

**ELÄINAVUSTEISTEN MENETELMIEN MAHDOLLISUUDET LASTEN JA  
NUORTEN NEUROPSYKIATRISTEN HÄIRIÖIDEN HOIDOSSA JA  
ERITYISPIIRTEIDEN HALLINNASSA**

Kuvaileva kirjallisuuskatsaus



Ammattikorkeakoulun opinnäytetyö

Sairaanhoitaja, Forssa

syksy 2021

Inkeri Paavola ja Emmi Suomi

Sairaanhoitaja

Tiivistelmä

Forssa

---

Tekijät	Inkeri Paavola & Emmi Suomi	Vuosi 2021
Työn nimi	Eläinavusteisuuden mahdollisuudet lasten ja nuorten neuropsykiatristen häiriöiden hoidossa ja erityispiirteiden hallinnassa. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus	
Ohjaaja	Päivi Homan-Helenius	

---

## TIIVISTELMÄ

Eläimillä ja luonnon läsnäololla on merkittävä vaikutus mieleemme ja kehomme hyvinvointiin. Aihe on tällä hetkellä yhteiskunnallisesti ajankohtainen, ja eläimet ja luonnon terveys- ja hyvinvointivaikutukset ihmisten elämänlaatuun ovat löydetty uudelleen. Lasten ja nuorten neuropsykiatristet häiriöt ja niihin liittyvä oireet ovat myös ajankohtaisen keskustelun aiheena, koska tietoisuus niiden syntymekanismeista, vaikutuksista ja hoitokeinoista on lisääntynyt. Eläinavusteisuudella on lukuisia myönteisiä vaikutuksia neuropsykiatristesti oireilevien lasten ja nuorten oireiden hoitoon ja heidän omien erityispiirteidensä hyväksymiseen.

Opinnäytetyö on toteutettu kuvailevana kirjallisuuskatsauksena. Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen menetelmän avulla opinnäytetyössä on pystytty hyödyntämään laajalaisesti tutkimustuloksia koskien eläinavusteisuutta lasten ja nuorten neuropsykiatristen häiriöiden hoidossa.

Suomessa yleisimmät eläinavusteisuudessa käytetyt eläimet olivat koira ja hevonen. Tutkimuksien mukaan eläimen mukana olo vaikutti tutkittavina olleisiin lapsiin ja nuoriin myönteisesti. Eläin myös läsnäolollaan rauhoitti lasta ja nuorta ja auttoi häntä keskittymään. Myös lapsen ja nuoren tunteiden ilmaisu eläimelle oli helpompaa kuin toiselle ihmiselle. Eläinavusteinen toiminta tuki niin ikään lapsen ja nuoren kielellistä ja ei-kielellistä vuorovaikutusta.

Avainsanat Eläinavusteinen toiminta, neuropsykiatrinen häiriö, lapsi, nuori, vuorovaikutus

Sivut 31 sivua

---

Authors	Inkeri Paavola & Emmi Suomi	Year 2021
Subject	Possibilities of Animal Assistance Methods in Treatments and Management in Neuropsychiatric Disorders in Children and Adolescent	
Supervisor	Päivi Homan-Helenius	

---

ABSTRACT

Animals and the presence of nature have a significant impact on the well-being of our minds and bodies. The subject is currently socially topical. The effects of animals and nature on our well-being and quality of life have been rediscovered. Neuropsychiatric disorders and related symptoms in children and adolescents are also the subject of current debate because of the increased awareness of their mechanisms, effects, and treatments. Animal assistance has several positive effects on the treatments of symptoms and acceptance of their own characteristics in children and adolescents with neuropsychiatric disorders.

The thesis was carried out as a descriptive literature review. Results of research on animal assistance as the treatment of neuropsychiatric disorders in children and adolescents were able to utilize extensively by the method of the descriptive literature review.

Dog and horse are the most common animals used in animal assistance in Finland. According to research results, the presence of the animal had a positive effect on children and adolescents participating in research. The presence of the animal calmed down children and adolescents and helped them to concentrate. Children and adolescents found expressions of emotions easier to an animal than to another person. Furthermore, animal assistance supported linguistic and non-linguistic interaction between children and adolescents.

Keywords Animal Assistance, Neuropsychiatric Disorder, Child, Adolescent, Interaction

Pages 31 pages

## Sisälllys

1	Johdanto .....	1
2	Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite sekä tutkimuskysymykset .....	2
3	Opinnäytetyön teoreettinen viitekehys .....	4
3.1	Yleistä lasten ja nuorten neuropsykiatristen häiriöiden hoidosta .....	4
3.2	Yleisimpiä neuropsykiatrisia erityispiirteitä: ADHD eli aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö .....	5
3.3	Yleisimpiä neuropsykiatrisia erityispiirteitä: Aspergerin oireyhtymä .....	7
3.4	Yleisimpiä neuropsykiatrisia erityispiirteitä: Touretten syndrooma .....	8
3.5	Eläinten vaikutus lasten ja nuorten terveyteen ja hyvinvointiin .....	10
3.6	Eläinavusteiset menetelmät hoitotyössä .....	10
3.7	Eläinavusteisen hoitotyön mahdollisuudet ja rajoitukset .....	11
3.8	Green Care käsitteenä .....	12
4	Opinnäytetyön toteutus kuvailevana kirjallisuuskatsauksena .....	13
4.1	Aineiston valinta, kuvaus ja analyysi .....	15
5	Opinnäytetyön luotettavuuden tarkastelu .....	17
6	Opinnäytetyön eettisyyden tarkastelu .....	18
7	Opinnäytetyön tulokset .....	20
7.1	Eläinavusteisuuden mahdollisuudet lasten ja nuorten tukemisessa koulumaailmassa .....	21
7.2	Ratsastusterapian vaikutuksista autismikirjoa sairastavien lasten ja nuorten puheeseen ja kognitiivisiin kykyihin .....	22
7.3	Ratsastusterapian pitkäaikaisvaikutuksia autismikirjoa sairastaviin lapsiin ja nuoriin .....	23
7.4	Koira-avusteisuuden vaikutuksia lasten ja nuorten tarkkaavaisuuteen .....	24
8	Opinnäytetyön tulosten tarkastelu ja johtopäätökset .....	26
8.1	Eläinavusteisuuden terveys- ja hyvinvointivaikutuksia lasten ja nuorten neuropsykiatristen häiriöiden hoidossa ja oireiden hallinnassa .....	27
8.2	Eläinavusteisuuden hyödyntäminen tällä hetkellä lasten ja nuorten neuropsykiatristen häiriöiden hoitotyössä ja kuntoutuksessa .....	27
8.3	Eläinavusteisuuden hyödyntämisen mahdollisuudet tulevaisuudessa .....	28
9	Työelämäyhteistyön palaute opinnäytetyöprosessista ja valmiista opinnäytetyöstä	30
	Lähteet .....	32

## 1 Johdanto

Eläinavusteiset menetelmät ovat monin tavoin olleet hoitotyön puheenaiheena, koska yhteiskuntamme tuntuu löytäneen uudelleen luonnon ja eläinten tärkeyden hyvinvoinnillemme. Alun alkaen meille molemmille oli tärkeää tehdä opinnäytetyömme yhdessä, sillä koko koulutuksen ajan olemme muotoutuneet tiimiksi tehtävien suorittamisessa. Toisella opinnäytetyön tekijän lapsella on neuropsykiatrista oirehdintaa, joten aihe kiinnosti myös oman kokemuksen kautta. Toisella meistä on puolestaan pitkä tausta hevosista, joka loi omalta osaltaan raameja opinnäytetyömme aihetta miettiessämme. Me molemmat koemme luonnon ja eritoten eläinten hyvinvointivaikutuksen tärkeänä ja halusimme tuoda lisää tietoutta aiheesta. Koemme, että eläimillä on lukuisia positiivisia vaikutuksia ihmiseen, vaikkei neuropsykiatrista oirehdintaa olisikaan. Eläinten kanssa koetut hyvinvointivaikutukset perustuvat usein yksilölliseen kokemukseen, joten halusimme selvittää, kuinka aihetta on jo tutkittu ja minkälaisia hyvinvointivaikutuksia eläimillä on jo todettu olevan ihmiselle ja kuinka sitä on hyödynnetty.

Opiskelemme Hämeen ammattikorkeakoulussa hoitotyön koulutusohjelmassa sairaanhoitajiksi. Opinnäytetyömme aihe ja otsikko on Eläinavusteisten menetelmien mahdollisuudet lasten ja nuorten neuropsykiatristen häiriöiden hoidossa ja erityispiirteiden hallinnassa. Sekä eläinavusteisuus että lasten ja nuorten neuropsykiatriset erityispiirteet ovat tällä hetkellä hoitotyössä ja yhteiskunnassa ajankohtaisia ja kiinnostavia aiheita. Eläinavusteisuuden kehittämisellä ja hyödyntämisellä on merkitystä ja tarvetta nimenomaan lasten ja nuorten neuropsykiatristen häiriöiden hoidossa ja erityispiirteiden hallinnassa, sillä niiden tunnistaminen koko ajan lisääntyy. (ADHD [aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö]: Käypä hoito -suositus, 2019)

THL:n tietojen mukaan ADHD:ta ilmenee noin viidellä prosentilla 6–18-vuotiaista lapsista ja nuorista. Ilmenemisprosentin arvioissa on tosin hajontaa neljän ja kymmenen prosentin välillä (THL, 2020). Koska neuropsykiatrisen kirjon häiriöt erityispiirteineen ovat hyvin monimuotoisia, kaivataan monimuotoisuutta myös lasten ja nuorten neuropsykiatrisen hoitotyön ja kuntouksen menetelmiin, apuvälineisiin sekä niiden hyödyntämiseen. Tällaista monimuotoisuutta lähemme opinnäytetyöllämme etsimään kuvailevan kirjallisuuskatsauksen avulla.

## 2 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite sekä tutkimuskysymykset

Kuvailevalla kirjallisuuskatsauksella tyypillisesti pyritään vastaamaan kysymyksiin, mitä jostakin ilmiöstä tiedetään sekä miten ilmiön keskeiset käsitteet ja niiden väliset suhteet ilmenevät. Myös ilmiöstä vallitsevan keskustelun, kehityssuuntien ja tietoon liittyvien teorioiden tutkiminen voi usein olla olennaista kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa. Joskus kiinnostusta aiheuttaa tutkittavasta ilmiöstä käytävän keskustelun luonne siinä mielessä, vallitseeko tietoa käsiteltäessä yhteisymmärrys vai ennemminkin väittely. Aikaisempien tutkimusten esiin tuomia kysymyksiä voidaan tunnistaa, vahvistaa tai kyseenalaistaa, mutta siitä voidaan myös havainnoida aiemman tiedon ristiriitaisuuksia tai aukkoja. Juuri kuvailevan kirjallisuuskatsauksen avulla on mahdollista löytää uusi tai ainakin erilainen näkökulma tutkittavana olleeseen ilmiöön. (Kangasniemi ym., 2013, s. 294)

Tarkoituksena on tarkastella alle 18-vuotiaiden lasten ja nuorten yleisimpiä neuropsykiatrisia häiriöitä ja niistä aiheutuvia oireita ja arjen haasteita sekä niihin liittyvää hoitotyötä. Samalla tarkoitus on tuottaa kuvaileva kirjallisuuskatsaus eläinavusteisten menetelmien mahdollisuuksista hoitotyön ja kuntoutuksen keinoina ja apuvälineinä. Rajasimme aihetta koskemaan sellaisia lapsia ja nuoria, joilla on diagnosoitu jokin neuropsykiatrisen häiriön. Tarkoituksena on kuvata, mitkä ovat eläinten tuomat terveys- ja hyvinvointivaikutukset lapsiin ja nuoriin sekä heidän neuropsykiatristen häiriöiden hoitoon ja oireiden hallintaan arjessa pärjäämisen näkökulmasta.

Opinnäytetyön tavoitteena on kuvailevan kirjallisuuskatsauksen avulla koota yhteen tietoa eläinavusteisten menetelmien mahdollisuuksista ja rajoituksista neuropsykiatristen häiriöiden hoidossa ja oireiden hallinnassa lapsilla ja nuorilla. Tavoitteena on saada luotua tietopaketti tai tietorakenne hoitotyön kehittämiseksi eläinavusteisuuden keinoin. Tavoitteena on lisätä ymmärrystä ja toimintakeinoja työskenneltäessä lasten ja nuorten kanssa, joilla on neuropsykiatrisia häiriöitä ja niihin liittyviä erityispiirteitä

Opinnäytetyössä haettiin vastauksia seuraaviin tutkimuskysymyksiin:

1. Millaisia terveys- ja hyvinvointivaikutuksia eläinavusteisuudella on hoitotyön ja kuntoutuksen menetelmänä sekä apuvälineenä lasten ja nuorten neuropsykiatristen häiriöiden hoidossa ja oireiden hallinnassa?
2. Miten eläinavusteisuutta hyödynnetään tällä hetkellä lasten ja nuorten neuropsykiatrisessa hoitotyössä ja kuntoutuksessa?
3. Miten eläinavusteisuutta voitaisiin hyödyntää enemmän tai paremmin lasten ja nuorten neuropsykiatrisessa hoitotyössä ja kuntoutuksessa tulevaisuudessa?

Opinnäytetyömme tilaajana toimii Terapiapalvelu Breyting ja sen yrittäjä Raija Hänninen. Breyting on islantia ja tarkoittaa muutosta. Yritys toimii Hyvinkäällä. Yrittäjä on koulutukseltaan laillistettu sosiaalityöntekijä, psykoterapeutti, perheterapeutti, parisuhdepsykoterapeutti, työnohjaaja, psykodraamaohjaaja, neuropsykiatrinen valmentaja, uusperheneuvoja ja sosiaalipedagogisen hevostoiminnanohjaaja. Terapiapalvelu Breyting toimii yrittäjän kotitilalla ja tuottaa pääasiassa hevosavusteista psykoterapiaa, mutta tilalla asuu myös koiria, kissoja, kanoja, kukko sekä lampaita, jotka osallistuvat kukin omalta osaltaan vuorovaikutustyöhön. Terapiapalvelun asiakkaina ovat erikoisairaanhoidon piiristä tulevat lapset ja nuoret. Terapiapalvelun asiakkaina on myös aikuisia ja perheitä. Useilla lapsiasiakkaila on neuropsykiatrista oireilua ja he hyötyvät eläinten mukana olosta osana kuntoutumistaan. (Breyting, 2021)

Työelämäyhteistyötä kiinnosti lukijalähtöinen katsaus eläinavusteisuudesta siinä muodossa, jota olisi helppo myös antaa mahdollisille asiakkaille ennakkotietona eläinavusteisuuden menetelmistä. Yhteistyö toimi kumpaankin suuntaan, koska yrittäjän tietopohja ja ammattitaito antoivat askelmerkkejä itse kirjoittamiseen. Toisaalta sillä ammattitaidolla myös rajattiin vahvasti aiheen käsittelyä, jotta opinnäytetyö palvelisi itse asiaa ja luettavuutta.

### **3 Opinnäytetyön teoreettinen viitekehys**

Tässä luvussa on lyhyesti yleisimpien neuropsykiatristen erityispiirteiden oireilusta sekä keinoista hoitaa oireita tai vaikuttaa niihin. Perustietojen avulla voi luoda selkeämmän tietokokonaisuuden, johon eläinavusteisten menetelmien mahdollisuudet yhdistyvät.

Teoreettisena viitekehysenä toimi lasten ja nuorten neuropsykiatriset häiriöt oireineen ja haasteineen sekä eläinavusteiset menetelmät hoitotyön kontekstissa. Opinnäytetyössä tarkasteltiin eläinten tuomia terveys- ja hyvinvointivaikutuksia lapsille ja nuorille, joilla on jokin neuropsykiatrinen häiriö. Aihe rajautui alle 18-vuotiaisiin lapsiin ja nuoriin, joilla on jokin diagnosoitu neuropsykiatrinen häiriö. Opinnäytetyössä käsiteltiin eläinavusteisuutta koskien erityisesti yleisimpiä neuropsykiatrisia häiriöitä, kuten ADHD, Aspergerin oireyhtymä ja Touretten syndrooma (HUS, n.d.). Yleisimmät neuropsykiatriset häiriöt eivät kuitenkaan sulkeneet pois opinnäytetyön materiaaleista kirjallisuutta, joka käsitelisi myös muita neuropsykiatrisia häiriöitä, kuten erilaisia oppimiskyvyn ja kehityksen häiriöitä.

Lasten ja nuorten neuropsykiatrinen häiriö on erityispiirre, joka tuo omat haasteensa lapsen, nuoren ja hänen perheensä arkeen, jolloin perheessä tarvitaan tukea ja ohjausta.

Neuropsykiatriset häiriöt vaikeuttavat lapsen ja nuoren sosiaalista vuorovaikutusta, kielellistä ja myös ei-kielellistä viestintää sekä tunteiden ja käyttäytymisen säätelyä. Neuropsykiatrisen häiriön ja siitä aiheutuvan erityispiirteen omaava lapsi tai nuori ei esimerkiksi välttämättä osaa ottaa huomioon toisen ihmisen tunteita. (HUS, n.d.)

#### **3.1 Yleistä lasten ja nuorten neuropsykiatristen häiriöiden hoidosta**

Lasten ja nuorten neuropsykiatristen häiriöiden hoito tapahtuu pääsääntöisesti erikoissairaanhoidon ja perusterveydenhuollon välillä jakautuen. Eri sairaanhoitopiireissä käytänteet voivat vaihdella suuresti. Hoito ohjautuu yleensä lasten ja nuorten neurologian ja lasten ja nuorten psykiatrian yksiköihin. Osa sairaanhoitopiireistä ostaa palvelun perustason palveluista ja tällöin potilasta hoitaa erikoislääkäri. Yleisesti lasten ja nuorten psykiatrialla hoitoa saavat lapset ja nuoret, joiden neuropsykiatrinen oireilu vaatii lääkehoitoa tai heidän lääkehoitonsa ei ole tasapainossa. Mikäli lapsella ja nuorella on neuropsykiatristen haasteiden



lisäksi muuta psyykkistä oireilua, kuten masennusta, ahdistusta tai käytöshäiriöitä, häntä pääsääntöisesti hoidetaan lasten tai nuorten psykiatrialla. Lastenneurologialle ohjautuu yleensä lapset, joiden neuropsykiatrinen oireilu aiheuttaa haasteita oppimisessa. Sairaanhoidopiirit voivat sopia yksilöllisesti, missä erikoisalan yksikössä minkäkin diagnoosin omaava lapsi hoidetaan. (Lämsä ym., 2015, s. 18)

Neuropsykiatristen häiriöiden ja niistä aiheutuvien oireiden hoitoon on tarjolla niin polikliinistä hoitoa kuin osastohoitoa paikkoja. Useat sairaanhoidopiirit tarjoavat myös avohoidon palveluita neuropsykiatrisen oirehdinnan kanssa kamppaileville perheille. Neuropsykiatristen häiriöiden tutkimisen, diagnosoinnin ja konsultoinnin lisäksi sairaanhoidopiirit voivat tarjota muita kuntoutusmuotoja, kuten terapioiden. Pääasiassa kuitenkin terapiapalvelut ostetaan muilta toimijoilta. (Lämsä ym., 2015, s. 21)

### **3.2 Yleisimpiä neuropsykiatrisia erityispiirteitä: ADHD eli aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö**

ADHD (attention-deficit/hyperactivity disorder) vaikuttaa arkipäiväiseen toimintakykyyn, sillä se on kehityksellinen neuropsykiatrinen aktiivisuuden ja tarkkaavuuden erityispiirre. Diagnosointi on mahdollista sekä lapsuudessa, nuoruudessa että aikuisuudessa. Erityisesti hoitamattomana ADHD saattaa haitata sosiaalisia suhteita ja koulunkäyntiä. Riittävän varhain aloitettuna tukitoimilla, tarpeelliseksi arvioiduilla psykososiaalisilla hoitomuodoilla ja mahdollisesti lääkehoidolla voidaan vaikuttaa suotuisasti vointiin ja toimintakykyyn. Oikea-aikaisella ja aktiivisella hoidolla voidaan ehkäistä terveysriskejä, kuten psykiatristen häiriöiden, syrjäytymisen ja päihteiden käytön syntymistä. (ADHD [aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö]: Käypä hoito -suositus, 2019)

Tyypillisimmin ADHD ilmenee tarkkaamattomuutena, ylivilkkautena ja impulsiivisuutena. Diagnosointiin tarvitaan tietoja oireilusta ja toimintakyvystä eri tilanteissa ja toimintaympäristöissä sekä tietoa oireisiin vaikuttavista tekijöistä, ihmisen kehityshistoriasta, elämäntilanteesta sekä psyykkisestä ja fyysisestä terveydentilasta. ADHD erotetaan nykyään paremmin, ja oletettavasti sen takia hoidossa olevien lasten ja nuorten määrä on lisääntynyt. Väestöpohjaisia tutkimuksia vertaillen ei sen sijaan ole viitteitä, että ADHD-oireita esiintyisi enemmän viime vuosikymmeniin

suhteutettuna. Edelleen hoidon ulkopuolelle näyttäisi silti jäävän suuri osa ADHD-oireista. (ADHD [aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö]: Käypä hoito -suositus, 2019)

ADHD esiintyy pojilla yleisemmin kuin tytöillä, mutta toisaalta tytöillä se voi jäädä useammin huomioimatta. Tarkasteltaessa 6–18-vuotiaita ADHD:n esiintyvyys vaihtelee välillä 3,6–7,2 %. Esiintyvyyksien vaihteluun vaikuttaa esimerkiksi se, vertaillaanko hoidon piirissä olevien määrää vai väestöpohjaisesti epidemiologisia tutkimuksia. ADHD on mahdollista jakaa kolmeen eri esiintymismuotoon sen mukaan, painottuuko enemmän sekä tarkkaamattomuus- että yliaktiivisuus- ja impulsiivisuuspiirteet vai pelkkä tarkkaamattomuus tai yliaktiivisuus impulsiivisuuden kanssa. (ADHD [aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö]: Käypä hoito -suositus, 2019)

Lasten, nuorten ja perheiden arjessa ADHD saattaa herättää huolta ja vaikeuksia jo ennen diagnoosia. Lapsi tai nuori saattaa itse kokea haittaa ja osata nimetä haasteita, mutta joskus oiretietoisuus voi olla vaikeaa niin lapsella kuin ehkä perheelläkin. Diagnoosia muodostettaessa tarvitaan mahdollisimman monelta taholta näkemyksiä, esimerkiksi päivähoidosta tai koulusta vanhempien ja lapsen tai nuoren itsensä lisäksi. Tukitoimia on mahdollista saada ja järjestää jo ennen diagnoosia. Asianmukainen neuvonta ja psykoedukaatio auttaa ymmärtämään ADHD:tä, oireiden ja arjen hallintaa helpottavia keinoja ja muistamaan hyvinvointia ylläpitävät asiat, kuten vuorokausirytmien, riittävän ravinnon ja liikunnan tärkeyden. (ADHD [aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö]: Käypä hoito -suositus, 2019)

ADHD:n hoidossa on tärkeää tarjota tietoa neuropsykiatrisesta häiriöstä lapselle, hänen vanhemmilleen ja muille lapsen kasvuympäristössä oleville, kuten kouluun. Hyvään hoitoon kuuluu myös yleisestä hyvinvoinnista huolehtiminen. ADHD:n oireiden hallinnassa on tärkeää säännöllinen ja ennakoiva arki ja etenkin unirytmistä huolehtiminen. Diagnoosin saatuaan lapsen tulisi saada koulusta riittävät tukitoimet keskittymisen, tarkkaavuuden, toiminnanohjauksen ja oppimisen tueksi. Erilaiset toiminnan ohjaukset ja ympäristön muokkaus tukevat lapsen toimintakykyä. Lisäksi ADHD-diagnoosin saanut lapsi voi tarvita tukea erilaisten taitojen harjoittelussa yksin ja ryhmässä. (Aalto-Setälä ym., 2020, ss. 143–146)

Peruspilarit keskittymättömän lapsen tukemiseen ovat selkeys, ennakointi ja arjen jäsentäminen. Tähän apuvälineinä voivat olla erilaiset kuvat ja kalenterit. Lapsi tarvitsee myös sanallista

kerrontaa, mitä tulee tapahtumaan, etenkin jos se tuo muutosta arkirytmiin. Lapsen keskittymistä voi helpottaa erilaisin apuvälinein. Lapsi voi sormissaan muovilla, piirtää tai käyttää muita pieniä käsissä pidettäviä apuvälineitä, jotka eivät häiritse muita. Tai hän voi istua nystyrätyynyllä tai jumppapallolla tilanteissa, jotka vaativat keskittymistä. Lapsi tarvitsee myös välitöntä positiivista palautetta sanoin tai teoin onnistumisestaan ja toimiessaan oikein. (Aalto-Setälä ym., 2020, ss. 143–146)

ADHD:n hoidossa on käytetty tietoisien läsnäolon taitojen harjoittelua, jossa harjoitusten avulla tullaan tietoisemmiksi läsnäolosta ja nykyhetkestä. Harjoitteissa voidaan keskittyä esimerkiksi tietyn aistikokemuksen tarkasteluun tai keskittymisen palauttamiseen, aina kun huomaa ajatustensa harhailleen keskittymisen kohteesta muualle. (Aalto-Setälä ym., 2020, ss. 143–146)

ADHD:tä voidaan hoitaa myös lääkkein. ADHD:n lääkehoito pyrkii vähentämään oireiden määrää. Lääkehoito ei koskaan ole yksittäinen hoitomuoto, vaan se tukee ADHD:n muuta hoitoa. Joskus lapsuudessa aloitettu lääkehoito pystytään lopettamaan aikuisällä. (Aalto-Setälä ym., 2020, s. 146)

### **3.3 Yleisimpiä neuropsykiatrisia erityispiirteitä: Aspergerin oireyhtymä**

Aspergerin oireyhtymä kuuluu autismikirjoon. Se haastaa sosiaalisia vuorovaikutussuhteita, kielellistä ja ei-kielellistä kommunikaatiota sekä motorisia taitoja esimerkiksi kömpelyyden muodossa. Päinvastoin kuin usein autismissa Aspergerin oireyhtymään ei lopulta kuitenkaan kuulu merkittävää kielellistä tai kehityksellistä viivästyä. Silti erityisesti lapsena voi esiintyä viivästyä kielen kehityksessä tai tiettyjä erikoisuuksia, kuten kielen muodollisuutta tai huoliteltua käyttöä, mikä saattaa herättää niin sanotun pikkuvanhan vaikutelman. Asperger-ihmiselle voi olla vaikeaa käsitellä ja muistaa puhuttua asiaa. Hän saattaa tulkita asiat kovin kirjaimellisesti ja elehtiä tai ilmehtiä muiden näkökulmasta poikkeuksellisesti. (Autismiliitto, n.d.; Mielenterveystalo, n.d.)

Asperger-henkilö kykenee oppimaan ja muistamaan suuriakin määriä pikkutarkkaa tietoa, mutta arkielämässä sen soveltaminen on vaikeaa. Myös toiminnanohjaus ja keskittyminen saattavat olla hankalia, koska kiinnostuksen kohteet ovat usein kapea-alaisia, ja rutiineihin tai harrastuksiin jumiutuminen vaikeuttaa huomion uudelleen suuntausta. Älykkyystaso on yleensä tavallisen kaltainen, vaikka suoritusprofiilissa voikin ilmetä epätasaisuuksia. Valojen, tuoksujen ja äänten

kaltaiset aistiärsykkeet voivat aikaansaada epätavallisen voimakkaita tunnereaktioita tai tuntua jopa kipuna. Aspergerin oireyhtymään voi myös kuulua tietty itsekeskeisyys ja ehdottomuus mielenkiinnon kohteissa sekä toisen ajatusmaailmaan tai tunteisiin eläytymisen mahdottomuus. Oireilu vaikeuttaa sosiaalista kanssakäymistä. (Mielenterveystalo, n.d.)

Aspergerin oireyhtymä antaa viitteitä itsestään varhaislapsuudessa, sillä oireyhtymän taustalla on neurobiologinen keskushermoston kehityspoikkeama. Ryhmässä toimimisen myötä viimeistään koulussa oireilu tulee selvemmin esiin, vaikka ydinoireet pysyvätkin iästä riippumatta. Oireilun peruspiirteet altistavat vaikeasti hallittaville kiukunpuuskille ja myöhemmin aikuisuudessa mahdollisesti masennukselle, psykoottisuudelle, pakko-oireille ja ahdistukselle. Aspergerin oireyhtymä ei kuitenkaan ole parantamista vaativa sairaus tai tauti, vaan persoonallisuuden piirre, osa ihmisen identiteettiä. Tällaiseen ajatteluun voidaan myötävaikuttaa oikea-aikaisella moniammatillisella tuella. Diagnoosia voidaan ajatella pohjana, jonka avulla räätälöidään oikeanlaisen kuntoutuksen tarve. Sen ei kuuluisi olla minkäänlainen leima ihmiselle. (Autismiliitto, n.d.; Mielenterveystalo, n.d.)

Aspergerin hoito tavoittelee myönteisiä vaikutuksia lapsen vuorovaikutustaitoihin, itsesäätelyyn, koulunkäyntitaitoihin sekä kognitiivisiin taitoihin. Lapsen hoitosuunnitelmaa tehdessä on tärkeää ottaa huomioon lapsen perhe ja ympäristö kokonaisuutena. Arjen sujuvoittamista pohditaan koko perheen kanssa yhdessä, sillä oireisiin pystytään tehokkaasti vaikuttamaan arjen toimintoja tukevilla menetelmillä. Tämä takaa myös lapsen kehityksen suotuisaan suuntaan. Myös Aspergerin hoidossa lapselle, perheelle ja lapsen kanssa tekemisissä oleville muille aikuisille on tärkeää tarjota tietoa oireista, hoitomuodoista ja tukitoimista. Koska lapsi saattaa tarvita kotona runsaasti ohjausta, tukea ja valvontaa tulee perheelle tarjota riittävä määrä tukitoimia jaksamisen tueksi. (Aalto-Setälä ym., 2020, ss. 150–151)

### **3.4 Yleisimpiä neuropsykiatrisia erityispiirteitä: Touretten syndrooma**

Touretten syndrooma ilmenee nykimis- eli tic-oireina, jotka tarkoittavat tahdosta riippumatonta lihasten nykimistä. Tämä voi olla esimerkiksi silmäkulmien, olan tai nenän kohottamista, silmäniskuja, suupielten nykimistä tai raajojen koukistelua. Useimmiten oireilu alkaa lapsuudessa tai nuoruudessa, mutta myös aikuisuudessa se on mahdollista. Toistuvien motoristen nykäysten lisäksi oireiluun liittyy myös äännähdyksiä joko saman- tai eriaikaisesti. Oireiluun saattaa kuulua

myös pakkoajatuksia, -toimintoja, impulsiivisuutta ja hyperaktiivisuutta. Sen taustalla on keskushermostossa motorisia toimintoja säätelevien hermoverkkojen toiminta, eikä kyseessä siis ole psyykinen tai psykiatrisiin ongelmiin perustuva oireyhtymä. Oireiden voimakkuudella on kuitenkin mahdollisuus lisääntyä stressin ja jännittyneisyyden myötä. (Huttunen, 2018)

Tahdottomien motoristen nykäysten intensiteetti ja luonne vaihtelevat. Useimmiten nykäykset ovat pään liikkeitä, mutta ilmeneminen on mahdollista myös muualla vartalolla ja raajoissa. Äännähdykset taas voivat olla naksahdusta, maiskutusta, haukahdusta, yskähdystä, niiskutusta, pärskähdystä tai tahdottomia sanoja, jotka tosin harvemmin ovat kirosanoja tai rivouksia. Oireilu aiheuttaa usein hämmennystä muissa, ja itse oireilijassa taas häpeää, sosiaalista eristäytymistä, masentuneisuutta ja haasteita esimerkiksi koulunkäynnissä. (Huttunen, 2018)

Touretten oireyhtymään liittyy periytyvyys, ja tic-oireiden ilmeneminen on keskimääräistä todennäköisempää, mikäli niitä on ilmennyt myös lähisukulaisilla. Kuitenkin väestötasolla esiintyvyys on vain 0,5–1 %. Oireilu saattaa alkaa 2–3-vuotiaana, mutta useimmiten se on voimakkaimmillaan 10–12-vuotiaana. Oireiden voimakkuus voi vaihdella kausittain, toisinaan vuosien ja vuosikymmenienkin aikana. Aikuisikään mennessä oireilu tyypillisesti vähenee eikä välttämättä tuota enää haittoja. (Huttunen, 2018)

Mikäli oireilu ei aiheuta lapselle jokapäiväistä haittaa ei hoidollisia toimia välttämättä tarvita. Hoidossa korostuu keskeisenä psykoedukaatio sekä lapsen kuormituksen vähentäminen. Lapselle, perheelle ja lapsen kanssa tekemisissä oleville aikuisille tulee tarjota tietoa oireista ja etenkin oireiden vaarattomuudesta. Jo tieto oireiden vaarattomuudesta yhdistettynä riittävään kuormituksen vähentämiseen saattaa helpottaa oireilua. Lievä oireilu saattaa jopa kokonaan jäädä, mikäli oireisiin ei kiinnitetä huomiota. Kuitenkin voimakas oireilu, vaikka se olisi satunnaista, usein aiheuttaa lapselle kärsimystä. Ympäristölle on hyvä kertoa oireiden olevan tahdosta riippumattomia ja vaarattomia. Minkäänlaiset huomauttamiset tai rankaisut eivät ole Touretten syndrooman hoitoa. Joskus oireita saattaa vähentää erikseen järjestetty aika ja tila, jossa oireita pystyy purkamaan. Suomessa käytettävä tehokas hoitomuoto on myös kognitiivis-käyttäytymisterapeuttiset menetelmät sekä erilaiset rentoutumistekniikat. Vaikeassa oirehdinnassa avuksi voi tulla lääkehoito. Lääkehoidosta on apua myös nykimisoireiden aiheuttamiin lihaskipuihin. (Aalto-Setälä ym., 2020, ss. 154–155)

### 3.5 Eläinten vaikutus lasten ja nuorten terveyteen ja hyvinvointiin

Eläimet tuovat ihmiselle lukuisia hyvinvointivaikutuksia. Eläinten hyvinvointivaikutukset ihmiseen on nähtävissä sekä fyysisellä, psyykkisellä, että sosiaalisella alueella. Eläimet ja niiden läsnäolo on elämänlaatua parantavaa ja yleensä myös kuntoa kohottavaa, joka on nähtävissä eritoten fyysisenä hyvinvointina. Eläimet läsnäolollaan rentouttavat ja tasapainottavat psyykkistä hyvinvointia. Koska eläinten ja ihmisen välinen suhde perustuu hyväksynnälle ja pyyteettömyydelle on eläimillä myönteinen vaikutus sosiaalisiin suhteisiimme. Vuorovaikutuksessa eläinten kanssa oleminen lisää tunnetta luotettavuudesta, rehellisyydestä, sekä aitouden, uskollisuuden ja pyyteettömyyden tunteita. (Honkanen, 2013)

Eläimille on helpompi ilmaista tunteitaan ilman naurunalaiseksi tulemisen pelkoa. Eläimet eivät arvostele meitä, vaan auttavat löytämään yhteyden todellisiin tunteisiimme. Tällöin myös vuorovaikutus toisen ihmisen kanssa muuttuu helpommaksi, mikä osaltaan vähentää sosiaalista eristäytyneisyyttä, ahdistusta ja yksinäisyyttä sekä masennusta. (Pitkänen, 2008, s. 13) Jeltsch nosti esille pro gradu -tutkielmassaan myös hevosten kanssa työskentelyssä esiin tulevan kannetuksi tulemisen kokemuksen (Jeltsch, 2014).

### 3.6 Eläinavusteiset menetelmät hoitotyössä

Suomalaisessa kuntoutusjärjestelmässä käytetään erilaisia eläinavusteisia kuntoutusmuotoja ja menetelmiä. Eläimet voivat toimia avustavassa roolissa niin ratsastusterapiassa, kuin vaativan lääkinnällisen kuntoutuksen terapioiden sekä sosiaalisen kuntoutuksen osana. Eläinavusteisuutta käytetään jo enenevässä määrin psykoterapian ja erilaisten toimintaterapioiden tukena. Lisäksi eläimiä käytetään tukemassa fysioterapiata ja puheterapiaa. Etenkin lasten neuropsykiatrisista häiriöistä aiheutuvien oireiden hoidossa eläinavusteisuudella on tutkittuja, positiivisia tuloksia. (Haapala, 2018)

Eläinten myönteisiä vaikutuksia on hyödynnetty lisäksi muistisairauksien ja eritoten niihin liittyvien erilaisten käytöshäiriöiden hoitotyössä. Lisäksi eläinten verenpainetta alentavaa vaikutusta on tutkittu ja käytetty erilaisten stressitilojen laskemisessa ja kivunlievityksessä. Vaikka eläinavusteinen toiminta ja eläinten läheisyys eivät vie koettua kipua tai ahdistusta pois, niiden

verenpainetta ja stressihormoni kortisolin pitoisuutta alentava vaikutus voi osaltaan viedä pois kipua ja ahdistusta ja jopa vähentää lääkityksen tarvetta. (Haapala, 2018)

Eläinavusteista terapiaa harjoittavalla ammatinharjoittajalla tulee olla terapeutin pohjakoulutus. Hoitotyön ammattilaisille ja vapaaehtoistoiminnasta kiinnostuneille on suunnattu ratkaisukeskeisen eläinavusteisen valmentajan koulutus, jossa saa kattavan pohjan eläinavusteiselle toiminnalle ja sen eri menetelmille. Koulutuksessa hyödynnetään myös muita ratkaisukeskeisiä menetelmiä. Nimikesuojatun ratsastusterapeutin koulutukseen vaaditaan AMK-tason tutkinto sosiaali- ja terveydenhuollon alalta sekä lisäksi vankka hevosalan perusosaaminen sekä ratsastustaito ja kahden vuoden työkokemus. Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan koulutuksen lisäksi sosiaali- ja terveysalan ammattilaisella tulee olla vahva hevospääosaaminen ja –osaaminen. (Haapala, 2018)

### **3.7 Eläinavusteisen hoitotyön mahdollisuudet ja rajoitukset**

Eläin on aktiivinen ja tietoinen toimija, jonka pyyteetöntä läsnäoloa voidaan hyödyntää erilaisin kuntouttavain ja terapeuttisin menetelmin (Vehmasto & Lipponen, 2021). Eläinten läsnäolo voidaan kuvata ikään kuin ovia avaavana ja se lisää usein asiakkaan motivaatiota kuntoutusta kohtaan. Eläinavusteisessa toiminnassa puhuminen ei yleensä ole suurimmassa roolissa, vaan puhuminen tulee kaiken eläinten kanssa toimisen lomassa (Haapala, 2018). Eläimiin voi osoittaa kiintymystä koskettamalla, joka tukee myös ei-kielellistä kanssakäymistä (Alasorvari & Hopiavuori, 2014).

Eläimet ja niiden kanssa toimiminen nostattavat itseluottamusta ja kohentaa mielialaa. Usein myös koetaan, että eläimille on toista ihmistä helpompi ilmaista itseään ja etenkin vaikeita tunteita. Eläimiltä saa läheisydentunnetta ja lohtua (Lepola, 2020). Etenkin lapset ja nuoret motivoituvat hyvin eläinavusteisiin kuntoutusmuotoihin, vaikka motivaatio ja sitoutuminen muihin kuntoutusmuotoihin on ollut vähäistä. Eläinten rauhoittavasta vaikutuksesta hyötyvät myös etenkin lapset, joilla on keskittymisvaikeuksia tai toimiminen tiettyjen annettujen rajojen puitteissa on haastavaa. Eläimet auttavat lasta myös omien rajojen löytämisessä sekä tunnistamisessa. Eläimillä on rauhoittava vaikutus vilkkaaseen lapseen, ja ne opettavat odottamisen taitoa (Haapala, 2018). Eläin antaa aidon palautteen välittömästi, ja koska eläin ei ole pitkävihainen tai arvosteleva, asioita voi harjoitella useita kertoja uudelleen. On eläinavusteista

toimintaa tarjoavan ammattilaisen tehtävä tuntea ja tulkita mukana olevaa eläintä tarpeeksi hyvin, jotta eläimen hyvinvointi on taattua kaikissa tilanteissa asiakkaan kanssa. (Vehmasto & Lipponen, 2021)

Yleisimmät Suomessa eläinavusteisessa toiminnassa käytetyt eläimet ovat koira ja hevonen. Eläimet itsessään eivät kuntouta, vaan tarvitaan ammattilainen tulkitsemaan ja mahdollistamaan kuntoutujan ja eläimen välille syntyvää yhteyttä. Ammattilainen osaa tulkita tilannetta sekä asiakkaan että eläimen näkökannalta. Eläimen ja nimenomaan kyseisen yksilön tunteva hoitotyön tai kuntoutuksen ammattilainen tulkitsee ja hyödyntää eläimen elekieltä ja pyyteetöntä läsnäoloa. Eläin tarjoaa käytöksellään tasa-arvoa ja hyväksyntää. (Vehmasto & Lipponen, 2021)

Suurimpina tekijöinä eläinavusteisuuden rajoituksiin on yksittäisinä nimettynä tekijöinä allergia ja pelko. Joskus rajoitteena voi olla välimatka ja sen kustannukset. Etenkin silloin, kun eläin on sen verran iso, ettei sitä ole mahdollista kuljettaa kuntoutujan luokse tai terapian luonne vaatii puitteita, joissa eläin voi käyttäytyä itselleen luonteen omaisesti. Myös infektioherkät asiakkaat ovat haavoittuvassa asemassa saamaan eläimestä ihmiseen tarttuvia tauteja, zoonooseja. (Haapala, 2018)

Ammatinharjoittamista varten on kehitelty erilaisia toimintatapoja ja ohjeistuksia, joilla pyritään turvaamaan toiminnan eettisyys ja toimivuus asiakkaan kannalta, mutta näissä on otettu huomioon myös työparina toimivan eläimen asema. Eläinavusteisuutta harjoittaessa haasteena on erotella eläinavusteinen toiminta eläinavusteisesta terapiasta. (Haapala, 2018)

### **3.8 Green Care käsitteenä**

Green Care -käsite saattaa hämmentää eläinavusteisista menetelmistä puhuttaessa, koska käsitteeseen kuuluu muutakin kuin pelkkä eläinavusteisuus. Lisäksi käsite on julkisuudessa esillä eri yhteyksissä. Seuraavissa kappaleissa on Green Care -käsitteen taustasta ja raameista yleistä tietoa ymmärryksen tueksi.

Vuosien saatossa luontoa on käytetty sosiaali-, terveys- ja kasvatustieteiden laitoksissa tukemaan hyvinvointia sekä turvaamaan elintarvikehuoltoa. Erityisesti parantoloita ja mielisairaaloita



rakennettiin luonnonkauniille sijainneille, ja näissä sekä työlaitoksissa, vanhainkodeissa ja lastenkodeissa maataloustyöt sekä puutarhanhoito kuuluivat arkeen. Kesällä 2010 Suomessa perustettiin rekisteröity yhdistys Green Care Finland, joka tukee alaan liittyvää verkostoitumista, markkinointia, koulutusta ja tiedonvälitystä. Jo aiemmin Green Care -käsitteestä oli alettu puhua Suomessa osana kansainvälistä keskustelua, jossa käsite oli viitannut luonnon hyödyntämisen mahdollisuuksiin sosiaali-, terveys- ja kasvatustalouden palveluissa. (Soini, 2011, s. 320)

Green Care -käsitteen käyttö on jäsentänyt olemassa olevaa toimintaa ja edesauttanut tietoista keskustelua sekä toiminnan tavoitteellista kehittämistä. Käsitteenä Green Care kokoaa alleen luontoavusteisia menetelmiä, kuten ratsastusterapian, sosiaalipedagogisen hevostoiminnan, terapeuttisen puutarhanhoidon ja eläinavusteisen toiminnan. Green Care -toiminnan tavoitteena on aktiivinen terveyden ja hyvinvoinnin parantaminen eikä Green Care -toimintaa näin ollen voi olla mikä tahansa passiivinen luontokokemus. Tavoite määräytyy asiakkaan mukaan, jolloin toiminnan päämääränä voi olla parantaa, kuntouttaa, ennaltaehkäistä, kasvattaa, voimaannuttaa tai vahvistaa. Myös toiminnan intensiteetti määritellään asiakkaan tarpeen mukaan, ja se voi vaihdella terapeuttisesta interventiosta aktiiviseen ohjattuun toimintaa tai omaehtoiseen luonnossa liikkumiseen. (Soini, 2011, ss. 320–322)

Green Care -toiminnassa ajatellaan luonnon hyvinvointivaikutusten näkyvän luonnon ja ihmisen vuorovaikutusta tukemalla ihmisen sosiaalisessa, fyysisessä ja psyykkisessä hyvinvoinnissa. Toiminnan peruselementeiksi määritellään luontoperusteisuus, kokemuksellisuus ja osallisuus, joiden yhdistely auttaa hyvinvointivaikutusten syntymiseen. Peruselementtien toteutumisessa on tärkeää tavoitteellisuus, ammatillisuus ja vastuullisuus. (Vehmasto, 2021, s. 9)

#### **4 Opinnäytetyön toteutus kuvailevana kirjallisuuskatsauksena**

Opinnäytetyö toteutettiin kuvailevana kirjallisuuskatsauksena. Valitsimme kuvailevan kirjallisuuskatsauksen menetelmäksemme, koska se on yksi kirjallisuuskatsauksen perustyypeistä. Käytettäväksi valittava aineisto voisi olla laaja ja monipuolinen. Tarkoituksena oli tuottaa laaja-alainen katsaus eläinavusteisuuden terveys- ja hyvinvointivaikutuksista neuropsykiatrisen diagnoosin omaavilla lapsilla. (Salminen, 2011) Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen avulla tavoittelimme eläinavusteisuudesta ajantasaista ja tutkittua tietoa, jota voisi hyödyntää hoitotyön

kehittämiseen hoidettaessa ja kuntoutettaessa neuropsykiatrisia erityispiirteitä omaavia lapsia eläinavusteisin menetelmin ja apuvälinein.

Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen pohjana oli tutkimuskysymyksiä, joihin muodostettiin kuvaileva ja laadullinen vastaus valitun aineiston avulla. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus oli aineistolähtöistä ja tähtäsi ymmärtämään ilmiön kuvausta. Kirjallisuuskatsausten käyttäminen on vakiintunut ja monipuolistunut sekä hoitotieteessä että muussa terveystieteellisessä tutkimuksessa niin tutkimuksen osana kuin itsenäisenä tutkimusmenetelmänäkin. Silti kuvailevaa kirjallisuuskatsausta käsittelevä menetelmäkirjallisuus on vähäistä ja osittain ristiriitaista, vaikka erilaisten kirjallisuuskatsausten kehittämistä menetelmänä onkin huomioitu. Kliinisen tiedon kokoamisesta kuvailevan kirjallisuuskatsauksen keinoin voi olla apua käytännön hoitotyössä. (Kangasniemi ym., 2013, ss. 291–292)

Tutkimuskysymyksiksi asetettiin:

1. Millaisia terveys- ja hyvinvointivaikutuksia eläinavusteisuudella on hoitotyön ja kuntoutuksen menetelmänä sekä apuvälineenä lasten ja nuorten neuropsykiatristen häiriöiden hoidossa ja oireiden hallinnassa?
2. Miten eläinavusteisuutta hyödynnetään tällä hetkellä lasten ja nuorten neuropsykiatrisissa hoitotyössä ja kuntoutuksessa?
3. Miten eläinavusteisuutta voitaisiin hyödyntää enemmän tai paremmin lasten ja nuorten neuropsykiatrisissa hoitotyössä ja kuntoutuksessa tulevaisuudessa?

Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen vaiheita olivat tutkimuskysymyksen asettaminen, aineiston valinta, kuvailun rakentaminen sekä tuotetun tuloksen tarkastelu. Selkeistä vaiheista ja vaiheiden erottelusta huolimatta kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa vaiheet ilmenivät osin päällekkäin prosessin edetessä. Menetelmälle luonteenomaista onkin, että vaiheilla on taipumus päällekkäisyyden lisäksi myös selittää ja tulkita toisiaan. Kuvailevalla kirjallisuuskatsauksella kuvattiin tiettyä ilmiötä valitun kirjallisuuden avulla ja saatiin näin aikaiseksi aiempaan tietoon perustuvaa, mutta kasvanutta ja kertaantunutta tietoa. Valitun ilmiön tarkastelu tapahtui

teoreettisesta tai asiayhteyttä koskevasta näkökulmasta rajaten, jäsenellen ja perustellen.

Menetelmää kritisoidaan tieteellisestä epätarkkuudesta, tarkoitushakuisuudesta sekä puutteista aikaisemman tutkimuksen arvioinnissa. Toisaalta kuvaileva kirjallisuuskatsaus voi olla parhaiten palveleva menetelmä, kun tutkittavaksi valitun ilmiön tarkastelussa ei keskitytä näytön asteeseen tai ilmiön yleisyyteen. (Kangasniemi ym., 2013, ss. 292–294)

Käytimme kirjallisuuskatsauksen kokoamiseen yleisimpiä tieteellisen tiedon hakemiseen tarkoitettuja tietokantoja, kuten CINAHL ja Medic sekä teoreettisen viitekehyyksen ymmärtämiseen ja luomiseen Käypä hoito –suosituksia ja Terveysporttia. Kirjallisuushaku rajattiin suomen- ja englanninkielisiin artikkeleihin. Aikarajauksena käytimme vuosina 2011–2021 julkaistuja artikkeleita. Rajasimme hakua koskemaan lapsuusikää eli alle 18-vuotiaita.

Sisäänottokriteereinä oli lapsen alle 18 vuoden ikä sekä hänellä todettu diagnoosi tai terveysongelma. Lisäksi tutkimuksen julkaisukielen täytyi olla suomi tai englanti. Tutkimuksen oli myös oltava tieteellinen artikkeli ja käsiteltävä hoitotyössä hyödynnettäviä eläin- ja luontoavusteisia menetelmiä.

#### **4.1 Aineiston valinta, kuvaus ja analyysi**

Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa aineiston valinnan menetelmät voidaan jaotella kahteen erilaiseen tapaan, implisiittiseen ja eksplisiittiseen. Tavan valinnasta riippumatta kummassakin käytettävä aineisto haetaan tieteellisesti relevanteista lähteistä. Tavat eroavat toisistaan systemaattisuudessa ja raportointitavassaan. Implisiittistä tapaa käytettäessä sekä valitun aineiston että aineiston valinnan luotettavuus ja uskottavuus perustellaan raportissa. Tällöin myös niin lähteiden valinta kuin lähdekritiikkikin limittyvät aineiston kuvailussa ja käsittelyssä. Lisäksi itse tekstissä esitellään ja huomioidaan valittuja lähteitä ja valinnan taustalla vaikuttaneita perusteita suhteessa asetettuihin tutkimuskysymyksiin. (Kangasniemi, 2013, s. 295) Aiheemme luonteen vuoksi päädyimme tähän implisiittiseen tapaan, mikä mahdollisti aiheen käsittelyn järjestyksessä päällekkäisyyttä ja keskustelevuutta.

Sisäänottokriteerien perusteella löydetty hakutulokset ja niiden pohjalta tehdyt valinnat muodostettiin otsikon ja tiivistelmien perusteella. Opinnäytetyön ohjauspajassa tuotiin aiemmin

esiin, että tutkitun tiedon lisäksi tarkasteltavaa ilmiötä olisi täydentänyt aineistoina myös esimerkiksi erilaiset hankeraportit. Huomioimme tämän seikan valitessamme ja kerätessämme aineistoa kuvailevaan kirjallisuuskatsaukseen, mutta sellainen kirjallisuus kuitenkin karsiutui pois pääasiassa ajanpuutteen vuoksi.

Tarkastelun ulkopuolelle jäi vastaan tullutta materiaalia, joissa käsiteltiin eläinavusteisuuden hyödyntämistä esimerkiksi ikääntyneiden, mielenterveyspotilaiden, päihdeongelmaisten tai kehitysvammaisten hoidossa. Samoin kirjallisuuskatsauksen ulkopuolelle rajautui tieteellisiä artikkeleita eläinavusteisuuden mahdollisuuksista korkean verenpaineen tai kivun hoidossa. Useat hankeraportit keskittyivät Green Care -menetelmiin yleisesti, eikä niistä voinut erottaa vaikutuksia alle 18-vuotiaille tai neuropsykiatrisista häiriöistä diagnoosia saaneille. Myös maksulliset tutkimukset jäivät tarkastelun ulkopuolelle houkuttelevista otsikoistaan ja tiivistelmistään huolimatta.

Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa aineisto koostui aikaisemmin julkaistuista ja tutkittavana olevan aiheen näkökulmasta olennaisista kirjallisuuksista. Yleensä siihen sisältyy myös kuvailua aineiston valintaan johtaneesta prosessista. Aineisto rakentui pääsääntöisesti viimeaikaisemmista tutkimuksista, mutta toisaalta aineiston sopivuutta määritteli myös sen tuomat näkökulmat ilmiölähtöiseen ja tarkoituksenmukaiseen tutkimuskysymyksen tarkasteluun. (Kangasniemi ym., 2013, s. 295)

Kuvaileva kirjallisuuskatsaus on aineistolähtöistä ja ymmärtämiseen tähtäävää, mikä määrittelee aineistonvalintaa. Aineiston valinnalle ja analyysille on tyypillistä niiden tapahtuminen osittain päällekkäin. Aineiston valintaa arvioitiin tutkimuskysymyksen kautta: miten valittu aineisto täsmensi, jäsensi, kritisoi tai avasi tutkimuskysymystä. Aineistoa valitessa tarkasteltiin myös, mikä sen näkökulma ja suhde on verrattuna muuhun valittavana olevaan kirjallisuuteen. Aineiston riittävyys määrittyi sen mukaan, kuinka laajoja olivat tutkimuskysymykset. (Kangasniemi ym., 2013, s. 295)

## 5 Opinnäytetyön luotettavuuden tarkastelu

Opinnäytetyön luotettavuuden taataksemme perehdyimme kirjallisuuskatsauksessamme vain tieteellisestä näkökulmasta merkittäviin lähteisiin. Luotettavuutta voidaan tukea opinnäytetyön toistettavuudella, ja lähdemerkintöjen kautta kirjallisuuskatsaus on mahdollista toistaa. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta, 2012)

Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa luotettavuuden pohdinta kulminoituu perusteluun tutkimuskysymyksestä ja valitusta kirjallisuudesta, prosessin johdonmukaisuuteen sekä vakuuttavuuteen argumentoidessa tätä kaikkea. Luotettavuutta parantaa myös vaiheiden määrittely, menetelmän erityispiirteiden esiintuonti ja hyödynnettävyyden kehittäminen. Toisaalta kuvailevan kirjallisuuskatsauksen menetelmäkirjallisuus on vähäistä, ja tästäkin johtuen luotettavuus on aiheuttanut kritisointia. Menetelmän luonteeseen liitetään epäyhdenmukainen käsitys, mikä näkyy menetelmää käsittelevässä terminologiassa ja tulkinnassa, ja aiheuttaa siis epäilyksiä luotettavuudelle. (Kangasniemi ym., 2013, ss. 292–295)

Luvussa 4.2 esiteltiin implisiittinen aineiston valintatapa kuvailevaa kirjallisuuskatsausta tehdessä. Tässä opinnäytetyössä luotettavuutta saattaa heikentää myös tämä valittu aineiston valintatapa, joka Kangasniemen ynnä muiden (2013, s. 295) artikkelissa määritellään vapaammaksi. Implisiittisessä tavassa aineiston valinnan systemaattisuus ja siitä raportointi ei edellytä esimerkiksi taulukointia, mutta se taas saattaa heikentää kuvailevan kirjallisuuskatsauksen läpinäkyvyyttä. Vaikka implisiittinen aineiston valintatapa tukee ilmiölähtöisyyttä, mikä taas palvelee erityisesti opinnäytetyön aihetta, se saattaa kuitenkin vapaudessaan heikentää luotettavuutta.

Luotettavuutta arvioitaessa keskeistä on aineiston perusteiden kuvailu. Mikäli aineiston valinnassa on tiedostettua tai tiedostamatonta tarkoitushakuisuutta ilman, että siitä on mainittu, luotettavuus heikentyy. Prosessin edetessä on mahdollista, että aineiston valintakriteerit ja perustelut voivat muuttua, kun tutkimuskysymykset kirkastuvat tai odotukset aineistoa kohtaan muotoutuvat. Mahdollisesti alun yleisluonteisuus aineistoa kerätessä muuttuukin prosessin kuluessa tarkemmaksi tai käyttökelpoisemmaksi tavoitteeksi tutkimuskysymyksen kanssa tarkasteltaessa. (Kangasniemi ym., 2013, ss. 297–298)

Tarkoitushakuisuuden mahdollisuus on tiedostettu koko prosessin ajan ja siitä on tietoisesti pyritty eroon tarkastelemalla valittavaa aineistoa mahdollisimman monipuolisesti ja kriittisesti. Aineiston valintakriteerien kohdalla luotettavuus on kärsinyt esimerkiksi artikkelien maksullisuuden takia, mikä on osaltaan vaikuttanut mahdollisesti olennaista tietoa antavan aineiston poissulkuun. Vaikka useimmiten kuvailevan kirjallisuuskatsauksen prosessissa saattaisikin käydä niin, että aineistoa kerätessä alun yleisluonteisuus muuttuu prosessin kuluessa tarkemmaksi tavoitteeksi (Kangasniemi ym., 2013, s. 298), tässä tapauksessa alun tarkemmat tavoitteet ovatkin saattaneet muuttua prosessin edetessä yleisluontoisemmiksi. Se voi olla merkki prosessin rehellisyydestä ja luotettavuudesta tai myös siitä, onko aineisto ollut kuitenkin liian suppea.

Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa luotettavuutta rajoittavat kirjallisuuden liian ohut liittäminen teoreettiseen taustaan sekä sen liian yksipuolinen tai tarkoitushakuinen tarkastelu. Myös tulevaisuuden tutkimuskohteet voisivat jäädä huomioimatta, jos keskittyminen painottuisi vain nykyhetkeen. Yhtä lailla kuin aineistoa valitessa myös siitä raportoidessa olisi mahdollisuus subjektiivisiin valintoihin. Tällöin samastakin aineistosta saattaisi eri ihmiset raportoida kovinkin eri näkökulmista. Kuitenkin luotettavuutta lisäsi valitusta aineistosta ilmi tuodun kritiikin sekä tuotettujen johtopäätösten samansuuntaisuus. (Kangasniemi ym., 2013, s. 298)

Autismin kirjoja ja ratsastusterapiaa tarkastelleet tutkimukset antoivat samansuuntaisia tuloksia ja tukivat näin luotettavuutta. Samoin pro gradu -tutkielmat tulivat samankaltaisiin johtopäätöksiin ja käsittelivät vastaavasti samanlaisia toimintaympäristöjä ja yhtäläisesti oireilevia lapsia. Näiltäkin osin voidaan sanoa eri seikkojen tukevan luotettavuutta. Toisaalta katsaus on kovin suppea ja rajoitettu. Toisiaan tukevat tutkimukset voivat luotettavuutta taatessaan myös samalla antaa liian yksipuolisen kuvan ja näin heikentää luotettavuutta (Kangasniemi ym., 2013, s. 298).

## **6 Opinnäytetyön eettisyyden tarkastelu**

Opinnäytetyössämme noudatimme hyvää tieteellistä käytäntöä, johon suomalainen tiedeyhteisö on sitoutunut, mukaan lukien myös edustamamme Hämeen ammattikorkeakoulu. Hyvä tieteellinen käytäntö tähtää ennaltaehkäisemään hyvän tieteellisen käytännön loukkauksia, joihin lukeutuvat piittaamattomuus, vilppi ja plagiointi. Piittaamattomuutta välttääessämme vältimme

tulosten ja menetelmien harhaanjohtavaa raportointia sekä puutteellista viittaamista aiempiin tutkimustuloksiin. Jotta emme olisi tehneet vilppiä, emme sepittäneet tai vääristelleet havaintoja tai tuloksia, lainanneet luvattomasti, muokanneet tarkoituksellisesti alkuperäisiä tuloksia tai esittäneet niitä niin, että alkuperäinen tulos olisi muuttunut. Emme myöskään jättäneet tärkeitä tuloksia esittämättä. Plagiointia eli luvaton lainaamista vältimme käyttämällä asianmukaisia viittauksia, emmekä siis esittäneet muiden tekstiä omanamme. (Hämeen ammattikorkeakoulu, 2020, ss. 7-8; Tutkimuseettinen neuvottelukunta, 2012)

Opinnäytetyömme kohdistui kirjallisuuteen eikä suoraan ihmiseen, joten opinnäytetyönä syntyneen kirjallisuuskatsauksemme eettisyys toteutui oikeanlaisen kirjallisuuden valitsemisessa ja asianmukaisessa viittaamisessa tähän kirjallisuuteen. Toisaalta tarkastelumme liittyi vahvasti ylipäättään haavoittuvassa asemassa olevat lapset, jotka neuropsykiatrisen oireilunsa takia olivat vielä herkemässä asemassa. Valitsimme eettisyyden näkökulmasta tutkimamme lähteet siten, että niissä oli toteutettu esimerkiksi alaikäisen tutkimisen eettiset periaatteet, joiden mukaan alle 15-vuotiaalle on kerrottu hänen ymmärryksensä mukaisesti tutkimukseen osallistumisesta (Rutanen, 2019, s. 13).

Tämän kuvailevan kirjallisuuskatsauksen aineistoissa kerrottiin tutkimuslupien kysymisestä kaikilta asianosaisilta, niin lapsilta, huoltajilta kuin osallistuneilta ammattilaisilta. Heillä oli myös ollut oikeus lopettaa tutkimukseen osallistuminen halutessaan, ja tällaistakin oli tapahtunut, mutta kuitenkin niin vähäisesti, että tutkimusten luotettavuus ei ollut heikentynyt.

Ihmistieteissä tutkimuseetiikkaan kuuluu vahingon välttämisen lähtökohta. Kuvailevaa kirjallisuuskatsausta tehdessämme tarkastelimme muiden tekemiä tutkimuksia, joiden edellytetään toteuttaneen tutkittavien ihmisarvoista ja tasa-arvoista kohtelua. Eettisyyttä ylläpitääksemme oma mielipiteemme ei saanut vaikuttaa tutkittavan kirjallisuuden valintaamme, sillä mielipiteemme olisi voinut vääristää kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa ilmi tulevia asioita. Eettisesti toimiessamme meidän oli siis noudatettava kriittisyyttä ei vain lähteiden valintaa kohtaan vaan myös omaa toimintaamme. Vahingon ja haitan välttäminen on erityisen merkittävää, kun tutkimuksen kohteena on haavoittuvassa asemassa olevia, kuten alaikäisiä. (Vuori, n.d.)

Eettisyyttä tarkastelimme oikean, väärän, hyvän ja pahan näkökulmista. Kunnioitimme tutkittavien ihmisten ihmisarvoa, yksityisyyttä, itsemääräämisoikeutta ja muita oikeuksia, kuten yleiset eettiset periaatteet ohjaavat. Kirjallisuuskatsauksemme materiaaleja valitessamme halusimme kiinnittää huomiota, että tutkimuksen kohteille oli vältetty aiheuttamasta riskejä, vahinkoja tai haittoja. Opinnäytetyössämme eettisenä periaatteena oli hyvän tieteellisen käytännön edistäminen, jolloin noudatimme huolellisuutta, rehellisyyttä ja tarkkuutta opinnäytetyömme kaikissa vaiheissa. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta, 2019, s. 7)

Erityisesti kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa eettiset kysymykset painottuvat tutkimuskysymyksen muotoiluun sekä tutkimuseetiikan toteutumiseen katsauksen eri vaiheissa. Tutkimusmenetelmänä kuvaileva kirjallisuuskatsaus on erityisesti eettisyyden näkökulmasta haavoittuva, koska sillä on mahdollisuus toteutua kovin subjektiivisena ja sattumanvaraisena. Kuitenkin kuvailevan kirjallisuuskatsauksen vaiheita ja erityispiirteitä täsmentämällä voidaan kehittää sekä itse menetelmää että sen hyödynnettävyyttä. Samalla eettisyyden arviointiin voidaan tämän kautta saada välineitä. (Kangasniemi ym., 2013, s. 292) Huomioimme erityisesti nämä seikat opinnäytetyöprosessin aikana, jotta kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tavanomaiset eettiset haasteet tulivat huomioitu.

Subjektiivisuuden mahdollisuutta on tarkasteltu kautta opinnäytetyön prosessin. Jo koko prosessin aloittamiseen vaikuttaa tietty subjektiivisuus, koska aiheeseen ei luultavasti edes tartuttaisi, jos se ei jollakin tavalla kiinnostaisi. Subjektiivista on myös halu löytää toimivia keinoja hoitotyöhön. Toisaalta eettisyys toteutuu siinä, että aineistojen tuloksia ei vääristellä keinojen löytymiseksi, sillä vääristellyt tulokset taas eivät palvelisi ketään, ei neuropsykiatrisesti oireilevia, ei heidän läheisiään eikä heidän kanssaan ammattinsa puolesta toimivia.

## **7 Opinnäytetyön tulokset**

Kuvailevalla kirjallisuuskatsauksella voidaan rakentaa käsitteellistä tai teoreettista kehystä, kehittää itse teoriaa, esittää johonkin aiheeseen liittyvää tietoa, tunnistaa ongelmia tai tarkastella tietyn teorian ja tutkimuksen historiallista kehitystä. Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen avulla voidaan arvioida nykyisiä käytäntöjä tai kehittää ja päivittää käytännön suosituksia sekä työhön liittyviä menettelytapoja. Hajanaiset tai pirstaleisetkin aiheet soveltuvat hyvin tarkasteltaviksi, jos



tavoitellaan hyvien käytäntöjen edistämistä kliinisessä työssä tai koulutuksessa uutta tietoa tuottamalla. (Kangasniemi ym., 2013, ss. 294–295)

Alaluvussa 5.1 on kuvailevan kirjallisuuskatsauksen kirjallisuuslähteiksi valikoitunut aineisto, joka käsittelee erilaisia eläinavusteisiin menetelmiin liittyviä tutkimuksia sekä Suomesta että ulkomailta. Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen menetelmäperustaisesti tämäkin aineisto voi palvella nykyisiä käytäntöjä arvioivana ja kehittävänä. Aineiston avulla on mahdollista tavoitella toimivampien käytäntöjen edistämistä.

## **7.1 Eläinavusteisuuden mahdollisuudet lasten ja nuorten tukemisessa koulumaailmassa**

Savilaakson (2021) pro gradu -tutkielmassa on tarkasteltu eläinavusteisuuden mahdollisuuksia lasten ja nuorten osallisuuden tukemisessa erityisesti koulumaailmassa. Vaikka toimintaympäristö poikkeaa sairaanhoitajan tyypillisistä ympäristöistä, tutkielmassa on kyse nimenomaan lasten ja nuorten osallisuudesta, joka taas on olennaista hoitotyössäkin. Siksi tutkielma valikoitui opinnäytetyöhömme. Tutkielman tutkimustehtävänä oli selvittää, kuinka Green Care -menetelmät rakentavat lasten ja nuorten osallisuutta sekä mahdollistavat heidän erilaisten tarpeidensa huomioimisen. (Savilaakso, 2021, s. 19)

Tutkielman aineistonkeruu toteutettiin haastatteluna, jonka tutkimusjoukkoon kuului varhaiskasvatuksen ja perusopetuksen opettajia ja Green Care –palveluntuottajia. Myös opettajilla oli Green Care -koulutusta taustallaan. Tutkielman tulosten mukaan koirien avulla oli rauhoitettu ilmapiiriä, opetettu tunne- ja empatiataitoja sekä voitu antaa palkintohetkiä. Myös koulupudokkaita oli voitu motivoida kouluun tulemiseen koirien avulla. Muuten eläinavusteisuuden hyödyntäminen mainittiin itsetunnon vahvistamisessa esimerkiksi onnistumisen kokemusten kautta ja arjen taitojen opettelussa. (Savilaakso, 2021, ss. 21, 27–28)

Tutkielman haastatteluissa oli mainittu psyykkisten ja fyysisten rajoitteiden huomiointi tärkeäksi, jotta ne eivät muodostuisi eläinavusteisen toiminnan esteeksi. Näiden asioiden huomiointia helpotti ammattitaidon hyödyntäminen toimintaa suunniteltaessa, ja aikuiset kuvailivat itseään toiminnan mahdollistajina. Erityisesti eläinavusteisissa menetelmissä aikuisten vetovastuu takasi

eläinten hyvinvoinnin, kun taas muissa Green Care -menetelmissä, kuten luontoympäristössä tai puutarhan hoidossa, lapset ja nuoret saivat enemmän vaikutusvaltaa. Haastatteluissa kuitenkin nähtiin lasten ja nuorten osallisuuden lisääntyvän toiminnan myötä, mikä taas ehkäisi syrjäytymistä. (Savilaakso, 2021, ss. 32–33)

Savilaakson (2021, ss. 34, 36–37) tutkielma summasi Green Care -menetelmien hyödyiksi mukautuvuuden ja joustavuuden, koska menetelmiä pystyi muuntamaan asiakasryhmän erilaisten tarpeiden mukaisesti. Lisäksi menetelmien mahdollistama pitkäjänteisyys nähtiin hyväksi, sillä kertaluontoisen elämyksen voimaannuttavuudesta huolimatta myös kauaskantoinen tavoitteellisuus oli asiakasryhmiä ajatellen eduksi. Eläinten avulla oli mahdollista lisätä erityisesti tarkkaavaisuushäiriöisten lasten keskittymistä ja rentoutumista. Eläin myös helpotti lapsilla oman itsensä hyväksymistä ja lapsen olemista sellaisena kuin hän on.

## **7.2 Ratsastusterapian vaikutuksista autismikirjoa sairastavien lasten ja nuorten puheeseen ja kognitiivisiin kykyihin**

Korealaisessa tapaustutkimuksessa oli tarkasteltu kahdeksan viikon ajan ratsastusterapian ja tavanomaisen terapian eroja tutkimusryhmässä, jossa oli yhteensä 29 autismikirjoon kuuluvaa tai kehitysvammaista lasta. Lapset oli jaettu ryhmään, joka sai tavanomaisen terapian lisäksi ratsastusterapiaa kerran viikossa ja verrokkiryhmään, joka sai vain tavanomaista terapiaa. Tutkimuksessa vertailtiin mahdollisia muutoksia puheessa ja kognitiivisissa kyvyissä. Lapset olivat 6–13-vuotiaita ja diagnoosista huolimatta heillä täytyi olla kyky ymmärtää yksinkertaisia ohjeita. (Kwon ym., 2019)

Tutkimuksen alussa puheterapeutit ja toimintaterapeutit arvioivat lasten kykytasoa kuntoutuksessa yleisesti käytettyjen testien mukaisesti. Ryhmien välillä ei ilmennyt etukäteen merkittäviä eroja kielitaidossa tai kognitiivisessa toiminnassa. Osalle tuotti haasteita testien tekeminen, koska kielelliset taidot eivät yltäneet niistä suoriutumiseen, mutta testeissä haasteita kokeneet lapset sijoittuivat tasaisesti kumpaankin ryhmään. Tutkimusjakson jälkeen tavanomaisen terapian lisäksi ratsastusterapiaa saanut ryhmä suoriutui niin kielellisistä kuin kognitiivisistakin testeistä verrokkiryhmää paremmin eri osa-alueilla vertailtuna. Kielellisistä osa-alueista paranivat sekä ilmaisu että vastaanotto. Toisaalta kummassakin lapsiryhmässä testitulokset yleisesti

paranivat. Eri ryhmien välillä ei ollut eroa siinä, kuinka suuresti saman osa-alueen tulokset paranivat. Ratsastusterapiaa saaneiden ryhmässä testitulokset kuitenkin paranivat useammalla osa-alueella kuin verrokkiryhmässä. (Kwon ym., 2019)

Tutkijaryhmä totesi lopussa tutkimuksen vaativan pitkäjänteisempää tarkastelua, jotta tulokset olisivat luotettavampia ja vertailukelpoisempia. Nyt tutkimus ei kertonut, olivatko muutokset kielellisissä ja kognitiivisissa taidoissa hetkellisiä vai pysyviä. Lisäksi olisi tärkeää tarkemmilla tutkimuksilla määritellä sopivaa ratsastusterapian käyntikertojen lukumäärää sekä ajoitusta ja aloitusikää. Tässä tutkimuksessa ei myöskään huomioitu tavanomaiseen terapiaan liittyneitä mahdollisia muuttujia. (Kwon ym., 2019)

### **7.3 Ratsastusterapian pitkäaikaisvaikutuksia autismikirjoa sairastaviin lapsiin ja nuoriin**

Myös yhdysvaltalainen satunnaistettu tutkimus oli tarkastellut ratsastusterapian pitkäaikaisvaikutuksia 6–16-vuotiailla lapsilla ja nuorilla, joilla on autismikirjon diagnoosi. Tutkijoiden taustat sijoittuivat Coloradon ja Pohjois-Carolinan yliopistoihin sekä Coloradon lastensairaalaan. Heidän osaamisalueensa kohdistuivat lääketieteen lisäksi lasten kehitykseen, ihmisen ja eläimen yhteyteen sekä eläinlääketieteeseen. Tässäkin tutkimuksessa oli vertailtu ratsastusterapiaa saaneita ja verrokkiryhmää toisiinsa, mutta seuratun kymmenen viikon lisäksi vaikutusten tarkasteluun oli palattu vielä kuuden kuukauden kuluttua. Erityisesti haluttiin selvittää, säilyvätkö kymmenen viikon aikana tapahtuneet merkittävät muutokset ärtyneisyydessä, yliaktiivisuudessa sekä sosiaalisissa ja kommunikaatio-aidoissa vielä puolen vuoden päästä. (Gabriels ym., 2018)

Tutkimuksessa ratsastusterapiaa saaneita oli 36, ja verrokkiryhmään kuului 28. Ennen varsinaisen toiminnan alkamista arvioitiin lasten ja nuorten lähtötilanne täyttämällä perustietolomake sekä tarkkailemalla heidän sanavarastoaan ja sosiaalista kommunikointiaan. Myös heti kymmenen viikon käyntien jälkeen tilanne arvioitiin uudelleen. Ratsastusterapiatunnit kestivät kerralla 45 minuuttia, ja niille osallistui kahdesta neljään lasta tai nuorta. Verrokkiryhmäläiset näkivät hevosia vain kaukaa. Tutkimuksen vaikuttavuutta arvioitaessa käytettiin lomaketta, joka oli yleisesti

käytössä autismin kirjoa arvioitaessa. Se koostui 58 osa-alueesta, joilla seurattiin lapsen tai nuoren ongelmakäyttäytymistä ja itsesäätelyä. (Gabriels ym., 2018)

Ratsastusterapiaa saaneiden ryhmällä sekä ärtyneisyys että yliaktiivisuus vähenivät seurannan aikana. Kuitenkin kuuden kuukauden jälkeen yliaktiivisuuden kohdalla erot eivät olleet enää niin merkittäviä, kun tuloksia verrattiin verrokkiryhmän kanssa. Sanojen käyttötavalla ja sanavaraston laajuudella mitaten ratsastusterapiaa saaneiden ryhmällä oli merkittävä ero parempaan lähtötilanteen ja kuuden kuukauden seuranta-ajan välillä. Sen sijaan heti terapiajakson jälkeisen ja kuuden kuukauden välillä ei ollut niin suurta eroa. Sosiaalisessa toiminnassa ja kommunikaatiokäyttäytymisessä havaittiin huomattavia muutoksia ratsastusterapiaa saaneilla. Tutkijaryhmä peräänkuulutti terapiamuodon lisätutkimuksia, jotta erityisesti ärtyneisyyden takia määrättyä rauhoittavien lääkkeiden käyttöä voitaisiin vähentää lapsilla ja nuorilla, joilla on diagnosoitu autisminkirjon oireilua. (Gabriels ym., 2018)

#### **7.4 Koira-avusteisuuden vaikutuksia lasten ja nuorten tarkkaavaisuuteen**

Toinenkin pro gradu -tutkielma sijoittui koulumaailmaan, mutta tarkasteli erityisesti koiran vaikutusta erityisluokan oppilaiden tarkkaavaisuuden kohdentamiseen ja ylläpitämiseen. Jälleen toimintaympäristö on eri kuin yleensä hoitotyössä. Toisaalta erityisluokan oppilaat ja heidän kanssaan toimimista helpottavat keinot kuuluvat vahvasti opinnäytetyön aiheeseen, jolloin tästä tutkielmasta voisi olla opittavaa ja siirrettävää myös hoitotyön maailmaan. Tämä laadullinen tapaustutkimus toteutettiin videoimalla, havainnoimalla sekä keräämällä opettajalta arviointilomake jokaisen oppilaan tarkkaavaisuuspiirteistä. Tutkimuksessa havainnoitiin kolmen päivän ajan kahdeksaa tarkkaavaisuushäiriöistä erityisluokan oppilasta. Olennaista oli vertailla tilanteita, joissa koira oli mukana luokassa, ja joissa koira oli poissa (Peltoniemi, 2017, s. 28).

Pro gradu -tutkielmaa varten laaditun tarkkailulomakkeen avulla lasten tarkkaavaisuutta seurattiin kahdeksan minuutin yhtäjaksoisen ajan verran sekä koiran aikana, että ilman koiran läsnäoloa. Lomakkeeseen kirjoitettiin sekunnin tarkkuudella tarkkaavaisuuden loppumisesta ja alkamisesta sekä mahdollisuuksien mukaan myös tarkennuksia siitä, miksi näin tapahtui. Jokainen kahdeksasta lapsesta oli eritelty, mutta myös tehty tunnistamattomaksi koodeilla P1–P8. Videoinnin avulla tutkimukseen oli mahdollista palata uudelleen ja näin vahvistaa luotettavuutta ja toistettavuutta.

Verrattain lyhyellä tutkimusajalla oli mahdollista taata vääristymien poisjäänti, koska havainnointiin ja merkintöihin oli mahdollista keskittyä helpommin. (Peltoniemi, 2017, ss. 33–34)

Videoinnissa oli otettu huomioon, että lapset olivat sellaiseen tottuneita, eikä se näin ollen vääristänyt tuloksia lasten käyttäytymiseen vaikuttamalla. Videoita käytettiin vain tutkimustarkoitukseen, ja niiden säilytys tapahtuu asianmukaisesti salanasuojattuna. Samoin tutkijaa sitoi viranomaisen rooli, johon kuuluu vaitiolo- ja salassapitovelvollisuus tutkimuksen päätyttyäkin. (Peltoniemi, 2017, ss. 36, 48)

Tilanteissa, joissa koira oli paikalla luokassa, oppilaiden tarkkaavaisuuden kohdentuminen tarkkaavaisuuden kohteena olleeseen asiaan välittömästi parani viiden oppilaan kohdalla, mutta kolmen oppilaan kohdalla huononi. Samoin tapahtui tilanteissa, joissa tarkkaavaisuuden kohdentuminen viiveellä tarkkaavaisuuden kohteena olleeseen asiaan parani koiran läsnä ollessa. Tarkkaavaisuuden kohdentaminen siis sekä välittömästi että viiveellä parani koiran ollessa luokassa. (Peltoniemi, 2017, ss. 56–57)

Tarkkaavaisuuden ylläpitäminen taas parani seitsemällä oppilaalla koiran aikana ja yhdellä heikkeni. Viiden oppilaan tapauksessa tarkkaavaisuus keskeytyi koiran läsnä ollessa harvemmin kuin ilman koira. Toisaalta kahdella oppilaalla tulos oli toisinpäin. (Peltoniemi, 2017, s. 59)

Opettajan arviointilomakkeen mukaan koiran luokassa ollessa oppilaat olivat motivoituneempia keskittymään ja tekemään tehtäviä, haastaviakin tehtäviä. Yksi oppilas myös rauhoittui paremmin tekemään tehtäviä tai malttoi odottaa vuoroaan. Koiran läsnäolo vaikutti tarkkaamattomuuteen positiivisesti. Joihinkin koiran paikalla olo ei vaikuttanut, mutta se ei myöskään vaikuttanut yhteenkään oppilaaseen negatiivisesti. Enemminkin koiralla arvioitiin olevan positiivisia vaikutuksia motivaatioon ja tunnetilaan. Koiran aikana erään oppilaan oli helpompi iloita onnistumisestaan. (Peltoniemi, 2017, ss. 70–72)

Koiran läsnäolo helpotti oppilaiden tukeutumista toimintaa strukturoiviin apuvälineisiin tai opettajan saatavilla oloon. Koiran paikalla ollessa oppilaiden oli helpompi jakaa ja uudelleensuunnata keskittymistään. Oppilaita motivoi, että kaikki tehtävät tehtyään hän sai antaa koiralle namin tai tehdä jonkin tehtävän tämän kanssa. Koira hyödynnettiin esimerkiksi niin, että

se noppaa pyörittämällä antoi jokaiselle puheenvuoron, mikä vaikutti kannustavasti oppilaiden oman vuoron odottamisen taitoon. Myös tunnin jälkeen koiran kanssa vietetty hetki saattoi helpottaa joidenkin oppilaiden keskittymistä. Koiran paikalla olo tuki tunteiden näyttämistä muun muassa empatian kohdalla sekä oppilaiden iloisuutta. (Peltoniemi, 2017, ss. 73–74)

## **8 Opinnäytetyön tulosten tarkastelu ja johtopäätökset**

Tiedon kohde ja käytön moninaisuus tukevat kuvailevaa kirjallisuuskatsausta menetelmänä hoito- ja terveystieteitä käsittelevissä aihealueissa, koska menetelmä on ilmiölähtöistä ja ymmärtämään tähtäävää. Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen menetelmällinen tutkiminen ja kehittäminen auttavat arvioimaan myös sen avulla tuotetun tiedon luotettavuutta ja eettisyyttä. Menetelmän soveltuvuutta ja kehittämiskohteita voidaan lopulta arvioida tuotetun tiedon perusteella. (Kangasniemi ym., 2013, s. 299)

Tulosten tarkastelu on olennainen, mutta usein vähemmälle huomiolle jäänyt osa-alue kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa. Vaikka painotus onkin valittujen aineistojen esiintuonnissa, siis kirjallisuusperusteisuudessa, olennainen osa on kuitenkin myös tuotetun tuloksen pohdinta. Kun tuotettua tulosta kootaan ja tiivistetään, sitä samalla myös verrataan laajemmin jo olemassa olevaan käsitteellisyden, yhteiskunnallisen ja teoreettisuuden kontekstiin. Myös tutkimuskysymysten hyvä tieteellinen kritisointi saattaa kuulua tähän osa-alueeseen. Käsittelyn abstraktiotasoa, tulevaisuuden haasteita, kysymyksiä, jatkotutkimushaasteita ja johtopäätöksiä voidaan esitellä myös. (Kangasniemi ym., 2013, s. 297)

Seuraavien alaotsikoiden alla on koontia siitä, minkälaisia johtopäätöksiä tutkimuskysymysten avulla oli löydettävissä tästä kuvailevasta kirjallisuuskatsauksesta. Osa huomioista voisi sopia minkä vain alaotsikon alle, mikä olikin tyypillistä kuvailevaa kirjallisuuskatsausta tehtäessä. Aineisto siis täydentää ja kommentoi itseään, näyttää ilmiökeskeisesti käsiteltävää asiaa eri lähtökohdista.

## **8.1 Eläinavusteisuuden terveys- ja hyvinvointivaikutuksia lasten ja nuorten neuropsykiatristen häiriöiden hoidossa ja oireiden hallinnassa**

Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tuloksissa ilmeni mahdollisuuksia eläinavusteisten menetelmien keinoin tukea neuropsykiatrisesti oireilevien lasten ja nuorten tarkkaavuuden suuntaamista ja ylläpitämistä. Tästä voisi olla hyötyä koulumaailman lisäksi myös hoitotyössä, jos annetaan esimerkiksi psykoedukaatiota lapsen diagnoosista tai vaikka toimintaohjeita otettaessa lääkeainepitoisuuksia laboratorionäytteinä. Toisaalta tarkkaavuutta tarvitaan arjessa jatkuvasti. Esimerkiksi jo pelkät aamutoimet ovat tarkkaavaisuutta vaativien pienten tehtävien summa, mitä ei tulla ajatelleeksi, jos ne eivät tuota haasteita. Arjessa pärjäämisen tukemisella on hyvinvointivaikutuksia neuropsykiatristen häiriöiden hoidossa ja oireiden hallinnassa.

Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tulosten mukaan jo eläimen läsnäololla oli ollut positiivisia vaikutuksia lasten motivaatioon, tunnetilaan ja kykyyn hallita impulsiivisuutta esimerkiksi odotettaessa tai vaikeisiin tehtäviin keskittyttäessä. Tuloksissa ilmeni myös mahdollisuus eläimen läsnäolon avulla rauhoittua keskittymiseen ja näin siis tukea neuropsykiatrisesti oireilevalle lapselle usein haasteellista itsesääätelyä. Lisäksi tähän saattoi vaikuttaa tuloksissa mainittu ilmapiirin rauhoittuminen eläimen avulla, sillä ilmapiirillä on vaikutuksia lapsen kokemiin tuntemuksiin.

## **8.2 Eläinavusteisuuden hyödyntäminen tällä hetkellä lasten ja nuorten neuropsykiatristen häiriöiden hoitotyössä ja kuntoutuksessa**

Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tulosten mukaan ratsastusterapian avulla vähennettiin neuropsykiatrista oireilua, kuten ärtyneisyyttä ja yliaktiivisuutta sekä vaikeuksia sosiaalisissa kanssakäymisissä ja kommunikaatiotaidoissa. Tuloksissa ilmeni myös sanojen käyttötavan ja kielellisen ilmaisun parantumista, kielellisen ilmaisun vastaanoton vahvistumista sekä sanavaraston laajenemista, mikä kaikki taas vähentää keinottomuutta ja turhautumista itsensä ilmaisun vaikeuksissa ja siitä johtuvassa häiriökäyttäytymisessä. Samalla tavalla vaikuttaa kognitiivisten taitojen vahvistuminen, joka myös tuli kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tuloksissa ilmi.

Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tuloksissa kuvattiin eläinavusteisuuden helpottaneen lasten tunteiden ilmaisua ja hyväksyntää. Eläimen paikalla ollessa oli myös ollut helpompaa ottaa tarvittua apua vastaan joko strukturoiduin apuvälinein tai ammattilaisen muodossa, mikä niin ikään tukee neuropsykiatristen oireilun vähenemistä tai hyväksymistä. On vaikeaa tulla autetuksi, jos ei haluaisi ottaa apua vastaan. Tulosten mukaan eläinten mahdollistaman osallisuuden kokemuksen kautta oli mahdollisuus vaikuttaa vähentävästi syrjäytymiseen.

Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tulosten mukaan eläinavusteisten menetelmien mahdollistama pitkäjänteisyys työskentelyssä tuki erityisesti neuropsykiatrisesti oireilevia. Kauaskantoisesta tavoitteellisuudesta oli todettu olevan etua juuri tässä asiakasryhmässä, vaikka esiin tuotiin myös kertaluontoisen elämyksen mahdollistama voimaannuttavuuden tunne. Tuloksien mukaan eläinavusteisuus tuki tarkkaavaisuushäiriöisillä lapsilla sekä keskittymistä että rentoutumista.

Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tuloksissa ilmeni mahdollisuuksia palkita lapsia eläinten kanssa vietetyillä hetkillä. Eläinten avulla oli siis saatu motivoitua neuropsykiatrisesti oireilevia lapsia sellaisissa asioissa, joita he itse kokivat vaikeiksi, esimerkiksi jopa kouluun tulemisessa. Kuten kaikkialla hoitotyössä, ihmisen kokonaisvaltainen huomioiminen on tärkeää, niinpä myös neuropsykiatrisesti oireilevan lapsen hoitotyötä ja kuntoutusta ajatellessa on tärkeää huomioida lapsen mahdollisuudet käydä koulua ja tukea näin onnistumisen, osallisuuden ja sosiaalisuuden kokemuksia.

### **8.3 Eläinavusteisuuden hyödyntämisen mahdollisuudet tulevaisuudessa**

Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tuloksissa eläinavusteiset menetelmät oli todettu mukautuviksi ja joustaviksi eri asiakasryhmien tarpeiden mukaisesti. Juuri muuntautuvuus saattaisi olla avainasemassa eläinavusteisten menetelmien uusia käyttötilanteita ja -mahdollisuuksia kehiteltäessä. Lisäksi muuntautuvuuden avulla saattaisi olla huomioitavissa psyykkiset ja fyysiset rajoitteet, jotka saattaisivat muuten olla eläinavusteisen toiminnan esteenä.

Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tuloksissa tuotiin ilmi mahdollisuus ratsastusterapian avulla vähentää rauhoittavien lääkkeiden tarvetta autismikirjon oireiden hoidossa, mutta tämä asia oli tarkempia selvityksiä vailla. Eläimen avulla oli kuitenkin helpotettu neuropsykiatrisesti oireilevan



lapsen itsensä hyväksymistä sekä olemista sellaisena kuin hän oli. Yksittäisten lasten ja nuorten kohdalla jo ennen varmoja tutkimustuloksia voisi eläinavusteisuuden mahdollisuuksia kokeilla, mahdollisesti jo ennen kuin tilanne alkaisi vaikuttaa toivottomalta.

Tutkimustulokset aiheen tiimoilta nostavat esiin lukuisia eläimen hyvinvointivaikutuksia. Osa tutkimuksista on myös huomionnut ihmisen erkaantumisen eläimistä ja luonnosta ja sen vaikutuksen hyvinvoinnillemme. Ennen eläimet ja maatila on ollut useimmille ihmisille arkipäivää, eikä hyvinvointivaikutuksia ole osattu huomioida erikseen. Tästä syystä eläinavusteisuutta tai eläimen hyvinvointivaikutuksia ei ole ehkä osattu tai ymmärretty tutkia lainkaan, mikä ehkä on osasyynä sille, että aihe on saanut paljon huomiota.

Neuropsykiatrinen oireilu vaikuttaa lapsen minäkuvaan ja itsetuntoon. Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tulosten mukaan eläinavusteisilla menetelmillä oli vahvistettu lasten itsetuntoa onnistumisen kokemuksilla. Myös osallisuutta ja arjen taitojen hallintaa oli saatu lisättyä. Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tuloksissa esitettiin tarve tutkia, missä iässä ja millä intensiteetillä ratsastusterapia kannattaa aloittaa. Tarvitseeko aina odottaakaan varsinaista diagnoosia, vai voisiko eläinavusteisuuden helpommin toteutettavia menetelmiä soveltaakin jo neuropsykiatrisen oireilun ilmetessä? Voisiko lapsi perheen koiran avulla huomata oma hyväksyttävyytensä tai ollakin lohduttamassa perheen kissaa, jos oikeasti häntä itseään jännittäisi erilaiset tutkimukset?

Eläimen kohdatessa ja eläimen kanssa vuorovaikutussuhteessa ollessa herää aina jokin tunne. Eläin pystyy pyyteettömällä läsnäolollaan tuottamaan turvallisuuden tunnetta sekä peilaamaan omia tunteitamme takaisin ja se on tarpeellista ihan jokaiselle, vaikkei neuropsykiatrista oireilua olisikaan. Merkittävää myös oli, että eläinavusteisuuden hoitavuuteen tulee syvyyttä nimenomaan terapeutin tai muun ammattilaisen sanoittaessa eläimen ja neuropsykiatrisesti oireilevan lapsen kohtaamista.

Eläinavusteisuuden hyvinvointivaikutukset perustuvat kuitenkin aina henkilön omaan kokemukseen, eikä aina ole helposti selitettävä tai kuvailtava. Siksi lukuisista tutkimuksista huolimatta ei jokaiseen tilanteeseen olekaan valmista vertailtavaa mittaria, minkä verran eläinavusteisuudella on missäkin tapauksessa voitu vähentää muuta terapiaa, lääkityksen tarvetta,

häiriökäyttäytymistä, sosiaalisia ristiriitoja, ahdistusta, neuropsykiatrisesta oireilusta johtuvia perheen sisäisiä konflikteja, kuormittuneisuutta tai arjenhallinnanvaikeuksia. Silti tutkimusten mukaan hyvinvointivaikutuksia on ollut.

Opinnäytetyön työelämäyhteistyö prosessin aikana alleviivasi erityisesti tietoisuuden lisäämisen tärkeyttä. Vaikka yhtä ainoaa oikeaa eläinavusteisuuden menetelmää ei olekaan tarjota kaikkialle hoitotyön maailmaan, tärkeintä on lisätä tietoisuutta ja muistuttaa eläinavusteisuuden mahdollisuuksista ja olemassaolosta. Eläinavusteisuuden vaikutukset neuropsykiatrisesti oireilevien lasten ja nuorten sekä heidän perheidensä elämässä voivat olla merkittäviä pienilläkin eläinavusteisuuden keinoilla, saati sitten systemaattisemmilla eläinavusteisilla terapioilla. Mitä enemmän eläinavusteisuuden mahdollisuuksista puhutaan, sitä paremmin se jää hoitotyön ammattilaisten mieliin ja sitä useampi avuntarvitsija voi tulla autetuksi.

## **9 Työelämäyhteistyön palaute opinnäytetyöprosessista ja valmiista opinnäytetyöstä**

Pyysimme opinnäytetyön prosessin loppuvaiheilla työelämäyhteistyöltä palautetta. Saadun palautteen mukaan aiheeseen on perehdytty huolellisesti. Tiedossa olevana haasteena oli eläinavusteisen psykoterapeuttisen työskentelyn nuoruus Suomessa. Neuropsykiatrisesti oirehtivien lasten parissa eläinavusteinen psykoterapeuttinen työskentely on vasta viime aikoina saavuttanut sellaisen aseman, että sairaanhoitopiirien on ollut mahdollista sitä tarjota lapsipotilailleen. Palautteen mukaan opinnäytetyössä on tutustuttu varsin kattavasti kirjallisuuteen. Lisäksi sen mukaan opinnäytetyön tekijöinä olemme olleet kiinnostuneita siitä, miten käytännön eläinavusteinen työskentely neuropsykiatrisesti oirehtivien lasten terapiaprosesseissa on vaikuttanut lapsipotilaisiin ja heidän perheisiinsä.

Opinnäytetyön tekijöinä olemme pohtineet aihealuetta eri näkökulmista asettumalla positioon, jossa teoreettisuus kirjallisuuden kautta kohtaa käytännön hoidollisen työskentelyn. Samalla olemme laatineet opinnäytetyön, joka on laadullisesti merkittävä. Työelämäyhteistyö toivoo opinnäytetyön olevan tulevaisuudessa saatavilla perusterveydenhuollossa niissä toimipisteissä, joissa kohdataan neuropsykiatrisia erityispiirteitä omaavia lapsia ja heidän perheitään. Terapiapalvelu Breyting on ajatellut jakaa työn kolmen sairaanhoitopiirin lasten - ja

nuorisopsykiatrian poliklinikoille, jotka lähettävät neuropsykiatrisia erityispiirteitä omaavia potilaita eläin- ja hevosavusteiseen psykoterapiaan Terapiapalvelu Breytingiin. Yhteistyö opinnäytetyön tekijöiden ja työelämäyhteistyön välillä on ollut kiinnostavaa, ja opinnäytetyön tekijöiden kysymyksenasettelu on haastanut molempia osapuolia pohtimaan eläin- ja hevosavusteista työskentelyä neuropsykiatristen erityispiirteiden kanssa elävien lasten ja heidän perheidensä kannalta.

## Lähteet

- Aalto-Setälä, T., Huikko, E., Appelqvist-Schmidlechner, K., Haravuori, H. & Marttunen, M. (2020). *Kouluikäisten mielenterveysongelmien tuki ja hoito perustason palveluissa. Opas tutkimiseen, hoitoon ja vaikuttavien menetelmien käyttöön*. THL.  
<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-547-6>
- ADHD [aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö]; Käypä hoito -suositus. (2019). Suomalainen Lääkäriseura Duodecim. <https://www.kaypahoito.fi/hoi50061>
- Alasorvari, V. & Hopiavuori, A. (2014). *Koira-avusteinen pedagogiikka varhaiskavatuksessa*. [pro gradu –tutkielma, Jyväskylän yliopisto]. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-201406182091>
- Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto Arene ry. (2020). *Ammattikorkeakoulujen opinnäytetyöiden eettiset suositukset*. <http://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULUJEN%20OPINN%C3%84YTET%C3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf?t=1578480382>
- Autismiliitto. (n.d.). *Aspergerin oireyhtymä*.  
[https://www.autismiliitto.fi/autismikirjo/aspergerin\\_oireyhtyma](https://www.autismiliitto.fi/autismikirjo/aspergerin_oireyhtyma)
- Berry, A., Borgi, M., Francia, N., Alleva, E. & Cirulli, F. (2013). Use of Assistance and Therapy Dogs for Children With Autism Spectrum Disorders: A Critical Review of the Current Evidence. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine* 19(2).  
<https://doi.org/10.1089/acm.2011.0835>
- Breyting (2021). <https://www.breyting.fi>
- Gabriels, R., Guérin, N.A., Dechant, Br. & Mesibov, G. (2018). Long-Term Effect of Therapeutic Horseback Riding in Youth With Autism Spectrum Disorder. A Randomized Trial. *Frontiers in Veterinary Science*. <https://doi.org/10.3389/fvets.2018.00156>
- Hämeen Ammattikorkeakoulu. (2020). *Opinnäytetyöopas*. Toimintaohje opinnäytetyöprosesseihin:  
<https://www.hamk.fi/opiskelijan-ohjeet/opinnaytetyo/>
- Haapala, E., Hautamäki, L., Ramadan, F., Ranta, P. & Suomela-Markkanen, T. (2018). *Eläinavusteinen terapia. Katsaus tutkimuskirjallisuuteen ja toimintaan Suomessa*. Kela.  
<http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2018070631430>
- Honkanen, T. (2013). *Turpaterapiaa ja karvaista kaveruutta: Ihmisen ja eläimen välinen suhde sekä eläinten koetut vaikutukset hyvinvointiin ja elämäntyytyväisyyteen*. [pro gradu –tutkielma, Tampereen yliopisto]. <http://urn.fi/urn:nbn:fi:uta-1-24033>

- HUS. (n.d.). *Neuropsykiatriset häiriöt lapsilla*. <https://www.hus.fi/hoidot-ja-tutkimukset/neuropsykiatriset-hairiot-lapsilla>
- Huttunen, M. (2018). *Nykimishäiriö (Touretten oireyhtymä)*. Lääkärikirja Duodecim. Kustannus Oy Duodecim. <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00524>
- Jeltsch, J. (2014). *Eläinavusteisen työskentelyn mahdollisuudet sosiaali- ja terveysalalla*. <https://docplayer.fi/105282650-Elainavusteisen-tyoskentelyn-mahdollisuudet-sosiaali-ja-terveysalalla.html>
- Kangasniemi, M. Utrainen, K., Ahonen, S.-M., Pietilä, A.-M., Jääskeläinen, P. & Liikanen, E. (2013). Kuvaileva kirjallisuuskatsaus: eteneminen tutkimuskysymyksestä jäsenettyyn tietoon. *Hoitotiede*, 25(4), 291–301. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:ELE-1614408>
- Kwon, S., Sung, I. Y., Ko, E. J. & Kim, H. S. (2019). Effects of Therapeutic Horseback Riding on Cognition and Language in Children with Autism Spectrum Disorder or Intellectual Disability. A Preliminary Study. *Annals of Rehabilitation Medicine* 43(3), 279–288 . <https://doi.org/10.5535/arm.2019.43.3.279>
- Lämsä, R., Santalahti, P., Haravuori, H., Pentinmikko, A., Tuulio-Henriksson, A., Huurre, T. & Marttunen, M. (2015). *Neuropsykiatrisesti oireilevien nuorten hoito- ja kuntoutuspolut Suomessa*. [https://www.kela.fi/documents/10180/751941/Lämsä\\_ym+Tyopapereita78.pdf/8c842b4d-915e-4b57-9e16-18c601966a50](https://www.kela.fi/documents/10180/751941/Lämsä_ym+Tyopapereita78.pdf/8c842b4d-915e-4b57-9e16-18c601966a50)
- Lepola, M. (2020). *Eläinavusteisen sosiaalityön vaikutukset lastensuojelun asiakkaiden voimaantumiseen*. [pro gradu –tutkielma, Jyväskylän yliopisto]. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:juu-202008265648>
- Mielenterveystalo. (n.d.). *Asperger*. <https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/Tietopankki/Diagnoosi-tietohaku/F84/Pages/F845.aspx>
- Peltoniemi, A. (2017). *Muutoksia erityisluokan oppilaiden tarkkaavaisuuden kohdentamisessa ja ylläpitämisessä koira-avusteista pedagogiikkaa käytettäessä*. [pro gradu –tutkielma, Helsingin yliopisto]. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:hulib-201711095671>
- Pitkänen, A. (2008). *Hevosvoimia. Hyvää oloa hevosharrastuksesta*. Kirjapaja Oy.
- Rutanen, N. (2019). *Tutkimuseettisestä sääntelystä elettyyn kohtaamiseen. Lasten ja nuorten tutkimuksen etiikka II*. <http://jultika.oulu.fi/files/nbnfi-fe202103238038.pdf>

- Salminen, A. (2011). *Mikä on kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyyppeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin*. Vaasan yliopiston julkaisuja.  
[https://www.uwasa.fi/materiaali/pdf/isbn\\_978-952-476-349-3.pdf](https://www.uwasa.fi/materiaali/pdf/isbn_978-952-476-349-3.pdf)
- Savilaakso, I. (2021). *Green care- menetelmät lasten ja nuorten osallisuuden mahdollistajina*. [pro gradu –tutkielma, Itä-Suomen yliopisto]. <http://urn.fi/urn:nbn:fi:uef-20210790>
- Soini, K., Ilmarinen, K., Yli-Viikari, A. & Kirveennummi, A. (2011). Green care sosiaalisena innovaationa suomalaisessa palvelujärjestelmässä. *Yhteiskuntapolitiikka* 76(3), 320–331.  
<http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe201209117839>
- THL. (2020). *Aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö*.  
<https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyshairiot/nuorten-mielenterveyshairiot/aktiivisuuden-ja-tarkkaavuuden-hairio>
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. (2012). *Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitleminen Suomessa*. <https://tenk.fi/fi/tiedevilppi/hyva-tieteellinen-kaytanta-htk>
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. (2019). *Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa*.  
[https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Ihmistieteiden\\_eettisen\\_ennakoarvioinnin\\_ohje\\_2019.pdf](https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2019.pdf)
- Vehmasto, E. (2021). *Suomalainen Green Care: Green Care –toimintatavan käsikirja & LuontoHoivan ja LuontoVoiman Laatutyökirja*. Luonnonvarakeskus ja Green Care Finland ry.  
<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-380-189-9>
- Vehmasto, E. & Lipponen, M. (2021). Eläinavusteinen psykososiaalinen kuntoutus. *Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim* 137(17), 1775–1780.  
<https://www.duodecimlehti.fi/duo16383>
- Vuori, J. (n.d.). *Tutkimuseettiikka ihmistieteissä*.  
<https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/tutkimuseettiikka/tutkimuseettiikka-ihmistieteissa/>