

Heli Hallivuori & Sanna Sihto

Hellää hoivaa

Etnografinen tutkimus sosiaalipedagogisen hevostoiminnan merkittävydestä ja voimaannuttavuudesta

Opinnäytetyö

Syksy 2017

SeAMK Sosiaali- ja terveysala

Sosionomi (AMK)

SeAMK 

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö: Sosiaali- ja terveysala

Tutkinto-ohjelma: Sosionomi (AMK)

Tekijä: Heli Hallivuori ja Sanna Sihto

Työn nimi: Hellää hoivaa - etnografinen tutkimus sosiaalipedagogisen hevostoiminnan merkittävydestä ja voimaannuttavuudesta

Ohjaaja: Arja Hemminki

Vuosi: 2017

Sivumäärä: 64

Liitteiden lukumäärä: 2

Opinnäytetyössä tutkitaan sosiaalipedagogista hevostoimintaa ja sen voimaannuttavaa vaikutusta nuoriin. Työn tavoitteena oli selvittää, miten nuoret siirtävät sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa oppimiaan asioita elämäänsä. Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Perhekoti Toiskan ja Ilonkopse-tallin kanssa. Työssä ikäryhmä on rajattu nuoriin. Tutkimuksessa tutustuttiin sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan käytännön kautta mahdollisimman kattavan kuvan saamiseksi, sillä tutkimuksen tiedonhankinta oli muulla tavoin haastavaa.

Opinnäytetyö toteutettiin etnografisena tutkimuksena, joka kuuluu kvalitatiivisten eli laadullisten tutkimusten alalajeihin. Tutkimuksen aineisto kerättiin ohjauskäynneillä, haastatteluilla ja tutkimuspäiväkirjoilla. Aineisto on analysoitu etnografisen tutkimuksen periaatteita noudattaen.

Tutkimustulosten perusteella voidaan todeta, että sosiaalipedagoginen hevostoiminnalla on fyysisiä, sosiaalisia ja psyykkisiä merkityksiä. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta tuo uusia kokemuksia, vahvistaa toimintakykyä, vuorovaikutustaitoja sekä itsetuntoa ja kehittää tunteiden ilmaisua, ymmärtämistä ja kokemista. Tulokset osoittavat, että toiminnalla on laajoja merkityksiä, ja sosiaalipedagogisen hevostoiminnan kautta voidaan saavuttaa nuoren elämän kannalta näkyviä muutoksia. Tutkimustuloksissa nousi esille, että sosiaalipedagogisen hevostoiminnan tietoisuutta tulisi lisätä. Tulokset osoittavat myös, että sosiaalipedagogisen hevostoiminnan vaikutukset ovat yksilökohtaisia ja sen vuoksi toimintaa voi hyödyntää monessa eri elämäntilanteessa olevan nuoren kanssa.

Avainsanat: sosiaalipedagoginen hevostoiminta, nuoret, voimaantuminen, elämänhallinta, sosiaalinen merkitys, psyykinen merkitys, fyysinen merkitys

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Thesis abstract

Faculty: School of Health Care and Social Work

Degree programme: Degree Programme in Social Services

Author/s: Heli Hallivuori & Sanna Sihto

Title of thesis: Gentle Caring- an ethnographic study for socio-pedagogical horse activity and its empowering effects.

Supervisor(s): Arja Hemminki

Year: 2017

Number of pages: 64

Number of appendices: 2

The aim of this thesis was to study equine assisted methods and its empowering impact on young people. The target of the thesis was to find out how young people can use the things they have learned in their everyday lives. The thesis was done in co-operation with Toiska Family Home and Ilonkypse-stable. The study was carried out in practical ways to achieve the most encompassing results, otherwise the research would have been challenging.

The thesis was accomplished as an ethnographic study, which is one subtype of qualitative studies. The material for the study was collected through the guidance meeting, interviews and research journals. The material was analysed following the principles of ethnographic research.

Based on the results of our study, we can see that the equine assisted methods are effecting on physical, social and psychological matters. The equine assisted activities bring new experiences, as well as strengthens interaction, self-esteem and the capacity to work. The results indicate comprehensive impacts and that the equine assisted methods can make lasting changes in young persons' lives. The findings emphasized the need to increase the awareness of equine assisted methods on social pedagogical studies. The findings also show that the effects are individual, and therefore people in different life situations can benefit from it.

Keywords: socio-pedagogical horse activity, young, empowerment, life management, social effect, mental effect, physical effect

SISÄLTÖ

Opinnäytetyön tiivistelmä.....	2
Thesis abstract.....	3
SISÄLTÖ.....	4
Kuva-, kuvio- ja taulukkoluetelo.....	6
1 JOHDANTO.....	7
2 TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHTA.....	8
2.1 Opinnäytetyön kohde, tavoite ja tarkoitus.....	8
2.2 Tutkimuskysymykset ja opinnäytetyön rakenne.....	10
3 SOSIAALIPEDAGOGINEN HEVOSTOIMINTA.....	11
3.1 Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan tavoitteet ja lähtökohdat.....	11
3.2 Palvelun tarjonta, koulutus ja saatavuus.....	16
3.3 Aikaisemmat tutkimukset.....	17
4 SOSIAALIPEDAGOGISEN HEVOSTOIMINNAN MERKITYS.....	19
4.1 Voimaantuminen.....	19
4.2 Minäkuva, arvot ja hyvinvointi.....	20
4.3 Elämänhallinta, tunne-elämän säätely ja itsetunto.....	21
4.4 Vuorovaikutustaidot.....	24
5 HEVONEN VOIMAANTUMISEN TUKENA.....	26
6 TUTKIMUSPROSESSI.....	30
6.1 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus.....	30
6.2 Etnografinen tutkimustapa.....	31
6.3 Osallistuva havainnointi.....	32
6.4 Avoin haastattelu.....	33
6.5 Haastateltavat.....	34
6.6 Havainnointikerrat.....	36
6.6.1 Suunnittelu.....	36
6.6.2 Toimintaan tutustuminen, tervetuloa!.....	36
6.6.3 Hevosten sekaan laitumelle.....	39
6.6.4 Tallityöt.....	42
6.6.5 Läsnaoloharjoituksia.....	44

7 TUTKIMUSTULOKSET	47
7.1 Sosiaaliset merkitykset.....	47
7.2 Fyysiset merkitykset.....	49
7.3 Psyykkiset merkitykset	51
8 JOHTOPÄÄTÖKSET	54
9 POHDINTA	57
LÄHTEET	60
LIITTEET	64

Kuva-, kuvio- ja taulukkoluettelo

Kuvio 1. Eläinavusteisten menetelmien kategoriat (Kahilaniemi 2016, 20-22).....	13
Kuvio 2. Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan merkitykset.....	47
Kuvio 3. Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan prosessi.....	55
Taulukko 1. Ensimmäisen käynnin koonti.....	39
Taulukko 2. Toisen käynnin koonti.....	42
Taulukko 3. Kolmannen käynnin koonti.....	43
Taulukko 4. Neljännen käynnin koonti.....	46

1 JOHDANTO

Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan lähtökohtia ovat yhteisöllisyys, toiminnallisuus ja elämyksellisyys. Toiminnassa tärkeässä roolissa ovat ihmisen ja hevosen vuorovaikutus sekä talliyhteisö. (Hevosopisto 2017.) Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan tavoitteena on voimaannuttaa ja lisätä yksilön tai ryhmien osallisuutta eli ennaltaehkäistä syrjäytymistä. Toiminnan kautta nuorta kannustetaan olemaan osana nuorelle tärkeitä verkostoja sekä motivoidaan tunnistamaan omia voimavaroja ja käyttämään niitä arkielämässä. (Sosiaalipedagoginen hevostoimintayhdistys ry 2015.)

Opinnäytetyö tutkii sosiaalipedagogista hevostoimintaa ja sen voimaannuttavaa vaikutusta nuoriin. Työ toteutettiin yhteistyössä Perhekoti Toiskan ja sen yhteydessä olevan Ilonkypse-tallin kanssa. Tavoitteena oli selvittää, miten nuoret siirtävät sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa oppimiaan asioita elämäänsä. Opinnäytetyössä ikäryhmä on rajattu nuoriin. Tutkimuksessa tutustuttiin sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan käytännön kautta mahdollisimman kattavan kuvan saamiseksi. Lisäksi työssä on käytetty apuna tutkimuspäiväkirjaa sekä haastatteluita. Työssä sivutaan myös sosiaalipedagogisen hevostoiminnan näkyvyyttä, mutta painopiste on sosiaalipedagogisen hevostoiminnan merkittävydessä ja voimaannuttavuudessa.

Opinnäytetyön teoriaosuudessa avataan sosiaalipedagogisen hevostoiminnan tavoitteita, lähtökohtia, tarjontaa ja koulutusta sekä saatavuutta. Tämän jälkeen määritellään sosiaalipedagogisen hevostoiminnan merkittävyttä ja esitellään tarkemmin merkitystä voimaannuttavuuteen, minäkuvaan, arvoihin, hyvinvointiin, elämänhallintaan sekä vuorovaikutustaitoihin. Opinnäytetyön lopussa käsitellään tutkimusprosessia ja tuloksia. Työ päätetään johtopäätöksiin ja pohdintaan.

2 TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHTA

Opinnäytetyön alussa käsitellään tavoitetta, tarkoitusta ja tutkimustehtävää sekä yhteistyötä Perhekoti Toiskaan ja Ilonkopse-talliin. Alussa avataan etnografista tutkimusmenetelmää sekä kerrotaan, miksi opinnäytetyöhön on valittu juuri tämän tutkimusmenetelmä.

2.1 Opinnäytetyön kohde, tavoite ja tarkoitus

Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Perhekoti Toiskan ja Ilonkopse-tallin kanssa etnografisena tutkimuksena. Perhekoti Toiska on lastensuojeluun erikoistunut perheyritys Ilmajoella. Toiska tarjoaa ammatillista perhehoitoa sekä vahvistaa perhe- ja luontoavusteista toimintaa. Toiminta on tarkoitettu 13-21-vuotialle tytöille. Toiskassa on yli 20 vuoden lastensuojelun kokemus ja psykiatrinen osaaminen. Perhekodin toiminnassa korostuu vastuullisuus ja vapaus. (Toiska, [viitattu 3.4.2017].) Tyttöjä kannustetaan vastuukasvatukseen, johon kuuluu omien asioiden hallitseminen sekä itsensä ja toisten huomioiminen. Toiskassa korostuu myös yhteisöllisyys. Perhekodin missio on saada perhearvojen kautta nuoret pohtimaan valintojaan, sillä ne vaikuttavat tulevaisuuteen. Perhekodin toiminnassa sovelletaan sosiaalipedagogiikkaa, hevostia, yhteisöä ja maatilamiljöötä, ja toiminta on asiakaslähtöistä ja perustuu asiakassuunnitelmaan. (Toiska, [viitattu 3.4.2017].)

Sosiaalipedagoginen hevostoiminta on menetelmä, jossa toteutetaan yksilöä vahvistavaa työtä yhdessä tekemisen ja oppimisen kautta. Hevostoiminnassa nuorelle suunnitellaan yksilölliset tavoitteet. Suunnitteluun osallistuu nuoren lisäksi perhe sekä sosiaaliviranomainen. Toiska tarjoaa hevostoimintaa myös nuorille, jotka eivät asu Toiskassa. (Toiska, [viitattu 3.4.2017].)

Sosiaalipedagoginen hevostoiminta toteutetaan erilaisilla jaksoilla, joita ovat vahvistava, ylläpito- sekä kasvatusta tukeva jakso. Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan kautta kehitetään tunnetaitoja. Hevosten kanssa toimiminen ja talliympäristö sääntöineen tuo turvallisen ennustettavissa olevan ympäristön. Tässä ympäristössä nuori yhdessä ohjaajan kanssa kehittyy ilmaisemaan ja hallitsemaan omia tuntei-

taan. Toiminta tarjoaa mahdollisuuksia sekä sosiaaliseen että emotionaaliseen oppimiseen ja vuorovaikutustaitojen kehittämiseen. Talliympäristössä opetellaan erilaisia tilanteita ja tunteita sekä tutustutaan uusiin ihmisiin ja eläimiin. (Toiska, [viitattu 3.4.2017].)

Opinnäytetyössä avataan sosiaalipedagogisen hevostoiminnan voimauttavaa vaikutusta ja voimaantumisen keinojen siirtämistä elämänhallintaan. Työssä nuorella tarkoitetaan ikävuosiltaan 13-21-vuotiaita. Tutkimuksessa painotetaan kokemuksellista oppimista ja osallistuvaa havainnointia, minkä vuoksi tutkimuksen tekijöinä päätimme hakea oman kokemuksen tutkimuskohteesta etnografisen tutkimuksen avulla.

Etnografinen tutkimusmenetelmä kuuluu laadullisten eli kvalitatiivisten tutkimuksen alalajeihin. Etnografinen tutkimus perustuu tutkijan kokemukseen, jossa tutkija haluaa kattavan kuvan ilmiöstä tai tutkittavasta kohteesta. Toiminnallisen ja etnografisen tutkimuksen ero on se, että toiminnallisen tutkimuksen avulla halutaan tehdä muutos tutkittavaan kohteeseen tai ilmiöön, kun taas etnografisella tutkimuksella tutkitaan ilmiötä, mutta ei haluta tehdä muutoksia. (Kananen 2014, 9-20.) Etnografisessa tutkimuksessa on tarkoituksena kuvata ilmiötä, jossa pohjalla on tutkijan oma kiinnostus. Tutkimuksen kautta on tarkoitus saada selitys ja ymmärrys ilmiöön. Etnografisessa tutkimusmenetelmässä haasteita tuo ilmiön monimuotoisuus, sillä ilmiön laajuudesta ei ole tarkkaa rajausta eikä tiedetä, mitä tietoja tutkimukseen tarvitaan. Tämän vuoksi tutkijan on saatava kokemus tutkittavasta ilmiöstä. Tutkija on mukana ilmiössä, koska tiedonhankinta on muulla tavoin haastavaa. (Kananen 2014, 49-50.) Tässä opinnäytetyössä on tutkimuksen kohteena sosiaalipedagoginen hevostoiminta, jota on tutkittu etnografista tutkimusmenetelmää käyttäen. Tutkijat ovat käyneet tutustumassa sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan ja keränneet tutkimusmateriaalia oman kokemuksen pohjalta. Tämän opinnäytetyön tavoitteena ei ole muuttaa sosiaalipedagogista hevostoiminta, vaan tutkia ilmiötä ja kokea eläin- ja luontoavusteisen menetelmän vaikuttavuus ja voimaannuttavuus. Tavoitteena on tutkia, miten nuori siirtää sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa oppimiaan sekä oivaltamiaan asioita arkeensa.

2.2 Tutkimuskysymykset ja opinnäytetyön rakenne

Tutkimuskysymykset ovat:

1. Miksi sosiaalipedagoginen hevostoiminta on voimaannuttavaa?
2. Miten nuori siirtää sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa oppimiaan asioita elämäänsä?

Opinnäytetyön ensimmäisessä luvussa lukija johdatellaan opinnäytetyön aiheeseen, jonka jälkeen esitellään opinnäytetyön lähtökohtaa, kohdetta, tavoitetta ja tarkoitusta sekä tutkimuskysymykset. Opinnäytetyön teoriaosuudessa käsitellään sosiaalipedagogisen hevostoiminnan historiaa, tavoitteita ja lähtökohtia sekä palvelun tarjontaa ja saatavuutta. Teoriaosuudessa käydään läpi sosiaalipedagogisen hevostoiminnan merkittävyyttä ihmisen eri osa-alueilla sekä hevosen voimaannuttavuutta. Opinnäytetyön viimeisissä luvuissa avataan tutkimusprosessia sekä tutkimustuloksia. Työ päätetään johtopäätöksiin ja pohdintaan.

Tutkimusprosessissa on käytetty apuna tutustumiskäyntejä, haastatteluja sekä tutkimuspäiväkirjaa. Tutkimukseen haastateltiin sekä työntekijää että nuorta, joka on ollut sosiaalipedagogisen hevostoiminnan asiakkaana. Tutkimuspäiväkirjaa on kirjoitettu jokaisen käynnin päätteeksi ja päiväkirjan pohjalta tulleita mietteitä nostettu esille opinnäytetyössä. Haastatteluissa nousi esille hyviä esimerkkejä erilaisista kokemuksista, sosiaalipedagogisen hevostoiminnan vaikuttavuudesta ja voimaannuttavuudesta. Tämän vuoksi haastatteluissa esiin tulleita asioita on sisällytetty tekstiin suorina lainauksina. Suorien lainauksien tarkoituksena on kiteyttää teoria sekä käytäntö yhteen ja havainnollistaa lukijaa.

Opinnäytetyössä käytetyn nuoren nimi on muutettu hänen yksityisyyden suojaamiseksi.

3 SOSIAALIPEDAGOGINEN HEVOSTOIMINTA

Tässä luvussa käsitellään sosiaalipedagogisen hevostoiminnan tavoitteita sekä lähtökohtia. Avataan sitä, kenelle palvelu on suunnattu, millainen ammatillinen tausta palveluntarjoajalla tulee olla sekä lopuksi mainitaan muutamia aikaisempia tutkimuksia aiheesta ja käsitellään niiden tutkimustuloksia.

3.1 Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan tavoitteet ja lähtökohdat

Ei meillä mitään reseptiä täällä oo. Resepti millä täällä toimitaan ja lähtökohdat mistä lähdetään, niin se on, et me kohdataan se ihminen just sellasena kun se on. Josse nyt on sit sillee et se on lukossa ja jumissa ja se ei pysty mielikuvitustaan käyttämään eikä heittäytymään tai tunteitaan kokemaan niin sit se just sillä hetkellä on niin ja se on ok. Se sallivuus itseasiassa sitten mahdollistaa sen et sit sieltä lähtee aukeamaan. (Haastattelu 2.)

Sosiaalipedagogiikka analysoi yksilön kasvua yhteisön jäseneksi. Kyseessä on sosiaalinen ilmiö, jossa mielenkiinnon kohteena ovat yksilöt, jotka prosessin omaisesti rakentavat yhteisöjä ja kasvavat yhteiskunnan jäseneksi. Sosiaalipedagogiikka perustuu yhteisön ja yhteiskunnan sosiaaliseen kasvuun. (Sosiaalipedagogiikka 2017.) Sosiaalipedagogiikka on ammatillisuuden perusta. Se ei kuitenkaan ole minikään tietyn ammattiryhmän yleinen toimintatapa, vaan sosiaalipedagogiikan ydin löytyy ajattelutavasta ja kysymyksen asettelusta. Sosiaalipedagogista työtä toteuttaessa työn lähtökohdat, tarkoitus ja toimintatavat tulee omaksua, jotta eri elämäntilanteissa olevien asiakkaiden kuntouttaminen toteutuu sosiaalipedagogisista lähtökohdista. Työntekijän omaksuessaan sosiaalipedagogiikan toimintaperiaatteet hän voi luoda kriittisen suhteen sosiaalipedagogiikkaan. Työntekijä voi ajattelun ja tarkastelun kautta pohtia yhteiskuntaelämää sekä sosiaalisia ongelmia sosiaalipedagogiikan näkökulmasta. (Hämäläinen & Kurki 1997, 18.)

Sosiaalipedagoginen hevostoiminta voidaan määritellä hevosen kanssa tehtäväksi yhteisölliseksi toiminnaksi, joka tukee sosiaalisia taitoja sekä hyvinvointia. Toiminta on koulutettujen aikuisten ohjaamaa, tavoitteellista ja ennalta suunniteltua. Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa keskeisin toimija on hevonen. (Hevosopisto

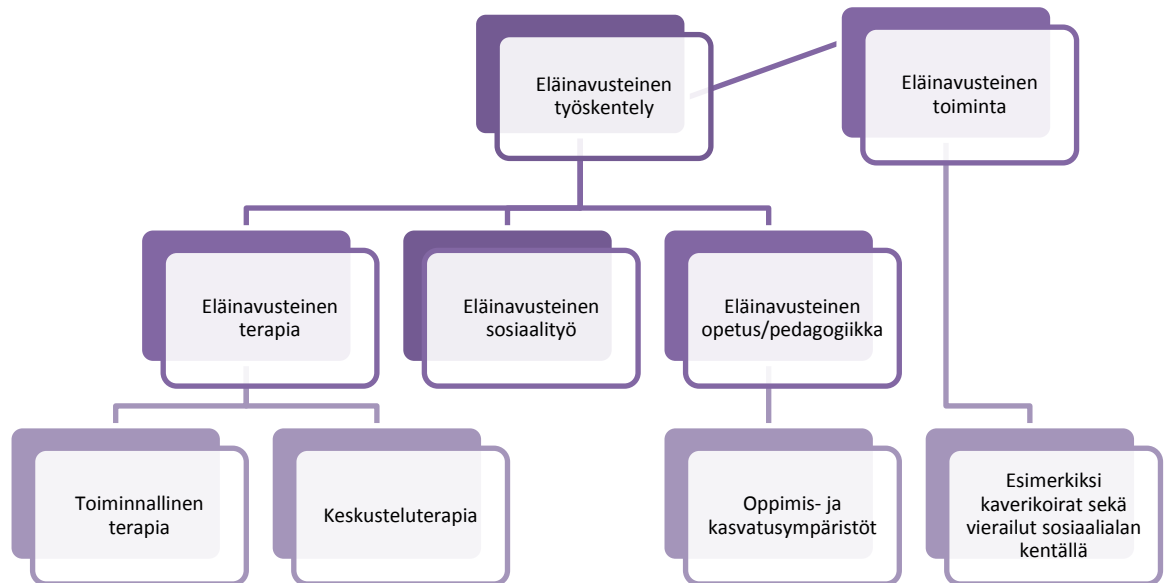
2017.) Toiminta on sosiaalisen kuntoutuksen menetelmä, jonka tarkoituksena on ennaltaehkäistä ja korjata nuoren sosiaalisia sekä elämänhallintaan liittyviä ongelmia. Toiminnan perustana on ihmisen ja hevosen vuorovaikutus sekä talliyhteisö, jossa toiminta toteutetaan. Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa korostuu yhteisöllisyys, elämyksellisyys, toiminnallisuus ja aito kohtaaminen. Hevostoiminnassa on tärkeää yksilön henkilökohtainen kokemus, jonka avulla nuori oppii sekä oivaltaa elämänhallintaansa liittyviä asioita. Toiminta perustuu käytäntöön, jossa huolehditaan kokonaisvaltaisesti hevosen hyvinvoinnista. Käytännön kautta opetetaan nuorelle hyvinvointia tuottavia tekijöitä, kuten puhtautta, terveellistä ruokavaliota, ruokailukohtia, liikuntaa ja riittävää unta. (Sosiaalipedagoginen hevostoimintayhdistys ry 2015.)

Green Care on ammatillista toimintaa, joka edistää ihmisen hyvinvointia ja elämänlaatua. Se toteutetaan luonnossa ja maaseutu ympäristössä. Green Care -toiminnassa käytetään eläin- ja luontoavusteisia menetelmiä, joista yksi menetelmä on sosiaalipedagoginen hevostoiminta. Luonnon kanssa saavutettava osallisuus ja kokemuksellisuus lisäävät hyvinvointia ja sen vuoksi toiminta on helppo toteuttaa luonnossa tai maaseutu ympäristössä. Green Care -toiminnan ominaisuuksia on kuitenkin helppo myös muokata kaupunki- ja laitospäristöön. Luontoavusteiset menetelmät toimivat erityisesti nuorten kanssa, jotka tarvitsevat keskustelun tueksi toimintaa ja yhteisöä. Green Care -toiminnassa on luontevaa huomioida myös lastensuojelun erityistarpeet. Luonto- ja talliympäristössä toteutettavien harjoitusten kautta voidaan lisätä asiakkaan motivaatiota ja tuoda uusia ajattelu- sekä toimintatapoja. Laitospäristössä taas luontoon liittyvä toiminta tuo voimaantumisen ja tavanomaisen arkielämän tunnetta. (Green Care, [viitattu 24.7.2017].)

Kiinnostus tekemiseen vie mukanaan, ja auttaa uskaltautumaan epävarmuuden äärelle, josta omakohtaisen kasvun mahdollisuudet voivat avautua (Green Care, [viitattu 24.7.2017]).

Green Care voidaan jakaa kahteen eri kategoriaan: luontohoivaan ja luontovoimaan. Luontohoivassa pääpaino on terapiassa ja kuntoutuksen tarpeissa, missä tarkoituksena on tukea omatoimisuutta. Luontohoivaan kuuluu muun muassa sosiaalipedagoginen hevostoiminta. Luontovoima taas ylläpitää hyvinvointia ja terveyttä sekä sisältää ennaltaehkäisevät ja terveyttä tukevat palvelut. Luontovoimaa voidaan

myös hyödyntää kasvatustyössä, esimerkiksi maatilavierailuilla, joissa korostetaan omakohtaisia kokemuksia ja konkreettista oppimista. (Luontohoiva & luontovoima, [viitattu 24.7.2017].)



Kuvio 1. Eläinavusteisten menetelmien kategoriat (Kahilaniemi 2016, 20-22).

Kuviossa 1 kuvataan eläin- ja luontoavusteisten menetelmien kategorioita. Eläinavusteisessa työskentelyssä on tärkeä huomioida, että se on hyvin suunniteltua ja siinä on selkeät kirjalliset tavoitteet. Työskentely perustuu asiakassuunnitelmaan, joka on osa kasvatus- ja kuntoutusprosessia. Työskentelyn tavoitteena on vahvistaa kehoa, mieltä ja vuorovaikutustaitoja. Eläinavusteinen terapia jaetaan kahteen toimintamuotoon, joita ovat erilaiset toiminnalliset ja keskustelupohjaiset terapiat, kuten toiminta-, musiikki- ja fysioterapia sekä psykoterapia-, perhe- ja parisuhdeterapia. Eläinavusteinen sosiaalityö pohjautuu sosiaalityön kentillä tehtävään sosiaalityöhön, jossa eläin on mukana käynneillä. Eläinavusteinen opetus tai pedagogiikka toteutetaan erilaisissa oppimis- ja kasvuympäristöissä, kuten lastensuojelulaitoksissa, koulussa tai päiväkodissa. (Kahilaniemi 2016, 20-22.) Tässä opinnäytetyössä tutkitaan eläinavusteiseen sosiaalityöhön lukeutuvaa menetelmää, johon sosiaalipedagoginen hevostoiminta kuuluu. Työssä tarkastellaan kodin ulkopuolista kasvatusympäristöä sekä sosiaalipedagogista hevostoimintaa.

Eläinavusteinen toiminta on vapaaehtoisten toteuttamaa toimintaa, johon kuuluu kaverikoirat ja vierailut sosiaalialan työkentillä. Toiminta ehkäisee esimerkiksi syrjäytymistä, masennusta ja kehittää sosiaalisia taitoja. (Kahilaniemi 2016, 20-22.) Sosiaalipedagogista hevostoimintaa käytetään esimerkiksi niiden oppilaiden kanssa, jotka tarvitsevat tukea itsehillinnässä, itsetunnossa, sosiaalisissa taidoissa sekä ryhmässä toimimisessa. Sitä voidaan hyödyntää myös kerhotoiminnassa, sosiaalisessa kuntoutuksessa tai nuoren tukihenkilötoiminnassa. Hevosen kanssa toimiminen lisää itsetietoisuutta omista toimintatavoista, sillä hevonen vastaa saamaansa kohteluun. Talliympäristö on laaja ja ympäristöön mahtuu erilaisia tekijöitä. Sen vuoksi tallilla tulee vastaan myös tilanteita, joissa on toimittava nopeasti. Talliyhteisössä ja eläinten kanssa toimiessa virheiltä ei voi välttyä, mutta ohjaajan kanssa niitä on turvallista kohdata, ottaa vastaan ja kehittyä niissä. (Sosiaalipedagoginen hevostoimintayhdistys ry 2015.)

Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan lähtökohtia ovat yhteisöllisyys, toiminnallisuus ja elämyksellisyys. Lisäksi tärkeässä roolissa ovat ihmisen ja hevosen vuorovaikutus sekä talliyhteisö (Hevosopisto 2017). Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan tavoitteena on lisätä yksilön tai ryhmien osallisuutta eli ennaltaehkäistä syrjäytymistä. Toiminnan kautta nuorta kannustetaan olemaan osana nuorelle tärkeitä verkostoja sekä motivoidaan tunnistamaan omia voimavaroja ja käyttämään niitä arkielämässä (Sosiaalipedagoginen hevostoimintayhdistys ry 2015). Voimavarakeskeisiä toimintamalleja pyritään tuomaan ongelmien tilalle, jotta nuorten eri elämäntilanteiden haasteista voidaan selviytyä (Maatilan käyttö, [viitattu 24.7.2017]). Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan yhdistys on koonnut palvelun tarjoajille ohjeet, jonka pohjalta toimintaa toteutetaan. Sosiaalipedagogista hevostoimintaa tarjoavan tulee käydä sosiaalipedagogisen hevostoiminnan täydennyskoulutus. Palvelun tarjoaja on vastuussa palvelun laadusta ja turvallisuudesta, tiedostaa taitonsa ja rajoituksensa sekä huolehtii omasta työkyvystään. Palvelun tarjoajan vastuulla on kehittää omaa ammattitaitoa sekä sosiaalipedagogisen hevostoiminnan alaa. Lisäksi palvelun tarjoajan vastuulla on kieltäytyä harjoittamasta toimintaa, joka ei ole tarkoituksen mukaista ja ohjata tarvittaessa asiakas muiden palveluiden piiriin. (Sosiaalipedagoginen hevostoimintayhdistys ry 2015.)

Nuorelle ja tämän huoltajalle on kerrottava toiminnan periaatteet sekä riskit niin, että kumpikin osapuoli ymmärtää ne. Asiakassuhde on aina luottamuksellinen ja palvelun tarjoaja on vaitiolovelvollinen. Toiminta perustuu asiakassuunnitelmaan, jota arvioidaan esimerkiksi lastensuojelun neuvotteluissa. Turvallisuus on tärkeässä roolissa, joten nuoren kanssa toimiessa on huomioitava psyykkiset, fyysiset ja sosiaalisesta turvallisuustekijät. Avustajat tulee perehdyttää tehtävään ja heille on kerrottava riittävästi toiminnasta. Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa käytettävien hevosten tulee olla toimintaan soveltuvia sekä koulutettuja ja niiden varusteet tulee olla kunnossa. Yksi tärkeä laki sosiaalipedagogisen hevostoiminnan toteutuksessa on eläinsuojelulaki. (Sosiaalipedagoginen hevostoimintayhdistys ry 2015.) Eläinsuojelulain lisäksi tärkeitä lakeja toiminnan toteutuksessa ovat lastensuojelulaki, sosiaalihuoltolaki ja laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista.

Eläinsuojelulaki 4.4.1996/247 1 § Tämän lain tarkoituksena on suojella eläimiä parhaalla mahdollisella tavalla kärsimykseltä, kivulta ja tuskalta. Lain tarkoituksena on myös edistää eläinten hyvinvointia ja hyvää kohtelua.

Lastensuojelulaki 13.4.2007/417 1 § Lain tarkoituksena on turvata lapsen oikeus turvalliseen kasvuympäristöön, tasapainoiseen ja monipuoliseen kehitykseen sekä erityiseen suojeluun.

Sosiaalihuoltolaki 1301/2014 1 § Tämän lain tarkoituksena on: 1) edistää ja ylläpitää hyvinvointia sekä sosiaalista turvallisuutta; 2) vähentää eriarvoisuutta ja edistää osallisuutta; 3) turvata yhdenvertaisin perustein tarpeenmukaiset, riittävät ja laadukkaat sosiaalipalvelut sekä muut hyvinvointia edistävät toimenpiteet; 4) edistää asiakaskeskeisyyttä sekä asiakkaan oikeutta hyvään palveluun ja kohteluun sosiaalihuollossa; 5) parantaa yhteistyötä sosiaalihuollon ja kunnan eri toimialojen sekä muiden toimijoiden välillä 1—4 kohdassa tarkoitettujen tavoitteiden toteuttamiseksi.

Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 22.9.2000/812 1 § Tämän lain tarkoituksena on edistää asiakaslähtöisyyttä ja asiakassuhteen luottamuksellisuutta sekä asiakkaan oikeutta hyvään palveluun ja kohteluun sosiaalihuollossa.

3.2 Palvelun tarjonta, koulutus ja saatavuus

Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ammatillista täydennyskoulutusta tarjotaan sosiaali-, terveys- sekä kasvatusalan ammatillisille, ratsastusterapeuteille ja ratsastuksenopettajille ja -ohjaajille (Sosiaalipedagoginen hevostoimintayhdistys ry 2015). Sosiaalipedagoginen hevostoimintayhdistys ry:n (2015) mukaan Länsi-Suomen alueella sosiaalipedagogista hevostoimintaa tarjoaa 36 yrittäjää.

Ongelmatilanteisiin halutaan puuttua ajoissa, ja estää sekä yksilötason että yhteiskunnallisten kustannusten kasvua. On todettu, että ennaltaehkäisevä työ säästää rahaa (Maatilan käyttö, [viitattu 24.7.2017]).

Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa on kyse aina prosessista, johon tärkeänä osana kuuluu työhön koulutettu, turvallinen ja toimintaan sopiva hevonen tai poni. Hevosen työkenttä voi olla todella laaja, sillä hevosta voidaan hyödyntää eri asiakasryhmien kanssa (Kahilaniemi 2016, 20). Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa ohjaajan tehtävänä on havainnoida sekä hevosta että nuorta. Ohjaaja lukee nuoren elekieltä ja hänen reaktioitaan eri tilanteissa. Ohjaaja neuvoo, ohjaa ja sanoittaa nuoren ja hevosen vuorovaikutusta sekä siinä tapahtuvia elementtejä. Tämän avulla ohjaaja auttaa nuorta kiinnittämään huomioita eri asioihin. Sen vuoksi sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa on erityisen tärkeää, että ohjaaja tuntee hevonsa hyvin ja pystyy lukemaan, mitä hevonen milläkin tarkoittaa. (Yrjölä 2011, 172.)

Hevonen usein peilaa nuoren mielialaa ja tunnetilaa. Sen vuoksi ohjaajan on osattava lukea sekä nuorta että hevosta ja antaa tästä palautetta kunnioittavasti, ymmärrettävästi ja niin, että luottamus ohjaajan ja nuoren välillä säilyy. Luottamus on tärkeää säilyttää, jotta nuori kykenee tuomaan esille tuntemuksiaan ja kokemuksiaan henkilökohtaisesta elämästään. (Purola 2011, 180.) Ohjaaja opastaa nuorta talitöissä ja ratsastukseen liittyvissä tehtävissä sekä huolehtii siitä, että toiminta on turvallista. (Yrjölä 2011, 172.)

Asiakkaan kuntoutusvaihtoehtoja pohtiessa on tärkeää miettiä tarkasti, hyötyykö asiakas eläinavusteisista menetelmistä sekä pohtia etukäteen tarkat tavoitteet ja niiden pohjalta tarkastella, pystytäänkö toiminnalla saavuttamaan asetetut tavoitteet. Eläimen hyödyntäminen kuntoutuksessa ei ole itsestään selvä asia eikä eläimen käyttö välttämättä sovellu kaikille asiakkaille. On kuitenkin tärkeää tarjota asiakkaalle myös eläinavusteista toimintaa. (Kahilaniemi 2016, 24.)

3.3 Aikaisemmat tutkimukset

Hevosta on alun perin käytetty apuna fysioterapiassa. Fysioterapian kautta huomattiin useita kuntouttavia vaikutuksia, jonka myötä hevosen käyttö kuntouttavassa toiminnassa laajeni sosiaalipedagogiikkaan, psykiatriaan ja lopulta psykoterapiaan. Toiminnassa on havaittu olevan positiivisia psyykkisiä vaikutuksia. (Yrjölä 2011, 168.) On huomioitu, että eläinavusteinen toiminta on tuloksellista ja sen vuoksi sitä on viime vuosina lisätty kansainvälisesti. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta luokitellaan eläinavusteiseksi toiminnaksi. Eläinavusteinen toiminta on sen vuoksi tuloksellista, että erilaiset tehtävät muokkaavat vanhoja toimintatapoja ja tuovat tilalle uusia ajatuksia. Tutkimukset ovat varmistaneet eläinten rauhoittavan vaikutuksen. Lisäksi on todettu positiivisia muutoksia kolesterolin, kortisolin, endorfiini ja oksitosiinin tasoissa. (Eläin rauhoittaa ja aktivoi, [viitattu 24.7.2017].) Kortisolilla tarkoitetaan stressiä säätelevää hormonia (Kahilaniemi 2016, 19).

Esimerkiksi jo 1800-luvun lopulla sairaanhoitaja Florence Nightingale ymmärsi eläimen terapeuttisen voiman. Nightingale huomasi, että eläimet auttavat vähentämään masennuksen ja ahdistuksen tunteita lapsilla sekä aikuisilla. Eläinavusteiset toimintamenetelmät kasvattivat suosiota ahdistuksen hoitokeinona. (Kahilaniemi 2016, 18.) Eläimet ovat olleet ihmisten rinnalla vuosisatojen ajan esimerkiksi maataloustöissä ja niitä on käytetty kuntoutuksen apuna jo pitkään. Belgiassa huomattiin eläinten erityinen vaikutus asiakkaisiin 1990-luvulla. Erityisesti huonoista oloista tulevia asiakkaita rohkaistiin ottamaan huolta eläimistä, sillä tämän toiminnan kautta asiakkaat kokivat mielen ja kehon olevan tasapainossa. Tutkija ja liikemies William Tuke oivalsi, että eläimiä voi käyttää hyödyksi sellaisten asiakkaiden kanssa, joilla on esimerkiksi mielenterveysongelmia. Tuke käytti työssään apuna sekä maatalous- että

kotieläimiä. Hänen tarkoituksena oli herättää hoivaamisen tuntemuksia asiakkaissa. Toiminnan avulla Tuke saikin naisasiakkaille äidillisiä tuntemuksia eläinten hoidon kautta. Naisasiakkaat huomasivat, että hoivaamalla muita hoivasivat he myös itseään. Miesasiakkaille oli luontevaa kertoa ongelmistaan eläimille, sillä ne eivät tuominneet kertojaa. (Eckersley 2016, 1-2.) Aiempien tutkimusten perusteella vahvinta näyttöä eläinavusteisen terapian toimivuudesta on saatu autismin kirjoon kuuluvien, psyykkisten ja käyttäytymishäiriöisten asiakkaiden kanssa (Eläinavusteinen kuntoutus, [viitattu 24.7.2017]).

On huomattu, että hevosen kanssa vuorovaikutuksessa oleminen tuo useita positiivisia vaikutuksia, joita ovat muun muassa immuunijärjestelmän parantuminen, kivunhallinta sekä luottamuksen lisääntyminen (Kahilaniemi 2016, 19). Immuunijärjestelmän tarkoituksena on suojata kehoa erilaisilta viruksilta, bakteereilta ja sairauksilta (Lumio 2016). Hevosen kanssa toimiminen parantaa oppimista, lisää oksitosiinia, madaltaa verenpainetta sekä sydämen sykettä. Hevosen läsnäololla on myös nähty olevan vaikutuksia yksinäisyyden, masennuksen sekä ahdistuksen kokemuksiin ja niiden asiakkaiden elämänlaatu on parantunut, joiden voimaantumissa on käytetty eläinavusteista toimintaa. Lisäksi sosiaalipedagoginen hevostointa parantaa kognitioliikeratoja sekä vahvistaa voimaa ja tasapainoa. (Kahilaniemi 2016, 19.)

Ojanen (2011) tutkii väitöskirjassaan etnografisen tutkimuksen menetelmin tyttökultuuria ratsastustalleilla. Tutkimuksessaan hän avaa talliyhteisöä, etnografista tutkimusmenetelmää, tallitöitä, voimaantumista sekä tyttöjen käyttäytymistä ja sukupuolieroja. Ojanen tutkii, millainen yhteisö talli on sukupuolten näkökulmasta ja mitä talliyhteisö tytöille merkitsee, minkälaisia töitä tytöt tallilla tekevät ja millainen suhde heillä on hevoseen sekä miten tytöt reagoivat erilaisiin tilanteisiin. Tutkimuksessa nousee esille, että tallilla tehdään paljon muutakin kuin hevosten hoitamista ja hoitamiseen liittyviä fyysisiä tehtäviä. Tallilla käyminen, yhdessä tekeminen ja vuorovaikutus osoittavat, että talli on sosiaalinen tila. Ojanen toteaa, että tallilla oleminen nostaa pintaan erilaisia tunteita, kuten luottamuksen ja hyvän olon tunnetta. Hän mainitsee myös, että hevosen kanssa yhdessä tekeminen luo kumppanuutta, hevonen antaa hellyyttä ja saa aikaan hyväksynnän tunteita.

4 SOSIAALIPEDAGOGISEN HEVOSTOIMINNAN MERKITYS

Seuraavassa luvussa avataan sosiaalipedagogisen hevostoiminnan peruseräitä sekä merkitystä nuoren elämässä ja arjessa. Luvussa verrataan ihmisen ja hevosen fysiologisia ominaisuuksia, tarpeita ja samankaltaisuutta sekä nostetaan esille tunteiden merkitystä sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa.

4.1 Voimaantuminen

Voimaantuminen on ihminen-ympäristösuhteesta nouseva persoonallinen, sosiaalinen ja henkinen prosessi, johon sisältyy sisäinen voimantunne vapaasti valitusta ja vapaasti toteutetusta tietoisesta oman kehityksen haltuunotosta, päämäärän asettamisesta ja uskosta sen saavuttamiseen (Räsänen 2006, 102).

Voimaantuminen ei ole mikään hetkellinen trendi (Heikkilä & Heikkilä 2005, 13). Se on sisäinen prosessi, jossa nuoren itsetuntemus kehittyy, hän löytää voimavaroja sekä vahvuuksia itsestään. Nuoren voimaantuessa hän löytää itsestään energiaa ja voimaa (Vernerinen 2017). Nuorelta ei voi kuitenkaan odottaa itsestään tapahtuvaa voimaantumista, mikäli ohjaus, ympäristö ja läheiset eivät tue nuoren prosessia (Heikkilä & Heikkilä 2005, 14). Voimaantuneessa nuorella näkyy myönteisyys ja positiiivisuus, joka on yhteydessä hyväksyntään, luottamukseen ja arvostukseen (Vernerinen 2017). Itsetunto, -luottamus ja itsensä arvostaminen tulee nostaa sellaiselle asteelle kuin se kuuluu. Nuoren hyväksyessä aidosti itsensä sekä arvonsa se antaa voimia, keinoja ja toivoa elää oman näköistä elämää (Santapukki 2006, 81). Voimaantuminen syntyy nuorella itsessään, mutta se edellyttää yhteisöllisyyttä ja vuorovaikutusta. Siinä on oleellista nuoren oman voimantunteen lisääntyminen sekä omasta elämästä ja valinnoista vastuun ottaminen. Voimaantumisen tavoitteena opetella itsensä ja asioiden kontrolloimista sekä saada elämään sillä hetkellä tarpeellisia voimavaroja ja keinoja. (Voimaantuminen, [viitattu 18.10.2017].)

Juha Siitonen (1999) määrittelee voimaantumisen omien voimavarojen löytämisenä. Nuori on voimaantunut silloin, kun hän on löytänyt omat voimavaransa. Määritelmän mukaan prosessissa toinen ihminen ei ole nuorta voimaannuttanut, vaan

nuori itse on tullut voimaantuneeksi. Voimaantuminen auttaa nuorta ottamaan vastuuta omasta elämästään ja valinnoistaan sekä voimaantuessaan hän löytää voimavaroja ja elämänhallinta vahvistuu. Voimaantuneen nuoren itsetunto vahvistaa vuorovaikutusta muiden kanssa, ja samalla nuori vahvistuu tästä vuorovaikutuksesta.

Voimaantumisen ohella puhutaan myös valtaistumisesta. Valtaistumisessa on kyse nuoren sisäisen prosessin lisäksi yhteiskunnallisesta vallasta (Räsänen 2006, 77). Valtaistuminen on yhteisön ja yksilön päätäntävällän sekä voimavarojen kehittämistä. Valtaistumisessa nuorella on mahdollisuus ajaa omia asioita sekä mahdollisuus osallistua yhteiskunnan tasolla päätöksentekoon ja toimeenpanoon (Vernerin 2017). Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa tavoitteena on asiakkaan voimaantuminen yhteisöllisyyden, toiminnallisuuden ja elämyksellisyyden kautta (Honkalan hevostoiminta 2006). Toiminnassa vetovoimaisuus syntyy nuoren kokemasta hyvänolon tunteesta ja voimaannuttavuudesta. Nuoren psyykinen, fyysinen ja sosiaalinen tila vaikuttaa jokaisen kerran kokemukseen ja voimaannuttavuuteen (Törmälehto 2013, 172).

4.2 Minäkuva, arvot ja hyvinvointi

Jokaisella on henkilökohtaiset arvot. Ne ovat erilaisia uskomuksia ja käsityksiä hyvistä, itselle arvokkaista ja tärkeänä pidetyistä asioista. Arvot ovat tärkeä osa minäkuva ja sen rakentumista. Nuoren on hyvä tiedostaa omat arvot, sillä ne antavat suuntaa omalle elämälle. Omien arvojen kuunteleminen auttaa nuorta voimaan hyvin. (Suomen mielenterveysseura, [viitattu 14.6.2017].) Nuori kokee onnistuvansa kehityshaasteissaan, kun hän saa kannustusta ja positiivista palautetta. Positiivisen ja kannustavan palautteen kautta hänen on helpompaa muodostaa itsestään positiivista kuvaa ja näiden kokemusten myötä tunne elämänhallinta vahvistuu (Aaltonen ym. 2003, 82-83). Nuori voi kuitenkin haluta elämältään muuta kuin ympärillä olevat läheiset. Näitä voivat olla esimerkiksi uskonto tai koulutus. Omat ajatukset, tarpeet ja arvot saattavat erota ympärillä olevien ihmisten kanssa, minkä vuoksi nuori ei saa ymmärrystä ja empatiaa. Mikäli nuori ei saa ymmärrystä ja empatiaa omilla valinnoissaan, hänen on vaikea antaa positiivista palautetta muille. Nuori ei välttämättä

halua ymmärtää läheisten ajatuksia tai näkemyksiä, sillä häntäkään ei ymmärretä. Jos nuori on nähnyt lähipiirissään epäonnistumisia, hänen on vaikea asettaa itselleen haastavia tavoitteita ja vaikea lähteä tavoittelemaan todellisia unelmiaan. (Aaltonen ym. 2003, 84.)

Jos nuoren on mahdollista valita hevonen, jonka kanssa sosiaalipedagogista hevostoimintaa toteutetaan, hän valitsee usein sellaisen hevosen, joka peilaa nuorta itseään. Hevonen voi olla esimerkiksi vetäytyväinen, mikä kuvaa nuoren ujoutta tai hevonen voi olla voimakas ja sosiaalinen, mitä nuori kaipaa itsessään (Purola 2011, 178). Molemmilla, sekä ihmisellä että hevosella, on perustarpeiden rytmi. Tämä tarkoittaa sitä, että molemmat tarvitsevat ravintoa, liikuntaa sekä riittävästi lepoa ja huolenpitoa. Myös ihmisen on huolehdittava siitä, että nämä tekijät ovat tasapainossa. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta on nuorelle haasteellista, mutta tuo samalla myös onnistumisia. Vaikka hevostoiminta on osaksi vaativaa, se motivoi kokeiluun ja uuden oppimiseen. Hevostoiminta ei kuitenkaan ole ainoastaan vakavaa ahertamista, vaan tuo myös iloa, ja sen myötä tekemisen rajat laajenevat. (Eläinavusteiset menetelmät, [viitattu 24.7.2017].)

4.3 Elämänhallinta, tunne-elämän säätely ja itsetunto

Nuoren elämäntapaan vaikuttaa se, miten hän kokee itse hallitsevansa omaa elämänsä. Elämänhallinnan käsite voidaan jakaa kahteen osaan; sisäiseen ja ulkoiseen elämänhallintaan. Sisäinen tarkoittaa kykyä sopeutua erilaisiin olosuhteisiin ja tilanteisiin. Sisäisen elämänhallinnan välineitä ovat esimerkiksi sosiaaliset suhteet, harrastukset ja perhe. Sellaiset tekijät, jotka tuovat nuoren elämälle merkitystä ja sisältöä. Kun nuorella on vahva elämänhallinta, hän asettaa itselleen tavoitteita ja omistautuu asioille. (Aaltonen ym. 2003, 185.) Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa harjoitellaan muun muassa elämänhallintaan liittyviä asioita. Ulkoinen elämänhallinta tarkoittaa sitä, kuinka paljon nuori kokee itse vaikuttavansa elämän olosuhteisiin. Ulkoisessa elämänhallinnassa nuori osaa ohjata omaa elämänsä haluttuun suuntaan ja vältellä erilaisia haitallisia ulkoisia tekijöitä. Ulkoinen elämänhallinta pitää sisällään nuoren omat tavoitteet, esimerkiksi koulutuksen, ammatin ja

tulevaisuuden suunnitelmat, joita hän haluaa itse tavoitella. Ulkoisessa elämänhallinnassa on tärkeää, että nuori tekee töitä omien tavoitteiden sekä haaveidensa eteen ja tavoittelee itselle tärkeitä asioita. Usein suuria saavutettuja tavoitteita nuoren elämässä ovat koulutuspaikka, oma asunto ja työpaikka. (Aaltonen ym. 2003, 185.)

Tunne on yhtäkkinen reaktio, joka kohdistuu johonkin tekijään tai paikkaan. Erilaisien tunteiden käsittely sisältää useita eri vaiheita (Nurmi 2013, 16). Vaiheisiin kuuluvat muun muassa herääminen, havaitseminen, hyväksyminen, ilmaiseminen, tunnistaminen, nimeäminen, säätely ja ymmärtäminen. On kuitenkin mahdollista, että nuori jättää käsittelemättä sellaiset tunteet, jotka saattavat aiheuttaa tunnelukkoja. Erilaiset tunteet ajavat nuoren tekoihin, jotka voivat olla negatiivisia tai positiivisia. Jos nuorelle ei lapsuudessa opeteta tunteiden käsittelyä, hänen on vaikeampi tunnistaa tunteitaan. Tämä aiheuttaa sen, että nuoren on vaikea tulkita omaa käyttäytymistään. Esimerkiksi aggressio ja aggressiivinen käytös ovat kaksi eri asiaa. Aggressio tunteena ei ole väkivaltaa eikä siihen liity mikään teko, vaan se on erittäin voimakasta energiaa. Aggressio ei aina ole negatiivista, sillä se voi olla myös itsensä tuntemista, oman mielipiteen esille tuomista, hyvää itsetuntoa ja rohkeutta olla oma itsensä. (Nurmi 2013, 22-24.) Murrosiässä nuori haluaa tuoda tunteitaan aiempaa vahvemmin esille, ja houkutusten määrä kasvaa. Murrosiässä useat asiat ovat uusia sekä jännittäviä, ja tämän vuoksi houkutuksiin on helpompi lähteä mukaan. Nuori itse ei välttämättä koe vaaraa tai uhkaa houkutuksissa, mutta hänen läheisensä saattavat sitä kokea. Joidenkin nuorten kohdalla murrosikään liittyvät kokeilut ja kapinointi saattavat johtua perheen sisäisistä ongelmista. (Turunen 2005, 114-115.)

Hevosten kanssa toimiessa itsetuntoa kohottaa usein se, jos kokee itsensä fyysisesti pieneksi ja kykenee hallitsemaan isoa eläintä. Kun nuori näkee työnsä tuloksen, se tuo hänelle onnistumisen tunteen ja juuri nämä kokemukset vahvistavat itsetuntoa. Talliympäristön työt vahvistavat oma-aloitteisuutta ja tuovat vastuuta. (Ojanen 2011, 96-104.) Tunnepohjainen tuki, jonka hevonen antaa, on tärkeässä roolissa. Hevosen kanssa toimiminen ja suhde hevoseen parantaa myös kokonaisvaltaisesti oppimista, turvallisuuden tunnetta sekä itsetuntoa (Kahilaniemi 2016, 20).

Hevosen ja ihmisen samankaltaisuuden vuoksi nuori pystyy asettamaan samanlaisia oletuksia, esimerkiksi toiveita ja pelkoja, niin hevoseen kuin ihmiseen. Nuoren on helpompi kertoa hevoselle asioita, joita ei välttämättä pystyisi kertomaan esimerkiksi vanhemmilleen, sillä nuori saattaa pelätä, ettei tule ymmärretyksi. Hevonen ja ihminen ovat samankaltaisia, joten nuori luo hevoseen sellaisen suhteen kuin nuorelle on ominaista. Näitä suhdemuotoja ovat muun muassa epäluuloinen, passiivinen, vaativa tai kontrolloiva. Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa ohjaaja pystyy tarkastelemaan sekä ohjaamaan nuoren ja hevosen välistä suhdetta. (Yrjölä 2011, 171.)

Yks teini jolla oli hirveet riidat äitinsä kanssa.. Se vaan karkaili kotona eikä minkäänlaista kontrollia siihen lapseen kellää, mut halus kauheesti käydä tallilla. Kaikki perinteiset keinot uhkailu, kiristys, lahjonta ja kotiarestit ja kännykän poisottamiset ja mitä ikinä voit lapselle keksiä sanktioita siitä karkaamisesta. Sit oltiin niinku siinä tilanteessa, että piti oikeesti miettiä pitääks sijoittaa kodin ulkopuolelle et se pysyy jossain rajoissa. Me oltiin menossa ratsastamaan ja hän talutti Almaa siinä ja menttiin ja sit yhtäkkiä Alma katto ympärilleen ja laukkas pois. Mitä tekee teinityttö tai aikuinen tai traktorikaan jos hevonen päättää lähteä laukkaamaan pois? Tää on se hetki missä vaaditaan herkkyyttä iteltä ja sitä et näkee. Sattu olemaan herkkä hetki sitten itelläkin ja mä näin, et jotain liikahiti. Kysyin siltä tytöltä -- okei nyt sulla tuli joku fiilis, et mikä se on? Voitko kertoa? Tää teini siinä huuli väpättäen sano nyt mä tiedän miltä äitistä tuntuu, kun mä en tottele. Oma kohtanen kokemus mitä hänen toiminta hänen omalle äidilleen aiheuttaa ja ku ihan hirveen harvoin lapset haluaa läheisilleen mitään pahaa ne käyttäytyy huonosti, tekee typeriä juttuja ja mut, ku ne ei joskus osaa muuta. (Haastattelu 2.)

Haastateltavan esimerkissä on nähtävissä, kuinka hevosen intensiivinen vaikutus nostattaa tunteita esille. Hevosen käyttö saattaa edistää ja nopeuttaa terapian tavoitteiden saavuttamista (Yrjölä 2011, 171). Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan toiminnallisuuden ansiosta ohjaaja näkee nuoren monista eri näkökulmista. Tätä samaa ei tavoiteta esimerkiksi tavanomaisissa keskusteluhetkissä. Ohjaaja pystyy havainnoimaan, miten nuori käsittelee elämää ja tunteitaan. Toiminnan kautta ohjaaja pääsee nuoren ajatuksiin ja käsityksiin sisälle. Jos nuori hermostuu tallilla ja reagoi hermostumiseensa aggressiivisesti, ohjaajalla on hyvä hetki pysäyttää nuori ja lähteä purkamaan tilannetta. Tallilla pystytään pohtimaan konkreettisuuden kautta hyviä keinoja tunnesäätelyyn. Nuori voi esimerkiksi kotona hermostuessaan lyödä pikkusiskoaan, jonka seurauksesta pikkusisko alkaa pelkäämään ja välttämään sisarustaan. Tallilla tällainen toiminta loppuu välittömästi, sillä hevonen ei

työskentele sellaisen nuoren kanssa, joka kohtelee häntä kaltoin. (Yrjölä 2011, 170.) Temperamentti on yksilöllinen henkilökohtainen käyttäytymismuoto. Toisilla se näkyy voimakkaammin kuin toisilla. Temperamenttisuus on ominaispiirre, joka nuorella on syntymästä asti. Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa nuoren temperamenttisuus saattaa luoda haasteita, sillä toiminta vaatii kärsivällisyyttä. Tämä ei kuitenkaan ole ongelma toiminnan toteuttamiselle, sillä sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa harjoitellaan tunneilmaisua. (Nurmi 2013, 25.) Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa tavoitteena on saada nuori oivaltamaan hevosen avulla tunneilmaisun ja hyvän käytöksen periaatteet sekä siirtämään näitä taitoja omaan elämänsä (Yrjölä 2011, 170).

4.4 Vuorovaikutustaidot

Sosiaalipedagogisen hevostoiminnassa yksi tärkeimmistä peruseriaateista on yhteisö ja yhteisöllisyys (Lehtonen 1990, 14). Yhteisöllisyyden määrittelemineen on haastavaa, sillä se ei ole käsitteenä yksiselitteinen. Yhteisöllisyys tarkoittaa osallisuutta ja vuorovaikutusta, joka on säännöllistä sekä jäsenettyä ja se pohjautuu kokemuksellisiin merkityksiin. Yhteisöllisyyttä voi perustella pakolla, sopimuksellisuuella tai vapaaehtoisuudella. (Lehtonen 1990, 31-34.) Kun yksilö on yhteisöön vuorovaikutuksessa, yhteisöllisyys tuottaa yksilölle osallisuuden ja pääoman tunnetta. Vuorovaikutus lisää luottamusta yhteisöä kohtaan (Väyrynen, Kostamo-Pääkkö & Ojaniemi 2015, 8). Nuori oppii luottamuksen myötä ymmärtämään hevosen toimintaa ja sitä kautta itseään. Ymmärryksen myötä myös itseluottamus lisääntyy, ja nuori uskaltaa muuttaa omia käyttäytymismallejaan sekä kehittää vuorovaikutustaitojaan myös tallin ulkopuolella (Purola 2011, 181).

Ohjaajan ja nuoren vuorovaikutuksen tavoitteena on edistää ja vahvistaa nuoren elämänhallintaa. Nuori on vuorovaikutustilanteissa myös aktiivinen, sillä keskustelun tarkoituksena on tukea omatoimisuutta (Ahonen 1992, 20). Vuorovaikutuksessa ovat läsnä nuoren ja ohjaajan asenteet, persoonallisuus ja ihmisyys (Ahonen 1992, 50). Vuorovaikutustilanteissa tunnetilat vaihtelevat ilosta suruun ja raivosta rauhallisuuteen. Toisinaan tunnetilat saattavat kestää pidempään, toisinaan ne ovat lyhy-

empitä. Toimeliaaksi ja luovaksi meidät tekevät positiiviset tunnetilat, kun taas negatiiviset tunnetilat lannistavat ja saavat kehon tuottamaan adrenaliinia. Tämä johtuu yleensä esimerkiksi raivostumisesta tai vihan tunteista. (Ahonen 1992, 98.)

Hevonen on sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa olennainen osa, joka tuo tiettyjä muutoksia toimintaan. Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa siirrytään yksityisestä tilasta usein ulkoilmaan tai talliympäristöön, jossa täytyy huomioida myös muut. Tilan ollessa avara ja vapaa tämä vaikuttaa hevostoiminnassa syntyvään suhteeseen positiivisesti, tiivistäen sitä. Suhde ohjaajan, hevosen ja nuoren välillä voi tuoda mukanaan erilaisia ilmiöitä, esimerkiksi ulkopuolisuuden, mustasukkaisuuden tai vähäpätöisyyden tunteita. (Yrjölä 2011, 171-172.) Hevosen käyttö voimaannuttavassa työssä rentouttaa ja innostaa nuorta. Tämä auttaa nuorta motivoitumaan, joka puolestaan edistää psyykkistä ajattelutyöskentelyä sekä vahvistaa hevosen ja nuoren keskinäistä luottamusta (Yrjölä 2011, 170).

5 HEVONEN VOIMAANTUMISEN TUKENA

Nuoruus saattaa olla nuorelle suuri kriisi, jonka vuoksi sekä vanhemmat että nuori itse saattavat pohtia, onko nuoren käyttäytyminen enää tavanomaista. Jos poikkeava käyttäytyminen on pitkäaikaista, on hyvä hakea apua. Kun nuori saa apua ajoissa, voidaan usein ehkäistä vakavammat ongelmat. Nuoren oireilu näkyy usein ensimmäisenä koulussa, joten nuoren asioista on hyvä käydä keskustelemassa opilasterveydenhuollon kanssa. (Aaltonen ym. 2003, 249.) Koulussa nuoren asioita voidaan pohtia esimerkiksi kouluterveydenhoitajan, kuraattorin, psykologin tai opettajan kanssa. Mitä moniammatillisempi työyhteisö nuoren tukena on, sitä laadukkaampaa apua nuori saa (Aaltonen ym. 2003, 249).

Vahingollisella vanhemmuudella tarkoitetaan tutkijoiden (Belden, Sullivan & Luby 2007, 241). mukaan poikkeavaa, pitkäaikaista negatiivista ja alentavaa käytöstä lasta kohtaan. Tällaisella käytöksellä on todettu olevan useita lapsen itsetuntoa ja minäkuvaa rikkovia seurauksia. Lapsen ja aikuisen välinen negatiivinen vuorovaikutussuhde pitkään jatkuessa aiheuttaa vuorovaikutuksen vähenemistä ja rajoittuneisuutta, ja lopulta suhde rikkoutuu. Vuorovaikutussuhteen ollessa vajanainen lapsen on haastavaa harjoitella tunteiden oikeanlaista käsittelyä. Nuorena tunteiden säätely on suuri haaste. Usein lapsen on vaikea ilmaista tunteitaan ymmärrettävästi, sillä on vajanaisen vuorovaikutussuhteensa vuoksi oppinut vääränlaisen tunteiden ilmaisuun. Lapsi saattaa tulla koulussa väärinymmärretyksi ja tämän vuoksi joutua erilaisiin konfliktitilanteisiin. (Rusanen 2011, 76.) Nuoren pahan olon oireiluun saattaa liittyä myös uskonto, perimä, voimavarojen puute, vääristynyt ajattelutapa, puutteelliset sosiaaliset suhteet ja verkostot (Aaltonen ym. 2003, 250-251). Nuoren pahoinvointi voi purkautua esimerkiksi viiltelynä, päihteiden holtittomana käyttönä tai suoraan itsetuhoisena käyttäytymisenä. Pelkotilojen ja levottomuuden on todettu lisääntyvän asiakkailta, joilla on psykiatrisia ongelmia (Kahilaniemi 2016, 19).

Traumatisoituneet nuoret ovat jossain vaiheessa elämäänsä kokeneet jonkin uhkaavan tilanteen, joka on aiheuttanut voimakkaita, elämää häiritseviä ja hankaloitavia reaktioita. Traumatisoiva tapahtuma voi vaikuttaa perheeseen, ryhmään tai yhteisöön, mutta myös vain yksilöön. Näitä traumatisoivia tapahtumia voivat olla esi-

merkiksi omaisen kuolema, väkivallan uhriksi joutuminen, itsemurha, koulukiusaaminen, insesti tai perheväkivalta. Traumatisoituneille nuorille sosiaalipedagoginen hevostoiminta voi olla positiivisesti tuloksellista, sillä aiemmat pettymykset ja kaltoinkohtelu voivat lukkiinnuttaa lapsen täysin. Hevosen läsnäololla voidaan todeta olevan hyviä vaikutuksia traumausten käsittelyssä, sillä hevoselle on turvallista osoittaa hellyyttä sekä välittämistä ilman torjutuksi tuleamista. Nuoren osoittaessa hellyyttä hevoselle hevonen vastaa käyttäytymiseen hellyydellä. (Sinkkonen 2013, 43.)

Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan alussa traumatisoitunut nuori saattaa kohdella hevosta oppimillaan käyttäytymismalleilla, jolloin vääristynyt kiintymyssuhde saattaa jatkua. Sen vuoksi ohjaajalla on tärkeä rooli hevosen suojelemiseksi, jotta hevonen ei vastaa nuoren vahingoittavaan käyttäytymiseen. Nuoren sisäistäessä sosiaalipedagogisen hevostoiminnan taitoja nuoren on turvallista käsitellä traumaattia ja muuttaa sekä eheyttää käyttäytymismalliaan. Traumatisoitunut nuori kokee toimintansa vaikutuksen ja oivaltaa olevansa merkityksellinen elollisille olennoille. (Parish-Plass 2008, 7-10.)

Hevosten kanssa toimiessa hevoseen syntyy vahvoja kiintymyssuhteita, jotka tuovat yhteenkuuluvuuden tunnetta. Hevosten ja ihmisten väliset sosiaaliset kokemukset tuovat kumppanuutta, hellyyttä ja hyväksyntää. Tunteita hevosta kohtaan voidaan kuvailla ystävytenä, sillä hevonen kuuntelee eikä tuomitse. (Ojanen 2011, 94.)

Hevoset tekee sen työn, mä oon sitä mieltä, meidän tehtävänä on olla siinä tulkkina ja herkkinä havainnoimaan ja sanomaan – hei huomaaksä mitä tapahtu? (Haastattelu 2).

Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa hevosella on oma roolinsa. Hevonen herättää suuren kokonsa vuoksi kunnioitusta sekä mielikuvia. Kokonsa ansiosta se luo turvallista ja tasaista oloa, sillä nuori saa olla oma itsensä hevosen rinnalla. Hevonen opettaa toiminnan kautta ymmärrettävästi kosketuksen merkityksen, miten tulee lähestyä ja kohdella hevosta. Nuori ei voi valehdella hevoselle, sillä hevonen toimii nuorta kohtaa suorassa vuorovaikutuksessa ja aistii sen hetkiset tunnetilat. Hevosen kanssa toiminen edellyttää nuorelta johdonmukaisia ja selkeitä viestejä. Hevonen on pohjimmiltaan sosiaalinen laumaeläin, ja sen vuoksi hevonen on herkkä reagoimaan muutoksiin, joita esimerkiksi tallissa tapahtuu. Tämän vuoksi on

tärkeää, että myös tallielämä on suhteellisen rauhallista, tasaista ja samankaltaista. (Sosiaalipedagoginen hevostoimintayhdistys ry 2015.) Nuoren on usein vaikea keskustella puberteettiin eli murrosikään liittyvistä asioista aikuiselle, sillä nuorella saattaa olla tuomituksi tulemisen pelkoa. Hevonen on oiva ystävä erilaisten tunteiden keskellä, sillä se kuuntelee tuomitsematta. (Sinkkonen 2013, 40.)

Hevosen karsinan siivouksen yhteydessä on helpompi keskustella henkilökohtaisista asioista, sillä siivouksessa ei vaadita suoraa katsekontaktia, vaan keskittyminen on toiminnassa (Tutkimuspäiväkirja 2017).

Hevosen kanssa suhdetta luodessa on huomioitava, että nuori ei pelkää hevosta. Pelko ei kuitenkaan estä sosiaalipedagogisen hevostoiminnan toteutusta, sillä ensin työstetään pelkoa hevoseen. On todettu, että nuoren voittaessa pelkonsa suhde hevoseen on entistä voimakkaampi (Ojanen 2011, 95).

Kun olemme kahden eläintoverin kanssa, poisjäävät naamat ja esitykset, haarniskat ja teeskentely, jotka olemme kehittäneet rakkaita, ystäviä ja vihollisia varten (McElroy 1997, 30).

Sinkkonen (2013, 40) nostaa esille, että pelkojen ja ahdistuksien voitto hevostoiminnan avulla on mahdollista. Tunnesiteen kehittyminen alkaa suuren eläimen kohtaamisesta, käyttäytymisen oivaltamisesta ja eläimen liikkeiden säätelystä. Hevonen aistii nuoren positiivisen ja negatiivisen energian, jolloin hevosessa näkyy nuoren oman käytöksen vaikutus. Syy-seuraussuhde nuoren ja hevosen käytöksen välillä on ilmeinen. Saavutettuaan tunnesiteen hevoseen nuori oppii hallitsemaan hevosta ja itseään. Lastensuojelun asiakkaat, joiden lapsuus on vajavainen, saavat sosiaalipedagogisen hevostoiminnan avulla laaja-alaisesti korjaavia kokemuksia. Kehitysvaiheet aikuisuuteen ovat haastavia ja silloin on tärkeää, että nuori kokee olevansa arvokas ja hyväksyttävä. Kasvaakseen tasapainoiseksi nuoren tulee saada paljon positiivisia ja rakentavia kokemuksia. (Palola 2013, 157.)

Hevosen kanssa toimiessa kommunikaatiota helpottaa osittain myös sanojen puuttuminen, sillä ruumiin kieli on tärkeänä osana kommunikaatiossa. Hevonen ei luokittele nuorta ulkonäön perusteella, mikä tuo hyväksyntää ja nuoren on helpompaa olla oma itsensä. Läsnäolo on hevosille luontevaa, sillä hevonen on läsnä nykyhetkessä. Tässä erona ihmiseen on se, että ihmisellä on kykyä ajatella mennyttä ja

tulevaa, joten ihminen voi muuttaa käyttäytymistään kokemuksen perusteella. Hevonen taas antaa mahdollisuuden nykyhetkeen eikä tuomitse yksittäisten virheitten vuoksi. (Eläinavusteiset menetelmät, [viitattu 24.7.2017].)

6 TUTKIMUSPROSESSI

Luvussa avataan laadullista sekä etnografista tutkimustapaa ja niiden ominaisuuksia. Luvussa kerrotaan tutkimusprosessin etenemisestä sekä miten opinnäytetyössä on huomioitu luotettavuus ja eettisyys.

6.1 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Tutkimuksen hyviin tieteellisiin ja eettisiin käytäntöihin kuuluu rehellisyys, huolellisuus ja tarkkuus. Aineiston tallentaminen ja äänittäminen on toteutettava näitä käytäntöjä huomioon ottaen. Tutkimuksen ja tulosten julkaisemisessa on toimittava kunnioitettavasti ja asiaan kuuluvalla tavalla. Lähteet ja viittaaminen tulee tehdä ohjeistuksen mukaisesti. (Helsingin yliopisto 2017.)

Vastuu tietojen käsittelystä tekstissä on merkittävä osa tutkijan eettisyydessä (Lagström 2010, 110). Tutkimuksen tekijän täytyy pohtia tarkkaan, miten käsittelee asiakkaiden kertomia tietoja sekä niitä asioita, joita tutkimuskohteessa näkee ja kokee tehdessään tutkimusta. Merkittävää on, että tutkija hankkii vain niitä tietoja, jotka ovat tutkimuksen kannalta oleellisia. Tutkijan vastuulla on aineiston säilyttäminen ja asianmukainen hävittäminen. (Lagström 2010, 110.)

Kvalitatiivisen eli laadullisen opinnäytetyön tarkoitus on totuudenmukaisen elämän kuvaaminen. Tarkoituksena on hahmottaa tai tuoda julki faktaa ennemmin kuin varmentaa jo olemassa olevia väittämiä (Hirsjärvi ym 2009, 161). Laadullinen tutkimus saavuttaa tutkittavaa ilmiötä eli hahmottaa haastateltavien näkemyksiä, ajatuksia, käsityksiä, kokemuksia tunteita (Hirsjärvi & Hurme 2010, 41; Kiviniemi 2001, 68). Laadullisessa tutkimusta käytettäessä voidaan keskittyä pieneen määrään tutkittavia tapauksia. Tutkimuksessa tavoitteena on analysoida pientä määrää mahdollisimman perusteellisesti. Tässä tapauksessa opinnäytetyön vastausten laatu on tärkeämpi kuin niiden määrä. (Eskola & Suoranta 2008, 18.)

Opinnäytetyössä on huomioitu eettisyys tiedonhankinnassa. Työssä on käytetty luotettavia lähteitä ja ne on valittu huolellisesti. Opinnäytetyö on toteutettu Seinäjoen ammattikorkeakoulun opinnäytetyön kirjallisten töiden ohjeiden mukaisesti. Haastattelvien tietosuojaa työssä vaalitaan ja haastattelumateriaali, tutkimus- ja ohjauspäiväkirjat on säilytetty asianmukaisesti salasanojen takana. Opinnäytetyön valmistuttua äänitetyt haastattelut ja kirjatut materiaalit tullaan hävittämään. Tutkimukseen tarvittavia tietoja kerätessä haastateltaville on selkeästi kerrottu, mihin tietoja käytetään sekä lähetetty keskeneräistä työtä luettavaksi Marille. Tutkimustuloksien julkaisussa toimitaan kunnioittavasti ja rehellisesti. Marin vanhemmilta sekä yhteistyötoholta on saatu kirjallinen lupa tutkimuksen tekoon. Tekijät ovat huomioineet, että ovat vaitiolovelvollisia tutkimuskohteessa muihin asiakkaisiin liittyvissä asioissa.

6.2 Etnografinen tutkimustapa

Etnografisen tutkimuksen juuret ovat antropologiassa. Antropologia on ihmisen ominaisia piirteitä ja kulttuuria tutkivan tieteen yleisnimitys (Syrjälä, Ahonen, Syrjäläinen & Saari 1994, 68). Etnografisen tutkimusmenetelmä kuuluu laadullisten eli kvalitatiivisten tutkimuksen alalajeihin (Kananen 2014, 9). Etnografisessa tutkimuksessa käytetään apuna osallistavaa havainnointia. Siinä pyritään ymmärtämään ja kuvaamaan tutkittavaa ilmiötä. Tutkimusmenetelmään kuuluu olennaisena osana useiden viikkojen tai jopa kuukausien kestävä kenttätutkimusvaihe. Kenttätutkimusvaiheen aikana tutkija tarkkailee ilmiötä ja pyrkii ymmärtämään tapahtumien merkitystä osallistuvien näkökulmasta. (Syrjälä ym. 1994, 68.)

Etnografista tutkimusmenetelmää on vaikea määritellä, sillä toiset tutkijat pitävät menetelmää filosofisena paradigmana tapana tutkia ja toiset taas tutkimustapana muiden tutkimusten joukossa. Etnografista tutkimusmenetelmää käytetään niissä tutkimuksissa, joihin se on sopivaa ja tarkoituksenmukaista (Metsämuuronen 2008, 20-21). Etnografisessa tutkimusmenetelmässä haasteita tuo ilmiön monimuotoisuus, sillä ilmiön laajuudesta ei ole tarkkaa rajausta eikä tiedetä, mitä tietoja tutki-

mukseen tarvitaan. Tutkija on mukana ilmiössä, koska tiedonhankinta on muulla tavoin mahdotonta. Tämän vuoksi tutkijan on saatava kokemus tutkittavasta ilmiöstä (Kananen 2014, 49-50).

Etnografisen tutkimuksen neljä ominaisuutta:

1. Tutkijalla on halu tutkia ilmiötä oman kiinnostuksen kautta.
2. Tutkijalla on pyrkimys työskennellä ennalta suunnittelemattoman aineiston kanssa.
3. Tutkimuksessa voidaan tutkia vain pientä osaa ilmiöstä.
4. Tutkimustulokset tuovat ilmi ilmiön käyttäytymisen ja merkityksen.

Etnografinen tutkimus voi sisältää joitakin näistä ominaisuuksista (Metsämuuronen 2008, 21). Tässä opinnäytetyössä näistä ominaisuuksista toteutuvat kohdat 1-4.

Opinnäytetyössä on käytetty etnografisen tutkimustavan lisäksi haastattelua. Haastattelu toteutettiin tallin omistajalle ja nuorelle. Omistaja vastaa tallin toiminnasta sekä toteuttaa sosiaalipedagogista hevostoimintaa Toiskassa. Nuori, jota haastateltiin, on ollut sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa asiakkaana. Hän myös ohjasi ja tutustutti tallin toimintaan. Haastatteluissa avattiin molempien haastateltavien taustoja sekä sitä, miten haastateltavat ovat päätyneet sosiaalipedagogisen hevostoiminnan pariin, minkä kokevat voimaannuttavana ja mitä nuoret toiminnasta oivaltavat sekä siirtävät omaan elämäänsä.

6.3 Osallistuva havainnointi

Osallistuva havainnointi tarkoittaa, että tutkija tarkkailee enemmän tai vähemmän puolueettomasti tutkittavaa ilmiötä ja kirjoittaa samalla tutkimuspäiväkirjaa tutkimuksesta. Havainnointi voi olla visuaalista, mutta myös muitakin aisteja, kuten hajua, makua, kuuloa tai kosketusta, voidaan käyttää hyödyksi. Puolueettomuuden ja yksilöllisyyden määrittää osallistavussa havainnoinnissa kohde ja suunnitelma. Tutkimuskohteen havainnointi voi olla täysin puolueetonta, passiivista, osallistuvaa tai

aktiivista. Mikäli tutkijan havainnointi on aktiivista, hänen täytyy olla tarkkana, ettei havainnointi ole yliaktiivista, jolloin tutkimuksen alkuperäinen tavoite muuttuu ja tutkija muuttuu tutkimuskohteeksi. (Metsämuuronen 2008, 42-43.)

Havainnointilanteessa tutkija on läsnä osallistujana ja seuraajana. Tutkija voi tarkkailla tilannetta ensin laajasti ja päästä hiljalleen sisälle yksityiskohtiin. Osallistuvassa havainnoinnissa on tärkeää, että tutkittavat tottuvat tutkijaan, ettei hänen läsnäolonsa ärsytä tai häiritse. Tutkijan tulee arvostaa tutkittavien tapoja eikä puuttua niihin. (Anttila 1996, 218-224.) Havainnoinnissa toinen tutkija saattaa kiinnittää huomiota eri asioihin, jota toinen tutkija ei edes huomaa. Ennakkoon asetetut oletukset antavan suuntaa huomiolle. Havaintojen tekemiseen vaikuttavat myös tutkijan aikaisemmat kokemukset, mieliala sekä aktiivisuus. (Eskola & Suoranta 1998, 102-103.) Tutkimuksen kannalta havaintojen valikointi on tärkeää. Muuten havaintojen määrä olisi rajaton, ja tutkimuksen kannalta oleellisen aineiston kerääminen mahdotonta (Anttila 1996, 218-224).

Tärkeässä roolissa osallistavassa havainnoinnissa on tutkimuspäiväkirja. Tutkimuspäiväkirjan kirjoittamisen sanotaan selventävän tutkijan ajatuksia ja auttavan muistamaan, mitä on tapahtunut, milloin ja miksi. Tutkimuspäiväkirjaan kirjoitetaan omia tunteita, ajatuksia sekä kuvauksia ja erilaisia pohdintoja kirjoittamisajankohdasta. Tutkimuspäiväkirjaan voi kirjoittaa suunnitelmia, ja myös muutoksia ja niiden syytä, ihmettelyn aiheita, omia ja muiden oivalluksia, ongelmia, haasteita, luettuja asioita, tunteita ja kaikkea sitä, mitä tutkimusprosessin aikana tapahtuu niin konkreettisesti kuin omassa mielessä. Tutkimuspäiväkirja auttaa pysymään ajan tasalla tutkimuksen tekemisessä ja prosessin hallinnassa. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2004, 52-53.)

6.4 Avoin haastattelu

Etnografista tutkimusta tehtäessä haastattelua käytetään usein aineiston keruussa. Vuorovaikutus ja kasvokkain käytä keskustelu on luontainen tapa ihmisille. Etnografisessa tutkimuksessa halutaan saada kattava ja inhimillinen kuva tutkittavasta kohteesta. Tämän vuoksi haastattelulomakkeita ei usein haluta käyttää etnografisessa tutkimuksessa. Haastattelu voidaan toteuttaa sen jälkeen, kun tutkija on perehtynyt

teoriatietoon. Tutkijan tulee valmistautua haastatteluun hyvin tiedoiltaan ja ajatuksen tasolla. Hyvä haastattelurunko on tärkeä ja helpottaa tutkijaa tutkimustyössä. (Syrjälä ym 1996, 86.) Tutkijan vastuulla on kertoa tutkittavalle tarkasti ja selkeästi, mihin tarvittavat tiedot menevät, miten ne käsitellään ja kuinka yksityisyyden suoja on taattu. (Helsingin yliopisto 2017).

Avoimessa haastattelussa molemmat osapuolet ovat kielellisessä vuorovaikutuksessa. Haastattelijan tavoitteena on luoda haastattelutilanteesta mahdollisimman luonteva ja avoin. Avoin haastattelu on samankaltainen kuin tavallinen keskustelutilanne, jossa keskustelun etenemistä ei ole etukäteen määritelty vaan keskustelu etenee tiettyjen aihepiirien sisällä ja haastateltavan ehdoilla. Avoimessa haastattelussa on tarkoitus puhua tutkijan etukäteen pohtimista teemoista. Tämä tarkoittaa sitä, että haastattelussa annetaan tilaa haastateltava kokemuksille, tunteille, ajatuksille, muistoille, mielipiteille sekä perusteluille. Haastattelija on kuitenkin orientoitunut tutkimuksensa aihepiiriin. Haastattelija esittää kysymyksiä tilanteita ja haastateltavaa lukien eikä yritä tarjota haastateltavalle valmiita vastauksia. Avoimessa haastattelussa annetaan haastateltavan puhua vapaasti. (Hirsjärvi ym 2001, 86-88.)

6.5 Haastateltavat

Sieltä aukes semmonen maailma, joka tuntu omalta (Haastattelu 2).

Teea vastaa Ilon Kopseen toiminnasta Ilmajoella. Talli sijaitsee Perhekoti Toiskan maatilamiljöössä. Ennen oman yrityksen perustamista Teea on työskennellyt Etelä-Pohjanmaan sosiaalipsykiatrisella yhdistyksellä projektipäällikkönä, Seinäjoen Akillassa projektipäällikkönä sekä tehnyt erilaisia töitä asiakkaiden kanssa, joilla on ongelmia oman elämänhallinnan kanssa.

Mun mies sano, et sä oot nykyään aina hyvällä tuulella. Sit mun oli pakko ruveta tutkimaan sitä asiaa, että miten se on niin. Mä en ees ratsasta, ku ei varsalla voi ratsastaa ja mä vaan oon tehny kaikkea muuta ja mulle sanotaan kotona et mä voin paremmin ku koskaan (Haastattelu 2).

Teea päätyi sosiaalipedagogisen hevostoiminnan pariin oman hevosensa ja kiinnostuksensa kautta.

Mari taas on ollut useamman vuoden sosiaalipedagogisen hevostoiminnan asiakkaana. Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan avulla Mari on saanut apua elämäntilanteeseensa, tunne- ja vuorovaikutustaitoihin sekä ongelmiin kotona. Toiskan pyynnöstä ja ehdotuksesta Mari toimi Helin ja Sannan ohjaajana ohjauskäynneillä. Toiskan näkökulma oli, että Mari osaa tuottaa validia tietoa ja antaa mahdollisimman hyvän sekä kattavan kuvan sosiaalipedagogisen hevostoiminnan merkityksestä.

Murrosiän alkuvaiheessa nousi esille haasteita äidin ja tyttären välille. Mari oli nuorempana impulsiivinen ja temperamenttinen, mikä näkyi äidin ja Marin välisessä suhteessa. Tämä myös heijastui koko perheeseen. Marin perheeseen kuuluu äidin lisäksi neljä teini-ikäistä nuorta. Mari ei ole koskaan ollut käytökseltään aggressiivinen tai väkivaltainen, mutta sanallisesti hyvin loukkaava ja ajattelematon. Koulunkäynnissä Marilla ei koskaan ole ollut ongelmia ja opiskelu sujui hyvin. Ongelmat kuitenkin näkyivät siinä, että Marilla on ollut koulussa kavereita, joiden kanssa hän on tehnyt typeryyksiä ja ajautunut väärille teille.

Äiti haki apua Marin sekä äidin väliseen kommunikointiin ja perheen tilanteeseen sosiaalitoimesta. Sosiaalitoimesta perheelle tarjottiin perhekuntoutusta toiselta paikakunnalta, johon muutto olisi tiedossa. Mari kertoo, että kamalinta ei ollut se, että äiti haki apua, vaan se, että joutui irtaantumaan kaikesta tutusta omassa kaupungissaan ja jättämään kaverit. Kaikki lapset vastustivat muuttoa, mutta äiti kuitenkin pysyi päätöksessään. Muuton jälkeen Mari kävi ensin keskustelu terapiassa, joka ei tuottanut tulosta, koska Mari ei suostunut puhumaan käynneillä. Mari koki, että häntä yritetään muuttaa ja sen vuoksi tunsu itsensä ahdistuneeksi tilanteesta. Myöhemmin sosiaalitoimesta perheen sosiaalityöntekijä tarjosi Marille sosiaalipedagogista hevostoimintaa, jota ensin ajatteli vammaisratsastukseksi ja oli ennakkoluuloinen. Kuitenkin aloitti toiminnan ja tykästyti tekemisen kautta toimimiseen.

6.6 Havainnointikerrat

6.6.1 Suunnittelu

Kävimme Toiskassa tutustumassa sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan neljä kertaa kahden tunnin ajan. Suunnittelutapaamisissa nousi esille, että haluamme tehdä opinnäytetyön, jossa täytyy heittäytyä ja kokea myös itse. Sen vuoksi valitsimme tutkimusmenetelmäksi etnografisen tutkimuksen, sillä tässä menetelmässä korostuu kokemuksellisuus. Toiskassa oli myös näkemys siitä, että sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan liittyvä tutkimus on laadultaan parempi, kun tutkijalla on henkilökohtainen kokemus toiminnasta. Toiska myös korosti, että sosiaalipedagoginen hevostoiminta on sidoksissa kokemukseen ja yksilön omaan ajatukseen. Hevostoiminnan kokemuksia ei voi sanoittaa toiselle, vaan ne täytyy kokea itse, sillä jokaisen kokemus on yksilöllinen ja toiselle toiminta voi tuottaa erilaista kokemusta. Toiskan ehtona opinnäytetyön toteuttamiselle oli se, että tyttöjä ei haastatella paperilomakkeilla. Toiska ehdotti, että lähestyisimme toimintaa kokemuksen näkökulmasta niin, että menisimme itse kokeilemaan sosiaalipedagogista hevostoimintaa nuoren ohjaamana.

6.6.2 Toimintaan tutustuminen, tervetuloa!

Ensimmäinen käynti sovittiin 25.4.2017 Toiskan hevostallille ja ohjeistuksena annettiin, että mukaan on otettava tallille sopivat vaatteet. Kengät saataisiin lainaan Toiskasta. Toiskassa meitä oli vastassa Teea ja ohjaaja Mari. Tallilla oli myös muita ihmisiä. Heti alussa huomasimme, että vastaanotto oli lämmin ja avoin. Tunsimme olomme tervetulleiksi, sillä tallilla ja pihapiirissä kaikki tervehtivät toisiaan. Marin opastuksella käytiin tallin tutustumiskierroksella ja samalla tutustuttiin myös tallin sääntöihin. Säännöissä nousi esille kunnioitus sekä hevosia että toisia kohtaan. Hevostalli oli iso, siinä asui kahdeksan hevosta, aasi ja kani. Pihapiirissä majaili myös yksi kissa. Heinävarasto oli sivummalla erillisessä rakennuksessa. Tallin seinällä oli iso valkotaulu, johon merkittiin hevosiin liittyviä asioita. Hevostallista löytyi myös pesutila sekä nurkkaus, jossa jaettiin hevosille rehut. Talli oli siisti ja kaikki tarvikkeet

olivat paikoillaan. Tallin lattia oli pehmeä ja Teea kertoi sen olevan kierrätysmateriaalia. Käytävä oli leveä, ja sen varrella oli kahdeksan hevosen karsinat. Käytävän päässä oli kaksi isoa ovea, joista pääsi hevosten laitumelle. Käytävän varrella oli myös toinen ovi, josta pääsi turvevarastoon, ja pääovi oli käytävän toisessa päässä. Tallilla huomasi, että se oli suunniteltu harkiten ja lastensuojelun tarpeet huomioon ottaen. Teea myös mainitsi, että talli on Suomen ratsastusliiton hyväksymä talli.

Ulkona oli iso pyöreä maneesi, jonka ympärillä oli hevosten laitumet. Laitumet oli rakennettu niin, että niiden avulla saataisiin kannustettua hevosia liikkumaan. Laidun ei ollut yksi iso peltoaukea, vaan siinä oli pyritty huomioimaan luonnollisuus ja hevoselle ominainen ympäristö. Laitumella oli useita kulkuväyliä, jonka varrella oli vesipisteitä, heinää ja suolakiviä, jotka motivoivat hevosia liikkumaan paikasta toiseen. Kulkuväylien varrella oli kiviä, tukkeja, hiekkaa, uimapaikka sekä ylä- ja alamákiä, jotta hevoset saisivat mahdollisimman paljon erilaista liikuntaa. Ison laitumen vierestä löytyi pienempi aitaus, joka oli tarkoitettu maasta käsin tehtyihin harjoituksiin sekä tarvittaessa sairastaville hevosille. Aitaus oli sen vuoksi pieni, että hevonen rauhoittuisi ja sairastaisi rauhassa. Aitauksessa oli myös rajoitettu liikkumista, jotta hevonen ei vahingoittaisi enempää esimerkiksi kipeää jalkaansa.

Käynti aloitettiin muutaman minuutin kestäväällä läsnäoloharjoituksella. Ennen harjoituksen aloittamista Mari neuvoi ottamaan hyvän ja tukevan asennon, rentouttaa polvia ja laittamaan silmät kiinni. Harjoituksen tarkoituksena oli vahvistaa läsnäoloa, rauhoittua siihen hetkeen ja unohtaa arjen kiireet.

Läsnäoloharjoitus oli liian pitkä ja keskittyminen vähän hankalaa. En oo koskaan tykännyt näistä harjoituksista, vaikka tiesin, että ne on osa sosiaalipedagogista hevostoimintaa. Nyt ehkä uusi paikka ja tilanne hankaloitti omalla tavallaan keskittymistä. Läsnäoloharjoitus voisi olla mielekkäämpi, jos paikalla olisi hevoset, jotta saisi kuunnella hevosten ääniä. (Tutkimuspäiväkirja 2017.)

Mari kertoi, että seuraavaksi vuorossa oli karsinan siivous. Tätä kutsuttiin tallilla leikimielisesti paskajoogaksi. Sannalla oli oman hevostaustansa vuoksi hieman vaikeuksia kuunnella ohjeistus rauhassa loppuun, kun taas Helin tietämättömyys vei ohjaajan huomiota enemmän. Heti alussa huomasi, kuinka tärkeää on kuunnella ohjeistus huolella ja kuinka alusta alkaen harjoitellaan kärsivällisyyttä. Mari myös kertoi, että häntä on ärsyttänyt ensimmäisille kerroilla, kun ei päässyt heti hevosten

pariin, vaan joutui luomaan suhteen eri näkökulmasta. Mari ja Sanna samastuivat kokemukseen. Pohdimme, että nuoren aikaisempi kokemus hevosten kanssa saattaa tuoda toimintaan haasteita, koska nuoren innostusta täytyy hillitä ja vanhojen jo opittujen hevostaitojen tilalle tuoda uusia näkökulmia ja toimintamalleja. Tämä taas kehittää kärsivällisyyttä ja pitkäjänteisyyttä etenkin näillä nuorilla, joilla on jo aikaisempaa hevostaustaa.

Karsinan siivous oli Helille hämmentävää, koska hän ei tiennyt, mitä piti tehdä. Turpeen värin vuoksi Heli ei myöskään tunnistanut, mitä karsinasta pitää siivota, mutta lopulta pääsi vauhtiin ja kiinni työhön. Mari opasti myös tekniikan ja ergonomian kanssa. Karsinan siivouksen yhteydessä keskusteltiin karsinan siivouksen tärkeydestä sekä siitä, miksi se on oleellinen osa sosiaalipedagogista hevostoimintaa. Karsinan siivous on tärkeää, koska se on suuri osa hevosen hyvinvointia. Karsina on hevosen koti ja kun koti on siisti, hevonen voi hyvin. Tämän harjoituksen syvempi tarkoitus on mallintaa nuorelle, että myös ihmisen hyvinvointi lähtee siisteydestä. Samalla Mari kertoi kokemuksistaan ja siitä, että alkumetreillä hänellä oli paljon vaikeuksia maltaa odottaa hevosten kanssa toimimista ja erityisesti ratsastusta. Mari kertoi suunnitelleensa jo lopettavansa sosiaalipedagogisen hevostoiminnan kesken. Tässä huomasi, että sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa ohjaajalla on suuri merkitys nuoren motivaation ylläpitämisessä. Vaikka hevostoiminnan täytyy olla tavoitteellista, pitää heikkouksien harjoittelu ja onnistumiset olla tasapainossa. Mari oli myös nuorempana käynyt ratsastustalleilla ratsastamassa. Huomioimme, että ratsastuskoulujen ja sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ero on se, että ratsastuskouluilla kiintopiste on ratsastamisessa, kun taas sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa harjoitellaan kokonaisvaltaista hevosen hoitamista, johon kuuluu myös liikkuttaminen. Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa harjoitellaan myös vuorovaikutustaitoja.

Karsinaa siivotessa huomasi, että hiljaisuuden tullessa kaikki keskittyivät tekemiseen. Myös muissakin tilanteissa hiljaisuus oli merkki siitä, että olimme läsnä ja keskityimme siihen, mitä juuri silloin oli tehtävänä.

Taulukko 1. Ensimmäisen käynnin koonti.

ENSIMMÄINEN KÄYNTI
Tavoite: Oman ajatustyön sekä prosessin aloitus ja tutustuminen.
Sisältö: Tutustuminen ja tallitöihin osallistuminen.
Keskeiset havainnot: Sosiaalipedagoginen hevostoiminta vaatii pitkäjänteisyyttä. Toiminnassa siisteys on tärkeässä roolissa, mikä näkyi myös tallissa. Tunnelma oli vastaanottavainen ja lämmin. Alussa havaitsi läsnäolon tärkeyden. Toiminnassa oli paljon eroavaisuudet tavanomaiseen ratsastukseen. Huomasimme, että hiljentyessä keskityimme. Tallitöissä oli tärkeää ergonomia ja motorikka.

6.6.3 Hevosten sekaan laitumelle

Toisella käynnillä 2.5.2017 heti tallille saavuttua luvassa oli läsnäoloharjoitus, joka oli samankaltainen kuin viime kerralla, mutta tällä kertaa lyhyempi. Harjoituksessa oli mukana myös vapaana oleva kani, joka kävi haistelemassa housunlahkeita ja kenkiä. Tämä rentoutti jäykkää tunnelmaa. Harjoituksen jälkeen Mari pyysi kuvailemaan yhdellä sanalla sen hetkistä tunnetta. Heli kertoi, että oli mietтелиäs ja Sanna taas odottava. Tunteisiin vaikutti se, että Mari kertoi siirtymisestä laitumelle hevosten luo jo ennen läsnäoloharjoitusta.

Suurin mielessä pyörivä ajatus oli: apua, hevosia! (Tutkimuspäiväkirja 2017).

Ennen laitumelle siirtymistä Mari kertoi turvamerkin, jolla hevonen saadaan loittoneemaan, mikäli se tulee liian lähelle. Turvamerkinä toimi käden liikuttaminen suorana ylös ja alas hevosta kohti. Turvamerkin käytössä oli tärkeää rauhallisuus ja se, että merkki aloitettiin pienellä liikkeellä. Tarvittaessa sitä vahvistettiin, jos hevonen ei totellut.

Sosiaalipedagoginen hevostoiminta pohjautuu hyvän jakamiselle. Hevostoiminta vahvistaa suhdetta hevoseen ja vapaa-ajalla läheisiin. Hevostoiminnassa on tärkeää hoitaa hevosta ja sen perustarpeita esimerkiksi antaa ravitsevaa ja terveellistä

ruokaa, pitää karsina sekä hevonen siistinä ja taata se, että hevosella on kokonaisvaltaisesti hyvä olla. Kun hevonen voi hyvin, hyvä olo tulee takaisin nuorelle. Suhde hevoseen on pysyvä, hyvä ja turvallinen. Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa näkee työnsä tuloksen ja molemmilla osapuolilla on hyvä olla. Syy- ja seuraussuhde on konkreettinen. Tämän taidon oppiminen ja sen siirtäminen vuorovaikutussuhteisiin on sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ydin. Nuoren pitää itse ymmärtää ja oivaltaa tämä sekä keinot ja huomata, että hyvän tekeminen kannattaa. Sen kautta nuori saa positiivisia kokemuksia ja ymmärtää, että omilla teoilla on merkitystä.

Tallilla siivoon hevosen karsina, ettei hevosen tarvi olla kusen ja paskan keskellä. Sit mä niinku tajusin, et mitä jos, tän siirtäis arkeen, et siivoisin kotona niin äitille tulis hyvä mieli, ettei tarvis olla sotkun keskellä (Haastattelu 1).

Laitumelle päästyä kävelimme Marin opastuksella laitumella. Hevoset ottivat meihin heti kontaktia. Heliä tämä kovasti jännitti ja hän joutui käyttämään turvamerkkiä. Heli kuitenkin hämmästyi, että turvamerkki todella toimi ja se toi Helille turvallisen sekä onnistuneen tunteen.

Laitumella oli hämmentävää, että hevoset oikeasti totteli ja kunnioitti ihmistä (Tutkimuspäiväkirja 2017).

Ensin laitumella vain käveltiin ja tunnusteltiin tunnelmaa. Ohjeistuksena oli, että hevosiin ei saa koskea. Tämä hieman ihmetytti, sillä odotuksena oli, että pääsisi ottamaan kontaktia hevosiin. Tarkoituksena kuitenkin oli huomioida, miten hevoset reagoivat meihin. Laitumella Mari kertoi hevosista, niiden iästä ja taustoista sekä omistajista. Mari ohjeisti meitä valitsemaan niin sanotun oman hevosen. Hevonen täytyi valita intuition kautta eli tarkoituksena oli valita se hevonen, mistä tulee paras tunne. Valintaan ei saanut vaikuttaa hevosen ulkoiset piirteet. Heli löysi Telman, joka oli vaaleanruskea, luonteeltaan hyvin lempeä hevonen. Sanna taas löysi Urhon, joka oli valkoinen ja utelias. Urho seurasi Sannaa laitumella pitkään ja tämä vaikutti valintaan. Alman rauhallisuus taas puhutteli Heliä. Kiinnitimme huomiota, että hevoset olivat rauhallisia, uteliaita ja tulivat todella lähelle eikä hevosilla ollut minkäänlaisia ennakkoluuloja, vaikka olimme heille täysin uusia. Jo näin alkuvaiheessa saimme kokemuksen siitä, että hevoset eivät tuomitse. Hevosista näki, että

niitä oli kohdeltu hyvin ja rakkaudella, koska esimerkiksi nopeat liikkeet eivät aiheuttaneet mitään hevosissa. Mielestämme tämä kertoi siitä, että hevosia ei ole kaltoinkohdeltu.

Hevosten valinnan jälkeen siirryimme istumaan laitumella olevan tukin päälle. Mari haastatteli, miltä harjoitukset tuntuivat ja millaisia ajatuksia laitumella olo herätti. Me taas tahdoimme kuulla Marin henkilökohtaisia kokemuksia.

Koin, että mulla oli turvallinen olo siellä laitumella, koska tiesin, ettei hevoset tee mitään tai ylitä mun henkilökohtaisia rajoja (Tutkimuspäiväkirja 2017).

Hevoset tulivat pian kuuntelemaan keskustelua ja niiden läsnäolo oli rauhoittavaa. Mari halusi myös kuulla, miksi valinta osui näihin hevosiin ja antoi tehtäväksi valita toisen hevosista tulevia harjoituksia varten. Olimme myöntäväisiä kummankin hevosen valintaan, mutta lopulta Mari auttoi päätöksenteossa ja valitsi Telman. Tässä huomasi, että Marin ohjaus oli enemmän Heliä myötäilevä. Tällä kerralla oli tarkoituksena tutustua Telmaan paremmin, mutta aika loppui kesken ja Mari päätti siirtää harjoitukset seuraavalle kerralle.

Pohdimme, että palvelun ostavan ja tarjoavan tahon tulee huomioida, että käynneille on varattu riittävästi aikaa ja myös jakso on riittävän laaja, sillä tallilla ollessa ajantaju pysähtyy. Tällä taataan paras mahdollinen tulos ja saavutetaan halutut tavoitteet.

Ohjaajan näkökulmasta energia on vain osattava suunnata oikeaan kohteeseen ja pitää muistaa pitää huoli myös siitä, että välillä rauhoitetaan (Ohjausraportti 2017).

Taulukko 2. Toisen käynnin koonti.

TOINEN KÄYNTI
Tavoite: Ajatustyön jatkaminen ja prosessin syventyminen.
Sisältö: Laumaan sekä laidunalueeseen tutustuminen. Turvamerkkien opettelu sekä hevosiin kontaktin ottaminen.
Keskeiset havainnot: Toiminnassa huomioidaan turvallisuus hyvin. Hevoset näyttävät hyvinvoivilta ja hevosia kiinnosti ihmisten läsnäolo. Omien tunteiden tiedostaminen, mukavuusalueiden ulkopuolelle meneminen, pelon voittaminen ja itsensä ylittäminen sekä onnistumisen tunteet ovat tärkeässä roolissa. Hevosen hallinta – hevonen tottelee. Käynneillä työsti omaa ajatusmaailmaa ratsastuksesta sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan.

6.6.4 Tallityöt

Kolmannella käynnillä 10.5.2017 kerta aloitettiin kuulumisten vaihdolla. Jokainen sai kertoa, miten päivä ja viikko oli sujunut tähän mennessä ja päällimmäiset tuntemukset sillä hetkellä. Kuulumisten jälkeen siirryimme laitumelle ja tarkoituksena oli hakea Telma talliin. Mari ohjeisti, että toinen meistä saisi taluttaa Telman talliin ja toinen taas tallista pois. Heliä kuitenkin hirvitti ajatus taluttamisesta, joten Sanna sai toimia taluttajana. Laitumella Mari kertoi, mitä on hyvä huomioita, kun hevosta taluttaa ja korosti erityisesti, että hevosta nimenomaan talutetaan, ei kiskota. Huomioimme, että läsnäolo on erityisen tärkeää. Toiminnassa pyritään rauhoittumaan ja keskittymään senhetkiseen tekemiseen. Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa ei ole tarkoitus suorittaa tallitöitä, vaan olla läsnä ja sisäistää toiminta.

Laitumelta siirryttiin talliin ja haettiin hevoselle heinää Marin ohjeistuksen mukaisesti. Heinää otettiin muovikassiin 1,5 kiloa puntaria apuna käyttäen. Heinämäärät oli tarkasti määritelty. Hevonen ei saa syödä liikaa, jotta vältetään sairauksilta. Tallissa vuorossa oli hevosen harjaaminen karsinassa. Hevosen harjauksen suhteen annettiin vapaat kädet. Tarkoituksena oli saada hevonen puhtaaksi. Hevosta harjattaessa tuli turvallinen ja rauhallinen olo.

”Hevonen oli lämmin ja katseli välillä suoraan silmiin, jonka myötä tuli tunne, että teki mieli halata hevosta. Hevosen läsnäolo aiheutti sen, että oli myös tarve jutella hevoselle ja voisin kuvitella, että nuorten on myös helpompi kertoa murheistaan hevoselle.” (Tutkimuspäiväkirja 2017.)

Tässä jälleen konkretisoitui läsnäolon tärkeys. Huomasimme, että Marin keskittymisen ajoittain herpaantui ja tämä heijastui hieman myös meihin. Kuitenkin hevosen läsnä ollessa kaikki osapuolet olivat rennompia ja keskustelu oli sujuvampaa. Harjatessa aika unohtui täysin ja harjausta olisi jatkanut vaikka kuinka pitkään.

Harjauksen jälkeen Sanna talutti Telman takaisin laitumelle ja sitten siirryimme laitamaan hevosten ruokia valmiiksi. Jokaisella hevosella oli nimellä varustettu pieni kannellinen sanko, johon ruuat mitattiin valmiiksi. Kannesta löytyi tiedot, mitä rehua ja lisäravinteita hevoselle annetaan. Oli hauska huomata, kuinka vähän hevonen todellisuudessa syö. Hevonen on niin suuri eläin, että ajattelee tämän syövän todella paljon. Kuitenkin rehuja ja lisäravinteita annettiin vain muutama desi. Lisäksi hevoset syövät paljon heinää. Kolmas käynti meni nopeasti ja ihan huomaamatta. Tällä käynnillä huomasimme, että hevonen vie mukanaan ja kaikki arjen kiireet unohtuvat.

”Hevosen kanssa on vaan pakko olla läsnä ja keskittyä siihen mitä tekee. Täs ku mä oon niin mä tiedän, et mun ei tarvi murehtia” (Tutkimuspäiväkirja 2017).

Taulukko 3. Kolmannen käynnin koonti.

KOLMAS KÄYNTI
Tavoite: Ajatustyön jatkaminen, prosessin syventyminen ja sosiaalipedagogisen hevostoiminnan oivaltaminen
Sisältö: Hevosen harjaus ja kontaktin ottaminen, liikuttaminen, hevosen hyvinvoinnista huolehtiminen ja ruokinta.
Keskeiset havainnot: Tallille menoa odotti. Harjatessa tuli hyvän olon ja hoivan tunteita - hevonen oli lämmin ja rauhallinen. Uuden oppimista ja onnistumisen tunteita. Teoriaa oli helpompi peilata käytäntöön. Ohjaajan keskittyminen herpaantui ja se näkyi harjoituksessa. Käynnin jälkeen rauhallinen olo. Vuorovaikutussuhde Mariin syntynyt.

6.6.5 Läsnaöloharjoituksia

Neljäs ja viimeinen käynti 16.5.2017. Mari oli tallin pihalla siivoamassa pientä aitausta. Mari pyysi meitä mukaan aitauksen siivoukseen. Tarkoituksena oli siivota aitauksesta lannat, heinät ja oksat pois. Päivä oli lämmin, joten hiki tuli työtä tehdessä. Siivouksen aikana huomasimme taas, että koko kolmikko hiljentyi ja keskittyi toimintaan. Siivouksen jälkeen lähdimme hakemaan Telmaa laitumelta ja tällä kertaa Heli rohkeni taluttamaan Telman. Heliä jännitti kovasti, mutta Marin ja Sannan kannustamisella uskaltautui taluttamaan. Heliä hieman pelotti, mitä pienempään tilaan hevosen kanssa siirryttiin. Ensin suljetulta laitumelta, palan matkaa tallin pihassa, sen jälkeen talliin ja sieltä karsinaan. Kuitenkin taluttamisen jälkeen Helille tuli todella hyvä ja onnistunut tunne.

”Tunsin valtavaa ylpeyttä itseäni kohtaan, kun näinkin lyhyessä ajassa uskaltauduin ylittämään omat rajat. Mulla oli tilanteessa turvallinen olo ja huomasin, ettei hevonen olekaan niin kamala” (Tutkimuspäiväkirja 2017).

Ohjelmassa oli jälleen hevosen harjaus. Etsittiin sopivat harjat valmiiksi ja aloitimme harjauksen, joka oli jo tuttua. Harjauksen lomassa Mari kertoi omista kokemuksistaan ja myönsi, että hänen kehityskohteensa oli pettymyksen sietokyky. Mari myös mainitsi, että tätä kehitettiin sillä, että Marille luotiin pettymyksiä tietoisesti. Hän ei esimerkiksi saanutkaan sitä tuttua lempihevosta, vaan joutui joillakin kerroilla toimimaan toisen hevosen kanssa. Joskus myös tehtiin asioita, jotka eivät olleet Marin mielestä kivoja tai niin mieleisiä. Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan avulla pystytään harjoittelemaan juuri näitä asioita. Talliympäristössä pystytään mahdollistamaan erilaisia tilanteita, joissa nuori joutuu harjoittelemaan vuorovaikutustaitoja, pettymyksen sietokykyä ja tunneilmaisua.

Harjauksen jälkeen Telma vietiin takaisin laitumelle ja laitumelta otettiin Alma-niminen hevonen mukaan. Aava talutettiin pienempään aitaukseen, jota kutsuttiin myös sairasaitaukseksi. Alman kanssa oli tarkoituksena tehdä maasta käsin luottamusharjoituksia. Näiden harjoitusten avulla harjoitellaan sitä, miksi hevonen tekee tiettyjä asioita ja miten hevosta opetetaan ja motivoidaan. Erilaisten harjoitusten kautta ansaitaan hevosen luottamus sekä kunnioitus. Mari näytti ensin mallia ja kertoi, että

harjoittelee itsekin vielä maasta käsin harjoitusten toteuttamista. Mari näytti muutama esimerkin ja vähän ajan päästä Teea näytti haastavampia harjoituksia. Teean näyttäessä mallia Mari kertoi tarkemmin, mitä Teea tekee ja miksi hevonen toimii tietyllä tavalla. Maasta käsin harjoitusten aikana hevonen oli vapaana ja toimi täysin oman tahtonsa mukaan. Harjoituksessa Teea näytti, miten hevonen aktivoidaan harjoitukseen ja vuorovaikutukseen. Tämän jälkeen Teea näytti mallia, miten hevosen vauhtia voidaan säädellä omalla kehon painolla ja nopeudella. Teea käytti myös apuna riimunnarua ja kosketuskeppiä. Harjoitusten jälkeen keskustelimme Teean kanssa kaltoin kohdelluista hevosista ja kuinka harjoitukset heidän kanssaan onnistuvat. Teea kertoi, että ne onnistuvat, mutta ovat alkuun haastavia. Lopussa Teea mainitsi, että hevoset ovat opettaneet häntä kaikista eniten lukuisista koulutuksista huolimatta.

Teean esimerkkien jälkeen oli meidän vuoro. Ensin haimme hieman motivaatioksi tuoretta heinää, jota käytimme harjoituksissa hevosen palkitsemiseen. Sanna oli vuorossa ensin. Mari kertoi ensin, mitä tehdään, ja sen jälkeen lähdettiin toteuttamaan harjoitusta. Alma ja Sanna seisoivat vastakkain ja tarkoituksena oli saada Almaa tulemaan Sannaa kohti ja koskemaan turvalla kosketuskeppiin. Aina, kun Alma koski keppiin, piti antaa äänimerkki suulla ja Mari palkitsi Alman. Tässä piti olla nopea, jotta syy- ja seuraussuhde olisi selvä hevoselle.

”Alma seurasi hienosti ja hyvin. Onnistumisesta tuli erityisen hyvä tunne” (Tutkimuspäiväkirja 2017).

Kun harjoitukset onnistuivat, niitä vaikeutettiin ja välimatkaa pidennettiin. Viimeinen harjoitus oli haastavin. Tässä harjoituksessa Sanna oli laitumen yhdessä nurkassa ja Alma toisessa. Tarkoituksena oli, että Alma tulee Sannan luokse ilman varsinaista motivointia, koskee turvalla kosketuskeppiin ja saa siitä palkkion. Tätä toistettiin useasti vaihtamalla nurkkaa ja Alma teki työtä käskettyä. Heli kokeili myös samoja harjoituksia ja tunsu olonsa onnistuneeksi sekä paljon rennommaksi kuin aikaisemmin. Harjoitukset olivat erittäin mieluisia molemmille ja tässä huomasi konkreettisesti, kuinka hevonen luottaa ihmiseen. Näissä harjoituksissa myös koki, kuinka onnelliseksi onnistuminen teki ja se, että hevonen toimi yhteistyössä. Viimeinen kerta oli haikea, sillä viikoittaisia käyntejä alkoi jo odottaa ja käynneille meni aina odottavin

mielin, vaikka henkilökohtaisessa elämässä olisi ollut mitä. Käyntien myötä myös Marista tuli tärkeä ja tekemisen kautta pääsi nopeasti tutuksi.

”Lyhyestä jaksosta huolimatta päästiin nopeasti toiminnan ajatukseen sisälle ja päästiin tutustumaan sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan konkreettisesti. Käytännön kautta oivalsi asioita ihan eri näkökulmasta.” (Tutkimuspäiväkirja 2017.)

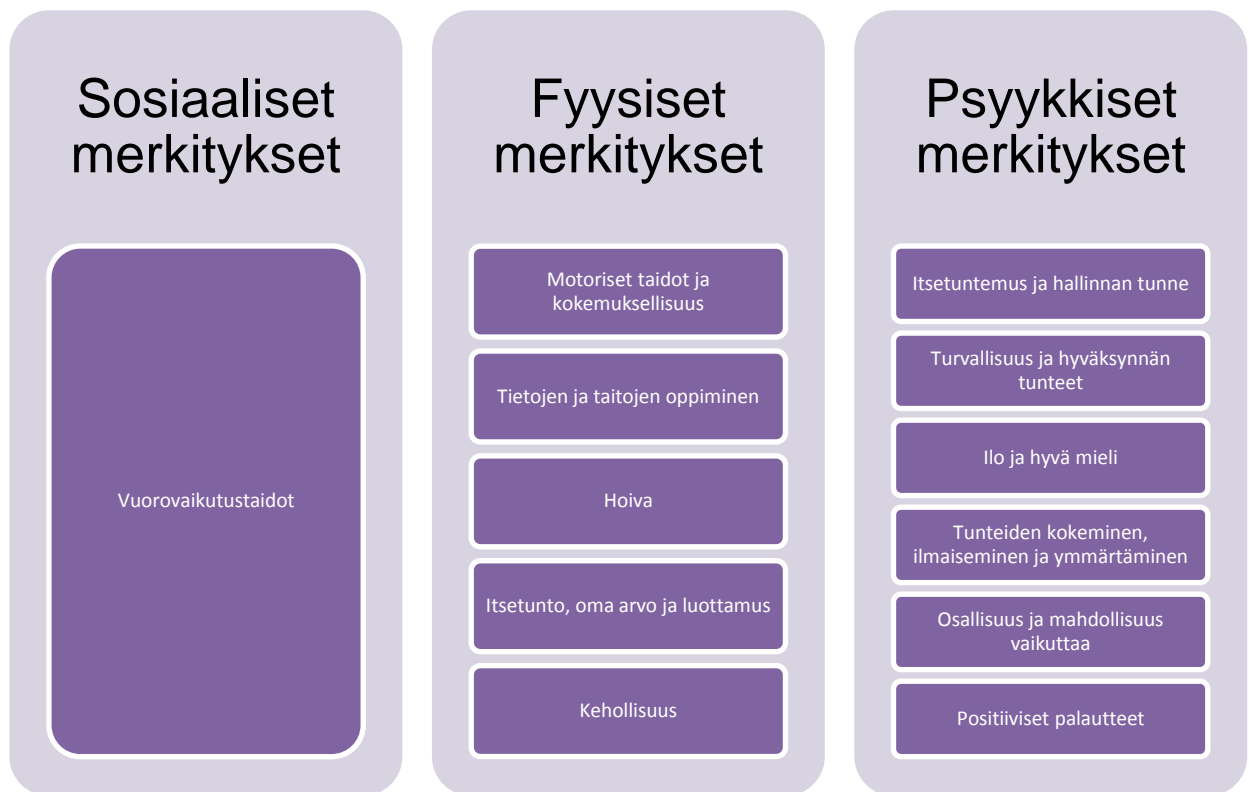
Käynnit olivat kokonaisuudessa ehdottaman tärkeitä ja onnistuneita. Pääsimme konkreettisesti tutustumaan sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan kokemusasiantuntijan ohjaamana ja palvelunkäyttäjän näkökulmasta. Harjoitusten ja tekemisen kautta oivalsi, kuinka tärkeää tämä toiminta on ja kuinka laajoja tuloksia toiminnan kautta voidaan saavuttaa. Tutkimuksemme myötä olemme huomanneet, että asiakkuuden alussa on tärkeä pohtia tarkasti, minkälainen menetelmä palvelee kyseistä asiakasta. On huomioitava asiakkaan toiveet, voimavarat ja motivaatio sosiaalipedagogista hevostoimintaa kohtaan, jotta toivottuja tuloksia saavutettaisiin. Sopivan kuntoutusmenetelmän ja asiakkaan kohdatessa sosiaalipedagogisen hevostoiminnan avulla voi saavuttaa nuoren elämää tukevia ja muuttavia tuloksia. Teorian myötä ymmärsimme sosiaalipedagogisen hevostoiminnan vaikutukset, mutta kokemus vahvisti sitä ja toi konkreettisia esimerkkejä. Marin ja Teean ohjaus viimeisteli kokonaisuuden.

Taulukko 4. Neljännen käynnin koonti.

NELJÄS KÄYNTI
Tavoite: Prosessin päättäminen ja sosiaalipedagogisen hevostoiminnan sisällön ymmärtäminen sekä käyntien yhteenveto.
Sisältö: Aitauksen siivoaminen, hevosen harjaaminen ja maasta käsin harjoitusten toteuttaminen.
Keskeiset havainnot: Positiivinen mieli, odotus ja haikeus. Aitauksen siivouksessa konkretisoitu motoriikan ja tekniikan tärkeys. Oivalsi myös rauhoittumisen tärkeyden, kuinka paljon toiminta kehittää pitkäjänteisyyttä ja tuo onnistumisen tunteita. Millainen merkitys hevosen kanssa olemisella, toimimisella ja sen hallinnalla on nuoreen ja itsetuntoon. Prosessin lopussa toiminta oli jo luontevampaa.

7 TUTKIMUSTULOKSET

Tutkimustuloksia kerättiin ohjauksenkäyntien, haastatteluiden sekä tutkimuspäiväkirjan avulla. Kirjallisuuden ja ohjauksenkäyntien kokonaisuudesta nousi esille yhtäläisyyksiä, joiden perusteella tutkimustulokset jaettiin kolmeen kategoriaan. Tähän päädyttiin hahmottamisen helpottamiseksi, sillä sosiaalipedagogisella hevostoiminnalla on useita merkityksiä. Jokaisella kokemus on yksilöllinen, mutta toiminta kuitenkin pysyy samankaltaisena ja tutkimustulosten perusteella voidaan todeta, että sosiaalipedagogisen hevostoiminnan asiakkaan voivat samaistua kategorioissa esiintyviin tekijöihin. Tässä luvussa esitellään tutkimustuloksia kokonaisuudessaan.



Kuvio 2. Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan merkitykset.

7.1 Sosiaaliset merkitykset

Vuorovaikutustaitoja kehitetään ja vahvistetaan sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa jatkuvasti monesta eri näkökulmasta.

Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa korostuu ohjaajan roolin tärkeys, sillä hänen tulee olla aidosti läsnä ja saatavilla. Ohjaajaa voisi kuvailla auktoriteettisena ystävänä ja samalla myös erotuomarina, sillä ohjaajan tulee osata puuttua tilanteisiin, ohjata, auttaa ja neuvoa nuorta. Yhdessä ohjaajan kanssa opetellaan ottamaan muita huomioon sekä keskustelemaan tunteista ja kokemuksista.

Teoriassa nousi esille, että ohjaajan ja nuoren vuorovaikutuksen tavoitteena on edistää ja vahvistaa nuoren elämänhallintaa sekä tukea omatoimisuutta. (Ahonen 1992, 20.) Ohjaaja hyväksyy nuoren sellaisena kuin hän on ja osoittaa välittämistä, tasapainottaa nuoren mieltä, jolloin nuorella on aikaa itsensä hoitamiseen (Ahonen 1992, 50). Nuoren kanssa toteutettavat kerrat tulee suunnitella hyvin myös ajankäytön kannalta. Käynneille on varattava riittävästi aikaa ja osata tarvittaessa joustaa sekä huomioida nuoren senhetkinen vointi. Jos kotona on ollut jokin tilanne, se käsitellään ensin joko keskustelemalla tai toiminnan kautta. Ajankäytössä tärkeintä on kuitenkin aito kohtaaminen ja se, että ohjaaja on siinä tilanteessa läsnä ja laittaa myös itsensä likoon. Tallille tullessa on hyvä rauhoittua siihen hetkeen ja paikkaan. Tässä hyvänä esimerkkinä toimivat läsnäoloharjoitukset, jotka voi toteuttaa monella eri tavalla joko tallissa tai talliympäristössä. Hevosen kanssa toimiessa on muistettava rauhallisuus, sillä hevonen on laumaeläin ja herkkä, koulutuksesta huolimatta. Kun nuori on toiminnassa aidosti läsnä, voi hän tehdä muutoksia ja voimaantua.

Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa viestintä on myös tärkeää ja toiminnan alussa on hyvä opetella talliympäristöön sekä -yhteisöön liittyvää sanastoa. Sanaston osaaminen tukee toimintaa ja tällöin nuori osaa toimia ohjeistuksen mukaisesti. Sen vuoksi on hyvä, että aluksi harjoitellaan tallilla olemista, tallitöiden tekoa ja hevosen hyvinvoinnista huolehtimista. Hevosen kanssa toimiessa selkeys ja strukturointi ovat oleellinen asia.

”Tallilla asiat tehdään järjestyksessä, karsinaa ei siivota ensin ja sitten oteta hevosta pois karsinasta” (Tutkimuspäiväkirja 2017).

Eriyisesti nuoren kanssa, joka on herkkä muutoksille, selkeys on merkittävä asia. Kun ohjaus ja ohjeistus on selkeää, vältetään väärinkäsityksiltä. Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa on huomioitava myös kommunikoinnin selkeys hevosen kanssa. Hevoselle täytyy antaa selkeät merkit ja nuoren on tiedettävä, miten niitä

käytetään, jotta hevonen osaa reagoida niihin oikealla tavalla. Hevonen ei tiedä, mitä nuori aikoo tehdä, jos hän ei kommunikoi hevosen kanssa. Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa harjoitellaan pitämään huolta myös luonnosta ja ympäristöstä. Tässä konkreettisena esimerkkinä on se, että luonto ja talliympäristö ovat hevosen koti. Jos koti on sotkuinen, se vaikuttaa myös omaan olotilaan.

Sosiaalisen merkityksen keskeisin tutkimustulos on vuorovaikutuksen tärkeys. Vuorovaikutuksen täytyy olla toimivaa, jotta nuori keskustelee asioistaan. Puhuminen on toiminnan ohella tärkeää, sillä nuori on aina tilanteessa paras asiantuntija – myös lapsi. Lapselle puhutaan sellaista kieltä, mitä hän ymmärtää. Ohjaaja ei vain kuule, vaan kuuntelee. (Kuvio 2)

7.2 Fyysiset merkitykset

Sosiaalipedagoginen hevostoiminta parantaa ja kasvattaa motorisia taitoja sekä fyysistä voimaa ja kuntoa. Erilaiset tallityöt ovat osakseen raskaita ja niissä motoriikka parantuu. Erityisesti karsinan siivous kehittää kaikkia edellä mainittuja osa-alueita. Ratsastus harjoittaa tasapainoa, kommunikointia hevosen kanssa, pitkäjänteisyyttä ja hevosen ymmärtämistä. Nuoren on tärkeää huomioida myös ohjaajan antamat neuvot ja toimia niiden mukaan. Hevosen kanssa toiminen edellyttää nuorelta johdonmukaisia ja selkeitä viestejä. Hevonen on pohjimmiltaan sosiaalinen laumaeläin, ja sen vuoksi hevonen on herkkä reagoimaan muutoksiin, joita esimerkiksi tallissa tapahtuu. Tämän vuoksi on tärkeää, että myös tallielämä on suhteellisen rauhallista, tasaista ja samankaltaista. (Sosiaalipedagoginen hevostoimintayhdistys ry 2015.)

Teoriaosuudessa nousi esille, että hevosen kanssa toimiminen parantaa nuoren oppimista, lisää oksitosiinia sekä madaltaa verenpainetta ja sydämen sykettä. Hevosen läsnäololla on useita terveyteen liittyviä vaikutuksia ja siinä on nähty olevan vaikutuksia myös yksinäisyyden, masennuksen sekä ahdistuksen kokemuksiin. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta parantaa kognitioliikeratoja, vahvistaa voimaa sekä tasapainoa. (Kahilaniemi 2016, 19.) Toiminnassa iso osa kokonaisuudesta on kokemuksellisuus, sillä se on henkilökohtainen ja mukana koko prosessin ajan. Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan aloitusvaiheessa kaikki on uutta, mutta hiljalleen

kokemukset muuttuvat syvällisimmiksi ja tärkeimmiksi. Kokemukset ovat täynnä onnistumisia, iloa ja ylpeyttä sekä uusien tietojen ja taitojen oppimista. Näiden kokemusten kautta itsensä tunteminen ja itsetunto kehittyvät. Kokemusten pohjalta nuori voi muuttaa omaa toimintaansa ja saavuttaa asetetut tavoitteet.

Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa nuori oppii erilaista tietoa hevosen hyvinvoinnista sekä käytöksestä. Opitun tiedon ja kokemusten kautta pyritään, että nuori oivaltaa oman elämän ja hyvinvoinnin kannalta tärkeitä asioita. Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa nuorelle mallinnetaan hevosen avulla oman toiminnan merkitystä sekä autetaan löytämään uusia toimintatapoja ja keinoja kohdata haastavia tilanteita. Hevostaitojen kautta nuori myös oivaltaa oman terveyden ja hyvinvoinnin tärkeyden ja oppii pitämään itsestään huolta, sillä jos hevonen ei voi hyvin, se ei voi myöskään tuottaa hyvää oloa nuorelle.

Nuoren hoivatessa hevosta hänelle syntyy hoivavietti myös itseensä. Nuori hoitaa itseään kuntoon hevosen kautta. Nuori kokee konkretian kautta, mitä hyvä ja tasapainoinen elämä tuottaa hevoselle. Nuoret usein uskovat siihen, mitä näkevät ja kokevat, minkä vuoksi hevosen hyvinvointi vakuuttaa nuorta pitämään myös huolta itsestään. Hevosen hoivaaminen saa hyvän olon tunteita aikaan niin nuorella kuin hevosella. Hoivaamisen myötä nuoren ja hevosen keskinäinen luottamussuhde paranee. Hevosen lämpö on pysäyttävä, hevonen on läsnä, kuuntelee ja se saa nuoren tuntemaan itsensä tärkeäksi.

Teoriassa myös mainittiin, että nuoren on usein vaikea keskustella murrosikään liittyvistä asioista aikuiselle, sillä nuorella saattaa olla tuomitukseksi tulemisen pelkoa. Hevonen on oiva ystävä erilaisten tunteiden keskellä, sillä se kuuntelee tuomitsematta. (Sinkkonen 2013, 40.)

Hevosella ei ole ennakkoluuloja, ja se luottaa nuoreen suhteen ollessa hyvä. Tämä näkyi erityisesti tallilla siinä, että hevoset olivat todella kiinnostuneita tallin ympäristössä liikkuvista ihmisistä. Hevosen kautta nuori voi myös rakentaa suhdetta omaan kehoonsa, asettaa rajoja ja opetella hyväksymään kosketuksen sekä hyvän olon tunteita. Oma arvo kehittyy hiljalleen ja välttämättä sosiaalipedagogisen hevostoiminnan aloitusvaiheessa nuori ei ymmärrä omaa tai muiden arvoa. Nuori ei aina

tiedosta sitä, että tiettyjä asioita tai päätöksiä ei tehdä hänen kiusakseen, vaan suojellakseen kasvua ja kehitystä.

Fyysisen merkityksen keskeisin tutkimustulos on kokemuksellisuus. Kokeemukset voivat olla negatiivisia tai positiivisia, mutta lopulta ne kuitenkin kasvattavat ja opettavat jotain. Näiden kokemusten kautta itseluottamus ja itsetuntoa kehittyi. Avoimuus ja rehellisyys ovat myös tärkeitä asioita, mutta nuoren ikätaso huomioon.

7.3 Psyykkiset merkitykset

Tunteiden kokeminen, ilmaiseminen ja ymmärtäminen ovat myös iso osa-alue sosiaalipedagogisen hevostoiminnan psyykkistä merkitystä, koska toiminnan vaikutusmahdollisuudet lähtevät tunteista.

”Omat tunteet on tosi henkilökohtainen asia ja kun niissä kehittyy niin voi varmasti oivaltaa monenlaisia asioita” (Tutkimuspäiväkirja 2017).

Teoriaan viitaten, hevosten kanssa toimiessa itsetuntoa kohottaa se, että kokee itsensä fyysisesti pieneksi ja kykenee hallitsemaan isoa eläintä. Työnsä tuloksen näkeminen tuo nuorelle onnistumisen tunteen ja nämä kokemukset vahvistavat itsetuntoa. Tallityöt vahvistavat oma-aloitteisuutta ja tuovat vastuuta. (Ojanen 2011, 96-104.) Tunneperäinen tuki, jonka hevonen antaa, on myös tärkeässä roolissa. Suhde hevoseen parantaa oppimista, turvallisuuden tunnetta sekä itsetuntoa. (Kahilaniemi 2016, 20.) Nuori pystyy asettamaan samanlaisia olettamuksia, kuten toiveita ja pelkoja, niin hevoseen kuin ihmiseen. Nuoren on helpompi kertoa hevoselle asioita, sillä nuori saattaa pelätä, ettei tule ymmärretyksi. Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa ohjaaja pystyy tarkastelemaan sekä ohjaamaan nuoren ja hevosen välistä suhdetta. (Yrjölä 2011, 171.)

Teoriassa nousi esille, että tunnesiteen kehittyminen alkaa suuren eläimen kohtaamisesta, käyttäytymisen oivaltamisesta ja eläimen liikkeiden säätelystä. Hevonen aistii nuoren positiivisen ja negatiivisen energian, jolloin hevosessa näkyy nuoren oman käytöksen vaikutus. Syy-seuraussuhde nuoren ja hevosen käytöksen välillä on ilmeinen. Saavutettuaan tunnesiteen hevoseen nuori oppii hallitsemaan hevosta

ja itseään. Lastensuojelun asiakkaat, joiden lapsuus on vajavainen, saavat sosiaalipedagogisen hevostoiminnan avulla laaja-alaisesti korjaavia kokemuksia. Kehitysvaiheet aikuisuuteen ovat haastavia ja silloin on tärkeää, että nuori kokee olevansa arvokas ja hyväksyttävä. Kasvaakseen tasapainoiseksi nuoren tulee saada paljon positiivisia ja rakentavia kokemuksia. (Palola 2013, 157.)

Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan asiakkailla itsetuntemus voi olla ääripää: joko todella huono tai hyvä. Mikäli itsetuntemus on todella hyvä, se saattaa näyttäytyä itsekkäänä käytöksenä ja tällöin nuori ei välttämättä osaa huomioida muita tai peittää oloaan itsekkyyden taakse. Jos itsetuntemus on taas huono, nuori saattaa laiminlyödä itseään ja hyvinvointiaan saattaen itsensä esimerkiksi kasvua ja kehitystä vahingoittaviin tilanteisiin. Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa hevonen peilaa nuoren käytöstä, jolloin nuori saa konkreettisen kokemuksen oman käyttäytymisen vaikutuksesta. Ohjaajan tekemillä harjoituksilla on suuri merkitys ja niiden avulla itsetuntemusta voidaan korjata sekä vahvistaa. Tallilla on helppo harjoittaa itsetuntemusta erilaisten hevosten kanssa, käydä keskusteluita omasta kehosta ja siitä, mitä mieltä nuori on itsestään sekä tuoda vahvistavia onnistumisen kokemuksia nuorelle.

Hevonen on fyysisesti iso eläin, jota nuori pystyy ohjaamaan ja hallitsemaan. Tämä tuo onnistumisen kokemuksia ja vahvistaa luottamusta sekä itsetuntoa. Nuoren on hyvä kuitenkin muistuttaa, että hevoseen tulee luoda kumppanuussuhde ja toimia yhdessä.

”Sinne tallille ei vaan voinut mennä ja tehdä vaan piti olla keskittyä tekemiseen ja läsnäoloon. Hevonen myös vaati omalla tavallaan sitä. Et voi hallita, jos et oo läsnä” (Tutkimuspäiväkirja 2017).

Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa turvallisuus on huomioitu hyvin ja se on tärkeä elementti. Käynneillä ei missään vaiheessa tullut turvattomuuden tunnetta, vaikka mukavuusalueelta poistuttiin useita kertoja. Harjoitukset pikemminkin vahvistivat turvallisuuden tunnetta. Turvallisuus oli huomioitu myös tallissa, sillä kaikki tavarat olivat järjestyksessä omilla paikoillaan. Hädän tullessa esimerkiksi poistumistiet oli huomioitu hyvin.

Vaikka nuoren elämäntilanne ja itsetuntemus olisi minkälainen tahansa, hevonen ottaa nuoren vastaan sellaisena kuin hän on. Toiminnan kautta harjoitellaan hyväksymään erilaisia tunteita sekä opitaan hyväksymään itsensä kaikista epäkohdista huolimatta. Ohjaaja, hevonen tai ympäristö eivät koskaan anna sellaisia viitteitä nuorelle, että hän olisi epäonnistunut ihmisenä, vaan tallilla on aina hyväksytty. Kuten jo teoriassa tulee esille, sosiaalipedagoginen hevostoiminta on toisinaan raskasta, mutta antoisaa. Kokonaisuutena toiminnan on tarkoitus tuottaa nuorelle iloa ja hyvää mieltä. Erityisesti onnistumisen kokemukset saavat näitä tunteita aikaan.

”Jos käy niin, että nuori ei halua tulla tallille, olisi se hyvä käydä melko nopeasti läpi ja keskustella mistä tämä johtuu. Etsiä syyt näihin tunteisiin; miksi nuori ei ole innostunut tulemaan tallille, onko syy toiminnassa vai jossain muussa?” (Tutkimuspäiväkirja 2017).

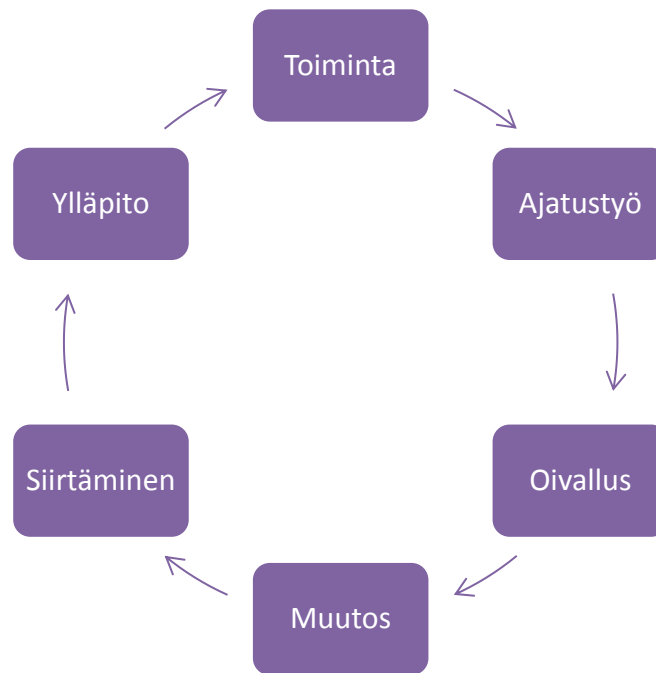
Sosiaalipedagoginen hevostoiminta on asiakaslähtöistä ja lähtee nuoren tavoitteista. Toiminta toteutetaan yhteistyössä, joten nuoren toiveet otetaan huomioon. Hänellä on mahdollisuus vaikuttaa. Koko toiminnan merkittävin asia on kuitenkin positiivinen palaute nuorelle. Positiivinen palautteella on monia sosiaalisia, fyysisiä ja psyykkisiä vaikutuksia. Se antaa nuorelle voimaa, onnistumisen kokemuksia, hallinnan tunteita ja hyväksyntää sekä parantaa itsetuntoa ja vuorovaikutusta ja nuori oppii ottamaan palautetta vastaan.

Psyykkisen merkityksen keskeisin tutkimustulos on tunteiden kokeminen, ymmärtäminen ja ilmaiseminen. Erilaiset tunteet kuuluvat elämään, mutta niitä ei välttämättä osaa hallita oikein. Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa on hyvät mahdollisuudet kehittää sekä vahvistaa tunneilmaisua. Sen vuoksi avoimuus ja rehellisyys ovat tärkeitä asioita, jotta toiminnalla saavutetaan halutut tavoitteet. Positiivisen palautteen antaminen, voimavarojen löytäminen sekä usko ja luottamus voimaannuttavat nuorta. Tutkimustulosten perusteella voidaan todeta, että sosiaalipedagoginen hevostoiminta on merkityksellistä fyysisesti, sosiaalisesti ja psyykkisesti. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta tuo uusia kokemuksia, vahvistaa toimintakykyä, vuorovaikutustaitoja sekä itsetuntoa sekä kehittää tunteiden ilmaisua, ymmärtämistä ja kokemista. Tulokset osoittavat, että toiminnalla on laajoja merkityksiä, ja sosiaalipedagogisen hevostoiminnan kautta voidaan saavuttaa nuoren elämän kannalta näkyviä muutoksia.

8 JOHTOPÄÄTÖKSET

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tutkia sosiaalipedagogisen hevostoiminnan merkittävyyttä ja voimaannuttavuutta etnografisen tutkimuksen avulla. Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää, miten nuoret siirtävät sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa oppimiaan ja oivaltamiaan asioita elämäänsä. Tutkimuksen aineisto on kerätty ohjauskäynneillä, tutkimus- ja ohjauspäiväkirjoilla sekä haastatteluilla. Seuraavaksi esittelemme tutkimustulosten pohjalta tehtyjä johtopäätöksiä ja vastaamme tutkimuskysymyksiin.

Sosiaalipedagoginen hevostoiminta on voimaannuttavaa, koska nuori toimii itse ja kokemukset ja tunteet tulevat nuoresta itsestään. Erilaiset kokemukset haastavat nuorta ajattelemaan, ja ajatustyö on tallilla läsnä. Nuoren täytyy poistua omalta mukavuusalueeltaan ja heittäytyä toimintaan sekä näkemään toimintansa merkittävyyden. Nuori on itse vastuussa omasta muutoksestaan. Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa ovat tärkeässä roolissa voimavarojen löytäminen, positiivinen palaute, vuorovaikutus ja tunneilmaisu. Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa onnistumisen kokemukset voimaannuttavat nuorta eniten ja niiden pohjalta hän oppii ilmaisemaan ja käsittelemään tunteitaan. Kun nuori vahvistuu kokonaisvaltaisesti, sosiaalipedagoginen toiminta on tuottanut tulosta. Nuori oivaltaa sosiaalipedagogisen hevostoiminnan merkityksen ja siirtää oppimiaan asioita arkeen. Nuori huomaa, että kun oma huone on siisti, hän itsekin voi paremmin, vastoinkäymisistä ei tarvitse lannistua ja oman terveyden ylläpito tuo kokonaisvaltaista hyvinvointia.



Kuvio 3. Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan prosessi.

Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa on tärkeää organisointi ja käyntien rakenne. Lisäksi on huomioitava ajankäyttö, koska käynnit ovat melko lyhyitä. Organisointi on sen vuoksi tärkeää, koska nuorella saattaa olla suuret odotukset tai ennakkoluulot sosiaalipedagogisesta hevostoiminnasta. Käynnit tulee rakentaa niin, että jokaisen käynnin jälkeen nuorelle jää odottava mieli. Sosiaalipedagogista hevostoimintaa ostavien tahojen täytyy huomioida, että jakso on riittävän pitkä, sillä työssä edetään hitaasti ja nuori huomioon ottaen. Riittävän pitkällä ajanjaksolla voidaan saavuttaa halutut tavoitteet. Huomioimme, että sosiaalipedagoginen hevostoiminta on melko tuntematon toimintamenetelmä ja toimintaa tulisi tarjota laajemmin, markkinoida enemmän ja tuoda näkyville sosiaalityön kentillä.

Tulosten johtopäätöksien perusteella voidaan todeta, että sosiaalipedagoginen hevostoiminta on voimaannuttavaa sekä merkityksellistä ja nuori oppii sekä oivaltaa elämänsä kannalta tärkeitä ja merkittäviä asioita. Toiminnassa on olennaista, että nuori joutuu ponnistelemaan ja tekemään töitä omien tunteidensa kanssa. Kokeuksellisen ja mielekkään tekemisen kautta nuori joutuu työstämään omaa prosessiaan ja ohjaajan avulla miettimään omia voimavaroja sekä omaa toimintaa rakentavasti. Toiminnan kautta nuori oppii hallitsemaan itseään ja tunteitaan sekä huolehtimaan hyvinvoinnistaan. Nuori kehittyy toimimaan yhteisössä ja sitä kautta

huomioimaan myös muita paremmin. Nuori oivaltaa sosiaalipedagogisen hevostoinnin kautta oman toimintansa merkitystä ja oppii siirtämään tallilla oppimiaan asioita omaan elämäänsä.

9 POHDINTA

Tässä luvussa pohditaan opinnäytetyöprosessia, millaisia ajatuksia se on herättänyt ja mitä se on opettanut. Lisäksi luvussa mainitaan muutamia tutkimuksesta esiin tulleita asioita, joita olisimme halunneet tutkia tarkemmin. Luvun lopussa pohditaan myös sosionomi (AMK) osaamisen kompetensseja opinnäytetyön aiheen näkökulmasta.

Opinnäytetyön alussa selvisi, että sosiaalipedagogista hevostoimintaa ei ole valtavasti tutkittu etnografisen tutkimusmenetelmän kautta. Eläin- ja luontoavusteiset menetelmät ovat melko tuntemattomia, mutta niiden tunnettavuus on hiljalleen lisääntynyt, ja eläimiä uskalletaan hyödyntää sosiaalialan töissä enemmän.

Opinnäytetyöprosessi alkoi epäonnistumisilla ja ajankäytön tuhlaamisella, sillä kaksi aiempaa opinnäytetyön aloitusta eivät onnistuneet. Tämä ei johtunut meistä riippuvaisista tekijöistä, vaan tutkimusaineistoa ei saatu riittävästi. Opinnäytetyön ohjaaja kuitenkin auttoi haastavassa vaiheessa, kannusti ja auttoi löytämään yhteistyötahon. Maaliskuussa sovittiin suunnittelupalaveri Perhekoti Toiskaan, ja toukokuun alussa virallinen työskentely alkoi.

Opinnäytetyön tutkimusmenetelmä jakoi mielipiteitä ja toi haasteita työn aloittamiseen, sillä aloitusvaiheessa nousi esille mielipiteitä siitä, että opinnäytetyön tutkimus ei olisi pätevä. Perhekoti Toiskan vahva näkemys kuitenkin kannusti meitä jatkaamaan. Suunnittelupalaverissa Perhekoti Toiska painotti oman kokemuksen tärkeyttä ja nyt opinnäytetyön loppuvaiheessa ymmärrämme, miksi oma kokemus oli niin tärkeää. Etnografisen tutkimusmenetelmän käyttö oli itsessään haaste ja riski, mutta valinta tehtiin nämä tekijät tiedostaen. Jo aloitusvaiheessa oli tavoitteena tehdä opinnäytetyö parityönä erilaisesta ja haastavasta näkökulmasta. Opinnäytetyön aihe osoittautuikin hyvin mielenkiintoiseksi ja haastavaksi, sillä kirjallisuutta kyseisestä aiheesta ei valtavasti löytynyt. Opinnäytetyöhön toi toisenlaista näkökulmaa myös molempien aikaisemmat kokemukset hevosten kanssa toimimisesta. Molemmilla on hevostaustaa ja hevoset ovat kiinnostaneet pienestä pitäen. Helillä on kuitenkin nuoruudessaan tapahtunut traumaattinen kokemus hevosen kanssa, jonka jälkeen hän ei ole hevosten kanssa juuri toiminut. Sannalla taas on useamman

vuoden kokemus ja intoa löytyy välillä liikaakin. Nämä kokemukset kuitenkin piti jättää taka-alalle ja opetella hevosten kohtaamista aivan toisenlaisesta näkökulmasta ja harjoitella keskittymistä, rauhoittumista ja läsnäoloa. Aikaisemmat kokemukset vahvistivat entisestään hevosen voimaannuttavaa merkitystä. Helin toimiessa hevosen kanssa tunteet vaihtelivat ylpeyden ja onnistumisen välillä. Heli onnistui toiminnan kautta voittamaan pelkonsa. Sanna taas oppi näkemään hevosen toisesta näkökulmasta, rauhoittumaan ja keskittymään omiin tunteisiin hevosen läsnä ollessa. Koko prosessin ajan tunne oman kokemuksen merkityksestä vahvistui, sillä jokainen kokee sosiaalipedagogisen hevostoiminnan omalla tavallaan. Kokonaisuudessaan näimme ja koimme, mikä merkitys omalla kokemuksella on. Työskentelyn hyviä puolia on se, että nuori ei pysty esittämään roolia, vaan sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan täytyy heittäytyä omana itsenään.

Mikäli työ olisi ollut laajempi, olisimme halunneet vertailla sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ja lastensuojelun sijoitusten kustannuseroja. Mielenkiinto tähän heräsi, koska opinnäytetyötä tehdessä nousi esille, että kodin ulkopuolisia sijoituksia on pystytty estämään tämän toiminnan kautta. Opinnäytetyön tekeminen on ollut raskasta, koska omien havaintojen sekä kokemusten peilaaminen on vienyt aikaa ja sen vuoksi on ollut hyvä, että toteutimme työn parityönä. Kuitenkin prosessi on ollut erittäin antoisa, sillä se on opettanut paljon niin toiminnasta kuin itsestämme, ja olemme kasvaneet ammatillisesti. Lisäksi yhteistyö Toiskan kanssa varmasti auttaa meitä tulevaisuudessa ja pystymme hyödyntämään opittuja tietoja sekä taitoja työelämässä ja kertomaan sosiaalipedagogisen hevostoiminnan voimaannuttavuudesta ja merkittävydestä.

Opinnäytetyöprosessin ajan tutkimme myös omaa toimintaamme sosiaalialan ammattikorkeakoulutuksen kompetenssien näkökulmista, sillä olimme entuudestaan tuntemattomassa roolissa tutkijoina. Asetelma oli meille uudenlainen ja siksi olemme pohtineet esimerkiksi epätasa-arvoa ja syrjäyttäviä tekijöitä yksilö-, yhteisö-, ja yhteiskuntatasolla. Opinnäytetyöprosessin aikana olemme kehittyneet tutkimuksellisessa osaamisessa ja uuden tiedon tuottamisessa sekä asetuimme haavoittuvassa asemassa olevien puolelle. (Sosiaalialan ammattikorkeakoulutuksen kompetenssit 2016.)

Tahdomme kiittää yhteistyötahojamme Perhekoti Toiskaa ja Ilonkorse-hevostallia sujuvasta yhteistyöstä sekä mahdollisuudesta toteuttaa opinnäytetyö teidän kanssa. Haluamme kiittää erityisesti haastateltavia, jotka kertoivat meille henkilökohtaisia asioita luottamuksella ja tutustuttivat sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan. Lisäksi haluamme lämpimästi kiittää opinnäytetyömme ohjaajaa Arja Hemminkiä, joka on uskonut meihin ja ohjannut työn tekemisessä ammattitaitoisesti koko prosessin ajan.

LÄHTEET

- Aaltonen, M., Ojanen, T., Vihunen, R. & Vilén, M. 2003. Nuoren aika. 2. painos. Helsinki: WSOY.
- Ahonen, H. 1992. Vuorovaikutus auttamisen välineenä. Helsinki: Kirjayhtymä Oy.
- Anttila, P. 1996: Tutkimisen taito ja tiedon hankinta. Helsinki: Akatiimi.
- Belden, A., Sullivan, J. & Luby, J. 2007. Depressed and healthy preschoolers' internal representation of their mothers' caregiving: Association with observed caregiving behaviors one year later. *Attachment & Human development* 3, 239–254.
- Eckersley, J. 2016. *Therapy Pets: a guide*. Great Britain: Sheldon Press.
- Eläin rauhoittaa ja aktivoi. Ei päiväystä. [Verkkosivu]. Seinäjoki: Green Care Finland ry. [Viitattu 24.7.2017]. Saatavana: <http://www.gcf Finland.fi/green-care-/vaihuttavuus/luonto-sote-palveluissa/elain-rauhoittaa-lasnaololla/>
- Eläinavusteinen kuntoutus. Ei päiväystä. [Verkkosivu]. Seinäjoki: Green Care Finland ry. [Viitattu 24.7.2017]. Saatavana: <http://www.gcf Finland.fi/green-care-/vaihuttavuus/luonto-sote-palveluissa/elainavusteinen-kuntoutus/>
- Eläinavusteiset menetelmät. Ei päiväystä. [Verkkosivu]. Seinäjoki: Green Care Finland ry. [Viitattu 24.7.2017]. Saatavana: <http://www.gcf Finland.fi/green-care-/menetelmat/elainavusteiset-menetelmat/>
- Eskola, J. & Suoranta, J. 1998: *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere: Vastapaino.
- Green Care. Ei päiväystä. [Verkkosivu]. Seinäjoki: Green Care Finland ry. [Viitattu 24.7.2017]. Saatavana: <http://www.gcf Finland.fi/green-care-/>
- Heikkilä, J. & Heikkilä, K. 2005. *Voimaantumisen työyhteisön haasteena*. WSOY: Porvoo.
- Helsingin yliopisto. 25.9.2017. Tutkimusetiikka. [Verkkosivu]. [Viitattu 18.10.2017]. Saatavana: <https://www.helsinki.fi/fi/tutkimus/tutkimusymparisto/tutkimusetiikka>
- Hevosopisto. 2017. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta 25 op. [Verkkosivu]. Ypääjä: Hevosopisto Oy. [Viitattu 24.7.2017]. Saatavana: [http://www.hevosopisto.fi/fin/opiskelu/aikuiskoulutus/sosiaalipedagoginen hevostoiminta/](http://www.hevosopisto.fi/fin/opiskelu/aikuiskoulutus/sosiaalipedagoginen_hevostoiminta/)

- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2010. Tutkimushaastattelu: teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2004. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Honkalan hevostoiminta. 2016. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta. [Verkkosivu]. [Viitattu 18.10.2017]. Saatavana: <http://www.honkalanhevostoiminta.fi/index.php/toiminta/sosiaalipedagoginen-hevostoiminta>
- Hämäläinen, J. & Kurki, L. 1997. Sosiaalipedagogiikka. Porvoo: WSOY.
- Kahilaniemi, E. 2016. Eläinavusteinen interventio: asiakkaan toiminnallisuuden tukeminen koira-avusteisin menetelmin. Voimatassu Ky.
- Kananen, J. 2014. Etnografinen tutkimus: Miten kirjoitan etnografisen opinnäytetyön? Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja -sarja.
- L 13.4.2007/417. Lastensuojelulaki.
- L 1301/2014. Sosiaalihuoltolaki.
- L 22.9.2000/812. Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista.
- L 4.4.1996/247. Eläinsuojelulaki.
- Lehtonen, Heikki 1990. Yhteisö. Tampere: Vastapaino.
- Lumio, J. 2016. Elimistön vastustuskyky, immunitetti. [Verkkoartikkeli]. Duodecim [Viitattu 22.8.2017]. Saatavana: https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk01150
- Luontohoiva & luontovoima. Ei päiväystä. [Verkkosivu]. Seinäjoki: Green Care Finland ry. [Viitattu 24.7.2017]. Saatavana: <http://www.gcf finland.fi/green-care-/luontohoiva---luontovoima/>
- Maatilan käyttö. Ei päiväystä. [Verkkosivu]. Seinäjoki: Green Care Finland ry. [Viitattu 24.7.2017]. Saatavana: <http://www.gcf finland.fi/green-care-/menetelmat/maatilan-kaytto/>
- McElroy, S. 1997. Eläimet opettajina ja parantajina. Suomentaja Sirkka-Liisa Sjöblom. Hämeenlinna: Karisto Oy.
- Metsämuuronen, J. 2008. Laadullisen tutkimuksen perusteet: metodologia-sarja 4. 3. painos. Helsinki: International methelp.

- Nurmi, P. 2013. Lapsen ja nuoren viha. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Ojanen, K. 2011. Tyttöjen toinen koti: etnografinen tutkimus tyttökulttuurista ratsastustallilla. Helsinki: Suomalaisen kirjallisuuden seura. Suomalaisen kirjallisuuden seuran toimituksia 1319.
- Palola, L. 2013. Ratsastusterapian mahdollisuudet lasten ja nuorten psykososiaalisessa kuntoutuksessa. Teoksessa: K. Ikäheimo. (toim.) Karvaterapiaa: eläinavusteinen työskentely Suomessa. Solution Models House, 157–170.
- Parish-Plass, N. 2008. Animal-assisted therapy with children suffering from insecure attachment due to abuse and neglect: A method to lower the risk of intergenerational transmission of abuse? *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 13(1), 7-30.
- Purola, T. 2011. Ratsastusterapia masennuksen hoidossa. Teoksessa: S. Mattila-Rautiainen (toim.). Ratsastusterapia. Jyväskylä: PS-Kustannus, 175–190.
- Rusanen, E. 2011. Hoiva, kiintymys ja lapsen kehitys. Finn Lectura.
- Räsänen, J. 2006. Voimaantumisen mahdollistaminen ja ratkaisut: Yhteiskunnan, yhteisön ja yksilön valtaistaminen. Suomen Työvalmennusakatemian julkaisu. Järvenpää: Julkiviestintä Oy.
- Santapukki, S. 2006. Minuusvoima. Vapaus valita: terveys & systeemiajattelu. Lappeenranta: Suntext Oy.
- Siitonen, J. 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Oulu: Oulun yliopisto.
- Sinkkonen, J. 2013. Lapsen yksilökehitys ja suhde eläimiin. Teoksessa: K. Ikäheimo. (toim.) Karvaterapiaa: eläinavusteinen työskentely Suomessa. Solution Models House, 37–43.
- Sosiaalipedagogiikka. 2017. [Verkkosivu]. Suomen Sosiaalipedagoginen seura ry. [Viitattu 15.6.2017]. Saatavana: <http://www.sosiaalipedagogiikka.fi/sosiaalipedagogiikka/>
- Sosiaalipedagoginen hevostoimintayhdistys ry. 2015. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta syrjäytymisen ehkäisyssä ja sosiaalisessa kuntoutuksessa – ammatillinen täydennyskoulutus. [Verkkosivu]. [Viitattu 26.6.2017]. Saatavana: <https://www.hevostoiminta.net/11>
- Suomen mielenterveysseura. Ei päiväystä. Millaisia asioita arvostan. [Verkkosivu]. [Viitattu 14.6.2017]. Saatavana: <https://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/itsetuntemus/millaisia-asioita-arvostan>

- Syrjälä, L., Ahonen, S., Syrjäläinen, E. & Saari, S. 1994. Laadullisen tutkimuksen työtapoja. 1.-3. painos. Rauma: Kirjayhtymä Oy.
- Toiska. Ei päiväystä. Perhekoti Toiska. [Verkkosivu.] [Viitattu 3.4.2017]. Saatavana: <http://www.toiska.net/>
- Tukinet. 2008. Tietoa itsensä vahingoittamisesta ja itsetuhoisuudesta. [Verkkoartikkeli]. [Viitattu 26.6.2017]. Saatavana: https://www.tukinet.net/aineisto/aineisto_tiedot.tpl?id=550;paluu=1
- Turunen, K. 2005. Ikävaiheiden kriisit. Jyväskylä: Atena Kustannus Oy.
- Törmälehto, E. 2013. Hevostoiminnan terapeuttinen voima lasten ja nuorten ryhmässä. Teoksessa: K. Ikäheimo (toim.) Karvaterapiaa: eläinavusteinen työskentely Suomessa. Solution Models House, 171–183.
- Vernerinen. 2017. Voimaantuminen. [Verkkosivu.] [Viitattu 18.10.2017]. Saatavana: <http://verneri.net/yleis/voimaantuminen>
- Voimaantumo. Voimaantuminen. [Verkkosivu]. [Viitattu 18.10.2017]. Saatavana: <http://voimaantumo.fi/index.php?page=voimaantuminen>
- Väyrynen, S., Kostamo-Pääkkö, K. & Ojaniemi, P. (toim.) 2015. Sosiaalityön yhteisöllisyyttä etsimässä. United Press.
- Yrjölä, M-L. 2011. Hevonen psykoterapian apuna. Teoksessa: S. Mattila-Rautiainen (toim.). Ratsastusterapia. Jyväskylä: PS-Kustannus, 168–174.

LIITTEET

Liite 1. Haastattelun 1 kysymysten teemat.

Liite 2. Haastattelun 2 kysymysten teemat.

Liite 1. Haastattelun 1 kysymysten teemat.

Haastateltavana Mari

1. Teema yksi: Itsensä esittely siinä elämänjaksossa, jossa perhe on apua pyytänyt
2. Teema kaksi: Äidin avunpyyntö sekä uudelle paikkakunnalle muutto
3. Teema kolme: Sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan tutustuminen
4. Teema neljä: Ensimmäisen puolen vuoden tuntemukset ja muutokset
5. Teema viisi: Kokonaisuudessa muutoksien näkeminen
6. Teema kuusi: Hevosen merkittävyys ja voimaannuttavuus
7. Teema seitsemän: Tallitöiden merkitys
8. Teema kahdeksan: Ohjaajan merkitys
9. Teema yhdeksän: Nuoren, hevosen ja ohjaajan kolminaissuhde
10. Teema kymmenen: Nykyhetki ilman sosiaalipedagogista hevostoimintaa
11. Teema yksitoista: Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ero yksilöterapiaan
12. Teema kaksitoista: Paras muisto

Liite 2. Haastattelun 2 kysymysten teemat.

Haastateltavana Teea Ekola, Ilonkopsen tallin yrittäjä

1. Teema yksi: Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan merkittävyys ja voimaannuttavuus.
2. Teema kaksi: Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan pariin löytäminen
3. Teema kolme: Eroavaisuudet sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa ja muussa ratsastus toiminnassa
4. Teema neljä: Sosiaalityön tietous toiminnasta ja miten asiakkaaksi pääsee
5. Teema viisi: Keskimääräiset käynti ajanjaksot sekä toiminnan hinta
6. Teema kuusi: Parasta toiminnassa