

Katja Järvinen

Vanhempien mielipiteet ratsastusterapian vaikutuksista kehitysvammaisten lasten motoristen taitojen kehittymiseen

Hoitotyön koulutusohjelma  
2016

Vanhempien mielipiteet ratsastusterapian vaikutuksista kehitysvammaisten lasten motoristen taitojen kehittymiseen

Järvinen, Katja  
Satakunnan ammattikorkeakoulu  
Hoitotyön koulutusohjelma  
Helmikuu 2016  
Ohjaaja: Pirilä, Ritva  
Sivumäärä: 29  
Liitteitä: 5

Asiasanat: Ratsastusterapia, kehitysvammaisuus, lapset, motoriset taidot

---

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää vanhempien mielipiteitä ratsastusterapian vaikutuksista kouluikäisen kehitysvammaisen lapsen motoristen taitojen kehittymisessä. Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa tutkittua tietoa, josta saattaisi olla hyötyä kehitysvammaisten lasten vanhemmille ja kehitysvammaisten lasten kanssa työskenteleville.

Tutkimus toteutettiin kvalitatiivista tutkimusmenetelmää käyttäen ja aineisto kerättiin henkilökohtaisella teemahaastattelulla joulukuussa 2015 sekä tammikuussa 2016. Kohderyhmänä olivat ratsastusterapiassa käyvien viiden lapsen vanhemmat, kolme äitiä ja kaksi isää.

Tutkimustulosten mukaan suurin edistys lasten motoristen taitojen kehittymisessä näkyi lapsen liikkumisessa, tasapainossa ja ryhdissä. Aikaisemmin usein kaatunut lapsi pysyi paremmin pystyssä epätasaisellakin maastolla kuin ennen ratsastusterapia käyntejä. Lasten kehonhallinnan koettiin parantuneen ratsastusterapian myötä. Jokainen lapsi oli oppinut juoksemaan. Ja muutama oli oppinut ajamaan polkupyörällä. Jokaisella lapsella oli hankaluuksia hienomotoriikassa, jota vaikeutti käsien vapina, mikä edelleen vaikutti pukeutumiseen ja syömiseen ja piirtämiseen. Kahden vanhemman mukaan lapsen kärsivällisyys oli lisääntynyt ratsastusterapian aikana. Kärsivällisyyden lisääntyminen helpotti koulukäyntiä ja kotiarkea. Vanhemmat kertoivat pitävänsä ratsastusterapiaa kokonaisvaltaisena kuntoutusmuotona, joka kehittää lapsen motorista toimintaa.

Jatkotutkimusehdotuksena voitaisiin selvittää erimerkiksi ratsastusterapeutin mielipide lasten motoristen taitojen kehittymisestä. Tutkimus voitaisiin toteuttaa haastattelulla tutkimuksen tilaajaa. Toisena jatkotutkimusehdotuksena voitaisiin selvittää lasten sosiaalista ja/tai psyykkistä kehittymistä ratsastusterapian aikana. Olisi myös mielenkiintoista selvittää, miten tähän tutkimukseen osallistuneiden vanhempien lapset ovat kehittyneet vuoden tai kahden päästä. Myös lasten oma mielipide heidän motoristen taitojen kehittymisestä olisi mielenkiintoista selvittää.

## PARENTS' OPINIONS ON RETARDED CHILD'S PROGRESS IN MOTOR SKILLS DURING EQUESTRIAN THERAPY

Järvinen, Katja

Satakunnan ammattikorkeakoulu, Satakunta University of Applied Sciences

Degree Programme in Nursing

February 2016

Supervisor: Pirilä, Ritva

Number of pages: 29

Appendices: 5

Key words: equestrian therapy, retardation, children, motor skills

---

The purpose of this dissertation was to find out about the opinions parents have on effects of equestrian therapy on the development of motor skills in retarded children of school age. The objective of the dissertation was to generate information that would help people extend their knowledge of equestrian therapy and its effects.

The study was conducted as qualitative research and the material was collected in personal thematic interviews during December of 2015 and January of 2016. The target group consisted of the parents of five children in equestrian therapy, three mothers and two fathers. The interviews were transcribed and analysed using content analysis.

According to the research results, the children's motor skills progressed most in locomotor, balance control and postural development. Hence, a child who used to fall ever so often was now able to keep his balance better even in rough terrain. Likewise, children's body control had improved along with the therapy and every child had learned how to run and control the body better. Some children were reported to have also learned how to ride a bicycle. In the beginning, every child had had problems with their fine motor skills further hampered by tremors in hands, that is, ataxia still evident in activities such as dressing and partly in eating and drawing. Two of the parents reported improved patience of the child in the course of equestrian therapy. Improved patience was also reflected in school attendance and partly in everyday domestic routines. Parents considered the equestrian therapy to be a holistic approach to rehabilitation which develops the child's motor activities.

A continuation study could clarify the opinion of an equestrian therapist on the development of motor skills in children. The research could be conducted by interviewing the party that had commissioned the research. A further topic of research could clarify children's social and/or psychic development during equestrian therapy. Further still, it would be of interest to find out how the children in this particular research will have developed, for example, within the next year or two as well as how the children themselves perceive their development.

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	5
2	KEHITYSVAMMAISEN LAPSEN MOTORISET TAIDOT .....	6
2.1	Kehitysvammaisuus .....	6
2.2	Lapsen motoriset taidot ja niiden kehittyminen.....	6
2.3	Kehitysvammaisen lapsen motoristen taitojen ongelmat.....	7
3	RATSASTUSTERAPIA .....	8
3.1	Terapeutina hevonen.....	9
3.2	Hevosen liikkeiden vaikutus ratsastajan aistitoimintaan .....	9
3.3	Ratsastusterapiassa käyvät henkilöt.....	10
3.4	Talliympäristö ja sen vaikutukset .....	12
4	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSONGELMAT .....	13
5	TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN .....	13
5.1	Aineiston keruumenetelmä ja kohderyhmä .....	13
5.2	Aineiston keruu.....	14
5.3	Aineiston analyysi.....	15
6	TUTKIMUSTULOKSET.....	16
6.1	Kehitysvammaisen lapsen motoriset taidot ennen ratsastusterapiaa .....	16
6.1.1	Hienomotoriikka.....	16
6.1.2	Tasapaino ja liikkuminen .....	17
6.2	Kehitysvammaisen lapsen motoristen taitojen kehittyminen ratsastusterapian myötä .....	18
6.2.1	Hienomotoriikka.....	18
6.2.2	Tasapaino.....	19
6.2.3	Liikkuminen ja juokseminen .....	19
6.2.4	Pyöräily.....	20
6.2.5	Ratsastusterapia .....	20
7	POHDINTA.....	23
7.1	Tutkimustulosten tarkastelua .....	23
7.2	Tutkimuksen luotettavuus.....	25
7.3	Tutkimuksen eettiset kysymykset .....	26
7.4	Jatkotutkimushaasteet .....	27
7.5	Ammatillinen kasvu .....	27
	LÄHTEET.....	28
	LIITTEET	

## 1 JOHDANTO

Kuntoutusmuotona ratsastusterapia on kokonaisvaltaista. Kuntoutujalle yksilöllisesti asetettujen tavoitteiden saavuttamiseksi kuntoutuja, hevonen ja ratsastusterapeutti toimivat ja tekevät töitä yhdessä. Ratsastusterapian kohderyhmään kuuluvat henkilöt, joilla voi olla liikuntavamma, mielenterveysongelmia, psyykkisiä - tai sosiaalisia ongelmia tai käyttäytymisen säätelyongelmia. (Mattila-Rautiainen 2011, 15.)

Kehitysvammaiseksi luokitellaan henkilö, jolla kehitys tai henkinen toiminta on estynyt tai häiriintynyt, synnynnäisen tai kehitysiässä saadun vamman, vian tai sairauden vuoksi. Henkilöllä voi olla useampia kuin yksi vamma. Kehitysvammaisuus ei ole sairaus ja se rajoittaa ihmisen toiminnoista vain osaa. Jokaisella on erilaisia vahvuuksia ja kykyjä. Kehitysvammaisuutta ei tule sekoittaa muihin vammaisuuden muotoihin, kuten liikuntavammoihin tai cp-vammaan. Suomessa kehitysvammaisia on noin 40 000 henkilöä. (Kehitysvammaliiton [www-sivut](http://www.sivut) 2015; Pihko, Haataja & Rantala 2014, 90–91.)

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää vanhempien mielipiteitä ratsastusterapian vaikutuksista kouluikäisen kehitysvammaisen lapsen motoristen taitojen kehittymiseen. Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa tietoa, jonka avulla ihmiset saavat tietoa ratsastusterapiasta ja sen vaikutuksista. Tavoitteena on myös lisätä opinnäytetyöntekijän omaa tietämystä ratsastusterapian vaikutuksista ihmisen motoriseen toimintaan. Opinnäytetyöntekijä ehdotti tutkimusta tutkimuksen tilaajalle, joka innostui ideasta. Ratsastus on hyvä kuntoutusmuoto, joka varmasti tulee yleistymään ja sitä voitaisiin tarjota työelämässä yhtenä kuntoutusmuotona asiakkaille.

## 2 KEHITYSVAMMAISEN LAPSEN MOTORISET TAIDOT

Kehitysvammaisuus rajoittaa ihmisen toiminnoista vain murto-osaa. Jokaisella on erilaisia vahvuuksia ja kykyjä. Henkilöllä voi olla useampi kuin yksi vamma, eikä kehitysvammaisuutta tule sekoittaa vammaisuuden muihin muotoihin. Kehitysvammaisuus ei ole sairaus. (Kehitysvammaliiton www – sivut 2015.)

### 2.1 Kehitysvammaisuus

Kehitysvammaiseksi luokitellaan henkilö, jonka kehitys tai henkinen toiminta on estynyt tai häiriintynyt synnynnäisen tai kehitysiässä saadun vamman, vian tai sairauden vuoksi. Sosiaaliset, kielelliset, älylliset, motoriset ja omatoimisuustaidot sekä tarkkaavaisuus ja hahmottamiskyky ovat kehitysvammaisella heikommalla kuin vammattomalla ikätoverilla. Kehitysvammaisuus voidaan jakaa vaikeusasteisiin: lievä, keskivaikea, vaikea tai syvä. (Pihko, Haataja & Rantala 2014, 90–91.)

Kehitysvammaisuudessa esiintyvät oireet johtuvat isoaivojen kuorikerroksen poikkeavasta toimintakyvystä. Aivokuoren eri alueet osallistuvat eri toimintojen säätelyyn. Kehitysvammaan liittyy muitakin kuin älykkyyteen liittyviä häiriöitä. Liitännäisoireet voivat näkyä esimerkiksi kömpelönä liikkumisena, puheen tuottamisen vaikeutena tai poikkeavana käytöksenä. Isoaivokuoren vaurion laajuus vaikuttaa siihen millaisena kehitysvamma ilmenee. (Kv-tietopankin www-sivut.)

Älyllistä kehitysvammaisuutta voivat aiheuttaa kromosomi- tai geenipoikkeavuudet, keskushermoston epämuodostumat, raskauden aikaiset infektiot, äidin alkoholinkäyttö tai synnytykseen liittynyt happivaje. Kehitysvammaisuuden syyt ja vaikeusaste ovat moninaiset, sen vuoksi hoito ja ennustekin vaihtelevat. (Terveyskirjaston www-sivut.)

### 2.2 Lapsen motoriset taidot ja niiden kehittyminen

Kouluikäisellä lapsella tarkoitetaan 7-12 vuotiasta lasta. Fyysinen kasvu kouluikäisellä on melko tasaista ja hitaampaa kuin leikki-iässä. Kouluikäisen päivään sisältyy

sekä hieno- että karkeamotorikkaa kehittävää toimintaa esimerkiksi juoksemista, kiipeilyä, kirjoittamista ja piirtämistä. Lapsi osaa monenlaisia käytännöntaitoja, jotka vaativat sorminäppäryyttä ja kehittyneitä havaintomotorisia taitoja. Lapsi osaa käyttää veistä ja haarukkaa, kuoria perunan, piirtää, värittää, kirjoittaa, solmia kengännauhat ja sulkea vetoketjut. (Storvik-Sydänmaa, Talvensaari, Kaisvuo & Uotila 2012, 62.)

Motorinen kouluvalmius tarkoittaa, että lapsi kykenee istumaan paikallaan, keskittymään ja seuraamaan opetusta. Työskentely koulussa vaatii motorisia taitoja sekä silmän ja käden yhteistyökykyä. Hienomotorisia taitoja, kuten valmiutta oppia kirjoittamaan, vaaditaan myös lapselta. Tärkeänä pidetään myös, että lapsi selviytyy itsenäisesti ruokailuista, pukeutumisesta ja wc-käynneistä. (Storvik-Sydänmaa ym. 2012, 62.)

Koivisto ja Lehtelä (2011,38, 43) suunnittelivat opinnäytetyössään tasapainon, alaraajojen lihasvoiman ja hienomotoriikan arviointia ratsastusterapiassa. Testipatteristoa ei oltu testattu, testauksen tekee toimeksiantaja. Kohderyhmänä oli tarkoituksena olla 6-10 vuotiaita lapsia, itsenäisesti käveleviä, joilla oli yksilöllisiä haasteita motorisissa taidoissa. Opinnäytetyöntekijät olivat sitä mieltä aikaisempien tutkimusten ja kirjallisuuden perusteella, että ratsastusterapian voitiin todeta olevan erittäin kokonaisvaltainen ja yksilöllinen kuntoutusmuoto, jossa hevonen on suuressa roolissa.

### 2.3 Kehitysvammaisen lapsen motoristen taitojen ongelmat

Motoristen taitojen perusta on oman kehon hahmotus. Kehitysvammaisen puuttuvien tai viivästyneiden motoristen taitojen opetus perustuu kehitystason tarkkaan selvittämiseen, minkä tavoitteena on ehkäistä poikkeavat liikemallit sekä parantaa liikkeiden koordinoitua, tasapainoa ja lihasvoimaa. Vauvaiässä olevien lasten kuntoutus tapahtuu parhaiten arkirutiinien kautta. Yksilöllisten ohjeiden mukaan vanhemmat oppivat lapsen hoitamisen, esimerkiksi miten lasta kannetaan tai nostetaan. Fysioterapeutti ohjaa vanhempia ja antaa yksilöllistä terapiaa. Tavoitteena on antaa lapselle oikeita sensomotorisia kokemuksia sekä opettaa lasta hyödyntämään niitä jokapäiväisessä liikunnassa. Sensomotoriikalla tarkoitetaan aistien, aivojen, tukirangan ja hermolihaskäytön

telmän poikkitieteellistä toimintaa. Ympäristöllä on kehitysvammaisille tärkeä merkitys, sillä aivot tarvitsevat uusia asioita vireystilan ylläpitämiseksi ja uusi ympäristö motivoi lasta yrittämään. (Koistinen ym. 2004, 361.)

Kehitysvammaiset oppivat parhaiten asioita, kun heitä opetetaan vähän aikaan kerrallaan ja opetus toistetaan useita kertoja. Kehitysvammaiselta lapselta voi puuttua leikkimisen taito, johon he tarvitsevat vanhempien opastusta. Leikin avulla lapsi oppii hahmottamaan ympäröivän todellisuuden ja leikki antaa myös tilaa mielikuvitukselle. (Koistinen, Ruuskanen & Surakka 2004, 36.)

Hienomotoriikalla tarkoitetaan käsien motoriikkaa. Koordinaatiolla tarkoitetaan lihasten yhteistoiminnan säätelyä, esimerkiksi käsien liikkeiden hallinnan nopeutta, sujuvuutta ja tarkkuutta. Hienomotoriikan vaikeus ilmenee liikesarjojen hitaasti oppimisella sekä niiden tuottaminen on hidasta tai epätarkkaa. Hienomotoriikan kehitys alkaa siitä, kun vastasyntyneen niin sanottu tarttumisheijaste on hävinnyt ja lapsi pystyy vähitellen hallitsemaan käsiään itse. Käsien käyttö edellyttää silmien ja käden yhteistyötä. Eleiden matkiminen on vaikeaa samoin piirtäminen, kirjoittaminen ja saksien käyttö. Lisäksi taustalla voi myös olla puheen tuottamisen vaikeus. (Helsingin ja Uudenmaan sairaalan www-sivu; Terveyskirjaston www-sivut.)

### 3 RATSASTUSTERAPIA

Ratsastusterapialla tarkoitetaan kokonaisvaltaista kuntoutusmuotoa, jonka tarkoituksena on tukea kuntoutujan sosiaalista, kasvatuksellista, lääkinnällistä tai psykiatrista kuntoutusta. Terapiamuotona ratsastusterapia on yksilöllistä, suunnitelmallista ja tavoitteellista kuntoutusta. Ratsastustaitojen opettelun sijaan ratsastusterapien tavoitteena on oppia oman kehon, mielen ja käyttäytymisen hallintaa. (Suomen ratsastusterapeuttien www-sivut 2013; Kähäri-Wiik, Niemi & Rantanen 2006, 48.)



### 3.1 Terapeutina hevonen

Hevosella on kolme perusaskellajeja: käynti, ravi ja laukka. Terapeutille ja ratsastajalle on tärkeää tuntea hevosen liikkeitä. Kävellessään hevonen välittää ratsastajaan noin 100 moniulotteista, symmetristä ja rytmistä liikeimpulssia jo minuutin aikana. Liikeimpulssit ovat samantyyppisiä kuin ihmisen kävelyssä, jolloin istuminen hevosen selässä ja liikkeisiin mukautuminen antavat kävelyn kaltaisen tunteen ja mallittavat kävelyä. Hevosen ruumiinlämpö on puolitoista astetta korkeampi kuin ihmisen ja kun siihen yhdistetään liike, saadaan aikaan vaikutus, jota on mahdotonta jäljitellä mekaanisesti. (Mattila-Rautiainen 2011, 110, 126; Suomen ratsastusterapeuttien www-sivut.)

### 3.2 Hevosen liikkeiden vaikutus ratsastajan aistitoimintaan

Kuntoutujan tunto-, tasapaino- ja liikeaistijärjestelmään vaikuttaa hevosen liike ja nämä aistit parantavat kuntoutujan tietoisuutta kehostaan. Hevonen tarjoaa kuntoutujalleen monipuolista haju-, kuulo- ja näköaistikokemuksia. (Kähäri-Wiik ym. 2006, 48.) Hevosen käyntiliikkeet aktivoivat ratsastajan aistitoimintaa eli sensoriikkaa monipuolisesti. Aistitoimintaa tarvitaan aistihavaintojen syntymiseen, kehonkaavan päivittämiseen, asentojen säätelyyn ja liikkeiden oppimiseen. Henkilö joutuu mukautumaan hevosen käyntiliikkeisiin ja jatkuvasti korjaamaan painopisteensä paikkaa lantion, vartalon ja niskalihasten avulla. Hevosen rytmikkäät liikkeet venyttävät myös vartalon ja raajojen lihaksia, jolloin esimerkiksi spastiset eli jäykät lihakset ja niiden vastavaikuttajat aktivoituvat vuorotellen. Lihasten jäykkyyttä pienentää lihaksen lämpötilan nousu. Hevosen ruumiinlämpö on puolitoista astetta korkeampi kuin ihmisellä, jolloin ratsastajaan siirtyvä lämpömäärä saattaa olla riittävän suuri vähentämään ratsastajan jäykkyyttä. Lämpö toimii myös rentouttajana kuten käynnin rytmikin. (Mattila-Rautiainen 2011, 36, 43, 68–70.)

Rantanen (2011, 27, 52) tutki opinnäytetyössään hevosharrastuksen yhteyttä lapsen hyvinvointiin vanhempien näkökulmasta. Tutkimusmenetelmä oli kvalitatiivinen tutkimus, joka toteutettiin havaintojen ja haastatteluiden perusteella. Kohderyhmä oli neljä, 2-8 -vuotiasta lasta sekä heidän vanhempansa. Tutkimustulokset tarkasteltiin

lasten hyvinvoinnin muuttumisen ja kehittymisen alueilta sekä vanhempien sekä tutkimuksen suorittajan näkökulmasta. Lapsen hyvinvointiin liittyvistä tekijöistä selvimmän esiin tulivat lapsen fyysiseen ja motoriseen toimintaan vaikuttavat asiat. Harrastuskertojen lisääntymisen myötä, lasten valmius hallita kehoaan kehittyi selvästi. Lasten asento satulassa muuttui ryhdikkäämmäksi ja varmuus oman kehon hallinnasta parani. Tallitöissä kehitys näkyi jaksavuuden ja motoriikan kehittymisenä.

Käynnissä hevonen tuottaa ratsastajalle liikemäärien muutoksia vartaloon ja sitä kautta kaularankaan ja päähän. Liikemäärien muutokset on todettu olevan miltei samansuuruisia kuin kävelevältä ihmiseltä mitatut. Ratsastusterapia voi olla ainoa mahdollisuus, jossa liikuntavammainen lapsi oppii pitämään pään ja vartalon asennot vakaina, kun lantio liikkuu. Hevosen selässä ei synny alaraajoihin kävelyliikettä, vaan kävelyn pohjana olevia lantion liikkeitä ja niiden tuottamaa sensoriikkaan. Ratsastajan lantion puoliskot kallistuvat vuoroin eteen ja taakse, kiertyvät oikealle ja vasemmalle sekä liikkuvat sivusuuntaan. Vaihtelut lantion asennossa saavat aikaan rintakehän ja lapaluiden liikkeitä. Lantio toimii samalla tavalla kävelyn aikana. (Mattila-Rautiainen 2011, 54–55, 65-66.)

Karhunen ja Pitkänen (2011, 22, 34) selvittivät opinnäytetyössään ratsastusterapian vaikutuksia MS-potilaan kävelykykyyn ja alaraajojen spastisuuteen. Opinnäytetyö toteutettiin kvantitatiivisesti tapaustutkimuksena. Tarkoituksena oli selvittää, miten ratsastusterapia vaikutti yhden MS-potilaan toimintakyvyn eri osa-alueisiin. Tutkimuksessa saatujen tulosten perusteella voidaan todeta, että yksittäisellä ratsastusterapiakerralla oli positiivisia vaikutuksia alaraajojen spastisuuteen tietyissä lihaksissa. Tutkimukseen osallistuneen mielestä ratsastusterapiasta saadun hyödyn näkee vasta muutamana tunnin kuluttua ratsastusterapiasta. Tutkimus oli tapaustutkimus, eikä tuloksia voida yleistää toisiin MS-tautia sairastaviin henkilöihin.

### 3.3 Ratsastusterapiassa käyvät henkilöt

Ratsastusterapia on Kelan tarjoamaa vaikeavammaisen lääkinnällistä kuntoutusta. Ratsastusterapiaa voi toteuttaa fysioterapian tai toimintaterapian rinnalla samanaikaisesti tai jaksotettuna tietyin edellytyksin. Ratsastusterapia ei

pääsääntöisesti voi jatkua useita vuosia. Terapian alkaessa ja päätyttyä arvioidaan fysio-/ toimintaterapiakäyntien kokonaismäärä tarkoituksenmukaiseksi. Kuntoutujan yksilöity tarve ja tavoite kuntoutukselle tulee perustella kuntoutussuunnitelmassa. Kirjallinen kuntoutussuunnitelma laaditaan jokaiselle kuntoutujalle julkisen terveydenhuollon yksikössä, joka vastaa kuntoutujan hoidosta kuntoutujan tai hänen omaisensa kanssa. Kuntoutussuunnitelman teossa mukana ovat terveydenhuollon työryhmä, omaiset ja kuntoutuja itse, tarvittaessa myös terapeutti. Kuntoutussuunnitelma tehdään vähintään vuodeksi ja enintään kolmeksi vuodeksi kerrallaan. (Suomela-Markkanen 2015, 2-3.)

Henkilöllä, jolle voidaan ratsastusterapiaa myöntää, täytyy olla muun muassa liikkumisen rajoite kuten vartalon puutteellinen hahmotus ja hallinta, tasapainovaikeuksia tai poikkeava lihasjänteys. Kehityshäiriö, autismi, tarkkaavaisuus-, tunne- ja käytöshäiriö, psyykinen häiriö tai kehitysvammaisuus ja siihen liittyvä tarve ovat perusteita, joilla ratsastusterapiaa voidaan myöntää. Tarve voi olla esimerkiksi tukea oma-aloitteisuutta, tarkkaavaisuutta, käyttäytymistä, aistituntemusten sietoa, käsien, kielen ja kommunikaation kehittymistä sekä toiminnanohjausta. (Suomela-Markkanen 2015, 4.)

Jämsä (2013, 24) tutki opinnäytetyössään Down – lasten ratsastusterapiaa, ratsastusterapeuttien kokemuksia terapian toteuttamisesta ja sen vaikutuksista lasten toimintakykyyn. Tutkimus toteutettiin tapaustutkimuksena ja tutkimusmenetelmänä käytettiin teemahaastattelua, jossa haastateltiin viittä eri paikkakunnalla asuvaa ratsastusterapeuttia puhelimesta. Tutkimustulokset osoittavat, että kaikki ratsastusterapeutit kokiivat ratsastusterapian vaikuttaneen positiivisesti Down – lasten toimintakykyyn. Positiivisina vaikutuksina pidettiin lasten kävelyn paranemista, motivaation kasvua sekä kehonhallinnan ja vuorovaikutustaitojen kehittymistä. Ratsastusterapia vaikutti myös arkojen lasten rohkeuden lisääntymiseen.

### 3.4 Talliympäristö ja sen vaikutukset

Pohjola (henkilökohtainen tiedonanto 2.1.2016.) kertoo työskentelevänsä muun muassa kehitysvammaisten lasten kanssa, jotka käyvät hänellä ratsastusterapiassa. Ratsastusterapia tuntiin voi sisältyä ratsastuksen lisäksi hevosten hoitamista, kärryttelyä, talutusharjoituksia ja helppojen tallitöiden tekemistä. Toimintaterapeutina hänestä on tärkeää osata analysoida eri toimintoja ja huomata, miten ne vaikuttavat lapseen. Koska hän tuntee lapsen, hän tietää, mitä vahvuuksia lapsella on, ja hänen tiedossaan on myös, mitä lapsen kanssa pitää harjoitella. Jokaiselle lapselle on laadittu yksilölliset tavoitteet ratsastusterapiaan. Tärkeää kehitysvammaisen lapsen motoristen taitojen tukemisessa ratsastusterapiassa on, että toiminnot on sovellettu lapselle mahdolliseksi. Lapselle sovelletut toiminnot voivat olla esimerkiksi sopivat työskentelyvälineet, toimintojen porrastaminen sopiviksi ja tarvittaessa terapeutin apu, joka voi olla sanallista, näyttämistä tai yhdessä tekemistä, esimerkiksi erilaiset tallityöt.

Kuoppa ja Manner (2009, 16, 43) tutkivat opinnäytetyössään hevosen vaikutuksia terapeutin yhteistoimintaan. Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää, miten hevosen läsnäolo vaikuttaa terapiasuhteeseen ja terapeutin yhteistoimintaan. He tarkastelivat työssään toimintaterapeutin suhdetta kuuden terapeutin yhteistoiminnan mukaan. Nämä kuusi terapeutista yhteistoimintaa ovat ennakointi, vuorovaikutus, toimijoiden välinen yhteys, roolien vaihtelu, välineiden merkitys sekä toiminnan luonne. Kuoppa ja Manner käyttivät tiedonkeruu menetelmänä havainnointia videokuvaamalla yhden terapiakerran ja lisäksi he lähettivät työntilajalle sähköpostitse kyselylomakkeen. Tutkimustulosten perusteella he ymmärsivät, että hevonen olemassaolollaan ja toiminnallaan vaikuttaa terapeutin ja asiakkaan suhteeseen. Terapiakertaan saattaa sisältyä useita toimintoja, jolloin toiminnasta siirtyminen toiseen vaatii yhteistä keskustelua. Hevosta voidaan pitää myös yhteistä keskustelua lisäävänä tekijänä, sillä sen läsnäolo ja tallin tapahtumat tarjoavat luonnollisia ja mielekkäitä puheenaiheita. Yhdessä hevosta hoidettaessa ja siitä keskusteltaessa terapeutin ja asiakkaan roolit ovat tasavertaiset. Tallilla asiakkaan on mahdollista tuntea itsensä ja oman toimintansa hyödylliseksi ja tärkeäksi.

#### 4 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSONGELMAT

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää vanhempien mielipiteitä ratsastusterapian vaikutuksista kouluikäisen kehitysvammaisen lapsen motoristen taitojen kehittymiseen.. Tavoitteena opinnäytetyössä on tuottaa tietoa, jonka avulla ihmiset saavat tietoa ratsastusterapiasta ja sen vaikutuksista.

Tutkimustehtävät ovat:

1. Millaista lapsen motoriset taidot olivat ennen ratsastusterapian aloittamista?
2. Minkälaisia vaikutuksia olette havainneet ratsastusterapialla olevan lapsenne karkea- ja hienomotorisiin taitoihin?

#### 5 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

##### 5.1 Aineiston keruumenetelmä ja kohderyhmä

Kvalitatiivisen tutkimuksen aineistoa voidaan kerätä havainnoimalla tai haastattelemalla. Aineistokeruumenetelmäksi yksilöhaastattelu sopii erityisesti silloin, kun tutkimusaihe on herkkäluonteinen ja aiheesta on vähän tutkittua tietoa. Teemahaastattelu sopii haastattelumenetelmäksi, kun haastattelun keskeiset asiat on sovittu, mutta aineiston keruu ei ole tiukasti strukturoitu. Teemahaastattelu on laadullisen tutkimuksen yksi yleisimmistä aineistokeruu menetelmistä ja haastattelu soveltuu tutkimukseen, jossa halutaan saada tietoa aiheesta jota on tutkittu vähän. Haastattelussa on aina kaksi osapuolta; haastatteliija ja haastateltava, jotka tuottavat tutkimusaineiston. Tutkija laatii valmiiksi teemat tai keskustelun aihepiirit ja vastauksia etsitään tutkimuksen ongelmanasettelun tai tutkimustehtävän mukaan. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 123, 125–126; Kananen 2014, 71-73, 125.)

Kvalitatiivisen tutkimuksen aineistojen keruussa keskeinen asia on, miten monta tiedonantajaa tutkimukseen pitäisi saada, jotta saatava aineisto on riittävä. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa tiedonantajien määrä on usein pieni ja siinä keskitytään aineiston laatuun. Tiedonantajien valintaperusteena on, että siihen valitaan henkilöt, joilla on paljon tietoa tutkittavasta asiasta. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 110.)

Tämä opinnäytetyö toteutettiin yksilöhaastatteluna. Tutkimukseen osallistui viisi kehitysvammaisen lapsen vanhempaa. Tutkimus toteutettiin teemahaastatteluna keskustelurunkoa (LIITE 2) apuna käyttäen ja tarkoituksena oli, että vanhemmat kertovat, minkälaisia motorisia ongelmia heidän lapsellaan oli ennen ratsastusterapian aloittamista, ja miten vanhempien mielestä lapset ovat kehittyneet motorisesti ratsastusterapian aikana. Kohderyhmän lasten vanhemmat valikoituivat niistä, joiden lapset käyvät Pohjolan ratsastusterapiassa.

## 5.2 Aineiston keruu

Tutkimuslupakäytännöt vaihtelevat eri organisaatioissa, mutta aineiston keruuta varten on aina haettava tutkimuslupa. Kohdeorganisaation nimen mainitsemisesta tutkimusraportissa on myös hyvä pyytää lupaa. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 222.)

Tässä opinnäytetyössä tutkimuslupaa haettiin toiminta- ja ratsastusterapeutti Pohjolta (LIITE 4). Myös tutkimukseen osallistuvilta pyydettiin kirjallista suostumusta tutkimukseen (LIITE 3). Haastattelut nauhoitettiin vanhempien suostumuksella. Opinnäytetyöntekijä toimitti tutkimuksen tilaajalle vanhemmille annettavat saatekirjeen (LIITE 1), keskustelurunkopohjan (LIITE 2) sekä suostumuslomakkeen (LIITE 3), jotka hän toimitti vanhemmille.

Opinnäytetyöntekijä sopi Pohjolan kanssa tutkimukseen osallistuneiden vanhempien aikataulun pohjalta, milloin haastattelut suoritetaan. Haastatteluista neljä toteutui joulukuussa 2015 ja yksi tammikuussa 2016. Haastattelut toteutettiin ratsastusterapeutti Pohjolan tiloissa, ja ne käytiin lapsen ratsastusterapiatunnin aikana. Haastattelut kestivät 25-50minuuttia ja kaikki haastattelut nauhoitettiin koululta lainattuun nauhuriin.

Haastattelut aloitettiin, kun lapset olivat aloittaneet ratsastusterapiatuntinsa. Neljä haastatteluista suoritettiin ratsastusterapian yhteydessä olevassa tallituvassa ja yksi Pohjolan kotona. Vanhemmat olivat keskustelurungon (LIITE 2) pohjalta miettineet etukäteen, mitä kertoisivat. Haastattelut etenivät keskustelurungon mukaan. Opinnäytetyöntekijä teki tarpeen mukaan lisäkysymyksiä.

### 5.3 Aineiston analyysi

Kvalitatiivisessa tutkimusprosessissa aineistojen analyysi on usein erittäin haasteellista. Sisällönanalyysi on tyypillinen perusanalyysimenetelmä kvalitatiivisessa tutkimuksessa. Aineisto analysoidaan yleensä sen keräämisen yhteydessä. Aineistojen analysointi aloitetaan litteroimalla eli kirjoittamalla haastattelunauhojen materiaali tekstiksi. Sisällönanalyysin avulla on mahdollista analysoida erilaisia aineistoja ja samalla kuvata niitä. Tavoitteena sisällönanalyysissa on ilmiön laaja, mutta tiivis esittäminen. Tuloksena syntyy käsiteluokituksia, käsitejärjestelmiä, malleja tai käsitekarttoja. Haasteena sisällönanalyysin käytössä on sen joustavuus ja säännöttömyys. Sisällönanalyysi voi olla induktiivista eli aineistolähtöistä tai deduktiivista eli teorialähtöistä. Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissa sanoja luokitellaan niiden teoreettisen merkityksen perusteella. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 165–167.)

Nauhurista opinnäytetyöntekijä siirsi haastattelut omalle tietokoneelleen. Opinnäytetyöntekijä numeroi haastattelut satunnaisessa järjestyksessä ja sen jälkeen ne litteroitiin sanasta sanaan auki. Sisällönanalyysin liittyy valmisteluvaihe, joka alkaa litteroinnin jälkeen analyysiyksikön valinnalla. Analyysiyksikkö voi olla yksittäinen sana tai teema. Lausumat pelkistetään aineiston käsitteisiin, ja ne kirjoitetaan paperille, minkä jälkeen aineistosta etsitään samankaltaisuuksia ja erilaisuuksia. Yksi sana voi analyysiyksikkönä olla liian kapea tai tuottaa pirstaleisen kuvan. Analyysiyksikköä määrittää myös tutkimustehtävä. Samaa tarkoittavat lausumat yhdistetään kategoriaan ja se nimetään sisältöä kuvaavalla nimellä. Ryhmittelyn jälkeen alakategoriat yhdistetään ja niistä muodostetaan yläkategoriat. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 167–169.)

## 6 TUTKIMUSTULOKSET

Tutkimuksessa haastateltiin viisi kehitysvammaisen lapsen vanhempaa, joista kolme oli äitiä ja kaksi isää. Lapsista kaikilla oli diagnoosina älyllinen kehitysvamma. Kaikki lapset olivat kouluikäisiä. Jokaisella lapsella oli myös muita terapioita ratsastusterapian ohella. Ratsastusterapiassa lapset olivat käyneet kahdesta neljään vuoteen.

### 6.1 Kehitysvammaisen lapsen motoriset taidot ennen ratsastusterapiaa

Ensimmäisenä tutkimustehtävänä oli selvittää, millaisia olivat lapsen motoriset taidot ennen ratsastusterapian aloittamista. Alkuun vanhemmat kertoivat lasten hienomotorisista taidoista, kuten kynän ja saksien käytöstä, pukeutumisesta ja syömisestä. Vanhemmat kertoivat myös lapsen motorisesta toiminnasta, millaista lapsen liikkuminen oli ja miten tasapaino pysyi ennen ratsastusterapian aloitusta.

#### 6.1.1 Hienomotoriikka

Kaikkien tutkimukseen osallistuneiden vanhempien kertoman mukaan, heidän lapsellaan oli ataksiaa eli tahdonalaisten liikkeiden ja koordinoinnin ongelma, joka hankaloittaa esimerkiksi kynien ja saksien käyttöä. Kahdella tutkimukseen osallistuneella lapsella oli myös ongelmia silmän ja käden yhteistyössä.

Pukeutumisessa kaikki lapset tarvitsivat apua ja jonkin verran myös syömisessä. Esimerkiksi yhden lapsen äiti kertoi, ettei hänen lapsensa pysty yhdellä kädellä pitämään mukia, vaan tarvitsee siihen molemmat kädet. Wc – toimissa kaikki lapset tarvitsivat apua ja heille sattui usein virtsa- ja/tai ulostevahinkoja. (Kuvio 1)

*”Et ei uskaltan saksii kätte antaa.” (4.)*

*”Piirtänytkin hän on, piirtänyt katsomatta paperiin et..” (1.)*

*”Et hän ei saanut niitä vaatteita päälles.”(4.)”*



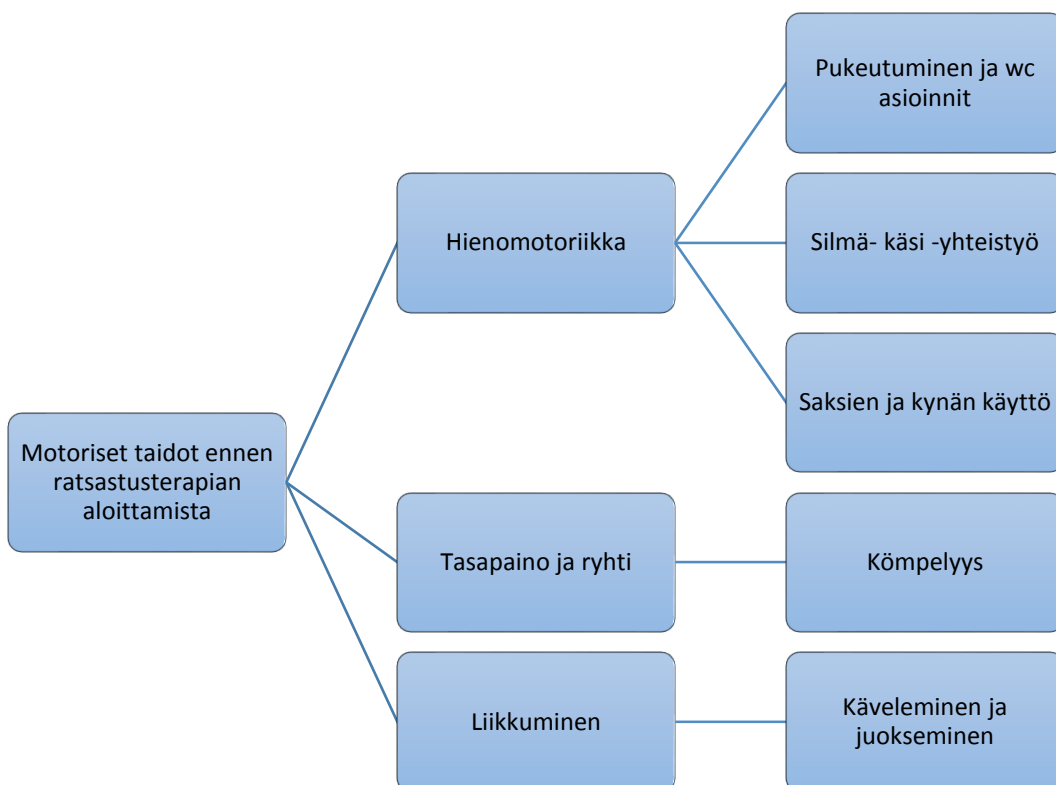
### 6.1.2 Tasapaino ja liikkuminen

Kaikkien tutkimukseen osallistuneiden vanhempien lapsilla oli hankaluuksia motorisissa taidoissa. Viidestä lapsesta yksi kulkee rollaattorin avulla ja yhdellä lapsella on valjaat eli käytännössä hän ei ilman toisen apua tai varmistusta pysty turvallisesti liikkumaan.

Yksi äideistä kertoi, ettei hänen lapsensa nilkat taivu, joka vaikeuttaa lapsen kävelemistä. Erään lapsen tasapaino oli niin huono, että hän kaatuili tasaisellakin maastolla. Kiipeileminenkin ei lapsilta onnistunut. Jokainen vanhempi kertoi lapsensa liikkumisen olleen kömpelöä ja tasapainon huonoa. (Kuvio 1)

*”Kauheen kompastelevainen.”(2.)*

*”Et liikkuminen ja konttaaminen, ryömiminen oli jo ihan sillo vauvana niinku hankalampaa.”(5.)*



Kuvio 1. Motoriset taidot ennen ratsastusterapian aloittamista

## 6.2 Kehitysvammaisen lapsen motoristen taitojen kehittyminen ratsastusterapian myötä

Toisena tutkimustehtävänä oli selvittää lasten motoristen taitojen kehittyminen ratsastusterapian aikana. Vanhemmilta kysyttiin, miten lapsi on kehittynyt hienomotoriikassa, tasapainoon liittyvissä asioissa, liikkumisessa, juoksussa, pyöräilyssä, miten kuntoutuminen ratsastusterapiassa on sujunut. (Kuvio 2)

### 6.2.1 Hienomotoriikka

Pukeutumisessa lapset tarvitsivat ohjaamista, mutta pukeutuivat usein itsenäisesti. Usea tutkimukseen osallistuneista vanhemmista kertoi, että lapsi kykenee saamaan vaatteet päälle itse, mutta arkiamuina se ei käytännön syistä onnistu, jolloin vanhempi auttaa pukeutumisessa. Muutama vanhempi mainitsi ongelmaksi toiminnan ohjauksen eli lapsi saattoi aloittaa pukeutumaan itsenäisesti, mutta alkaakin tehdä muuta esimerkiksi jää haaveilemaan tai alkaa leikkiä jolloin pukeminen saattaa jäädä kesken. Jokainen aamu ja päivä ovat erilaisia, välillä pukeutuminen onnistuu, joskus siitä ei taas tule mitään. Yhtenä oleellisena asiana vanhemmat kokivat lapsen oman motivaation, kun lapsella on mielekästä tekemistä hän jaksoi olla kiinnostunut pidempään.

Vanhempien mielestä lasten ”suttaaminen” ruokailussa oli ratsastusterapian myötä vähentynyt. Muki pysyi paremmin pystyssä ja haarukalla syöminen onnistui hyvin. Osa lapsista osaa käyttää ruokailussa myös veitsee, ainakin jonkin verran. Haastetta hienomotoriikkaan toi osalla lapsista myös se, ettei vielä oltu varmoja, onko lapsi oikeavai vasenkätinen.

Yhden lapsen vanhempi kertoi kynätekniikan parantuneen samalla, kun keskittymiskyky kehittyi. Lapsi ei enää hosunut ja keskittyi tekemiseensä, keskittyminen on edelleen kiinni motivaatiosta ja sen hetkisestä jaksamisesta. Muutama vanhempi kertoi lapsen saksien käytöstä, että sitä harjoitellaan edelleen. Yksi haastatelluista kertoi että

lapsen silmä-käsi – yhteistyön on parantunut siten, että nykyään lapsi katsoo piirtäessään paperia.

Yksi tutkimukseen osallistuneista lapsista on edelleen vaipoissa. Yhden lapsen vanhempi kertoi lapsensa oppineen kuivaksi viime syksynä. Eräs vanhemmista kertoi, että pian ratsastusterapian aloittamisen jälkeen lapsen virtsan pidätyskyky alkoi parantua. Muutama lapsi suoriutuu vessareissuista omatoimisesti.

*”Ja pukeutumisessa sen on kans huomannu, et kun hänellä on vaan se motivaatio siihen, niin hän saa itse.”(1.)*

*”Yrittää itse mielellään kun on mielekästä tekemistä.”(2.)*

*”Jos hän itse pyytää pöntölle niin mennään koittamaan.”(3.)*

### 6.2.2 Tasapaino

Kahdella lapsella oli taipumusta kaatuilla, mutta heidän vanhempansa kertoivat kaatuilun vähentyneen huomattavasti ratsastusterapian aikana. Toinen vanhemmista kertoi lapsen kompastelun vähentyneen ja tasapainon parantuneen. Tämä näkyi muun muassa siinä, että jos lapsi osui juostessaan kiveen, hän ei kaatunut.

Yhden lapsen äiti mainitsi lapsensa ryhdin parantuneen selkeästi ratsastusterapian aikana. Lapsen seistessä ja istuessa selkä ei mene enää niin helposti notkolle kuin ennen. Jos ratsastusterapiasta on taukoja, lapsen ryhdissä tapahtuu huononemista.

*”Ja tota niissä, siinä kaatumisten vähentymisessä.”(1.)*

### 6.2.3 Liikkuminen ja juokseminen

Moni vanhempi huomasi lapsen liikkumisen tulleen varmemmaksi ratsastusterapian aikana, mikä ilmeni muun muassa pihalla, kun lapsi pääsi itse kiipeilemään ja keinuamaan. Yhden lapsen vanhempi huomasi lapsen kehityksen siinä, miten hän nousi ylös lattialta ja miten hän sinne meni. Myös vauhtia alkoi samoin tulla liikkumiseen.

Yhden lapsen vanhempi kertoi kehityksen tulevan aaltomaisesti ja joulun aikoihin he olivat huomanneet lapsen liikkumisesta tulleen selkeästi parempaa ja varmempaa. Lapsi oli alkanut liikkua kotiooloissa välillä ilman apuvälinettä ja myös koulussa opettajat olivat huomanneet kehitystä tapahtuneen.

*”Ja tota niissä, siinä kaatumisten vähentymisessä.”(1.)*

*”Tullut varmemmaksi, eikä enää niin kömpelö.”(4.)*

*”Et siihe sit jossain vaihees kans alko tulee sitä varmuutta ja uskallusta.”(1.)*

*”Et hän seisoo sillai selvästi tukevammin.”(5)*

*”Et pystys jo jossain vaihees sanomaa et se muttui juoksusi.”(1.)*

#### 6.2.4 Pyöräily

Kaikilla tutkimukseen osallistuneiden vanhempien lapsilla oli jonkinlainen kontakti polkupyöräilyyn. Osalla lapsista oli hankaluuksia polkea pyörällä eteenpäin ja myös jarruttaminen ja pyörän ohjaaminen oli haasteellista. Jalkojen pysyminen polkimilla oli haasteellista, yhdellä lapsella oli polkimissa remmit, jotta jalat pysyisivät paremmin polkimilla. Osalla oli myös työntökahva pyörässä, jotta polkeminen olisi kevyempää. Pyöräilyssä tapahtunutta kehitystä ei voida tarkastella, koska tutkimukseen osallistuneiden vanhempien lapsilla ei ollut kokemusta pyöräilystä ennen ratsastusterapian aloittamista

#### 6.2.5 Ratsastusterapia

Kahden lapsen vanhemmat kertoivat lapsen keskittymiskyvyn parantuneen sekä liikkeiden tulleen rauhallisemmaksi. Vanhemmat kertoivat kehityksen tulleen ratsastusterapian aikana ja kehitys näkyi ratsastusterapiatunneilla ja osittain kotona ja koulussa. Lapset ymmärsivät, etteivät he voi hevosten lähellä touhuilla omiaan, vaan heidän täytyy keskittyä ja olla rauhallisesti. Muutama vanhempi sanoi lapsensa osaavan ottaa hyvin ohjeita vastaan. Vanhemmat olivat huomanneet, että lapselle oli tullut itsenäistä toimintaa talliympäristössä. Ratsastusterapeutin ei tarvinnut koko ajan ohjata vieressä.

Kotioloissa sen huomasi muun muassa siinä, että, lapsi saattoi tehdä itsenäisesti voileivän. Osa vanhemmista mainitsi kärsivällisyyden sekä kehon hallinnan kehittyneen. Kärsivällisyyden lisääntyminen näkyi, kun lapsi oli aloittanut värittämisen, hän jaksoi suorittaa sen loppuun asti. Yksi vanhemmista kertoi lapsen tulleen oma-aloitteisemmaksi. Keskittymiskyvyn ja ohjeiden vastaanottaminen heijastui kotona ja koulussa, mikä koettiin positiiviseksi.

*”Hän on niin motivoitunut tähän hommaan.”(1.)*

*”Keskittyminen on parantunut, yhes vaihees meni haahuiluks.”(4.)*

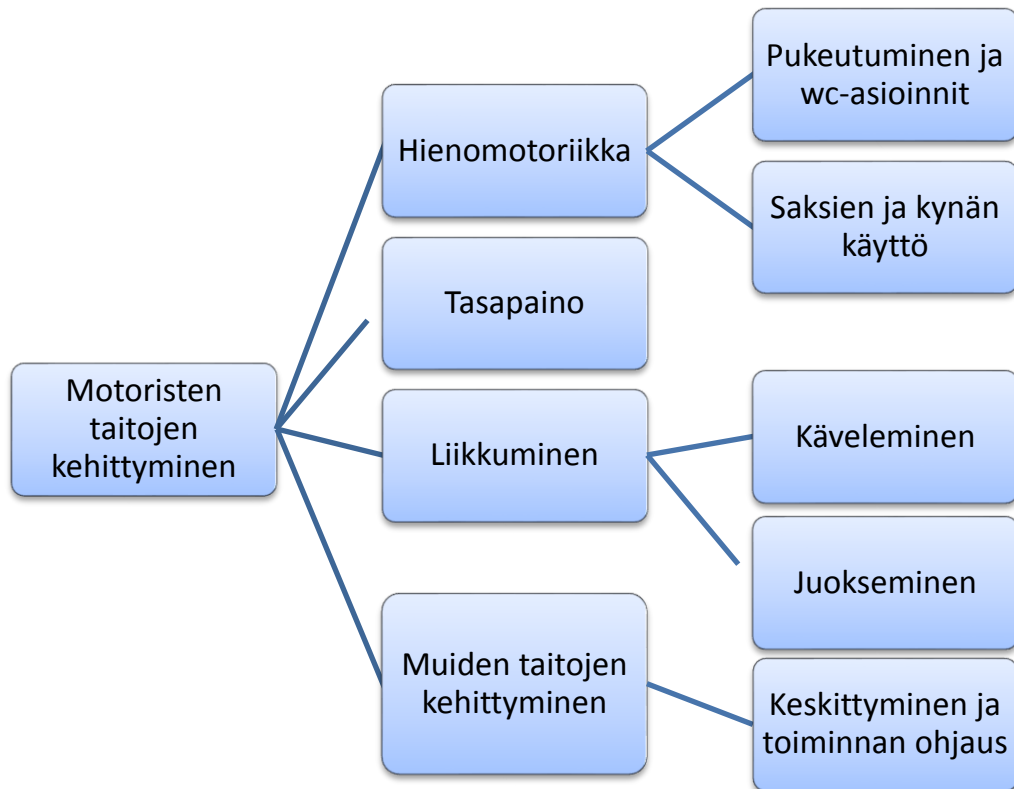
Tutkimukseen osallistuneiden lasten kehon hallinta on kehittynyt ratsastusterapian aikana, joka näkyy siinä, että lapsi jaksaa paremmin pitää selän asentoa. Myös tasapaino on kehittynyt ratsastuksessa ja selässä omatoimisesti pysymiseen. Yhden lapsen vanhempi mainitsi lapsensa olevan erittäin motivoitunut ratsastusterapiaan.

*”Tuol tallitöis on ainaki oppinut aika hyvi semmost just vartalonkiertoo.”(2.)*

*”Tarkkaan seuraa miten hänen tasapaino pysyy siinä.”(5.)*

*”Kiteytettynä näkisin tämän hyödyllisenä sekä motoriikan, että hienomotoriikan kannalta.”(3.)*

Kaikki tutkimukseen osallistuneiden lasten vanhemmat kertoivat, että heidän mielestään ratsastusterapian olevan hyvin kokonaisvaltaista ja ovat siihen erittäin tyytyväisiä. Ratsastus koettiin monipuolisena sekä kokonaisvaltaisena terapiamuotona, eri osa-alueiden yhteispelinä, jossa lapsi on keskipisteenä.



Kuvio 2. Motoristen taitojen kehittyminen ratsastusterapian aikana.

## 7 POHDINTA

### 7.1 Tutkimustulosten tarkastelua

Tutkimuksessa selvitettiin kehitysvammaisten kouluikäisten lasten motoristen taitojen paranemista ratsastusterapian avulla. Haastattelut käytiin lasten vanhempien kanssa, ja he kertoivat mielipiteensä lapsen kehittymisestä. Tutkimuksessa keskusteltiin lapsen motorisesta toimintakyvystä ennen ratsastusterapian aloittamista, hienomotoriikasta sekä motorisen toiminnan kehittymisestä ratsastusterapian aikana. Haastattelujen alkuun jokainen vanhempi kertoi lapsestaan, hänen diagnoosistaan ja muista liitännäissairauksistaan. Vanhemmat kertoivat kuinka kauan ovat ratsastusterapiassa käyneet, lapsen iästä sekä koulunkäynnistä. Osa vanhemmista koki vaikeaksi pohtia ja muistella, millaista lapsen liikkuminen oli ennen ratsastusterapian aloittamista. Myös lapsen normaalikehityksen tunnistaminen vaikeutti vanhempien näkemystä lapsen kehittymisestä. Opinnäytetyöntekijä kehotti haastattelutilanteessa vanhempia pohtimaan, yleisesti lapsen kehittymistä. Vanhemmat kertoivat lastensa kehittymisestä hyvin laajasti ja opinnäytetyöntekijä sai vastaukset tutkimustehtäviinsä. Vastaukset olivat hyviä, joistain asioista vanhemmat osasivat kertoa paremmin ja selkeämmin. Ensimmäisen haastattelun vanhempi kertoi hyvin laajasti ja kattavasti lapsena kehittymisestä, sen pohjalta opinnäytetyöntekijän oli helpompi lähteä toisia vanhempia haastattelemaan.

Pukeutumisissa kaikki tutkimukseen osallistuneet lapset tarvitsivat apua. Lasten hienomotoristen taitojen kehittymistä vaikeutti ataksia, jonka näkyi etenkin käsien vapinana. Jokainen tutkimukseen osallistuneista lapsista kärsi ataksiasta, ja kahdella oli myös ongelmia silmä-käsi-yhteistyön kanssa. Nämä vaikeuttivat lasten piirtämistä, kynän ja saksien käyttöä ja osalla myös syömistä. Pukeutumisesta vanhemmat kertoivat osasiko lapsi jo pukeutua itsenäisesti vai tarvitsiko apua. Kolme vanhempaa mainitsi lapsen olevan kyllä kykeneväinen pukeutumaan omatoimisesti, mutta huomio ja/tai keskittyminen saattaa kesken pukeutumisen mennä johonkin muuhun asiaan

Kaksi vanhempaa kertoi, kuinka herkästi lapsi saattoi kaatuilla huonon tasapainon vuoksi. Kaatuilua saattoi tapahtua tasaisella maastollakin. Liikkuminen oli myös hankalampaa tutkimukseen osallistuneilla lapsilla. Yksi lapsista kulki ennen ratsastusterapian aloittamista rollaattorilla, Yhdellä lapsella liikkumiseen tarvittiin toinen henkilö varmistamaan, sairauden takia. Pyöräilyä ei kukaan vanhempi kertonut, lapsen harjoitelleen ennen ratsastusterapian aloittamista

Ratsastusterapian aikana lapsissa tapahtuneesta kehittymisestä vanhemmat kertoivat, miten se näkyi lapsen toiminnassa kotona, koulunkäynnissä, ratsastusterapiatunneilla ja hienomotorisessa osaamisessa. Lapsen tasapainossa etenkin kolme vanhempaa näki kehitystä tapahtuneen. Aikaisemmin kompastelevainen lapsi pysyikin pystyssä epätaisisessakin maastossa, eikä kaatunut enää niin herkästi kuin ennen. Yhdellä lapsella ryhti parani selkeästi. Lahden ja Kantolan (2013, 56–58) opinnäytetyön tuloksissa käy ilmi, että talliympäristö itsessään ja hevosen liikkeet auttoivat rentoutumaan sekä fyysisesti että psyykkisesti. Tutkimustulosten mukaan myös ratsastusterapia parantaa ratsastajan asentotuntoa, ratsastuksessa omaa asentoa voidaan havainnoida oman kehon tuntemuksista, mutta myös hevosen liikkeistä.

Lahden ja Kantolan (2013, 56–58) opinnäytetyötuloksia verratessa tämän työn tuloksiin voidaan todeta, että ratsastus parantaa ratsastajan oman kehon tietoisuutta ja tuntemuksia. Tämän opinnäytetyön vanhemmat kertoivat, että heidän mielestään ratsastus on kokonaisvaltainen kuntoutusmuoto. Lahden ja Kantolan työssään mainitaan miten hevosen liikkeet auttoivat rentoutumaan sekä fyysisesti ja psyykkisesti. Heidän työssään myös korostettiin talliympäristön vaikutusta.

Opinnäytetyön tutkimustulokset ovat hyvin yhtenäisiä aikaisemmin samasta aiheesta tehtyjen tutkimusten kanssa. Esimerkiksi Heikkilä ja Karstila (2005, 25) selvittivät opinnäytetyössään kehitysvammaisten lasten kokemuksia ratsastusterapiasta vanhempien kuvaamana. Opinnäytetyön tuloksissa esiin nousi lasten omatoimisuuden sekä kehittyminen että motoristen taitojen kehittyminen. Tuloksissa ilmeni myös ratsastusterapian ylläpitäneen lasten kävelyä ja parantaneen heidän tasapainoa.



Heikkilän ja Karstilan (2005, 25) opinnäytetyön tuloksia verrattaessa tähän opinnäytetyöhön voidaan todeta ratsastuksen lisänneen lasten omatoimisuutta. Tässä opinnäytetyössä kerrottiin miten osa lapsista oli oppinut juoksemaan, miten kompastelu oli vähentynyt sekä miten lapset olivat oppineet ajamaan polkupyörällä. Myös omatoimisuutta oli tullut osalle lapsista. Näitä tuloksia voidaan verrata Heikkilän ja Karstilan opinnäytetyön tuloksiin jossa he kertoivat lasten kehittymisestä sekä motoristen taitojen kehittymisestä. He mainitsivat myös ratsastusterapian ylläpitäneen lasten kävelyä ja parantaneen tasapainoa. Myös tässä opinnäytetyössä vanhemmat olivat kertoneet lasten tasapainon parantuneen ratsastusterapian myötä.

## 7.2 Tutkimuksen luotettavuus

Tutkimuksen luotettavuutta varmistettiin opinnäytetyöntekijän toimesta useaan otteeseen. Tutkimuksen tilaajan kanssa pohdittiin keskustelurunko – pohjaa (LIITE 2) ennen, kuin se muokkautui tutkimukseen soveltuvaksi, joka varmasti osaltaan lisäsi tutkimuksen luotettavuutta. Kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuuden arviointiin on esitetty lähtökohtia ja erillisiä suosituksia. Usein tutkimuksen raporteissa esitetään suoria lainauksia haastattelutekstistä. Näin varmistetaan tutkimuksen luotettavuus ja se antaa lukijalle mahdollisuuden pohtia aineistoa. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 197–198.)

Kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuutta voidaan arvioida Cuban ja Lincolnin tekemien kriteereiden pohjalta. Kriteerit ovat uskottavuus, siirrettävyys, riippuvuus sekä vahvistettavuus, myös aikaisemmassa julkaisussa puhutaan totuusarvosta, sovelletavuudesta, kiinteydestä ja neutraalisuudesta. Aineiston ja tulosten kuvaus on tärkeä luotettavuuskysymys. Tutkijan tulee esittää analyysinsä mahdollisimman tarkkaa. Uskotavuudessa esiin nousee tulosten kuvaus, ne tulee esittää niin selkeästi, että lukija ymmärtää tutkimuksen. Siirrettävyydellä tarkoitetaan tulosten siirrettävyyttä johonkin muuhun tutkimusympäristöön. Tästä on hyötyä, jos toinen tutkija haluaa seurata prosessia. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 197–198.) Tässä tutkimuksessa on pyritty tuomaan tulokset esille selkeästi ja ymmärrettävästi, mitään sepittämättä, poistamatta tai lisäämättä. Tila oli rauhallinen ja haastattelut sujuivat hyvin, joka lisää

myös tutkimuksen luotettavuutta. Vanhemmat olivat hyvin avoimia kertomaan lapsistaan ja siitä miten heidän lapsensa on kehittynyt, joka teki haastattelutilanteesta molemmille osapuolille mielekkään. Osa vanhemmista epäröi osaavatko he kertoa lapsestaan niin kuin pitäisi. Tutkimusprosessi on kuvattu selkeästi, sitä on helppo seurata.

### 7.3 Tutkimuksen eettiset kysymykset

Tutkimukseen liittyy aina myös eettinen näkökulma. Etenkin kun tutkimuksen kohteena on ihminen. Eettisinä periaatteina silloin pidetään suostumusta, luottamuksellisuutta, seuraavuutta ja yksityisyyttä. Tutkimuksessa on periaatteena, että haastateltava antaa suostumuksen tutkimukseen osallistumiseen asianmukaisen informaation pohjalta. Haastateltavan tulee voida hyväksyä tai kieltäytyä tutkimukseen osallistuminen. (Hirsijärvi & Hurme 2009, 21.) Ennen haastatteluja tutkimukseen osallistuneille vanhemmille annettiin saatekirje (LIITE 1), suostumuslomake (LIITE 3) ja keskustelurunko (LIITE 2). Niihin tutustumisen jälkeen vanhemmat ovat allekirjoittamalla suostumuslomakkeen, suostuneet osallistumaan tutkimukseen. Vanhemmilla oli myös mahdollisuus kieltäytyä osallistumasta tutkimukseen.

Aineiston säilyttämisessä on tärkeää, että tutkija noudattaa yksityisyyden ja luottamuksellisuuden vaatimuksia aineiston käsitellessä. Tutkimusaineistoa ei myöskään aina ole tarpeellista säilyttää sen jälkeen kun tutkimus on julkaistu. Tutkimusetiikan perusteisiin kuuluu, että tutkittaville tulee heidän halutessaan mahdollisuus säilyä anonyymeinä valmiissa tutkimuksessa. (Mäkinen 2006, 114, 120.) Tutkimukseen osallistuneiden vanhempien henkilöllisyyksiä ei ole otettu talteen, joka lisää tutkimuksen eettisyyttä. Haastattelun yhteydessä vanhemmat käyttivät lapsen etunimeä, nimiä ei tutkimuksessa tuoda mitenkään julki. Tutkimuksessa lapset ovat numeroituja 1-5 satunnaisjärjestyksessä. Opinnäytetyön raportoinnin jälkeen tutkimukseen liittyvä materiaali hävitetään asianmukaisesti.

#### 7.4 Jatkotutkimushaasteet

Jatkotutkimusehdotuksena olisi mielenkiintoista tutkia ratsastusterapeutin mielipide lasten motoristen taitojen kehittymisestä. Tutkimus voitaisiin toteuttaa haastattelemalla Pohjolaa ja hän kertoisi mielipiteensä lapsen kehittymisestä. Tutkimus voitaisiin toteuttaa myös mittaamalla lapsen toimintakykyä. Toisena jatkotutkimusehdotuksena voitaisiin selvittää lasten sosiaalista ja/tai psyykkistä kehittymistä ratsastusterapian aikana. Olisi myös mielenkiintoista selvittää, miten tähän tutkimukseen osallistuneiden vanhempien lapset ovat kehittyneet esimerkiksi vuoden tai kahden päästä. Myös lasten oma mielipide heidän kehittymisestään olisi mielenkiintoista selvittää.

#### 7.5 Ammatillinen kasvu

Opinnäytetyön tekeminen oli haasteellinen prosessi. Tutkimuksen eri vaiheet tulivat opinnäytetyön edetessä tutuksi. Opinnäytetyöntekijän tiedonhakunaidot ja lähdekriittisyys ovat työn edetessä lisääntyneet. Opinnäytetyön yhtenä tavoitteena oli tuottaa tutkittua tietoa, josta saattaisi olla hyötyä kehitysvammaisten lasten vanhemmille ja kehitysvammaisten lasten kanssa työskenteleville. Opinnäytetyöntekijän henkilökohtaisena tavoitteena oli lisätä omaa tietämystä ratsastusterapian vaikutuksista. Teoriatiedon, haastatteluiden ja käytännön kokemusten myötä voidaan sanoa, että opinnäytetyöntekijän oma tietous on kasvanut. Ratsastusterapian monipuolisuus tuli monen haastatteluun osallistuneelta vanhemmalta ja teoriaa luettaessa se kävi myös ilmi. Opinnäytetyöntekijän oman kokemuksen ja pitkän hevosharrastuksen pohjalta voin samaistua vanhempien mielipiteeseen. Opinnäytetyöprosessi kesti kaiken kaikkiaan puolitoista vuotta, eikä työlle ollut varsinaista aikataulusuunnitelmaa.

## LÄHTEET

Heikkilä, H. & Karstila, H. 2005. ”Parasta on hevonen ja itse ratsastaminen” Kehitysvammaisten lasten kokemuksia ratsastusterapiasta vanhempien kuvaamana. AMK-opinnäytetyö. Diakonia – amk. Viitattu 26.1.16. [http://kirjastot.diak.fi/files/diak\\_lib/Lahti2005/3efd78\\_heikkila4280.pdf](http://kirjastot.diak.fi/files/diak_lib/Lahti2005/3efd78_heikkila4280.pdf)

Helsingin ja Uudenmaan sairaalan www-sivut. Viitattu 22.1.16. <http://www.hus.fi/Sivut/default.aspx>

Hirsijärvi, S. & Hurme, H. Tutkimushaastattelu, teemahaastattelun teoria ja käytäntö. 2009. Helsinki: Yliopistopaino

Jämsä, H, 2013. Down – lasten ratsastusterapeuttien kokemuksia terapian toteuttamisesta ja sen vaikutuksista lasten toimintakykyyn. AMK-opinnäytetyö. Jyväskylän amk. Viitattu 19.9.2015. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2013112718639>

Kananen, J. 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä – Miten kirjoitan kvalitatiivisen opinnäytetyön vaihe vaiheelta. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. Tutkimus hoitotieteessä. 2013. Helsinki: Sanoma Pro oy

Kantola, H. & Lahti, A. 2013. ”Sitä on ku eri ihmine ratsastukse jälkee” Kokemuksia ratsastusterapiasta kehoitetoisuuden ja toimintaan motivoituneen näkökulmasta. AMK-opinnäytetyö. Oulun seudun –amk. Viitattu 29.1.16. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2013120419968>

Karhunen, E & Pitkänen, J. 2011. Ratsastusterapian vaikutus MS-potilaan kävelykykyyn ja alaraajojen spastisuuteen. AMK-opinnäytetyö. Laurea-amk. Viitattu 13.1.2015. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201103303684>

Kehitysvammaliiton www-sivut. Viitattu 12.3.2015. <http://www.kehitysvammaliitto.fi/>

Koistinen, P., Ruuskanen, S. & Surakka, T. 2004. Lasten ja nuorten hoitotyön käsikirja. Jyväskylä: Tammi.

Koivisto, K & Lehtelä, M. 2011. Tasapainon, alaraajojen lihasvoiman ja hienomotoriikan arviointi ratsastusterapiassa. AMK-opinnäytetyö. Jyväskylän-amk. Viitattu 8.1.2016. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2011111214486>

Kuoppa, E & Manner, R. 2009. Yhdessä hevosen kanssa: hevosen vaikutus terapeutiseen yhteistoimintaan. AMK-opinnäytetyö. Helsingin amk. Viitattu 12.1.16. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-200905072543>

KV-tietopankin www-sivut. Viitattu 26.1.16. <http://www.kvtietopankki.fi/etusivu>

Kähäri-Wiik, K., Niemi, A. & Rantanen, A. 2006. Kuntoutuksella toimintakykyä. 5 uud. p. Helsinki: WSOY

Mattila-Rautiainen, S. 2011. Ratsastusterapia. Juva: PS-kustannus.

Mäkinen, O. 2006. Tutkimuseetiikan ABC. Helsinki: Tammi.

Pihko, H. Haataja, L & Rantala, H. 2014. Lastenneurologia. Helsinki: Duodecim.

Pohjola, J. 2016. Ratsastusterapeutti, ratsastusterapian tilat. Uusikaupunki. Henkilökohtainen tiedonanto 2.1.2016

Rantanen, M. 2011. Hevosharrastuksen yhteys lapsen hyvinvointiin vanhempien näkökulmasta. AMK-opinnäytetyö. Helsingin amk. Viitattu 10.1.2016.  
<http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201104194530>

Storvik-Sydänmaa, S., Talvensaari, H., Kaisvuo, T. & Uotila, N. 2012. Lapsen ja nuoren hoitotyö. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Suomela-Markkanen, T. Hevonen osana hyvinvointipalveluja. Kela, Terveysosasto. Viitattu 21.1.2015. <http://www.hippolis.fi/>

Suomen ratsastusterapeuttien www-sivut. 2013. Viitattu 4.11.2014. <http://www.suomenratsastusterapeutit.net/>

Terveyskirjaston www-sivut. Viitattu 22.1.16. <http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti>

Hei!

Olen Satakunnan ammattikorkeakoulun sairaanhoitajaopiskelija Katja Järvinen. Teen opinnäytetyötä ratsastusterapiasta ja sen vaikutuksista kehitysvammaisen lapsen motoriseen kehitykseen. Tarkoitukseni on keskustella kanssanne siitä, miten lapsenne on kehittynyt ratsastusterapian aikana. Haastattelu myös nauhoitetaan, joka tulee vain opinnäytetyöntekijän käyttöön ja hävitetään kun tutkimus on valmis.

Kirjeen mukana saatte suostumuslomakkeen, jonka toivon teidän allekirjoittavan jos suostutte osallistuman tutkimukseen. Suostumuslomake palautetaan Johanna Pohjolle, seuraavalla mahdollisella kerralla. Kirjeen mukana on myös keskustelurunkopohja, johon voitte tutustua etukäteen. Haastattelut käydään erikseen sovittuna ajan-kohtana.

Ystävällisen terveisin Katja Järvinen

puh. 040 xxxxxxxx

## LIITE 2

### Keskustelurunkopohja

Mitä motorisia haasteita lapsellanne oli ennen ratsastusterapian aloittamista?

Mitä hienomotoriikan haasteita lapsellanne oli ennen ratsastusterapian aloittamista?

Oletteko huomanneet lapsenne motoristen taitojen kehittymisen ratsastusterapian aikana kotona ja koulussa?

Oletteko huomanneet lapsenne hienomotoriikan kehittyneen ratsastusterapian avulla?

SUOSTUMULOMAKE

Allekirjoittamalla kyseisen lomakkeen, suostun osallistumaan Katja Järvisen opinnäytetyöhön vanhempien mielipiteitä ratsastusterapian vaikutuksista kehitysvammaisten lasten motoristen taitojen kehittämisessä.

Päiväys: \_\_\_\_\_

Allekirjoitus: \_\_\_\_\_





## SAMK / Sopimus opinnäytetyön tekemisestä

Opinnäytetyön tekijä: KATJA JÄRVINEN	
Opiskelijanumero: 1100649	Aloitusryhmä: NHT1252
Koulutusohjelma: HOITOTYÖ	
Opinnäytetyötä ohjaavan opettajan nimi, sähköposti, puhelinnumero ja osoite: PIRILÄ RITVA ritva.pirila@samk.fi	
Toimeksiantaja, yhteyshenkilön nimi, sähköposti, puhelinnumero ja osoite: Toiminta- ja valvontayhtiö Pehyö Oy, Jämsän Poljola kanna.pehyola@uuskaupunki.fi p.0400 989344	
Opinnäytetyön nimi: VANHEMPIEN MIELIPITEIDÄ RATSASTUSTERAPIAN VAIKUTUKSISTA KEHTYSVAMMAISTEN LASTEN MOTORISTEN TAITOJEN KEHTYMISSÄ	
Työn etenemisaikataulu:	
Tarkempi selvitys on sopimuksen liitteenä olevassa hyväksytyssä tutkimus-/projektsuunnitelmassa.	
Tätä sopimusta koskevat erimielisyydet pyritään ratkaisemaan ensisijaisesti neuvottelemalla osapuolten kesken. Mikäli asiasta ei päästä sopimukseen, erimielisyydet ratkaistaan Satakunnan käräjäoikeudessa. Tätä sopimusta on laadittu 3 kappaletta, yksi kullekin osapuolelle.	
Olemme lukeneet sopimusehdot (sivu 2) ja hyväksymme ne.	
Päiväys: 30.11.2015	
Toimeksiantajan edustajan allekirjoitus, nimike ja nimen selvennys: Jouko Pehyö, Ratsastusterapeutti JOUKO PEHYÖ	
Osaamisalueen johtajan allekirjoitus ja nimen selvennys: @valkoinen @valkoinen	
Opinnäytetyön ohjaajan allekirjoitus: Ritva Pirilä	
Opinnäytetyön tekijän allekirjoitus: Katja Järvinen	

## KIRJALLISUUSKATSAUS

Tutkimuksen nimi, tekijä ja ajan-kohta	Tutkimuksen kohde-ryhmä ja lukumäärä	Tutkimuksen kohde	Tutkimustulokset	Tutkimuksen menetelmä	Paikka
Hevosen merkitys ihmisen hyvinvointiin. Sinikka Ruotsalainen 2011 ONT	Ihmiset, joiden harrastuksena on ratsastus. 5 henkilöä	Tutkia ratsastusharrastuksen vaikutuksia ratsastajaan	Haastateltavat kaikki olivat sitä mieltä, että hevosharrastuksella on positiivinen vaikutus harrastajan fyysisen, psyykkisen ja sosiaaliseen elämään ja omaan hyvinvointiin.	Teema-haastattelu, joka nauhoitettiin. Aineisto käsiteltiin sisällön analyysin menetelmää käyttäen.	Kemi-Tornio Amk
Tasapainon, alaraajojen ja hienomotoriikan arviointi ratsastusterapiassa	6-10-vuotiaat lapset	6-10-vuotiaiden lasten tasapainon, alaraajojen lihasvoiman ja hienomotoriikan arvioiminen.	Testipatteristoa ei oltu vielä esitettävää, koska tilaaja tekee sen myöhemmin.	Testipatteristo sisältää 6 tasapainoa, 4 alaraajojen hienomotoriikkaa mitattavaa testiä.	Jyväskylän amk

<p>– testipatteristo 6-10-vuotiaille lapsille</p> <p>Kaisa Koivisto Mirka Lehtelä 2011</p>				<p>Sisältää myös arviointilomakkeen alkua ja loppumittaukselle.</p> <p>Laadullinen tutkimus</p>	
<p>Ryhmämuotoinen psykososiaalinen ratsastusterapia: Visioimani malli lastensuojelun avoimuuden tukitoimeksi.</p> <p>Pro-gradu</p> <p>Haikonen, Salla-Maaria 2007</p>	<p>Lapset ja nuoret</p>	<p>Tutkimuksen avulla oli tarkoitus tutkia voidaanko ratsastusterapian avulla rakentaa psykososiaalinen ehkäisevä malli lasten ja nuorten parhaimmiksi</p>	<p>Tutkimuksen oli lisätty lasten ja nuorten tietoa sosiaalisten perusteiden annettavasta ratsastusterapiasta ja linkittää se lastensuojelutyöhön.</p>	<p>Teema-haastattelu+ täydennettiin havainnoinnilla sekä videokuvalla</p> <p>Käytettiin myös erilaisia kvalitatiivisen tutkimuksen menetelmiä</p>	<p>Helsingin yliopisto</p>

<p>Ratsastusterapian yhteysrinta- ja lannerangan liikkuuksien mahdollisiin muutoksiin.</p> <p>Salla Korsulainen. 2011</p>	<p>Erityiskoulun 12-vuotias lapsi. N=1</p>	<p>Selvittää onko ratsastusterapialla yhteyttärinta- ja lannerangan liikkuvuuksien mahdollisiin muutoksiin.</p>	<p>Alku- ja loppumittauksia vertailtiin ja voitiin todeta, että rintaranka sai lisää liikkuvuutta, lannerangan alue pysyi samana.</p>	<p>Tapaustutkimus</p>	<p>Jyväskylän ammattikorkeakoulu</p>
<p>Psykologisen ratsastusterapian vaikuttavat tekijät potilaan näkökulmasta.</p> <p>Satu Valkas 2012</p>	<p>17 (N=17) Paloniemen terapiatalilla ratsastusterapiassa psykiatrisen diagnoosin takia käynnystä aikuista</p>	<p>Selvittää psykiatristen potilaiden kokemuksia ratsastusterapiasta. Sekä tarkastella myös mitkä tekijät potilaat kokevat terapiassa merkitsevinä tekijöinä.</p>	<p>Ratsastusterapiassa käyneet potilaat hyöttyivät terapiasta, he pitivät sitä tehokkaana terapiamuotona. Potilaat kokivat myös hevosen erityislaatuiseksi eläimeksi, johon muodostui vuo-</p>	<p>Aineisto koostui itsearviointeihin perustuvista tutkittavien vastauksista. Kysely+ puolistrukturoitu haastattelutilanne.</p>	<p>Tampereen Yliopisto</p>

			rovaikutuk- sellinen suhde.		
Ratsastus- terapian merkitys autistisen lapsen kuntou- tuksessa Hellan- maa Ma- ria ja Lind- ström Jenna 2009	Rinneko- din kaksi (N=2) au- tistista ke- hitysvam- maista lasta	Selvittää ratsas- tusterapian mer- kitystä osana au- tistisen kehitys- vammaisen lap- sen kuntoutusta.	Opinnäyte- työn havain- noinnin pe- rusteella voidaan sa- noa, että rat- sastustera- pialla on po- sitiivisia vaikutuksia niin lapsen sosiaalisella kuin motori- sella tasolla	Laadullinen eli kvalita- tiivinen tut- kimus Aineisto on kerätty ha- vaintopäi- väkirjaa ja videoku- vausta käyt- täen	Lauran am- mattikor- keakoulu
REIPPA ASTI RATSAI LLE -poi- kittaistut- kimus rat- sastuksen fyysisestä kuormit- tavuu- desta kes- tävyiden näkökul- masta Mörsäri Anniina ja	Oulunsa- lon ratsas- tuskou- lulla rat- sastustun- neilla säännölli- sesti käy- vät ratsas- tajat N=65	Kuvata ratsastuk- sen fyysistä kuor- mittavuutta ja kestävyysliikun- taominaisuuksia sykemittausten- tulosten pohjalta. Päätavoite on sel- vittää onko rat- sastus ratsastajan verenkiertoa - ja hengityselimistöä kuormittavaa kestävyysliikun- taa.	Kvalitatiivi- nen eli laa- dullinen tut- kimus	Tutkimus- tulosten pe- rusteella ratsastus voidaan las- kea kestä- vyysliikun- naksi, koska suo- ritus on pit- käkestoista ja ratsastus- tapahtuman keskisyke oli myös	Oulun seu- dun am- mattikor- keakoulu

Pitkääho Riikka 2011				viitear- voissa. Myös sään- nöllisesti ratsastusta harrasta- neella kes- tävyys- kunto pa- rani	
----------------------------	--	--	--	--	--

<b>TIETOKANTA</b>	<b>HAKUSANAT JA HAKYTYYPIT</b>	<b>TULOKSET</b>	<b>HYVÄKSYTYT</b>
<b>Tyrni</b>	Ratsastusterapia	10	
	Rats*	0	
	Toimintaterapia	45	
<b>Medic</b>	Ratsastusterapia AND Toimintaterapia	0	
	Ratsastus OR Toimintaterap*	329	
	Ratsastus OR Kehitysvammaisuus	9	
<b>Theseus</b>	Ratsastusterapia	196	
	Ratsastusterapia ja toimintaterapia	51	
	Ratsastus ja kehitysvammaisuus	43	
<b>Melinda</b>	Ratsastusterapia	89	
	Toimintaterapia	1541	
	Ratsastusterapia (2005–2015, Suomi)	36	

Theseus

Hevosen merkitys ihmisen hyvinvointiin

Ruotsalainen, Sinikka

2011

Opinnäytetyö

Tasapainon, alaraajojen ja hienomotorikan arviointi ratsastusterapiassa - testipatteristo

Lehtelä, Mirka

2011

Opinnäytetyö

Ratsastusterapian yhteys rinta- ja lannerangan liikkuvuuksien mahdollisiin muutoksiin

Korsulainen, Salla

2011

Opinnäytetyö

Ratsastusterapian merkitys autistisen lapsen kuntoutuksessa

Hellanmaa, Maria ja Lindström, Jenna

2009

Opinnäytetyö

REIPPAASTI RATSAILLE - Poikittaistutkimus ratsastuksen fyysisestä kuormittavuudesta kestävyysnäkökulmasta

Mörsäri, Anniina ja Pitkäaho, Riikka

2011

Opinnäytetyö

Tyrni

Ratsastusterapia



Mattila-Rautiainen, Sanna

2011

Jyväskylä, PS-kustannus

Kirja

<https://tyrni.amkit.fi/vwebv/holdingsInfo?searchId=651&recCount=10&recPointer=2&bibId=108217>

Karvaterapiaa: eläinavusteinen työskentely Suomessa

Ikäheimo, Kaija

2013

Helsinki, Solution Models House

Kirja

<https://tyrni.amkit.fi/vwebv/holdingsInfo?searchId=651&recCount=10&recPointer=1&bibId=119864>

Medic

MS-kuntoutujien ratsastusterapia kaipaa tutkimusta

Tuomi-Nikula, Oona. Paltamaa, Jaana.

Fysioterapia 2010 vol. 25 no.1 s.10–13

Alkuperäistutkimus: English summary

Ratsastusterapialla rento ja herätelty kroppa

Lindroos, Outi

Fysioterapia 2011 vol.58 no. 6 s. 53–55

Melinda

Ohjat omiin käsiin: ratsastusterapia lastensuojelun sosiaalityön tukena

Hyvätti, Niina

2008

Pro gradu -työ, Turun yliopisto, sosiaalityö

Hevosvoimalla hyvään oloon: hevostoimintaryhmän kokemuksia

Peltola, Katariina

2011

Opinnäytetyö