

# HEVOSHARRASTUKSEN YHTEYS LAPSEN HYVINVOINTIIN VANHEMPIEN NÄKÖKULMASTA

Maria Rantanen  
Opinnäytetyö, kevät 2011  
Diakonia-ammattikorkeakoulu  
Diak Etelä, Helsinki  
Sosiaalialan koulutusohjelma  
Sosionomi (AMK) + lastentar-  
hanopettajan virkakelpoisuus

## TIIVISTELMÄ

Rantanen, Maria. Hevosharrastuksen yhteys lapsen hyvinvointiin vanhempien näkökulmasta. Diak Etelä, Helsinki, kevät 2011, 61 s., 7 liitettä.

Diakonia-ammattikorkeakoulu, Sosiaalialan koulutusohjelma, sosionomi (AMK) + lastentarhanopettajan virkakelpoisuus

Opinnäytetyö käsittelee hevosharrastuksen vaikutusta ja yhteyttä lapsen hyvinvointiin vanhempien sekä opinnäytetyön tekijän näkökulmasta. Työ käsittelee myös hevosharrastusta lapsen hyvinvoinnin kehittäjänä ja tukijana. Lisäksi tavoitteena oli tuoda esille kokemuksia ratsastuksen ja hevosen läsnäolon vaikutuksista lapseen.

Tutkimuksen lähestymistapa on kvalitatiivinen. Aineisto kerättiin havaintojen ja haastattelujen perusteella. Aineiston analyysimenetelmänä käytettiin sisällönanalyysia. Tutkimuksen tulkinnessa käytettiin päättelyssä induktiivista käsittelytapaa. Tutkimuksen kohderyhmänä olivat neljä 2–8-vuotiasta lasta sekä heidän vanhempansa. Tutkimus toteutettiin ajalla huhtikuu 2010 helmikuu 2011.

Tutkimuksen tuloksena havaittiin ensisijaisesti hevosharrastuksen vaikutus lapsen fyysisen ja motorisen kehityksen edistymiseen. Kehityksen edistyminen oli yhteydessä harrastuskertojen määrään ja lapsen omaan innostuneisuuteen. Tuloksista ilmeni myös sosiaalisen kehityksen edistyminen. Pääosin hevosharrastus oli vaikuttanut positiivisesti lapsen hyvinvointiin.

Tutkimuksen tuloksista havaittiin myös, että lapsen iällä, jolloin hevosharrastus aloitetaan, voi olla merkitystä. Mahdollista alaikärajaa oli kuitenkin vaikea määrittää, mutta tutkimuksen tuloksia vertailtaessa todennäköiseltä tuntui, että alle neljävuotias lapsi oli liian nuori saamaan samanlaisia positiivisia vaikutuksia hevosharrastuksesta kuin vanhempi lapsi.

Asiasanat: lapsi, hyvinvointi, harrastukset, vanhemmuus, hevonen, ratsastus, yhteys

## ABSTRACT

Rantanen, Maria

A Connection between Riding and Child's Welfare from Parent's Point of View.  
61 p., 7 appendices. Language: Finnish. Helsinki, Spring 2011.

Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Social Services,  
Option in Social Services and Education. Degree: Bachelor of Social Services.

The thesis aimed at finding out whether riding as a hobby increased children's well-being. The study was conducted from an author's and children's parents' point of view. Another goal was to highlight the possible positive effects that riding and the presence of a horse could entail regarding well-being.

The qualitative research method was used in the study. The material was collected by conducting interviews and observations were also made on the subject. The method of analysis was content analysis and the interpretation was inductive. The target group consisted of four children from two to eight year olds and their parents. The study was conducted in 2010-2011.

The main result was that there was a progress in children's physical and motoric developments due to riding. The progress in children's physical and motoric development was in correlation with the number of riding events. The children's own enthusiasm was also connected to the development in motoric skills. There was also growth in children's social skills and riding promoted their well-being.

It was also noticed that younger children might not benefit from riding as much as the older children did. However, the possible minimum age limit was hard to determine but it seemed that a child under four years old was too young to get similar positive effects as the older children seemed enjoy.

Keywords: children, well-being, hobby, horse, riding, content analysis

## SISÄLLYS

1 JOHDANTO .....	6
2 HYVINVOINTI .....	7
3 LAPSEN KEHITYS .....	9
3.1 Lapsen kehitykseen liittyviä ja vaikuttavia tekijöitä .....	9
3.2 Lapsen kehitys ikävuosina 2–7.....	10
3.2.1 Ajattelun kehitys.....	11
3.2.2 Tunne-elämän kehitys.....	12
3.2.3 Kielen kehitys.....	12
3.2.4 Sosiaalistumisen ja vuorovaikutuksen kehitys .....	13
3.2.5 Motoriikan ja liikunnallisuuden kehitys .....	14
4 HARRASTUS.....	16
4.1 Harrastusten hyöty .....	16
4.2 Lapsi harrastajana.....	17
4.3 Lapsen liikuntaharrastus.....	18
4.4 Hevosharrastus .....	19
4.4.1 Hevosharrastuksen edut.....	20
4.4.2 Hevosharrastus lapsen liikuntaharrastuksena .....	21
5 VANHEMMUUS .....	22
5.1 Vanhemmuus ja vanhemmuuden roolit .....	22
5.2 Vanhempien vaikutus lapseen.....	23
5.3 Vanhemmat lapsen harrastuksessa .....	23
6 TUTKIMUSKYSYMYKSET JA KÄYTETYT MENETELMÄT .....	25
7 AINEISTO JA ANALYSOINTI .....	27
7.1 Aineiston kerääminen ja prosessin kuvaus.....	27
7.2 Aineiston analysointi.....	30
8 TUTKIMUSTULOKSET .....	32
8.1 Vanhempi tyttö .....	32

8.2 Nuorempi tyttö .....	38
8.3 Vanhempi poika.....	43
8.4 Nuorempi poika .....	47
9 TULOSTEN POHDINTAA.....	52
10 LOPUKSI .....	54
LÄHTEET.....	57
LIITE 1: Vanhempi tyttö .....	62
LIITE 2: Nuorempi tyttö.....	63
LIITE 3: Vanhempi poika.....	64
LIITE 4: Nuorempi poika .....	65
LIITE 5: Havainnointilomake tallikertoja varten .....	66
LIITE 6: Vanhempien haastattelurunko.....	67
LIITE 7: Tallinpitäjä Kari Martikaisen haastattelurunko .....	68

## 1 JOHDANTO

Lapsuuden aikana tapahtuvan harrastustoiminnan on todettu vaikuttavan lapsuusajan hyvinvoinnin kehitykseen. Lapsen harrastamisen hyvät puolet voidaan jakaa karkeasti eri osa-alueeseen, jotka koostuvat lapsen itsetunnon ja itsenäisyyden tukemisesta, tietojen ja taitojen kehittymisestä sekä rentouttavasta vaikutuksesta. (Kukkasniemi & Kukkasniemi 2010, 163.) Opinnäytetyössä keskitytään tutkimaan, miten hevosharrastus mahdollisesti vaikuttaa lapsen hyvinvointiin ja löytyykö hevosharrastukselle ja lapsen hyvinvoinnille yhteyttä.

Halusin perehtyä opinnäytetyössä juuri tähän aiheeseen, sillä toimin päivittäin hevostallin arjessa ja omakohtaisten kokemusten perusteella olin havainnut hevosharrastuksella olevan aikuisen ihmisen hyvinvoinnille positiivisia vaikutuksia. Tästä syystä halusin selvittää, löytyykö vastaavia vaikutuksia myös kasvuiässä olevalle lapselle. Hevosharrastajien, varsinkin lasten, määrä on lisääntynyt runsaasti. Tällä hetkellä harrastajia on Suomessa noin 160 000, joista junioreita noin 63 000. Harrastajista suurin osa on tyttöjä, ja ratsastus onkin yksi suosituimmista tyttöjen urheilulajeista. (Suomen Ratsastajainliitto 2010.)

Tutkimustehtävänä oli selvittää, löytyykö hevosharrastukselle ja lapsen hyvinvoinnille sekä sen mahdollisille muutoksille yhteyttä ja tukeeko hevosharrastus lapsen hyvinvointia. Aihetta käsitellään seuraamalla harrastustapahtuman yhteydessä tapahtuvia reaktioita sekä hyvinvoinnin muutoksia harrastuskertojen välissä. Tutkimusta varten vanhemmille tehtiin myös haastattelut noin puoli vuotta harrastuskertojen jälkeen. Hyvinvoinnin muutokset, joita tutkimuksessa käsitellään, liittyvät lapsen fyysisiin, psyykkisiin ja sosiaalisiin tapahtumiin.

Koska haen lastentarhanopettajan virkakelpoisuutta, pidin tutkimusta tehdessä tärkeänä myös varhaiskasvatuksellisia näkökulmia, jotka kulkivat koko tutkimuksen ajan mukana. Tutkimusta toteutettiin aina lapsen parasta ajatellen, lapsen yksilöllisyyttä arvostaen sekä toimintaa mahdollisimman pedagogiselta pohjalta toteuttaen.

## 2 HYVINVOINTI

Hyvinvointia on vaikea mitata, sillä onnellisuuden ja hyvinvoinnin tutkimuksen ala on vielä nuori. Hyvinvointi on moniulotteinen ilmiö ja siihen vaikuttavat muun muassa ihmisen henkilökohtaiset ominaisuudet sekä suhteet muihin ihmisiin (Rättö 2009, 3, 28). Yleensä kuitenkin koettu hyvinvointi kytkeytyy elämän turvallisuuteen ja perustuu erilaisiin tekijöihin, kuten omiin sisäisiin ajatuksiin itselle tärkeistä ihmisistä sekä sosiaalisiin verkostoihin. Hyvinvointi ei ole pysyvä onnen tai ongelmattomuuden tila, vaan tila jonka tulisi olla muuttuvissakin olosuhteissa päämääränä. (Ahokas 2010, 302–306, 318.)

Markku Ojaseen (1994a) mukaan hyvinvointi voidaan kuvata fyysiseksi, psyykkiseksi sekä sosiaalisesti hyvinvoinniksi. Fyysisen ja psyykkisen hyvinvoinnin käsitteiden taustalta löytyy usein yhteinen tekijä – liikunta. Ojaseen (1994a, 21) on listannut seuraavia teesejään liikunnan ja hyvinvoinnin yhteyttä silmällä pitäen:

- Omaehtoista liikuntaa kannattaa harrastaa, koska sen hyöty on kaksinkertainen. Se synnyttää välittömiä kokemuksia ja edistää fyysistä terveyttä.
- Liikunta ylipäätänsä edistää hyvinvointia, sillä se käynnistää psykologisia prosesseja jotka edistävät hyvinvointia.
- Itse valittua liikuntaa kannattaa suosia, sillä se edistää hallinnan kokemista. Tällöin liikuntaharrastus mielletään omaksi projektiksi, jonka avulla on mahdollista toteuttaa omia tavoitteita.
- Hyödyllisyyden kokemusta voidaan edistää arvioimalla liikunnan vaikutuksia subjektiivisin sekä objektiivisin keinoin.

Fyysisellä ja psyykkisellä hyvinvoinnilla on myös yhteyksiä. Liikuntaharrastus johtaa mielihyvän kokemiseen, josta psykologiset tekijät muodostavat psyykkisen hyvinvoinnin. Näin ihminen kokee fyysisen kuntosensa ja terveydentilansa. Tästä jatkumona ovat yleensä terveyttä edistävät asenteet ja elämäntavat, joista kehittyy myös fyysinen terveys eli fyysinen hyvinvointi. (Ojaseen 1994a, 19.)

Fyysiseksi hyvinvoinniksi mielletään usein hyvä kunto. Fyysisellä kunnolla tarkoitetaan toimintakelpoisuutta tai tilaa tietyn fyysisen tehtävän suorittamiseen (Litmanen, Pesonen & Ryhänen 1998, 46).

Psyykkinen hyvinvointi on hyvin subjektiivinen käsite. Jokainen yksilö tuntee oman tilansa paremmin kuin muut ja on yleensä tietoinen sitä haittaavista tekijöistä. Yleisesti psyykkisellä terveydellä ja hyvinvoinnilla tarkoitetaan psyykkisen järjestelmän tasapainoisuutta (Ojanen 1994b, 7). Psyykkistä hyvinvointia voivat luonnehtia muun muassa realiteettien taju, tunne siitä että hallitsee elämäänsä, optimismi, tyytyväisyys elämään, sosiaaliset taidot, itseluottamus sekä toiminnallisuus. Psyykkinen hyvinvointi on myös psyykkistä toimintakykyä, joka on tunteiden, toiminnan ja ajatusten hallintaa. Kun nämä kolme osa-aluetta ovat kunnossa, ovat myös psyykkinen toimintakyky sekä psyykkinen hyvinvointi kohdallaan. (Ojanen 1995, 44).

Psyykkisen hyvinvoinnin voi jakaa myös psyykkisen hyvinvoinnin käsitteiden hierarkiaan, jossa pääkäsitteinä ovat terveys, itsearviot ja toimintakyky. Terveys jaetaan fyysiseen ja psyykkiseen terveyteen, itsearviot tyytyväisyyteen ja minäkuvan myönteisyyteen ja toimintakyky elämän hallintaan ja työkykyyn. (Ojanen 1994a, 25). Psyykkisen hyvinvoinnin mittareina käytetään yleensä haastatteluita tai kyselylomakkeita, joissa tutkimukseen osallistuvat henkilöt arvioivat omaa psyykkistä tilaansa. Myös ulkopuolinen ihminen voi tehdä toisesta ihmisestä tällaisia arvioita. Tutkimuksissa voidaan mitata mielialaa, ahdistuneisuutta, itseluottamusta ja itsearvostusta sekä tyytyväisyyttä elämään. (Ojanen 1995, 46).

Sosiaalinen hyvinvointi tarkoittaa sosiaalista toimintakykyä, joka tarkoittaa kykyä tulla toimeen toisten ihmisten kanssa. Sosiaalista toimintakykyä kuvaa muun muassa taito tulla toimeen erilaisten ihmisten kanssa sekä vuorovaikutuksen luontevuus ja asiallisuus. (Ojanen 1995, 45). On todettu että hyvinvoivat ihmiset solmivat helpommin ihmissuhteita kuin ihmiset joilla on ongelmia itsensä suhteen. Siksi kokonaisvaltaista hyvinvointia voidaan pitää tärkeänä osana myös sosiaalisen hyvinvoinnin kannalta. (Ojanen 2001, 77).



### 3 LAPSEN KEHITYS

#### 3.1 Lapsen kehitykseen liittyviä ja vaikuttavia tekijöitä

Lapsen kehitys on endogeenisten tekijöiden (tiedot, taidot, kiinnostuksen kohteet, temperamentti) sekä eksogeenisten tekijöiden (ympäristö, perhe, kasvuolojen fyysinen ja psyykinen vakaus) yhteisvaikutuksen tulosta. Tekijät ovat vuorovaikutuksessa keskenään joko vahvistaen tai heikentäen toistensa merkitystä. (Nurmi ym. 2006, 65–66.) Lapsen kehitykseen liittyviä tarpeita ovat terveys, tunne-elämän ja käyttäytymisen kehitys, perhe- ja sosiaaliset suhteet, identiteetti, oppiminen, ymmärrys sosiaalisesta ympäristöstä sekä itsestään huolehtimisen taito. (Helsingin kaupungin sosiaaliviraston lapsiperheiden palvelujen vastuualueen riskiolosuhdetyöryhmä 2006–2007, 2007).

Lapsen kehitystä negatiiviseen suuntaan vievää tekijää nimitetään riskitekijäksi. Riskitekijöitä voi löytyä lapsen ympäristöstä tai lapsesta itsestään. (Pulkinen 2002, 15.) Riskitekijöitä voivat olla muun muassa masennus, rajojen puute tai perheessä tapahtuva kriisi (Brazelton 1995, 7–8), lapsen laiminlyönti tai pahoinpitely, käyttäytymisongelmat sekä stressaavat elämäkokemukset. (Nurmi ym. 2006, 65–66.) Myös kehityshäiriöt, pitkäaikaiset sairaudet, turvaton kiintymyssuhde aikuiseen, huono tai puuttuva kaveripiiri sekä vaativa temperamentti ovat riskejä lapsen turvalliselle kehitykselle (Helsingin kaupungin sosiaaliviraston lapsiperheiden palvelujen vastuualueen riskiolosuhdetyöryhmä 2006–2007, 2007). Lapsen haavoittuvuus ja reagointi riskitekijöihin on yksilöllistä ja yhteydessä lapsen ikään, kehitystasoon ja henkilökohtaisiin ominaisuuksiin. (Nurmi ym. 2006, 65–66.) .

Suojaava tekijä tukee lapsen kehitystä ja auttaa sopeutumisessa riskitekijöistä huolimatta. Tekijöitä ovat muun muassa turvallinen kasvuympäristö, lapsen itsearvostuksen tukeminen sekä läheiset ja turvalliset ihmissuhteet. (Nurmi ym. 2006, 66–67.) Myös lapsen iänmukainen perushoito, kehitystason huomioon otto, lapsen lahjakkuus ja onnistumisen tunteet sekä ikätasoiset toverisuhteet ovat suojaavia tekijöitä lapsen elämässä (Helsingin kaupungin sosiaaliviraston

lapsiperheiden palvelujen vastuualueen riskiolosuhdetyöryhmä 2006–2007, 2007). Lapsi tarvitsee kehityksensä tueksi myös virikkeitä ja vuorovaikutusta. Erilaiset aktiviteetit antavat fyysistä kuntoa sekä tunnetta oman itsensä hallitsemisesta, joka tuo lapselle iloa ja itseluottamusta. (Arajärvi 1999, 78). Tavoitteena ei kuitenkaan ole luoda lapselle täysin riskitöntä kasvuympäristöä, vaan mahdollisuus kohdata turvallisella tavalla (esimerkiksi turvallisen aikuisen kanssa) myös vaikeuksia ja epäonnistumisia, jolloin lapsen itseluottamus vahvistuu ja lapsi pystyy käsittelemään vaikeita tilanteita uudelleenkin. (Nurmi ym. 2006, 66–67.)

### 3.2 Lapsen kehitys ikävuosina 2–7

Jean Piaget on kehityspsykologisessa teoriassaan jakanut lapsen kehitysvaiheet neljään osaan: vastasyntynyt ja vauvaikäinen (0–2 vuotta), varhaislapsuus (2–7 vuotta), lapsuus (7–12 vuotta) ja nuoruusikä (12 ikävuodesta eteenpäin) (Piaget 1988, 23–24). Vaikka Vilkkö-Riihelän (1999, 216) mukaan Piaget'n kehityspsykologista teoriaa on arvosteltu paljon sen tiukan vaihteellisuuden vuoksi, käytän Piaget'n teorian kehitysvaiheluokittelua siksi, että se luo selkeät ja toimivat rajat eri ikäkausien tarkasteluun. Koska tutkimuksen lapset ovat iältään 2–8-vuotiaita, tarkastelen lapsen kehitystä varhaislapsuuden eli esioperationaalisen kauden ajalta. Perustelen valintani sillä, että tutkimuksen vanhin lapsi oli täyttänyt kahdeksan vuotta vasta muutamaa kuukautta tutkimuksen alkamista aikaisemmin.

Piaget'n (1988, 37) mukaan kielen ilmaantuminen lapsen elämään esioperationaalisella kaudella muuttaa lapsen elämää tunne-elämän sekä älyllisen kehityksen kannalta. Lapsi oppii ja kykenee kertomaan toiminnoistaan kertomuksen muodossa, sekä suullisen esityksen kautta ennakoimaan tulevia tekojaan. Kielen kehityksellä on henkiselle kehitykselle olennaisia seurauksia: yksilöiden välinen vuorovaikutus tulee mahdolliseksi, jolloin lapsen sosiaalistuminen voi alkaa. Myös puhe alkaa sisäistyä eli varsinainen ajattelutyöskentely mahdollistuu. Näistä tärkeimpänä Piaget pitää kuitenkin toiminnan sisäistymistä, sillä ennen kielen kehittymistä lapsen toiminta on rajoittunut vain havaintojen ja liikkeiden

vara. Kielen kehittymisen ansiosta toiminta pystyy kehittymään henkisten kokemusten tasolle. Tunne-elämän tasolla kielen oppimisesta on samanlaisia seurauksia vuorovaikutuksen tasolla sekä lapsen oman tunne-elämän jäsentymisen tasolla. (Piaget 1988, 37–38.)

### 3.2.1 Ajattelun kehitys

Varhaislapsuuden vaiheen aikana lapsi pystyy sisäistämään mielikuviaan enemmän entiseen verrattuna. Sanat ja esineet alkavat herättää lapsessa oma-kohtaisia kokemuksia ja sanat alkavat saada mielikuvia rinnalleen. Ajattelua tarkasteltaessa esioperationaalinen kausi jaetaan usein kahteen vaiheeseen: havaintojattelun eli esikäsitteellisen ajattelun vaiheeseen (noin 2–4 vuotta) ja intuitiivisen ajattelun vaiheeseen (neljästä ikävuodesta eteenpäin). Esikäsitteellisen ajattelun vaiheessa lapsi uskoo saavansa tahdollaan ympäristön tapahtumat sellaisiksi kuin haluaa. Lapsi uskoo toivomaansa, mutta uskoo myös sen minkä näkee. Sadut ovat tämän kauden ajattelun tärkeimpiä muokkaajia, ja mielikuvitusystävät kuuluvat elämään. Esioperationaalisen kauden tärkeimpiä kehityssaavutuksia ovat symbolisen puheen kehittyminen ja virheellisten ajatusten väheneminen. Lapsen ajantaju paranee ja lapsi alkaa ymmärtää asioiden välisiä suhteita paremmin. (Vilkko-Riihelä 1999, 211–215.)

Intuitiivisen ajattelun vaihe, toiselta nimeltään konkreettisten operaatioiden vaihe, jatkuu aina murrosiän kynnykselle saakka. Tämän vaiheen aikana lapsi kykenee jo asettumaan toisen ihmisen asemaan ja loogisuus lisääntyy huomattavasti. Ajattelu on silti liitoksissa konkreettiseen todellisuuteen. Ajattelu muuttuu entistä laaja-alaisemmaksi, ja lapsi ei enää usko välittömiin havaintoihinsa samalla lailla kuin ennen. Ajantaju paranee, ja syy-seuraussuhteet ymmärretään paremmin. Paikkojen ja sijaintien hahmottaminen paranee verrattuna entiseen, mutta abstrakti ajattelu ei vielä onnistu kovinkaan hyvin. Lapsen ajattelu on konkreettisten operaatioiden vaiheessa vielä hyvin minäkeskeistä. (Vilkko-Riihelä 1999, 211–215.)

### 3.2.2 Tunne-elämän kehitys

Tunteet ovat keskeisimpiä näkemyksiä lapsen kokemuksista ja ne ovat merkittävässä roolissa käytöksen kannalta. Kahden ja kolmen vuoden iässä lapsi alkaa tuntea jo aiemmin kehittyneiden (pelästys, ahdistus, sosiaalinen hymy ja nauru, viha, kiinnostus, yllättyminen, suru, pelko, häpeä, ylpeys) tunteiden lisäksi kateutta, syyllisyyttä sekä kiusaantuneisuutta. Kolmen ja viiden vuoden välillä lapsi alkaa ymmärtää tunteiden esiintuomista ja sitä kautta oman olonsa ymmärretyksi saattamista. Kuuden ja kahdeksan ikävuoden aikana lapsi tulee usein tietoiseksi tunteiden esiintymisestä mahdollisessa tietyssä järjestyksessä, kuten esimerkiksi pelon jälkeen syntyvä mahdollinen häpeä tai toisessa tapauksessa ahdistus. (Keenan & Evans 2009, 238–240.)

### 3.2.3 Kielen kehitys

Puheen ensimmäinen edellytys on hermoston kehitystaso. Jotta lapsi pystyy puhumaan, aivojen ja puhe-elinten on kehityttävä normaalisti. Kielen omaksuminen edellyttää myös ympäristöä, jossa lapsi kuulee käytettävän kieltä (Lyytinen 1995, 105). Yleensä lapsi oppii puhumaan puoleentoista ikävuoteen mennessä. Puhetta edeltävä ääntely on alkuvaiheessa hyvin samanlaista kielestä riippumatta. Lapsen on mahdollista oppia puhumaan mitä tahansa kieltä – perimä ei vaikuta tähän. (Vilkko-Riihelä 1999, 216–221.) Äidinkieltä oppiessaan lapsi havainnoi aktiivisesti oman kieliyhteisönsä puheita ja tilanteita sekä havaintojen pohjalta valikoiden tuottaa kuulemaansa puhetta (Lyytinen 1995, 106). Runsaat lapsikontaktit saattavat vaikuttaa lapsen kielen laatuun, sanavarastoon ja ilmaisukykyyn. Mitä enemmän kieltä käytetään, sitä monipuolisempaa se on ja sitä paremmat edellytykset lapsella on kehittää kielellisiä valmiuksiaan. (Vilkko-Riihelä 1999, 216–221.)

Kaksivuotiaan sanavarastoon kuuluu noin kaksisataa sanaa (Vilkko-Riihelä 1999, 216–221), ja lapsi alkaa ikävuoden lopulla ymmärtää kielen sosiaalista luonnetta (Lyytinen 1995, 110). Kolmevuotiaan lapsen sanavarastoon kuuluu jo noin tuhat sanaa. Yksilölliset erot ovat kuitenkin suuria. Kolmevuotiaan puhe on

jo melko selkeää, ja lauseessa on usein kolmesta viiteen sanaa. Nelivuotiaan lapsen puhe on jo lähes kokonaan ymmärrettävää. Ääntämisvirheet ovat yleisiä, mutta lauseet usein täydellisiä. Puheen rytmi noudattaa myös aikuisen puhetta. 3–5-vuotiaat lapset saattavat oppia päivässä jopa yli 10 uutta sanaa (Lyytinen 1995, 111). Kuusi- ja seitsemänvuotias lapsi hallitsee jo peruskieliopin melko selkeästi (Vilkko-Riihelä 1999, 216–221).

### 3.2.4 Sosiaalistumisen ja vuorovaikutuksen kehitys

Poikkeuksen (1995, 124) mukaan lapselle tärkein yhteys ikätovereidensa kanssa on leikki, ja tämä vuorovaikutus on kiinteästi yhteydessä lapsen kognitiiviseen kehitykseen. Lapsen sosiaalistumisen ja henkisen kasvun sekä ihmisten välisen vuorovaikutuksen mahdollistaa kielen ilmaantuminen lapsen elämään (Piaget 1988, 38). Sosiaalistumisessa keskeisiä tekijöitä ovat muun muassa samastuminen, uhma ja itsekontrollin kehittyminen sekä ympäristöön luotava peilisuhte ja ympäristön antama palaute. Lapsi oppii sosiaalisia perustaitoja, kuten toisen kuuntelemista, vuorotellen toimimista, käskyjen ja kieltojen noudattamista, auttamista, sääntöjen soveltamista sekä ryhmään sopeutumista kotona sekä kodin ulkopuolella. (Vilkko-Riihelä 1999, 223–224.)

Toisen ja kolmannen ikävuoden välillä lapsen kuvitteellinen toiminta kehittyy huomattavasti. Tämä kehitys mahdollistuu kielellisen osaamisen kehittymisen ansiota. Kehitys näkyy hyvin muun muassa lapsen leikkitovereiden määrän kasvuna, sillä lapsen oppiessa kielellistä ilmaisua, hän ei ole enää riippuvainen tutuista leikkitovereista. Lapsi kykenee ottamaan kontaktia vieraaseen lapseen ja neuvottelemaan toiminnan ehdoista. 5–6-vuoden ikää lähestyttäessä ja sen jälkeen lapsen aikuiseen turvaaminen vähenee ja suuntautuminen kohdistuu entistä enemmän yhteisleikkeihin. Leikki-ikäisille lapsille on tyypillistä muiden lasten seuraan pääsemisen tärkeys sekä oman toiminnan hallitsemisen pyrkimys. Vuorovaikutuksen laatu ja määrä eivät kuitenkaan ole riippuvaisia pelkätään lapsen iästä, vaan myös aiemmista kokemuksista. (Poikkeus 1995, 124–125.) Yleensä lapsen ystäviksi valikoituvat henkilöt, jotka muistuttavat jollain tavalla henkilöä itseään tai jolla on samankaltaisia lähtökohtia, kuten asuinym-

päristö, ikä tai samankaltaiset lähtökohdat (Ahokas 2010, 158–160).

Sosiaalisia suhteita kuvattaessa erotellaan usein vertikaaliset ja horisontaaliset ihmissuhteet. Vertikaalinen suhde tarkoittaa kahden henkilön välistä suhdetta, jossa toisella on enemmän tietoa tai valtaa kuin toisella osapuolella. Vertikaalisesta suhteesta esimerkkinä voi olla vanhemman tai opettajan suhde lapseen. Vertikaalisella suhteella on yleensä tehtävänä tarjota suojaa ja turvaa, sekä tuottaa lapselle erilaisia tietoja ja taitoja. Horisontaalinen suhde voi syntyä kahden ihmisen välille, joilla on samanlaiset voimavarat. Horisontaaliset suhteet ovat parhaimmillaan tasa-arvoisia, ja vuorovaikutus on täydentävää, esimerkiksi lasten keskinäinen leikki. Horisontaalisista suhteista lapsi voi oppia yhteistyötaitoja, kilpailua ja kokemuksia vuorovaikutuksesta. (Ahokas 2010, 157.)

### 3.2.5 Motoriikan ja liikunnallisuuden kehitys

Tyttöjen ja poikien lapsuusiän motoriikan kehityksessä erot ovat hyvin pieniä verrattuna nuoruus- ja aikuisiän kehitykseen. Lapsuusiässä ruumiinkoon, kehönrakenteen ja aktiivisuustason erot saattavat olla pieniä tyttöjen ja poikien välillä. (Siren-Tiusanen 1995, 92.) Jokaisen lapsen liikunnallinen kehitys etenee omassa tahdissaan, ja jokainen lapsi oppii erilaiset taidot yksilöllisessä aikataulussa. On tärkeää, että lapsen kehitystä arvioidaan aina laajemmin, eikä vain yksittäisen taidon mukaan. (Nikander 2009, 110.)

Kaksivuotiaan lapsen liikunnalliset taidot kehittyvät nopeassa tahdissa. Liikkuminen ja kävely on usein varmaa, juokseminen mahdollistuu ja portaiden kävely tasa-askelin on kehittymässä. (Mannerheimin lastensuojeluliitto i.a.) Osa pystyy kävelemään varmasti jopa takaperin (Nikander 2009, 111). Lapsi kykenee myös potkaisemaan ja heittämään palloa. Sorminäppäryyden sekä silmän ja käden yhteistyön kehittymisen ansiosta lapsi pystyy jo rakentamaan alle kymmenestä palikasta tornin. Piirtämisessä lapsi kykenee ympyrän piirtoon, mutta kynäote on vielä koko kämmenen kokoinen. Ikäkauden loppupuolella isojen helmien pujotteluun lankaan alkaa jo onnistua. Kolmevuotiaasta eteenpäin lapsen motoriset perustaidot vahvistuvat ja lapsi oppii yhdistelemään niitä. Kolmevuotias

lapsi osaa jo liikkua reippaasti ja seistä hetken yhdellä jalalla. Myös polkupyörän ajo voi jo onnistua apupyörien avustuksella. Sorminäppäryys on aiempaan verrattuna kehittynyttä, ja lapsi on innokas tekemään asioita käsillään. Kätisyys ei ole yleensä vielä vakiintunutta, vaan lapsi vaihtelee kynää kädestä toiseen. Kolmevuotias lapsi kykenee jo pukemaan ja riisumaan helppoja vaatteita itsenäisesti. (Mannerheimin lastensuojeluliitto i.a.)

4–6-vuotias lapsi nauttii liikuntaleikeistä ja haluaa testailta voimiaan. Liikkeet ovat jo melko taitavia sekä sulavia, ja lapsi kykenee yhdistelemään eri liikkeitä aiempaa paremmin. Sorminäppäryys sekä silmän ja käden yhteistyö ovat parantuneet aiempaan ikäkauteen verrattuna, ja lapsi osaa usein jo käyttää saksia sekä laittaa kiinni esimerkiksi isompia nappeja. Myös kynän pitäminen oikeassa otteessa onnistuu usein, eikä lapsi enää vaihda kättä piirtäessä vaan kätisyys on vakiintumassa. Lapsi osaa jo nauttia yksityiskohtien piirtämisestä. Askartelu, leikkaaminen ja pujottelutyöt alkavat usein sujua hyvin. 6–8-vuotias lapsi elää nopean kasvun aikaa, joka saattaa aiheuttaa ohi menevää kömpelyyttä liikkumisessa. Lihasvoima on kuitenkin kehittynyt, ja sitä kautta lapsen on helpompi hallita kehoaan entiseen verrattuna. Uusia liikuntataitoja on helpompi oppia ja hioa vanhoja taitoja. Pyöräily ilman apupyöriä onnistuu, ja lapsi voi oppia luistelemaan, hiihtämään ja uimaan, sekä harrastamaan uusia lajeja. Hienomotorisuus on kehittynyt paljon, ja siitä syystä lapsi askartelelee ja piirtelee vieläkin enemmän aikaisempaan verrattuna. Kengännauhojen solmimisen harjoittelu mahdollistuu, ja lapsi voi oppia soittamaan jotain soitinta. (Mannerheimin lastensuojeluliitto i.a.)

## 4 HARRASTUS

Harrastaminen mielletään yleensä vapaa-ajan aktiivisuudeksi. Harrastuskäsitettä leimaa usein käsitys vapaudesta, vapaa-ajasta ja aktiivisuudesta, mutta sitä ei voi liittää pelkästään näihin käsityksiin. Harrastus ei ole pelkkää vapaa-ajan toimintaa, vaan sillä on monia ulottuvuuksia. Harrastaminen tapahtuu usein esimerkiksi urheiluseurassa, jolloin ei voida puhua vapaasta harrastamisesta. Harrastaja on voinut vapaaehtoisesti valita kyseisen harrastuksen, mutta jatkossa harrastaminen tapahtuu selkeän ohjelman mukaan, jossa vapaalla valitsemisella ei välttämättä ole tilaa. Erityisesti pienten lasten harrastusten on todettu olevan usein osa vanhemman harrastusta, aikuisten suunnittelemaa ja osin myös aikuisten toteuttamaa. (Metsämuuronen 1995, 17.)

Harrastuksen ja harrastuneisuuden käsitteet on hyvä erottaa. Harrastuneisuus ilmentää suuntautumista harrastusalueeseen, kun taas harrastus kohdistuu tiettyyn kohteeseen. Harrastuneisuutta voidaan pitää orientoitumisena, kun taas harrastuksesta puhuttaessa korostuu toiminta. Harrastuksen tulisi lähteä yksilöstä itsestään ja tyydyttää nimenomaan harrastajan tarpeita, ei muiden henkilöiden. Harrastajan tulee itse nauttia harrastamisestaan. (Metsämuuronen 1995, 18–22.)

### 4.1 Harrastusten hyöty

Harrastusten arvo tulee siitä, että ne ovat merkittävä osa elämän mielekkyyden lisäämisessä ja ne ovat tärkeä osa yksilön rakentavasta ja tuottavasta toiminnasta. Harrastus vie ajatukset pois ikävistä asioista ja antaa onnistumisen elämyksiä. Harrastuksilla on myös huomattava psykologinen merkitys, sillä harrastusten puute on kiinteässä yhteydessä psyykkisiin häiriöihin. On todettu, että psyykkisistä häiriöistä kärsivillä ihmisillä on harrastuksia vähemmän kuin väestöllä yleensä. (Ojanen 1994a, 17, 80–86.) Liikuntaharrastus on usein erityis- asemassa juuri fysiologisten vaikutustensa vuoksi. Liikunta muuttaa koko kehon tilaa tilapäisesti ja usein pysyvästi. Tästä syystä liikuntaharrastuksen vaikutuk-



set ovat suurempia kuin fysiologisesti passiivisen harrastustoiminnan. (Ojanen 1994b, 9.)

## 4.2 Lapsi harrastajana

Lasten taipumukset ja kiinnostuksen kohteet kuitenkin vaihtelevat, ja perinnölliset taipumukset luovat rajoja sille, mitä lapsi helposti oppii ja mistä hän on kiinnostunut. Suurin merkitys on kuitenkin motivaatiolla ja ympäristön tarjoamilla esimerkeillä, virikkeillä ja tuella. (Mannerheimin lastensuojeluliitto i.a.) Kukkasniemien (2010, 163) mukaan lapsen harrastamisen hyvät puolet voidaan jakaa karkeasti neljään eri osa-alueeseen:

1. Harrastus tukee lapsen itsetuntoa ja minäkuvaa
2. Harrastus tukee lapsen itsenäisyyttä ja sosiaalisuutta
3. Harrastus kehittää lapsen tietoja ja taitoja
4. Harrastus rentouttaa ja antaa vastapainoa koulutyölle

Lapsen itsetunnon ja minäkuvan kehityksen kannalta harrastuksen ohjaajan neuvot antavat lapselle tärkeitä rakennusaineita, kuten kannustavaa palautetta ja realistisen kuvan lapsen kyvyistä. Harrastuksessa kehittyminen ja uuden oppiminen tuovat jo itsessäänkin lapselle palautetta. (Kukkasniemi & Kukkasniemi 2010, 164.) Harrastuksen ohjaaja voi olla lapselle tärkeä aikuissuhde, johon lapsi pystyy turvallisesti peilaamaan itseään ja jota lapsi voi pitää esikuvanaan. Turvallinen aikuissuhde ohjaajaan auttaa lasta hyvään ja turvalliseen kasvuun. Aikuinen ei saa pakottaa lasta harrastukseen, vaan sen pitää olla lapselle mieluisaa ja vapaaehtoista (Arajärvi 1999, 79).

Harrastuksista lapsi oppii erilaisia tietoja ja taitoja. Fyysistä suoritusta vaativat harrastukset kehittävät lapsen koordinaatiokykyjä ja motoriikkaa sekä totuttavat lasta terveelliseen ja liikunnalliseen elämäntapaan. Taideharrastukset kehittävät erilaisia motorisia taitoja sekä tukevat lapsen itseilmaisua sekä tapoja purkaa tunteita. Harrastuksilla on usein myönteisiä vaikutuksia myös sosiaalistumisen kannalta. Harrastukset joissa lapsi joutuu tekemisiin muiden lasten kanssa ke-

hittävät lapsen kommunikaatiokykyjä sekä lapsen kykyä hyväksyä erilaisuutta. (Kukkasniemi & Kukkasniemi 2010, 164.) Harrastustoiminta ei ole lapselle kuitenkaan välttämättömyys, sillä leikinomainen, omaehtoinen liikunta lapsen omassa arjessa riittäisi hyvin. Harrastuksiin kuuluvat kilpailumieliset valmennukset ja tiukat harrastusaikataulut voivat olla liian rankkoja ja viedä harrastukselta ilon. (Mannerheimin lastensuojeluliitto i.a.)

#### 4.3 Lapsen liikuntaharrastus

Liikunta ja urheilu ovat suomalaisten lasten suosituimpia vapaa-ajan harrastuksia (Lämsä 2009, 15). Lapsi tarvitsee liikuntaa, koska se on edellytyksenä lapsen normaalille fyysiselle kasvulle ja kehitykselle. Lapsen liikkuminen on fyysistä aktiivisuutta, jota tarvitaan myös hyvinvoinnin ja terveyden tueksi. Lapsen normaali motorinen kehittyminen vaatii päivittäin liikkumisen mahdollisuuksia. Motoriset taidot pääsevät kehittymään, kun lapsi saa riittävästi kokeilla ja opetella uusia taitoja sekä toistaa jo aiemmin opittuja. Lapsen monipuolinen hyvinvointi edellyttää levon ja rasituksen oikeaa ja sopivaa suhdetta, säännöllistä ja terveellistä ravintoa sekä päivittäistä ulkoilua. (Sosiaali- ja terveysministeriö, Opetusministeriö & Nuori Suomi ry 2005.)

0–3-vuotiaiden liikunnassa on otettava huomioon pieni lapsi. Alle kolmivuotiaiden liikkumisen tulisi olla lapsen omaehtoista liikkumista, jota lapsi itse haluaa tehdä omasta halustaan ja mielenkiinnostaan yksin tai muiden kanssa. Aikuisen täytyy antaa lapselle tilaa sekä aikaa liikkua lapsen omien liikkumisedellytysten mukaan. 3–6-vuotiaiden lasten liikunta muodostuu pääosin lapsen omaehtoisesta liikunnasta. Aikuisen tehtävänä on huolehtia siitä, että lapsella on monia mahdollisuuksia liikkua monipuolisesti ja vaihtelevassa ympäristössä. Lapsen liikkumisen minimimäärän tulisi päivässä olla kaksi tuntia, ja liikunnan pitäisi olla reipasta ja hengästyttävää. (Sosiaali- ja terveysministeriö, Opetusministeriö & Nuori Suomi ry 2005.)

#### 4.4 Hevosharrastus

Ratsastus ja hevosharrastus ovat mukavaa sekä tavoitteellista toimintaa. Hevosten kanssa toimimista voi harrastaa oman innostuksen mukaan päivittäin, viikoittain, kuukausittain tai jopa vuosittain. Jokaiselle löytyy oma lajinsa, ja aloittaa voi minkä ikäisenä tahansa. Ratsastus ei ole ainoa tapa harrastaa hevosia – hevosharrastus voi olla yhtä vaativaa ja samalla antoisaa, vaikka ei koskaan nousisikaan hevosen selkään. Kyseessä on laji, jossa saa toimia ulkoilmassa tehden tallin sekä hevosten hoitoon liittyviä tehtäviä. (Suomen Ratsastajainliitto 2010.) Hevosharrastus voi koostua esimerkiksi ratsastuksesta, tallitöistä sekä hevosen hoitamisesta, kuten tässä opinnäytetyössä, mutta vaihtoehtoisesti myös kärryillä ajosta, kilpailuista ja näyttelytoiminnasta. Hevosharrastuksen on kuitenkin myös mahdollista koostua pelkästään hevosten katselusta ja tallin ilmapiiiristä nauttimisesta.

Hevosen kanssa kommunikointi ja toimiminen edellyttävät vilpittömyyttä ja avoimuutta sekä psyykkisesti että fyysisesti. Hevosen kanssa toimiessa täytyy pystyä hallitsemaan tunteensa, sillä hevonen rekisteröi tarkasti ihmisen mielialat sekä tunnetilat ja reagoi niihin rehellisesti. (Martikainen 2010.) Esimerkiksi tunteet, joita ihminen hevosen selässä kokee, vaikuttavat hevosen liikkeisiin sekä käytökseen. Vuorovaikutus hevosen ja ihmisen välillä perustuu lähinnä kehonkieleen, ihmisen käyttämiin liikkeisiin ja kosketukseen, ja hevonen tulkitsee näitä viestejä sekä vastaa niihin omalla käytöksellään ja liikkeillään. Hevonen kykenee aistimaan ihmisen tunnetilan helposti vuorovaikutuksessa. (Rokka 2011, 82). Hevosta ei siis pysty huijaamaan valkoisilla valheilla eikä vilpillä. Tulevaisuus hevosen kanssa on sitä vaikeampi, mitä enemmän aiheuttaa negaatioita ja ristiriitaisuuksia hevosen ja itsensä väliin. Väärän viestinnän kautta kehittyvä suhde hevoseen ei johda pitkälle. Johdonmukaisuus ja arvostus hevosta kohtaan ovat tärkeitä asioita, joita oppii vain toimimalla hevosten kanssa. (Martikainen 2010.)

#### 4.4.1 Hevosharrastuksen edut

Hevosharrastuksen etuna voidaan pitää sitä, että se yhdistää fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset taidot. (Vepsä, Syrjälä, Pussinen & Paanetoja 2003, 12–13.) Ihmiselle on edullista tutustua suureen eläimeen ja sen vilpittömyyteen. Hevoselta saa osakseen rehellistä palautetta, ja hevosharrastaja oppii sitä kautta erilaisia taitoja, joita ei välttämättä muilla tavoin tule opittua. (Martikainen 2010.) Yleisiä hyveitä ja taitoja, joita hevosen kanssa toimiminen saa esille, ovat muun muassa rohkeus, johdonmukaisuus, lempeys sekä eläytymis- ja pettymyksen-sietokyky (Yrjölä 2011, 97). Toimiessaan hevosen kanssa tai istuessaan hevosen selässä ihminen alitajuisesti huomaa minimaaliset negatiiviset sekä positiiviset reaktiot hevoselta. Hevosharrastaja oppii huomaamaan, kuinka hevonen reagoi epäjohdonmukaisuuksiin tai äärettömän pieniin oikeisiin tekoihin ilman sanallista kommunikointia. Ihmisellä on hevosharrastuksen myötä mahdollisuus oppia lähes ajatuksen tasolla tapahtuva kehon viestintä sekä molemminpuolinen ymmärrys näitä viestejä kohtaan. Hevosharrastuksen kautta ihminen voi oppia kokonaan uuden tavan kommunikoida niin äänenkäytön, kehonkielen kuin ajatustenkin kautta. Nämä taidot ovat hyödyllisiä myös muiden eläinten sekä ihmisten kanssa kommunikoidessa. (Martikainen 2010.)

Ratsastus ja hevosharrastus lisäävät energiaa ja hevosten parissa väsymys useimmiten häviää. Joskus pelkkä talliympäristö ilman hevosia riittää herättämään oikean tilan, ja mahdollistaa psyykkisen levon ihmiselle. Myös hevosen liike ratsastettaessa herättää kehon luontaisia energiavarastoja. Liikkeestä välittyneet impulssit lisäävät myös mielen elävyyttä. (Yrjölä 2011, 92–93.) Ratsastus kehittää ryhtiä, tasapainoa, kehon yleistä hallintaa ja rytmitajua. Vatsan ja selän lihakset sekä reisi- ja pohjelihakset joutuvat ratsastuksen aikana työskentelemään. Ratsastus lisää siis voimaa ja kestävyyttä, mutta tarjoaa harrastajalle myös onnistumisia, pettymisiä, iloa, surua, rentoutta, pelkoa ja jännitystä. Ratsastus kehittää kaiken lisäksi myös keskittymiskykyä, reaktiokykyä sekä tarkkavaisuutta. (Vepsä, Syrjälä, Pussinen & Paanetoja 2003, 12–13.)

Hevosharrastus ja varsinkin hevosen läheisyys virittävät piilotajuntaa siten, että

verbaalinen itseilmaisuuksien paranee sekä psyykinen vastarinta alenee, jolloin mielleyhtymien kulku helpottuu. Tallilla tallitöistä ja ulkoilmaolosuhteista syntyvä toiminnallisuus tukee vapautunutta vuorovaikutusta. Hevosharrastus myös rauhoittaa mieltä, ja yksi rauhoittava elementti onkin hevosen kosketus. Hevonen tarjoutuu usein mielellään ihokontaktiin ihmisen kanssa, sillä se nauttii myös kosketuksesta lajitovereidensa kanssa. (Yrjölä 2011, 94–96.)

#### 4.4.2 Hevosharrastus lapsen liikuntaharrastuksena

Nuori Suomi ry:n, Suomen Olympiakomitea ry:n ja Suomen Valmentajat ry:n vuonna 2006 julkaisemassa selvitysraportissa urheilevien lasten ja nuorten fyysis-motorisesta harjoittelusta käsitellään ratsastusta yhtenä lasten ja nuorten liikuntaharrastuksena ja pohditaan sen vahvuuksia ja ongelmia eri ikäryhmissä. Raportissa Aki Ylänteen (2006) mukaan ratsastuksen vahvuuksina nähtiin viikoittaisten liikuntakertojen määrän ja lajiharjoittelun sekä omatoimisen liikunnan hyvä suhde. Ohjattujen harjoituskertojen määrä oli riittävä ja omatoimista liikuntaa oli runsaasti. Haasteena harrastukselle nähtiin se, että ohjatut harjoituskerrat painottuivat lähes kokonaan pelkkään lajiharjoitteluun, eivätkä huomioi riittävästi eri-ikäisten herkkyyksia. Lapsia ajatellen ohjatuissa harjoituksissa tulisi huomioida paremmin ratsastajan oman liikkuvuuden ja taidon merkitys kehitykselle. Lajiharjoittelu tehdään ratsastuksessa lähes kokonaan ratsastaen, ja lajia tukevat oheisharjoitteet sekä ratsastajan oma alku- ja loppuverryttely jäävät usein tekemättä. (Ylänteen 2006.)

Ratsastuksen hyviä liikunnallisia puolia olivat lajin mahdollistama hyötyliikunta, lajin oheisharjoittelun kehittäminen ja muun liikunnan aktivointi jotka luovat edellytykset riittävään viikoittaiseen terveysliikuntaan. Tulevaisuuden kehittämiskohteina nähtiin lapsen ja nuoren motoristen valmiuksien huomioiminen lajiharjoittelussa ja lajin perusopetuksessa. Ratsastuksenopettajakoulutuksessa tulisi painottaa yleisen urheilullisuuden kehittämistä, monipuolisen liikunnan merkitystä ja eri ominaisuuksien herkkyyksia huomioimista eri-ikäisillä ratsastajilla. Ohjatussa oheisliikunnassa tulisi painottaa niiden ominaisuuksien kehittämistä, joita normaali lajiharjoittelu ei kehitä riittävästi. (Ylänteen 2006.)

## 5 VANHEMMUUS

### 5.1 Vanhemmuus ja vanhemmuuden roolit

Lapsen kasvua ja hyvinvointia edesauttavat monet tekijät, mutta yksi tärkeimmistä tekijöistä on vanhempien hyvä parisuhde ja sitä kautta hyvä vanhemmuus (Salo 2009, 104). Vaikka vanhemmat olisivat eronneet, on vanhempien hyvä suhde lapsen psyykkisen kasvun kannalta tärkeimpiä tekijöitä (Malinen & Kumpulainen 2005, 49). Vanhemmuuden rooleja on erilaisia ja roolit voivat usein mennä päällekkäin. Vanhemman täytyy toimia lapselleen muun muassa huoltajana, rakkauden antajana, elämän opettajana, ihmissuhdeosaajana sekä rajojen asettajana. Vanhemmuuden eri roolit korostuvat lapsen kehityksen kuluessa. 0–2-vuotiaiden lasten vanhempien tehtävinä nousevat esiin kokonaisvaltainen huolehtiminen lapsen fyysisestä ja psyykkisestä hyvinvoinnista, leikki-ikäisten 2–6-vuotiaitten lasten kanssa taas rajojen asettajan rooli nousee tärkeäksi. Kouluikäisen lapsen vanhemmilta odotetaan ns. elämän opettajan roolia, jolloin vanhemman oikeudenmukainen suhtautuminen lapseen opettaa moraalia ja käytöstä parhaiten. (Helminen & Iso-Heiniemi 1999, 22–29.) Juvakan (2005) mukaan riittävän hyvä vanhempi kykenee kestämään kritiikkiä ja arvostelua, uskaltaa olla vanhempi, antaa turvaa ja luo rajat, hyväksyy ristiriidat osaksi normaalia elämää ja uskoo rooliinsa vanhempana.

Vanhemmuutta ja sen onnistumista ei voi verrata suoraan lapseen. Joskus vanhemmuuden roolit tulevat yhden lapsen kohdalla hoidetuksi, kun taas sisarus saattaa jäädä vähemmälle. On myös otettava huomioon, että lapset ovat temperamentiltaan erilaisia, joten sama kasvatustapa ei päde kaikkiin lapsiin. Vanhemmuus uusperheessä on haaste erikseen – vaikka vanhempi ei ole lapsen biologinen vanhempi, osallistuu hän silti lapsen kasvatukseen ja huoltajuuteen. Vanhemman rooli ei välttämättä heti luonnistu, koska kiintymyssuhde kasvaa pikkuhiljaa. Usein äiti- tai isäpuolella korostuvatkin rajojen asettajan tai huoltajan roolit. (Helminen & Iso-Heiniemi 1999, 20.)

## 5.2 Vanhempien vaikutus lapseen

Vanhempien vaikutus lapseen perustuu heidän välillään vallitsevaan biologiseen siteeseen johon liittyy molemminpuolinen vahva kiintymys. Vanhemmat voivat vaikuttaa lapseensa joko suorasti eli tietoisesti, tai epäsuorasti jolloin heillä ei ole tarkoitusta vaikuttaa tai he eivät ole tietoisia vaikuttamisestaan. (Hurme 1995, 148–149.) Lapsi havainnoi vanhempiensa toimia hyvin tarkasti. Vanhempien arvot välittyvät jo varhain, jopa ilman puhetta. (Ahlström 2006, 84.) Lapsi oppii vanhemmiltaan sukupuoliroolien eron, parisuhde- ja perhemallin sekä tavon kasvattaa lapsia. Lapset oppivat myös työnteon ja rahankäytön mallin vanhemmiltaan, sekä yrittämisen, aloitteellisuuden ja vapaa-ajanvieron mallit. Vanhemmilta opitaan myös asenteita, vaikka heillä ei olisikaan tarkoitusta siirtää tai opettaa niitä lapsilleen. (Hurme 1995, 148–149.)

Vanhemmat pystyvät vaikuttamaan lapseensa tietoisesti mallin kautta tai opettamalla heitä esimerkiksi jonkin taidon suhteen. Vanhemmat toimivat myös lapsensa mahdollistajina ja rajoittajina, jopa estäjinä, riippuen lapsen iästä. Vanhemmat pystyvät mahdollistamaan tai rajaamaan kontakteja muihin ihmisiin sekä säätelemään lapsen toverisuhdekontakteja. Myös kontaktit erilaisiin virikkeisiin kodissa ja kodin ulkopuolella (harrastukset, kulttuuri kotona) ovat kiinni vanhemmista. Näin ollen myös vanhemmilla on suuri vaikutus lapsen sosiaaliseen kehitykseen ja sosiaalisiin taitoihin. (Hurme 1995, 149.)

## 5.3 Vanhemmat lapsen harrastuksessa

Vanhemmilla on usein ratkaiseva rooli lapsen harrastuksissa, ja he usein ohjaavatkin lapsen harrastuksien pariin. Jari Lämsä (2009) on määritellyt vanhemmille kolme erilaista roolia lasten ja nuorten urheiluharrastustoiminnassa, jotka pätevät muihinkin harrastuksiin. Vanhemman voi nähdä harrastuksen mahdollistajana, sillä vanhempi toimii usein lapsen kuljettajana sekä osallistumismaksujen maksajana. Toinen vanhemman rooli on tulkitsija, sillä vanhemmat voivat auttaa lasta tulkitsemaan kokemuksia muun muassa harjoittelun ja voittamisen suhteen. Kolmanneksi vanhempaa voidaan pitää roolimallina, sillä vanhemmat tar-

joavat lapselle malleja oikeasta käyttäytymisestä muun muassa voiton tai häviön kokemisessa. (Lämsä 2009, 32.) Harrastaessa lapsi saattaa yrittää miellyttää vanhempiaan, eikä välttämättä kykene arvioimaan omaa jaksamistaan tai kykyjään. Harrastusten pitäisi aina pohjautua lapsen omaan haluun, innostukseen ja mielenkiintoon. Vanhemman tehtävänä on arvioida, muodostuuko lapsen harrastusohjelma liian rankaksi, sillä lapsi tarvitsee vielä reilusti aikaa leikille, levolle ja vapaa-ajalle. (Mannerheimin lastensuojeluliitto i.a.)

Pirjo Paajasen (2001) Väestöliiton Väestöntutkimuslaitoksella tekemästä perhebarometrasta käy ilmi, että valtaosa (yli 80 %) tutkimukseen osallistuneiden lasten huoltajista piti tärkeänä että lapsella on harrastuksia. Syyksi tähän useimmat huoltajat mainitsivat harrastuksen sosiaalistavan vaikutuksen, jolloin lapsi oppii harrastusten parissa yhteistyötä muiden lasten ja aikuisten kanssa. Tärkeänä huoltajat pitivät myös sitä, että harrastus tuo lapsen elämään virikkeitä ja sisältöä sekä terveyttä ja hyviä elintapoja esimerkiksi liikunnasta. Harrastustoiminta oli huoltajien mielestä hyvä ja turvallinen tapa viettää aikaa. Barometrissä tutkittiin myös, onko lasten harrastuksista vanhempien mielestä haittaa. Osa huoltajista oli kokenut lapsen harrastuksen kohdalla sen, että harrastus vie myös paljon vanhempien aikaa. Toinen haittatekijä oli harrastuksiin kuluva rahamäärä. Tutkimuksessa nousivat esiin myös sellaiset haittatekijät, kuin perheen lomien suunnittelu lapsen harrastusten mukaan sekä yhteydenpidon vaikeutuminen ystäviin ja sukulaisiin. (Paajanen 2001, 48–51.)



## 6 TUTKIMUSKYSYMYKSET JA KÄYTETYT MENETELMÄT

Tutkimuksen tavoitteena ja tutkimusongelmana on selvittää, onko hevosharrastuksella ja lapsen hyvinvoinnilla yhteyttä sekä tukeeko hevosharrastus lapsen hyvinvointia. Aihetta pohditaan vanhempien ja tutkimuksen suorittajan näkökulmista. Lisäksi tavoitteena on kerätä kokemuksia lapsesta hevosharrastajana. Tutkimuskysymykset ovat 1) millainen vaikutus hevosharrastuksella on lapsen hyvinvointiin sekä 2) tukeeko hevosharrastus lapsen hyvinvointia ja 3) minkälaisia vaikutuksia hevosharrastuksella on lapseen.

Tutkimus on luonteeltaan laadullinen eli kvalitatiivinen, ja aineisto kerättiin havainnoimalla ja haastatteleamalla. Havainnoinnilla tarkoitetaan sitä, että yksilön toimintaa havainnoidaan tietyssä tilanteessa. Havainnointi voi tapahtua joko kontrolloidussa tilanteessa, tai arkisessa toimintatilanteessa. Havainnointi suunnitellaan kuitenkin etukäteen päättämällä havainnoinnin paikasta, havainnointikertojen lukumäärästä, kestosta, tai tutkimustilanteesta. Havainnointia voidaan käyttää eri-ikäisien ja eri kognitiivisilla tasoilla olevien henkilöiden tutkimiseen. (Nurmi ym. 2006, 265–266.)

Osallistuva havainnointi on tapa, jossa tutkija osallistuu tutkittavan ryhmän tai yhteisön toimintaan. Tutkija toimii siis aktiivisesti tutkimuksen muiden osapuolten kanssa (Tuomi & Sarajärvi 2009, 82). Tämä havainnointitapa poikkeaa tavallisesta havainnoinnista eri tavoilla. Ensinnäkin ryhmässä toimiva henkilö, esimerkiksi opettaja, ei pysty keskittymään havainnointiin päätoimisesti, jonka tutkimuksen suorittaja taas pystyy tekemään. Toiseksi tutkimuksen suorittaja havainnoi ja tallettaa keräämänsä tiedot järjestelmällisesti. Kolmanneksi tutkimuksen suorittajalla on yleensä erityinen ammattitaito tai kokemus asian havainnointiin. (Eskola & Suoranta 1998, 100.) Osallistuvassa havainnoinnissa sosiaaliset vuorovaikutustilanteet muodostuvat tärkeäksi osaksi tiedonhankintaa (Tuomi & Sarajärvi 2009, 82). Tässä opinnäytetyössä tutkimuksen suorittaja toimi koko tallituokion ajan lapsen ja tämän vanhempien kanssa tiivistä. Koska opinnäytetyö on toimintatutkimuksellinen, oli tutkijan aktiivinen toiminta perusteltua (Tuomi & Sarajärvi 2009, 82).

Teemahaastattelu on eräänlainen keskustelu, joka tapahtuu tutkijan aloitteesta ja etenee useimmiten tutkijan ehdoilla. Teemahaastattelussa aihepiirit ja teema-alueet on etukäteen määritelty. Haastattelussa tutkija pyrkii saamaan vuorovai-  
kutuksessa selville haastateltavalta tutkijaa kiinnostavia asioita tai asioita, jotka  
kuuluvat tutkimuksen aihepiiriin. Teemahaastattelu on haastateltavalle usein  
mahdollisuus tuoda esiin omia mielipiteitään tai kertoa omista kokemuksistaan.  
Avoin haastattelu muistuttaa hyvin paljon tavallista keskustelua, ja siinä haastat-  
telija ja haastateltava keskustelevat tietyistä aiheesta. (Eskola & Vastamäki  
2010, 26–29.) Avointa haastattelua on nimitetty myös vapaaksi haastatteluksi,  
koska haastattelijalla ei välttämättä ohjaile keskustelua, vaan aiheen muutos voi  
lähteä haastateltavasta itsestään. Avoin haastattelu on hyvä haastattelutapa  
silloin, kun tutkittavia on vähän ja tutkijan ja tutkittavan välillä on positiivinen  
suhde. (Metsämuuronen 2006, 115.) Tutkimuksessa haastattelut toteutettiin  
teemahaastattelun ja avoimen haastattelun yhteismuodolla, jossa käytettiin  
valmiita teemoja sekä avointa haastattelua teemojen virittämästä aiheesta.

## 7 AINEISTO JA ANALYSOINTI

### 7.1 Aineiston kerääminen ja prosessin kuvaus

Lastentarhanopettajan pätevyyden saaminen ohjasi opinnäytetyöni lapsiin liittyväksi, ja halusin tuoda työhöni mukaan myös elämäntapaani ja pitkäaikaisinta harrastustani – hevosia. Otin keväällä 2010 yhteyttä tuttavaani, ja pyysin hänen perhettään osallistumaan tutkimukseeni. Ystävälläni on kaksi poikaa, jotka olivat innokkaita lähtemään mukaan kokeilemaan hevosharrastusta. Myös tuttavani ja hänen miehensä olivat innostuneita ja hyvin mielissään siitä että saisivat osallistua tämänkaltaiseen tutkimukseen. Tyttöihin ja heidän vanhempiansa sain yhteyden Internetin hevospalstan, Hevostalli.netin, kautta. Olin päättänyt pyytää tutkimukseen mukaan ainakin yhtä lasta ja hänen perhettään, joita en olisi tuntenut ennalta. Palstan kautta löysin tyttöjen äidin, jonka kanssa muutaman sähköpostiviestin jälkeen sovimme perheen osallistumisesta tutkimukseeni. Myös tämän perheen kanta ja suhtautuminen tutkimukseen oli erittäin innokasta.

Tutkimukseen osallistuivat neljä lasta, kaksi tyttöä ja kaksi poikaa sekä lasten vanhemmat. Tytöt ovat sisaruksia keskenään, pojat keskenään. Perheet eivät tunteneet toisiaan, ja tallikäynnit ajoittuivat eri päiville. Myös sisarukset kävivät eri päivinä tai eri aikaan päivästä tallilla, jolloin pystyttiin keskittymään vain yhteen lapseen kerralla. Tutkimus alkoi huhtikuussa 2010. Tällöin alkoivat poikien säännölliset käynnit tallilla. Pojat ja heidän vanhempansa kävivät kerran viikossa tallilla aina kesäkuuhun saakka. Tytöt alkoivat käydä tallilla vanhempiansa kanssa toukokuussa 2010, jonka jälkeen he kävivät säännöllisesti viikon, kahden välein aina elokuuhun 2010 asti.

Tutkimukseen osallistuvat tytöt olivat iältään 2 ja 4 vuotta. Tytöistä vanhempi (LIITE 1) oli aiemmin käynyt satunnaisesti talutusratsastuksessa, nuorempi tyttö (LIITE 2) ei ollut koskaan halunnut hevosen selkään. Tyttöjen vanhemmista kumpikaan ei ollut harrastanut ratsastusta tai toiminut muuten hevostallilla. Perhe ei ollut minulle entuudestaan tuttu. Tutkimukseen osallistuvat pojat olivat iältään 5 ja 8 vuotta (LIITE 3; LIITE 4). Kumpikaan heistä ei ollut aiemmin harras-

tanut toimintaa hevosten kanssa tai ratsastanut. Pojat ja heidän vanhempansa olivat minulle entuudestaan tuttuja, ja perheen äiti oli lapsena käynyt ratsastustunneilla. Koska lasten ja perheiden nimet pidetään salassa, kutsun lapsia työsäni nimillä vanhempi sekä nuorempi tyttö (LIITE 1; LIITE 2), ja vanhempi sekä nuorempi poika (LIITE 3; LIITE 4).

Tavoitteena oli, että lapset kävisivät tallilla vanhempiensa kanssa 6–8 kertaa. Lopputuloksena päädyttiinkin kahdeksaan käyntikertaan. Jokaisen kerran jälkeen vanhemmilta kysyttiin tuntemuksia ja havaintoja valmiin havainnointilomakkeen (LIITE 5) avulla, joka laadittiin teoriaosassa esiintyvän hyvinvoinnin pääteemojen mukaan: fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen hyvinvointi. Havainnot kerättiin kirjallisesti talteen. Myös minä kirjasin toisesta harrastuskerrasta lähtien jokaisella kerralla omat havaintoni ylös samaa havainnointilomaketta käyttäen. Ensimmäisen havainnointikerran käytin lapsiin tutustumiseen ja yleiskuvan saamiseen. Noin puoli vuotta näiden havaintojen jälkeen tehtiin haastattelu vanhemmille (LIITE 6), joilta sai tietoa tilanteesta ratsastuskertojen jälkeen. Tällä tavalla saatiin selvyyttä lapsen hyvinvoinnin ja hevosharrastuksen väliselle yhteydelle.

Asioita, joihin vanhempien tuli kiinnittää huomiota lapsen tallikäynneissä, olivat muun muassa lapsen sosiaalinen, fyysinen ja psyykinen hyvinvointi ja niissä tapahtunut kehitys ja muutokset. Lisäksi kaikki muu aihetta tukeva ja esille nouseva tuli havainnoida tutkimuksen suorittajalle. Havaintojen kerääminen vanhemmilta toteutettiin suullisesti käyttäen jokaisella kerralla pohjana valmista havainnointilomaketta (LIITE 5). Tämän jälkeen kirjasin omat sekä vanhempien havainnot talteen muistiinpanoihini ja koostin niistä jälkikäteishaastattelujen kanssa lopputuloksen.

Pääasiallisesti tutkimuksessa käytettävä hevonen oli oma hevoseni, 25-vuotias ruuna Divident. Divident on säkäkorkeudeltaan 165 cm korkea ja rodultaan siro-rakenteinen budjonnyi. Divident toimi loistavasti lasten ratsuna, ja sillä oli jo aiempaa kokemusta talutus- ja terapiaratsuna olost. Toinen tutkimuksessa käytettävä hevonen oli ystävänäni 10-vuotias lipizzatamma nimeltään Sira. Sillä on korkeutta noin 150 cm ja se toimi myös luotettavana talutusratsuna. Tutkimus

tapautui omalla kotitallillani Vantaan Ylästössä.

Tutkimustilanteet kestivät yleensä reilun tunnin verran. Aikaan sisältyi noin puoli tuntia ratsastusta sekä ennen ja jälkeen liikituksen tapahtuvat hoitotoimenpiteet. Tallikerran sisältö muodostui kuitenkin aina lasten ehdoilla, sillä esimerkiksi nuorempi tyttö ei uskaltanut liikkuvan hevosen selkään ensimmäisillä kerroilla ollenkaan, jolloin tytön kanssa puuhattiin enemmän muita tallitoimia ja hoidettiin hevosta. Yleensä ennen hevosen liikutusta hevosta harjattiin yhdessä lapsen kanssa lapsen uskaltamisen mukaan, tutkiskeltiin sen terveydentilaa yhdessä sekä varmistettiin varusteiden kunnossa olo. Tämän jälkeen varustin hevosen valmiiksi ratsastukseen lapsen avustaessa kykyjensä mukaan, jonka jälkeen lapsi sai oman halunsa mukaan taluttaa hevosen ulos tallista. Ratsastus tapahtui pääasiallisesti tallin läheisyydessä hiekkateillä, kentällä sekä maastossa. Talutin normaalisti hevosta narulla, mutta lapsen halutessa päästin narusta irti ja jäin kävelemään vierelle, jolloin lapsi sai tuntea ohjaavansa ja hallitsevansa hevosta itse.

Ratsastus aloitettiin lasten kanssa niin, että ensin tunnusteltiin hevosen liikettä rauhallisessa käynnissä ja harjoiteltiin istumaan siinä mahdollisimman rennosti ja mukavasti. Myöhemmillä kerroilla isommat lapset (vanhempi tyttö ja poika) halusivat jo oppia hevosen kääntämistä, peruuttamista, pysäyttämistä ja jopa nopeampaa askellajia, ravia. Kaikki ratsastuskerrat pidettiin kuitenkin leikkimielisinä ja lapsille sopivina. Ratsastuskerrat toteutettiin mahdollisimman turvallisella ja varmalla tavalla, jotta mahdollisilta tapaturmilta pystyttiin välttymään.

Ratsastuksen jälkeen lapsi sai halutessaan taluttaa hevosen talliin. Tallissa lapselle annettiin yleensä pieni huilaustauko joko juomiseen tai muuten vaan olemiseen, jonka jälkeen otettiin yhdessä hevoselta varusteet pois ja huolehdittiin harjauksesta ja varusteiden poisloitosta. Kuumana päivänä hevonen saatettiin suihkuttaa vielä vedellä yhdessä lapsen kanssa. Tämän jälkeen lapsi sai halutessaan pitää hevosen narusta kiinni sen syödessä vihreää tallin pihassa. Jokaisella kerralla lapsi sai halutessaan myös siivoilla tallissa, tehdä kanssani tallitöitä sekä putsata hevosen varusteita.

Joko molemmat vanhemmat, tai toinen heistä, olivat jokaisella kerralla mukana alusta loppuun saakka. He pysyivät kuitenkin taka-alalla antaen lapsen ja opin- näytetyön tekijän toimia keskenään hevosen kanssa. Ratsastaessa he kulkivat mukana hieman jäljessä, jotta eivät häirinneet lapsensa keskittymiskykyä, mutta pystyivät kuitenkin kuulemaan lapsen kommentit ja näkemään suoritukset sekä olemaan paikalla, jos jotain olisi sattunut. Jokaisen tallikäynnin päätteeksi istuimme kaikki alas kahvipöytään, jonka ääressä keskustelimme vanhempien kanssa havainnoistamme havainnointilomakkeen (LIITE 5) pohjalta. Esille tulleet havainnot kirjasin itselleni ylös.

Helmikuussa 2011 olin asian tiimoilta uudelleen yhteydessä molempien sisarusparien vanhempiin. Pyysin heiltä mahdollisuutta haastatteluun, jossa käytäisiin läpi viimeisten kuukausien mahdolliset muutokset lasten hyvinvoinnissa, jotka vanhempien mielestä liittyvät tai ovat liittyneet hevosharrastukseen. Kaikki vanhemmat olivat suostuvaisia tähän, ja haastattelut tehtiin helmikuun aikana kotonani Vantaalla käyttäen haastattelua varten tehtyä runkoa (LIITE 6). Haastattelut toteutettiin teemahaastattelun sekä avoimen haastattelun yhteismuodolla. Nauhoitin haastattelut ja jälkeinpäin litteroin ne.

## 7.2 Aineiston analysointi

Eri analyysitavat kietoutuvat toisiinsa eivätkä ole selvärajaisia, ja tutkimusta tehdessä pystytään harvoin soveltamaan vain yhtä analyysitapaa. Laadullisen aineiston rikkauksia onkin se, että siihen voi käyttää erilaisia analysointitapoja. (Eskola & Suoranta 1998, 162–163.) Analyysimenetelmät ja -mahdollisuudet riippuvat aineiston laajuudesta ja muistiinpanotavoista, mutta myös tutkimuksen teoreettisista lähtökohdista. Periaatteessa havainnointiin perustuvan tutkimuksen analysointi ei eroa paljoakaan teemahaastattelun analyysistä. (Grönfors 2010, 167.)

Laadullista aineistoa analysoidaan yleensä lähellä aineistoa ja sen kontekstia. Kvalitatiivisen ja kvantitatiivisen analyysin erona onkin yleensä se, että laadullinen tutkimus säilyttää aineistonsa sanallisessa muodossa. Tutkija voi käyttää

induktiivista päättelyä jossa aineistolähtöisyys on keskeistä, tai abduktiivista päättelyä, jossa tutkijalla on valmiina joitakin teoreettisia johtoideoita, joita hän pyrkii aineistonsa avulla näyttämään todeksi. Laadullista aineistoa analysoidessa on hyvä muistaa, että analyysitekniikat ovat moninaisia ja laadullisessa tutkimuksessa standardisoituja tekniikoita on hyvin vähän. Laadullista aineistoa analysoidessa ei yleensä ole yhtä parasta tai ehdotonta analyysitapaa, joten tutkija voi kokeilla ja kehittää itse erilaisia ratkaisutapoja. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 136.)

Tutkimuksen aineiston analysoinnissa käytettiin sisällönanalyysia. Tutkimuksen tuloksinassa käytettiin päättelyssä induktiivista eli aineistolähtöistä käsittelytapaa, joka etenee yksittäisestä yleiseen (Tuomi & Sarajärvi 2002, 97). Kävin havainnointi- ja haastatteluaineistot läpi, ja luokittelin aineiston teemoittain. Teemat jakautuivat fyysisten, psyykkisten ja sosiaalisten puolien tarkasteluun. Pääteemojen aineistoista nostettujen tulosten pohjalta koostettiin tutkimuksen lopputulokset.

## 8 TUTKIMUSTULOKSET

Tutkimustuloksissa esitellään lasten hyvinvoinnin muuttumisen ja kehittymisen alueita vanhempien sekä tutkimuksen suorittajan näkökulmasta ensimmäisestä tallikerrasta viimeiseen tallikertaan sekä vanhempien jälkikäteishaastattelujen perusteella. Tutkimuksen suorittajan havainnot ja näkökulma säilytettiin siksi, että saataisiin monipuolisempi vertailupohja tutkittavien seikkojen tarkasteluun, vaikka lopulliset tulokset on koostettu vain vanhempien havaintojen ja tiedonantojen pohjalta.

Liitteinä (LIITE 1, LIITE 2, LIITE 3, LIITE 4) olevissa taulukoissa esitellään harrastuskerroilla ilmenneitä havaintoja. Positiiviset muutokset hyvinvoinnin osa-alueilla (psykykinen, fyysinen, sosiaalinen puoli) on merkattu plussalla (+), negatiiviseksi laskettavat miinuksella (-). Vanhempien havainnot ovat tavallisella tekstillä kirjoitettuja, tutkimuksen suorittajan havainnot *kursivoidulla*.

### 8.1 Vanhempi tyttö

Ensimmäisellä kerralla tytön vanhemmat kiinnittivät huomiota tytön uskaltamiseen ja siihen, ettei iso hevonen pelottanut. He olivat myös positiivisesti yllättyneitä tytön kyvystä ymmärtää ja vastaanottaa ohjeita. Vanhempien mielestä tallin ilmapiiriin täytyi olla toimintaan innostava, sillä kotona tyttö on hyvin haluton tekemään ja osallistumaan esimerkiksi kotitöihin, kun vastaavasti tallitöissä tyttö halusi päästä tekemään ja kokeilemaan koko ajan. Myös tytön hevosen selässä istumista vanhemmat ihmettelivät kovasti, sillä he olivat yllättyneitä siitä, että tyttö kykeni hallitsemaan kehoaan niin, että pysyi suuren liikkuvan hevosen selässä ilman vanhemman tai taluttajan tukea. Vanhemmat olivat odottaneet työltä ujoa käytöstä, mutta hevosista ja uudesta harrastuspaikasta innostuneena tyttö oli sosiaalisesti hyvin avoin ja positiivinen. Yleisesti vanhemmat halusivat nostaa havainnoista esille tytön herkeämättömän tarkkaavaisuuden sekä rohkeuden, jota vanhemmat eivät olisi uskoneet ensimmäisellä kerralla niin paljon löytyvän. (LIITE 1.)



Toisella kerralla tytön äiti oli tytön mukana tallilla. Fyysisellä puolella äiti oli positiivisesti yllätynyt tytön jaksamisesta ja halusta tehdä siivoustöitä tallilla. Äiti ihmetteli myös, kuinka tyttö jaksoi istua ryhdikkäänä hevosen selässä koko ratsastusajan. Sosiaalisella puolella havainnot olivat pelkästään positiivisia, sillä tyttö ei ujostellut aikuisia laisinkaan ja uskalsi hyvin ottaa kontaktia. Äiti mainitsi uudesta harrastuksesta johtuneen etukäteisjännityksen kotona. Jännitys oli aiheuttanut tunteiden kiristymistä, ja tilanne oli helpottanut vasta tallin pihaan pääsyn jälkeen. Omat havaintoni kerrasta olivat positiivisia, sillä sain huomata, kuinka tyttö todella nautti hevosten kanssa puuhaamisesta ja uuden oppimisesta. (LIITE 1.)

Kolmannella kerralla molemmat vanhemmat olivat taas mukana. Fyysisellä puolella vanhemmat olivat erittäin tyytyväisiä tytön kehonhallintaan, sillä tyttö kykeni taas istumaan itsenäisesti hevosen selässä ja tällä kertaa jopa irrottamaan käntensä satulasta josta normaalisti piti kiinni, ja vilkuttamaan molemmilla käsillä vanhemmilleen. Tällä ratsastuskerralla tyttö halusi pitää myös hevosen ohjista kiinni, jotta sai kokea ohjaavansa hevosta itse. Vanhemmat olivat tyytyväisiä myös tytön realiteettien tajuun, sillä tyttö oli itse ymmärtänyt omat kykynsä ja taitonsa muun muassa hevosen kiinnipitoa ja ratsastamista ajatellen. Onnistuneen ratsastus- ja tallikerran jälkeen tyttö oli kaikkien mielestä tyytyväinen ja iloinen onnistumisistaan. Omasta mielestäni työstä näki, että hän tiesi uskaltavansa ja osaavansa asioita. Vanhemmat pitivät sekä negatiivisena että positiivisena asiana tytön väsähtämistä heti toiminnan loputtua, sillä tyttö oli selvästi antanut kaikkensa. Positiivisena vanhemmat pitivät väsymistä liikunnan ja toimeliaisuuden seurauksena, negatiivisena sitä, jos väsyminen oli tapahtunut totta-totteen uupumisen ja tietotulvan seurauksena. (LIITE 1.)

Neljännellä kerralla vanhemmat olivat tyytyväisiä tytön itseluottamuksen kasvuun. Vanhemmat kertoivat tytön olevan silloin tällöin kovin itsekriittinen ja hyvin herkkä epäonnistumisille, minkä takia tyttö on usein epäröivällä kannalla uuden suhteen. Vanhemmat kokivatkin erityisen positiivisena tytön tyytyväisyyden omaan edistykseensä. Fyysisellä puolella vanhemmat kiittelivät taas kehonhallinnan ja tasapainon kehittymistä. Tällä kertaa tyttö oli jo päässyt harjoittele-

maan muun muassa hevosen itsenäistä ohjaamista ja kääntämistä, ja istui satulassa luonnollisesti ja rennosti kuin jo pidemmän aikaa ratsastanut. Sosiaalisella puolella vanhemmat havaitsivat työssä ujoutta, sillä tallissa oli samaan aikaan uusia aikuisia. Omat havaintoni tukivat asiaa, mutta havaitsin tämän lisäksi myös positiivista kehitystä sosiaalisella puolella, sillä tyttö halusi ja uskalsi keskustella ja kysyä ratsastustilanteessa kahden kesken kaikenlaista. Yleisesti vanhemmat halusivat nostaa esille havaintonsa siitä, että tyttö on innostuneempi hevosharrastuksesta kuin mistään aikaisemmin. (LIITE 1.)

Viidennellä kerralla vanhempien mielestä tehokkuus tallitöissä oli lisääntynyt. Ratsastaessa tyttö ei saanut hevosta käyttäytymään halujensa mukaan, ja jouduin itse auttamaan tilanteessa. Kyseessä oli hetki, kun tyttö halusi kokeilla kovempaa askellajia, ravia, ja harjoittelimme hevosen raviin siirtämistä. Tyttö ei saanut hevosta raviin millään, ja autoin itse siirtämällä hevosen maasta käsin raviin. Tyttö pysyi satulassa hyvin, ja sekä vanhemmat että minä pidimme asiaa positiivisena kehityksenä. Tyttö itse otti kuitenkin todella rankasti ”epäonnistumisensa”. Vanhemmat kertoivatkin havainneensa ratsastuksen jälkeen paljon negatiivista tytön olemuksessa. Heidän mielestään tyttö otti asian raskaasti, ja aiemmin mainittu herkkyys epäonnistumisia ajatellen näyttäytyi. ”Epäonnistumisen” jälkeen sosiaalinen vuorovaikutus ei enää onnistunut, sillä tyttö ei suostunut ottamaan kontaktia. Omat havaintoni kerrasta liittyivät isoon pettymysreaktioon ja sen negatiivisiin vaikutuksiin. Jäin myös havaintojeni pohjalta miettimään, onko ratsastus liian vaativa harrastus pienelle lapselle. (LIITE 1.)

Kuudennella kerralla vanhemmat olivat keskustelleet ennen tallille tuloa viime kerran tapahtumista, ja olivat saaneet hyviä tuloksia aikaan. Tyttö oli taas tajunnut oman kykeneväisyytensä ja kokosuhteensa isoon hevoseen. Omia havaintoja tehdessäni huomasin tytön itseluottamuksen taas kohenneen. Fyysisellä puolella vanhemmat havaitsivat jatkuvan kehityksen jaksamisessa ja halussa liikkua. He havaitsivat myös ratsastukseen liittyvää kehitystä, sillä tyttö pystyi istumaan ja mukautumaan hevosen liikkeisiin entistä paremmin. Omat havaintoni fyysistä kehitystä ajatellen myötäilivät vanhempien havaintoja. Sosiaalisella puolella vanhemmat havaitsivat hyvää sosiaalista kanssakäymistä, ja omien havaintojeni perusteella tyttö halusi ottaa kontaktia myös tallilla samaan aikaan

olleisiin vieraisiin aikuisiin. Yleisinä havaintoina nousivat esille ilo onnistuneesta ratsastuksesta viime kertaan nähden sekä innon ja tekemisen halun positiivinen kehitys. (LIITE 1.)

Seitsemännellä kerralla vanhemmat nostivat esille yleisen tyytyväisyyden sekä omien taitojen kunnioituksen. Tyttö vaikutti kokonaisvaltaisesti tyytyväiseltä. Fyysisellä puolella vanhemmat nostivat esiin tytön liikunnallisen kehityksen ja kyvyn kehittyä sekä liikunnallisesti että ratsastajana. He pitivät myös positiivisena kehityksenä tytön halua ja kykyä olla jatkuvassa liikkeessä. Omat havaintoni fyysisellä puolella liittyivät myös fyysiseen jaksamiseen ja liikkumiseen. Sosiaalisella puolella kaikkien mielestä tyttö esiintyi tallissa selvästi muille tallissa olijolle, eikä osannut ujostella edes vieraita aikuisia. Omien havaintojeni mukaan sosiaalinen puoli oli aikaisempiin kertoihin nähden kehittynyt. Havaitsin myös sen, ettei tyttö pelännyt enää lähestulkoon mitään tallilla olevaa asiaa aikaisempaan verrattuna. (LIITE 1.)

Kahdeksannella eli viimeisellä kerralla vanhemmat nostivat esille positiiviset havainnot siitä, että tyttö on selvästi tietoinen omista taidoistaan ja haluaa selkeästi kehittyä edelleen. Omat havaintoni liittyivät samaan aiheeseen, sillä tyttö oli tuonut esille tulevaisuuden suunnitelmiaan harrastuksen parissa ja halun tulla paremmaksi ratsastajaksi sekä päästä tekemään vaikeampia asioita hevosella. Fyysisellä puolella kehonhallinta ja yleinen fyysinen jaksavuus olivat vanhempien mielestä kehittyneet selkeästi. Omien havaintojeni perusteella olin samaa mieltä, ja lisäksi koin tytön olevan tietoisempi omasta fysiikastaan aiempaan verrattuna. Sosiaalisella puolella vanhemmat kokivat tytön kehittyneen yleisesti. Yleisenä havaintona näin tytön kokonaisvaltaisen positiivisuuden. Vanhemmat olivat sitä mieltä, että ensimmäiseen kertaan verrattuna tyttö on kehittynyt hurjasti fyysisellä ja sosiaalisella puolella, sekä saanut paljon harjoitusta myös psyykkisellä puolella. (LIITE 1.)

Helmikuussa 2011 tehdyssä haastattelussa vanhemmat pohtivat tytön hyvinvoinnin kehitystä viimeisestä kerrasta elokuussa 2010 helmikuuhun 2011 asti. Tyttö oli jatkanut hevosharrastusta muualla suhteellisen säännöllisesti. Vanhempien mukaan muutosta oli tapahtunut positiivisessa mielessä paljonkin. Ku-

ten jo aiemmin oli käynyt ilmi, tyttö oli ollut ennen hevosharrastuksen aloittamista hyvin itsekriittinen ja sitä kautta herkkä epäonnistumisille. Hevosharrastuksen aloittamisen jälkeen itsekriittisyys on kuitenkin helpottanut, ja vanhemmat uskovat syynä siihen olevan uudenlainen suhde isoon eläimeen, omien taitojen ja kykyjen ymmärtäminen sekä tallilta saatu positiivinen kannustaminen ja palaute.

*Näyttäähän tyttö edelleen pettymysten ja vastoinkäymisten herättämän kiukun ja surun, mut osaa olla jo armollisempi itselleen. Itsekriittisyysongelma on helpottanut hurjasti tän ratsastus- ja heppaharrastuksen myötä. Tilanne on kaiketi nyt niin hyvä ku vaan tytön temperamentti ja persoona huomioon ottaen voi olla. (Tytön äiti)*

*Ollaan koitettu kotonakin puhua asiaa silleen, että tyttö ymmärtäis itekkin pitää arvossa ratsastustaitoa ja heppojen käsittelytaitoa. Kaikessa kun ei vaan voi olla paras. Meillä on kirjahyllyssä kuvia tytön ratsastuksesta ja niitä näytellään pihakavereillekin. (Tytön isä)*

*Kyllä se uskaltaa jo vähän heittäytyäkin uuteen eikä pelkää epäonnistumista niin paljon kuin aikasemmin. Kai se osaa pitää taitojaan jollain tavalla arvossa ja pitää itseään hyvänä. Heppaharrastus ei oo helppo laji. (Tytön äiti)*

Vanhempien mukaan myös tytön havainnointikyvyt sekä oppien vastaanottaminen ovat kehittyneet harrastuksen myötä.

*Tyttö osaa kertoa pieniäkin, mun mielestä kummia asioita hevosista. Lähinnä siis luonteesta ja olemuksesta. Ite en oo osannut ees kiinnittää tällasiin huomiota. (Tytön äiti)*

*...Ei se enää sano niin usein vastaan kun yrittää jotain opettaa. Varsinkaan vieraille. Ja tallilla ei pätkääkään. (Tytön isä)*

Myös fyysinen puoli on vanhempien mukaan kehittynyt. Tyttö jaksaa liikkua enemmän aiempaan verrattuna, ja nauttii liikkumisesta ja tekemisestä aiempaa enemmän. Myös fyysinen jaksavuus ja kehonhallinta ovat selvästi kehittyneet – tyttö kykenee aiempaa vaativampiin fyysisiin ja motoriikkaa vaativiin suorituksiin ja uskaltaa kokeilla uutta. Itsevarmuus fyysiseen liikkumiseen on kohentunut. Tallilla toimiminen on edelleen positiivinen asia tytölle.

*Sen on kyllä huomannut et tyttö ei valita kylmää tai kuumaa tai muutenkaan kun touhuaa heppojen kanssa. Ja kotiolemukseensa*

*verrattuna likka kyllä reipastuu silmissä kun päästään tallin pihaan. (Tytön äiti)*

*Kyllä se jaksaa suoraan sanottuna liikkua paljon enemmän aikaisempaan verrattuna eikä pelkää uusiakaan liikkumiseen liittyviä asioita. Ollaan kehitytty ratsastuksessa ja kokeiltu uusia lajejakin. Kun se nyt uskaltaa. (Tytön isä)*

*Voi kyllä sanoa tän harrastuksen kehittäneen tytön motoriikkaa ja mielikuvitusta ja ihan kehonhallintaakin. Talleja ja boxeja rakennellaan pitkin kotia ja leikitään keppihevosilla eri askellajeja. Fyysinen suoriutuvuus ja jaksavuus on selvästi kyl kohonnut. (Tytön äiti)*

*Ihan kotipihaleikit ja hyppelyt sun muut leikkimiset ja touhuumiset onnistuu, kun ne on niin lälyjä juttuja tohon heppahommaan verrattuna. Kuulemma. (Tytön äiti)*

Sosiaalisella puolella kehitystä on tapahtunut vanhempien mukaan valtavasti. Heidän mukaansa tyttö on tallilla tapahtuneiden uusien, positiivisten kontaktien jälkeen uskaltanut tehdä tuttavuutta paremmin samanikäisiin lapsiin sekä vieraisiin aikuisiinkin. Tyttö toimii vanhempien mukaan myös vanhojen tuttavuuksien kanssa luontevammin.

*Sosiaalisessa mielessä tää heppailu on ollu kyllä tosi kova juttu, koska oli väkisinkin tutustuttava uusiin ihmisiin. Tyttö on aiemmin ollu tosi hitaasti lämpenevää sorttia, mut ilmeisesti hepat on tehneet tässäkin taikojaan... Ihmettelen että vieraidenkin kanssa tyttö jutusteli nopeesti kuin vanha tuttu. (Tytön äiti)*

*Ehkä siel tallilla aukes joku lukko, kun yhteisen jutun takia joutui puhumaan ja tekemään vieraitten ihmisten kanssa. Kyllä on huomannut jälkeinpäin et tyttö pystyy ottamaan ihan eri tavalla kontaktia ihmisiin ku ennen tota heppahommaa. (Tytön äiti)*

*Omassa kaveripiirissä tyttö pääsee loistamaan tän heppajutun takia. Tutuissa ku ei oo yhtään ratsastavaa lasta. Kaverit on ollu tosi kiinnostuneita hepoista ylipäätään, ja tyttö pääsee näyttämään tavaraitaan ja kertomaan juttujaan ja on tosi ylpee. (Tytön äiti)*

Yleisesti vanhemmat olivat sitä mieltä, että hevosharrastus on opettanut ja antanut tytölle paljon. He muun muassa pitivät hevosharrastusta tyttärelleen monia muita harrastusvaihtoehtoa parempana valintana. Lopuksi kysyttäessä vanhemmat olivat ehdottomasti tyytyväisiä hevosharrastuksen aloittamiseen ja koko harrastukseen.

*Aina se suhtautu meihin (vanhempiin) tallilla hyvin, ja sit sen jälkeen kotonaki. (Tytön äiti)*

*Ei se varmaan ois ymmärtänyt ton ikäsenä samoja elämän arvoja ku jossain soitto- tai taideharrastuksessa. Kyl elävän eläimen kanssa touhuuminen on vaan meiän mielestä hyvää ja hienoo. Nyt ku sen on ite nähny. (Tytön isä)*

*On tossa vaan kaikki sillä lailla kunnossa. Saa olla ulkona, liikkua, kehittää omia kykyjä ja harjotella melkein aina uusia asioita. Kyl toi heppahomma on monella tapaa aika kokonaisvaltanen harrastus. (Tytön isä)*

*...Ja onhan se ton likan hyvinvointiaki selkeesti edistäny. Ihan omin silmin oon nähny. (Tytön äiti)*

## 8.2 Nuorempi tyttö

Ensimmäisellä kerralla vanhemmat kiinnittivät huomiota siihen, että nuoresta iästään huolimatta tyttö halusi ja uskalsi ottaa kontaktia hevoseen, eikä näyttänyt pelkäävän itseään monta kertaa suurempaa eläintä. Hevosen selkään tyttö ei kuitenkaan uskaltanut edes käymään, vaikka vanhemmat olisivat olleet tytön tukena. Tyttö kuitenkin halusi osallistua hevosen kanssa tehtävään toimintaan, muun muassa harjaamiseen, omien kykyjensä mukaan. Fyysisellä puolella vanhemmat kokivat positiivisena asiana tytön halun liikkua tallilla ja ulkona. Sosiaalisella puolella tyttö ujosteli kovasti tallin aikuisia. Yleisinä huomioina vanhemmat nostivat esille ennako-odotusten ylittymisen, sillä he olivat etukäteen ajatelleet, että tyttö pelkäisi hevosta tai ei haluaisi edes kokeilla tallitöitä. (LIITE 2.)

Toisella kerralla vanhemmat toivat esille tytön rohkeuden positiivisessa sekä negatiivisessa valossa. He näkivät positiivisuutta siinä, että tyttö uskalsi ja halusi toimia hevosten kanssa innokkaasti. Negatiivisena vanhemmat puolestaan kokivat, että liika rohkeus, ehkä jopa uhkarohkeus johtuen osittaisesta ymmärtämättömyydestä, voi johtaa mahdollisiin vahinkoihin jolloin onnettomuusriski kasvaa. Siihen, että tyttö ei halunnut edes kokeilla hevosen selässä istumista,

vanhemmilla ei ollut mielipidettä, vaan he olivat yleisesti tyytyväisiä tytön rohkeuteen ja innokkuuteen toimia muissa tallitöissä. Fyysisellä puolella vanhemmat kokivat tytön liikkumisen ja halun liikkua positiivisena. Omat havaintoni koskivat tytön halua tehdä tallitöitä, kuitenkin leikkimielisesti, sillä tyttö halusi kokon ajan kokeilla asioita, joita aikuiset tallissa tekivät. Sosiaalisella puolella vanhemmat näkivät erittäin positiivisena tytön sosiaalisen rohkeuden, ja omat havaintoni liittyivät tytön hyvään ja uskaltavaan kontaktin ottoon. Yleisesti vanhemmat olivat tyytyväisiä harrastuskertaan, vaikka tyttö ei ollutkaan halunnut hevosen selkään. Omat yleiset havaintoni kerrasta olivat pitkälti pohdintaa, onko näin pieni lapsi vielä sopivassa iässä hevosharrastusta ajatellen. (LIITE 2.)

Kolmannella kerralla vanhemmat nostivat esille havaintonsa tytön rohkeudesta ja uskaltamisesta sekä yleisestä tyytyväisyydestä. Tyttö oli uskaltanut vanhempien avustuksella istumaan hevosen selkään, ja viihtyi selässä pitkän ajan, kunhan hevonen vaan seiso paikallaan. Fyysisellä puolella vanhemmat mainitsivat positiivisiksi havainnoiksi tytön fyysisen uskaltamisen ja odotukset ylittäneen keuhonhallintakyvyn. Sosiaalisella puolella vanhemmat havaitsivat viime kertoihin nähden selvää kehitystä, ja omat havaintonikin tukivat tätä asiaa, sillä tyttö uskalsi olla aikuisten toiminnassa mukana eikä ujostellut lähes ollenkaan. Havaitsin myös tytön rohkeuden lajia kohtaan, sillä tyttö ei tuntunut pelkäävän suuren hevosen kanssa toimimista lähes ollenkaan. Pidin kuitenkin osittain negatiivisena sitä, että nuoresta iästään johtuen tyttö ei kykene vielä ymmärtämään vaaroja, joita ison eläimen kanssa toimiminen tuo mukanaan. (LIITE 2.)

Neljännellä kerralla vanhemmat kiittelivät tytön yleistä rohkeutta sekä nuoresta iästään huolimatta realiteettien tajua. Tyttö oli vanhempien mukaan selvästi tajunnut omat kykynsä ja pystyvyytensä isoon hevoseen verrattuna, mutta oli silti uskaltanut ratsaille, istumaan taas paikallaan olevan hevosen selkään. Fyysisellä puolella vanhemmat havaitsivat keuhonhallinnan kehittymistä, sillä tyttö kykeni pitämään itsensä hyvässä ryhdissä hevosen selässä ja tekemään leikkimielisiä venytyksiä ilman vanhempien kiinnipitoa ja tukea. Itse havaitsin saman asian kuin vanhemmat, ja sen lisäksi tytön kasvaneen halun ja jaksamisen tallipuuhaan. Sosiaalisella puolella tyttö uskalsi selvästi, myös vanhempien mielestä, olla ja tehdä asioita yhdessä vieraidenkin aikuisten kanssa. Yleisesti

vanhemmat näkivät positiivisena tytön rohkeuden ja halun tehdä samoja asioita ja tallitöitä kuin aikuisetkin tekivät. Itse havaitsin tytön nauttivan hevosen läheisyydestä ja leikkimielisestä hevosen kanssa toimimisesta. (LIITE 2.)

Viidennellä kerralla vanhemmat nostivat esille tytön rohkeuden, sillä tyttö oli uskaltanut tällä kertaa liikkuvan hevosen selkään ja halusi ratsastaa koko sovitun ajan. Tämä oli ylittänyt kaikki vanhempien odotukset asian suhteen. Omat havaintonikin liittyivät tytön uskaltamiseen, sillä siinä oli selvästi tapahtunut iso harppaus. Fyysisellä puolella vanhempien päähavaintona olivat tytön kehonhallintakyvyt liikkuvan hevosen selässä sekä tytön varmuus kehostaan. Tyttö hallitsi kehonsa ikäänsä nähden todella hyvin, ja omatkin havaintoni liittyivät pitkälti tytön tietoisuuteen omasta kehostaan. Sosiaalisella puolella vanhemmat mainitsivat ujouden ja sitä kautta sosiaalisen puolen heikkenemisen viime kertaan verrattuna, mutta omat havaintoni kohdistuivat kahdenkeskiseen keskusteluun ratsastuksen aikana, jossa tyttö oli selkeästi kehittynyt aiempiin kertoihin verrattuna. (LIITE 2.)

Kuudennella kerralla vanhemmat mainitsivat positiivisena tytön halun tehdä tallitöitä ja ratsastaa. He pitivät myös positiivisena tytön rohkeutta, sillä tyttö halusi ratsastaa viime kertaa itsenäisemmin ja pystyi selvästi mukautumaan hevosen liikkeeseen. Fyysisellä puolella vanhemmat nostivat esille parantuneen kehonhallinnan, sillä tyttö oli suoriutunut ratsastuksesta erittäin hyvin. Itse havaitsin fyysisellä puolella selvää kehonhallinnan ja jaksamisen kehitystä. Sosiaalisella puolella vanhemmat huomasivat tytön viimekertaisen ujouden taas kaikonneen, sekä tytön halun toimia muiden aikuisten kanssa yhdessä. Itse huomasin saman, sillä tyttö selvästi nautti kontaktista muiden kanssa. Vanhempien summatta harrastuskertaa yhteen, olivat molemmat sitä mieltä että kerta oli kokonaisuudessaan erittäin onnistunut. (LIITE 2.)

Seitsemännellä kerralla tytön uskallus petti, eikä hän uskaltanut liikkuvan hevosen selkään, vaikka muuten halusi selässä istuakin. Vanhemmat pitivät tätä takapakkina aikaisempaan verrattuna. Havaitsin itsekkin tytön olleen tyytymättömän oloinen jo ajatukseen ratsastamisesta. Muuten tyttö oli erittäin innokas toimimaan ja puuhailemaan tallilla, mitä pidimme vanhempien kanssa todella posi-



tiivisena. Fyysisellä puolella olikin huomattavissa selkeää tehokkuutta ja jaksamista, sekä oman kehonhallinnan kehittymistä leikkimielisissä tallitoimissa. Sosiaalisella puolella tyttö oli taas vanhempien mielestä erittäin nousujohteinen, sillä tyttö halusi ehdottomasti toimia muiden kanssa eikä ujestellut vieraitakaan aikuisia. (LIITE 2.)

Kahdeksannella eli viimeisellä kerralla vanhemmat olivat erittäin tyytyväisiä tytön omaan tyytyväisyyteen ja itseluottamukseen. Tyttö oli halunnut taas hevosen selkään, ja jaksoi ja halusikin ratsastaa koko sovitun ajan. Omat havaintoni liittyivät tytön tyytyväisyyteen ja siihen, että oli silmin nähtävissä että tyttö nautti osaamisestaan ja uskaltamisestaan. Fyysisellä puolella vanhemmat kiittelivät tytön kehonhallintaa ja sen kehittymistä uskaltamisen kanssa. Tyttö oli uskaltanut ja pystynyt ratsastamaan jo ilman molemmilla käsillä kiinnipitoa, ja halunnut jopa yrittää itse ohjailla hevosta avullani. Oma havaintoni fyysiseltä puolelta liittyikin tytön luottamukseen omasta kehostaan. Sosiaalisella puolella vanhemmat pitivät positiivisena tytön sosiaalista kehitystä, joka oli ensimmäisestä kerrasta lähtien ollut näkyvissä, vaikka välissä olikin ujouskohtauksia ja huonompia hetkiä. Vanhemmat pitivät positiivisena sitä, että tyttö oli hevosharrastuksen myötä ylittänyt heidän odotuksensa. Itse pidin tärkeänä sitä, että tyttö selkeästi omalla tavallaan nautti harrastuksesta. Vanhemmat kertoivat havainneensa kahdeksan kerran aikana kehitystä varsinkin sosiaalisella ja fyysisellä puolella, ja olivat erittäin mielissään myös uskalluksen ja rohkeuden selkeästä kehityskaaresta tytön ikä huomioon ottaen. (LIITE 2.)

Jälkikäteishaastattelussa vanhemmat kertoivat tytön kyllä jatkaneen hevosharrastusta, mutta enemmän sivustaseuraajana. Tyttö on käynyt isosiskonsa ja vanhempiensa kanssa tallilla, mutta useimmiten vain seuraamassa isosiskon ratsastusta. Tyttö oli käynyt hevosen selässä muutamilla kerroilla, muttei ollut ilmaissut halua päästä ratsastamaan jokaisella kerralla. Tyttöä kiinnostavat hevoset hoitamistasolla, mutta samalle tasolle pääsevät myös tallilla olevat koirat. Vanhempien mukaan tyttö ei osaa erotella, pitääkö enemmän hevosten kanssa touhuamisesta vai koirien hoidosta.

Vanhempien mukaan tytön sosiaalisuus on kuitenkin kehittynyt hevosharrastuksen alkamisen myötä. Tallilla oli pakko toimia vieraiden aikuisten kanssa, jos halusi päästä tekemisiin hevosten kanssa.

*Kyllä huomaa et se on selkeesti joutunut tapaamaan uusia ihmisiä ja toimimaan niitten kanssa. Ennen tyttö pääsi vähänniinku isosis-kon siivellä noista tilanteista ja oli vaan se pienempi versio, mut nykyään tyttö osaa ja uskaltaa itekkin jo esitellä ittensä ja höpötellä vähän sitä sun tätä vieraillekki. (Tytön äiti)*

*Kyl me on tavattu ennen tota heppahommaaki paljon vieraita ihmisiä ja ystäviä, mut niistä tilanteita tyttö on päässy usein pienuutensa ansiosta. Ei sen oo tarvinnu ku olla mukana. Ku kaikis tilanteis ei oo ollu pakko sanoo mitään. (Tytön äiti)*

*Ohan se edelleenki pieni tyttö, mut tomerasti se toimii jo ihmisten kans. Ei kai enää jänskää nii paljon ku pääsi tallil rennosti alkuun. (Tytön isä)*

Fyysinen kehitys on vanhempien mukaan myös ollut nähtävillä. Tytöllä ei ole ollut aiemmin näin liikunnallista harrastusta, ja liikkuminen on aikaisemmin ollut pääasiassa pihaleikkejä ja ulkoilua sekä silloin tällöin satujumpassa käymistä.

*Sehän painaa menemään ku isompiki likka. Kai se heppahomma ja ratsastus toi sille vähän erilaist näkökulmaa ja kokemusta tohon liikuntaan ku ne perusjutut mitä ollaan tehty. (Tytön isä)*

*Olihan se silminnähtävissä kuinka se olemus siel hepan seläs parani kerta kerralta. Ja nyt jälkeinpäin sillon tällön ku se on menny hepan selkään nii kyl se vaa pystyy toimii siel paremmin ku edellisel kerral. Ainaki mun nähdäkseni. (Tytön äiti)*

Vanhemmat olivat sitä mieltä, että hevosharrastus on tehnyt hyvää tytön psykistä puolta ajatellen. Muun muassa rohkeus on selvästi kasvanut, eikä tyttö enää jännitä niin paljon uusia tai ennalta jännittävilä kuulostavia asioita. Tyttö on myös ollut kovin ylpeä saavutuksistaan, siinä määrin kun vanhempien mielestä tyttö asiaa pystyy itseksään käsittelemään.

*Kai se oli sitte nii iso asia se hepan kans olo et ei enää jännitä sel-laset perusasiat. Ku mennää rokotukseenki, nii sanotaan vaa että ei isoja tyttöjä tartte pelottaa, sä oot jo iso tyttö ku oot ihan oikee hep-paharrastajaki. Ja niihän se oli sit omasta mielestäänki. Et sit meni rokotuksetki ihan niinku niillä isoilla tytöillä. (Tytön äiti)*

*Kyl se vaan osaa olla ittestään ylpee, ainaki siltä tuntuu ku se katte-lee kesän kuvii itestään ja hepoista yhes. (Tytön isä)*

### 8.3 Vanhempi poika

Ensimmäisellä kerralla poika oli innokas päästessään kokeilemaan uutta lajia. Vanhemmat pitivät asiaa erittäin positiivisena. Aikaisemmin poika oli kokeillut montaa erilaista harrastusta, ja vanhempien mukaan pojan tietoisuus kehostaan ja kyvyistään oli hyvä. Ensimmäinen kerta tallitoimineen ja ratsastamisineen meni hienosti, ja vanhempien mukaan poika selvästi piti uudesta harrastusmahdollisuudesta. Vanhemmat mainitsivat pojan kehonhallintakyvyt ja jaksamisen positiivisina havaintoina fyysiseltä puolelta. Sosiaaliselta puolelta vanhemmat nostivat esiin sosiaaliset taidot, jotka tulivatkin ilmi tallissa puuhaillessa. (LIITE 3.)

Toisella kerralla vanhempien havainnoista nousi esille realiteettien taju. Vanhemmat perustelivat havaintoa sillä, että poika tiedosti lainalaisuudet jotka pätevät hevosen kanssa toimiessa. Omat havaintoni osittain myötäilivät vanhempien havaintoa, sillä mielestäni pojan tunteiden hallinta oli hyvää. Vaikka poika yhdessä tilanteessa jännitti ja toisessa hihkui innostusta, kykeni hän pitämään tunteensa kurissa niin, että pystyi toimimaan hevosen kanssa. Fyysisellä puolella vanhemmat nostivat esiin fyysisten taitojen kehittymisen, joka näkyi hevosen selässä ollessa sekä hevosen kanssa toimiessa. Itse havaitsin pojan jaksami- seen tehdä rankempiakin tallitöitä, esimerkiksi vedenkantoa ämpärillä hevosten aitauksiin. Sosiaalisella puolella vanhemmat pitivät positiivisena sitä, että poika tuli hyvin toimeen vieraidenkin aikuisten kanssa, eikä jännittänyt tilanteissa. Omat havaintoni sosiaaliselta puolelta liittyivät pojan hyvään kanssakäymiseen muiden tallilla käyvien kanssa. Yleisesti vanhemmat havaitsivat ja pitivät positiivisena pojan halua päästä heti lajissa eteenpäin. (LIITE 3.)

Kolmannella kerralla vanhemmat nostivat esille pojan itseluottamuksen kehittymisen. Heidän mukaansa pojan itseluottamus oli selkeästi noussut, sillä poika puhui ja toimi kokoajan rohkeammin luottaen itseensä ja omiin taitoihinsa. Itse havaitsin pojan realiteettien tajun – poika tajusi hyvin, ettei joitakin asioita voi ratsastaessa tai hevosten kanssa tehdä, ennekuin on päässyt harjoittelun kautta tietylle tasolle. Fyysisellä puolella vanhemmat pitivät positiivisena pojan fyysisten taitojen kehittymistä, sillä poika oli muun muassa halunnut kiivetä hevosen selkään korokkeelta ilman apua. Pidin itse positiivisena pojan toiminnallisuutta sekä halua tehdä tallitöitä. Sosiaalisella puolella vanhemmat huomasivat pojan selkeästi nauttivan ihmisten seurasta tallilla. Havaitsin, ettei poika ottanut itseensä, vaikka häntä jouduttiin neuvomaan ja tekemisiä korjaamaan muuttamaan otteeseen. (LIITE 3.)

Neljännellä kerralla vanhemmat pitivät positiivisena pojan tyytyväisyyttä itseensä ja taitoihinsa. Itse nostin esille pojan optimismin, sillä poika oli jokaisessa tilanteessa varmallalla ja positiivisella mielellä. Fyysisellä puolella pojan vanhemmat nostivat esille fyysisen jaksamisen kehittymisen, sillä poika haki heidän havaintojensa perusteella aiempaa enemmän tekemistä. Poika halusi olla kokoajan toimimassa. Itse havaitsin, että poika osasi selkeästi ottaa toiminnasta irti kaiken ja nautti tekemästään. Sosiaalisella puolella vanhemmat kiittelivät pojan hyvää kontaktin ottoa. Oma havaintoni sosiaaliselta puolelta koostui pojan uskaltamisesta kyseenalaistaa sanomisia, sekä siitä, että poika uskalsi kysyä heti, jos jokin askarrutti. Vanhemmat pitivät positiivisena kehityksenä sitä, että ratsastuksen ”tyttöleimasta” huolimatta poika piti harrastuksesta, sillä aiemmin esimerkiksi tanssiharrastuksen kanssa ”tyttöleima” oli vienyt voiton. Jatkoin vanhempien havaintoa ajatuksella, että tallin miespuolinen omistaja on hyvä esimerkki pojalle miesharrastajista lajia ajatellen. (LIITE 3.)

Viidennellä kerralla vanhemmat pitivät positiivisena kehityksenä sitä, että poika osasi ajatella omaa kehittymistään eteenpäin. Omat havaintoni liittyivät pojan kykyihin tiedostaa omat taitonsa. Fyysisellä puolella vanhemmat nostivat esiin pojan fyysisen kehityksen – vanhempien mukaan poika kykeni kokoajan vaativampiin suorituksiin. Fyysiseltä puolelta omat havaintoni liittyivät siihen, että

poika oli jo muutamassa kerrassa tottunut erinomaisesti hevosen liikkeisiin, joka mahdollisti tehtävien vaikeuttamisen. Sosiaalisella puolella vanhemmat nostivat esiin hyvän kontaktin. Omat havaintoni sosiaalisuuteen liittyen koskivat pojan kykyjä tulla toimeen kaikkien ihmisten kanssa, jopa vieraiden. Kokonaisuudessaan pidimme kaikki tallikertaa erittäin onnistuneena. (LIITE 3.)

Kuudennella kerralla vanhemmat pitivät positiivisena pojan tulevaisuuden näkymiä harrastuksen suhteen, sillä poika oli päättänyt tulevaisuudessa haluavansa hypätä esteitä, koska edistymisen ratsastuksessa oli niin nopeaa. Oma havaintonikin liittyi asiaan, sillä pojan itseluottamus ja ajatus omasta osaamisesta oli selvästi kehittynyt. Fyysisellä puolella vanhempien mukaan pojan luotto omaan kehoon oli kehittynyt, sillä poika uskalsi entistä enemmän tehdä asioita hevosen selässä, esimerkiksi kääntyä selkä menosuuntaan vauhdissa ja takaisin. Myös kehonhallinta oli vanhempien mielestä kehittynyt. Oman näkemykseni mukaan poika osasi jo kuuden kerran jälkeen toimia ja tehdä asioita erityisen hyvin. Sosiaalisella puolella vanhemmat pitivät positiivisena edelleen hyvää kontaktia. Itse huomasin pojan pitävän entistä enemmän talliporukan kanssa toimimisesta. Vanhemmat olivat mielissään, kun saattoivat todeta harrastuksen miellyttävän poikaa selkeästi. (LIITE 3.)

Seitsemännellä kerralla vanhemmat pitivät positiivisena pojan omien taitojen tiedostamista. Omat havaintoni liittyivät pojan ehdottomaan haluun kehittyä ja päästä tekemään entistä vaikeampia asioita. Fyysisellä puolella vanhemmat nostivat esiin jaksamisen tallitöissä sekä kasvavan tehokkuuden. Itse kiinnitin huomiota pojan kehonhallintaan ratsastaessa – kehitystä oli tapahtunut mielestäni, sillä poika kykeni entistä enemmän tasapainoa vaativiin suorituksiin. Sosiaalisella puolella vanhemmat kiittelivät pojan sosiaalista avoimuutta. Itse huomasin sosiaalisella puolella kehitystä – poika oli ja selvästi halusi olla ”osa porukkaa”. (LIITE 3.)

Kahdeksannella eli viimeisellä kerralla pojan vanhemmat nostivat esille pojan osaamisen kehittymisen. He pitivät myös positiivisena pojan selvästi kasvanutta itseluottamusta sekä valmiuksia harrastuksen jatkoon. Käsitykseni mukaan pojan varmuus omasta osaamisestaan oli vahvistunut. Fyysisellä puolella van-

hemmat kiittelivät pojan kokonaisvaltaisen liikunnallisuuden kehittymistä. Nostin itse esille pojan hyvän kehonhallinnan ja sen kehittymisen harrastuskertojen varrella. Sosiaaliselta puolelta vanhemmat mainitsivat pojan hyvät vuorovaikutustaidot, jotka olivat heidän mielestään kehittyneet tallilla tapahtuneiden ”pakkokontaktien” ansiosta. Itse havaitsin sosiaalisella puolella positiivista kehitystä keskustelu- sekä kuuntelutaidoissa. Yleisesti olimme kaikki sitä mieltä, että poika oli ehdottomasti löytänyt hevosharrastuksen hauskuuden ja vaihtelevuuden. (LIITE 3.)

Jälkikäteishaastatteluihin vanhemmat olivat ehdottomasti sitä mieltä, että pojan fyysiset kyvyt, kehonhallinta ja luottamus omaan kehoon olivat kehittyneet hevosharrastuksen myötä. Poika oli jatkanut harrastusta muualla ja oli edelleen innostunut lajista.

*Kyllähän hän on selvästi kehittynyt fyysikaltaan. Hän osaa ja kykenee vaativampiin suorituksiin, ja tiedostaa ihan selvästi miten se oma kroppa toimii. Hevosen selässä osaa toimia hyvin, kai hän sitä on tuleva esteratsastaja niinku itse sanoo. (Pojan isä)*

*Palautetta on tullu ihan koulua myöten. Ollaan me huomattu itsekkin, että poika on vahvistunu. Mutta tiedänhän mä itsekkin mitä se ratsastaminen vaatii ku sitä on tullu sillon nuorena tehtyä. (Pojan äiti)*

Vanhemmat näkivät hevosharrastuksella olleen tukeva, ehkä jopa kehittävä vaikutus pojan sosiaaliseen puoleen. Vanhemmat nostivat kuitenkin esille pojan hyvät sosiaaliset taidot, jotka olivat olleet esillä jo ennen hevosharrastuksen aloittamista.

*Kyllähän siellä tallilla joutui niihin pakkokontakteihin. Mutta hyvät sosiaaliset taidot hänel kyl on aina ollut. Ei ole ujostellut paljoakaan, mut senhän näki selvästi jo ihan ekalla kerralla täällä. Kyllähän tolaset pakkokontaktitilanteet aina kehittää sitä sosiaalista vuorovaikutusta. (Pojan isä)*

Yleisesti vanhemmat olivat sitä mieltä, että hevosharrastuksen aloittaminen oli ollut hyväksi pojalle monessakin mielessä, kuten seuraavista käy ilmi:

*On tää harrastus kehittänyt kyllä montaa osa-aluetta. Jos jotain pitää erityisesti nostaa esille, nii kyllä se itseluottamus taitaa olla aika koholla. Kotonakin menee nii hyvin. (Pojan isä)*

*Tää harrastus on onneks sellanen, että täs voi kehittyä aina. Mehän ollaan vasta ihan alussa tässä... Mut pääasia on et poika tykkää, ja on hirveen tyytyväinen, kai ihan kaikkeen mitä ratsastukseen nyt liittyykään. Mä luulen et ratsastus on vaikuttanu ihan keskittymiskykyynki. (Pojan äiti)*

*Siellä se patsastelee omanikästensä tyttöjen seassa... Taitaa olla aika suosittu. Taitaa se sen kyl tietää itekki. (Pojan äiti)*

#### 8.4 Nuorempi poika

Ensimmäisellä kerralla vanhemmat olivat tyytyväisiä, että poika oli voittanut jännityksensä. Hän oli ennen tallille tuloa jännittänyt hevosen kanssa olemista paljon, mutta ylitti itsensä uskaltamalla harjata hevosta sekä istumalla hevosen selässä. Vanhemmat olivat erittäin mielissään pojan tyytyväisyydestä omaan uskaltamiseensa. Fyysisellä puolella vanhemmat nostivat esille pojan kehonhallintakyvyt, sillä poika istui hevosen selässä hyvin ja pystyi muutenkin toimimaan hienosti tallitöitä tehdessä. Sosiaalisella puolella vanhemmat pitivät negatiivisena pojan ujoutta, joka näyttäytyi lähes jokaisessa kontaktinottotilanteessa. Yleisesti vanhemmat olivat tyytyväisiä ensimmäiseen harrastuskertaan, sillä poika oli kuitenkin pitänyt uudesta lajista. (LIITE 4.)

Toisella kerralla vanhemmat pitivät negatiivisena pojan jännitystä ja sitä kautta ilmenevää huonoa tuulta. Itse havaitsin selkeää tyytymättömyyttä pojassa. Jännityksestä huolimatta poika uskalsi kuitenkin hevosen selkään vanhempien kannustamana. Vanhemmat nostivat fyysisellä puolella esille pojan kehonhallintakyvyt, sillä poika piti itsensä ryhdissä ja pystyi mukautumaan hevosen liikkeen ilman vanhempien tukea. Oma havaintoni fyysiseltä puolelta liittyi pojan fyysiseen itsevarmuuteen. Sosiaalisella puolella vanhemmat pitivät negatiivisena jatkuvaa ujoutta, joka ilmeni jokaisessa kontaktinottotilanteessa. Omat ajatukseni sosiaaliselta puolelta liittyivätkin pojan ohjeiden vastaanottokyvyn heikkouteen sekä huonoon ja välillä melkein mahdottomaan kontaktinottoon. Van-

hemmat nostivat yleisesti positiivisena asiana esille kuitenkin pojan ratsastuksen, joka oli mennyt todella hyvin. (LIITE 4.)

Kolmannella kerralla ratsastuksen aikana hevonen pelästyi kulman takaa tulevaa traktoria ja hyppäsi metrin sivulle, jonka seurauksena poika melkein putosi hevosen selästä. Poika pelästyi tapahtunutta niin paljon, että halusi pois selästä heti. Tapahtuneesta johtuen vanhemmat havaitsivatkin pojassa selkeät merkit pelästymisestä ja uudelleen jännittämisestä. Poika oli tällä kertaa tullut tallille rennon oloisena, eikä ollut jännittänyt, mutta hevosen pelästymisen jälkeen selvä jännitys oli taas huomattavissa. Oma havaintoni oli pojan pelko, sillä poika vältteli ratsastuksen jälkeen selkeästi niin ratsuna ollutta hevosta kuin tallin muitakin hevosia. Fyysisellä puolella vanhemmat nostivat esiin pojan kehohallinnan positiivisessa mielessä, sillä poika oli saanut itsensä pidettyä selässä, vaikka hevonen oli tehnyt suuren liikkeen sivuttaissuunnassa. Oma havaintonikin liittyi pojan hyvään tasapainoon. Sosiaalisella puolella vanhemmat kokivat negatiivisena ujouden, jonka havaitsin itsekkin ratsastustapahtuman jälkeen. Yleisesti huomioin, että poika hallitsi pelästymisestä huolimatta itsensä ja tunteensa hyvin, eikä siirtänyt omia tunnetilojaan hevoseen. (LIITE 4.)

Neljännellä kerralla vanhemmat havaitsivat jännitystä ja pelkoa pojasta jo alussa. He toivat esille myös pojan epävarmuuden omasta osaamisestaan. Oma havaintoni oli kuitenkin pojan ”tsemppi”, sillä hän uskalsi edellisen kerran ratsastustapahtumien jälkeen vielä tallille. Tällä kertaa poika ei kuitenkaan uskaltautunut hevosen selkään, eikä mielellään edes harjannut hevosta. Fyysisellä puolella vanhemmat havaitsivat pojan halun liikkua ja tehdä tallitöitä. Itse huomasin saman, ja kiinnitin positiivista huomiota myös pojan jaksamiseen. Sosiaalisella puolella kehitystä oli tapahtunut vanhempien mielestä hurjasti, sillä poika otti kontaktia hyvin aikaisempaan verrattuna. Itse havaitsin kahdenkeskisen vuorovaikutuksen onnistumisen. Havaitsin, että hevoset selvästi jännittivät poikaa, mutta hän halusi silti osallistua mielellään tallitöihin, joihin ei kuitenkaan liittynyt suoraa kontaktia hevoseen. (LIITE 4.)

Viidennellä kerralla vanhemmat toivat esille negatiiviset havaintonsa pojan pelosta. Poika oli selvästi peloissaan kaikesta, johon liittyi kosketus hevoseen.



Vanhemmat toivat esille positiivisena havaintona pojan realiteettien tajun, sillä poika oli ymmärtänyt oman kokonsa ja omien kykyjensä suhteen hevoseen. Oma havaintoni liittyi pojan itseluottamukseen, sillä vaikka poikaa selvästi pelotti, huokui hänestä itseluottamuskin asioissa joita hän uskalsi ja halusi tehdä. Fyysisellä puolella vanhemmat mainitsivat positiivisesti pojan yleisen jaksamisen tallilla. Oma havaintoni liittyi pojan kehonhallintaan ja näppäryyteen, sillä esimerkiksi lannan korjaaminen karsinoista kävi sopivan kokoisella talikolla jo huomattavasti aiempaa paremmin. Sosiaalisella puolella vanhemmat huomasiivat pojan selvästi ujostelevan vieraita, mutta havaitsivat myös sen, että poika osallistui omalla tavallaan sosiaaliseen vuorovaikutukseen aiempaa enemmän. Itse havaitsin, että poika halusi selvästi olla mukana yhteisessä toiminnassa sekä ottaa kontaktia, vaikka häntä ujostuttikin. (LIITE 4.)

Kuudennella kerralla vanhemmat havaitsivat pojan uskaltamisessa positiivista, sillä poika halusi taas kokeilla hevosen selässä istumista huonosta kokemuksesta huolimatta. Poika ei kuitenkaan ollut tyytyväinen, vaan halusi nopeasti pois selästä. Oma havaintoni liittyi pojan itseluottamukseen, sillä hän oli kuitenkin päättänyt kiivetä hevosen selkään, vaikka ei selvästikään vielä ollut sinut asian suhteen. Fyysisellä puolella vanhemmat toivat esille pojan kehonhallinnan ja fyysisen jaksamisen, sillä poika halusi tehdä tallitöitä todella vauhdilla ja innokkaasti. Sosiaalisella puolella vanhemmat havaitsivat kehitystä, vaikka pitivätkin negatiivisena pojan ujostelua vieraita aikuisia kohtaan. Itse koin positiivisena kahdenkeskisen vuorovaikutuksen pojan kanssa. Oma havaintoni kertaa ajatellen koski pojan selkeää itsensä ylittämistä, sillä hän oli selvästä pelostaan huolimatta ollut halukas kokeilemaan hevosen selkään menoa uudelleen. (LIITE 4.)

Seitsemännellä kerralla vanhemmat havaitsivat taas pojan jännityksen, ja pitivät sitä negatiivisena. Itse havaitsin pojassa selkeää tyytymättömyyttä. Tällä kertaa poika ei uskaltanut hevosen selkään, eikä ollut innostunut tekemään minkäänlaisia asioita hevoseen liittyen. Fyysisellä puolella vanhemmat havaitsivat negatiivisena asiana pojan kehonhallinnan, sillä poika ei halunnut tai jaksanut toimia tallitöissä, ja sitä kautta hutiloj ja heitti leikiksi monta asiaa. Oma havaintoni liittyi pojan jaksamattomuuteen, sillä poikaa ei selvästikään kiinnostanut ja hän puu-

haili omiaan lähes koko kerran. Sosiaalisella puolella vanhemmat nostivat esille ujouden ja vanhemmista turvan haun, jota tapahtui lähes koko ajan. Oma havaintoni liittyi myös pojan ujouteen. Yleisesti omat havaintoni liittyivät pojan selkään yleiseen tyytymättömyyteen ja siihen, ettei hän selvästikään nauttinut tai pitänyt harrastuskerrasta. (LIITE 4.)

Kahdeksannella kerralla vanhemmat pitivät positiivisena pojan uskaltamista, sillä poika halusi kokeilla vielä tällä kerralla selkään menoa. Vanhemmat toivat kuitenkin esille negatiivisena asiana pojan mahdollisen miellyttämisenhalun. He uskoivat, ettei poika itse halunnut hevosen selkään, vaan siksi, että miellyttäisi vanhempiaan. Fyysisellä puolella vanhemmat olivat mielissään, kun poika kokeili uusia tallitöitä, ja ainakin jollain tasolla piti niistä. Oma havaintoni oli kuitenkin se, ettei poika mielestäni löytänyt samaa innokasta liikunnallisuutta kuin aiemmilla kerroilla oli ollut nähtävissä. Sosiaalisella puolella vanhemmat pitivät positiivisena yllätyksenä pojan vuorovaikutustaitoja, ja omakin havaintoni liittyi pojan kohtuullisen hyvään kontaktiin jopa vieraitten aikuisten kanssa. Yleisesti jouduin kuitenkin toteamaan, ettei poika selvästikään ollut kovin innostunut. Vanhemmat olivat osittain samaa mieltä, ja pitivät hyvin pienenä mahdollisuutta että poika haluaisi vapaaehtoisesti vielä jatkaa hevosharrastusta. (LIITE 4.)

Jälkikäteishaastatteluihin ilmeni, ettei poika ollut halunnut jatkaa hevosharrastusta vaikka isovelji oli innostunut lajista. Poika ei yleensä edes halunnut lähteä katsomaan veljensä ratsastustuntia, vaan vaati saada jäädä kotiin. Vanhemmat olivatkin sitä mieltä, ettei hevosharrastus ollut tuonut pojalle kokonaisuudessaan kovinkaan hyviä tunteita tai kokemuksia.

*Kyl häntä varmaan jäi pelottamaan se hepan pelästyminen silloin kerran. Poika ei oikein tykkää ees leikkiä noilla heppafiguureilla vaikka isoveljen kanssa oiskin ritarileikit meneillään. Kai niistä ratsastuskerroista jäi jotain kaivelemaan hampaankoloon... (Pojan isä)*

*Se oli ehkä vähän huono kerta... Emmä osaa sanoa onks se vaikuttanu tohon että oikeen mikään uus harrastus ei ajatuksena nappaa. Ku kokeiltiin futista niin se oli vähän pakolla raahattavis sinnekin. Mut kyl se sit tykkäs lopuks. Ku piti keksii joku harrastus ku isoveliki harrastaa. (Pojan äiti)*

*Ei se selvästikkää tykänny tosta ratsastamisesta. Tai joku siinä, taisiis varmaan se pelästyminen jäi peikkona mieleen, ku yleensä toi poika menis isoveljen perässä vaik mihin, mut ei kyl talleille. (Pojan äiti)*

Vanhemmat eivät osanneet sanoa, oliko hevosharrastus millään tavalla kehittänyt pojan fyysistä hyvinvointia. Näkyvää muutosta ei ainakaan ollut enää nähtävissä, jos sellaista joskus tallikerroilla olikin näkynyt.

*Kylhän hän siel tallil oli joskus selkeesti fyysisesti kyvykkäämpi ku jollain kerroil... mut ei sitä kyl huomaa et nyt ois mitään tapahtunu. Tai saattaa hän ehk olla vähän arempi liikkuja? (Pojan isä)*

*Ei siit mun mielest huomaa mitään. Ku isoveljen kans oli nii selkeesti nähtävis, nii siihen verrattuna ei kyl tässä tapauksessa oo. (Pojan äiti)*

Sosiaalisella puolella kestävästä kehitystä ei vanhempien mukaan ollut tapahtunut. Vanhemmat olivat kuitenkin sitä mieltä, että tallilla ollessa poika oli joillain kerroilla ollut selvästi sosiaalisesti kyvykkäämpi kuin normaalisti. Vanhempien mukaan ns. ”pakkokontaktit” tallilla olivat hyväksi.

*Kyl se edelleenki on mamman mussukka, turvaa varsinki muhun tosi paljo. Mut täytyy kyl sanoo et sellaset pakkokontaktit siel tallilla oli tässäki tapaukses hyväks. (Pojan äiti)*

*En voi kyl verrata ratsastamisen alottamiseen ja lopettamiseen tai tähän päivään... Emmä osaa oikein sanoa onkse sosiaalinen puoli kehittynyt sinne tai tänne. (Pojan isä)*

Yleisesti vanhemmat olivat yhtä mieltä siitä, ettei poika ollut saanut ratsastamisesta yhtä paljon irti kuin isoveljensä. He kuitenkin kokivat, että pojan oli hyvä kokeilla uutta harrastusta, vaikkei siitä pojalle jäänyt kovinkaan hyviä tuntemuksia. Vanhempien mukaan pojassa näkyi myös silloin tällöin positiivista kehitystä kaikilla osa-alueilla.

## 9 TULOSTEN POHDINTAA

Opinnäytetyössäni olen tarkastellut hevosharrastuksen ja lapsen hyvinvoinnin yhteyttä. Tavoitteena oli selvittää, onko hevosharrastuksella ja lapsen hyvinvoinnilla yhteyttä, tukeeko hevosharrastus lapsen hyvinvointia ja minkälaisia vaikutuksia sillä on lapseen. Näitä kysymyksiä pohdittiin pitkälti lasten vanhempien näkökulmasta. Tutkimuksen tulokset vastasivat mielestäni kohtuullisen hyvin työn lähtökohtia sekä tutkimusongelmia, ja tuloksista saatiin vastauksia tutkimuskysymyksiin. Saatujen tulosten perusteella ei kuitenkaan mielestäni voida tehdä kovinkaan yleistäviä johtopäätöksiä, sillä tutkimukseen osallistuneiden lasten ja heidän vanhempiensa määrä oli pieni ja tulokset yksilöllisiä.

Selvimmin lapsen hyvinvointiin liittyvistä tekijöistä tulivat esiin lapsen fyysiseen ja motoriseen kehitykseen vaikuttavat seikat. Harrastuskertojen lisääntymisen myötä lasten valmius hallita kehoaan fyysisesti kehittyi selvästi. Tämä ilmeni parhaiten lasten kehittyneempänä toimintana hevosen selässä ja tallitöissä. Lasten asento satulassa muuttui ryhdikkäämmäksi ja varmuus oman kehon hallinnasta ilmeni esimerkiksi tukevan otteen irrottamisena satulasta sekä kykynä heiluttaa kättä vanhemmille. Tallitöissä kehitys ilmeni jaksavuuden ja motoriikan kehittymisenä, joista esimerkkeinä karsinan siivoamisen avustaminen sekä hevosen hoito. Myös Jenni Aron (2003) ratsastusterapiaa koskevassa pro gradu -työssä päästiin tuloksiin, joissa voitiin todeta positiivisia vaikutuksia hevosen ja ihmisen välillä. Muun muassa hevosen askelluksen liikeimpulssit vaikuttavat ratsastajan fysiikkaan monitahoisesti, ja myös hevosen hoitaminen ja tallityötkin ovat tärkeitä seikkoja. Monipuolinen hevosen kanssa toimiminen vaikuttaa Aron mukaan monipuolisesti ihmisen psyykkiseen ja fyysiseen puoleen. (Aro 2003.)

Hevosharrastuksen oleellisena osana on ratsastuksen lisäksi myös hevosen hoito ja tallityöt, kuten jo Aron (2003) tuloksiakin pohdittaessa mainittiin. Näissä tehtävissä lapsi oppii vastuullisuutta ja kokee yhteenkuuluvuuden tunnetta. Sosiaalinen kanssakäyminen muiden tallilla harrastavien kanssa luonnistuu helposti, koska ilmapiiri on yleensä yhteishenkinen ja yhteiseen harrastukseen perustuva. Tämä sosiaalinen kanssakäyminen heijastui myös lapsen käyttäytymis-

seen kotona. Lapsi osallistui helpommin kotona tapahtuvaan yhteistyöskenteleeseen aikaisempaan verrattuna. Tallilla opittujen sosiaalisten kontaktien ansiosta myös arkielämän kontaktien luominen helpottui. Jälkikäteishaastattelujen perusteella selvisi, että lapsi-vanhempisuhteet olivat yleensä positiivisia tallikäynneillä ja niiden jälkeen.

Tuloksista voidaan havaita, että lapsen oma innostuneisuus harrastusta kohtaan vaikuttaa harrastuksen positiivisiin vaikutuksiin lapsen hyvinvointia ajatellen. Mitä innostuneempi lapsi hevosharrastuksesta oli, sitä voimakkaammin se vaikutti lapsen hyvinvointiin. Tutkimuksessa vanhempi poika sekä vanhempi tyttö olivat selvästi innostuneempia harrastuksesta kuin nuorempi poika ja nuorempi tyttö. Tämä ilmeni niin, että vanhempi poika ja vanhempi tyttö olivat saaneet vanhempiensa mukaan hevosharrastuksen myötä enemmän positiivisia vaikutuksia hyvinvointia ajatellen kuin kaksi muuta lasta.

Tutkimuksen yhteydessä heräsi myös kysymys ratsastusharrastuksen aloittamisen alaikärajaista, sillä esimerkiksi kahdella Vantaalaisella Suomen Ratsastajainliiton hyväksymällä ratsastuskoululla alaikärajana ratsastustunneille pidetään kahdeksaa ikävuotta, leikkimielisille tenavatunneille 4–5 vuotta, ja talutusratsastukseen 3–4 vuotta. Myös Suomen Ratsastajainliiton koulutus- ja valmennuspäällikkö Aki Ylänteen (2009) mukaan aloitukseksi suositellaan 8–10 vuoden ikää (Ylänteen 2009, 430). Omien havaintojeni mukaan tutkimukseen osallistunut kaksivuotias tyttö oli liian nuori, jotta ratsastusharrastuksella olisi ollut huomattavaa vaikutusta tytön hyvinvoinnin kehitykseen. Sen sijaan vanhempi, neljävuotias tyttö sai jo selvää iloa ja hyvinvoinnin kehitystä harrastuksesta.

Tutkimuksen tuloksia rajoittavia tekijöitä olivat tutkimukseen osallistuneiden lasten ja vanhempien määrän pienuus, lasten ikäryhmien suppeus, tutkimuksen lyhytkestoisuus sekä tarkastelujakson pituus. Mahdollisissa jatkotutkimuksissa pitäisikin ottaa huomioon tutkittavien lasten määrän riittävyys, tutkimusjakson pituus sekä tutkittavien lasten riittävän suuri ikäjakauma.

## 10 LOPUKSI

Opinnäytetyöprosessi oli minulle opettavainen ja kohtalaisen suuri projekti. Perustutkimuksen tekeminen oli mieluisaa, koska hevosharrastus liittyy kiinteästi elämäni. Tutkimus toteutettiin kokonaisuudessaan kotonani ja kotitallillani, jolloin ympäristön aiheuttamat häiriöt olivat minimissään. Myös harrastuskerrat lasten ja vanhempien kanssa oli helppo sopia, sillä käytössä oli suurimmaksi osaksi oma hevoseni, ja olin yleensä käytettävissä mihin aikaan päivästä tahansa. Opinnäytetyön aihe oli alusta asti mielenkiintoinen, sillä olen itse kokenut sekä nähnyt hevosharrastuksen vaikutukset aikuisen ihmisen hyvinvointiin. Tutkimukseen liittyvät harrastuskerrat olivat mukavia ja opettavia myös minulle. Tutkimus kokonaisuudessaan oli tärkeä minulle henkilökohtaisesti, sillä tulevaisuuden suunnitelminani on yhdistää elämänmittainen hevosharrastukseni sekä lasten kanssa tehtävä työ.

Sain suullisesti tyttöjen vanhemmilta luvan käyttää tytöistä harrastuskerroilla otettuja valokuvia työni esittämisessä. Vanhemmat olivat myös suostuvaisia siihen, että tyttöjen kasvot näkyvät kuvissa nimien säilyessä kuitenkin tuntemattomina. Pojista ei tutkimuksessa ole valokuvia, sillä vanhemmat eivät olleet halukkaita luovuttamaan niitä tutkimusta varten julkiseen käyttöön. Vanhempien jälkikäteishaastatteluista tehdyt äänitenaumat tuhottiin litteroinnin jälkeen asiankuuluvalla tavalla.

Työn luotettavuutta pohtiessani havaitsin joitakin tutkimukseen mahdollisesti vaikuttaneita seikkoja. Yhtenä asiana tuli esille, että tutkimukseen osallistuneiden poikien vanhemmat olivat minulle entuudestaan tuttuja ja olin tavannut tutkimukseen osallistuneet pojat muutaman kerran aiemmin. Tällä saattoi olla merkitystä sen kannalta, kuinka itse havainnoin lasten käyttäytymistä tallilla. Myös lasten oma suhtautuminen minuun saattoi olla alusta asti tuttavallisempaa verrattuna tutkimuksessa mukana olleisiin tyttöihin, joita en ollut aiemmin tavannut. Myös kommunikointi sekä havainnointi tyttöjen vanhempien kanssa saattoi olla erilaista kuin poikien vanhempien kanssa, sillä tyttöjen vanhemmat eivät olleet minulle entuudestaan tuttuja.

Pohdin myös, oliko tutkimukselle hyötyä vai haittaa siitä, että se toteutettiin kotonani. Jäin pohtimaan, pystyinkö kiinnittämään huomiota kaikkiin oleellisiin asioihin, vai tekikö tuttu ympäristö havainnoinnista suppeaa. Olen kuitenkin osittain sitä mieltä, ettei ympäristö tässä tutkimuksessa häirinnyt lasten havainnoimista minun osaltani. Voi kuitenkin olla, etten osannut ottaa huomioon kaikkia tarpeellisia seikkoja niin sanotun kotikenttäedun takia, jolloin en täysin kyennyt huomiomaan mahdollisia ympäristön häiriöitä lasten vanhempien havainnointia ajatellen. Kuten jo aiemmin Johtopäätökset-kappaleessa totesin, tutkittavien lukumäärän pienyydestä johtuen ei tulosten perusteella voida tehdä yleistäviä johtopäätöksiä, ja myös tutkimuksen luotettavuus kärsii tutkittavien määrän pienyydestä. Näiden lisäksi pohdin, oliko ratsastuskerroilla käytössä ollut havainnointilomake (LIITE 5) tarpeeksi kattava, jotta sekä vanhemmat että minä olimme voineet kiinnittää huomiota kaikkiin asiaankuuluviin seikkoihin. Koska havainnointilomaketta (LIITE 5) ei oltu avattu kirjallisesti pääkohtia enempää, voi olla mahdollista, että olimme vanhempien kanssa ymmärtäneet pääkohdat omilla tavoillamme jotka saattavat poiketa toisistaan. Jos tekisin tutkimuksen uudelleen, kiinnittäisin ehdottomasti huomiota edellä mainittuihin seikkoihin.

Koska haen lastentarhanopettajan virkakelpoisuutta, suuntasin opintojeni ohella myös opinnäytetyöni lapsiin liittyväksi. Lastentarhanopettajaliiton (2005) mukaan lastentarhanopettajan eettisten periaatteiden taustalla olevat arvot ovat muun muassa ihmisarvo, totuudellisuus ja oikeudenmukaisuus (Lastentarhanopettajaliitto 2005). Näiden periaatteiden mukaan sovelsin toimintaani. Sosiaalialan ammattikorkeakouluverkoston varhaiskasvatuksen työryhmän (2011) listatut sosionomin (AMK) varhaiskasvatuksen osaamisalueet tukivat myös työtäni. Näistä pidin tärkeänä tutkimustani ajatellen muun muassa asiakastyön osaamista sekä eettistä osaamista varhaiskasvatusnäkökulmasta. Esimerkiksi lapsen edun huomioiminen toiminnassa, pedagogisesti mielekäs ja suunniteltu toiminta, sekä työvälteenä käytetty dialoginen vuoropuhelu olivat näkyvillä koko tutkimuksen ajan. Myös herkkyyks ja lapsilähtöistä työtä ajatellen erilaisten arvojen soveltaminen kulkivat koko tutkimuksen ajan mukana. Tutkimusta tehdessä pidin edellä mainittuja arvoja lähtökohtina, samoin kuin ammattikorkeakoulujen vuonna 2010 yhteistyönä sopimien sosionomin (AMK) kompetenssei-

hin kuuluvia eettisen- sekä asiakastyön osaamisalueita, joissa sosionomin tehtävänä on muun muassa asiakkaan tarpeiden ymmärtäminen, vuorovaikutus- ja yhteistyösuhteen luominen asiakkaaseen sekä yksilön ainutkertaisuuden huomioon ottaminen (Sosiaalialan ammattikorkeakouluverkosto 2010).

Kokonaisuudessaan opinnäytetyöstä sain kokemuksia, joita pidän ammatillisesti tärkeinä. Olen varma, että tulevassa varhaiskasvatukseen liittyvässä työssä pystyn käyttämään tätä työtä tehdessä saamiani tietoja ja taitoja hyväksi. Työn ansiosta olen perehtynyt suureen määrään kirjallisuutta ja saanut kokemusta käytännön havainnoinnista ja haastattelusta. Opinnäytetyöprosessi antoi minulle mahdollisuuden pohtia omaa ammatillisuuttani sekä kehittymistäni työn aikana. Uskon, että opinnäytetyö on tuottanut minulle valmiuksia tulevaan sosiaalialan ammattilaisuuteen sekä työelämään.



## LÄHTEET

- Ahlström, Salme 2006. Kodin itsemääräämisoikeus vai säädetyt lait? Teoksessa Elina Hermanson & Riitta Martsola (toim.) Aikuinen vanhemmuus – Katoavan kasvatuksen jäljillä. Helsinki: Kirjapaja, 77–102.
- Ahokas, Marja 2010. Ihmisten väliset suhteet. Teoksessa Eero Suoninen, Anna-Maija Pirttilä-Backman, Anja-Riitta Lahikainen & Marja Ahokas (toim.) Arjen sosiaalipsykologia. Helsinki: WSOYpro Oy, 141–179.
- Arajärvi, Terttu 1999. Hyvä lapsuus vauvasta kouluikäiseksi. Ajatus Kustannusosakeyhtiö, Helsinki.
- Aro, Jenni 2003. Hevonen – terapeutti ja työtoveri. Ratsastusterapeutin kokemuksia ratsastusterapiasta. Jyväskylän yliopisto. Erityispedagogiikan laitos. Pro gradu työ.
- Brazelton, T. Berry 1995. Käännekohtia – Lapsen kehitys vauvasta kouluikään. Helsinki: Otava.
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Eskola, Jari & Vastamäki, Jaana 2010. Teemahaastattelu: Opit ja opetukset. Teoksessa Juhani Aaltola & Raine Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1 – Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: PS-kustannus, 26–44.
- Grönfors, Martti 2010. Havaintojen teko aineistonkeräyksen menetelmänä. Teoksessa Juhani Aaltola & Raine Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1 – Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: PS-Kustannus, 154–171.
- Helminen, Marja-Liisa & Iso-Heiniemi, Mari 1999. Vanhemmuuden roolikartta – Käyttäjän opas. Helsinki: Suomen Kuntaliitto.
- Helsingin kaupungin sosiaaliviraston lapsiperheiden palvelujen vastuualueen riskiolosuhdetyöryhmä 2006–2007, 2007. Lapsen hyvän kasvun ja kehityksen riskitekijöiden ja suojaavien tekijöiden tunnistaminen. Viitattu 22.2.2011 [www.hel.fi/wps/portal/Sosiaalivirasto](http://www.hel.fi/wps/portal/Sosiaalivirasto) . Perheet. Lasten sijaishuolto. Julkaisut ja esitteet. Oppaita ja työkirjoja. Lapsen hyvän kasvun ja kehityksen riskitekijöiden ja suojaavien tekijöiden

- den tunnistaminen (pdf).
- Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena 2000. Tutkimushaastattelu - Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hurme, Helena 1995. Perhe kehityksen kontekstina. Teoksessa Paula Lyytinen, Mikko Korkiakangas & Heikki Lyytinen (toim.) Näkökulmia kehityspsykologiaan – Kehitys kontekstissaan. Helsinki: Wsoy, 139–165.
- Juvakka, Essi 2005. Riittävän hyvä riittää. Teoksessa Jaana Syrjälä (toim.) Vahva vanhemmuus – Paras tuki nuoren kasvuun. Helsinki: Väestöliitto, 21–28.
- Keenan, Thomas & Evans, Subhandra 2009. An Introduction to Child Development. Sage Publications: Sage Foundations of Psychology.
- Kukkasniemi, Esa & Kukkasniemi, Mirca 2010. Harrastava lapsi. Teoksessa Eero Jokela ja Heli Pruuki (toim.) Jo iso, vielä pieni – Kouluikäisen lapsen maailma. Helsinki: LK-kirjat, 163–175.
- Lastentarhanopettajaliitto 2005. Lastentarhanopettajan ammattietiikka. Viitattu 1.3.2011 [www.lastentarha.fi](http://www.lastentarha.fi). Ammatilliset asiat. Ammattietiikka. Lastentarhanopettajan ammattietiikka, 2005.
- Litmanen, Hannu; Pesonen, Jyri & Ryhänen, Eeva-Liisa 1998. Kunnan kirja. Helsinki: Wsoy.
- Lyytinen, Paula 1995. Lapsen kielen ja kommunikointitaitojen kehitys. Teoksessa Paula Lyytinen, Mikko Korkiakangas & Heikki Lyytinen (toim.) Näkökulmia kehityspsykologiaan – Kehitys kontekstissaan. Helsinki: Wsoy, 105–121.
- Lämsä, Jari 2009. Lasten ja nuorten urheilu yhteiskunnassa. Teoksessa Harri Hakkarainen, Timo Jaakkola, Sami Kalaja, Jari Lämsä, Antti Nikander & Jarmo Riski: Lasten ja nuorten urheiluvallennuksen perusteet. Lahti: VK-Kustannus, 15–42.
- Malinen, Vuokko & Kumpula, Sinikka 2005. Terve ja toimiva parisuhde - vanhemmuuden kivijalka. Teoksessa Jaana Syrjälä (toim.) Vahva vanhemmuus – Paras tuki nuoren kasvuun. Helsinki: Väestöliitto, 43–50.
- Mannerheimin lastensuojeluliitto i.a. Kasvu ja kehitys. Viitattu 22.2.2011 [www.mll.fi/vanhempainnetti](http://www.mll.fi/vanhempainnetti). Tietokulma. Kasvu ja kehitys.
- Martikainen, Kari 2010. Tallinomistaja Kari Martikaisen haastattelu 12.10.2010.

Vantaa.

- Metsämuuronen, Jari 1995. Harrastukset ja omaehtoinen oppiminen - Sitoutuminen, motivaatio ja coping. Teoreettinen tausta, rakenneanalyysi ja sitoutuminen. Helsinki: Helsingin yliopiston opettajankoulutuslaitos.
- Metsämuuronen, Jari 2006. Laadullisen tutkimuksen perusteet. Teoksessa Jari Metsämuuronen (toim.) Laadullisen tutkimuksen käsikirja. Helsinki: International Methelp, 81–150.
- Nikander, Antti 2009. Lapsen ja nuoren psyykkinen kehitys. Teoksessa Harri Hakkarainen, Timo Jaakkola, Sami Kalaja, Jari Lämsä, Antti Nikander & Jarmo Riski: Lasten ja nuorten urheiluvalmennuksen perusteet. Lahti: VK-Kustannus, 103–124.
- Nurmi, Jari-Erik; Ahonen, Timo; Lyytinen, Heikki; Lyytinen, Paula; Pulkkinen, Lea; Ruoppila, Isto 2006. Ihmisen psykologinen kehitys. Helsinki: Wsoy.
- Ojanen, Markku 1994a. Lennokas askel, pilvetön mieli. Helsinki: Liikuntatieteellisen seuran Impulssi nro 3.
- Ojanen, Markku 1994b. Liikunta ja psyykkinen hyvinvointi. Helsinki: Liikuntatieteellisen seuran moniste nro 19.
- Ojanen, Markku 1995. Liikunnan ja työn vaikutukset psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn. Teoksessa: Olli Korhonen, Ritva Kukkonen, Veikko Louhevaara & Juhani Smolander (toim.) Liikunnasta työkykyä ja hyvinvointia – Periaatteita ja käytännön esimerkkejä. Helsinki: Työterveyslaitos. 44–51.
- Ojanen, Markku 2001. Ilo, onni, hyvinvointi. Kuinka löytää syvempi onnellisuus. Helsinki: Kirjapaja.
- Paajanen, Pirjo 2001. Lapsen vapaa-aika huoltajan silmin. Perhebarometri 2001. Helsinki: Väestöliitto.
- Piaget, Jean 1988. Lapsi maailmansa rakentajana. Porvoo: Wsoy.
- Poikkeus, Anna-Maija 1995. Lasten toverisuhteet ja sosiaaliset taidot. Teoksessa Paula Lyytinen, Mikko Korkiakangas & Heikki Lyytinen (toim.) Näkökulmia kehityspsykologiaan – Kehitys kontekstissaan. Helsinki: Wsoy, 122–138.
- Pulkkinen, Lea 2002. Kodin ihmissuhteet. Teoksessa Anna Rönkä & Ulla Kin-

- nunen (toim.) Perhe ja vanhemmuus – suomalainen perhe-elämä ja sen tukeminen. Jyväskylä: Ps-kustannus, 14–71.
- Rokka, Anne 2011. Hevonen, talli ja niiden tuomat mahdollisuudet ratsastusterapiassa. Teoksessa Sanna Mattila-Rautiainen (toim.) Ratsastusterapia. Jyväskylä: PS-kustannus, 80–88.
- Rättö, Hanna 2009. Hyvinvointi ja hyvinvoinnin mittaamisen kehittäminen. Tilastokeskus.
- Salo, Sirpa 2009. Vanhempien parisuhdeongelmien yhteys lasten käyttäytymisongelmiin ja psyykkiseen oireiluun. Teoksessa Aino Kääriäinen, Juha Hämäläinen & Pirjo Pölkki (toim.) Ero, vanhemmuus ja tukeminen. Helsinki: Lastensuojelun Keskusliitto, 104–122.
- Siren-Tiusanen, Helena 1995. Motorisen kehityksen kontekstisidonnaisuus. Teoksessa Paula Lyytinen, Mikko Korkiakangas & Heikki Lyytinen (toim.) Näkökulmia kehityspsykologiaan – Kehitys kontekstissaan. Helsinki: Wsoy, 87–104.
- Sosiaali- ja terveysministeriö, Opetusministeriö & Nuori Suomi ry 2005. Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset. Sosiaali- ja terveysministeriön oppaita 2005:17. Viitattu 16.2.2011 [www.nuorisuomi.fi](http://www.nuorisuomi.fi). Materiaalit. Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset 2005 (pdf).
- Sosiaalialan ammattikorkeakouluverkosto 2010. Esitys sosionomi (AMK) – tutkinnon kompetensseista. Viitattu 1.3.2011  
<http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/sosiaalialanamkverkosto/>. Sosiaaliala ammattikorkeakouluissa. Sosionomi (AMK) –tutkinto. Esitys sosiaalialan koulutusohjelman, sosionomi (AMK) –tutkinnon kompetensseista (15.4.2010).
- Sosiaalialan ammattikorkeakouluverkosto 2011. Sosionomin (AMK) osaaminen varhaiskasvatuksessa. Viitattu 24.3.2011  
<http://www.sosiaaliportti.fi/sosiaalialanamkverkosto>. Verkoston tavoitteet ja toiminta. Työryhmät. Varhaiskasvatuksen työryhmä. Sosionomin (AMK) osaamista varhaiskasvatuksessa.
- Suomen Ratsastajainliitto 2010. Ratsastuksen nuorisotoiminta. Viitattu 9.1.2011  
[http://www.ratsastus.fi/lapset\\_ja\\_nuoret](http://www.ratsastus.fi/lapset_ja_nuoret)
- Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

- Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Vepsä, Kari; Syrjälä, Pirjo; Pussinen, Anne & Paanetoja, Jaana 2003. Ratsastus harrastuksena. Helsinki: Edita.
- Vilkko-Riihelä, Anneli 1999. Psyhyke – Psykologian käsikirja. Helsinki: Wsoy.
- Yläanne, Aki 2006. Ratsastus. Nuori Suomi ry:n, Suomen Olympia ry:n & Suomen valmentajat ry:n selvitysraportti urheilvien lasten ja nuorten fyysis-motorisesta harjoittelusta. Viitattu 17.2.2011.  
[www.nuorisuomi.fi](http://www.nuorisuomi.fi). Materiaalit. Vanhemmille. Hyvä lasten urheilu. Urheilvien lasten ja nuorten fyysis-motorinen harjoitteluselvitys.
- Yläanne, Aki 2009. Ratsastus. Teoksessa Harri Hakkarainen, Timo Jaakkola, Sami Kalaja, Jari Lämsä, Antti Nikander & Jarmo Riski: Lasten ja nuorten urheiluvallmennuksen perusteet. Lahti: VK-Kustannus Oy, 429–434.
- Yrjölä, Marja-Leena 2011. Hevosen vaikutukset ja ihmiselle asettamat haasteet. Teoksessa Sanna-Mattila-Rautiainen (toim.) Ratsastusterapia. Jyväskylä: PS-kustannus, 88–109.

## LIITE 1: Vanhempi tyttö

TAULUKKO 1. Havainnointilomakkeen tulokset, vanhempi tyttö

	Psyykinen puoli	Fyysinen puoli	Sosiaalinen puoli	Muut huomiot
1. kerta	+ Uskallus + Ohjeitten vastaanottokyky	+ Halu ja jaksaminen + Kyky istua hevosen selässä rennosti	+ Sosiaalinen rohkeus	+ Yleinen tarkkaavaisuus + Rohkeus
2. kerta	+ Opittujen muistaminen ja harjoittelu + <i>Muisti asioita viime kerrasta</i>	+ Jaksaminen + Ryhti + <i>Jaksaminen, halu tehdä</i>	+ Ei ujestellut aikuisia + <i>Rohkea kontaktinotto</i>	- Jännitystila - Kiukku lopussa + <i>Nautti hevosen läheisyydestä ja uuden oppimisesta</i>
3. kerta	+ Realiteettien taju + Tyytyväisyys + <i>Itseluottamus</i>	+ Tasapaino, kehon hallinta + Ei väsy + <i>Rentous</i>	+ Uskalsi kysyä jos askarrutti, uskalsi reippaasti jutella + <i>Positiivista sosiaalisella puolella</i>	+/- Antanut tallilla kaikkensa, väsähti heti sen jälkeen kun siirryttiin tallilta pois
4. kerta	+ Itseluottamus kasvussa + Tyytyväinen edistyksensä + <i>Ylpeä itsestään</i>	+ Kehon hallinnan kehittymisen, tasapaino + <i>Liikunnallisuus</i>	- Uudet ihmiset tallilla ujestuttivat + <i>Uskalsi hyvin keskustella ja kysyä ratsastustilanteessa</i>	+ Innostuneempi kuin koskaan aiemmin mistään + <i>Tyytyväisyys ja hyvä olo</i>
5. kerta	- Epäonnistuminen masensi - Käsitys omasta taidosta mureni - <i>Otti rankasti omasta mielestään epäonnistuneen suorituksen</i> + <i>Pitkäjänteisyys tekemisessä</i>	+ Tehokkuus tallitöissä + Tasapaino ja taito + <i>Halu ja jaksaminen saada hevonen toimimaan</i>	- Omasta mielestään epäonnistuneen suorituksen jälkeen kontakti muihin ei enää onnistunut - <i>"Epäonnistumisen" jälkeen sisäänpääntynyt, ei kontaktinottoa muihin</i>	- <i>Iso reaktio "epäonnistumisesta"</i> - <i>Pettyi ja masentui pahasti</i> - <i>Liian vaativa harrastus pienelle lapselle?</i>
6. kerta	+ Realiteettien taju + Optimismi + <i>Itseluottamus</i>	+ Jaksaminen + Halu liikkua + Kyky ratsastaa + <i>Liike vahvistunut, oppinut uutta</i>	+ Hyvä sosiaalinen kanssakäynti + Ihmiset eivät ujestuttaneet + <i>Halusi itse ottaa kontaktia vieraampiin aikuisiin</i>	+ Onnistunut ratsastus viime kertaan nähden + Into ja halu ratsastaa palannut
7. kerta	+ Yleinen tyytyväisyys + Omien taitojen kunnioitus + <i>Osaa nauttia osaamisestaan</i>	+ Kyky kehittyä liikunnallisesti ja ratsastajana + Halu liikkua + Kyky liikkua + <i>Jaksaa tehdä</i>	+ Esiintyminen muille + Ei ujostelee yhtään + Keskustelee + <i>Sosiaalinen kehitys</i>	+ <i>Ei jännitä lähestulkoon mitään tallilla olevaa</i>
8. kerta	+ Tietoinen omista taidoistaan + Halu kehittyä edelleen + <i>Tulevaisuuden suunnitelmia</i>	+ Kehonhallinta + Fyysinen jaksavuus + <i>Tietoisuus omasta liikkuvuudesta</i> + <i>Jaksaminen</i>	+ Sosiaalisen puolen kehitys + <i>Uusien suhteiden luonti</i>	+ <i>Positiivisuus</i>

## LIITE 2: Nuorempi tyttö

TAULUKKO 2. Havainnointilomakkeen tulokset, nuorempi tyttö

	Psyykkinen puoli	Fyysinen puoli	Sosiaalinen puoli	Muut huomiot
1. kerta	+ Uskallus	+ Halusi liikkua	+/- Ujosteli	+ Ylitti ennakkoodotukset
2. kerta	+/- Rohkeus + Tyytyväisyys	+ Liikkuminen + <i>Halu tehdä</i>	+ Rohkeus + <i>Kontaktin otto</i>	- Ei uskaltanut selkään - <i>On vielä pieni isolle hevoselle</i>
3. kerta	+ Uskallus + Tyytyväisyys + Tyytyväisyys	+ Uskallus + Kehonhallinta + <i>Itseluottamus</i>	+ Sosiaalisella puolella kehitystä + <i>Uskalsi olla mukana</i>	+ <i>Ei arastele isoa hevosta</i> - <i>Ei kykene vielä ymmärtämään vaaroja</i>
4. kerta	+ Uskallus + Tajusi realiteetteja + <i>Halu päästä kokeilemaan</i>	+ Kehonhallinta + <i>Halu ja jaksaminen puuhata</i>	+ Uskalsi mennä ja tehdä vieraittenkin aikuisten kanssa + <i>Kehitystä</i>	+ Ei pelota + Halu tehdä kun isommatkin tekee + <i>Nautti hevosen läheisyydestä</i>
5. kerta	+ Rohkeus kasvussa + <i>Iso harppaus uskaltamisessa</i>	+ Kehonhallinta hevosen liikkeessä + Varmuus liikkumisessa + <i>Tietoisuus omasta kehosta</i>	- Vähän ujostutti + <i>Selkeä kehitys kahdenkeskisessä vuorovaikutuksessa</i>	+ Ylitti kaikki odotukset ratsastamisen suhteen
6. kerta	+ Halu päästä tekemään + Rohkeus + Tyytyväisyys itseensä	+ Kehonhallinta + <i>Kehonhallinta ja jaksaminen</i>	+ Ei ujostellut, halusi toimia muiden kanssa + <i>Tykkäsi olla kontaktissa muiden kanssa</i>	+ <i>Erittäin hyvä tallikerta kokonaisuudessaan</i>
7. kerta	- Rohkeus ja uskallus petti - <i>Ei tuntunut hyvältä, ei tyytyväinen</i>	+ Jaksaminen, tehokkuus + <i>Oman kehon hallinta</i>	+ Hyvä kontaktin otto, halusi olla muiden kanssa + <i>Ei ujostellut vieraitakaan aikuisia</i>	+ <i>Vaikka rohkeus petti, halusi silti toimia ja puuhata muuta</i>
8. kerta	+ Tyytyväisyys + Itseluottamus + <i>Nautti osallisestaan</i>	+ Kehon hallinta + <i>Luottamus omaan kehoon</i>	+ Sosiaalinen kehitys huomattava + <i>Kyky olla muiden kanssa rennosti</i>	+ Ylitti odotukset + <i>Nautti harrastuksesta</i>

## LIITE 3: Vanhempi poika

TAULUKKO 3. Havainnointilomakkeen tulokset, vanhempi poika

	Psyykinen puoli	Fyysinen puoli	Sosiaalinen puoli	Muut huomiot
1. kerta	+ Halu päästä kokeilemaan	+ Kehonhallinta + Jaksaminen	+ Hyvät sosiaaliset taidot	+ Piti uudesta harrastuksesta
2. kerta	+ Realiteettien taju + <i>Tunteiden hallinta</i>	+ Fyysiset taidot + <i>Jaksaminen</i>	+ Tuli toimeen hyvin vieraidenkin aikuisten kanssa + <i>Tuli toimeen kaikkien kanssa</i>	+ Halu päästä eteenpäin
3. kerta	+ Itseluottamus + <i>Realiteettien taju, itseluottamus</i>	+ Fyysisten taitojen kehitys + <i>Toiminnallisuus</i>	+ Nautti ihmisten seurasta + <i>Ei ottanut itseensä vaikka neuvottiin, tuli toimeen</i>	
4. kerta	+ Tyytyväisyys itseensä ja omiin tekoihin + <i>Optimismi</i>	+ Haki aiempaa enemmän tekemistä + <i>Osasi ottaa toiminnasta kaiken irti</i>	+ Hyvä kontakti + <i>Kysyy kun jokin askarruttaa, uskaltaa kyseenalaistaa</i>	+ Tyttölajista huolimatta pitää harrastuksesta
5. kerta	+ Osaa ajatella kehittymistään + <i>Tiedostaa omat taitonsa</i>	+ Fyysisesti kykenevä vaativampiinkin suorituksiin + <i>Tottunut hevosen liikkeeseen</i>	+ Hyvä kontakti + <i>Tulee toimeen vieraittenkin kanssa</i>	+ <i>Kokonaisuudessaan onnistunut tallikerta</i>
6. kerta	+ Tulevaisuuden näkymät + <i>Itseluottamus "minä osaan"</i>	+ Luotto omaan kehoon + Kehonhallinta + <i>Pienet vivahdet = kehitys</i>	+ Hyvä kontakti + <i>Pitää talliporukan kanssa toimimista</i>	+ Harrastus miellyttää selkeästi
7. kerta	+ Omien taitojen tiedostaminen + <i>Halu kehittyä</i>	+ Jaksaminen, tehokkuus + <i>Kehonhallinta</i>	+ Sosiaalisesti avoin + <i>"Osa porukkaa"</i>	
8. kerta	+ Osaaminen + Itseluottamuksen kasvu, valmius jatkoon + <i>Varmuus osaamisesta</i>	+ Koko liikunnallisuuden kehittyminen + <i>Kehonhallinta</i>	+ Vuorovaikutustaidot + <i>Ottaa osaa keskusteluihin, kuuntelee</i>	+ <i>Löytänyt harrastuksen hauskuuden ja vaihtelevuuden</i>



## LIITE 4: Nuorempi poika

TAULUKKO 4. Havainnointilomakkeen tulokset, nuorempi poika

	Psyykinen puoli	Fyysinen puoli	Sosiaalinen puoli	Muut huomiot
1. kerta	+ Selätti jännityksen + Tyytyväisyys	+ Kehonhallinta	- Ujous	+ Loppujen lopuksi piti uudesta lajista
2. kerta	- Jännitys - Tyytymättömyys	+ Kehonhallinta + <i>Fyysisesti varma</i>	- Ujous - <i>Ohjeiden vastaanotto vaikeaa</i> - <i>Ei hakenut kontaktia</i>	+ Ratsastus
3. kerta	- Pelästymisen - Jännitys - <i>Pelko</i>	+ Kehonhallinta + <i>Hyvä tasapaino</i>	- Ujous - <i>Pelästymisen jälkeen vuorovai- kutuksen katoaminen</i>	+ <i>Hallitsi itsensä pelästymisestä huolimatta hienosti</i>
4. kerta	- Jännitys, pelko - Epävarmuus omasta osaamisesta + <i>Tsemppi</i>	+ Halu liikkua + <i>Jaksaminen tallihommissa</i>	+ Otti kontaktia hyvin aikaisemman verrattuna + <i>Kahdenkeskisen vuorovaikutus toimi</i>	+ <i>Vaikka hevo- sen läsnäolo jännitti, halusi tehdä tallihomia</i>
5. kerta	- Pelko + Realiteettien taju + <i>Itseluottamus</i>	+ Jaksaminen + <i>Kehonhallinta</i>	- Ujosteli vieraita + Osallistui enemmän + <i>Halusi olla mukana, uskalsi ottaa kontaktia</i>	
6. kerta	+ Uskallus + <i>Itseluottamus</i>	+ Kehonhallinta + Fyysinen jaksaminen + <i>Varmuus omasta kehosta</i>	+ Kehitys sosiaalisella puolella - Ujosteli vieraita aikuisia + <i>Kahdenkeskisen vuorovaikutus</i>	+ <i>Ylitti itsensä</i>
7. kerta	- Jännitys - Tyytymättömyys	- Kehonhallinta - <i>Ei jaksanut/kiinnostanut, puuhaili omiaan</i>	- Ujous, haki turvaa vanhemmista - Ujous - Tyytymättömyys	- <i>Yleinen tyytymättömyys</i>
8. kerta	+ Uskallus - Miellyttämisen halu, ei omasta tahdosta - <i>Oma halu selvästi heikko</i>	+ Kokeili uutta - <i>Ei löytänyt samaa liikunnallisuutta kuin aiemmillä kerroilla</i>	+ Sosiaalisella puolella positiivinen yllätys + <i>Tuli jonkin verran toimeen vieraittenkin kanssa</i>	- <i>Ei kovin innostunut</i>

## LIITE 5: Havainnointilomake tallikertoja varten

### KEHITYS JA MUUTOKSET

- PSYYKKINEN PUOLI
- FYYSINEN PUOLI
- SOSIAALINEN PUOLI
- Muut huomiot

## LIITE 6: Vanhempien haastattelurunko

- Lapsen fyysinen kehittyminen ensimmäisestä harrastuskerrasta tähän päivään?
  - >> Huomattavimmat mahdolliset muutokset?
  - >> Asioita joihin vanhemmat kiinnittäneet huomiota
  
- Lapsen sosiaalinen kehittyminen ensimmäisestä harrastuskerrasta tähän päivään?
  - >> Huomattavimmat mahdolliset muutokset?
  - >> Asioita joihin vanhemmat kiinnittäneet huomiota
  
- Lapsen psyykkinen kehittyminen ensimmäisestä harrastuskerrasta tähän päivään?
  - >> Huomattavimmat mahdolliset muutokset?
  - >> Asioita joihin vanhemmat kiinnittäneet huomiota
  
- Hevosharrastuksen jatkuminen?
  - >> Miksi/Miksi ei?
  
- Muut huomiot, muuta kerrottavaa aiheeseen liittyen?

## LIITE 7: Tallinpitäjä Kari Martikaisen haastattelurunko

- Hevosharrastuksen etuja?
  - Hevosharrastukset etuja liittyen hyvinvointiin?
  
- Hevosharrastukseen liittyviä negatiivisia puolia?
  
- Mitä hevosharrastus ihmiseltä edellyttää?
  - Kuka voi harrastaa?
  
- Hevosharrastajan arvot?
  
- Mitä mieltä hevosharrastuksesta lapsen harrastuksena?
  
- Hevonen verrattuna muuhun eläimeen?
  - Mikä tekee hevosesta erityisen?
  
- Omia kokemuksia?
- Omia mielipiteitä?