

Inka Kansi, Anni Kauppinen

Ei haukku haavaa tee

Esite koira-avusteisesta kasvatus- ja kuntoutustyöstä

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Toimintaterapeutti (AMK)

Toimintaterapian koulutusohjelma

Opinnäytetyö

8.4.2013

Tekijä(t) Otsikko Sivumäärä Aika	Inka Kansi, Anni Kauppinen Ei haukuu haavaa tee – Esite koira-avusteisesta kasvatus- ja kuntoutustyöstä 51 sivua + 7 liitettä 8.4.2013
Tutkinto	Toimintaterapeutti (AMK)
Koulutusohjelma	Toimintaterapian koulutusohjelma
Suuntautumisvaihtoehto	
Ohjaaja(t)	Lehtori Riitta Keponen Lehtori Sanna Piikki
Koirien merkitystä ihmisten hyvinvoinnin kannalta on viime vuosina käsitelty tutkimuksissa ja mediassa laajasti. Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa sosiaali-, terveys- ja kasvatusalojen ammattilaisille suunnattu esite yhteistyössä Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry:n kanssa. Esitteen tarkoituksena oli lisätä ammattilaisten tietoisuutta koira-avusteisesta kasvatus- ja kuntoutustyöstä. Opinnäytetyön teoreettisissa lähtökohdissa keskityttiin eläinavusteisten interventioiden lisäksi koira-avusteisen työskentelyn menetelmiin. Esitettä varten toteutettiin viisi teemahaastattelua, joilla pyrittiin selvittämään asiakkaiden subjektiivisia kokemuksia koira-avusteisesta kuntoutuksesta sekä sitä, miten suunnitellaan täsmällinen koira-avusteinen interventio. Haastattelut pohjautuivat Doris Piercen toiminnan terapeutin voiman malliin ja ne analysoitiin teorialähtöisen sisällönanalyysin menetelmin. Opinnäytetyön tuotoksena valmistui sähköisessä muodossa oleva esite, jonka Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry tulevaisuudessa painattaa sekä julkaisee internetsivuillaan. Esite kertoo lyhyesti yhdistyksen toiminnasta sekä käsittelee koira-avusteisen työn menetelmiä ja mahdollisuuksia. Teorian lisäksi esitteeseen on valittu sitaatteja ammattilaisten haastatteluista. Esitettä tullaan jakamaan ammattilaiskäyttöön esimerkiksi erilaisissa koulutustilaisuuksissa ja messuilla. Tuotoksen lisäksi opinnäytetyöraportti sisältää tutkimuksellisen osion, jossa käsitellään aineistonkeruuta sekä teemahaastatteluilla saatuja tuloksia. Haastattelujen tulosten perusteella voitiin todeta, että toiminnan terapeutin voiman malli on käyttökelpoinen apuväline koira-avusteisen intervention suunnittelussa. Jotta toiminta olisi asiakkaalle mahdollisimman vetoavaa ja tavoitteellista, on koira-avusteisessa työssä otettava huomioon samat toiminnan ulottuvuudet kuin missä tahansa sosiaali-, terveys- ja kasvatustalouden työssä. Asiakkaiden subjektiivisia kokemuksia koira-avusteisesta työstä olisi tarpeen tulevaisuudessa tutkia laajemmin, jotta työmuodon vaikuttavuudesta saataisiin enemmän näyttöä.	
Avainsanat	koira-avusteinen työ, kasvatus, kuntoutus, toiminnan terapeutin voiman malli

Author(s) Title	Inka Kansi, Anni Kauppinen A Brochure of Dog Assisted Education and Rehabilitation
Number of Pages Date	51 pages + 7 appendices 8 April 2013
Degree	Bachelor of Health Care
Degree Programme	Occupational Therapist
Specialisation option	
Instructor(s)	Riitta Keponen, Senior Lecturer Sanna Piikki, Senior Lecturer
The importance of dogs for the wellbeing of the human being has been widely discussed in research and in the media during the last years. The purpose of the thesis was to produce a brochure directed to the social, health care, and educational authorities in co-operation with Dogs in Education and Rehabilitation Association. The meaning of the brochure was to enhance the knowledge of the dog assisted education and rehabilitation amongst the professionals. In the theoretical basis of the thesis we concentrated both in the methods of the animal assisted interventions and the dog assisted education and rehabilitation. For the brochure we carried out five theme interviews which we hoped would help to clear the clients' subjective experience of the dog assisted rehabilitation and of how to plan an intact dog assisted intervention. The interviews were based on Doris Pierce's model "Occupation by Design - Building Therapeutic Power" and they were analyzed with the method of theory based contextual analysis. The output of the thesis is a brochure in an electronic form for which the Dogs in Education and Rehabilitation Association will print and publish in their website in the near future. The brochure gives brief information about the operation of the association and deals with the dog assisted intervention methods and possibilities. In addition to the theory some quotations from the interviews of the professionals have been chosen in the brochure. It will be handed out to professional use in different educational staff training days and exhibitions. In addition to the output the thesis includes a theoretical study in which the collection of material and the results from the interviews is dealt with. The results of the interviews show that Pierce's model is a useful tool in the planning of the dog assisted interventions. In order to make the occupation as appealing and goal-oriented as possible for the client it is important in the dog assisted work to take into account the same dimensions as in any social, health care and educational work. In the future it would be important to examine the subjective experiences of the clients more widely in order to have more evidence on the influence of this work method.	
Keywords	dog assisted work, education, rehabilitation, "Occupation by Design - Building Therapeutic Power"

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry	3
3	Eläinavusteiset interventiot	5
3.1	Eläinavusteinen kasvatustyö	7
3.2	Eläinavusteinen kuntoutustyö	9
4	Koirat kasvatus- ja kuntoutustyön tukena	11
4.1	Koira terapiaeläimenä	11
4.2	Koira-avusteisen työskentelyn menetelmät ja mahdollisuudet	12
5	Toiminnan terapeuttisen voiman malli	16
6	Aineistonkeruu ja analyysi	19
6.1	Aineistonkeruumenetelmät ja informantit	19
6.2	Teemahaastattelujen suunnittelu ja toteutus	21
6.3	Sisällönanalyysi	21
7	Teemahaastattelujen tulokset	25
7.1	Täsmällisyys	25
7.1.1	Suunnittelutaidot	25
7.1.2	Tavoitteenasettelu	27
7.1.3	Toiminnan soveltuvuus	29
7.2	Ainutlaatuisuus	33
7.2.1	Fyysinen ympäristö	33
7.2.2	Ajallinen ympäristö	35
7.2.3	Sosiokulttuurinen ympäristö	36
7.3	Vetoavuus	38
7.3.1	Tuotteliaisuus	38
7.3.2	Vahvistavuus	39
7.3.3	Mielihyvä	40
7.4	Johtopäätökset	41
8	Esite koira-avusteisesta kasvatus- ja kuntoutustyöstä	43
9	Pohdinta	45

Liitteet

Liite 1. Haastattelusuostumuslomake

Liite 2. Teemahaastattelurunko asiakkaille

Liite 3. Kirjallinen teemahaastattelu kuntoutujalle

Liite 4. Teemahaastattelurunko ammattilaisille

Liite 5. Taulukko ylä- ja alaluokista

Liite 6. Teemahaastattelujen yhteenveto

Liite 7. Esite Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry:lle

1 Johdanto

Aikojen kuluessa on kehitetty monia interventioita, jotka perustuvat uskomukseen siitä, että eläinten ja ihmisten välinen suhde on yhteydessä ihmisten hyvinvointiin. Kiinnostus eläinten terapeuttisista ominaisuuksista on kasvanut viimeisten vuosikymmenten aikana, kun media on alkanut laajasti käsitellä eläinten merkitystä ihmisten elämässä. (Fine - Beck 2010: 4.) Opinnäytetyömme käsittelee koirien käyttämistä apuna kasvatus- ja kuntoutustyössä. Koiria on verrattu lääkkeeksi, joka voi ilman sivuvaikutuksia vähentää masennusta, parantaa muistia, nostaa fyysisen aktiivisuuden tasoa sekä parantaa itseluottamusta ja kykyä olla vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa (Höök 2011b: 11).

Opinnäytetyömme tavoitteena oli suunnitella ja toteuttaa esite koira-avusteisesta kasvatus- ja kuntoutustyöstä yhteistyössä Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry:n kanssa. Esitettä varten pyrittiin teemahaastattelun keinoin selvittämään, miten suunnitellaan täsmällinen koira-avusteinen interventio ja millaisia kokemuksia asiakkailta on koira-avusteisesta kuntoutuksesta. Esite on suunnattu sosiaali-, terveys- ja kasvatusalojen ammattilaisille ja se perustuu opinnäytetyössä esiteltyyn teoriaan koira-avusteisesta työskentelystä. Teemahaastattelujen tulokset näkyvät esitteessä ammattilaisten sitaattien muodossa. Haastattelut pohjautuvat Doris Piercen (2003) toiminnan terapeuttisen voiman malliin, joka tarjoaa näkökulman terapeuttisen toiminnan tarkasteluun ja suunnitteluun. Malli esitellään ja sen käyttöä perustellaan tarkemmin opinnäytetyön teoreettisten lähtökohtien yhteydessä.

Opinnäytetyömme aihe on ajankohtainen, sillä eläinavusteinen työ on saamassa yhä enemmän näkyvyyttä Suomessa ja muualla maailmassa. Esimerkiksi Green Caren (2012) luonto-, eläin- ja maatila-avusteisista menetelmistä saatujen positiivisten käyttökokemusten avulla voidaan perustella myös koira-avusteisen kasvatus- ja kuntoutustyön hyödyllisyyttä. Green Care, ”vihreä hoiva”, on luontoon ja maaseutuympäristöön liittyvää tavoitteellista ja vastuullista toimintaa, jolla tietoisesti edistetään ihmisten hyvinvointia ja elämänlaatua. (Green Care Finland 2012.) Koira-avusteista työtä on viime vuosina käsitelty paljon myös mediassa: esimerkiksi heinäkuussa 2012 YLE (2012a) uutisoi internetsivuillaan tukikoirien käytön lisääntymisestä mielenterveystyössä Uudellamaalla. Samana keväänä Helsingin Sanomat (2012) haastatteli Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry:n puheenjohtaja Päivi Latvala-Sillmania koira-avusteisuudesta eri-

tyisopetuksen tukena. Suomen ulkopuolella aihetta on tutkittu sekä laadullisesti että määrällisesti jo varsin paljon. Aiheesta tehdyt kotimaiset tutkimukset ovat kuitenkin toistaiseksi lähinnä erilaisia sosiaali- ja terveysalan opinnäytetöitä ja pro gradu-tutkielmia.

Opinnäytetyöprosessi lähti liikkeelle mielenkiinnostamme selvittää, miten erityisesti koiria voidaan käyttää apuna toimintaterapiassa ja millaista koira-avusteista terapiaa Suomessa tehdään. Etsiessämme aiheesta kiinnostunutta yhteistyökumppania löysimme Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry:n, jonka jäsenet työskentelevät koira-avusteisesti sosiaali-, terveys- ja kasvatusaloilla. Ehdotimme ideaa esitteen tekemisestä, sillä yhdistys tarvitsi lisää keinoja tuoda koira-avusteiselle työskentelylle näkyvyyttä erityisesti ammattilaisten keskuudessa. Yhdistys kiinnostui osallistumaan projektiin, minkä myötä opinnäytetyömme laajeni käsittelemään pelkän toimintaterapian sijaan yleisemmin koira-avusteista kasvatus- ja kuntoutustyötä.

Raportissa käsitellään työmme kannalta keskeiset teoreettiset lähtökohdat. Eläinavusteiset interventiot ja niiden historia avataan yleisellä tasolla, ja erityisesti syvennyttään koira-avusteisen kasvatus- ja kuntoutustyön menetelmiin. Aineistonkeruuta käsittelevien lukujen jälkeen esitellään teemahaastattelujen tulokset ja johtopäätökset. Raportin lopussa kuvaillaan esitteen sisältöä, suunnittelua ja toteutusta. Valmis esite on opinnäytetyön liitteenä.

2 Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry

Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry on eri terveydenhuolto-, opetus-, ja sosiaalialojen ammattilaisten vuonna 2010 perustama yhdistys, joka tarjoaa koira-avusteiseen toimintaan liittyvää koulutusta ja vertaistukea. Sen tavoitteena on yhdistää koira-avusteisesta työmuodosta kiinnostuneita ihmisiä, kehittää koira-avusteista työtä sosiaali-, terveys- ja kasvatusalalla sekä edistää tietoisuutta ammatillisesta ja tavoitteellisesta koira-avusteisesta työstä. Kaksikielisen yhdistyksen kotipaikka on Helsinki, mutta toiminta-alueena on koko Suomi. Yhdistys tekee yhteistyötä ruotsalaisen Vårdhundskolanin kanssa. Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä on voittoa tavoittelematon yhdistys, joka järjestää jäsenilleen koulutusta koira-avusteisesta työmuodosta, pitää koirakoille, eli koirille ja niiden ohjaajille, soveltuvuustestejä sekä on mukana kansainvälisessä toiminnassa. Yhdistyksen jäseneksi voivat liittyä henkilöt, jotka ovat kiinnostuneita koira-avusteista työstä ja joilla on sosiaali-, terveys- tai kasvatustalon koulutus. Jäsenellä ei tarvitse olla omaa koira. (Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry 2011.)

Koira-avusteisessa työmuodossa tuetaan sekä edistetään koiran avulla ihmisen fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia sekä oppimista. Työ on tavoitteellista ja kasvatus-kuntoutuskoiran ohjaajalta edellytetään soveltuvaa pohjakoulutusta kasvatus-, sosiaali- tai terveydenhoitoalalta. Lisäksi ohjaajan tulee osallistua Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry:n järjestämään, viisi lähiopetusviikonloppua sisältävään koulutukseen, joka järjestetään yhdistyksen jäsenille kerran vuodessa. Kurssilla käsitellään kattavasti eri aloja, joilla voidaan työskennellä koira-avusteisesti. Luennoitsijoina toimii esimerkiksi kasvatustalon ammattilaisia, toiminta- ja fysioterapeutteja sekä koiran käyttäytymisen asiantuntijoita. Erilaisten käytännön harjoitusten avulla kurssilaiset voivat harjoitella työssään tarvitsemia taitoja yhdessä koiransa kanssa. Muita koulutuksen aikana käsiteltäviä teemoja ovat muun muassa asiakkaille suunniteltujen tavoitteellisten harjoitteiden dokumentointi, työmuodon tuominen uuteen työyhteisöön ja eettiset ohjeet, joiden turvin työmuoto on mahdollisimman miellyttävä paitsi työyhteisölle ja asiakkaille, myös koiralle. (Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry 2011.)

Jotta yhdistyksen jäsenet saisivat toteuttaa koira-avusteista työtä, on heidän suoritettava soveltuvuuskoe ja työnäyttö yhdessä koiransa kanssa. Soveltuvuuskokeessa yhdistyksen asiantuntijatuomarit arvioivat koirakon soveltuvuutta työhön erilaisten tehtävien avulla. Työnäytön koirakko voi suorittaa siinä vaiheessa, kun ohjaaja on käynyt yhdistyksen järjestämän koulutuksen ja koira on läpäissyt soveltuvuuskokeen. Työnäyttö

toteutetaan koirakon omalla työpaikalla tai sovitussa paikassa, jonne saapuu kaksi tai kolme tuomaria arvioimaan koirakon työskentelyä asiakkaiden parissa. Näytön läpäissyt koirakko on virallinen kasvatus- kuntoutuskoirakko, joka on oikeutettu käyttämään yhdistyksen virallisia liivejä. (Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry 2011.)

3 Eläinavusteiset interventiot

Eläinavusteiset interventiot (AAI, *animal assisted interventions*) on käsite, joka sisältää eläinavusteisen toiminnan (AAA, *animal assisted activities*), lääketieteellisesti suuntautuneen eläinavusteisen terapian (AAT, *animal assisted therapy*) sekä eläinavusteisen pedagogian ja kasvatustyön (AAE, *animal assisted education*). Eläinavusteinen toiminta eroaa kasvatuksesta ja terapiatyöstä siten, että sen sisältö on spontaania eikä sillä ole erityisiä mitattavia tavoitteita. Eläinavusteinen toiminta sisältää esimerkiksi käyntejä vanhustenkeskuksissa ja sairaaloissa, eikä sen toteuttamiseen tarvita ammatillista koulutusta. (Hart 2010: 59.) Opinnäytetyössä perehdytään tarkemmin eläinavusteiseen terapiaan ja kasvatustyöhön. Tässä työssä termillä *interventio* tarkoitetaan sosiaali-, terveys- tai kasvatusalan ammattilaisen toteuttamaa tavoitteellista asiakastilannetta tai prosessia.

Eläinavusteisilla interventioilla on maailmalla pitkä historia. 1600-luvun lopussa eläimiä käytettiin apuna lasten kasvatuksessa, kun lapsille haluttiin opettaa huolenpitoa ja vastuun ottamista. Myöhemmin, 1790-luvulla Englannin Yorkissa mielenterveyspotilaita rohkaistiin liikkumaan sairaalan pihaympäristössä ja hoitamaan pieniä lemmikkieläimiä. Huomattiin, että vuorovaikutus eläinten kanssa herätti potilaissa sosiaalisia ja hyvänthahtoisia tunteita. Lemmikeistä tuli oleellinen osa mielisairaita ja ne tekivät vankilamaisesta ympäristöstä kodikkaamman ja miellyttävämmän. Monet potilaat purkivat ahdistustaan kertomalla murheistaan eläimille. (Serpell 2010: 24-25, Palley – O'Rourke – Niemi 2010: 200.)

Kuitenkin vasta 1960-luvulla amerikkalainen lastenpsykiatri Boris Levinson herätti eläinten terapeutin arvon uudelleen henkiin pitämällä omaa koiraansa läsnä lasten psykoterapiaistunnoissa ja julkaisemalla kirjan sen positiivisista vaikutuksista. Vuonna 1977 eläinlääkäri Leo Bustad ja psykiatri Michael McCulloch perustivat Delta Societyn, organisaation, jonka tarkoituksena oli eläimen ja ihmisen positiivisen kanssakäymisen avulla tukea ihmisten terveyttä ja hyvinvointia. Bustad ja McCulloch kollegoineen olivat havainnoineet lemmikkien positiivisia vaikutuksia omistajiensa terveyteen sekä hyvinvointiin ja uskoivat, että asialle saataisiin lisää näyttöä tieteellisellä tutkimuksella. Tänä päivänä Delta Society kulkee nimellä Pet Partners ja tarjoaa laajasti sekä eläinterapiaa että koulutusta terapiaeläimille. (Palley ym. 2010: 200, PetPartners 2012.)

Jo pitkään on oltu tietoisia siitä, että eläimillä voi olla positiivinen ja jopa parantava vai-

kutus ihmisen terveyteen. Viimeisten kahdenkymmenen vuoden aikana tiedon lisääntymisen ja erilaisten tutkimusten ansiosta eläinten terapeuttiset vaikutukset ovat tulleet tieteellisesti tunnustettavammiksi. Useat tutkimukset ovat todistaneet eläinkontakteilla olevan joko lyhytaikaisia, rentouttavia vaikutuksia, tai jopa pidempiaikaisia, terveyttä edistäviä vaikutuksia. (Serpell 2010: 27-29.) On havaittu, että eläimille puhuminen ja niiden hoivaaminen lisää kehon tuottaman oksitosiinin määrää. Tuloksia on saatu myös dopamiinituotannon ja beta-endorfiinien lisääntymisestä sekä kortisolitason alenemisesta. Eläinten koskettamisen, silittelyn ja sylissä pitämisen on monissa tutkimuksissa osoitettu myös alentavan sykettä. (Fine ym. 2010: 11.) Eläimiä on käytetty jo pitkään oppaina ja vammaisapuna, mutta vähitellen on alettu ymmärtää, että niistä voi olla apua myös monien muiden sekä psykologisten että fyysisten ongelmien hoidossa (Corren 2010.) Useat, muun muassa Saksassa, Yhdysvalloissa ja Australiassa tehdyt tutkimukset ovat osoittaneet lemmikin omistamisen olevan yhteydessä fysiologiseen terveyteen, mikä on näkynyt lääkärikäyntien ja terveysongelmien vähäisessä määrässä lemmikittömiin henkilöihin verrattuna. (Friedmann - Heesook - Chia-Chun 2010: 90.)

Eläimen ja asiakkaan välinen vuorovaikutus on eläinavusteisen intervention ydin; vuorovaikutustilanteessa eläin luo ihmiseen molemminpuolisesti hyödyllisen ja dynaamisen suhteen, mikä motivoi asiakasta osallistumaan interventioon. Tämä suhde sisältää ihmisen, eläimen sekä ympäristön välisen emotionaalisen, psykologisen ja fyysisen vuorovaikutuksen. Eläin muodostaa ihmiseen fyysisen kontaktin, on koko ajan läsnä tilanteessa sekä kunnioittaa ihmisen henkilökohtaisia rajoja. Jo pelkkä katsekontaktin luominen eläimeen riittää saamaan aikaan yhteyden tunteen. Yksi syy sille, että eläimen ja ihmisen välinen side on niin kumoamaton, on tässä vuorovaikutuksessa ihmiselle kehittyvä tunne siitä, että häntä tarvitaan. Monet eri kiintymyssuhdeteoriat pyrkivät selittämään ihmisen ja eläimen välisen siteen lujuutta. Esimerkiksi Bowlbyn kiintymyssuhdeteorian mukaan ihmisellä on perustava tarve suojella ja tulla suojelluksi. Beth Ellen Barban sanoin ihmisen rooli suhteessa lemmikkieläimeen on samansuuntainen kuin lapsen ja vanhemman välinen suhde. Kuten pienen lapsen, täytyy myös eläimen luottaa ihmiseen saadakseen huolenpitoa ja suojelua sekä selityksiä asioille puuttuvan yhteisen kielen vuoksi. (Fine ym. 2010: 7-8, Fredrikson-MacNamara - Butler 2010: 127.)

Eläin tarjoaa ihmiselle rohkaisevaa kosketusta sekä mahdollisuuden huolenpitoon ja välittämiseen. Tällainen vuorovaikutus vähentää yksinäisyyttä ja stimuloi fyysisiä reaktioita jotka ovat ihmiselle tärkeitä ja hyvin tarpeellisia. (Fine ym. 2010: 7.) Seuraaeläimet

voivat normalisoida stressaavan tai ahdistavan tilanteen tarjoamalla sitoutuvaa ja hyväksyvää vuorovaikutusta heijastamatta vaikean tilanteen ihmiselle aiheuttamia epä-mukavuuden, huolen ja järkytyksen tunteita. Eläin välittää ihmiselle käytöksellään viestiä siitä, että kaikki on hyvin ja etteivät asiat ole niin pahasti kuin miltä ne näyttävät. (Hart 2010: 76.)

Ammattilaisen rooli eläinavusteisessa interventiossa on esitellä eläin asiakkaalle. Tämä sisältää valmistelut (kuten eläimen kouluttamisen), tilanteen arvioinnin ennen ja jälkeen intervention sekä aktiivisen työskentelyn eläimen puolestapuhujana. Ammattilaisen on myös tärkeää ylläpitää asiakkaan luottamusta intervention aikana sekä reagoida rauhallisella ja ystävällisellä tavalla hänen asenteisiinsa eläintä kohtaan. Ammattilaisen tulee tilanteessa osata lukea sekä asiakkaan kehonkieltä että eläimen käyttäytymistä ja reagoida esimerkiksi silloin jos eläin vaikuttaa stressaantuneelta. (Fredrikson-Macnamara 2010: 127, McConnell - Fine 2010: 162.)

Vaikka eläimiä on käytetty terapeutin työn tukena jo pitkään ja aihe on saanut poikkeuksetta positiivista mediahuomiota, kamppailee se edelleen luotettavuuden saavuttamisesta täydentävänä lääketieteen muotona. (Kruger - Serpell 2010: 43.) Eläinavusteisista interventioista on lukemattomia positiivisia, yksittäisiä esimerkkejä, mutta empiiristä tutkimustietoa on vielä liian vähän. Ammatinharjoittajia kannustetaan myös kiinnittämään enemmän huomiota arvioinnin ja dokumentoinnin tarpeeseen. (Fine 2010: 170.) Jotta eläinavusteiset interventiot voitaisiin hyväksyä laillisena hoitomuotona, täytyy aiheesta saada enemmän näyttöön perustuvaa tietoa (Katcher - Beck 2010: 49).

3.1 Eläinavusteinen kasvatustyö

International Society for Animal-Assisted Therapy:n määritelmän mukaan eläinavusteista pedagogiaa tai kasvatustyötä voi tehdä tavallinen opettaja, jolla on riittävästi tietoa eläinten hyödyntämisestä. Mikäli eläinavusteista työtä ohjaa erityisopettaja, sosiaalipedagogi tai kasvatustieteiden laitoksessa työskentelevä opettaja, voidaan jo puhua terapeutin ja tavoitelähtöisestä interventiosta. (ISAAT 2012.)

Eläimet antavat panoksensa monen lapsen ja nuoren elämään vaikuttamalla kehitykseen ja adaptaatioon molempinpuolisen vuorovaikutuksen kautta. Eläimillä on merkittävä rooli niissä koti- ja kouluympäristöissä, joissa lapset elävät. Laaja eläinten kirjo on esillä niin lasten leluissa kuin tarinoissakin, joissa eläin on usein keskeisin hahmo. Nä-

mä tarinat voivat perustua viihteellisyyteen tai toimia moraaliopetuksen ja henkilökoh-
taisen kasvun välineenä, mutta niiden taustalla on se lähtökohta, että lapsen ja eläimen
välillä on jokin erottamaton yhteys. Nämä mielikuvat osoittavat, että ainakin länsimai-
sessa kulttuurissa lapsen ja eläimen välillä ajatellaan olevan luonnollinen side. Boris
Levinson tutki tätä sidettä ensimmäisten joukossa ja väitti, että lapsen suhde tera-
piaeläimeen voi auttaa luomaan yhteyden myös ammattihenkilön kanssa. (Evans -
Gray 2012: 602-603.) Näin lapsi voi ensin alkaa luottaa häntä arvostelemattomaan
objektiin työntekijän sijasta ja vasta sitten rakentaa suhteen uuden aikuisen kanssa
(Fine 2010: 181). Eläintyötoveri voikin siirtymäobjektina olla erityisen hyödyllinen sellai-
sille lapsille, joilla on vaikeuksia luottaa ja luoda kiintymyssuhteita ihmisiin. Tuoreem-
mat tutkimukset tukevat tätä väitettä osoittaen, että eläimen kanssa työskentelevät
ammattilaiset nähdään helpommin lähestyttävänä. Eläinten potentiaali lapsen ja työn-
tekijän välisen yhteisymmärryksen kasvattamisessa sekä sitoutumisen helpottamisessa
on mahdollisesti tärkeimpiä näkökulmia eläinten hyödyntämisessä kasvatustyön tuke-
na. (Evans ym. 2012: 602-603.)

Lukuisat laajat kvantitatiiviset tutkimukset tukevat eläinavusteisen terapian lapsia rau-
hoittavaa vaikutusta. Levottomuuden vähentäminen ei pelkästään saa aikaan positiivi-
sia tuloksia terapiainterventioissa, vaan myös edistää lasten oppimista. On havaittu,
että eläinten läsnäolo kouluympäristössä parantaa oppilaiden läsnäoloa ja motivaatiota
sitoutua eri toimintoihin. (Evans ym. 2012: 604-606.) Kontakti eläinten kanssa voi myös
kehittää lapsen empatiakykyä, vuorovaikutustaitoja sekä omanarvontuntoa (Fine 2010:
181). Vaikka alan tutkimusten otokset ovat pieniä ja tulosten yleistettävyyden rajallista,
näyttää mahdolliselta, että eläimen läsnäolo vähentää stressiä ja tehostaa lapsen suo-
rituskykyä kohdata ympäristön haasteet. Joskus eläin voi toimia välineenä, jota havain-
noimalla lapsen tai nuoren on mahdollista heijastaa tarpeitaan ja nostaa esiin tärkeitä
teemoja, kuten pariutuminen, seksuaalisuus, syntymä, sairaus tai kuolema. Eläin voi
lisäksi olla kokenut samankaltaisia ikäviä kokemuksia kuin lapsi, esimerkiksi muuton
toiseen asuntoon tai omistajiensa eron tai kuoleman. Samaistumalla eläimeen lapsen
voi olla helpompi tuoda esiin itselleen vaikeita asioita. (Evans ym. 2012: 604-606.)

Eläimiä voidaan käyttää apuna silloin, kun lapsella tai nuorella on haasteita esimerkiksi
kognitiivisessa toimintakyvyssä tai sosiaalisessa kanssakäymisessä. Ne ovat osoittau-
tuneet hyödyllisiksi autististen lasten kanssa työskenneltäessä sekä erityisesti silloin,
kun lapsen tarkkaavuuden suuntaamisessa on ongelmia. (Coren 2010.) Eläimet tarjoa-
vat suoraa palautetta ihmisen sosiaalisesta käyttäytymisestä yksiselitteisellä, rehellisel-

lä ja välittömällä vastauksella. Ne vastaavat ystävällisiin eleisiin esimerkiksi kosketuksella tai hännänheilautuksella ja epämukavaan käyttäytymiseen esimerkiksi pelästymällä tai luimistelemalla ja eristäytymällä. Siksi ne voivat auttaa lapsia oppimaan asianmukaisia sosiaalisia käyttäytymistapoja sekä toiminnan syy- ja seuraussuhteita. (Kruger ym. 2010:42.)

3.2 Eläinavusteinen kuntoutustyö

Tässä opinnäytetyössä eläinavusteisesta kuntoutustyöstä puhuttaessa tarkoitetaan nimenomaan erilaisia eläinavusteisia *terapiamuotoja*, kuten toimintaterapiaa ja fysioterapiaa. Corenin (2010) mukaan eläinavusteinen terapia on terapiamuoto, jossa käytetään eläintä oleellisena osana asiakkaan hoitoprosessia. Eniten terapian tukena käytetty eläin on koira, mutta myös muita lajeja kuten kissoja, pieneläimiä, hevosia tai jopa eksoottisia eläimiä kuten delfiinejä ja elefanteja, voidaan hyödyntää. (Coren 2010.) Eläinavusteinen terapia on tavoitesuuntautunut interventio, joka suunnitellaan yksilöllisesti jokaista asiakasta kohden. Sen toteuttaa aina menetelmään koulutautunut ammattilainen. (Kruger ym. 2010: 34.)

Eläinavusteinen terapia perustuu ihmisen ja eläimen väliseen vahvaan emotionaaliseen yhteyteen sekä kehittyvään suhteeseen terapeutin, asiakkaan ja eläimen välillä. Eläimen läsnäolo voi saada terapeutin vaikuttamaan asiakkaan silmissä ystävällisemmältä, rentoutuneemmalta ja vähemmän uhkaavalta. Tämä voi vaikuttaa siihen, että asiakas saavuttaa mukavuuden tunteen nopeammin kuin terapiatilanteessa, jossa eläintä ei ole mukana. Eläin tarjoaa myös helpon tavan aloittaa keskustelu ja näin terapiasuhte voi alkaa rakentua luontevasti. (Kruger ym. 2010: 40.) Eläinavusteista terapiaa voidaan verrata esimerkiksi tanssi-, musiikki- ja taideterapiaan (Mallon. - Ross - Klee - Ross 2010: 135). Eläin on harvoin terapian ainoa hoitomuoto, vaan enemmänkin tärkeä täydennys terapeutin tekemään työhön asiakkaan kanssa (Höök 2011a: 25).

Eläinten rauhoittavan vaikutuksen terapeuttisessa kontekstissa on ajateltu osittain perustuvan oppimisteoriaan. Kun esimerkiksi jännittävän ja mahdollisesti jopa kivuliaan lääkärisikäynnin sijasta asiakas käy terapiassa, jossa hän on tekemisissä eläinten kanssa, hän saa miellyttäviä kokemuksia joiden ansiosta terapiatilanteeseen on myöhemminkin mukava tulla. (Kruger ym. 2010: 38.) Kuntoutuksessa eläin voi auttaa siirtämään asiakkaan huomion hänen toiminnallisesta kyvyttömyydestään jäljellä oleviin kykyihin. Eläin voi myös motivoida asiakasta osallistumaan kuntoutukseen aktiivisem-

min. Vuorovaikutus eläimen kanssa auttaa asiakasta keskittymään ja pysymään hetkessä, mikä on erittäin tärkeää ihmisille jotka kärsivät levottomuudesta, sekavuudesta tai ahdistuksesta. (Höök 2011a: 33.)

On otettava huomioon, että eläinavusteiset terapiainterventiot eivät kuitenkaan sovi kaikille. Voidaan ennemminkin sanoa, että joidenkin eläinten läsnäolo voi tuottaa rauhoittavia vaikutuksia joillekin ihmisille joissakin konteksteissa. Muun muassa henkilökohtaiset kokemukset ja kulttuuritekijät vaikuttavat siihen, millainen vaikutus eläimellä on ihmiseen. (Kruger ym. 2010: 38-39.) Stawar (2000) kertoo artikkelissaan esimerkkejä koiravusteisen terapiatyön tilanteista, joissa kyseinen kuntoutusmuoto ei ole asiakkaalle sopiva. Allergiset tai hyvin sairaat, infektiotaarassa olevat potilaat eivät luonnollisesti voi olla samassa huoneessa koiran kanssa. Koiravusteisesta terapiasta ei ole myöskään hyötyä ihmisille, jotka pelkäävät koiria. Monesti tällaisia tilanteita tulee vastaan esimerkiksi lapsiasiakkaiden kanssa, joilla on huonoja kokemuksia vilkkaista, kouluttamattomista koirista. Kaikki ihmiset eivät yksinkertaisesti vain pidä koirista ja tällöin asiakkaan mielipiteitä on kunnioitettava. Joissakin kulttuureissa koiria pidetään aliarvoisina, jopa "pahoina" luontokappaleina. Koiravusteinen terapia ei ole sopivaa myöskään sellaisen asiakkaan kohdalla, joka ei kykene kontrolloimaan fyysistä käyttäytymistään ja on vaarassa esimerkiksi satuttaa koiraa. (Stawar 2000: 24-25.) Eläinavusteista terapiaa toteuttavan ammattilaisen on oltava tietoinen tällaisista mahdollisuuksista. Hänellä on oltava valmius työskennellä näiden asiakkaiden kanssa, ja osata huomioida heidän taustansa terapiaeläintä mukaan valitessaan. (Evans ym. 2012:606.)

4 Koirat kasvatus- ja kuntoutustyön tukena

Koiralla ja ihmisellä on pitkä yhteinen historia. Hautalöydöksiä perusteella voidaan uskoa, että jo 10 000 vuotta sitten ihmisten ja koirien välillä oli emotionaalinen yhteys, joka perustui muuhunkin kuin koirien käyttämiseen metsästyksessä ja vahtimisessa. (Höök 2011a: 18.) Antiikin Egyptissä uskottiin koiran syljen parantavaan vaikutukseen. Siksi jopa koulutettiin erityisiä parantajakoiria, joiden työ oli nuolla potilaiden haavoja. Toisen maailmansodan aikaan erään haavoittuneen kenraalin koira tuotiin piristämään isäntäänsä sairaalaan, ja huomattiin, että koiran vierailulla oli huomattavaa vaikutusta myös muiden potilaiden mielialaan. Tästä koirasta tuli sotilassairaaloissa vakituisesti vieraileva terapiakoira, jota kutsuttiin sairaalassa "eläväksi masennuslääkkeeksi". Psykoanalyysin kehittäjä, lääkäri ja tutkija Sigmund Freud piti usein koiraansa mukana psykoterapiassa. Hän huomasi, että koiran läsnäolo auttoi monia potilaita. Useat teini-ikäiset ja lapsipotilaat pystyivät puhumaan avoimemmin kivuliaista aiheista silloin, kun koira oli mukana terapiaistunnossa. Myös monet aikuispotilaat tunsivat olonsa mukavammaksi koiran läsnäollessa. (Coren 2010.)

4.1 Koira terapiaeläimenä

Koira voidaan ottaa avuksi työhön, jonka tavoitteena on parantaa ihmisen terveyttä ja hyvinvointia (Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry 2011). Koira on hyvä terapiaeläin, koska se on hyvin koulutettavissa, joustava, monipuolinen ja ihmisrakas (Stawar 2000: 23-14). Koiria voidaan käyttää apuna terapiassa monella eri tavalla ja harjoituksia voidaan tavoitteista riippuen tehdä joko yksilöllisesti tai ryhmässä. Ryhmässä on mahdollista yhdistää fyysinen ja sosiaalinen harjoittelu, kun koiran kanssa pelataan esimerkiksi erilaisia pallopelejä. Ryhmän tarkoituksena voi myös olla yhdessä keskustelemisen tarjoama psyykinen tuki. (Höök 2011b: 43.)

Koirien historiallisesti pitkä kesyttämisen prosessi, kiintymys ihmisiin sekä laumaeläimen luonne näyttää tehneen niistä miellyttämisen- ja työskentelyhaluisia. Kuntoutusympäristössä koira on voimakas kannustin ja motivaattori harjoitusten suorittamisessa. Koira on kaikille ihmisille tuttu eläin, ja se herättää usein miellyttäviä muistoja ja mielleyhtymiä. Koira on mukava koskettaa, ja kosketuksesta nauttii sekä koira että silittäjä. Koira on helppo ja johdonmukainen eläin kouluttaa ja tähän on aikojen kuluessa keksitty

erilaisia metodeja. Muiden eläinten kouluttaminen ei ole yhtä pitkälle kehittynyttä. Lisäksi koiran soveltuvuutta kasvatus- ja kuntoutustyöhön voidaan testata erilaisilla tätä varten kehitetyillä luonnetesteillä, joiden kaltaisia ei ole olemassa useimpia muita eläinlajeja varten. (Stawar 2000: 23-24.)

Koiran ja ihmisen välinen kommunikaatio perustuu koirien kykyyn tulkita ihmiskasvoja. Koirat tarkkailevat kasvonilmeitä ja saavat niistä vihjeitä ihmisen tunteista ja ajatuksista. Lisäksi koirat ovat herkkiä tarkkailemaan ihmisten kehon reaktioita. (Fine ym. 2010: 4.) Koirat ovat ihmisten tapaan hyvin ilmaisukykyisiä, ja ne ilmaisevat eleillä ja kehonkielellä monia eri tunteita. Tämä onkin luultavasti yksi syy siihen, miksi ihmisten ja koirien on niin helppo ymmärtää toisiaan. (McConnell - Fine 2010: 164.)

Kaikki koirat eivät kuitenkaan sovellu terapiatyöhön, sillä niillä täytyy olla tehtävään sopiva luonne. Koiran on oltava luotettava sekä helposti hallittavissa ja ennakoitavissa. Koira ei saa häiriintyä ihmisistä tai muista eläimistä ja sen ohjaajan täytyy tietää, kuinka koira reagoi erilaisissa tilanteissa. Se ei saa esimerkiksi säikkyä epätavallisia ääniä tai välineitä. Terapiakoira voi olla minkä rotuinen tahansa, sillä rodun sijaan ratkaiseva tekijä on temperamentti. Synnynnäistä temperamenttia ei voi muuttaa koulutuksella, joten mikäli koiran luonne ei sovellu terapiaan, on koira turha alkaa kouluttaa tehtävään. (Stawar 2000: 26-27.)

4.2 Koira-avusteisen työskentelyn menetelmät ja mahdollisuudet

Terveystenhuollossa koirilla on yleensä kolme eri työtehtävää. Terapiakoirien lisäksi on olemassa opaskoiria sekä koiria, jotka vierailevat esimerkiksi sairaaloissa ja hoitokodeissa piristämässä potilaita ja asukkaita. (Stawar 2000: 23-24.) Ruotsissa on otettu käyttöön termi *vårdhund* eli hoivakoira. Sillä tarkoitetaan tarkkojen valintakriteerien perusteella valittua koira, joka on koulutettu työskentelemään terveydenhuollossa, kouluissa tai sosiaalipalveluissa. Koira ja sen ohjaaja ovat yhdessä käyneet työskentelyn edellyttämän sekä teoreettisen että käytännön koulutuksen. Koira toimii yhdessä ohjaajansa kanssa ja sen tehtävä tiimin jäsenenä on motivoida sekä tarjota ainutlaatuisia, kuntouttavia kokemuksia ihmisille, jotka kärsivät erilaisista toiminnallisista ongelmista. (Höök 2011a: 11.) Ruotsissa terapiakoirat työskentelevät lähinnä vanhustenhoidossa ja aivoinfarktikuntoutuksessa. Koiran kanssa on mahdollista harjoitella esimerkiksi muisti-toimintoja, hienomotoriikkaa, fyysisiä ja kognitiivisia toimintoja, sosiaalisia taitoja sekä aivoinfarktin jälkeisessä kuntoutuksessa käytettäviä toimintoja. (Höök 2011b: 20-22.)

Koira voi auttaa sekä psyykkisessä että fyysisessä kuntoutuksessa esimerkiksi:

- asiakkaan minäkuvan parantamisessa
- ahdistuneisuuden ja huolestuneisuuden vähentämisessä
- ongelmanratkaisukeinojen kehittämisessä
- verbaalisten ja visuaalisten taitojen opettelemisessa
- keskittymisen ja tarkkaavaisuuden suuntaamisessa
- muistitoimintojen parantamisessa
- fyysisen kontaktin ja tunneilmaisun harjoittelussa

Koira-avusteisesta terapiasta voi olla hyötyä myös vamman kanssa elämisen opettelemisessa. (Höök 2011a: 40-54.) Kun ihmisen elämäntilanne on vammautumisen johdosta täysin muuttunut, on hänen vaikea adaptoitua uuteen tilanteeseen ja motivoitua kuntoutukseen. Koiran läsnäolo interventiossa voi vähentää asiakkaan turhautumista ja helpottaa harjoitusten tekemistä. Koira vastaa vuorovaikutukseen aina positiivisesti ja iloisesti, eikä se koskaan tuomitse. Sen hyväksyvä läsnäolo minimoi riskin siitä, että asiakas antaisi periksi epäonnistumisen pelon vuoksi. (Höök 2011b: 62.)

Koiran kanssa tehtäviä harjoituksia on lähes rajattomasti. Esimerkiksi hienomotoriikkaa harjaannuttavia toimintoja voivat olla hihnan kiinnittäminen, koiran palkitseminen antamalla sille herkkupaloja purkista nipistysotteen avulla sekä erilaisten, koirille tarkoitettujen pelien tekeminen koiran kanssa. Myös karkeamotorisia taitoja vaativia harjoituksia on lukuisia: koiralle voi esimerkiksi heittää palloa tai sen turkkia voi harjata. Kognitiivisessa harjoittelussa asiakas voi suorittaa koiran avustuksella tehtäviä, jotka vaativat keskittymistä, tarkkaavaisuutta, havainnointikykyä ja ajan hahmottamista. (Höök 2011b: 20-22.) Fyysisessä kuntoutuksessa koiran kanssa voidaan harjoitella hieno- ja karkeamotoristen taitojen lisäksi kehonkuvan, liikkuvuuden, tasapainon ja ylävartalon kontrollin kehittämistä sekä heikkojen raajojen toiminnallisen käytön lisäämistä. (Höök 2011a: 40-54.) Koiran kanssa tehtävät toiminnot valitaan asiakkaan tavoitteiden ja mielenkiinnon mukaan. Harjoituksia täytyy myös osata soveltaa tilanteen mukaan. On tärkeää, että harjoitukset ovat haastavuudeltaan juuri oikean tasoisia, jotta harjoittelulla saadaan parannettua asiakkaan itseluottamusta. (Höök 2011b: 44-49.)

Koira-avusteisella terapialla on tutkitusti vaikutusta etenkin vanhusten kanssa. Iäkkäiden asiakkaiden kanssa usein merkittävänä tavoitteena on sosiaalisen kanssakäymi-

sen edistäminen, jolloin terapia keskittyy koiran ja asiakkaan fyysiseen läheisyyteen. On huomattu, että esimerkiksi Alzheimerin tautia tai muita muistisairauksia sairastavat henkilöt ovat hyötynneet koira-avusteisesta terapiasta. Heille normaali keskustelu toisten ihmisten kanssa voi olla hankalaa, mutta vuorovaikutus koiran kanssa on rauhoittavaa, sillä koira ei tuomitse ketään. (Stawar 2000: 23-24.) Kanssakäyminen koiran kanssa on vähentänyt myös dementiapotilaiden masennus- ja kipulääkkeiden kulutusta. Kun koira on ollut läsnä, ovat myös huutamis-, kiroilu- ja aggressiokohtaukset sekä ahdistunut vaeltelu vähentyneet. (Höök 2011a: 34.) Lisäksi vanhuksilla ja aivoinfarktipotilailla on yleensä vaikeuksia päivittäisissä toiminnoissa pukeutumisesta ja peseytymisestä lähtien. Kun asiakas harjoittelee koiran kanssa, hän keskittyy täysillä koiraan sekä sen kanssa tehtäviin harjoituksiin, mikä saa ongelmat helposti unohtumaan. (Höök 2011b: 49.)

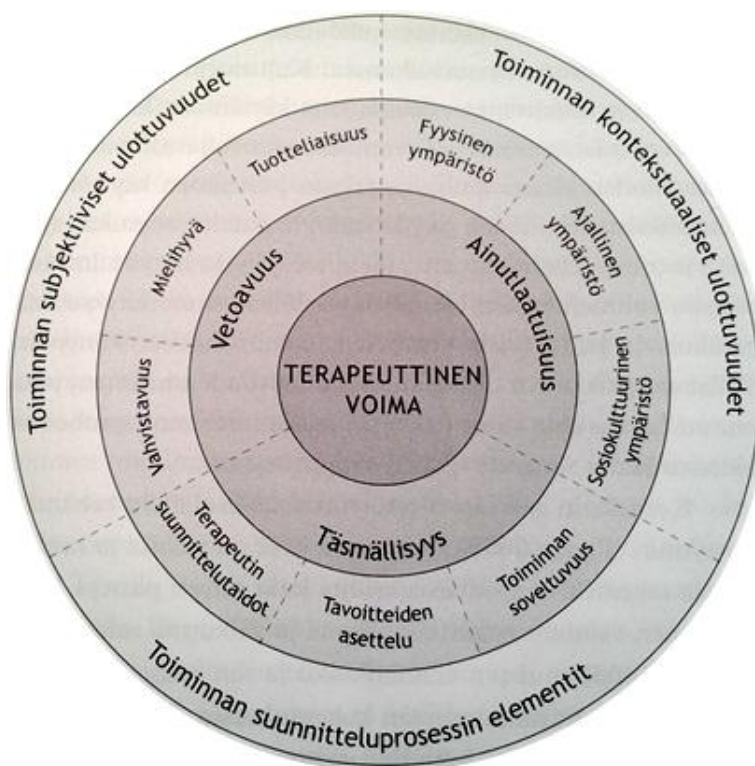
Koiria on mahdollista käyttää apuna myös kasvatustyössä. Höök (2011) kertoo kokeilusta, jossa viisi terapiakoira tuotiin erääseen kouluun Ruotsissa. Tarkoituksena oli koirien avulla tehdä opiskelusta hauskeempaa. Koirat asetettiin koulun pihalle eri paikkoihin, ja lapset tekivät niiden kanssa erilaisia harjoituksia. Koirien avulla oli mahdollista harjoitella lähes mitä tahansa; esimerkiksi englannin kieltä harjoiteltiin kirjoittamalla kehonosia lapuille ja asettamalla laput koiran turkin päälle oikeille kohdille. Muita harjoituksia olivat esimerkiksi koiralle lukeminen sekä liikunnalliset harjoitukset. (Höök 2011b: 132.) Toinen esimerkki eläinavusteisesta työskentelystä koulutyön tukena on koirien käyttö ujojen ja vastahakoisten lasten lukuharjoitusten tukena. Joissain tapauksissa koira ohjaa vapaaehtoinen työntekijä, kuten koiran omistaja, toisinaan koulutuksen saanut ammattilainen. Ohjaajasta riippumatta lukeminen tapahtuu aina koiralle, joka kuuntelee lasta tätä korjaamatta ja arvostelematta. Kyseinen esimerkki vahvistaa sitä arkihavaintoa, että vuorovaikutus seuraeläinten ja lemmikkien kanssa voi ulottua elämän monelle osa-alueelle. (YLE 2012b.)

Jyväskylän yliopistossa kasvatustieteiden laitoksella tehdyssä tutkielmassa selvitettiin erään suomalaisen yläkoulun pienryhmän oppilaiden ja opettajan kokemuksia koirien läsnäolosta luokassa. Tutkimuksessa pyrittiin avaamaan koiraluokan toimintakulttuuria opettajan ja oppilaiden kokemusten avulla. Sen perusteella voitiin todeta, että koirien avulla on mahdollista saavuttaa helpommin ja nopeammin monia sekä akateemisiin taitoihin että tunne-elämän kehitykseen ja sosiaalsiin taitoihin liittyviä tavoitteita. Koirat vaikuttavat myös luokan työrauhaan ja luokan ilmapiiriin positiivisesti, mikä tukee oppilaiden kokonaisvaltaista oppimista ja kehitystä. (Luomala-Toikkanen 2008.) Hyviä ko-

kemuksia koira-avusteisesta kasvatustyöstä on saatu erityisesti autististen tai muista neuropsykiatrisista häiriöistä kärsivien lasten kanssa, joilla on usein vaikeuksia vuorovaikutuksessa, impulsiivisuuden hallinnassa ja aktiivisuuden säätelyssä. Koiran kanssa toimimalla lapsi oppii sellaisia vuorovaikutuksessa tarvittavia taitoja, joita tarvitaan kommunikoinnissa ihmisten kanssa. Koiran avulla voidaan opetella myös tunteiden hallintaa, käytöksen säätelyä ja itsetuntemusta. (Höök 2011a: 58.)

5 Toiminnan terapeuttisen voiman malli

Suunnitellakseen asiakkaalle tavoitteellista, terapeuttista toimintaa on toimintaterapeutin ymmärrettävä toiminnan elementtejä ja niiden välisiä suhteita. (Hautala - Hämäläinen - Mäkelä - Rusi-Pyykönen 2011.) Piercen (2003) mukaan toiminnan terapeuttinen voima syntyy toiminnan vetoavuuden, ainutlaatuisuuden ja täsmällisyyden summana (Pierce 2003: 40). Toiminnan terapeuttisen voiman malli soveltuu opinnäytetyömme teoreettiseksi malliksi, sillä sen avulla on mahdollista tarkastella kokonaisvaltaisesti asiakkaiden subjektiivisia kokemuksia koira-avusteisesta kuntoutuksesta sekä työn suunnitteluprosessia ammattilaisten näkökulmasta. Vaikka opinnäytetyön tuotos onkin suunnattu yleisesti kasvatus- ja kuntoutusalojen ammattilaisille, malli mahdollistaa aiheen tarkastelun toimintaterapian näkökulmasta. Malli on esitetty kuviossa 1.



Kuvio 1. Toiminnan terapeuttisen voiman malli (Hautala ym. 2011: 119; Pierce 2003: 1).

Toiminnan asiakaskohtaiset ulottuvuudet eli *vetoavuus*, on henkilön omakohtainen kokemus siitä, miten kutsuvana hän kokee toiminnan. Sama toiminta vetoaa eri ihmisiin eri tavalla. Vetoava toiminta voi samanaikaisesti olla *tuottavaa*, *vahvistavaa* ja saada aikaan *mielihyvää*. Ihminen haluaa syntyjään olla tuottelias ja koko yhteiskuntamme jopa ylikorostaa tuottavuuden merkitystä. Työ, jota teemme, määrittää, keitä olemme.

Tuottavana toimintana ajattelemme usein palkkatyötä, yrittäjyyttä, kotitöitä, lastenhoitoa, opiskelua ja vapaaehtoistyötä, mutta mikä tahansa toiminta voi tietyssä kontekstissa olla tuotteliasta. Ihainnoidessamme tuottavaa toimintaa unohdamme helposti levon merkityksen. Jotta voisimme työskennellä tehokkaasti kohti tavoitteita, tarvitsemme arkeemme myös vahvistavia elementtejä, kuten lepoa ja ravintoa. Vahvistavien toimintojen merkitys on tärkeä ymmärtää, jotta tasapainoisen, terveen elämäntavan ja päivärhythmin luominen olisi mahdollista. Myös valveilla tehtävä toiminto vahvistaa. Voimme saada samasta toiminnasta mielihyvää, jolloin siihen on helppo sitoutua ja motivoitua. Mielihyvää aiheuttava toiminta voi olla samanaikaisesti hyvin tuotteliasta tai vahvistavaa, mutta harvoin molempia samalla kertaa. Ihminen hakee usein erityisesti vapaaajalleen mielihyvää tuottavia, toimintoja, kuten esimerkiksi liikkumista, pelaamista tai kädentöitä. Tällaisissa toiminnoissa korostuu usein prosessisuuntuneisuus ja nautinto. (Pierce 2003: 57-110.)

Toiminnan *ainutlaatuisuus* kuvaa sitä kontekstia missä, millaisissa olosuhteissa ja keiden kanssa toiminta tapahtuu. Ainutlaatuisuus, eli toiminnan kontekstuaaliset ulottuvuudet, koostuu toiminnan *fyysisestä*, *ajallisesta* sekä *sosiokulttuurisesta* ympäristöstä. Toiminnan konteksti on aina tilannekohtainen ja yksilöllinen. Ihminen kokee fyysisen ympäristön oman kehonsa ja sen tuntemuksien kautta. Eri ihmiset kokevat saman toiminnan samassa ympäristössä täysin eri tavoin. Fyysinen ympäristö käsittää lisäksi tilan, paikan, materiaalin ja työkalut. Ajallinen ympäristö kattaa koko elämänkulun ja sen kehämäisen rytmin. Vuodenajat, kuukaudet, viikot ja vuorokaudenajat rytmittävät toimintaamme. Myös kulttuurierot vaikuttavat aikakäsitykseen. Jokaisen ihmisen toiminnan rytmi on yksilöllinen ja siihen vaikuttavat aiemmat tavat ja rutiinit. Sosiokulttuurista ympäristöä voidaan tarkastella toiminnan sosiaalisista ja kulttuurisista lähtökohdista. Toiminnan sosiaalisia näkökulmia ovat esimerkiksi yksilön identiteetti, ihmissuhteet ja organisaatiot. Toiminnalliseen kokemukseen kulttuurisesti vaikuttavat esimerkiksi rituaalit, monikulttuurinen pätevyys, sukupuoli ja interventiotilanteisiin vaikuttavat kulttuurierot. (Pierce 2003: 169-198, Hautala ym. 2011: 117-121.)

Mallin osa-alue *täsmällisyys* käsittelee sitä, miten ja millaisin toiminnan suunnittelun elementein interventio toteutuu (Pierce 2003: 270). Toimintaperustaisen terapiaprosessin toteuttaminen edellyttää terapeutilta hyviä suunnittelu- ja ongelmanratkaisutaitoja, jottei terapia jää vain valmiustason työskentelyksi. On ymmärrettävää, miksi asiakas todellisuudessa harjoittaa tiettyjä valmiuksiaan ja miten ne tuodaan käytäntöön. Luovasti toimiva terapeutti kykenee ottamaan huomioon asiakkaan kokonaistilanteen ja

keskittymään asiakkaan toiminnallisuuteen. (Hautala ym. 2011: 121-123.) Terapeutin kyky tarjota asiakkaalle sellaisia toiminnallisia kokemuksia, jotka kohtaavat tämän tarpeet täsmällisesti, riippuu Piercen mukaan *terapeutin suunnittelutaidoista, tavoitteiden asettelusta ja toiminnan soveltuvuudesta*. (Pierce 2003: 270.)

6 Aineistonkeruu ja analyysi

Opinnäytetyön aineistonkeruu toteutettiin alkuvuodesta 2013 kolmen koira-avusteista työtä tekevän ammattilaisen ja kahden asiakkaan teemahaastatteluina. Kerätty haastatteluaineisto litteroitiin ja käsiteltiin teorialähtöisen sisällönanalyysin menetelmin käyttäen apuna teemakortisto-menetelmää ja pelkistystä. Tässä luvussa kerrotaan tutkimusmenetelmien valinnasta, haastatteluihin osallistuneista informanteista sekä teemahaastattelujen suunnittelusta ja toteutuksesta. Lopuksi perehdytään tarkemmin aineiston analysoinnissa käytettyihin sisällönanalyysin menetelmiin.

6.1 Aineistonkeruumenetelmät ja informantit

Laadullisen tutkimuksen yleisimmät aineistonkeruumenetelmät ovat haastattelu, kysely, havainnointi sekä erilaisiin dokumentteihin perustuva tieto (Tuomi - Sarajärvi 2003: 73). Valitsimme opinnäytetyömme aineistonkeruumenetelmäksi puolistrukturoidun teemahaastattelun. Hirsjärven ja Hurmeen (2000) mukaan teemahaastattelu luo mahdollisuuden suunnata tiedonhankintaa itse tilanteessa, ja haastateltavalla on mahdollisuus tuoda esille itseään koskevia asioita mahdollisimman vapaasti. Kun tarkoituksena on välittää kuvaa haastateltavien ajatuksista, käsityksistä, kokemuksista ja tunteista, onnistuu se parhaiten, kun aineistonkeruumenetelmänä käytetään haastattelua. (Hirsjärvi - Hurme 2000: 34-35, 41.) Valitsimme opinnäytetyömme aineistonkeruumenetelmäksi nimenomaan puolistrukturoidun teemahaastattelun, sillä mielenkiintomme kohdistui informanttien *omiin kokemuksiin* koira-avusteisesta työskentelystä.

Kaikki haastattelut toteutettiin yksilöhaastatteluina. Opinnäytetyön aineisto kerättiin viideltä eri informantilta, joista kolme ovat ammattilaisia ja kaksi kuntoutujia. Eskolan ja Suorannan (1999) mukaan aineistoa analysoitaessa ratkaisevaa ei ole aineiston koko, vaan tulkintojen kestävyys ja syvyys. Usein laadullisessa tutkimuksessa keskitytään pieneen määrään tapauksia ja pyritään analysoimaan niitä mahdollisimman perusteellisesti. Tieteellisyyden kriteeri onkin näin ollen määrän sijasta laatu. Aineiston koolla ei ole välitöntä merkitystä tai vaikutusta tutkimuksen onnistumiseen, vaan sen tehtävänä on toimia lukijan apuna rakennettaessa käsitteellistä ymmärrystä tutkittavasta ilmiöstä. (Eskola - Suoranta 1999: 18, 62-68.) Laajan otoksen sijasta halusimme kuulla infor-

manttien omakohtaisia kokemuksia ja ajatuksia koira-avusteisen työn suunnittelusta ja siihen osallistumisesta asiakkaana. Hirsjärvi ja Hurme (2000) puhuvat myös harkinnanvaraisesta näytteestä, jolloin tilastollisten yleistysten sijaan pyritään ymmärtämään jotakin tapahtumaa syvällisemmin tai etsimään ilmiöihin uusia teoreettisia näkökulmia. Silloin jo muutamaa henkilöä haastattelemalla voidaan saada merkittävää tietoa. (Hirsjärvi - Hurme 2000: 58-59.)

Haastatteluihin osallistuvat ammattilaiset löytyivät Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry:n puheenjohtajan tai muiden jäsenten ehdotuksesta, ja he osallistuivat opinnäytetyön toteutukseen omasta mielenkiinnostaan. Informanttien lukumäärää tärkeämpänä pidimme sitä, että ammattilaiset edustavat erilaisia aloja. Haastateltaviksi ammattilaisiksi valittiin koira-avusteisesti työskentelevät toimintaterapeutti, fysioterapeutti ja erityisopettaja. Ammattilaiset ovat yhdistyksen koulutuksen käyneitä, soveltuvuuskokeen ja työnäytön suorittaneita aktiivisia jäseniä. He kaikki toteuttavat koira-avusteista työtä omien koiriensä kanssa. Toimintaterapeutti työskentelee psykiatrisessa sairaalassa ja fysioterapeutti aivovamma- ja selkäydinvauriokuntoutuksessa. Erityisopettaja tekee töitä autististen lasten parissa ala-asteella.

Molemmat asiakkaat hankittiin haastatteluihin osallistuvien ammattilaisten toimesta. Kriteereinä tutkimukseen valittaville kuntoutujille oli oman kiinnostuksen lisäksi tarpeeksi hyvä fyysinen toimintakyky ja kognitiiviset taidot, jotka mahdollistivat haastattelun toteutuksen. Haastatteluihin osallistunut koira-avusteisen toimintaterapian asiakas on keski-ikäinen nainen, joka on potilaana psykiatrisessa sairaalassa. Toinen haastatelluista asiakkaista on parikymppinen mies, joka käy vakavan aivovamman vuoksi fysioterapian avokuntoutuksessa. Molemmat asiakkaat käyvät koira-avusteisessa yksilöterapiassa kerran viikossa muun kuntoutuksen ohella.

Opinnäytetyön toteutukseen liittyy aina eettisiä kysymyksiä silloin, kun tutkimuksessa ollaan tekemisissä ihmisten kanssa. Yleisesti tärkeimmät eettiset periaatteet ovat informointiin perustuva suostumus, luottamuksellisuus, seuraukset ja yksityisyys. (Hirsjärvi - Hurme 2000: 20.) Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry:n kanssa sovittiin, että kaikki tutkimuksessa haastateltavat henkilöt esiintyvät opinnäytetyöraportissa ja esitteessä nimettöminä. Noin kuukausi ennen haastattelua kaikille informanteille lähetettiin suostumuslomake (liite 1.), jonka allekirjoittamalla he sitoutuivat osallistumaan opinnäytetyömme toteutukseen.

6.2 Teemahaastattelujen suunnittelu ja toteutus

Teemahaastattelu perustuu tutkimuksen viitekehyksestä nouseviin, ennalta valittuihin teemoihin sekä niihin liittyviin tarkentaviin kysymyksiin. Haastattelussa korostetaan henkilöiden tulkintoja asioista sekä merkityksiä, joita he antavat näille asioille. (Tuomi - Sarajärvi 2003: 77-78.) Opinnäytetyön kaksi erilaista teemahaastattelurunkoa (liite 2. ja liite 4.) suunniteltiin toiminnan terapeuttisen voiman mallin (2003) pohjalta. Koska haastattelujen tavoitteena oli tutkia asiakkaiden subjektiivisia kokemuksia koira-avusteisesta työstä ja ammattilaisten toiminnan suunnitteluprosessia, käytettiin niiden pääteemoina mallin osa-alueita *vetoavuus* ja *täsmällisyys*. Mallin kolmas ulottuvuus *ainutlaatuisuus* jätettiin omana teemanaan haastattelurunkojen ulkopuolelle, sillä ympäristön vaikutuksista kysyttiin ammattilaisten haastatteluissa myös täsmällisyyden yhteydessä.

Kaikki teemahaastattelut toteutettiin aikataulujen mukaisesti helmikuun puolivälissä. Suurin osa haastatteluista tehtiin Helsingissä, mutta toimintaterapeutin ja toimintaterapian asiakkaan haastattelut toteutettiin pääkaupunkiseudun ulkopuolella. Ensimmäisen kuntoutujan haastattelussa huomasimme, että asiakkaille suunnitellut teemahaastattelun tukikysymykset olivat liian haastavia. Toisen kuntoutujan haastatteluun valmistauduimme soveltamalla kysymyksiä ymmärrettävämmiksi (liite 3.), kuitenkin pitäytyen alkuperäisen haastattelun teemoissa. Kyseisen kuntoutujan sekä hänen fysioterapeuttinsa toiveesta päädyimme siihen, että kuntoutuja saisi vastata haastattelukysymyksiin käsinkirjoittamalla oman toimintaterapeuttinsa avustuksella. Jaksamisen varmistamiseksi haastattelu jaettiin vielä kahdelle eri kerralle. Haastatteluvastaukset toimitettiin meille niiden alkuperäisessä muodossa.

Tuomen ja Sarajärven (2003) mukaan teemahaastattelussa kysymysten järjestyksen ja sanamuotojen ei tarvitse olla kaikille haastateltaville sama, eikä kaikkia suunniteltuja kysymyksiä välttämättä tarvitse esittää kaikille. (Tuomi - Sarajärvi 2003: 77-78.) Huolimatta siitä, että yksi informanteistamme vastasi kysymyksiin kirjallisesti ja että kysymykset oli muokattu hänelle sopiviksi, täytti aineistonkeruu siis kuitenkin teemahaastattelun kriteerit.

6.3 Sisällönanalyysi

Haastattelumateriaalin sisällönanalyysin tukena käytettiin teoksia *Johdatus laadulliseen tutkimukseen* (Eskola - Suoranta 1999), *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi* (Tuomi

- Sarajärvi 2003) sekä *Tutkimushaastattelu: Teemahaastattelun teoria ja käytäntö* (Hirsjärvi - Hurme 2000). Sisällönanalyysin tarkoitus on saada kerätty aineisto järjestettyä johtopäätösten tekoa varten. Tutkimuksen aineisto kuvaa tutkittavaa ilmiötä, josta luodaan selkeä ja sanallinen kuvaus analyysin avulla. Aineisto pyritään järjestämään tiiviiseen ja selkeään muotoon kadottamatta sen sisältämää informaatiota. Kun aineisto on saatu selkeytettyä, on sen perusteella mahdollista tehdä tutkittavasta ilmiöstä selkeitä ja luotettavia johtopäätöksiä. (Tuomi - Sarajärvi 2003: 110.)

Sisällönanalyysin muodoksi valittiin deduktiivinen eli teorialähtöinen sisällönanalyysi, sillä haastattelujen teoreettisena lähtökohtana oli Piercen (2003) toiminnan terapeutin voiman malli. Teorialähtöinen sisällönanalyysi nojaa Tuomen ja Sarajärven (2003) mukaan johonkin tiettyyn teoriaan tai malliin, jolloin aineiston analyysiä ohjaa valmis, aikaisemman tiedon perusteella luotu kehys. Tutkimuksen teoreettisessa osiossa on hahmotettu valmiiksi kategoriat, joihin aineisto suhteutetaan. Teorialähtöisen analyysin taustana on yleensä aikaisemman tiedon testaaminen uudessa kontekstissa, jolloin tutkimustulos saattaa uudistaa aikaisempaa käsitystä taustateoriasta. (Tuomi - Sarajärvi 2003: 97-101.)

Haastattelumateriaalin käsittely aloitettiin litteroimalla informanttien teemahaastattelut kirjalliseen muotoon. Litterointi tehtiin koko haastatteludialogista jättäen kuitenkin pois joitakin täysin teemojen ulkopuolisia aiheita ja kirjaamatta esimerkiksi taukoja tai into-naatioita. Kun aineisto on purettu tekstiksi ja valmisteltu käsiteltävään muotoon, Eskolan ja Suorannan (1999) mukaan ensimmäinen tehtävä laadullisessa sisällönanalyysissä on aineiston järjestäminen. Analyysissä raakamateriaalista erotellaan tutkimusongelman kannalta oleellinen aines ja vasta luokitellusta datasta voidaan tehdä tulkintoja. (Eskola - Suoranta 1999: 151.) Järjestimme litteroidun haastatteluaineiston Eskolan ja Suorannan (1999) esittelemää teemakortisto-menetelmää mukaillen. Menetelmän tarkoituksena on pilkkoa aineisto jatkossa tehtäviä tulkintoja varten. Teemat nimetään ja numeroidaan ja aineistoa lukiessa tekstin viereen merkitään kyseessä olevan teeman numero. Tämän jälkeen aineistosta on helppo poimia kulloistakin teemaa koskevat tekstikohdat analyysiä varten. Tekstikohdat voidaan kopioida sellaisenaan teemakortteihin tai tutkija voi tehdä niistä omat tiivistelmänsä. (Eskola - Suoranta 1999: 154-155.)

Teemakortit tehtiin sähköisesti käyttäen apuna värikoodausta. Aineistoa oli luonnollista käsitellä teemahaastattelurungon teemojen *täsmällisyys* ja *vetoavuus* pohjalta, sillä haastatteluiden kysymykset pohjautuivat käyttämäämme taustateoriaan. Värikoodauk-

sen avulla kaikista litteroiduista haastatteluista seulottiin teemojen kannalta olennainen materiaali, joka lajiteltiin erillisiin teemakortteihin haastattelukysymysten mukaan. Näin aineisto saatiin järjestettyä helpommin käsiteltävään muotoon jatkokäsittelyä varten. Ammattilaisten haastatteluista saatiin niin paljon aineistoa, että pääteema täsmällisyys jaettiin erikseen teemakortteihin *“suunnittelutaidot”*, *“toiminnan soveltuvuus”* ja *“tavoitteenasettelu”*. Asiakkailta kerättyä aineistoa oli sen sijaan niin niukasti, että sille tehtiin yksi yhteinen teemakortti *“vetoavuus”*, jonka sisällä materiaali jaettiin eri osa-alueisiin. Teemoittelun aikana huomasimme, miten runsaasti toiminnan kontekstuaalisiin ulottuvuuksiin liittyvää materiaalia aineistossa oli. Siksi teimme sille vielä erillisen teemakortin *“ainutlaatuisuus”*, ja lopulliset tulokset on raportoitu mallin kaikkien kolmen ulottuvuuden pohjalta.

Taulukko 1. Esimerkki analyysirungosta ja aineiston pelkistämisestä

Pääteema	Alkuperäinen ilmaus	Pelkistetty ilmaus	Yläluokka	Alaluokka
Täsmällisyys	oma, henkilökohtanen niinkun kiinnostus eläimiä kohtaan, et täytyy itsekä olla kiinnostunu siitä (t)	Kiinnostus eläimiä kohtaan	Suunnittelutaidot	Motivaatio
Täsmällisyys	se ihan mitä mä oon nähnyt miten se eläin vaikuttaa ihmiseen (t)	Omat kokemukset: muutoksen näkeminen asiakkaissa	Suunnittelutaidot	Motivaatio
Täsmällisyys	oon saanu aika paljon niinku muilta ammattilaisilta tästä koulutuksesta, et tästä koulutuksesta on ollu hirveesti hyötyä (eo)	Ammatillinen vertaistuki, verkostoituminen	Suunnittelutaidot	Ideointi

Teemoittelun jälkeen muodostimme Tuomen ja Sarajärven (2003) oppien mukaan jokaiselle pääteemalle oman analyysirungon (taulukko 1.), johon aineiston alkuperäiset ilmaukset taulukoitiin. Analyysirungot tehtiin strukturoituna, jolloin aineistosta poimitaan vain niitä asioita, jotka sopivat analyysirunkoon. Tämän jälkeen tehtiin aineiston pelkistäminen teorialähtöisen sisällönanalyysin periaatteita noudattaen. (Tuomi - Sarajärvi 2003: 117.) Alkuperäisten taulukkoihin koottujen lausumien viereen kirjoitettiin pelkistetyt ilmaukset, jotka luokiteltiin ylä- ja alaluokkiin. Yleensä laadullisessa tutkimuksessa luokkien muodostamisen kriteerit ovat yhteydessä tutkimustehtävään, aineiston laatuun ja tutkijan omaan teoreettiseen tietämykseen (Hirsjärvi - Hurme 2000: 148). Opinnäytetyön aineiston luokittelu (liite 5.) perustuu toiminnan terapeuttisen voiman mallin (2003) käsitteisiin. Ainutlaatuisuuteen liittyvä aineisto oli sisällöltään niin yhtenäistä ja selkeää, että se luokiteltiin ja raportoitiin pelkkien yläluokkien perusteella. Analyysirungon ja luokittelun avulla haastattelutuloksia pystyttiin yhdistelemään ja tulkitsemaan.

7 Teemahaastattelujen tulokset

Tässä luvussa esitellään teemahaastattelujen tulokset ja johtopäätökset terapeutin toiminnan voiman mallin osa-alueiden mukaan teemoiteltuna. Tulokset on raportoitu pääteemojen täsmällisyys, ainutlaatuisuus ja vetoavuus alle sisällönanalyysissa luotujen ylä- ja alaluokkien mukaisesti. Lukemisen helpottamiseksi alaluokat on merkitty tekstin sekaan kursivilla. Tulosten yhteyteen on liitetty lainauksia ammattilaisten ja asiakkaiden haastatteluista.

7.1 Täsmällisyys

Terapeutin toiminnan voiman malli jakaa täsmällisyyden osa-alueen terapeutin suunnittelutaitoihin, tavoitteenasetteluun ja toiminnan soveltuvuuteen. (Pierce 2003: 294-296.) Ammattilaisten haastattelujen materiaali luokiteltiin sisällönanalyysissa näiden teemojen mukaisesti käyttämällä niitä analyysirungon yläluokkina. Koska tutkimuksessa tarkasteltiin toimintaterapeutin lisäksi myös fysioterapeutin ja erityisopettajan työtä, puhumme tässä työssä täsmällisyyden yhteydessä yleisesti *ammattilaisista*.

7.1.1 Suunnittelutaidot

Ensimmäinen täsmällisyyden osa-alue toiminnan terapeutin voiman mallissa on suunnittelutaidot. Luovan suunnitteluprosessin seitsemän perusvaihetta ovat motivaatio, taustatutkimus, määrittely, ideointi, ideoiden valinta, toteutus ja arviointi. Kaikki luovat prosessit käyvät läpi nämä suunnitteluvaiheet, oli ammattilainen niistä tietoinen tai ei. (Pierce 2003: 264-265.) Ammattilaisten teemahaastatteluissa keskusteltiin *motivaatiosta, ideoinnista ja oman työn sekä asiakkaan edistymisen arvioinnista*.

Motivaatio on kaiken luovan toiminnan pohja. Se saa aikaan energian, jonka avulla interventio etenee. Ammattilaisen on tärkeää tunnistaa henkilökohtaiset syynsä ja energianlähteensä työn tekemisen taustalla, jotta hän kykenee tarjoamaan asiakkaalle hyvää palvelua. (Pierce 2003: 265-267.) Kaikki kolme ammattilaista kertoivat motivaationsa perustuvan omiin kokemuksiin koira-avusteisesta työstä. Erityisopettaja koki luokan ilmapiirin olevan miellyttävämpi ja rennompaa koiran ollessa paikalla. Hän oli ai-

koinaan innostunut koira-avusteisesta työstä seuraamalla omien lastensa kasvua koiran kanssa ja näkemällä, kuinka koira vaikutti monella tavalla näiden psyykkiseen hyvinvointiin. Kaikkia haastateltuja ammattilaisia motivoi positiivisten muutosten näkeminen asiakkaissa:

Se, mikä todellakin saa tätä tekemään on se, että siinä on niin paljon myönteistä, sillä on ihan selkeä vaikutus. Näiden vuosien aikana täällä ei ole vielä kertaakaan ollut kuntoutujaa, joka ei olisi tavalla tai toisella reagoinut koiraan. Ja itse asiassa aina positiivisesti.

Ammattilaiselta vaaditaan luovia ongelmanratkaisu- ja suunnittelutaitoja. Luovuutta joutuu jatkuvasti käyttämään apuna interventiossa; aiemmin suunniteltua toimintaa saattaa joutua nopeasti muuttamaan tilanteen mukaan. *Ideointi* tarkoittaa erilaisten ideoiden ja ratkaisujen kehittämistä sen varalle, että asiakastilanteessa esiintyy haasteita. Ideoita ja mahdollisuuksia intervention toteuttamiseen on hyvä keksiä mahdollisimman paljon. Asiakkaiden osallistaminen ideointivaiheeseen mahdollistaa interventiolla mielekkään ja tavoitteellisen sisällön löytymisen. Ideoinnin jälkeen suunnitteluprosessi etenee valitsemalla ideoiden joukosta se, joka parhaiten vastaa interventiolta toivottuja tuloksia. (Pierce 2003: 268-269.)

Ammattilaisten haastatteluissa ilmeni, että koira-avusteisten interventioiden suunnittelussa luovuus ja innovatiivisuus ovat tärkeitä asioita. Koiran kanssa tehtävät harjoitukset ovat monipuolisia ja niiden suunnittelussa vain mielikuvitus on rajana. Luonnollisesti myös koiran osaaminen ja fyysinen kapasiteetti on otettava huomioon uusia harjoituksia suunniteltaessa. Ammattilaiset keksivät harjoituksia itse ja saavat ideoita myös muilta koira-avusteista työtä tekeviltä ammattilaisilta. He pitävät silmänsä jatkuvasti auki uusien ideoiden varalta. Joskus asiakkaalle sopivat toiminnot löytyvät yksinkertaisesti kokeilemalla. Toisinaan pelkkä koiran läsnäolo interventiossa voi riittää ja asiakkaan kanssa tehtävä toiminta olla jotain aivan muuta. Koira voi myös antaa ideoita, vaikka ei olisikaan itse osana toimintaa; menetelmänä voidaan käyttää esimerkiksi koira-aiheisia kuvakortteja tunneilmaisun välineenä.

Kuntoutustyössä käytettävien toimintojen ideointi lähtee asiakkaan tavoitteista, jotka suunnitellaan yhdessä alkuarvioinnin perusteella. Kun asiakkaan vahvuudet ja haasteet ovat tiedossa, voidaan miettiä, kuinka koira voitaisiin käyttää apuna tavoitteiden saavuttamisessa. Asiakkaan tavoitteena voi olla esimerkiksi neuromuskulaaristen valmiuksien kehittyminen, jolloin terapiassa käytettävät menetelmät voivat olla koiran kanssa tapahtuva lenkkeileminen ja voimaharjoittelu. Erityisopettaja suunnittelee koiran avulla

tehtäviä harjoituksia myös tähdäten siihen, että ne ovat oppilaille mahdollisimman motivoivia ja vetoavia. Kun muuten pitkästyttävien koulutehtävien tekemisessä on mukana koira, ovat harjoitukset heti paljon mielenkiintoisempia ja lapsi jaksaa keskittyä paremmin:

Sitten kun hän laski nopalla koiran kanssa, niin nyt hän osaa sen. Siinä on se motivaatio, se on hauskaa. Mutta jos sitä vaan kirjalla tehtäisi, niin eihän se olisi pätäkääkään hauskaa.

Suunnitteluprosessiin liittyvä tärkeä vaihe on sekä ammattilaisen oman työn että asiakkaan edistymisen *arviointi*. Arviointia voidaan tehdä joko strukturoitujen arviointivälineiden avulla tai vapaamuotoisemmin esimerkiksi keskustelemalla. Arvioimalla sekä omaa toimintaansa että asiakkaan edistymistä ammattilainen saavuttaa paremman ymmärryksen omista työskentelytavoistaan, vahvuuksistaan ja kehittymisen kohteistaan. (Pierce 2003: 270-271.)

Kaikki kolme tutkimukseen osallistunutta ammattilaista pitävät arviointia oleellisena osana koira-avusteista työskentelyä. Tärkein työväline arviointiin on dokumentaatio. Etenkin kuntoutuspuolella asiakkaan edistymistä arvioidaan jatkuvasti, ja havaintoja niin asiakkaan kuin koirankin käyttäytymisestä intervention aikana kirjataan. Myös käytettävien toimintojen soveltuvuutta arvioidaan ja niitä kehitetään ja muutetaan tarpeen vaatiessa. Kuntoutustyössä korostuvat alkuarviointi ja loppuyhteenveto. Moniammatillisessa kuntoutustiimissä keskustellaan asiakkaan edistymisestä sekä koira-avusteisen terapian ja perinteisen terapian eroista. Haasteena on mitata sitä, mitkä muutokset asiakkaan tilanteessa johtuvat koira-avusteisesta kuntoutuksesta ja mitkä muusta kuntoutuksesta. Erityisopetuksessa tärkeää on yhteydenpito ja keskusteleminen sekä oppilaan vanhempien että mahdollisten muiden erityistyöntekijöiden, kuten toimintaterapeutin kanssa. Lapsen edistymistä arvioidaan ja henkilökohtaista opetuksen järjestämistä koskevaa suunnitelmaa käydään läpi säännöllisesti.

7.1.2 Tavoitteenasettelu

Jotta interventio olisi täsmällinen, on ammattilaisen osattava asettaa asiakkaan kanssa juuri hänelle yksilöllisesti sopivat *tavoitteet*. Asiakkaan taustan ja tilanteen ymmärtämiseksi ammattilainen tarvitsee haastattelutaitoja. Tiivis yhteistyö asiakkaan kanssa takaa mahdollisimman onnistuneen intervention, johon asiakas aidosti osallistuu ja sitou-

tuu. Asiakkaan kanssa mietitään, mitkä ovat hänen vahvuutensa ja voimavaransa sekä ne toiminnalliset ongelmat, joihin intervention avulla pyritään saamaan muutosta. Tämän jälkeen neuvotellaan, millaisilla keinoilla tavoitteisiin pyritään. (Pierce 2003: 276-280.)

Koira-avusteisessa kuntoutuksessa tavoitteiden perustana on aina alkuarviointi. Asiakkaan kanssa keskustellaan arvioinnin tuloksista ja käydään läpi hänen vahvuuksiaan sekä haasteitaan. Tavoitteenasettelun vaiheessa on asiakkaan kanssa keskusteltava siitä, haluaako hän ylipäätään osallistua koiran kanssa toteutettavaan interventioon. On tärkeää, että asiakas suhtautuu koiriin positiivisesti. Fysioterapeutin haastattelussa korostui tavoitteenasetteluun liittyvä yhteistyö kuntoutustiimin kanssa. Hänen työssään tavoitteet pyritään aina miettimään niin, että ne tukevat muuta kuntoutusta. Kuntoutustiimissä mietitään, millä tavoin koira voisi terapiassa olla apuna tavoitteiden mukaisessa toiminnassa, mutta itse toiminnot valitaan yhdessä asiakkaan kanssa. Koira-avusteisen toiminta- ja fysioterapian tavoitteita voivat olla esimerkiksi vuorovaikutustaitojen, tunneilmaisun, kognitiivisten taitojen tai fyysisen liikkuvuuden kehittyminen. Koira-avusteisessa fysioterapiassa tehtävät toiminnot lähtevät usein yksinkertaisesti siitä, että asiakkaalta kysytään mitä hän haluaisi tehdä koiran kanssa. Nämä toiveet mukautetaan tavoitteisiin ja mietitään sellaisia harjoituksia, joita koiran kanssa on mahdollista tehdä. Usein terapia alkaa pienistä ja yksinkertaisista asioista:

Kun ekalla kerralla kysyy että ”mitä haluaisit tehdä”, niin he usein sanovat että silittää koira. Siitähän se lähtee, koska se on niin luonnollista: koira silitetään.

Haastattelemamme toimintaterapeutti toteuttaa koira-avusteista terapiaa sekä yksilö- että ryhmämuotoisesti. Ryhmässä tavoitteenasettelu poikkeaa yksilöterapiasta siten, että osallistujat haastatellaan yksittäin ja ryhmä muodostetaan potilaiden samankaltaisten tavoitteiden perusteella. Ryhmän yhteisenä tavoitteena voi olla esimerkiksi sosiaalisten taitojen kehittyminen. Joskus terapeutti huomaa jonkun ryhmäläisen edistyneen hyvin koiran avulla, mutta monen tavoitteen olevan vielä saavuttamatta ryhmän päättyessä. Silloin koira-avusteista terapiaa voidaan jatkaa yksilöterapiana. Tavoitteellisuus korostuu etenkin koira-avusteisessa työmuodossa. Koira käytetään apuna terapiassa vain, mikäli se on tarpeellista asiakkaan tavoitteiden toteutumisen kannalta:

Perustelen aina sitä, että tämä ei ole kaverikoira. Se työskentelee mun apuvälineenä niin, että käytän koira vain kun se on todettu tarpeelliseksi.

Erityisopetuksessa oppilaalle tehdään joka syksy henkilökohtainen oppimista koskeva suunnitelma, jossa määritellään kyseisen lukuvuoden tavoitteet. Koira on merkitty oppimissuunnitelmaan apuvälineeksi, ja se sisällytetään tavoitteisiin yksilöllisesti riippuen siitä, millaisia ongelmia lapsella on. Koira-avusteisen kasvatustyön tavoitteita voivat olla esimerkiksi motoristen taitojen, toiminnanohjauksen tai hahmotuksen parantuminen, stressin laukeaminen tai erilaiset oppimiseen liittyvät tavoitteet.

Asiakaskeskeisyys on tavoitteiden asettamisen vaiheessa tärkeää. Kun asiakkaalle annetaan valta päättää omista tavoitteistaan, onnistutaan interventiolla saavuttamaan asioita, joilla on hänelle oikeasti merkitystä. Asiakas on tällöin myös motivoituneempi taistelemaan tavoitteiden saavuttamiseksi, ja interventio on suuremmalla todennäköisyydellä tehokas. (Pierce 2003: 276-280.) Asiakaskeskeisyys näkyy kaikkien haastattemiemme ammattilaisten työssä selkeästi. Sekä koira-avusteisessa toiminta- ja fysioterapiassa että erityisopetuksessa ammattilaiset ottavat aina huomioon asiakkaan fyysisen voiminnan ja mielentilan. Aiemmin suunniteltuja toimintoja voi olla tarpeen muuttaa niiden mukaan. Varsinkin erityisopettaja joutuu jatkuvasti soveltamaan toimintaansa lasten nopeasti muuttuvien mielialojen mukaisesti. Jos lapsen päivä on alkanut huonosti, on koulupäivä tehtävien sijaan hyvä aloittaa kontaktilla koiran kanssa.

Asiakkaan kanssa tehdään jatkuvasti yhteistyötä, ja hänen mielipiteensä huomioidaan tavoitteenasettelusta prosessin lopetukseen saakka. Kuntoutuksen ammattilaiset keskustelevat asiakkaiden kanssa esimerkiksi siitä, miltä koira-avusteinen terapia tuntuu ja haluaako asiakas jatkaa sitä. Jos asiakas väsyä kesken terapian, sitä ei jatketa, ellei hän sitä itse halua. Asiakasta rohkaistaan ja hänelle annetaan mahdollisimman paljon positiivista palautetta. Koiran kanssa tehtäviä harjoituksia ei päätetä asiakkaan puolesta, vaan hänen mielipidettään kysytään ja häntä tuetaan myös oma-aloitteisuuteen.

7.1.3 Toiminnan soveltuvuus

Ammattilaisen tehtävänä on tarjota asiakkaalle interventio, joka vastaa asiakkaan yksilöllisiin tavoitteisiin. Toiminnan soveltuvuudella tarkoitetaan sitä, kuinka valittu toiminta sopii juuri kyseiselle asiakkaalle ja hänen tavoitteisiinsa. Täsmällisen intervention onnistumisen kannalta on tärkeää, että ammattilainen kehittää asiantuntijuuttaan ja havainnointitaitojaan, käyttää erilaisia interventiostrategioita, kiinnittää huomiota näyttöön perustuvuuteen sekä tunnistaa mahdolliset riskit ja ongelmatilanteet. (Pierce 2003: 284.)

Koira-avusteisessa kuntoutuksessa *asiakkaiden valitsemiseen* vaikuttaa ensisijaisesti henkilön oma mielenkiinto koiria kohtaan sekä hänen aikaisemmat kokemuksensa niistä. Arvioinnissa saattaa tulla esille, että asiakas on hyvin eläinrakas, jolloin koira-avusteinen kuntoutus voisi mahdollisesti sopia osaksi kuntoutusprosessia. Koira-avusteiseen terapiaan ja ryhmiin ohjautuu asiakkaita myös muiden kuntoutustiimin jäsenten ehdotuksesta. Usein jo ensimmäisellä kerralla voidaan asiakkaan ja koiran kanssakäymisen perusteella sanoa, sopiiko toiminta kyseiselle asiakkaalle. Koira-avusteista työskentelymuotoa ei kokeilla sellaisille asiakkaille, jotka eivät pidä koirista, pelkäävät koiria tai ovat pahasti allergisia.

Pierce korostaa mallissaan, että ammattilaisen on hyvin tärkeää pyrkiä *kehittämään omaa työtänsä*. Jatkuva reflektointi, päivittäinen arviointi sekä ammatillinen ajattelu pakottavat ammattilaisen kehittämään toiminnan terapeuttista voimaa. Asiakkaan tapaamisen jälkeen ammattilaisen kannattaa kysyä itseltään kysymyksiä, jotka ohjaavat kohti täsmällisempää tavoitteiden saavuttamista. Tällaisia kysymyksiä voivat olla esimerkiksi: ”Mikä meni hyvin?”, ”Mitä voisi parantaa?”, ”Mitä asiakas koki?”, ”Kuinka hyvin kyseinen interventio eteni kohti tavoitteiden saavuttamista?”, ”Tarvitseeko tavoitteita muokata?” ja ”Mikä olisi tehnyt toiminnan vetoavammaksi asiakkaalle?”. (Pierce 2003: 284-287.)

Työn kehittäminen näkyy koira-avusteisessa työssä erityisen hyvin, sillä koiran kouluttaminen on jatkuvaa. Kaikki haastattelemamme ammattilaiset ovat käyttäneet paljon aikaa koiriensa kouluttamiseen ja uusia kehittämisideoita syntyy koko ajan. Tavoitteellisessa, ammatillisessa työskentelyssä ei riitä, että koira on perustotelevainen, vaan sen täytyy osata paljon muutakin. Koiran on oltava tottunut erilaisiin tilanteisiin, ihmisiin ja ääniin jo pienestä pitäen. Koiraa lisäkoulutetaan sitä mukaa kun asiakastyössä tarvitaan uusia harjoituksia. Myös ammattilaisen ja koiran yhteistoimintaa on mahdollista kehittää harjoittelemalla.

Aiemmin mainittu dokumentaatio liittyy tiiviisti myös ammattilaisten työn kehittämiseen. Kirjaamisen avulla harjoitusten hyödyllisyyttä voidaan arvioida, ja sitä kautta muokata tai vaihtaa käytettyjä toimintoja tarpeen vaatiessa. Myös kirjallisuuden seuraaminen on osa työn kehittämistä. Ammattilaiset ovat perehtyneet koira-avusteisen kasvatus- ja kuntoutustyön historiaan, teoriaan sekä siitä tehtyihin tutkimuksiin. He kaikki ovat myös Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry:n aktiivisia jäseniä. Yhdistyksen ja muiden ver-

kostojen kautta ammattilaiset ovat yhteydessä muihin koira-avusteista työtä tekeviin ammattilaisiin, joiden kanssa he keskustelevat työstään ja jakavat ideoita. Uusia ideoita koiran avulla tehtäviin harjoituksiin etsitään aktiivisesti pitämällä silmät auki ja mieli avoinna, joten työn kehittäminen on jokapäiväistä.

Koira-avusteisia interventioita suunniteltaessa on tärkeää ottaa huomioon *mahdolliset ongelmatilanteet* ja varautua niihin etukäteen. Erityisopettaja on esimerkiksi kouluttanut koiransa tottelemaan käsikäskyä, mikäli luokassa ilmenee tilanne, jossa hän joutuu samaan aikaan ohjeistamaan oppilaita ja koiraa. Turvallisuus on tärkeä asia sekä asiakkaiden että koiran kannalta. Työvälineiden ja -tilojen täytyy olla kunnollisia ja tarpeen vaatiessa tilanteessa on hyvä olla mukana myös toinen ammattilainen, joka tuntee asiakkaan. Koira-avusteisessa kasvatus- ja kuntoutustyössä kannattaa vaaratilanteiden välttämiseksi laatia asiakkaiden kanssa selkeät säännöt siitä, kuinka koiran kanssa toimitaan. On tärkeää tuntea asiakas ja olla tietoinen hänen vahvuuksistaan ja heikkouksistaan:

Jos tiedän että kuntoutuja on hyvin lyhytjännitteinen, mahdollisesti vähän aggressiivinen, niin en tee sellaisia juttuja koiran kanssa, jotka saattaisivat provosoida aggressiivisuutta.

Ammattilaisilta vaaditaan tilannetajua, sillä asiakkaiden mielialat voivat vaihdella päivästä riippuen. Ammattilaisen tulee tunnistaa asiakkaan kulloinenkin mieliala ja toimia koiran kanssa sen mukaisesti - tilanteet eivät aina suju suunnitelmien mukaisesti. Lisäksi myös koiraa täytyy havainnoida; mikäli koira vaikuttaa stressaantuneelta tai levottomalta, on harjoituksia sovellettava myös sen jaksamisen mukaan.

Asiakkaissa tapahtuneet muutokset mittaavat luonnollisesti intervention täsmällisyyden onnistumista. Toiminnalla aikaansaadut muutokset voivat näkyä esimerkiksi taitojen kehittymisenä tai uusien toimintamallien löytymisenä. (Pierce 2003: 287.) Kaikkien ammattilaisten mielestä asiakkaissa koira-avusteisen työskentelyn myötä tapahtuneet muutokset ovat olleet suuria. Koira vaikuttaa ihmisiin hyvin monella eri osa-alueella saaden aikaan sekä fysiologisia että psyykkisiä muutoksia. Vastauksissa toistuvat esimerkit muutoksista olivat asiakkaiden motivaation kasvu, mielialan nouseminen, keskittymiskyvyn ja itsehillinnän paraneminen, kommunikaation lisääntyminen, rauhoittuminen, rentoutuminen sekä stressitason aleneminen. Asiakkaiden toiminta on yleisesti sujuvampaa, kun interventiossa on mukana koira. Lisäksi ammattilaiset korostivat sitä, kuinka koira saa asiakkaat hymyilemään:

Koiraryhmä sitten alkoi ja tämä samainen potilas, en voi vieläkään käsittää että miten se on niin erilainen. Se tulee ryhmään, näkee koiran ja hymyilee – se ei ikinä milloinkaan muulloin hymyile. Se hymyilee sen koiran kanssa, malttaa istua, keskittyä ja kuunnella mitä ryhmässä tehdään. Se osallistuu aktiivisesti kaikkiin toimintoihin ja on oma-aloitteinen. Yleensä saattaa olla, että se lähtee ryhmästä hyvinkin nopeasti, mutta koiraryhmästä se ei millään meinaa edes lähteä.

Vuorovaikutustilanteet koiran kanssa saavat ihmisen oksitosiinitason lisääntymään, minkä erityisesti erityisopettaja on pistänyt merkille. Autistiset lapset ovat herkkiä stressaantumaan ja koiran on huomattu olevan erittäin toimiva apuväline stressitason laskemiseen. Koiran kanssa tehdyt koulutehtävät sujuvat selkeästi paremmin ja oppilas jaksaa keskittyä työskentelyyn. Koira toimii oppilaille voimakkaana motivaattorina ja innostaa heitä toimimaan koulussa. Positiiviset muutokset oppilaissa on tunnistettu myös kotioloissa:

Oppilaiden vanhemmat ovat todenneet että tämä helpottaa elämää, niin he ovat tosi kiitollisia siitä, että tällainen mahdollisuus on olemassa. Kahteen perheeseen on hankittu koira sen jälkeen ja yhdessä perheessä mietitään, että hankitaanko.

Toiminnallisten harjoitusten ja motivoinnin lisäksi koira innostaa asiakasta puhumaan ja elehtimään. Toimintaterapeutti on huomannut myös asiakkaiden keskinäisen kommunikoinnin lisääntyneen selkeästi koira-avusteisen toimintaterapian myötä:

Potilaat ovat saaneet yhteisen keskustelunaiheen tämän ryhmän ulkopuolella. He eivät välttämättä ole kommunikoineet toistensa kanssa mistään - nyt heillä on yhteinen keskustelunaihe ja he puhuvat siitä koirasta.

Tutkimukseen perustuvan näytön avulla voidaan perustella sitä, että prosessilla on vaikutusta asiakkaan tilanteeseen. Aiheesta tehtyjä tutkimuksia ja kirjallisuutta voi myös käyttää hyväksi intervention suunnittelussa. (Pierce 2003: 288-289.) *Näyttöön perustuvuus* näkyy ammattilaisten työssä oman erityisalan viitekehysten ja koira-avusteisen työskentelyn teoriataustan tuntemisessa, työn dokumentoinnissa sekä työyhteisön perehdyttämisessä. Vaikka työn tulokset näkyvät dokumentoinnissa, lisää tieteellistä näyttöä työmuodon vaikuttavuudesta kuitenkin tarvitaan.

Tämä on kuitenkin tosi uusi alue ja olen huomannut sen, että sitä vaikuttavuutta juuri... Että saa enemmän sitä tietoa, että onko tällä mitään merkitystä, onko tällä mitään vaikutusta.

Ammattilaiset omaavat vahvan tietoperustan koira-avusteisen työn historiasta ja menettelmistä ja he ovat kouluttaneet koiransa omaa työtään varten. Kaikille työssä käytettävillä koirille tehdään soveltuvuuskoe ennen työhön hyväksymistä. On tärkeää, että soveltuvuuskoe on monipuolinen ja tarkka, sillä kaikki koirat eivät sovellu kasvatus- ja kuntoutustyöhön. Jotta koira saa työskennellä työpaikalla, on siihen lisäksi oltava lupa organisaation johdolta, kuten ylilääkäriltä tai rehtorilta. Luvan myöntämiseksi täytyy koira-avusteinen työmuoto perustella näyttöön pohjautuen. Teoreettista näyttöä tarvitaan myös silloin, kun työtä perustellaan asiakkaille tai työyhteisön ulkopuolella, kuten toimintaterapeutti kuvaa:

Täytyy tietää se teoria, että miten koira on käytetty joskus historiassa. Se on tärkeää myös sen kannalta, että osaa perustella sitä ihan kenelle tahansa, joka ei tiedä mitä se työ on.

7.2 Ainutlaatuisuus

Toiminnan kontekstuaaliset ulottuvuudet luovat kokemuksen *ainutlaatuisuudesta*. Se voidaan jakaa fyysisiin, ajallisiin ja sosiokulttuurisiin ympäristötekijöihin. Ympäristön eri ulottuvuudet on otettava huomioon täsmällistä interventiota suunniteltaessa. (Pierce 2003: 287; Hautala ym. 2011: 119.) Ammattilaisten teemahaastatteluissa keskusteltiin siitä, miten ympäristön eri tekijät vaikuttavat koira-avusteiseen työskentelyyn joko edistämällä tai vaikeuttaen sitä.

7.2.1 Fyysinen ympäristö

Suunnitellakseen asiakkaille positiivisia vaikutuksia lisääviä interventioita on ammattilaisen ymmärrettävä toiminnan fyysisiä konteksteja ja sitä, miten ihminen kokee erilaiset tilat omasta kehostaan käsin. Piercen mukaan fyysinen ympäristö käsittää paljon muutakin kuin tilan perinteiset fyysiset ominaisuudet, kuten esimerkiksi huoneen korkeus, leveys ja syvyys. Muita fyysiseen ulottuvuuteen liittyviä elementtejä ovat ympäristön olosuhteet kuten valot, hajut, äänet, pinnat, materiaalit, ympäristön esteet tai esteettömyys. Myös kaikki tilassa olevat esineet, työkalut, huonekalut, vaatteet ja tekstiilit ovat osana sitä fyysistä kontekstia, jossa toiminta kulloinkin tapahtuu. (Pierce 2003: 152, 155-161.)

Kaikki haastatellut ammattilaiset pitivät tärkeänä riittävän suurta ja esteetöntä työskentelytilaa. Tilassa tulee voida toteuttaa erilaisia toimintoja sekä lattialla että tasoilla ja siellä on mahdollista kulkemaan koiran kanssa vaivatta. Avointa lattiatilaa tarvitaan etenkin ison koiran kanssa työskenneltäessä varsinkin fysioterapian asiakkaiden kanssa. Huoneessa on hyvä olla myös riittävästi tyhjää seinäpintaa ja nurkkia, joita vasten kuntoutuja voi tukeutua. Pienen koiran kanssa työskentelevä toimintaterapeutti piti koiransa kokoa helppona ahtaissa sisätiloissa työskentelemisen kannalta:

Esimerkiksi ollaan tällaista sisäagilitya tehty, niin pikkukoiran kanssa pystyy menemään pienessä tilassa. Että se mahtuu hyvin ketterästi kulkemaan ja mahtuu useampi sitten tähänkin tilaan.

Koiran koosta riippumatta esteettömyys on aina tärkeää, jotta toimintaympäristö olisi turvallinen sekä asiakkaalle että koiralle. Ympäristön piirteet ja turvallisuus korostuvat etenkin silloin, jos liikutaan ulkona ja koira on vapaana. Tällöin ammattilaisen on havainnoitava monipuolisesti sekä liikennettä että asiakkaiden toimintaa ja koiran käyttäytymistä. Tilanteiden turvallisuuteen voidaan vaikuttaa toimintaan soveltuvilla työvälineillä, kuten erityisopettaja kuvaa tilanteita, joissa luokan oppilaat ulkoiluttavat koiraa:

Meillä on kunnon valjaat ensinnäkin ja on lyhyt hihna ja pitkä hihna. Sillä pitkällä hihnalla kontrolloin, ettei tule mitään vaaratilannetta, mutta lyhyellä hihnalla oppilas kokee itse kävelyttävänsä koiraa.

Piercen mukaan myös tilan sosiaaliset merkitykset liittyvät osaltaan fyysisen ympäristön käsitteeseen. On suuri ero siinä, onko jokin tila yksityinen vai onko se julkinen, muiden kanssa jaettu tila. Jotkin sosiaaliset toiminnot soveltuvat hyvin isossa ryhmässä tehtäviksi. Toisaalta on myös toimintoja, jotka onnistuvat parhaiten vain muutaman tai jopa vain yhden ihmisen kanssa tehtyinä. Myös asiakkaan kehonkielen ja fyysisen etäisyyden ymmärtäminen ja havainnoiminen voivat tarjota ammattilaiselle tärkeitä näkemyksiä yksilön toiminnallisesta kokemuksesta. (Pierce 2003: 161-163.)

Kaikki tutkimukseen osallistuneet ammattilaiset olivat yhtä mieltä siitä, että koira-avusteiseen työskentelyyn tarvitaan rauhallinen, häiriötön tila, jossa asiakkaan on mahdollista keskittyä vain eläimen kanssa olemiseen. Myös koiran keskittymisen kannalta on tärkeää, että esimerkiksi huoneen oven saa suljettua. Intervention suunnittelussa on huomioitava tarkasti myös siihen osallistuvien asiakkaiden määrä. Esimerkiksi toimintaterapeutin koira-avusteisiin ryhmiin osallistuu kerrallaan vain neljästä viiteen potilasta, jolloin sekä koiralla että potilailla riittää motivaatiota työskentelyyn:

Silloin se potilas saa koiralta paljon huomiota ja myös koira jaksaa antaa kaikille tasapuolisesti huomiota.

Toisaalta kaikki haastateltavat toivat esiin, että useimpiin koira-avusteisiin tilanteisiin osallistuu koira ohjaavan henkilön lisäksi myös joku muu ammattilainen. Toimintaterapiaryhmissä mukana on aina hoitaja ja fysioterapiaan osallistuu kuntoutujan oma fysioterapeutti. Myös kouluympäristössä luokassa on erityisopettajan lisäksi usein koulunkäyntiavustaja.

Koirakoiden omien työtilojen lisäksi kaikkien ammattilaisten työpaikoilla koiran liikkuminen on tarkasti rajattua. Tällä pyritään estämään esimerkiksi allergikkojen ja koirien kohtaaminen. Koulussa erityisopettajalla on käytössään erillinen sisäänkäynti, eikä hän liiku koirien kanssa lainkaan yleisillä käytävillä tai osallistu salitilanteisiin. Myös kuntoutuksen parissa työskentelevät ammattilaiset liikkuvat koiran kanssa vain sovituilla yhteisillä alueilla ja harvemmin esimerkiksi osastoilla, ellei kuntoutujan kanssa ole erikseen sovittu työskentelystä tämän omassa huoneessa.

7.2.2 Ajallinen ympäristö

Piercen mukaan jokaisella ihmisen toiminnalla ja kokemuksella on uniikki ajallinen rytmensä. Ihmiskeho reagoi ja taipuu ympäristön ajallisiin vihjeisiin, ja toimintatavat seuraavat uni-valvesykliä sekä vuodenaikojen vaihtelua. Ihminen organisoii toiminnallisia kokemuksiaan ajallisesti ennakoimalla, suunnittelemalla etukäteen, noudattamalla tuttuja rutiineja ja pitämällä tavoitteet mielessään. Kellojen, kalenterien ja kulttuuristen odotusten avulla sosiaalinen ympäristö synkronoi yksilön toimintaa niin, että se mukautuu hyvin ympäröivään kulttuuriin ja maailmaan. Länsimaisessa kulttuurissa, jossa ”aika on rahaa”, ajalla on myös taloudellinen merkitys ja se rinnastetaan usein tuotteliaisuuteen. Tällaisen ajattelun negatiivinen puoli ilmenee kulttuurisina ilmiöinä kiireen ja työriippuvuuden muodossa (Pierce 2003: 170, 175-180.)

Tutkimuksessa haastateltujen ammattilaisten koirat työskentelevät työpaikoilla korkeintaan kahtena päivänä viikossa, vaikka asiakkaiden puolelta toiveita olisi tiiviimpään yhteistyöhön. Kaikkien vastauksissa kuitenkin painottui, miten tärkeää on huolehtia myös koiran jaksamisesta ja hyvinvoinnista, jottei koira pääse uupumaan:

Vanhemmat toivoisivat että koirat olisi täällä joka päivä, mutta pitää myös ajatella että tämä on raskasta työtä koiralle - en halua että ne ovat joka päivä. Koira ei saa stressaantua liikaa, ettei se pala loppuun. Koirallekin voi tulla burn-out.

Ammattilaisen on huomioitava työssään, että koirasta on voitava huolehtia koko työpäivän ajan ja sille on varattava tarpeeksi aikaa lepoon ja ulkoiluun. Piercen (2003) mallissa ajalliseen ympäristöön liittyy myös subjektiivinen aika: ulkoisesti samanlaisena toistuva toiminta koetaan jokaisella kerralla yksilöllisesti. Kokemukseen vaikuttavat muun muassa vuorokaudenaika, yksilön energiataso, keskittymiskyky, tila ja siellä olevat muut henkilöt. (Pierce 2003: 181.) Koirankaan kaikki päivät eivät ole samanlaisia, vaan sen keskittymiskyky saattaa vaihdella päivästä riippuen. Siksi jo koiran jaksamisen kannalta yhden päivän aikana on parempi työskennellä vain muutaman asiakkaan ja tarpeeksi pienten ryhmien kanssa. Toiminta- ja fysioterapiassa koiran tietyt työskentelypäivät on sovittu yhdessä muiden kuntoutustyöntekijöiden kanssa, jolloin heillä on mahdollisuus suunnitella terapiaa yhdessä kuntoutujan kanssa. Erityisopettaja korostaa, että koko työyhteisön on hyvä tuntea ja noudattaa yhteisiä sääntöjä koiran työskentelyyn liittyen:

Olen joutunut välillä ihan sanomaan, että silloin kun koira on lepäämässä niin sinne ei saa mennä. Että silläkin on oikeus lepotaukoon.

Myös muun työyhteisön työ- ja päivärytmi vaikuttaa koira-avusteisen työn suunnitteluun. Esimerkiksi fysioterapeutti työskentelee yleisessä terapiasalissa koiran kanssa vasta päivän loppupuolella tai ilta-aikoina. Koulussa erityisopettaja pyrkii liikkumaan luokkansa ja koiriens kanssa eri rytmisissä kuin muut, sillä osa hänen oppilaistaan on äänilyherkkiä.

7.2.3 Sosiokulttuurinen ympäristö

Toiminnan sosiokulttuurinen ulottuvuus ovat niin monitahoinen, ettei sitä voi jättää huomiotta, mikäli ammattilainen haluaa luoda tehokkaan intervention asiakkaalleen. Sosiokulttuurista ympäristöä voidaan tarkastella sosiaalisesta ja kulttuurisesta näkökulmasta. Sosiaalinen puoli sisältää esimerkiksi yksilön identiteetin, ihmissuhteet ja organisaatiot. Kulttuurinen näkökulma puolestaan käsittää esimerkiksi rituaalit, kulttuurierot, erilaisuuden ja sukupuolen. (Pierce 2003: 198.) Ammattilaisten haastatteluissa pohdittiin sitä, miten työyhteisöt ja organisaatiot suhtautuvat koira-avusteiseen työskentelyyn.

Keskusteltaessa organisaatioiden suhtautumisesta koira-avusteiseen työhön kaikki ammattilaiset kokivat olevansa onnekkaita työskennellessään niin koiramyönteisissä työyhteisöissä. Sekä toimintaterapeutti että erityisopettaja olivat jo työhaastatteluisaan tuoneet esiin halukkuutensa työskennellä koiran kanssa. Organisaatiolta saadun työluvan jälkeen työyhteisöissä on sovittu tarkkaan koiran työskentelyyn liittyvät säännöt ja puitteet ennen kuin varsinainen työ on alkanut. Ammattilaisten oma-aloitteisuus ja perusteellinen taustatyö ennen koiran työskentelyn aloittamista ovat edistäneet myönteisen ilmapiirin kehittymistä. Kaikki tutkimukseen osallistuneet ammattilaiset kokivat, ettei koira-avusteisesta työstä ole organisaatiotasolla tullut ongelmaa.

Jos on todettu, että tästä on jotain hyötyä kuntoutujalle, niin lääkärit ovat jopa varmistaneet asian niin, että jos kuntoutuja on vähänkin allerginen niin annetaan lääkitys ennen tänne terapiaan tuloa. Eli se asenne on näin myönteinen.

Toisinaan kuitenkin työtä joudutaan perustelemaan myös oman työyhteisön sisällä, koira-avusteinen kasvatusta- ja kuntoutustyö kun sekoitetaan helposti kaverikoiratoimintaan. Esimerkiksi sairaalassa hoitajat ovat kyselleet toimintaterapeutilta, milloin koira tulee osastolle vierailemaan. Erityisopettajan työskentelyä on kyseenalaistettu, koska luokan opetus ja päivärytmi eroaa sisällöllisesti paljon muiden luokkien ohjelmasta. Ammattilaiset ovat avanneet mielellään työnsä näyttöön perustuvuutta ja perustelleet sitä, miten koiraa käytetään työvälineenä vain silloin, kun se on todella tarpeellista:

Olen kyllä pitänyt tietoisuutta opettajille, ihan esityksiä siitä että mitä tämä on. Ei sen takia, että koirat eivät halua olla kotona yksinään, vaan koska ne tulee tänne tekemään töitä.

Asiakkaat, kuten oppilaiden vanhemmat, eivät niinkään ole suhtautuneet koira-avusteiseen työskentelyyn sitä kyseenalaistaen. Sen sijaan kateutta työmuoto on saatanut herättää, mikä ei erityisopettajan mielestä ole pelkästään huono asia, sillä se nostaa erityisluokan profiilia. Pääasiallisesti ihmisten suhtautuminen on kuitenkin ollut myönteistä ja ammattilaiset kokevat ympäristön tukevan koira-avusteista työskentelyä:

Ei ole tullut ongelmia, mutta se on varmaan niin, että se alkoi niin pikku hiljaa. Ja nekin pienet esteet mitkä oli, niin ne voitettiin. Tavallaan se koira sillä olemuksellaan jotenkin poisti esteet ja ne semmoiset epäilyt.

7.3 Vetoavuus

Toiminnan asiakaskohtaiset ulottuvuudet eli *vetoavuus* koostuu *tuotteliaisuudesta*, *vahvistavuudesta* ja *mielihyvästä*. Piercen mukaan kokemus toiminnasta on aina vaihteleva sekoitus näitä kolmea elementtiä. Sama toiminta vetoaa eri tavalla eri ihmisiin. (Hautala ym. 2011: 118.)

7.3.1 Tuotteliaisuus

Tavoitteiden eteen työskenteleminen on ihmiselle luonteenomainen piirre. Ihminen kokee tyytyväisyyden tunnetta asettaessaan itselleen tavoitteita ja haasteita, jotka tarjoavat keskushermostolle sen tarvitsemaa stimulaatiota. Kyky olla tuottelias on ensisijaisen tärkeä asia ihmisen kaltaiselle toiminnalliselle olennot. Tuotteliaat toiminnot tähtäävät tiettyyn tavoitteeseen ja sen saavuttamisen tuottamaan mielihyvään. Niihin osallistumisen tarkoituksiksi koetaan tuloksen saavuttaminen, ei pelkästään itse toiminnan tuottama mielihyvä. Tuotteliaat toiminnot voivat samanaikaisesti tuottaa myös mielihyvää, jolloin kyseisiin toimintoihin osallistumisen motivaatio kasvaa entisestään. Kaikkia tuotteliaita toimintoja ei kuitenkaan pidetä tyydyttävänä, sillä joskus liika tuotteliaisuus saattaa aiheuttaa stressiä ja uupumusta. (Pierce 2003: 58-71.) Asiakkaiden haastatte- luissa tuotteliaisuuden osa-alueesta käsiteltiin *tavoitteita ja niiden saavuttamista* sekä *motivaatiota*.

Tavoitteista keskusteltaessa asiakkaat kertoivat harjoittelevansa terapiassa esimerkiksi koiran hoitamista, puheen selkeyttä ja seisomista sekä tekevänsä erilaisia leikin avulla toteutettavia harjoituksia. Toimintaterapian asiakas kertoi koira-avusteisen terapian tavoitteena olevan muun muassa mielialan kohentuminen, fysioterapian asiakkaan tavoitteet liittyivät sen sijaan enemmän fysiikkaan, motoriikkaan ja puheilmaisuun. Tavoitteet oltiin asetettu yhdessä terapeutin kanssa:

Kaikkea kummatkin päättää, että ei erikseen päätetä mitään. Kyllä se kivalta tuntuu yhtä aikaa, että ei ole sääntöjä.

Molemmat asiakkaat olivat tyytyväisiä tähän mennessä tapahtuneeseen *tavoitteiden saavuttamiseen*. Fysioterapian asiakas nimesi koira-avusteisen terapian avulla tapahtuneiksi muutoksiksi hienomotoristen taitojen kehittymisen koiran kynsien leikkaamisen muodossa sekä puheen tuottamisen paranemisen. Hän myös kertoi oppineensa paljon

lisää koirista ja niiden hoitamisesta. Toimintaterapian asiakas sanoi koiran olevan hyvä oppimaan ja oppivansa terapiassa itse koiran kanssa.

Tuotteliaisuuteen liittyen asiakkaiden kanssa keskusteltiin myös siitä, mikä heitä *motivoi* työskentelemään koiran kanssa. Molemmat ilmaisivat pitävänsä koirista paljon ja tulevansa mielellään terapiaan jo koiran näkemisen vuoksi. Fysioterapian asiakkaan mukaan koira-avusteinen kuntoutus on normaalia kuntoutusta mielenkiintoisempaa ja häntä motivoi esimerkiksi koiran palkitseminen. Toimintaterapian asiakasta motivoi itse koiran lisäksi sen kanssa ulkoileminen sekä koira-avusteisessa toimintaterapiassa tehtävät leikkeihin pohjautuvat harjoitukset.

7.3.2 Vahvistavuus

Kukaan ei kykene pysymään tavoitesuuntautuneena kaiken aikaa. Ihmisen arki on 24-tuntinen toimintojen kokonaisuus, joka sisältää myös levon. On tärkeää, että toimintoissa on riittävä määrä vahvistavuutta, sillä muuten myös tuotteliaisuuden ja mielihyvän tasot pysyvät matalina. Toiminnan terapeuttisen voiman mallissa vahvistavuuden osa-alue koostuu asioista, joiden avulla ihminen kerää energiaa. Unen ja levon lisäksi vahvistavia toimintoja voivat olla esimerkiksi syöminen, itsestä huolehtiminen ja ”hiljaiset toiminnot”. Hiljaiset toiminnot ovat toimintoja, joiden aikana emme ole kovinkaan aktiivisia fyysisesti ja huomio on vahvasti suuntautunut vain pieneen määrään ärsykeitä. Pierce listaa tällaisiksi toiminnoiksi esimerkiksi käsityöt, luonnosta nauttimisen, lukemisen ja tv:n katselun sekä ”hengelliset toiminnot” kuten meditoinnin. Vahvistavuuden määrä riippuu siitä, kuinka hyvin keskitymme näihin toimintoihin. Hiljainen osallistuminen koko huomiokapasiteetilla johonkin toimintaan virkistää ihmistä ja toimintojen elvyttävät ominaisuudet luovat perustan kaikelle sille mitä me elämässämme teemme. (Pierce 2003: 98-110.) Haastatteluissa keskusteltiin intervention aikana esiintyvistä ajatuksista sekä koira-avusteisen terapian vaikutuksesta energiatasoon.

Asiakkaat kertoivat koira-avusteisen terapian vaikuttavan energiatasoonsa pääosin piristävästi. Toimintaterapian asiakas kertoi, että koiran nähdessään hänen mielensä piristyy eikä koira-avusteinen terapia vie voimia, vaikka hän normaalisti väsähtää lääkkeiden vuoksi helposti. Fysioterapian asiakas sanoi koiraterapian yleensä piristävän, vain joskus harvoin väsyttävän.

Asiakkaiden mukaan koira-avusteisten tilanteiden aikana ajatukset ovat keskittyneet

toimintaan koiran kanssa. Fysioterapian asiakas kertoi miettivänsä, miten koira suhtautuu tehtäviin harjoituksiin. Hän kuvasi ajan kuluvan nopeasti koira-avusteisissa fysioterapiatilanteissa ja usein mielellään jatkaisi koiran kanssa tehtäviä harjoituksia pidempään. Toimintaterapian asiakas kertoi ajattelevansa interventioiden aikana ”hellyyttäviä asioita” ja miettivänsä myös sekä omaa että koiran edistymistä.

7.3.3 Mielihyvä

Ihminen pyrkii mahdollistamaan päivittäiseen elämäänsä mahdollisimman paljon mielihyvää tuottavia toimintoja. Kuntoutuksessa asiakkaat osallistuvat mieluummin sellaisiin interventioihin, jotka tuottavat mielihyvää. Ihmisen kokemus toiminnoista on yksilöllistä, ja erilaiset asiat tuottavat eri ihmisille mielihyvää. Usein mielihyvää tuottavat asiat ovat samaan aikaan myös joko tuotteliaita tai vahvistavia. Pierce korostaa kirjassaan aivojen limbisen järjestelmän merkitystä mielihyvän tunteen kehittämisessä. Tämän vuoksi toiminnan aikana koetut aistimukset ja muistot ovat yleisimpiä mielihyvää tuottavia asioita. Ihmisellä on luontainen taipumus kokea mielihyvää myös fyysisten aktiiviteettien ja leikin kautta. (Pierce 2003: 80-84.)

Keskusteltaessa koiran kanssa tehtävistä harjoituksista ja siitä, mitkä asiat terapiassa ovat mieluisia, nimesivät asiakkaat kuvakortti-harjoitukset, sisäagilityn, koiran luonteenpiirteet, söpöyden ja tottelevaisuuden. Fysioterapian asiakas kuvasi lisäksi, että mieluisaa koiraterapiassa on sen aiheuttama mukava olo ja kuvaili saatua mielihyvää termillä ”10+”. Haastavaa koira-avusteisessa terapiassa oli asiakkaiden mukaan ulkona liikkuminen, koiran kanssa kommunikointi puhuen silloin kun oma puhe on epäselvää sekä motoristen taitojen aiheuttamat ongelmat toimiessa koiran kanssa. Koira-avusteisen kuntoutuksen aikaansaamia aistikokemuksia olivat asiakkaiden mukaan koiran turkin ominaisuudet kuten pehmeys ja karheus sekä koiran suloinen ulkonäkö. Asiakkaat silittävät terapiakoiria ja puhuvat niille sekä kuuntelevat koiran ääniä, joten vuorovaikutuksessa koiran kanssa ovat mukana monet aistit. Toimintaterapian asiakas kertoi lisäksi pitävänsä siitä, kun koira nuolee naamaa.

Molemmilla asiakkailla oli aikaisempia kokemuksia koirista. Fysioterapian asiakkaan sukulaisilla on aina ollut paljon koiria ja hän kertoi kokemustensa koirista olevan ”pelkästään hyviä”. Toimintaterapian asiakkaalla on ollut lapsuudessa koira, jota hän muisteli haastattelun aikana. Koiran saapuminen perheeseen oli ollut mieluisa yllätys ja muistot ovat hyviä, vaikka koira ei loppujen lopuksi elänytkaan pitkään. Asiakkaan vel-

jellä on koirakennel, jossa hän kuulemma on jo pitkään halunnut vierailla. Kokemukset koirista ovat siis molemmilla asiakkailla positiivisia.

7.4 Johtopäätökset

Haastattelujen tarkoituksena oli selvittää, miten suunnitellaan täsmällinen koira-avusteinen interventio ja millaisia subjektiivisia kokemuksia asiakkailla on koira-avusteisesta kuntoutuksesta. Liitteessä 6. on esitetty yhteenveto saaduista tuloksista Doris Piercen (2003) toiminnan terapeuttisen voiman mallin osa-alueiden mukaan jäsenteltynä.

Asiakkaiden vastauksista voidaan päätellä, että molempien kokemukset koira-avusteisesta kuntoutuksesta ovat olleet positiivisia. Koska asiakkaiden ulosanti oli melko suppeaa, eikä vastauksista voida tehdä oletuksia, oli toiminnan vetoavuutta vaikea mitata. Kuitenkin asiakkaiden kokemuksissa oli nähtävissä mielihyvän, tuotteliaisuuden ja vahvistavuuden elementtejä. Koiran kanssa työskentely on toiminta muiden joukossa, joten sen soveltuvuus täytyy miettiä erikseen jokaisen yksilön kohdalla. Vaikka opinnäytetyössä haastatellut asiakkaat kokivat koira-avusteisen terapian mielekkäänä ja vetovoimaisena, ei se automaattisesti ole sitä kaikille.

Vaikka kaikki haastatteluihin osallistuneet ammattilaiset työskentelevät eri aloilla, tulokset osoittivat, että terapeuttisen toiminnan voiman mallin täsmällisyyden osa-alueet näkyivät kaikkien työssä. Malli ei siis ainoastaan sovellu täsmällisen toimintaterapia-intervention suunnitteluun, vaan on käyttökelpoinen myös muiden asiakaslähtöisesti työskentelevien ammattilaisten työssä. Koira-avusteisen intervention suunnittelussa on otettava huomioon samat toiminnan ulottuvuudet kuin ilman koira-avustusta toteutettavassa työssä, jotta toiminta olisi asiakkaalle mahdollisimman vetoavaa ja tavoitteellista. Haastatteluihin osallistuneet ammattilaiset korostivat erityisesti näyttöön perustuvaa työtä, sillä koira-avusteisen työskentelyn vaikuttavuuden kanssa kamppaillaan vielä. Oman työn kehittäminen ja arviointi on tärkeää, ja mahdollisia koiralta vaadittavia taitoja on lähes loputtomasti. Koiran käyttäytyminen ja osaaminen ovat iso osa koira-avusteisen intervention onnistumista.

Koira-avusteisessa työmuodossa myös ympäristön vaikutukset on otettava huomioon laajasti. Fyysisen tilan ja toiminnan vaatimusten tulee kohdata, jotta monipuolinen ja turvallinen työskentely sekä asiakkaan että koiran kannalta olisi mahdollista. Ammatti-

laisen tulee miettiä, missä ja millaisten välineiden avulla toiminta tapahtuu, sekä kuka tai keitä siinä on osallisena. Ajallinen ympäristö on otettava huomioon koiran työkyvyn säilymisen kannalta, jolloin myös koiran panostaminen vuorovaikutukseen on parhaimmillaan. Sosiokulttuurisista tekijöistä etenkin työskentelyorganisaatiolla on suuri rooli sen kannalta, miten koira-avusteinen työ onnistuu. Koirakon ja työyhteisön molemminpuolinen joustavuus sekä yhdessä sovitut säännöt tukevat koira-avusteista työmuotoa.

8 Esite koira-avusteisesta kasvatus- ja kuntoutustyöstä

Opinnäytetyön tuotoksena valmistui esite Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry:lle (liite 7.). Yhdistyksen toiveena oli saada käyttöönsä lyhyt ja informatiivinen esite, joka sopisi visuaalisesti ja sisällöllisesti jaettavaksi ammattilaiskäyttöön. Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry:llä on entuudestaan tiivis infolehtinen, jota jaetaan asiakkaille ja esimerkiksi erilaisissa messutapahtumissa. Opinnäytetyön tuotoksena valmistuneen esitteen tarkoituksena on kertoa lyhyesti yhdistyksen toiminnasta sekä yleisesti koira-avusteisen kasvatus- ja kuntoutustyön menetelmistä ja mahdollisuuksista. Esitteen kohderyhmänä ovat koira-avusteisesta työskentelystä kiinnostuneet sosiaali-, terveys- ja kasvatusalojen ammattilaiset ja sen tavoitteena on lisätä heidän tietoisuuttaan koira-avusteisesta kasvatus- ja kuntoutustyöstä. Esitteen sisältö perustuu opinnäytetyöraportin teoriaosuuteen. Haastatteluaineisto näkyy esitteessä haastatteluista valittujen sitaattien muodossa.

Esitteen toteuttaminen alkoi sisällönanalyysin ja tulosten raportoinnin jälkeen. Toteutusvaiheessa teimme tiivistä yhteistyötä Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry:n puheenjohtajan kanssa. Suunnittelimme yhdessä, millaista sisältöä raportin teoriaosuudesta käytämme esitteessä, jotta se palvelisi yhdistyksen tarkoituksia mahdollisimman hyvin. Valitsimme esitteeseen laitettavat tekstit ja sitaatit sekä pohdimme erilaisia ulkoasuvaihtoehtoja. Mahdollisia esitteessä käytettäviä valokuvia saimme yhdistyksen jäseniltä, ja lopulliset esitteessä käytetyt kuvat valittiin niiden joukosta yhdessä puheenjohtajan kanssa. Kaikkiin valokuviiin saatiin lupa yhdistykseltä tai kuvien ottajilta.

Esitteen sisällöksi valittiin ammattilaisten haastatteluista poimittujen sitaattien sekä yhdistyksen esittelyn lisäksi teoriaa koirien käytöstä kasvatus- ja kuntoutustyössä. Esitteen visuaalisesta toteutuksesta ja taitosta vastasi ystävämme, joka opiskelee graafista suunnittelua. Sovimme yhteistyöstä jo projektin alussa, sillä sekä meille että yhdistykselle oli tärkeää, että esitteestä tulisi visuaalisesti mielenkiintoinen ja laadukas. Suunnittelimme yhteistyökumppanin kanssa ideoita ja ehdotuksia ulkoasuun liittyen, mutta lopulliset valinnat esitteen visuaalisesta ilmeestä tehtiin yhdessä graafikon kanssa.

Lopullinen esite valmistui sähköisessä muodossa A5 -kokoisena ja nelisivuisena. Vastuu esitteen painatuksesta, jakelusta sekä niihin liittyvistä kustannuksista jäi Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry:lle. Yhdistyksen kanssa sovittiin, että se saa jatkossa muokata ja päivittää esitettä tarvittaessa. Tulevaisuudessa esite käännetään mahdolli-

sesti ruotsiksi ja englanniksi. Esite painetaan ja myöhemmin myös julkaistaan sähköisesti yhdistyksen Internet-sivuilla.

9 Pohdinta

Opinnäytetyöprosessi alkoi tammikuussa 2012. Työn tavoitteena oli tuottaa yhteistyökumppanimme käyttöön ammattilaisille suunnattu esite koira-avusteisesta kasvatus- ja kuntoutustyöstä. Opinnäytetyön teoreettisessa osuudessa perehdyttiin eläinavusteisten interventioihin lisäksi koira-avusteisen työn menetelmiin. Lisäksi esitettä varten toteutettiin viisi teemahaastattelua, joiden avulla oli tarkoitus selvittää asiakkaiden subjektiivisia kokemuksia koira-avusteisesta kuntoutuksesta ja sitä, miten ammattilaiset suunnittelevat täsmällisen koira-avusteisen intervention.

Projektin alussa haasteena oli, kuinka saada opinnäytetyöstä tarpeeksi toimintaterapeutin. Koska yhteistyökumppanimme oli Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry, emme voineet kohdistaa työtä vain oman alamme ammattilaisille. Raportin ja esitteen oli sisällettävä tietoa yleisesti koira-avusteisesta kasvatus- ja kuntoutustyöstä, ei vain toimintaterapiasta. Piercen (2003) toiminnan terapeuttisen voiman mallista löysimme kuitenkin mielenkiintoisen toimintaterapian näkökulman, joka näkyy lopulta opinnäytetyön toteutuksessa selkeästi. Alussa meille oli myös epäselvää, kuinka esite ja raportti käytännössä liittyvät toisiinsa. Yhteistyökumppanin kanssa mietittiin, miten laajasti teemahaastattelujen tulokset tulevat näkymään esitteessä. Lopulta päätettiin yhdessä, että esite rakentuu kirjallisen raporttimme teoriaosuudesta ja suorista ammattilaisten lainauksista.

Koska koira-avusteinen kasvatus- ja kuntoutustyö on vielä varsin uusi työmuoto, ei kirjallisuutta ja aiheesta tehtyjä näyttöön perustuvia julkaisuja ole vielä laajasti. Muutaman teoreettisen lähteen lisäksi etsimme tiedonhaun alkuvaiheessa käsiimme mahdollisimman paljon aiheesta kertovia artikkeleita ja tutkimuksia. Löytämiemme artikkeleiden käyttöä olisi kuitenkin pitänyt miettiä kriittisemmin jo silloin, sillä niiden luotettavuus ja tieteellisyys ei ehkä kaikissa tapauksissa ole opinnäytetyön kriteereihin nähden riittävää. Toisaalta julkaisut ovat tuoreita, kansainvälisiä ja monipuolisia. Yritimme usein päästä käsiksi julkaisuissa mainittuihin alkuperäisiin lähteisiin, mutta se ei aina onnistunut. Esimerkiksi kaikkia artikkeleissa mainittuja tutkimuksia ei löytynyt Internetin kautta maksutta.

Projektin edetessä huomasimme, että opinnäytetyön aiheen rajausta olisi kannattanut miettiä tarkemmin jo aiemmin. Tekemistä tuntui olevan liikaa ja sen vuoksi oli vaarana, että opinnäytetyön tutkimuksellinen osio jäisi vain pintaraapaisuksi. Opinnäytetyön en-

sisijaisena tarkoituksena oli tuottaa yhdistykselle esite ja siksi tuotokseen olisi ollut hyvä voida keskittyä ajallisesti enemmän. Kirjallisuuteen perehtymiseen, aineistonkeruuseen ja sisällönanalyysiin meni aikaa paljon luultua kauemmin. Toisaalta myös tarkasti suunniteltu ja toteutettu tapaustutkimus ammattilaisten ja asiakkaiden näkökulmasta olisi jo yksinäänkin ollut hyödyllinen. Nyt esitteen toteuttaminen jäi hieman viime hetken työksi, mutta hyvän yhteistyön ansiosta tuotoksesta tuli onnistunut kaikkien osapuolten mielestä.

Myös opinnäytetyön tutkimuksellisen osion rajaamista ja teemahaastatteluja olisi voitu suunnitella vielä tarkemmin. Aineiston laatua voidaan tavoitella etukäteen tekemällä hyvä haastattelurunko (Hirsjärvi - Hurme 2011: 184). Ammattilaisten haastattelurungoissa ei ilmennyt käytännön ongelmia, mutta asiakkaiden haastattelut osoittautuivat haastaviksi. Huomasimme, että etenkin ihmisten subjektiivisia kokemuksia on hyvin vaikeaa tutkia tekemättä oletuksia - varsinkin, kun informanttien ulosanti on suppeaa. Eskolan ja Suorannan (1999) mukaan tutkijan ja tutkittavan voi olla ajoittain hankala ymmärtää toistensa kieltä, joten väärinkäsitykset ovat mahdollisia (Eskola - Suoranta 1999: 146). Kuntoutujien vastaukset eivät olleet kovinkaan kuvailevia, vaan menivät kysymyksistä riippumatta helposti kyllä-ei -akselille. Tämän vuoksi koimme hankalaksi saada tarpeeksi aineistoa analyysia varten. Ensimmäisen asiakkaan kohdalla huomasimme lisäksi, että osa haastattelurungon kysymyksistä oli vaikeasti ymmärrettäviä, joten jouduimme muokkaamaan niitä itse haastattelutilanteessa. Lyhyiden vastausten vuoksi oli vaikeaa olla johdattelematta asiakasta ja tarjoamatta hänelle vastausvaihtoehtoja. Tilanne onnistuttiin kuitenkin pitämään keskustelunomaisena, eikä kuntoutuja vaikuttanut missään vaiheessa jännittyneeltä.

Fysioterapian asiakkaan haastattelutilanteessa emme olleet itse läsnä, joten sisällönanalyysi oli haastavaa, sillä oli vaikeaa olla tekemättä aineistosta omia tulkintoja. Jälkikäteen mietittynä olisimme voineet toteuttaa myös fysioterapian kuntoutujan haastattelun itse, vaikka haastattelu tehtiinkin kirjallisena. Kuntoutujien haastattelujen myötä tulimme siihen johtopäätökseen, ettei teemahaastattelu ollut tässä tapauksessa paras mahdollinen aineistonkeruumenetelmä asiakkaiden subjektiivisten kokemusten keräämiseen. Enemmän aineistoa olisimme voineet saada tutustumalla haastateltaviin asiakkaisiin etukäteen tai esimerkiksi lisäksi havainnoimalla terapiatilanteita. Johtopäätösten teko aineistosta olisi todennäköisesti ollut helpompaa, mikäli informanttien määrä olisi ollut suurempi. Nyt aineiston perusteella ei voitu minkäänlaisia yleistyksiä.

Ammattilaisten haastattelut oli huomattavasti helpompi suorittaa, sillä heillä kaikilla on paljon kokemuksia ja ajatuksia koira-avusteisesta työstä. Haasteellista olikin saada keskustelunomainen haastattelu pysymään rajattujen teemojen sisällä. Olisimme mielellämme kuulleet koira-avusteisesta työstä enemmän, mutta meidän täytyi johdatella ja rajata keskustelua teemojen mukaan. Jälkikäteen ajateltuna ammattilaisten haastattelujen litteroinnin olisi voinut tehdä vähemmän tarkasti, sillä materiaalin määrän vuoksi se vei paljon aikaa ja energiaa. Toisaalta haastatteluaineiston laatua lisää litteroinnin tarkkuus ja se, että litterointi tehdään mahdollisimman pian haastattelujen jälkeen (Hirsjärvi - Hurme 2000: 185). Myös sisällönanalyysin tapoihin perehtyminen etukäteen olisi voinut helpottaa haastattelujen jälkeen tehtävää aineiston analyysia. Jälkeenpäin oli selvää, ettei esimerkiksi toiminnan kontekstuaalisia ulottuvuuksia olisi voitu jättää sisällönanalyysin ulkopuolelle, niin kiinteästi ne kuuluvat toiminnan suunnitteluprosessiin.

Vaikka opinnäytetyöprosessi oli varsin monivaiheinen ja sisällöltään toisinaan sekava, olemme tyytyväisiä projektin lopputuotokseen. Oma intohimoinen suhtautumisemme opinnäytetyön aiheeseen piti mielenkiintoa ja jaksamista yllä koko pitkän projektin ajan. Yhteistyö Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry:n kanssa oli sujuvaa, vaikka aikataulujen yhteensovittamisessa oli välillä omat haasteensa. Saimme yhdistyksen puolelta hyvin vapaat kädet esitteen suunnittelun ja toteutuksen suhteen, vaikka lopulliset tuotokseen liittyvät päätökset tehtiin aina yhdessä. Pyrimme ottamaan yhteistyökumppanin toiveet huomioon koko projektin ajan, jotta esitteestä tulisi juuri yhdistyksen tarpeisiin kohdennettu. Opinnäytetyömme myötä toivomme yhteistyön yhdistyksen kanssa jatkuvan ammatillisissa merkeissä. Liityimme Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry:n jäseniksi ja olemme menossa seuraavalle yhdistyksen järjestämälle koirakkokurssille kertomaan opinnäytetyöstämme.

Toivomme, että toimintaterapian alalle opinnäytetyömme tuo innoitusta ja uutta näkemystä koirien käyttämisestä apuna terapiatyössä. Niin toimintaterapiakoulutuksessa kuin koko sosiaali- ja terveysalalla korostetaan nykyään voimakkaasti näyttöön perustuvan työn tärkeyttä. Jokainen uusi aiheesta tehty tutkimus tai opinnäytetyö on mahdollisuus tuoda näkyviin eläinavusteisen työskentelyn vaikuttavuutta. Opinnäytetyön myötä Piercen toiminnan terapeuttisen voiman malli (2003) on osoittautunut erittäin käyttökelpoiseksi malliksi tarkastelemaan koira-avusteisen työn eri ulottuvuuksia. Jatkossa kiinnostavaa olisi tutkia lisää ja laajemmin erityisesti asiakkaiden subjektiivisia kokemuksia koira-avusteisuudesta. Jatkokehittelyajatuksena esimerkiksi haastattelemamme toimintaterapeutti nosti idean koira-avusteisten toimintaterapiaryhmien havainnoinnista.

Tulevaisuudessa koirien positiiviset terveysvaikutukset saavat toivottavasti myös toimintaterapian keskuudessa enemmän näkyvyyttä ja tutkimukseen perustuvaa näyttöä.

Lähteet

Coren, S.. Foreword. 2010 Teoksessa A.H.Fine (toim.) Handbook on Animal-Assisted Therapy. Theoretical Foundations and Guidelines for Practice. 3.painos. Academic Press, 169-191.

Eskola, J. – Suoranta, J. 1999: Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 3. painos. Vastapaino. Gummerus Kirjapaino Oy. Jyväskylä.

Evans, N. - Gray, C. 2012. The Practice and Ethics of Animal-Assisted Therapy with Children and Young People: Is It Enough that We Don't Eat Our Co-Workers? British Journal of Social Work (2012) 42, 600-617.

Fine, A.H. - Beck, A. 2010. Understanding our kinship with animals: input for health care professionals interested in the human/animal bond. Teoksessa A.H.Fine (toim.) Handbook on Animal-Assisted Therapy. Theoretical Foundations and Guidelines for Practice. 3.painos. Academic Press, 3-15.

Fine, A.H. 2010. Incorporating animal-assisted therapy into psychotherapy: guidelines and suggestions for therapists. Teoksessa A.H.Fine (toim.) Handbook on Animal-Assisted Therapy. Theoretical Foundations and Guidelines for Practice. 3.painos. Academic Press, 169-191.

Fredrikson-MacNamara, M. - Butler, K. 2010. Animal selection procedures in animal-assisted interaction programs. Teoksessa A.H.Fine (toim.) Handbook on Animal-Assisted Therapy. Theoretical Foundations and Guidelines for Practice. 3.painos. Academic Press, 111-134.

Friedmann, E. - Heesook, S. - Chia-Chun, T. 2010. The animal/human bond: health and wellness. Teoksessa A.H.Fine (toim.) Handbook on Animal-Assisted Therapy. Theoretical Foundations and Guidelines for Practice. 3.painos. Academic Press, 85-107.

Green Care Finland 2012. Verkkodokumentti. Päivitetty 1.12.2012.
<<http://www.gcfinland.fi/home.seam>> Luettu 1.12.2012.

Hart, L.A. 2010. Positive effects of animals for psychosocially vulnerable people: a turning point for delivery. Teoksessa A.H.Fine (toim.) Handbook on Animal-Assisted Therapy. Theoretical Foundations and Guidelines for Practice. 3.painos. Academic Press, 59-84.

Hautala, T. – Hämäläinen, T. - Mäkelä, L. – Rusi-Pyykönen, M. 2011: Toiminnan voimaa. Toimintaterapia käytännössä. 1.-2. painos. Edita Prima. Helsinki.

Helsingin Sanomat 2012. Frida-koira opettaa lukemaan. Verkkodokumentti. Päivitetty 17.5.2012 <<http://www.hs.fi/digilehti/ihmiset/Frida-koira+opettaa+lukemaan/a1337218192592>> Luettu 27.8.2012.

Hirsjärvi, S. - Hurme, H. 2000. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Yliopistopaino. Helsinki.

Höök, I. 2011a. Better care with a caredog. ABC for therapy dogs. Vänge: Tryck Partner International AB.

Höök, I. 2011b. The professional therapy dog. A care dog on prescription. Stockholm: Gothia Förlag AB.

ISAAT 2012. Animal assisted pedagogy. Verkkodokumentti. Päivitetty 1.12.2012.
<http://www.aat-isaat.org/index.php?option=com_content&task=view&id=23&Itemid=36> Luettu 1.12.2012.

Katcher, A.H. - Beck, A.M. 2010. Newer and older perspectives on the therapeutic effects of animals and nature. Teoksessa A.H.Fine (toim.) Handbook on Animal-Assisted Therapy. Theoretical Foundations and Guidelines for Practice. 3.painos. Academic Press, 49-58.

Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä Ry. 2011. Verkkodokumentti.
<<http://www.kasvatus-kuntoutuskoirat.fi>> Luettu 27.3.2013.

Kruger, K.A. - Serpell, J.A. 2010. Animal-assisted interventions in mental health: definitions and theoretical foundations. Teoksessa A.H.Fine (toim.) Handbook on Animal-Assisted Therapy. Theoretical Foundations and Guidelines for Practice. 3.painos. Academic Press, 34-48.

Luomala-Toikkanen, K. 2008. "On ihan erilaista olla luokassa jossa on koiria". Pienryhmän opettajan ja oppilaiden kokemuksia koira-avusteisesta pedagogiikasta. Opinäytetutkielma. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteiden laitos. Erityispedagogiikka.

Mallon, G. - Ross, S. - Klee, S. - Ross, L. 2010. Designing and implementing animal-assisted therapy programs in health and mental health organizations. Teoksessa A.H.Fine (toim.) Handbook on Animal-Assisted Therapy. Theoretical Foundations and Guidelines for Practice. 3.painos. Academic Press, 135-147.

McConnell, P. - Fine, A.H. 2010. Understanding the other end of the leash: what therapists need to understand about their co-therapists. Teoksessa A.H.Fine (toim.) Handbook on Animal-Assisted Therapy. Theoretical Foundations and Guidelines for Practice. 3.painos. Academic Press, 149-165.

Palley, L. - O'Rourke, P. - Niemi, S. 2010. Mainstreaming Animal-Assisted Therapy. ILAR Journal. Volume 51, Number 3 2010.

Pet Partners 2012. Verkkodokumentti. Päivitetty 1.12.2012.
<<http://www.petpartners.org/>> Luettu 1.12.2012

Pierce, D. 2003. Occupation by Design: Building Therapeutic Power. Philadelphia: F.A. Davis Company.

Serpell, J.A. 2010. Animal-assisted interventions in historical perspective. Teoksessa A.H.Fine (toim.) Handbook on Animal-Assisted Therapy. Theoretical Foundations and Guidelines for Practice. 3.painos. Academic Press, 17-32.

Stawar, T. 2000. Calling Dr. Dog. Dog World. November 2000.

Tuomi, J. – Sarajärvi, A. 2003: Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 1.-2. painos. Gummerus Kirjapaino Oy. Jyväskylä.

YLE 2012a. Paha mieli paranee koiraa rapsuttamalla. Verkkodokumentti. Päivitetty 19.6.2012.

<http://yle.fi/uutiset/paha_mieli_paranee_koira_rapsuttamalla/6186647>

YLE 2012b. Karvakorvalle lukeminen on rentoa puuhaa. Verkkodokumentti. Päivitetty 15.4.2012 <http://yle.fi/uutiset/karvakorvalle_lukeminen_on_rentoa_puuhaa/5060490>

Luettu 29.11.2012.

Haastattelusuostumuslomake

SUOSTUMUS OSALLISTUMISESTA HAASTATTELUTUTKIMUKSEEN

Hei,

olemme kaksi toimintaterapeuttiopiskelijaa Metropolia ammattikorkeakoulusta ja teemme keväällä 2013 opinnäytetyönämme esitteen Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry:lle. Projektin aikana toteutamme teemahaastatteluja, joiden avulla tutkimme koira-avusteisen työskentelyn terapeutista voimaa sekä ammattilaisten että asiakkaiden näkökulmasta. Osallistumalla tutkimukseemme Teillä on mahdollisuus edistää koira-avusteisen kasvatus- ja kuntoutustyön kehittymistä ja tunnettavuutta Suomessa.

Pyydämme suostumustanne käyttää teemahaastattelulla kerättyä tutkimusaineistoa Metropolia ammattikorkeakoulussa keväällä 2013 tekemässämme opinnäytetyössä. Tutkimuksessa kerättyä haastatteluaineistoa hyödynnetään sekä opinnäytetyön kirjallisessa raportissa että esitteessä. Haastattelun kesto on noin yksi tunti ja haastattelut nauhoitetaan. **Haastattelut toteutetaan yksilöhaastatteluina helmikuun 2013 aikana.** Huhtikuussa 2013 valmistuva esite kertoo koira-avusteisesta kasvatus- ja kuntoutustyöstä yleisellä tasolla ja siinä hyödynnetään haastatteluilla saatuja tutkimustuloksia. Valmis opinnäytetyö julkaistaan sähköisesti loppukevällä 2013.

Kaikki tutkimuksessa kerätty materiaali käsitellään nimettömänä ja ainoastaan opinnäytetyön tekijöiden toimesta. Kaikki haastateltavilta kerätty aineisto tuhotaan opinnäytetyön valmistuttua. Suostumuksia allekirjoitetaan kaksi kappaletta, joista toinen jää haastateltavalle. **Teillä on oikeus perua suostumus milloin tahansa niin halutessanne.**

Kiitos osallistumisestanne!

Lisätietoja:

Inka Kansi
inka.kansi@metropolia.fi

Anni Kauppinen
anni.kauppinen@metropolia.fi

Paikka ja aika _____

Allekirjoitus _____

Nimenselvennys _____

Teemahaastattelurunko asiakkaille

Taustatiedot

- Kuka olet?
- Miksi osallistut koira-avusteiseen terapiaan ja kuinka pitkään olet käynyt siinä?

Tuotteliaisuus

- Millaisia tavoitteita sinulla on koiraterapiassa?
- Miten tavoitteet ovat mielestäsi tähän mennessä toteutuneet?
- Mikä sinua motivoi koiran kanssa työskentelyssä?

Vahvistavuus

- Mitä ajatuksia sinulla on mielessäsi kun olet vuorovaikutuksessa koiran kanssa?
- Miten terapiatilanne koiran kanssa vaikuttaa energiatasoon (jaksaminen)?

Mielihyvä

- Millaisia harjoituksia tai leikkejä teette koiran kanssa?
 - Mitkä asiat koiraterapiassa ovat sinulle mieluisia? Entä haastavia tai epämiellyttäviä?
 - Miten koiran kanssa tehdyt harjoitukset eroavat mielestäsi ilman koiraa tehdyistä harjoituksista?
- Minkälaisia tunteita koiraterapia herättää sinussa?
- Millaisia aistikokemuksia koiran kanssa työskentely saa sinussa aikaan?
- Minkälaisia aikaisempia kokemuksia sinulla on koirista? (muistot, rutiinit)

Kirjallinen teemahaastattelu kuntoutujalle

Taustatiedot

- Kuka olet?
- Miksi osallistut koira-avusteiseen terapiaan ja kuinka pitkään olet käynyt siinä?

Tuotteliaisuus

- Mitä asioita opettelet koiraterapiassa?
- Mitä taitoja olet tähän mennessä oppinut?
- Mikä sinua motivoi koiran kanssa työskentelyssä?

Vahvistavuus

- Mitä ajattelet kun työskentelet koiran kanssa?
- Miten terapiatilanne koiran kanssa vaikuttaa energiatasosi?
 - (jaksaminen, väsyminen / piristyminen)

Mielihyvä

- Millaisia harjoituksia tai leikkejä teette koiran kanssa?
 - Mitkä asiat koiraterapiassa ovat sinulle mieluisia?
 - Entä haastavia tai epämiellyttäviä?
- Minkälaisia tunteita koiraterapia herättää sinussa?
- Millaisia aistikokemuksia koiran kanssa työskentely saa sinussa aikaan?
 - (tunto, näkö, kuulo...)
- Minkälaisia aikaisempia kokemuksia sinulla on koirista?

Teemahaastattelurunko ammattilaisille

Taustatiedot

- Kuka olet ja millainen on koulutustaustasi?
- Kauanko olet työskennellyt koira-avusteisesti ja mistä idea lähti?
- Minkälaisen asiakkaiden kanssa työskentelet ja miten koira on osana työtäsi?

Suunnittelutaidot

- Mikä sinua motivoi työskentelemään koira-avusteisesti?
- Mistä saat ideoita koiran avulla tehtäviin harjoituksiin?
- Arvioitko työtäsi ja asiakkaan edistymistä jälkeenpäin? Miten?
- Miten ympäristö vaikuttaa koira-avusteiseen työskentelyyn? (Edistää / vaikeuttaa)

Tavoitteen asettelu

- Millaisia tavoitteita asiakkaalle asetetaan ja onko asiakas mukana tavoitteiden laatimisessa?
- Miten asiakaskeskeisyys näkyy työssäsi?

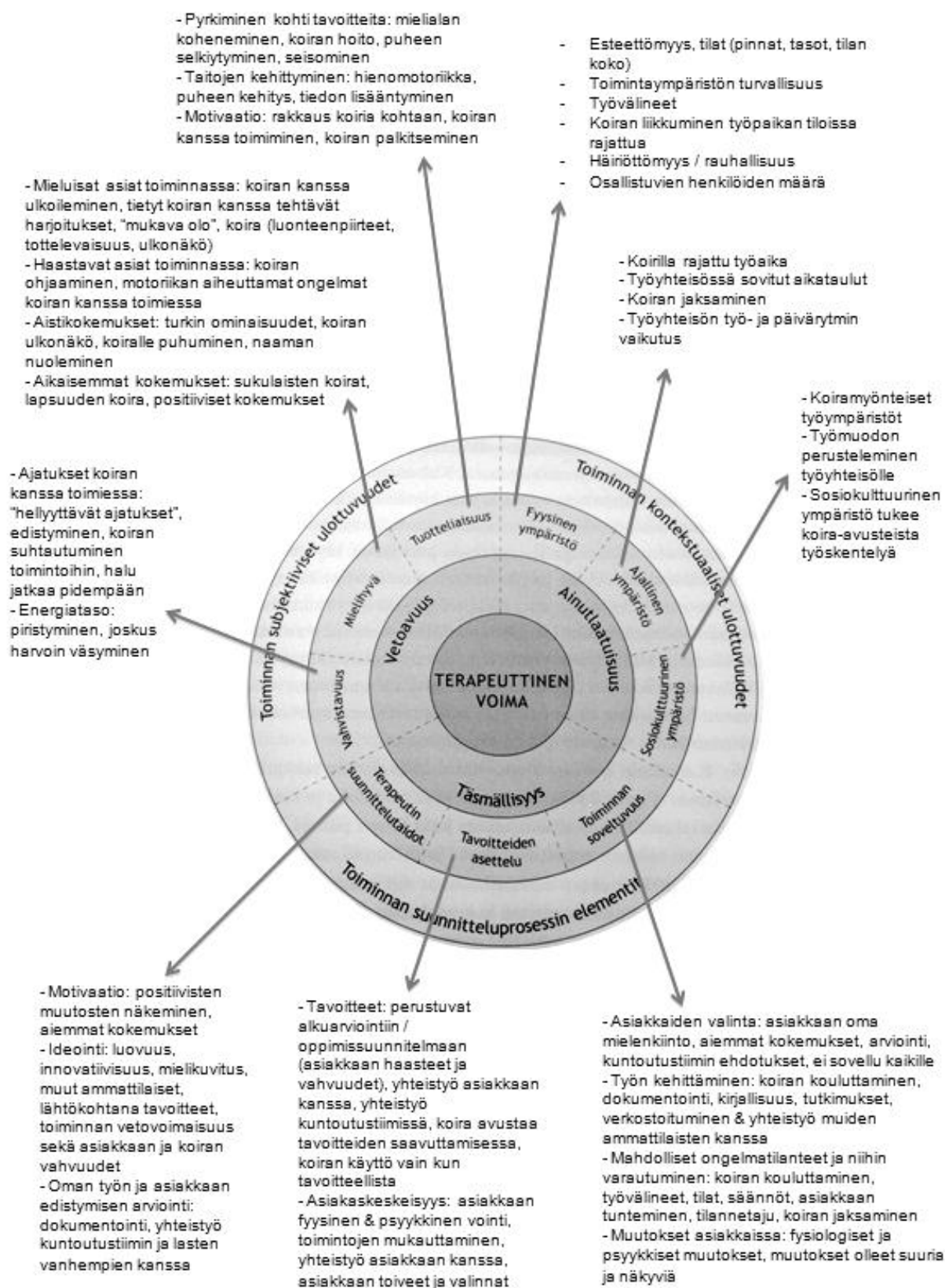
Toiminnan soveltuvuus

- Millä perusteella valitset asiakkaat koira-avusteiseen interventioon?
- Miten kehität työtäsi?
 - Miten kehität koiran työskentelyä?
- Millaisia mahdollisia ongelmia tilanteessa koiran ja asiakkaan kanssa voi olla? Miten olet varautunut niihin etukäteen?
 - Mikäli sinulla on ollut tällaisia tilanteita, kuinka olet niissä toiminut?
- Millaisia muutoksia olet huomannut asiakkaassasi koira-avusteisen työskentelyn johdosta?
- Miten näyttöön perustuva näkytyö näkyy työssäsi?
 - Arvioiko joku ulkopuolinen taho koira-avusteisen työsi vaikuttavuutta?

Taulukko ylä- ja alaluokista

Pääteema	Yläluokka	Alaluokka
Täsmällisyys	Suunnittelutaidot	Motivaatio
		Ideointi
		Arviointi
	Tavoitteenasettelu	Tavoitteet
		Asiakaskeskeisyys
	Toiminnan soveltuvuus	Asiakkaiden valinta
		Työn kehittäminen
		Ongelmatilanteisiin varautuminen
		Muutokset asiakkaissa
		Näyttöön perustuvuus
Ainutlaatuisuus	Fyysinen ympäristö	
	Ajallinen ympäristö	
	Sosiokulttuurinen ympäristö	
Vetoavuus	Tuotteliaisuus	Tavoitteet
		Tavoitteiden saavuttaminen
		Motivaatio
	Vahvistavuus	Energiataso
		Ajatukset toiminnan aikana
	Mielihyvä	Mieluisat harjoitukset
		Aikaisemmat kokemukset koirista

Yhteenveto teemahaastattelujen tuloksista



(kuva: Hautala ym. 2011: 119)

Esite Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry:lle



Koirat kasvatus-
ja kuntoutustyössä ry



Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä

Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry on eri terveydenhuolto-, kasvatus-, ja sosiaalialojen ammattilaisten vuonna 2010 perustama yhdistys, joka tarjoaa koira-avusteiseen toimintaan liittyvää koulutusta ja vertaistukea.

Yhdistyksen tavoitteena on yhdistää koira-avusteisesta työmuodosta kiinnostuneita ihmisiä, kehittää koira-avusteista työtä sosiaali-, terveys- ja kasvatusalalla sekä edistää tietoisuutta ammatillisesta ja tavoitteellisesta koira-avusteisesta työstä. Yhdistys on kaksikielinen ja se tekee yhteistyötä ruotsalaisen Vårdhundskolanin kanssa.



Kuinka koira auttaa?

Useat tutkimukset ovat todistaneet, että eläinkontakteilla voi olla joko lyhytaikaisia, rentouttavia vaikutuksia tai pidempi-ajaisia, terveyttä edistäviä vaikutuksia. On havaittu, että eläimille puhuminen ja niiden hoivaaminen lisää kehon tuottaman oksitosiinin määrää. Tuloksia on saatu myös dopamiini-tuotannon ja beta-endorfiinien lisääntymisestä sekä kortisolitasojen alenemisesta.

“Näiden vuosien aikana täällä ei ole vielä kertaakaan ollut kuntoutujaa, joka ei olisi tavalla tai toisella reagoinut koiraan. Ja itse asiassa aina positiivisesti.”
(fysioterapeutti)

Koira-avusteinen työ perustuu asiakkaan ja koiran välille muodostuvaan ainutlaatuiseseen vuorovaikutussuhteeseen. Koiran avulla voidaan tukea ja edistää ihmisen fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia sekä oppimista.

“Potilaat ovat paljon toimivampia, he tekevät asioita kuin asioita, eivätkä edes huomaa tekevänsä niitä kun koira on läsnä.”
(toimintaterapeutti)

Miten koiraa voidaan käyttää?

Kasvatustyössä on saatu hyviä kokemuksia sekä erityistä tukea tarvitsevien lasten parissa että yleisopetuksen oppilaiden kanssa. Lapset, joilla on vaikeuksia vuorovaikutuksessa, impulsiivisuuden hallinnassa ja aktiivisuuden säätelyssä ovat saaneet koiran

”Jos koira ei olisi ollut siinä, niin oppilas olisi repinyt koepaperin.”

(erityisopettaja)

saaneet koiran kanssa työskentelystä apua.

Koiran kanssa toimimalla lapsi

oppii sellaisia vuorovaikutuksessa tarvittavia taitoja, joita tarvitaan myös kommunikoinnissa ihmisten kanssa. Koiran avulla voidaan opetella myös esimerkiksi tunteiden hallintaa, käytöksen säätelyä ja itse-tuntemusta.

Mahdollisia koira-avusteisen työskentelyn tavoitteita voivat olla esimerkiksi:

- minäkuvan parantaminen
- ahdistuneisuuden vähentäminen
- ongelmanratkaisukokemusten harjoittelu
- verbaalisten ja visuaalisten taitojen opettelu
- keskittymisen ja tarkkaavaisuuden suuntaaminen
- muistitoimintojen parantaminen
- fyysisen kontaktin ja tunnelmaisuuden harjoittelu
- vamman kanssa elämisen opettelu



Kuntoutuksessa koiran kanssa tehtävät harjoitukset ovat monipuolisia. Hienomotorisia taitoja voidaan harjaannuttaa esimerkiksi hihnan kiinnittämisellä, tassujen rasvaamisella, koiran palkitsemisella antamalla sille purkista herkkupaloja tai erilaisten koirille tarkoitettujen pelien avulla. Myös karkeamotorisia taitoja vaativia harjoituksia on lukuisia: koiralle voi esimerkiksi heittää palloa tai sen turkkia voi harjata. Kognitiivisessa harjoittelussa asiakas voi suorittaa koiran avustuksella tehtäviä, jotka vaativat keskittymistä, tarkkaavaisuutta, oppimis- ja havainnointikykyä sekä ajan hahmottamista.

”Koiraa ei puhu sulle mitään –sä voit vaan rapsutella sitä ja se heiluttaa häntää sydämellään.”
(toimintaterapeutti)



Koirat kasvatus-
ja kuntoutustyössä ry



Hundar inom fostran
och rehabilitering rf.

Kirjallisuutta aiheesta:

- Høök, Ingeborg 2010: Better Care With a Caredog. ABC for Therapy Dogs.
- Høök, Ingeborg 2010: The Professional Therapy Dog – a Care Dog on Prescription.
- Fine, A. H. 2010: Handbook on Animal-Assisted Therapy. Theoretical Foundations and Guidelines for Practice.

Esitteen toteutus: Kansi, Inka - Kauppinen, Anni 2013. Ei haukku haavaa tee. Esite koira-avusteisesta kasvatus- ja kuntoutustyöstä. Opinnäytetyö. Metropolia ammattikorkeakoulu, toimintaterapian koulutusohjelma.

Visuaalinen ulkoasu: Maiju Kolisoja