. Mikään terapiassa ei ole ollut ikävää, ei edes epäonnistumiset, terapeuttikin on kiva kun se ei ikinä suutu. Terapiasta lähteminen tuntuu vaikealta, koska siellä tehdään niin kivoja juttuja. Koira motivoi tyttöä tehtävissä, jotka muuten tuntuisivat tylsiltä tai tyhmiltä, koska ovat sen verran haastavia.

## **Tarkoitus**

Ratsastusterapialla on tavoiteltu lisätä ja tukea CP-vammaisen tytön kaksikäistä toimintaa, vartalonhallintaa ja kehonhahmotusta sekä liikkuvuutta. Tarkoituksena on oikaista tytön vartalon asentoa, joka tällä hetkellä kallistuu vasemmalle toispuolihalvauksen vuoksi. Hevosien hallinnan ja vuorovaikutuksen myötä tavoitteena on myös parantaa tytön itseluottamusta.

Laama- ja alpakka-avusteisen toimintaterapian tarkoituksena kyseisen pojan kohdalla on harjoitella keskittymistä ja rauhoittumista sekä vuorovaikutusta. Lisäksi tarkoituksena on opetella toimimaan annettujen ohjeiden mukaan ja vahvistaa pojan itsetuntoa. Alpakoiden ja laamojen kanssa toimiminen kehittää myös pettymyksensietokykyä, sillä eläin ei aina toimi siten, kuin ihminen toivoisi.

Koira-avusteisen toimintaterapian tarkoituksena tämän CP-vammaisen tytön kanssa on ollut parantaa käsien käyttöä ja tasapainoa sekä vähentää tytön väsyvyyttä toiminnassa. Samalla myös saadaan vahvistettua tytön itsetuntoa, kun koulussa on helpompaa osallistua toimintaan niin kuin muutkin.

## **Adaptaatio**

CP-vammaisen tytön asento oli ennen terapiaa hieman kumarampi kuin terapian jälkeen. Ratsastusterapia vaikuttaa tyttöön siten, että terapian jälkeen vasen käsi ja jalka ovat rentoutuneet, hänen on helpompi kävellä. Lisäksi hänen ryhti on suorempi, mikä myös vaikuttaa kävelyyn. Kädellä on helpompi tehdä erilaisia asioita; otteet ovat helpompia, ja joskus käsi on liikkuvaisempi, etenkin lämpimällä säällä. Ratsastaessa tytön käsi jännittyi välillä, mutta terapeutin ohjaamana käsi saatiin uudelleen rennoksi. Ratsastusterapian vaikutukset liikkumiseen kestävät yleensä päivän ajan.

Tytöllä on ollut toisinaan terapian aikana ja jälkeen turhautumisen tunteita, koska hemipleginen käsi on jäykistynyt välillä spastisesti ratsastuksen tuoman jännityksen tai ilman kylmyyden takia. Useimmiten tytöllä on ollut hyvä mieli ratsastusterapian aikana.

Pojan kertoman mukaan kaikki alpakoiden ja laamojen kanssa tehty toiminta on yhtä kivaa, ja hänestä on mukava kuulua johonkin laumaan, sillä ihminenkin on

laumaeläin. Laama- ja alpakka-avusteinen toimintaterapia on auttanut poikaa paljon etenkin oman käyttäytymisensä hallinnassa. Terapiajakson alkaessa poika oli pelännyt hieman alpakoita ja laamoja, ja hänen toimintansa oli ollut impulsiivisempaa, mikä pelotti myös eläimet loitommalle. Nyt poika kykenee olemaan rauhallinen eläinten läsnä ollessa, ja on siten saavuttanut eläinten luottamuksen. Myös pojan luottamus eläimiä kohtaan on vahvistunut. Poika ottaa kontaktia eläimiin, juttelee niille ja keskittyy tilanteeseen. Pojan äiti kertoo, että laama- ja alpakka-avusteinen toimintaterapia on ollut merkittävä kokemus pojalle, sillä se on vahvistanut pojan käsitystä itsestään, omista vahvuuksistaan ja persoonastaan, lisäksi se on vahvistanut pojan itsetuntoa ja auttanut poikaa olemaan läsnä tässä hetkessä. Laama- ja alpakka-avusteinen toimintaterapia on myös helpottanut pojan aistisäätelyn pulmia etenkin hajujen sietämisen osalta.

Koira-avusteisen toimintaterapian avulla tytön motoriikka ja tasapaino on parantunut kokonaisvaltaisesti. Tyttö on oppinut hallitsemaan kehoaan ja koiraa niin että taluttaessa koiraa ja kävellessä portaissa tyttö ei kaadu yllättävissä tilanteissa kuten koiran vetäistessä talutushihnaa. Tyttö kertoo myös koulun liikuntatuntien temppuratojen olevan paljon helpompia. Nykyisin tyttö jaksaa keskittyä paremmin koulussa ja toimintaterapiassa, joka mahdollistaa pidempien ja vaikeampien tehtävien ja harjoitusten tekemisen. Tyttö on oppinut myös uusia taitoja käsienkäytössä kuten rikkomaan kananmunan, käyttämään viivoitinta sekä saksilla leikkaaminen on parantunut huomattavasti.

## **7 Pohdinta**

Olemme pohtineet opinnäytetyötämme kahdesta näkökulmasta käsin: opinnäytetyöprosessin kannalta sekä tuloksien kannalta. Opinnäytetyöprosessin pohdinnassa pohdimme opinnäytetyön toteuttamista ja siihen liittyviä seikkoja, kuten yhteistyön tekemistä sekä aikataulutusta. Tuloksien pohdinnassa käsittelemme keräämästämme aineistosta saamiemme tulosten suhdetta työn pohjana olevaan teoretietoon.

## 7.1 Opinnäytetyöprosessin pohdinta

Alkuvaiheessa työmme tiedonkeruu eläinten tuomista hyvinvointivaikutuksista oli helpontuntuista, koska melko tuoreita lähteitä löytyi paljon. Halusimme tuoda työssämme lyhyesti esille myös eläinavusteisuuden historiaa sekä sitä, kuinka se näyttäytyy Suomessa ja ulkomailla. Aluksi ongelmana oli, että tietoa oli paljon irrallisina palasina, kunnes ymmärsimme Nelsonin toiminnan mallin hyödyt työmme jäsentämisen kannalta. Huomasimme, että voimme käyttää Nelsonin toiminnan mallia koko työmme viitekehyksenä. Sen pohjalta jäsensimme teoriaa, viitoitimme aineistonkeruuta sekä analysoimme tuloksia. Nelsonin toiminnan malli myös rajasi sopivasti aineiston keruuta.

Aineiston kerääminen oli laatimiemme havainnointi- ja haastattelurunkojen avulla tehokasta, koska tiesimme, mihin seikkoihin tulisi kiinnittää huomiota terapiatilanteen aikana. Lisäksi havainnointi- ja haastattelurungot antoivat selkeät ja yhtenäiset linjat, joita molemmat opinnäytetyöntekijät pystyivät hyödyntämään kerätessään aineistoa eri tahoilla. Yhtenäistä työskentelytyyliä vahvisti myös se, että teimme ensimmäisen aineiston keruun yhdessä ratsastusterapiatilanteessa. Havainnoinnin toteutimme siten, ettemme olleet osallisina terapiaan vaan keskityimme pelkästään havainnoimaan tilannetta. Toisaalta emme kuitenkaan olleet näkymättömiä tilanteessa, vaan osallistuimme luonnollisesti keskusteluun ja asiakkaan tekemiin aloitteisiin. Tällä pyrimme minimoimaan vaikutuksemme terapiaan ja antamaan terapeutille ja asiakkaalle työrauhan, jotta terapiatilanne olisi mahdollisimman aito. Havaintojemme mukaan läsnäolomme ei vaikuttanut häiritsevän terapian kulkua, ja asiakas pystyi keskittymään eläimen ja terapeutin kanssa työskentelyyn. Avoimeen haastatteluun suuntaava teemahaastattelu antoi mahdollisuuksia haastattelun aikana yksilöllisille kysymyksille ja kommentteille, jotka toivat arvokasta lisätietoa asiakkaan kokemuksista. Mielestämme tämä sopi opinnäytetyömme tarkoituksiin hyvin.

Artikkelien kirjoittaminen sujui hyvin, sillä kummallakin opinnäytetyön tekijällä on luontaista taipumusta kirjoittamiseen. Anna-Maaria kirjoitti koira-avusteisesta toimintaterapiasta kertovan artikkelin ja Elina kirjoitti artikkelit ratsastusterapiasta sekä laama- ja alpaka-avusteisesta toimintaterapiasta. Kirjoittamisen jälkeen kävimme artikkelit yhdessä läpi.

Opinnäytetyömme toteutukseen liittyviä riskejä oli monia. Yhteistyökumppanimme olisi saattanut perua osallistumisensa opinnäytetyöhömmme. Alun perin yhteistyökumppaneita oli neljä, heistä yksi perui osallistumisensa. Riskinä olisi voinut olla myös, että yhteistyökumppanimme kautta saadut osallistujat eivät välttämättä olisi olleet kykeneviä osallistumaan opinnäytetyöhömmme tai olisivat olleet muuten yhteistyöhaluttomia. Riskinä kerätyn tiedon luotettavuudessa oli, että asiakas ei välttämättä uskalla kertoa eläinavusteisen toimintaterapian negatiivisia puolia terapeutin läsnä ollessa haastattelutilanteessa. Tämä tuli kyseenalaisen vain yhdessä haastattelutilanteessa, koira-avusteisessa toimintaterapiassa, koska lapsella ei ollut omia vanhempia mukana, ja koska terapeutin työtilat koostuivat vain yhdestä huoneesta. Ratsastusterapiassa sekä alpukka- ja laama-avusteisessa toimintaterapiassa terapeutti ei ollut läsnä asiakasta haastateltaessa. Artikkelien julkaiseminen voi epäonnistua, jos emme saa niille sovittua julkaisupaikkoja. Riskejä liittyy myös tietojen käsittelyyn ja säilyttämiseen: opinnäytetyöhömmme liittyviä muistiinpanoja, kuvia ja muita tiedostoja on säilytettävä huolella ja niistä on oltava varmuuskopiot.

Laadullisen opinnäytetyön kriteerit uskottavuus, vahvistettavuus, refleksiivisyys ja siirrettävyys näkyvät työssämme huolellisessa raportoinnissa ja erilaisten näkökulmien huomioimisessa. Raportoimme opinnäytetyön työvaiheet huolellisesti, jotta se olisi siirrettävissä myös muihin vastaaviin opinnäytetöihin. Työskentelyn aikana teimme monipuolisesti muistiinpanoja ja kävimme keskustelua keskenämme sekä ohjaavan lehtorimme kanssa. Annoimme opinnäytetyöhön osallistuvien henkilöiden lukea kirjoittamamme artikkelit ennen julkaistavaksi tarjoamista, näin pystymme varmistamaan, että olemme ymmärtäneet heidän sanomansa oikein. Positiivinen suhtautumisemme eläinavusteiseen toimintaterapiaan on ollut työmme kannalta kantava voimavara, mutta toisaalta se on voinut yksipuolistaa näkemyksiämme, siten että emme aina ole välttämättä pystyneet suhtautumaan objektiivisesti aineiston keruussa saamaamme informaatioon.

Yhteistyömme opinnäytetyön aikana ei aina ollut täysin mutkatonta. Eniten ongelmia tuotti yhteisen ajan löytäminen. Koska meillä kummallakin oli aiheeseen hyvin yhtäläiset näkökannat jo entuudestaan, yhteisten suuntien löytäminen työlle ja sen toteutukselle oli helppoa.

## 7.2 Opinnäytetyön tuloksien pohdinta

Huomasimme opinnäytetyömme tuloksia tarkastellessamme niissä olevan paljon yhteneväisyyksiä työn pohjalla olevan teorian kanssa. Endenburgin ja van Lithin mukaan eläinten tarjoama turvallinen ilmapiiri voi olla itsessään terapeutinen ja näin eläinten läsnäolo terapatilanteessa voi auttaa asiakasta hyväksymään interventio (Endenburg & van Lith 2011, 212). Tämän huomasimme kaikkien opinnäytetyöhömme osallistuneiden asiakkaiden toimintaterapatilanteissa. Kukin asiakas kertoi pitävänsä eläinavusteiseen toimintaterapiaan osallistumisesta ja tämän pystyi myös havaitsemaan asiakkaan ilmeistä ja eleistä terapatilanteen aikana. Esimerkiksi koira-avusteiseen toimintaterapiaan osallistunut tyttö kertoi terapiaan kuuluvien tehtävien olevan kivempia koiran kanssa kuin yksin tehtynä. Yksin tehtävät tuntuivat liian vaikeilta. Ratsastusterapiassa käyvä tyttö puolestaan kertoi, että ratsastaminen, hyvä ilma ja hevoset kannustavat häntä kuntoutumisessa. Alpakka- ja laama-avusteiseen toimintaterapiaan osallistunut poika kertoi, että alpakat ja laamat ovat tosi ihania, ja että kaikki alpakoiden ja laamojen kanssa tehty on tasan yhtä mukavaa. Vaikuttaisikin siltä, että eläimillä on ihmisiin motivoiva ja kannustava vaikutus terapatilanteessa riippumatta eläimen lajista.

Eläimillä on ihmisiin rauhoittava ja rentouttava vaikutus, ja niitä on miellyttävää tarkkailla (O'Haire 2010, 227). Alpakat ja laamat silmin nähden rauhoittivat alpakka- ja laama-avusteisessa toimintaterapiassa käyvää poikaa. Terapian tavoitteina oli mm. keskittymisen ja rauhoittumisen harjoittelu. Terapatilanteessa poika pystyi olemaan aloillaan, hiljentymään ja lähestymään eläimiä rauhallisesti, mikä oli ollut terapian alkuvaiheessa pojalle hyvin haasteellista. Ratsastusterapiassa käyvä tyttö kuvaili hevosen vievän kaikki pelot pois. Vaikutti siltä, että koira-avusteiseen terapiaan osallistuvan tytön vireystilaa piti yllä koiran läsnäolo. Esimerkiksi tasokeinun päällä tasapainoilu oli tytölle haasteellista, mutta väsymyksestä huolimatta hänen onnistui tehdä tehtävä loppuun koiran ansiosta. Havainnoidessamme asiakkaita terapatilanteissa huomasimmekin, että eläimillä on sekä rauhoittavia että vireystilaa nostavia vaikutuksia asiakkaasta, eläimestä ja tilanteesta riippuen.

Eläimet voivat lisätä ihmisen saamaa sosiaalista tukea sekä suoraan olemalla hyvän olon, lohdun ja mielihyvän lähteenä, että epäsuoraan, jolloin eläimet helpottavat ihmisten välistä vuorovaikutusta (O'Haire, McKenzie, McCune & Slaughter 2013, 446). Terapeutin ja pojan äidin mukaan alpukka- ja laama-avusteisessa toimintaterapiassa käyvä poika oli usein omassa mielikuvitusmaailmassaan, mutta terapian aikana hän pystyi olemaan läsnä ja helpommin vuorovaikutuksessa. Poika itse kuvaili, että on kiva kuulua johonkin laumaan, sillä ihmisenkin on laumaeläin. Ratsastusterapiassa käyvä tyttö kertoi, että ratsastusterapian myötä hänelle on löytynyt uusia, hevosiin liittyviä puheenaiheita kavereidensa kanssa, jotka harrastavat ratsastusta. Tyttö myös kertoi, että ratsastaessa hänellä on parempi mieli, ja myös keskittynyt olo. Lisäksi tyttö kertoi saaneensa hienoja kokemuksia ratsastusterapian kautta. Hienoimmaksi hän nimesi kesällä olleen terapiakerran, jolloin hän käytti hevosta uimassa. Siitä jäi tytölle hieno muisto. Eläimet vaikuttavatkin tuovan paljon iloa terapiaan. Lisäksi eläimet vaikuttavat tuovat sosiaaliseen kanssakäymisen uusia ulottuvuuksia, mikä tarjoaa mahdollisuuden vuorovaikutuksen kehittämiseksi.

Eläinavusteisella toimintaterapialla voidaan vaikuttaa asiakkaan motorisiin valmiuksiin sekä taitoihin. Connorin ja Millerin (2000) mukaan eläinavusteinen terapia lisää potilaiden liikelaajuuksia, voimaa ja tasapainoa (Velde 2005, 44). Ratsastusterapiassa käyvä tyttö on terapeuttinsa mukaan kehittynyt taitavamaksi kehon hallinnassa. Tyttö itse kertoi ratsastusterapian vaikuttavan siten, että terapian jälkeen vasen käsi ja jalka ovat rennommat, kävely on helpompaa, ryhti suorempi ja kädellä on helpompi tehdä erilaisia asioita. Koira-avusteisessa toimintaterapiassa käyvän tytön terapeutti kertoi tytön tasapainon parantuneen huomattavasti etenkin yllättävissä tilanteissa kuten silloin, jos koira vetäisee hihnasta. Terapeutin mukaan myös tytön kaksikäätinen työskentely on parantunut. Tyttö itse kertoi oppineensa paljon uusia taitoja kuten leikkaamaan saksilla, käyttämään viivoitinta ja rikkomaan kananmunan. Eläimiä voidaankin hyödyntää monin tavoin sekä hieno- että karkeamotorisissa harjoituksissa. Vaikuttaa siltä, että eläimet tuovat ehkä jopa tylsältä ja vaikealtakin tuntuviin harjoituksiin uuden, innostavan elementin, jonka myötä harjoittelu muuttuu mielekkäämmäksi ja tuloksellisemmaksi.

Eläinten avulla voidaan toteuttaa hyvin monipuolista kuntoutusta, jolloin terapian tavoitteena voi olla motoristen, psyykkisten, fyysisten ja kognitiivisten valmiuksien ja taitojen kehittäminen. Terapian tavoite on asiakkaan tarpeiden mukainen. (Collin-Kajaala 2013, 116-124.) Opinnäytetyömme tulokset olivat oletuksiemme suuntaisia sekä etsimäämme teorian tietoa tukevia. Aineistoa analysoidessamme huomasimme, että tulokset olivat yhdensuuntaisia lukemiemme eläinten tuomien terveysvaikutusten kanssa. Nelsonin toiminnan malli syvensi ja laajensi näkemystä eläinavusteisesta toimintaterapiatilanteesta ja toi sen monet eri ulottuvuudet esille. Näkemyksemme mukaan eläinavusteista toimintaterapiaa kannattaisi hyödyntää laajemminkin kuntoutuksessa, koska tuloksemme vahvistavat sillä olevan sekä fyysistä, psyykkistä, motorista, kognitiivista että sosiaalista toimintakykyä kehittäviä vaikutuksia. Kaikille toimintaterapian asiakkaille eläinavusteinen työskentelymuoto ei välttämättä sovi esimerkiksi allergioiden tai eläimiin liittyvien pelkojen vuoksi, mutta sopiessaan eläinavusteisuus voi avata terapialle uusia mahdollisuuksia. Näkemyksemme mukaan eläinavusteisuutta voisi hyödyntää sosiaali- ja terveysalalla laajemminkin. Eläinavusteisuus voisi tuoda myös maaseudulla eläinten kanssa työskenteleville ihmisille uusia elinkeinonharjoitusmuotoja esimerkiksi siten, että he voisivat työskennellä yhteistyössä eläinavusteiseen terapiaan perehtyneen ammattihenkilön kanssa tarjoten palveluita sosiaali- ja terveysalalle.

### **7.3 Jatkotutkimusideat**

Jatkotutkimusaiheina olemme miettineet laajempaa otosta asiakkaiden näkemyksistä ja kokemuksista eläinavusteisessa toimintaterapiassa. Tämä toisi paremmin esille kokemusten laajaa kirjoa ja voisi mahdollisesti tuoda esille paremmin niin negatiivisia kuin positiivisiakin puolia. Olisi myös kiinnostavaa saada seurantatutkimusta pitemmältä aikaväliltä asiakkaiden kokemuksista ja siitä, kuinka eläinavusteinen toimintaterapia on vaikuttanut heidän toimintakykyynsä. Tämä lisäisi uskottavuutta eläinavusteisen toimintaterapian vaikuttavuudesta.



## **Kuviot**

Kuvio 1. Nelsonin toiminnan malli, s. 11

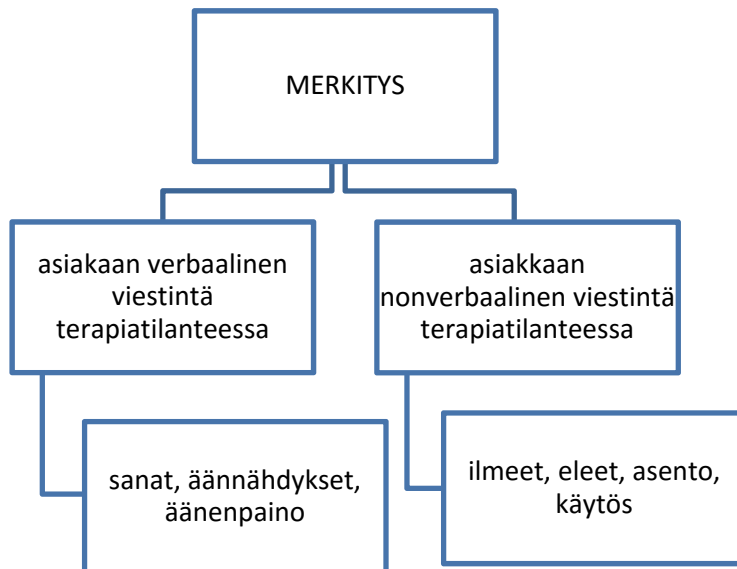
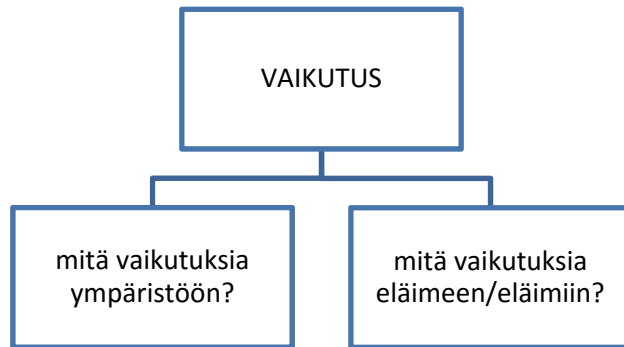
Kuvio 2. Opinnäytetyöprosessin kulku, s. 23

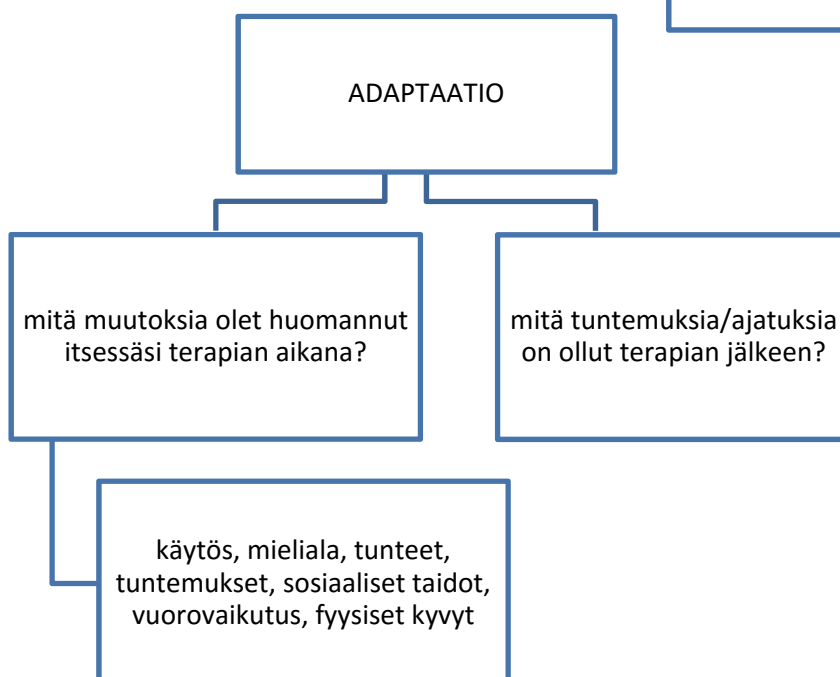
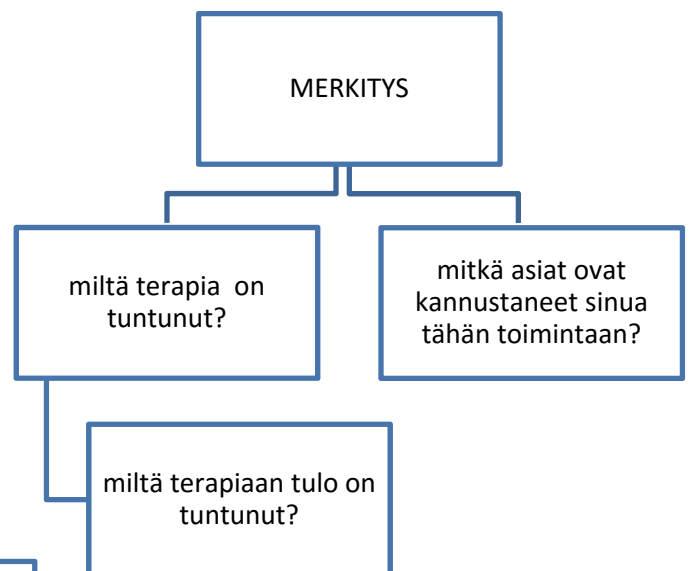
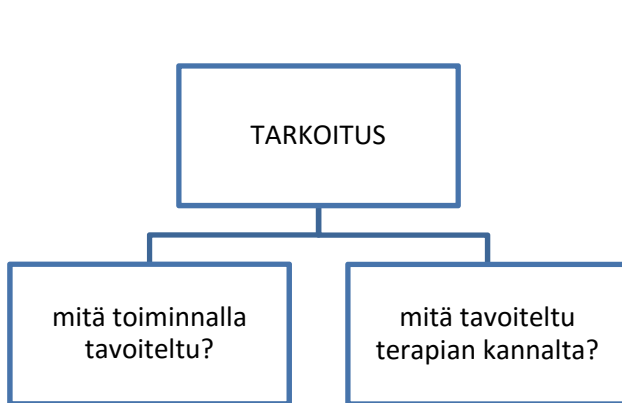
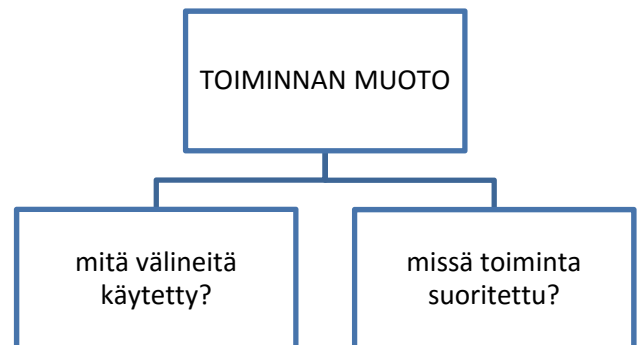
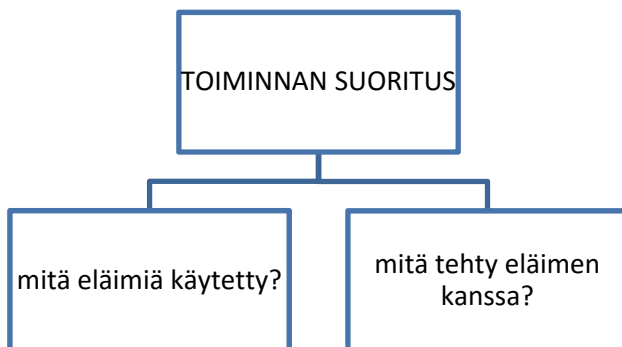
Kuvio 3. Tulosten muodostuminen, s. 29

## Lähteet

# Liitteet

Liite 1







## Saatekirje

Sosiaali- ja terveysala

Hei,

Olemme Anna-Maaria ja Elina, olemme toimintaterapeuttiopiskelijoita Saimaan ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäytetyötä, jonka nimi on Eläinavusteinen toimintaterapia Suomessa. Opinnäytetyömme kuvaa toimintaterapeutin tekemää eläinavusteista terapiaa ja toimintaa Suomessa sekä asiakkaiden kokemuksia toimintaterapeutin tekemästä eläinavusteista terapiasta ja toiminnasta. Toteutamme opinnäytetyömme kirjoittamalla kolme julkaistavaa artikkelia. Yksi artikkeleista käsittelee toimintaterapeutin tekemää eläinavusteista terapiaa ja toimintaa Suomessa. Loput kaksi artikkelia kuvaavat asiakkaiden kokemuksia toimintaterapeutin ohjaamaan eläinavusteiseen terapiaan ja toimintaan osallistumisesta. Näistä artikkeleista toinen kuvaa lemmikkieläinten ja toinen maatilan eläinten tuomia asiakaskokemuksia. Artikkelien julkaisupaikat eivät ole vielä varmistuneet.

Toimintaterapeutiksi on suositellut teitä opinnäytetyömme osallistujaksi, koska osallistutte hänen ohjaamaansa eläinavusteiseen terapiaan tai toimintaan. Näin ollen saisimme teiltä arvokasta aineistoa toiseen eläinten tuomia asiakaskokemuksia kuvaavaan artikkeliin. Osallistumiseen sisältää keskustelunomaisen haastattelun sekä yhden eläinavusteisen terapia- tai toimintatilanteen havainnoimisen. Haastattelussa ja havainnoinnissa läsnä on teidän lisäksenne toimintaterapeutinne sekä me, opinnäytetyön tekijät. Osallistuminen opinnäytetyöhömme ei vaadi teiltä suuria ajallisia resursseja eikä teidän tarvitse valmistautua etukäteen. Haastattelu ja havainnointi tapahtuvat toimintaterapeutinne luona, ja kestävät tunnista kahteen tuntia. Haastattelu ja havainnointi tapahtuvat kesällä tai syksyllä 2015, tarkemmin sovittavana ajankohtana. Tarvittaessa otamme teihin yhteyttä tarkennuksia varten opinnäytetyöprosessimme aikana.

Osallistuminen tähän opinnäytetyöhön on vapaaehtoista, ja teidän on mahdollista keskeyttää osallistumiseen missä vaiheessa tahansa. Käsittelemme tietojanne luottamuksellisesti ja tietosuojaperiaatteiden mukaisesti, sekä tämän saatekirjeen ohessa olevalla suostumuslomakkeella antamienne suostumusten mukaisesti opinnäytetyön raportoinnissa, opinnäytetyön esitystilaisuuksissa, julkaistavassa artikkelissa sekä myöhemmin ammatillisissa tarkoituksissa. Osallistumiseen tähän opinnäytetyöhön ei vaikuta nykyisen toimintaterapiapalvelunne saatavuuteen eikä laatuun. Opinnäytetyön valmistuttua teihin liittyvät muistiinpanot hävitetään teidän yksityisyyttänne vaarantamatta.

Pyydämme teitä ystävällisesti osallistumaan opinnäytetyöhömme. Osallistumiseen on meille erityisen tärkeää, koska saisimme teiltä mielenkiintoista ja merkityksellistä aineistoa opinnäytetyötämme varten. Osallistuaksenne opinnäytetyöhömme pyydämme teitä kertomaan päätöksestänne toimintaterapeuttilenne, hän välittää tiedon meille. Tämän saatekirjeen mukana lähetämme osallistumiseen liittyvän suostumuslomakkeen teille nähtäväksi. Teidän ei tarvitse palauttaa lomaketta, sillä voimme täyttää sen yhdessä teidän kanssa, kun tapaamme.

Mikäli teillä on kysyttävää opinnäytetyöhömme tai osallistumiseen liittyen, pyydämme teitä ottamaan yhteyttä meihin, yhteystietomme ovat tämän saatekirjeen lopussa.

Ystävällisin terveisin,

Anna-Maaria Koiso-Kanttila ja Elina Vaskonen

etunimi.sukunimi@student.saimia.fi  
Puh. 050 1234 567



## Suostumus

Sosiaali- ja terveysala

### **Eläinavusteinen toimintaterapia Suomessa, Anna-Maaria Koiso-Kanttila ja Elina Vaskonen**

Osallistun opinnäytetyöhön antamalla suostumukseni terapiatilanteeni havainnointiin ja sitä koskevaan haastatteluun. Olen saanut riittävästi tietoa kyseisestä opinnäytetyöstä ja olen ymmärtänyt saamani tiedon. Minulla on ollut mahdollisuus esittää kysymyksiä ja olen saanut kysymyksiini riittävät vastaukset. Tiedän, että minulla on mahdollisuus keskeyttää osallistumiseni missä tahansa vaiheessa ilman että se vaikuttaa saamaani hoitoon tai kuntoutukseen. Suostun vapaaehtoisesti osallistumaan tähän opinnäytetyöhön.

Annan luvan havainnoinnin ja haastattelun kautta kerätyn tiedon käyttämiseen opinnäytetyön raportoinnissa, opinnäytetyön esitystilaisuuksissa, julkaistavassa artikkelissa sekä myöhemmin, mikäli tarvitsemme käyttää opinnäytetyötämme muissa yhteyksissä ammatillisessa tarkoituksessa.

#### Nimen käyttäminen

- osallistun opinnäytetyöhön omalla nimelläni, jolloin nimeäni voidaan käyttää opinnäytetyön raportoinnissa, opinnäytetyön esitystilaisuuksissa, julkaistavassa artikkelissa sekä myöhemmin ammatillisissa tarkoituksissa
- osallistun opinnäytetyöhön anonyymisti, jolloin nimeni ja henkilöllisyyteni eivät tule ilmi

#### Kuvien käyttäminen

- kuvia saa käyttää opinnäytetyön raportoinnissa, opinnäytetyön esitystilaisuuksissa, julkaistavassa artikkelissa sekä myöhemmin ammatillisissa tarkoituksissa
- kuviani, joista minua ei voida tunnistaa, saa käyttää opinnäytetyön raportoinnissa, opinnäytetyön esitystilaisuuksissa, julkaistavassa artikkelissa sekä myöhemmin ammatillisissa tarkoituksissa
- kuviani ei saa käyttää

\_\_\_\_\_

Aika ja paikka

\_\_\_\_\_

Asiakas

\_\_\_\_\_

Opiskelija/opiskelija

\_\_\_\_\_

Alaikäisen huoltajan allekirjoitus

## Melkein kuin harrastus, mutta paljon enemmän - ratsastusterapia CP-vamman kuntoutuksessa

Syyskuun aurinko kimmeltelee laitumen kastepisaroissa, hevoset hirnahtelevat tulijoille tuttavallisesti. Yhdelle hevosista, lämpimän ruskealle tummaharjaksille Jensenille kiinnitetään riimunaru ja hieman kumarassa kävelevä, leveästi hymyilevä tyttö taluttaa Jensenin talliin. Tyttö on Nelli, ja hänellä on CP-vamma, jonka vuoksi hänellä on toispuolihalvaus vartalon vasemmalla puolella. Nelli käy kolmatta vuotta Sulkavalla toimintaterapeutti Sari Naukkarisen ohjaamassa ratsastusterapiassa. Ensimmäisillä kerroilla Nelliä jännitti, mutta nyt Nelli toimii oikein tottuneen näköisesti hevosen kanssa ja leveä hymy kertoo tytön nauttivan tekemisestä. Ratsastusterapiaan kuuluu oleellisena osana itse ratsastuksen ohella hevosen hoito ja valmistelu ratsastuskuntoon. Niihin voidaan yhtä hyvin sisällyttää paljon erilaisia, terapialle asetettujen tavoitteiden mukaista toimintaa. Niinpä tänäänkin aloitetaan hevosen harjaamisella. CP-vamma vaikeuttaa vartalon asennon hallintaa, ja Sari muistuttelee Nelliä pitämään yllä ryhdikästä asentoa harjaamisen aikana.

Hevosen harjaamisen myötä harjoitteluun myös kaksikätistä toimintaa; tavoitteena on aktivoida halvaantunutta kättä, jotta se toimisi mahdollisimman hyvin yhteistyössä oikean käden kanssa. Jenseniin on tarttunut laitumelta takiaisia, joita Nelli nyppii irti Jensenin

harjaksista kumpaakin kättä käyttäen. Takiaisia löytyy myös Jensenin hännästä. Pelottoman näköisenä Nelli kiertää hevosen taakse, nostaa Jensenin hännän vasemman kätensä kainaloon ja harjaa hännän oikeaa kättään käyttäen.

Sari satuloi Jensenin, suitset laitetaan yhdessä. Nelli pujottaa suitsien remmin solkeen – tämä vaatii ponnistelua. Kun jalustimet, satulan kahva ja ohjat ovat paikoillaan, ja Nelli on laittanut kypärän päähänsä, on aika taluttaa Jensenin pihalle. Nelli nousee satulaan koroketta apuna käyttäen. Sari pukee Nellin vasempaan käteen hemihanskan, eli tuen, jonka avulla Nelli saa pidettyä kiinni terapiavyön kahvasta. ”Keskellä ootko?”, Sari kysyy. Terapia-avustaja ottaa ohjat ja alkaa taluttaa Jensenin pihan poikki.

Aurinko paistaa nyt jo kirkkaasti ja saa ilmaan loppukesän tuntua. Sari, Jensenin Nelli selässään ja terapia-avustaja kulkevat pihapiiristä pois päin pitkin kapeaa hiekkatietä pellon laidan myötäisesti kohti kumpuilevia mäntymetsiä. Sari kävelee alkuun aivan hevosen takana, tarkkailee Nellin asentoa. ”Miltä Nelli tuntuu, onko peppu keskellä?”, Sari huikkaa. ”Joo”, kuuluu Nellin keskittyneenä vastaus. ”Oikealle saat vähän siirtyä”, Sari ohjeistaa. Jensenin ja Nellin kulkiessa eteenpäin Sari siirtyy kävelemään hevosen vierelle, Nellin ja Jensenin vasemmalle puolelle. Sari auttaa

Nelliä löytämään oikean asennon. Sari ohjaa käsillään Nelliä lantiolta, siirtää sitten toisen kätensä Nellin vasemmalle olkapäälle ja painaa sitä kevyesti alas-päin. Sari ohjailee käsillään Nellin vartalon asentoa myös kyljistä ja ristiselästä painaen. Tämän jälkeen Sari siirtyy jälleen kävelemään hevosen taakse. "Ajattele napaa puoli senttiä rankaa kohti... Jee, hyvä, nyt oot suorassa!", Sari huikkaa tsemppaavasti. Kolmen vuoden aikana Nelli on kehittynyt huomasti kehon hallinnassa ja asentotunnossa, nyt hän on taitavampi oman kehonsa kanssa.

"Hyvä, nyt on lantiokin rento. Pitkä selkä... Jee, vasen korva, nyt oot suorassa". "Näkykö rintakoru?", Sari huikkaa Nellille. Nelli ymmärtää vinkin ja ojentaa rintarankaansa auki. "Koita kahtoa tuonne mahdollisimman kauas", Sari ohjeistaa. Sari tarkkailee Nellin asentoa koko ratsastuksen ajan, sillä Nelli joutuu ponnistelemaan ylläpitääkseen oikeaa asentoa ja ajoittain asento meinaa kallistua vasemmalle puolelle. Välillä ratsastetaan reippaammin. Nelliä alkaa naurattaa, kun Jensen lisää vauhtia. Alamäessä Sari ohjeistaa Nelliä nojaamaan ratsailla kevyesti taaksepäin ja tunnustelemaan maaperän kaltevuuden muutoksia. Kun hevonen askeltaa jälleen tasamaalla, Nelli suoristaa itsensä ja hakee uudelleen ryhdikkään pysyasennon. Ratsastaminen, etenkin alamäessä, simuloi kävelyllä luontaisia liikkeitä ratsastajan vartaloon; rangalle ja lantiolle hevosesta välittyvät monimuotoiset liikkeet ja niiden ajoitus harjaannuttavat ratsastajan kävelyä.

Nelli laskeutuu satulasta maahan Sarin ottaessa häntä vastaan. Nelli taluttaa Jensenin talliin. Tallissa Nelli ja Sari riisuvat hevoselta huovan, terapiavyön ja suitset. Lopuksi Jensen saa palkkionsa, kun Nelli hakee hevoselle herkkukorin. Korissa on porkkanan paloja ja leipää, jotka Nelli on kotitehtävänänsä itse pilkkonut. Nelli pitää koria käsissään Jensenin edessä ja hevonen syödä rouskuttelee tyytyväisenä. Sari muistuttelee Nelliä, jotta tämä pitäisi yhä asentonsa ryhdikkäänä ja "rintakorun näkyvillä". Sari käy kyykkyyN Nellin taakse, ohjaa Nellin lantion ja jalkojen asentoa käsillä, jotta Nelli löytää symmetrisen seisoma-asennon. Jensen rouskuttelee innokkaasti herkkujaan, porkkanoita tippuu lattiallekin ja Nelliä naurattaa. Kun herkut on syöty, Nelli ottaa Jensenia helästi, mutta päättäväisesti otsatukasta kiinni ja taluttaa hevosen tallista pehkujen poikki takaisin aitaukseen toisten hevosten luo. Pehkuissa käveleminen on hyvää treeniä itse kullekin, mutta erityisesti liikuntarajoitteisille, sillä pehkut toimivat joustavana, pehmeänä ja sopivasti vastusta tuovana alustana.

Nelli kertoo, että ratsastusterapialla on selvä vaikutus hänen vasempaan käteen ja jalkaan; käsi ja jalka ovat rentoutuneempia kuin ennen terapiakäyntiä. Käden otteet onnistuvat helpommin ja käsi on liikkuvaisempi, etenkin lämpimällä säällä. Kylmä ilma jäykistää kättä. Myös käveleminen on helpompaa ja ryhti suurempi. Nellin mukaan vaikutus kestää noin päivän ajan. Kesällä Nelli onkin käynyt Sarin luona ratsastusterapiassa 2 kertaa viikossa, kouluai-



kaan harvemmin – kerran viikossa tai kahdessa. Nelli kertoo, että ratsastusterapiakäynneille on ollut mukava tulla, vain sadesäällä se ei ole niin kivaa. Mukavinta ratsastusterapiassa on Nellin mukaan se, että saa hoitaa ja syöttää hevosia ja tietenkin ratsastaa. ”Täällä tulee parempi mieli. Ratsastaessa on semmonen keskittynyt olo”, Nelli kiteyttää. Kerran Jensen pukkasi päällään Nellin nurin, mutta siinä ei onneksi käynyt pahasti, eikä muita vahinkoja ole sattunut. ”Jensen saa kaikki pelot pois ratsastuksen aikana, Jensen on viisas, hieno herra”, Nelli tuumaa.

Sen lisäksi, että ratsastusterapia helpottaa Nellin käden ja jalan toimintaa, se on myös tuonut Nellille unohtumattomia kokemuksia, jotka motivoivat häntä eteenpäin kuntoutumisessaan. Hienoimman ratsastusterapiakokemuksensa Nelli kertoo olleen viime kesänä, kun he kävivät Jensenin kanssa Sarin mökin rannassa uimassa. Nelli oli hevosen selässä, kun hevonen ui vedessä. ”Se oli mukavaa, ja hieno muisto!”, Nelli sanoo hymy huulillaan.

Kirjoittaja: Elina Vaskonen

Opinäytetyö Eläinavusteinen toimintaterapia – asiakkaiden kokemusten näkökulmasta. Anna-Maaria Koiso-Kanttila ja Elina Vaskonen. Saimaan ammattikorkeakoulu, toimintaterapian koulutusohjelma, kevät 2016. Ohjaaja: lehtori Tuula Hämäläinen.



Ratsastaessa tulee hyvä mieli ja olo on keskittynyt.



Sari ohjaa Nelliä symmetriseen seisoma-asentoon.

### Toimintaterapiaa pörröisten villakavereiden laumassa

Poika, josta käytämme tässä jutussa nimeä Ville, seisoo aitauksessa Hattulan syksyisessä säässä. Aitauksen perällä viisi tummanruskeaa silmäparia napittaa katsoa Villeä, kun hän ottaa varovaisia askeleita lähemmäs. Poika ojentaa kättään silmäpareja kohti. Porkkanoita! Ulpu, Janette ja Fuchsie hoksaaavat ja ympäröivät pojan. Pojan päälaki on vain hitusen korkeammalla kuin hänet ympäröineiden alpakoiden, mutta poikaa ei näytä pelottavan. Poika antaa porkkanan palasen yksi kerrallaan uteliaille suille syötäväksi. Myös Delia, valkean ja harmaan kirjava tiineenä oleva laamarouva, tulee hakemaan porkkanansa pojalta. Delia on laamana tämän tyttölauman kookkain jäsen.

”Kenelle et ole vielä antanut?”, huikkaa toimintaterapeutti Joyce Collin-Kajaala, ja poika katselee ympärillään pyöriviä eläimiä ja osoittaa yhtä. Mustanruskea Estefany-alkakka ei ole tohtinut hakea porkkanaansa pojalta. ”Estefany on arempi, häntä on lähestyttävä varovaisesti”, Joyce jatkaa. Poika lähestyy Estefanya käsi ojossa. Herkullinen porkkanapala houkuttaisi kyllä, mutta silti Estefany hypähtää loitommalta, eikä päästä poikaa lähelleen. Pirkko Kivikari, alpakoiden ja laamojen kasvattaja, houkuttelee lauman muut jäsenet luokseen, jotta pojan kädessä oleva porkkanapala ei päätyisi parempiin suihin ja poika saisi näin rauhassa lähestyä Estefanya. ”Laita porkkanaa alemmas, jotta Estefany näkee sen, nyt se ei varmaan

näe sitä”, Joyce ohjeistaa poikaa. Poika laskee kättään alemmaksi ja Estefany ottaa askeleita lähemmäs pojan luo. Estefany ei kuitenkaan rohkene ottamaan porkkanaa pojan kädestä, ja niin joku lauman tytöistä ennättää napata porkkanan suuhunsa.

Vielä vuosi sitten Ville ei olisi ollut näin luottavainen pitkäkaulaisten alpakoiden ja vielä kookkaamman laaman ympäröidessä hänet. Ville ei tuolloin olisi pystynyt toimimaan näin rauhallisesti ja keskittyneesti kuin nyt. Tämä on toimintaterapian ansiota. Villellä on ollut terapiajakso toimintaterapeutti Joyce Collin-Kajaalan ohjaamassa toimintaterapiassa Pirkko Kivikarin kasvattamien alpakoiden ja laamojen luona Hattulassa. Villellä on neuropsykiatrisia erityisvaikeuksia, kuten Aspergerin oireyhtymä, ja pakko-oireita. Näiden vuoksi Ville on rauhaton, keskittyminen vaihtelee ja hän paljon omassa mielikuvitusmaailmassaan. Toimintaterapian tavoitteena on parantaa Villen keskittymiskykyä, harjoitella vuorovaikutusta ja ohjeiden mukaan toimimista sekä vahvistaa Villen minäkuvaa ja itsetuntoa. Alpakoiden ja laamojen parissa oppii hallitsemaan tunteitaan ja liikkumaan rauhallisesti, sillä eläinten luottamusta ei voi saavuttaa riehumalla, huutamalla ja ryntäilemällä. Ville onkin saavuttanut lauman luottamuksen pikkuhiljaa, ja nyt alpakat Ulpu, Janette, Fuchsie ja Estefany sekä Delia-laama ovat hyväksyneet pojan laumaansa.

”Alpakat ja laamat ovat tosi ihania”, poika sanoo ja jatkaa ”on kiva kuulua johonkin laumaan – ihminenkin on laumaeläin”.

Janette, valkeanaamainen alpukka, asettuu maahan makaamaan ja antaa pojan kyykistyä viereensä. Poika silittelee Janetten pörröistä ja pehmeää kaulaa, juttelee samalla Janettelle hiljaa. Välillä poika äänтелеe alpakoiden tapaan ynisemällä. Janette kuuntelee poikaa silmät kiinni. Poika haluaa varovaisesti Janettoa kaulasta. Alpukka- ja laama-avusteinen toimintaterapia on tuonut apua myös pojan aistisäätelyn pulmiin; Ville on herkkä erilaisille hajuille, ja niinpä alkuun myös alpakoiden ja laamojen hajut kävivät pojan nenään. Vielä vuosi sitten Ville ei olisi voinut hajun vuoksi halata alpakkaa, mutta terapian myötä hän on asteittain totutunut hajuille.

Myös ruskea Ulpu käy maahan makaamaan. Poika nousee ja ottaa askeleen Ulpua kohti, mutta Ulpu ponnahtaa jaloilleen ja ottaa etäisyyttä. Eläimet opettavat sietämään pettymyksiä; eläin toimii vaistonsa varassa, toisinaan eläin haluaa tilaa ja rauhaa, toisinaan seuraa. Pettymystensietokyky on tärkeä taito, sillä pienempiä ja suurempia pettymyksiä ja vastoinkäymisiä tulee väistämättä eteen myös arkielämän varrella. Joyce ja Pirkko selittävät Villedelle, että Ulpu on laumansa johtaja, ja siten Ulpun tehtävänä on vahtia muiden liikkeitä ja kaikkea sitä, mitä ympärillä tapahtuu. Siksi Ulpu oli varuillaan eikä antanut pojan tulla rapsuttelemaan itseään, vaan hypähti etemmäs.

Siirrytään poikien aitaukseen, jossa on kaksi nuorta alpakkapoikaa Aaron ja Leego sekä Onni-laama, laumansa johtaja. ”Kumpaa haluat taluttaa, Onnia vai Aaronia, niin otetaan riimu?”, Joyce kysyy. ”Onni laamaa”, Ville vastaa ja katsoo harmaanruskeaa lempeän uteli-aasti lähestyvää Onnia. Pirkko ottaa Onnin sisälle pilttuuseen ja pyytää poikaa hakemaan seinältä riimujen joukosta sen riimun, jossa lukee Onni. Poika etsii oikean riimun ja antaa sen Pirkolle. Pirkko pukee riimun Onnille, kiinnittää talutushihnan ja taluttaa Onnin ulos pihalle.

Joycella ja Pirkolla on selvä työnjako; Joyce huolehtii siitä, että tilanne etenee toimintaterapialle asetettujen tavoitteiden mukaisesti, kun taas Pirkko vastaa eläinten käsittelystä terapiatilanteessa. Pirkko ja Onni-laama seisovat vieretysten pihalla. ”Tule tänne minun ja Onnin väliin seisomaan”, Pirkko pyytää ja opastaa poikaa ottamaan oikean talutusotteen ”just noin, ote ihan hihnan juuresta läheltä Onnin päätä”. ”Kun lähet käveleen, se lähtee käveleen sun kanssa”, Pirkko ohjeistaa. Onni tekee kuitenkin stopin eikä lähde talutettavaksi, vaan tähyilee aitauksen suuntaan. Pirkko ja Joyce pohtivat Villen kanssa Onnin käytöstä. Onni on oman laumansa pomo ja kenties Onni on huolissaan siitä, kuinka nuoremmat pojat Aaron ja Leego pärjäävät aitauksessa sillä välin, kun hän on pihalla talutettavana. Pirkko päättää hakea Aaronin aitauksesta, pukea Aaronille riimun sekä hihnan, ja tuoda Aaronin pihalle Onnin seuraksi. Ja niin nelikko tekee

kierroksen pihalla, Ville taluttaa Aaronia ja Pirkko Onnia. Taluttamisen kautta poika pääsee opettelemaan monenlaisia taitoja. Jotta eläintä voi taluttaa, on itse pystyttävä olemaan rauhallinen ja keskittynyt, sillä eläin vaistoa, jos ihminen on pelokas ja levoton. Täytyy myös hallita tilannetta ja eläintä, mikä vaatii itsevarmuutta. Lisäksi taluttajan tulee olla vuorovaikutuksessa eläimen kanssa; kuunnella ja tunnustella eläimen mielialaa ja yhteistyöhalukkuutta.

Talutuskierron lopuksi Aaron ja Onni viedään takaisin aitaukseen. Poika kyykistyy tyynen rauhallisena katselemaan laumaa. ”Kuka laumassa on kaunein?”,

Joyce kysyy pojalta. ”Kaikki ovat kauniita”, poika vastaa ja jatkaa kertomalla, kuinka myös ihmisissä kaikki ovat kauniita. Alpakka- ja laama-avusteinen toimintaterapia on ollut luonnosta pitävälle Villelle merkittävä kokemus. Sen myötä Villelle on muodostunut käsitys siitä, minkälainen hän on ihmisenä ja missä hän on hyvä. Tämä on vahvistanut Villen itsetuntoa. Ollessaan alpaka- ja laama-avusteisessa toimintaterapiassa Joycen ja Pirkon luona Ville ei seikkaile omassa mielikuvitusmaailmassaan vaan on läsnä tässä hetkessä. ”Kaikki alpakoiden ja laamojen kanssa tehty on tasan yhtä mukavaa”, Ville tuumaa.

Kirjoittaja: Elina Vaskonen

Opinäytetyö Eläinavusteinen toimintaterapia – asiakkaiden kokemusten näkökulmasta. Anna-Maaria Koiso-Kanttila ja Elina Vaskonen. Saimaan ammattikorkeakoulu, toimintaterapian koulutusohjelma, kevät 2016. Ohjaaja: lehtori Tuula Hämäläinen.





Alpakoiden kesellä ei voi hötkyillä. Kuvassa myös Delia-laama oikealla.



Janette-alkakka antaa pojan silitellä turkkiaan samalla, kun poika puhelee alpakalle hiljaa.

## KARVAKAVERI TERAPEUTIN APUNA

**”Terapia on enemmän leikkiä, kun on koira mukana, mut se on sellasta kehittäväää leikkiä.”**

Toimintaterapia Huiske on toimintaterapeutti (ylempi AMK) Hanna-Leena Niirasen vuonna 2009 Klaukkalaan perustama yksityinen toimintaterapiayritys, joka tarjoaa koira-avusteista toimintaterapiaa. Hänen asiakaskuntansa koostuu lapsista ja nuorista, joista yksi on alakouluikäinen CP-vammaisen tyttö. Toimintaterapiassa hänen kanssaan harjoitellaan käsien käyttöä ja tasapainoa, lisäksi pyritään vähentämään tytön väsyvyyttä toiminnassa.

Hanna-Leena kääkee terapiakoira Toscaa odottamaan paikallaan, kun tyttö saapuu sisään, nyt Tosca tietää olevansa töissä. Kun ulkovaatteet on riisuttu, seuraa iloinen jälleennäkeminen tytön ja koiran välillä. Ensimmäisenä valmistellaan Toscalle terapianamit leikkamalla ne saksilla suuremmasta koiranherkusta. Tämä toimii myös hienomotoristen taitojen harjoitteena. Käsien käytön paraneminen onkin ollut terapian yksi päätavoitteista ja tätä päästään harjoittelemaan jokaisella kerralla, koska namit ovat terapeutin ja lapsen työväline koiran kanssa.

Terapiassa pelataan tänään koiran naimpeleillä, ensin ne täytyy kuitenkin koota kasaan. Lapsen kiertäessä osia toisiinsa kiinni, hän harjoittelee käsien hienomotorisia toimintoja eli parempaa

käsien käyttöä. Tämä tuskastuttaa tyttöä, koska se on vaikeaa. Lapsen kootessa peliä kasaan, Tosca odottaa omalla matollaan maaten lupaa, milloin hän saa etsiä namit. Tosca päästelee välillä hermostuneita vingahduksia, mutta nämä vain naurattavat tyttöä. ”Ole hyvä”-kääskystä Tosca saa luvan etsiä namit. Tyttö auttaa Toscaa nauraen viimeisissä nameissa, jotka eivät meinaa mahtua pelin pienistä rei’istä lävitse.

Toinen terapiassa tehtävä harjoite on tasapainoilu tasokeinun päällä samalla, kun tyttö ohjaa koira kiertämään keinun namipalan avulla. Tämä on jo erittäin haastava tehtävä, jossa samalla täytyy hallita omaa kehoa ja tasapainoa sekä ohjata koira. Tyttö kertookin tämän olevan vaikeaa, mutta mukavaa. Koko terapia ajan Tosca säilyttää katsekontaktin tyttöön ja seuraa tyttöä tämän liikkussa tilassa. Ohjeita hän odottaa työltä, vaikka Hanna-Leena seuraakin vierestä.

...

No miltä se koira-avusteinen toimintaterapia sitten tänään tuntui? ”Se oli hauskaa. Se tasapainojuttu keinussa oli ihan uus, ja se ei olisi kivaa tehdä ilman koira, koska se on vaikeaa. Tasapainoilu oli kuitenkin kivoin tänään, aikasemmin sitä tehtiin tyyntyjen päällä, nyt ollaan

kuitenki kehitytty.” Tyttö kertoo, että motivaatio terapiaan on ihan erilainen kuin ilman koira, toimintaterapiasta lähteminenkin on vaikeaa, koska siellä tehdään niin kivoja juttuja. ”Toimintaterapia on kiva juttu, koska täällä tehdään kivoja juttuja, pelejä ja leikkejä. Suosittelen sitä myös muille lapsille. Hanna-Leena on kiva kun se ei ikinä suutu. Mikään terapiassa ei ole ollut ikävää, ei edes epäonnistumiset.”

Mitä hyötyä sitten koira-avusteisesta toimintaterapiasta on ollut? ”Oon oppinu käyttää viivotinta ja rikkoo kananmunan, leikkaaminen saksilla on helpottunu todella paljon. Koulussa myös liikkatunnin temppuradat on nykyisin helpompia.” Hanna-Leena kertoo, että tytön motoriikka ja tasapaino on parantunut kokonaisvaltaisesti. Tyttö on oppinut hallitsemaan kehoaan ja

koiraa niin, että taluttaessaan koira ja kävellessään portaissa tyttö ei kaadu yllättävissä tilanteissa, kuten silloin, jos koira vetäisee talutushihnaa. Nykyisin tyttö jaksaa keskittyä paremmin koulussa ja toimintaterapiassa, joka mahdollistaa pidempien ja vaikeampien tehtävien ja harjoitusten tekemisen.

Mitä koira antaa toimintaterapiaan Hanna-Leenan mielestä? Kun terapiassa on koira mukana, sosiaalisia tilanteita ei tarvitse leikkiä terapeutin ja lapsen välillä, vaan ne ovat aitoja kohtaamisia. Kun koira on mukana terapiassa, lapsi ei koe olevansa terapian kohde, roolit ja suojamuurit unohtuvat, jolloin terapiassa päästään syvemmälle paljon nopeammin. Terapeutti on terapiassa mukana varmistamassa toiminnan tavoitteellisuuden ja tarkoituksenmukaisuuden.

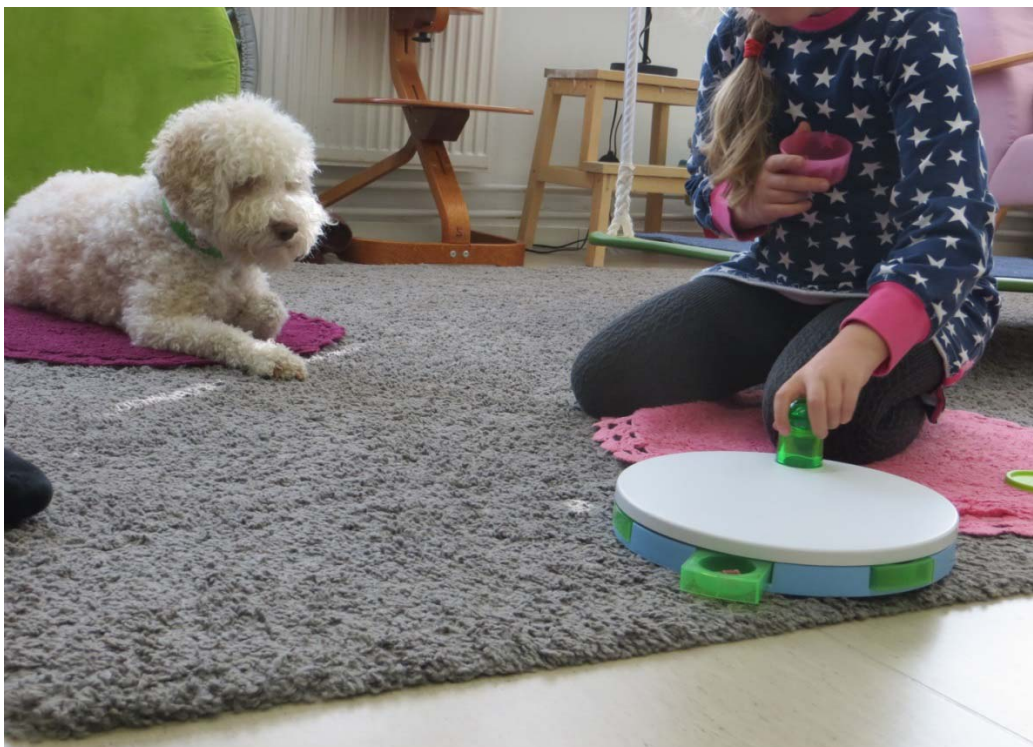
Kirjoittaja: Anna-Maaria Koiso-Kanttila

Opinäytetyö Eläinavusteinen toimintaterapia – asiakkaiden kokemusten näkökulmasta. Anna-Maaria Koiso-Kanttila ja Elina Vaskonen. Saimaan ammattikorkeakoulu, toimintaterapian koulutusohjelma, kevät 2016. Ohjaaja: lehtori Tuula Hämäläinen.





Terapian jälkeen on hyvä levähtää hetki yhdessä aikuisten juttellessa.



Tosca odottaa kiltisti tytön kootessa namipeliä.