



**LAHDEN AMMATTIKORKEAKOULU**  
*Lahti University of Applied Sciences*

# TUKIKOIRA TYÖVÄLINEENÄ–

Ohjaukset syyntymistä ennaltaehkäisevän ryhmätoiminnan  
tueksi

LAHDEN  
AMMATTIKORKEAKOULU  
Sosiaali- ja terveystala  
Sosionomi  
Sosiaalipedagoginen aikuistyö  
Opinnäytetyö AMK  
Kevät 2014  
Meri Apiala  
Hanna Hermunen  
Tiina Kohonen

Lahden ammattikorkeakoulu  
Sosiaalialan koulutusohjelma

APIALA, MERI, HERMUNEN, HANNA & KOHONEN, TIINA:  
Tukikoira työvälineenä – Ohjauskansio syrjäytymistä ennaltaehkäisevän  
ryhmätoiminnan tueksi

Sosiaalipedagogisen aikuistyön opinnäytetyö, 53 sivua, 24 liitesivua

Kevät 2014

TIIVISTELMÄ

---

Toiminnallisen opinnäytetyömme tavoitteena oli suunnitella ja toteuttaa ohjauskansio Keski-Uudenmaan Mielenterveysseuran tukikoirakoille. Toiminnallisia menetelmiä sisältävää ohjauskansiota käytetään lasten syrjäytymistä ennaltaehkäisevässä kerhotoiminnassa ohjauksen apuvälineenä. Opinnäytetyömme tarkoituksena on kehittää eläinavusteista toimintaa sosiaalialan näkökulmasta, laajentamalla Keski-Uudenmaan Mielenterveysseuran tukikoirakoiden toimintaa koskemaan myös syrjäytymisvaarassa olevia lapsia. Aloimme suunnitella ohjauskansiota keväällä 2013 ja luovutimme valmiin työn Keski-Uudenmaan Mielenterveysseuran tukikoirakoille keväällä 2014.

Erilaiset keinot lasten ja nuorten syrjäytymisen ennaltaehkäisemiseksi ovat tällä hetkellä yhteiskunnallisesti pinnalla ja näin kehittämistyömme on ajankohtainen. Erityisesti kolmannen sektorin merkitys syrjäytymisen ennaltaehkäisyssä on korostunut ja järjestöt ovat entistä enemmän mukana järjestämässä lapsille toimintaa. Kaikki sosiaaliset verkostot edesauttavat lapsen tasapainoista kehitystä ja ennaltaehkäisevät syrjäytymistä. Siksi on tärkeää, että julkisen sektorin rakenteiden, esimerkiksi koulun lisäksi kolmas sektori tarjoaa erilaista toimintaa lapsille.

Suunnitellessamme ohjauskansiota valitsimme menetelmät huomioiden toiminnan tavoitteet sekä apuvälineenä käytettävän koiran hyödynnettävyydet ja rajoitukset. Tietoperustan ja ohjauskansion kasaamisessa käytimme kirjallisuutta ja tutkimuksia perustelemaan työmme tarpeellisuutta ja valitsemiamme menetelmiä. Tukikoirakkotoiminta on vapaaehtoistoimintaa ja siihen osallistuvat henkilöt voivat vaihtua usein. Siksi ohjauskansio on tehty yksinkertaiseksi ja selkeäksi, jotta toimintaa voidaan jatkaa eri ohjaajien toteuttamana myös myöhemmin.

Keski-Uudenmaan Mielenterveysseuran tukikoirakot kokivat, että ohjauskansio vastasi heidän tarpeitaan. He aikovat hyödyntää ohjauskansioita lasten, mutta myös muiden ryhmien ohjauksessa sovellettavissa olevien menetelmien ansiosta.

Asiasanat: syrjäytymisen ennaltaehkäisy, lapset, sosiaaliset taidot, itsetunto, eläinavusteinen toiminta, tukikoirakko, ohjauskansio,

Lahti University of Applied Sciences  
Degree Programme in Social services

APIALA, MERI, HERMUNEN, HANNA & KOHONEN, TIINA: Using a support dog - a guide to help group activities preventing social exclusion

Bachelor's Thesis in social pedagogy for work with adults, 53 pages, 24 pages of appendices

Spring 2014

## ABSTRACT

---

The aim of this functional Bachelor's thesis was to plan and create a guide for Central-Uusimaa area association for a mental health dog support unit. The guide includes functional methods, is planned and is aimed to be a tool for childrens society groups that have come together to prevent possible social exclusion. The purpose of our Bachelor's thesis is to develop animal assisted activities from a social services point of view. We develop animal assisted activities by expanding the work of support dog operations concerned with children who are at the risk of being excluded. We began to plan the guide in spring 2013 and we presented the finished project to Central-Uusimaa area association for a Mental Health support dog unit in spring 2014.

Different methods in the area of social exclusion concerning children and adolescents are currently socially hot topics. Therefore this is the reason why our development work is essential. The third sector there is particular emphasis on the prevention of social exclusion of children. Social relationships will benefit childrens balanced development while assisting in preventing social exclusion. It is essential to have various activities for children to prevent social exclusion outside of the school environment.

During the planning procedure, we studied the benefits and limitations of using dogs while not deviating from our objectives. When we were writing our theoretical background and gathering information, we used literature and researches to provide an explanation for the methods used and to show why our work is so valuable. The support dog operation is a voluntary based platform with an easy to use guide for volunteer so they can adapt quickly.

Central-Uusimaa area association for a Mental Health support dog unit said that the guide was an answer to their needs. They are planning to use this guide to benefit their work and also to assist other groups because of the guides adaptability.

Key words: preventive social exclusion, children, social skills, self-esteem, animal assisted activity, support dog operation, guide

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	TAVOITE, TARKOITUS JA TUOTOS	3
3	SYITÄ LASTEN SYRJÄYTYMISEEN	5
3.1	Syrjäytymisen määrittelyä	5
3.2	Koulun vaikutus syrjäytymiseen	7
3.3	Itsetunnon ja sosiaalisten suhteiden vaikutus syrjäytymiseen	10
4	ENNALTAEHKÄISEVÄ TYÖ LASTEN SYRJÄYTYMISTÄ VASTAAN	13
4.1	Syrjäytymisen ennaltaehkäisy yhteiskunnallisesta näkökulmasta	13
4.2	Kouluikässä tehtävä syrjäytymistä ennaltaehkäisevä työ	16
4.3	Lasten vapaa-ajalla tapahtuva syrjäytymistä ennaltaehkäisevä työ	17
5	KOIRA TYÖVÄLINEENÄ	19
5.1	Koiran käyttömahdollisuudet työvälineenä	19
5.2	Tutkimuksia koiran käytöstä lasten kanssa sosiaali- ja terveysalalla	21
5.3	Tukikoiran käyttö työvälineenä Suomen Mielenterveysseuran tukikoirakkotoiminnassa	23
6	TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ	26
6.1	Ohjauskansio opinnäytetyöprosessin näkökulmasta	26
6.2	Opinnäytetyöprosessin ja tuotoksen arviointi	28
6.3	Tiedonhaku ja sen kuvaaminen	29
7	KOIRA KAVERIKSI- OHJAUSKANSIO	31
7.1	Kerhon faktat	31
7.2	Kerhon teoreettinen perustelu	31
7.3	Kyseisen kohderyhmän lapset	32
7.4	Ohjaajan merkitys	34
7.5	Koiran merkitys	35
7.6	Koira kaveriksi- kerhon toimintakertojen perustelut teemoittain	37
8	POHDINTA	43
	LÄHTEET	46



## 1 JOHDANTO

Koira ei tuomitse ihmisen ulkonäköä, toimintakykyä, ikää, sukupuolta, sosiaalista taustaa tai etnisyyttä (Höök 2010,116).

Tämän hetkisen hallituksen kehittämisohjelmaan kuuluu osana lasten, nuorten ja perheiden syrjäytymisen ennaltaehkäisy ja eriarvoisuuden vähentäminen.

Tavoitteena on lisätä moniammatillista yhteistyötä ja yhtenäistää toimintaa opetustoimen, nuorisotyön ja sosiaali- ja terveystalvelujen kesken sekä vahvistaa järjestö-, seurakunta- ja yksityisen sektorin kanssa tehtävää yhteistyötä.

Osapoliittinen ohjelma pohjautuu osaltaan YK:n lapsen oikeuksien sopimukseen. (Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallinen kehittämisohjelma KASTE 2012–2015, 17, 22–23; YK:n yleissopimus lapsen oikeuksista 2006.)

Julkisen sektorin lain määäämien toimien lisäksi on tärkeänä valtakunnallisena toimijana kolmas sektori eli kansalais- ja vapaaehtoisjärjestöt. Yhteistyö julkisen sektorin ja kolmannen sektorin kanssa mahdollistaa moniammatillisen yhteistyön syrjäytymisen ennaltaehkäisemiseksi.

Eläinavusteinen toiminta yhteistyössä sosiaali- ja terveystalvan kanssa lisääntyy koko ajan Suomessa. Sathy ry (Suomen amerikkalaisperäisten työkoirarotujen harrastajayhdistys ry) toi vuonna 1990 ensimmäisenä Yhdysvalloista Suomeen terapiakoira-toiminnan. Terapiakoira-toiminnan ohjaajat ja koirat käyvät läpi tarkan koulutuksen ja toimivat enemmän ammatillisesti kuin esimerkiksi Hali-Bernit tai Kennelliiton kaverikoirat, jotka tekevät käyntejä enemmän harrastuksenomaisesti. Hali-Bernit vapaaehtoistoiminta alkoi vuonna 1999 ja vuonna 2001 käynnistyi myös Kennelliiton kaverikoira-toiminta. Kaikkien toimintojen perustamisvaiheessa lähtökohtana on pidetty koiran positiivista vaikutusta erityisryhmiin ja näin haluttu antaa mahdollisimman monelle mahdollisuus nauttia koirien läsnäolosta ja terapeutisesta vaikutuksesta. (Sathy ry 2014; Suomen kennelliitto 2013; Suomen Sveitsinpaimenkoirat 2013.) Erilaisia projekteja eläinavusteisesta toiminnasta on tälläkin hetkellä käynnissä, kuten raha-automaatti yhdistyksen tukema Ressu-projekti, jossa kehitetään Raision seudulla koira-avusteista tukihenkilötoimintaa lastensuojeluasiakkuudessa oleville lapsille (EHJÄ Ry 2014). Luonnon merkitystä hyödynnetään myös maailmalta Suomeen levinneessä Green Care toiminnassa,

jossa ihmisten hyvinvointia pyritään lisäämään yhteistyöllä luonnon ja maaseutu ympäristön kanssa (Green Care Finland 2014).

Kiinnostuessamme eläinavusteisesta toiminnasta löysimme yhteistyökumppaniksi Keski-Uudenmaan Mielenterveysseuran, joka oli juuri kouluttanut ensimmäiset tukikoirakkonsa. Keski-Uudenmaan Mielenterveysseura haki suuntia, joihin voisi lähteä laajentamaan tulevaisuuden tukikoiratoimintaansa. Aluksi seura oli toiminut tukien aikuisia mielenterveyskuntoutujia järjestämällä koirakävelyitä, koirakahvilatoimintaa sekä yksilötukisuhteita tukikoiran, ohjaajan ja kuntoutujan kanssa. Seura halusi laajentaa toimintaansa koskemaan myös lapsia ja nuoria. Keski-Uudenmaan Mielenterveysseuran suunnitelmana on lisätä työtä, jolla ennaltaehkäistään erityisesti syrjäytymisvaarassa olevien lasten mielenterveysongelmia, lisätään itsetuntoa ja sosiaalisia taitoja tukevaa toimintaa. Tähän tarpeeseen suunnittelimme ja toteutimme toiminnallisena opinnäytetyönä tukikoirakoille ohjauskansion, jota käytetään syrjäytymisvaarassa olevien lasten ryhmänohjauksen tukena. Ohjauskansiosta Keski-Uudenmaan Mielenterveysseura toivoo saavansa avukseen sellaisen paketin, jonka avulla he voivat alkaa kehittämään edellä mainittua KASTE-kehittämishjelmassakin tavoiteltua, yhteistyötä paikallisten koulujen kanssa.

Syrjäytymisen ennaltaehkäisemisessä koiran käyttäminen työvälineenä mahdollistaa lasten olemassa olevien voimavarojen ja kykyjen hyödyntämisen, vaikka ne olisivatkin erinäisistä syistä, esimerkiksi koulukiusaamisesta tai yksilöllisistä ominaisuuksista johtuen heikot tai tiedostamattomat. Tukikoiran käyttö työvälineenä ja ohjauskansion menetelmät yhdessä tukevat lasten osallisuuden tunnetta ja osallisuutta ryhmässä.

Opinnäytetyöraportin alussa käsittelemme työn keskeisiä teemoja: Syrjäytyminen, syrjäytymisen ennaltaehkäisy ja koira työvälineenä. Tämän jälkeen avaamme opinnäytetyöprosessin kulkua, ohjauskansion sisältöä ja perustelemme valitsemiamme menetelmiä tietoperustaan nojaten. Raportin lopussa pohdimme opinnäytetyöprosessiamme. Koira kaveriksi-ohjauskansio on liitteenä opinnäytetyöraportin lopussa.

## 2 TAVOITE, TARKOITUS JA TUOTOS

Konkreettinen päämäärä ja tavoite oli kasata erilaisia toiminnallisia menetelmiä sisältävä ohjauskansio, joka on luotu tukikoirakoille ryhmänohjausta tukevaksi ja ohjaavaksi rungoksi. Valitsimme menetelmät huomioiden ryhmätoiminnan tavoitteet sekä toiminnan apuvälineenä käytettävän koiran hyödynnettävyydet ja rajoitukset toiminnassa. Ohjauskansion kasaamisessa hyödynsimme omaa sosiaalialan ammatillista osaamista, jota halusimme tuoda tukikoirakoiden toimintaan mukaan. Aihe oli meille omien eläinharrastustemme myötä mieluinen ja pystyimme hyödyntämään omaa eläintuntemustamme tietoa etsiessämme.

Aluksi pohdimme kohderyhmäksi vanhuksia, mutta kyseiselle ryhmälle oli jo tehty vastaavan tyyppistä toimintaa. Rajasimme kohderyhmäksi syrjäytymisvaarassa olevat lapset tukikoirakoiden toiveesta. Päädyimme kyseiseen kohderyhmään osittain senkin vuoksi, ettei kyseiselle ryhmälle ollut vastaavaa toimintaa.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kehittää eläinavusteista toimintaa sosiaalialan näkökulmasta, jotta toimintaa voitaisiin hyödyntää enemmän muun muassa lasten syrjäytymisen ennaltaehkäisyssä. Valmis ohjauskansio luovutettiin Keski-Uudenmaan Mielenterveysseuran tukikoirakoiden käyttöön. Lähetimme työn myös Suomen Mielenterveysseuran tukikoirakko toiminnan perustajalle Helena Prepulalle luettavaksi.

Pyrimme tekemään ohjauskansiosta selkeän ja yksinkertaisen, jotta toiminta voisi jatkua myös uusien tukikoirakoiden vetämänä. Halusimme tehdäansion niin, että siitä saa helposti käsityksen mitä ollaan tekemässä ja miten toiminta on perusteltu.

Lähestyimme opinnäytetyötä etsimällä vastauksia seuraaviin kysymyksiin:

Kuinka tukikoirakon avulla voidaan ennaltaehkäistä lasten syrjäytymistä?

Millaisia ryhmätoiminnan keinoja käyttäen voidaan edistää lasten osallisuutta, kehittää sosiaalisia taitoja ja rohkaista lapsia tutustumaan uusiin ihmisiin koiran kautta?

Millainen on koiran merkitys lapselle ja voiko se luoda yhteyksiä lasten välille?

Tietoperustassa pyrimme perustelemaan syrjäytymiseen johtavia syitä ja mitä syrjäytymistä ennaltaehkäiseviä tekijöitä on olemassa.

### 3 SYITÄ LASTEN SYRJÄYTYMISEEN

#### 3.1 Syrjäytymisen määrittelyä

Lasten ja nuorten mielenterveyden ongelmat Suomessa ovat koko ajan lisääntyneet, kun taas lapsille tärkeitä sosiaali- ja terveystalvveluja ja niiden tukimuotoja on samaan aikaan supistettu. Säästösyistä juuri ennaltaehkäisevät palvelut ovat vähentyneet ja tämä on koskettanut erityisesti moniongelmaisia perheitä, jotka tarvitsevat eniten apua. (Friis, Eirola & Mannonen 2004, 7, 11- 13.)

Lasten ja nuorten syrjäytymisessä on ensisijaisesti kyse kasvun ja kehityksen poikkeamisesta niin sanotusta normaalista, terveestä ja tasapainoisesta kehityksestä, lapsen kasvuolosuhteiden tai hänen oman toimintansa takia. (Lämsä 2009).

Lämsä (2009, 134–135) kirjoittaa tutkimuksessaan syrjäytymisen olevan elämäntalvinnan vastakohta. Elämäntalvinnalla hän tarkoittaa ihmisen kykenevän kohtaamaan ja selviämään elämän ongelmatilanteista itsenäisesti, käyttämättä yhteiskunnan tukitoimia. Syrjäytymisen ääripäänä hän näkee tilanteen, jossa ongelmat ovat kasaantuneet ihmiselle ylitsepääsemättömiksi syrjäytymisestä johtuen ja johtaneet tavalla tai toisella kuolemaan. Näiden kahden välille jää useita eri asiakastyyppejä, joita yhteiskunnassamme tuetaan erilaisin tukitoimin.

Eri asiantuntijoilla on kuitenkin erilainen näkemys siitä, mitä syrjäytyminen terminä tarkoittaa. Pölkin (2001, 126) mukaan syrjäytyminen terminä on moniselitteinen. Helne (2002) kirjoittaa syrjäytymisen terminä tarkoittavan huono-osaisuuden kasaantumista (Paavola & Talib 2010,69 mukaan). Yleisissä määritelmissä Pölkin (2001, 126) sekä Helnen (2002, Paavola & Talib 2010, 69 mukaan) mukaan korostuu valtakulttuurista erkaantuminen, johon liittyy elämäntalvinnan menetys ja yhteiskunnasta vieraantuminen.

Työssämme keskitymme lapsiin, jotka ovat syrjäytymisvaarassa.

Syrjäytymisvaaralla Lämsä (2009, 134–153) tarkoittaa lähiyhteisön tai viranomaisten huolestumista lapsen tilanteesta. Perheen yksityisyys on turvattu Suomessa usealla eri lain kohdalla, mutta syrjäytymisvaarassa olevan lapsen tilanteessa Lämsä sanoo perheen intimitetin murtuvan, jotta ammattilaiset

pääsevät mahdollisesti neuvonnan ja tukitoimien kautta puuttumaan syrjäytymiseen.

Elämänhallintaa ja mielenterveyttä uhkaavia, kuten myös suojaavia tekijöitä, voidaan löytää yksilöstä, ympäröivästä yhteiskunnasta ja perheestä.

Riskitekijöiksi voidaan laskea erilaiset perheen tai yksilön kriisit. Esimerkkeinä lapsen tai muun perheenjäsenen sairastuminen, perheen taloudelliset ongelmat, traumaattiset kokemukset tai elämänmuutokset, joita yksilön on vaikea hyväksyä. Lastensuojeluasiakkuuksien perusteella tehdyssä tutkimuksessa Lämsä toteaa perheen olevan lapsen hyvinvoinnin ongelmien syy, mutta toisaalta myös niiden ratkaisu. Toimiva perhe tarjoaa lapselle suojaverkon, jossa on turvallista kasvaa ja kehittyä. Lasten pitää antaa olla lapsia, jotta heistä kasvaa itsehallinnan omaavia aikuisia. (Lämsä 2009, 220; Moilanen, Räsänen, Tamminen, Almqvist, Piha & Kumpulainen 2004, 374.)

Pölkin mukaan syrjäytymiseen liittyvät merkit ovat nähtävissä jo alakoulussa, mutta niihin ei usein reagoida vaan ongelmiin herätään vasta yläkoulussa. Tutkimuksissa mainitaan syrjäytymiseen johtavien syiden johtavan juurensa jopa päiväkotiin, jossa opetellaan sosiaalista kanssakäymistä vertaisryhmässä, vahvistetaan itsetuntoa ja minäkuvaa. Alakouluikäisten syrjäytymistä tarkasteltaessa on hyvä huomioida oppilaiden yksilöllisyys, sosiaalinen tuki sekä koulun syrjäyttävät tekijät. Koulukiusaaminen sekä sosiaalisen ja muun tuen puute ovat lähiyhteisön torjuvia mekanismeja, jotka edistävät syrjäytymistä. (Laine & Neitola 2002, 102-103 ; Pölkki 2001, 126-129.)

Syrjintä itsessään ei kuitenkaan välttämättä johda syrjäytymiseen. Syrjäytymiseen voi johtaa jatkuva epäonnistumisen kierre koulumaailmassa sekä ystäväpiirissä, joka vaikuttaa heikentävästi elämän eri osa-alueisiin. Syrjäytymiseen yhteydessä olevia piirteitä on myös passiivisuus ja syrjäänvetäytyminen. Näihin piirteisiin on yhdistettävissä heikko itsetunto. (Paavola & Talib 2010, 69.) Kukkosen ja Pölkin (1996, Pölkin 2001, 129 mukaan) mukaan lapsilla, joilla on oppimisvaikeuksia, on usein myös vaikeuksia kaverisuhteissa, koska niihin liittyvät sosiaaliset ja opilliset taidot. Kaverisuhteisiin vaikuttavat myös itsehallinnan heikkous, keskittymisvaikeudet ja impulsiivisuus. Nämä ovat sosiaalisten taitojen puutoksia, jotka edistävät syrjäytymistä.

### 3.2 Koulun vaikutus syrjäytymiseen

Koulun merkitys syrjäytymisen ennaltaehkäisemisessä on huomattava. Oppivelvollisuuden myötä 7–16-vuotiaat lapset viettävät näinä yhdeksänä vuotena yhteensä noin 1700 päivää, koulussa ja sen vaikutuspiirissä. Koulutuksella on tärkeä yhteiskunnallinen merkitys sivistyksen ja taloudellisen kasvun turvaamisessa, mutta yksilötasolla koulu tuo sivistyksen lisäksi lapselle turvallisen yhteisön jossa hän voi kasvaa ja kehittyä. Koulu ja kouluterveydenhuolto tukevat lasta myös silloin, kun kotona on mahdollisesti jotain ongelmia. (Rimpelä 2008, Reunasen 2013, 4 mukaan.)

Koulu yhteisöstä löytyy kuitenkin myös ne huonot puolet, jotka voivat olla haitallisia lapsen normaalille kehitykselle. Suomalaiseen kouluterveyskyselyyn vastanneista pääkaupunkiseudun 8.-9. luokkalaisista noin 70 % kertoivat, etteivät olleet joutuneet kiusaamisen kohteeksi. Eli 30 % kyselyyn osallistuneista peruskoululaisista on siis jollain muotoa kokenut kiusaamista. Tutkimuksen mukaan kiusatuksi joutui useita kertoja viikossa, tai noin kerran viikossa peruskoululaisista noin 7 %. Kiusaaminen vähentyi selvästi luokka-asteilla ylöspäin siirryttäessä. Tyttöjen ja poikien välillä kiusaamisessa oli merkittäviä eroja. Pojista 5 % kiusattiin useita kertoja viikossa kahdeksannella luokalla, kun taas saman ikäluokan tytöistä kiusaamisen kohteeksi joutui 2,4 %. Lukioon mentäessä erot tasaantuivat ja lukion toisen luokan pojista 1,5 % kokivat tullessaan kiusatuiksi ja tytöistä 0,3 %. Kyselyssä ilmeni myös, että pojat kiusaavat yleisemmin kuin tytöt. Kymenlaakson alueella kahdessa eri koulussa tehdyssä tutkimuksessa todettiin, että 8. luokkalaisista tytöistä 5 % on kohdannut kiusaamista ja pojista vastaava luku oli 12 % vuonna 2005. (Penttinen 2006, 43; Ulmanen 2006, 2, 24.)

Kiusaamisella tarkoitetaan samaan henkilöön kohdistuvaa tahallista ja vihamielistä käyttäytymistä, joka aiheuttaa tarkoituksellisesti harmia, haittaa tai pahaa mieltä. Koulukiusaaminen ei yleensä ole ohimenevä tapahtuma vaan voi monien kiusattujen kohdalla jatkua vuosia. Kiusaaminen ei ole pelkästään kiusaajan ja kiusatun välistä, vaan usein myös kiusatusta voi tulla epäsuosittu oppilas ja hänet torjutaan ryhmän ulkopuolelle. Ryhmän paineessa toisetkin oppilaat alkavat helposti syrjiä heikompa, koska he kokevat sen helpompana kuin

nousta puolustamaan kiusattua. Kiusaamisen välittömiä vaikutuksia voivat olla muunmuassa kiusattujen kokema koulupelko ja psykosomaattiset oireet. Kiusattujen on todettu olevan muita masentuneempia, yleisesti ahdistuneempia, sosiaalisesti yksinäisempiä, itsetuhoajatuksiin taipuvaisempia ja kielteisen minäkuvan omaavia henkilöitä. Suomalaisen kouluterveyskyselyn ja Soul 2001-tutkimuksen perusteella voidaan myös todeta, että kiusaajalla ja kiusatulla on molemmilla todistettu olevan ongelmia terveytensä kanssa. Tutkimuksesta ilmeni, että kiusaamisen uhriksi joutuminen oli yhteydessä runsaampaan oireiluun. Kouluterveyskyselyssä kysyttiin erilaisten oireiden yleisyyttä ja vastanneiden nuorten yleisimmät oireet olivat ärtyneisyys ja päänsärky. (Salmivalli 2003, 17, 25–26; Ulmanen 2006, 28–30.)

Salmivallin (2010, 27–30) mukaan lapsen omatessa edes joitain ihmissuhteita, joissa saa hyväksyntää, kiusaamisen vaikutukset ovat todennäköisesti lievemmät myöhemmässä elämässä. Kotoa saatu tuki ja turva suojaavat kiusattua lasta kiusaamisen vaikutuksilta. Yksinäisellä lapsella pitkäaikainen kiusaaminen voi aiheuttaa vakavia vaikutuksia pitkällä ja lyhyellä aikavälillä. Kalevi Kaipio (2011, Reunasan 2013, 1 mukaan) korostaa koulun ja kodin yhteistä vastuuta sanoessaan, että kasvatusvastuuta pakoileva koulu kasvattaa hyvin lukevia, laskevia ja luonnontieteitä osaavia kouluampujia. Myös Salmivalli (2010, 27–30) pohtii tekstissään maailmalla viime vuosina tapahtuneita koulusurmia ja toteaa niiden olevan harvinaisia, äärimmilleen ajautuneita tekoja kiusaamisesta johtuen. Tämä kuvaa kiusaamisen haittoja terveelle kehitykselle. Ei voida kuitenkaan ajatella, että kaikki kiusatut muuttuvat aggressiivisiksi, vaan päinvastoin pikemminkin heistä tulee arempia, vetäytyvämpiä ja vähemmän aggressiivisiä. Salmivallin mukaan on pelkkä myytti, että kiusatuista itsestään tulee aina kiusaajia.

Salmivalli toteaa tekstissään, että on vaikea todentaa, johtuuko kiusattujen ahdistuneisuus suoraan kiusaamisesta, vai valikoituuko kiusatuiksi jo ennestään ahdistuneemmat ja heikon itsetunnon omaavat lapset. Joka tapauksessa koulukiusatuksi tuleminen vaarantaa vakavasti lapsen itsetuntoa. Paavolan ja Talibin mukaan kiusattu on yleensä lapsi, joka kuuluu vähemmistöön, jolloin kiusattuun kohdistettu kiusaaminen alkaa jostain erilaisuuden piirteen nimeämisestä. Kiusaajien toimiessa ryhmänä, vahvistuu kiusaajien ryhmähenki. Kiusaajilta saamansa palautteen mukaan, kiusattu alkaa nähdä itsensä kiusaajien

luoman mielikuvan mukaisesti. Kiusaajan toimintatapa vaikuttaa kielteisesti myös kiusaajan omaan moraaliseen ja emotionaaliseen sekä sosiaaliseen kehitykseen. (Aho & Laine 1997, 226–227; Keltikangas-Järvinen 1998, 209; Paavola & Talib 2010, 68; Salmivalli 1998, 113.)

Mannerheimin lastensuojeluliitto ja Folkhälsan toteuttivat vuosina 2009–2010 sosiaali- ja terveystieteiden ministeriön rahoittaman Kiusaamisen ehkäisy alle kouluikäisten parissa-hankkeen. Hankkeessa saatujen vastausten perusteella todettiin, että kiusaamista on jo yllättävän paljon alle kouluikäisten parissa, ja että jo kolmevuotiaat ymmärtävät, mitä kiusaaminen tarkoittaa. Vertailtaessa kiusaamisen kokemuksia nähtiin, että kiusaaminen oli alle kouluikäisillä samankaltaista kuin koulukiusaaminen peruskoululaisten keskuudessa. Tutkimuksessa mainitaan, että alle kouluikäisten lasten parissa tapahtuu asioita, joiden voidaan katsoa olevan yhteydessä kiusaamiseen ylipäätään kuin myöhempäänkin kiusaamiseen. Päiväkodissa olisi hyvä kehittää sosiaalisia taitoja, vahvistaa lapsen vuorovaikutussuhteita, minäkäsitystä ja itsearvostusta. Tutkimusten mukaan näiden taitojen hallitseminen tukee lapsen tervettä ja tasapainoista kehitystä läpi peruskoulun, aikuisuuteen saakka ja ennaltaehkäisee syrjäytymistä. Kiusaamiseen puuttuminen on tärkeää kaiken ikäisten keskuudessa, mutta tutkimuksessa todetaan, että pääpaino tulisi olla ennen kaikkea sen ennaltaehkäisyssä. Mitä varhaisemmassa vaiheessa kiusaamisen ennaltaehkäisy aloitetaan, sitä tehokkaampaa se on myöhempien kouluvuosien ja syrjäytymisen ennaltaehkäisyn kannalta. Päiväkodeissa tehtävää kiusaamiseen puuttumista ei usein pidetä kiusaamisen ennaltaehkäisyinä ja siksi se saattaa olla sattumanvaraista, vaikka sen olisi tärkeää olla pitkäjänteistä ja suunnitelmallista lopputuloksen kannalta. (Kirves & Stoor-Grenner 2010, 3, 41–43; Laine & Neitola 2002, 102-103.)

### 3.3 Itsetunnon ja sosiaalisten suhteiden vaikutus syrjäytymiseen

Ahon ja Laineen mukaan tärkeimpiä minäkuvaan vaikuttavia kasvuympäristötekijöitä ovat koti, koulu ja kaveripiiri. Hyvän ja vahvan itsetunnon kehityksen kannalta kodin rakenneominaisuuksia tärkeämpää on perheen sisällä tapahtuva vuorovaikutus. Perheessä syntyneet ihmissuhteet luovat perustan myöhemmin muodostuville ihmissuhteille. Perheessä koettu arvostus ja hyväksyntä ovat tärkeitä tekijöitä kehittämään lapselle vahvaa itsetuntoa. Lapsen kuunteleminen, aito läsnäolo, kiinnostus lapsesta ja hänen asioistaan antaa lapselle tunteen, että hänen asioistaan ollaan kiinnostuneita ja hän kokee olevansa merkittävä jäsen perheessä. Perheessä tapahtuva rajojen asettaminen ja vastuunantaminen lapsen kehitystasoa vastaavasti, on itseluottamusta kasvattava keino, ja se tukee itsetunnon kehitystä ja käsitystä siitä, mihin lapsi pystyy. (Aho & Laine 1997, 39–40, 177; Keltikangas-Järvinen 1998, 166–170.)

Pienillä asioilla voi olla arvioitua suurempaa vaikutusta lapsen itsetunnon kehitykseen. Vaikka koululla on suuri merkitys lapsen itsetunnon kehittymisen kannalta, alkaa itsetunnon muovautuminen jo ennen kouluikää. Pollarin ja Vatjuksen (2007, 77) pro gradu-tutkimuksessa haastateltiin päiväkodin henkilökuntaa. Tutkimuksessa haastateltava tuo ilmi esimerkin puutteellisten varusteiden vaikutuksesta lasten keskinäiseen toimintaan. Jos lapsella ei jostain syystä ole päiväkodissa omia sadevaatteita, voi päiväkodin lainavaatteiden käyttö aiheuttaa kysymyksiä lasten keskuudessa ja aiheuttaa lapselle alemmuudentunnetta. Vaatteiden hankkimattomuuden taustalla voi esimerkiksi olla perheen huono taloudellinen tilanne, välinpitämättömyys tai vanhempien heikko henkinen jaksaminen.

Koulussa saamansa palautteen merkitys lapsen itsetunnon ja minäkäsityksen kehityksen kannalta on kodin ohella hyvin tärkeä. Koulussa lapsen ympäristö muuttuu merkittävästi, koska koulussa lapselta odotetaan erilaista käyttäytymistä kuin kotona. Lapsen itsetunnon kehittymisessä opettajat ja kaverit ovat hyvin tärkeässä roolissa. Selkeintä palautetta toiminnastaan lapsi saa juuri koulusta, koska koulu perustuu opettamisen lisäksi myös pitkälti oppilaan arviointiin. Erityisen tärkeää on palaute koulun ensimmäisinä vuosina. Nämä ensimmäiset vuodet muokkaavat lapsen käsitystä siitä, mitä hän osaa ja mitä ei. Nämä

kokemukset voivat johtaa joko haluun käydä koulua tai alemmuudentunteeseen osaamattomuudesta johtuen, minkä takia lapsi alkaa kärsiä. Koulussa huonosta itsetunnosta kärsivä oppilas on arka ja hiljainen sopeutuja, joka voi jäädä opettajalta huomaamatta. Huonosta itsetunnosta ja käyttäytymishäiriöstä kärsivä oppilas kun taas tulee helpommin esiin ryhmässä, saaden todennäköisemmin apua ongelmiinsa. (Aho & Laine 1997, 40–42, 178; Keltikangas-Järvinen 1998, 179–181.)

Koulu mahdollistaa sosiaalisten suhteiden syntymisen ja kaveripiirien luomisen. Jarasto ja Sinervo (1998, 116–117) toteaa kavereiden ja ystävien merkityksen tulevan vielä tärkeämmiksi lapsille kouluiässä. Lapsen varttuessa kaverien merkitys kasvaa koko ajan suuremmaksi samassa suhteessa sosiaalisen kehityksen kanssa. Kouluiässä lapsille on tärkeää samaistua ikätovereihinsa ja tuntea yhteenkuuluvuutta ystävien kesken. Tässä kohtaa lapsi myös vertailee itseään suhteessa toisiin, missä hän on parempi ja huonompi sekä pohtii itsensä ja muiden erilaisuutta. Kaverisuhteissa, lapsesta riippuen, lapsi saattaa viihtyä joko isommassa kaveriryhmässä tai sitoo vahvan ja tiiviin ystävyysuhteen toiseen lapseen. Kahden lapsen väliseen ystävyysuhteeseen kuitenkin sisältyy aina mahdollisuus, että ystävyysuhteeseen voi katketa syystä tai toisesta. Tällaisen tiiviin ystävyysuhteen katkeaminen voi loukata ja koetella itsetuntoa. Kuitenkin lapsen solmimat suhteet toisiin lapsiin ovat hänen kehityksensä kannalta hyvin tärkeitä. Ne vahvistavat identiteettiä ja ennaltaehkäisevät syrjäytymistä, siksi vanhempien tulisi tukea näiden suhteiden muodostamista.

Kuten todettiin, lapsille on tärkeitä kaverisuhteet joiden merkitys kasvaa lapsen varttuessa. Tähän liittyen lapsen minäkuvan muodostumisen ja sen ylläpidon kannalta ikätovereilta ja ystäviltä saadulla palautteella on suuri merkitys. Kavereilta saadun palautteen mukaan lapselle on myös voinut syntyä vääränlainen käsitys itsestään. Muilta saadun palautteen perusteella hän kuitenkin perustaa toimintansa. Tämän takia lapsen saama palaute toisilta lapsilta voi olla hyvinkin vahvasti ristiriidassa keskenään käytöksen ja ominaisuuksien kanssa. Saatu palaute mahdollistaa minäkuvan vääristymisen ja vääristynyt minäkuva muuttaa lapsen käytöstä. (Aho & Laine 1997, 42–43, 177–179; Keltikangas-Järvinen 2010, 197–199.)

Positiivisesta näkökulmasta katsottuna kaverisuhteet mahdollistavat uusien käyttäytymismallien oppimisen, tunneilmaisutaitojen harjoittamisen sekä vastuun ottamisen ja luottamuksen rakentamisen. Näiden positiivisten asioiden oppimiseen liittyy kuitenkin käänköpuolena opittujen tapojen kielteiset muodot. Esimerkiksi lapset puhuvat asiat joskus niin suoraan, että se voi loukata toista ja aiheuttaa heille ongelmia kaverisuhteissa. Rakentavassa tilanteessa lapsen on kuitenkin mahdollista oppia näistä tilanteista ja nähdä oman toimintansa seuraukset. Mikäli lapsi kuitenkin jää ryhmän ulkopuolelle, on se vakava uhka lapsen kehitykselle. Lapsen kasvaessa sosiaalisesta statuksesta tulee hänelle tärkeämpi kuin sosiaalisesta suosiosta. Sosiaalisella suosiolla tarkoitetaan ystävien määrää ja sosiaalisella statuksella tarkoitetaan asemaa. Sosiaaliseen suosioon liittyen suhteiden laatua pidetään tärkeämpänä kuin kavereiden määrää. Saadakseen huomiota ja ollakseen suosittu, lapsi saattaa myös hyväksyä sellaisia arvoja ja tapoja, jotka ovat hänelle kuitenkin vieraita, vain tullakseen hyväksytyksi ryhmässä sekä osoittaakseen kuuluuutua ryhmään. (Jarasto & Sinervo 1998, 118, 120. Keltikangas-Järvinen 2010, 192–193.)

## 4 ENNALTAEHKÄISEVÄ TYÖ LASTEN SYRJÄYTYMISTÄ VASTAAN

### 4.1 Syrjäytymisen ennaltaehkäisy yhteiskunnallisesta näkökulmasta

Kuten aiemmin on tuotu jo esille, ennaltaehkäisevistä palveluista leikkaaminen on näkynyt lisääntyneinä korjaavien palveluiden tarpeen kasvamisena. Valtio on 2000-luvulla ensin pyrkinyt ohjaamaan lapsille, nuorille ja perheille suunnattuja palveluita kunnissa kansallisten suositusten avulla. Koska valtion suositusten antaminen kunnille ei ole toiminut odotetulla tavalla, on valtio sitonut kuntia enemmän laeilla ja asetuksilla, joiden tarkoituksena on yritetty siirtää painopistettä varhaiseen puuttumiseen ja ennaltaehkäisevään työskentelyyn. Jotta painopiste siirtyisi korjaavista palveluista ennaltaehkäiseviin palveluihin, edellyttää se resurssien ohjaamista oikeisiin kohteisiin, riittävää henkilöstön määrää sekä säännösten kehittämistä. On helpompaa investoida korjaaviin palveluihin lapsille, nuorille ja perheille suunnatuissa peruspalveluissa, kun ennaltaehkäisevällä työllä saataisiin säästöä huomattavasti enemmän kuin korjaavilla toimenpiteillä, jotka syövät peruspalveluiden tarjontaa. Palveluita on myös kehitetty useilla erilaisilla paikallisilla hankkeilla. Hankkeiden ongelmaksi on muodostunut epävarma rahoitus ja lyhytjänteinen toiminta. Hankkeista tulisivat siirtää hyväksihavaitut toiminnot, menetelmät ja käytännöt pysyväksi osaksi peruspalveluita. (Ristolainen, Varjonen & Vuori 2013, 55.)

Taskinen (2010, 8) pohtii tutkimuksessaan onko syrjäytyminen ihmisen oma valinta vai luonnollinen asia, jolle ei mahda mitään edes yhteiskunnan luomilla rakenteilla. Taskinen epäilee ongelman olevan yksilön ulkopuolella, lapsille, nuorille ja perheille suunnatuissa palveluissa ja niiden optimaalisessa toiminnassa. Hänen mukaansa toistuvasti ilmenee, että lapsen tai nuoren ongelmat ovat tiedostettu ajoissa, mutta niille ei ole vain tehty mitään tai niihin ei ole osattu vaikuttaa. Tutkimuksessa kyseenalaistetaan lasten ja nuorten kanssa työskentelevien ammattitaito sekä yhteiskunnan panostamista lastensuojeluun ja lapsiperheiden arkeen.



Kuvio 1. Lapsen syrjäytymistä ennaltaehkäiseviä tekijöitä lapsuudessa.

Yllä esitettävässä kuviossa olemme tuoneet lapsen syrjäytymistä ennaltaehkäiseviä tekijöitä lapsuudessa kuvion kautta esille. Näitä kuviossa mainittuja tekijöitä avaamme seuraavissa teksteissä tarkemmin.

Yhteiskunnan luomilla rakenteilla ei yksinään pystytä estämään syrjäytymistä, sillä lapsen turvalliseen kehitykseen tarvitaan monia eri tekijöitä. Taskinen (2010, 53) kiteyttää kehitys edellytykset kolmeen keskeiseen tekijään:

1. Perushoiva ja huolenpito, johon kuuluu riittävä ruoka, lepo, vaatetus, terveydenhoito, turvallinen kasvuympäristö
2. Vuorovaikutus eli kognitiivisten taitojen oppiminen sekä sopeutuminen yhteiskuntaan ja sen sääntöihin
3. Hyväksyntä eli ymmärretyksi tuleminen sekä yhteiskunnassa ”olemassaolo-oikeuden” saaminen

Lasten syrjäytymisen ennaltaehkäisemisen kannalta merkittävimpiä lakeja on perusopetuslaki, terveydenhuoltolaki ja lastensuojelulaki. Perusopetuslaissa määritellään oppilashuolto, jonka tarkoituksena on edistää ja ylläpitää hyvää oppimista, fyysistä ja psyykkistä terveyttä sekä sosiaalista hyvinvointia (628/1998, 31a §). Terveydenhuoltolain 16§:ssä määritellään kouluterveydenhuollon tehtäväksi lapsen hyvinvoinnin tukeminen ja sen seuraaminen laajojen terveystarkastusten puitteissa joka kolmas vuosi. (Terveydenhuoltolaki 1326/2010). Lastensuojelulaki velvoittaa, että kunnan eri viranomaisten on yhteistyössä seurattava ja edistettävä lasten ja nuorten hyvinvointia, sekä poistettava kasvuolojen epäkohtia ja ehkäistävä niiden syntymistä. Laissa määritellään myös koulunkäynnin tukeminen ja lasten huomioiminen muissa kunnan palveluissa. (Lastensuojelulaki 417/2007).

Kuntien tehtävänä on luoda yhteiskunnallisesti sellaiset rakenteet, jotka tukevat turvallista lapsuutta ja oikeasuuntaista kehitystä. 1990-luvun laman jälkeen kouluterveydenhuollosta leikanneet kunnat joutuivat käyttämään psykiatrisen sairaanhoidon palveluita 2000-luvun alussa enemmän kuin muut kunnat. Tämä kuvaa hyvin pitkällä aikavälillä tapahtuvien rakenteiden muutoksia ja niiden seurauksia. Kunnat tekevät lasten syrjäytymistä ennaltaehkäisevää työtä järjestäessään kuntalaisille riittävästi ammattitaitoista henkilöstöä muun muassa terveydenhuoltoon, päivähoitoon ja kouluun, jotka näin pystyvät toteuttamaan työtään laadukkaasti sopivan kokoisissa ja oikein muodostetuissa ryhmissä. (Salmi, Mäkelä, Perälä & Kestilä 2012, 5–6.)

Osallisuus voidaan nähdä yhteiskunnan tasolla syrjäytymisen ja osattomuuden vastakohtana. Osallisuudella tarkoitetaan yksilötasolla lapsen kuulumista merkittävänä osana ryhmään ja hänen mahdollisuudesta olla vaikuttamassa ryhmän toimintaan. Tärkeää ennaltaehkäisevää työtä tehdään siis jo perheessä, annettaessa lapselle mahdollisuus osallistua perheen yhteisiin päätöksiin

arvostettuna perheenjäsenenä sekä mahdollistetaan lapsen osallistuminen perheen toimintaan tasa-arvoisena jäsenenä kehitystasolleen sopivalla tavalla. Muita osallistumisen ja näin myös osallistamisen mahdollistavia tahoja ovat päivähoido, koulu, järjestöt ja erilaiset vapaa-ajan toimijat, joissa aikuisten tulisi toimia kunnioittaen lasten ajatuksia ja toiveita, ottaen ne sopivalla tavalla huomioon toiminnassa. (Piiroinen 2007, 5-6.)

#### 4.2 Kouluikässä tehtävä syrjäytymistä ennaltaehkäisevä työ

Sosiaalisia taitoja ja vuorovaikutussuhteita olisi hyvä oppia jo ennen kouluikää, jotta turvataan lapsen terve ja tasapainoinen kehitys. Päiväkodin tehtävä on tukea näiden kehitystä ja näin ennaltaehkäistä sosiaalisten taitojen puutteesta johtuvia ongelmia kuten syrjäytymistä. (Kirves & Stoor-Grenner 2010, 3, 41–43.)

Ennen koulun aloittamista tulevalta koululaiselta tarkastellaan kouluvalmiutta. Kouluvalmiudella tarkoitetaan lapsen kokonaiskehitystä ja lapsen valmiuksia suoriutua koulusta onnistuneesti. Mikäli koulu- ja oppimisvalmiudet sekä tiedot ja taidot eivät ole riittäviä, käy koulutyö raskaaksi eikä koulunkäynti palvele lapsen kehitystä. Silloin kannattaakin pohtia, olisiko lapsen parempi antaa kypsyä vielä vuoden verran esikoulussa ja lähteä sitten itsenäisempänä ja varttuneempana kouluun. (Jarasto & Sinervo 1998, 149–151.)

Esiopetuksesta ja sen jälkeisestä perusopetuksesta säädetään perusopetuslaissa. Laissa on määritetty perusopetuksen tähtäävän tietojen ja taitojen oppimiseen, mutta myös lapsen kykyyn kasvaa tasa-arvoisena yhteiskunnan jäsenenä. Oppilas on myös oikeutettu tukeen koulunkäynnissä tarvittaessa. Tuella yritetään ennaltaehkäistä mahdollisia ongelmia. Lain mukaan perusopetuksessa tuki jaotellaan yleiseen, tehostettuun ja erityiseen tukeen. Tehostettu tuki voi olla esimerkiksi pidempikestoista tukiopetusta tai lyhytkestoista erityisopetusta. Tehostetun ja erityisen tuen piiriin kuuluvalle oppilaalle tehdään oppimissuunnitelmat koulun ja kodin yhteistyössä. Tällaiset tuen muodot vaativat pedagogisen arvion tai selvityksen. (Perusopetuslaki 1998/628.)

Koulu on kasvuympäristönä lapselle erilainen kuin koti. Koulu on vastuuta kantava toimija, jonka on järjestettävä perusopetuslain määrittelemää

perusopetusta. Opetus tulee järjestää kasvatus ja opetusperiaatteita noudattaen, huolehtien jokaisen oppilaan oppivelvollisuudesta sekä toteuttaen yksilöllisiä opetusjärjestelyjä tukeakseen tätä tavoitetta. Koulun tavoitteena on myös toteuttaa hyvää kasvatuskumppanuutta tukien vanhempien kasvatustehtävää.

Kasvatuskumppanuuden merkitys korostuu oppilashuollossa huolen herätessä. Koulun näkökulmasta varhaisella puuttumisella tarkoitetaan sitä, kun havaitaan oppilaan koulunkäynnissä tai elämäntilanteessa huolta herättäviä signaaleja, niihin tartutaan ja käynnistetään tarpeenmukainen toimintaprosessi syrjäytymisen ennaltaehkäisemiseksi. Koulu on tärkeä osa syrjäytymisen ennaltaehkäisemisessä, koska arvioiden mukaan lapsi viettää siellä elämästään noin 15 000 tuntia. Tämän vuoksi varhaisen puuttumisen merkitys korostuu, koska koulu vaikuttaa lapsen elämään hyvin pitkällä aikavälillä. (Ahonen, Siiskonen & Aro 2001, 206; Huhtanen 2007, 29, 38–39, 78–79, 188–189, 196; Jalovaara 2005, 83.)

Karvinen (2007, 164–166) toteaa tutkimuksessaan, että lasten ja nuorten ongelmien, kuten syrjäytymisen ja käytöshäiriöiden ennaltaehkäisyyn, yhtenä mahdollisuutena on myös opiskelu koiraluokassa. Tutkimuksen mukaan koira parantaa lasten henkistä hyvinvointia, joka vaikuttaa konkreettisesti turvalliseen kehitykseen. Koiraluokkia ei ole Suomessa kovin paljon, mutta eläinten tuoman hyvinvoinnin korostaminen tutkimusten avulla, ennaltaehkäisevänä työvälineenä, voisi lisätä näiden määrää. Koiraluokan vaikutuksia on vaikea mitata rahassa, joka olisi koiraluokkien perustelemissa tärkeää, koska koiraluokan edut perustuvat nimenomaan ongelmien ennaltaehkäisyyn.

#### 4.3 Lasten vapaa-ajalla tapahtuva syrjäytymistä ennaltaehkäisevä työ

Koulun ohella lapsi saattaa viettää aikaa harrastuksissa, joiden merkitystä syrjäytymisen ennaltaehkäisemisessä ei tule unohtaa. Harrastukset ja niiden sisältämät toiminnot mahdollistavat myönteisten kokemusten saamisen, ja nämä osaltaan tukevat ja vahvistavat itsetuntoa sekä kehittävät sosiaalisia taitoja ehkäisten näin syrjäytymistä. Harrastusta aloittaessa lapsen tarpeita ja toiveita on tärkeää kuunnella, koska lapsen vaikuttaminen omiin asioihinsa tukee hänen itsetuntoa ja minäkuvaa. Sosiaalisia taitoja kehittääkseen lapset tarvitsevat toisia lapsia, joka mahdollistuu harrastusten parissa koulun ohella. Esimerkiksi juuri

ryhmässä harrastaminen mahdollistaa toisten auttamisen, mahdollisuuden oppia toinen toisiltaan sekä sopeutua eri-ikäisten lasten taitoihin ja kykyihin. Harrastuksien sisältämissä toiminnoissa ja leikeissä, lapset oppivat sopimaan säännöistä ja he joutuvat hyväksymään vahvemmat tai heikommat ryhmän jäsenet. Liikuntaleikit ja pelit ovat motivoiva tapa opettaa sosiaalisia taitoja. Ne mahdollistavat sosiaalisen ja tunnealueen kehittämisen toiminnan ohessa, koska lapsille liikkuminen on perustarve. Liikuntaleikit ovat minäkuvan ja itsetunnon vahvistamisen lisäksi siitäkkin syystä hyviä, koska lapset kokevat liikkumisen yleensä hauskana ja luonnollisena. (Jarasto & Sinervo 1998, 188; Karvonen 2000, 13,15; Kauppila 2006, 145; Tuomisto 2001, 68; Zimmer 2001, 27-28.)

Kunnat tukevat lasten ja nuorten syrjäytymisen ennaltaehkäisyn kannalta tärkeää harrastus- ja nuorisotyötä (Salmi, Mäkelä, Perälä & Kestilä 2012). Kuntien sosiaalitoimet myöntävät täydentävää toimeentulotukea vähäosaisten perheiden lapsien harrastuksiin (Sosiaali- ja terveysministeriö 2014). Paikallista harrastustoimintaa tuetaan myös valtionavustuksilla, joita on mahdollista hakea vuosittain.

Valtion avustuksilla on tarkoitus lisätä lasten ja nuorten harrastusmahdollisuuksia, sekä vahvistaa yhteisöllisyyttä ja osallistumista. Esimerkiksi vuoden 2013 valtion talousarviossa oli esitetty varattavan 1 650 000 euroa lasten ja nuorten paikallisen harrastustoiminnan tukemiseen. Avustus voidaan myöntää lasten ja nuorten erilaisiin vapaa-ajan toimintoihin, joiden järjestäjän toimii kunta, voittoa tavoittelematon yhdistys tai organisaatio. Avustusta on haettavissa Elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskuksien nuorisotoimilta ennalta ilmoitettuna hakuaikoina. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2013.)

Erilaisten järjestöjen työn merkitys vapaa-ajan toimintojen ja muun sosiaali- ja terveysalan palvelujen järjestäjänä on lisääntynyt nykypäivään tultaessa. Ojala (2009, Notkolan, Pitkäsén, Tuusan, Ala-Kauhaluoman, Harkon, Korkeamäen, Lehikoisen, Lehtorannan & Puumalaisen 2013, 138 mukaan) toteaa, että vuonna 2007 sosiaali- ja terveysjärjestöt tuottivat 18 % maamme sosiaalipalveluista. Näillä järjestöillä on myös suuri rooli lasten- ja nuorten harrastustoiminnan järjestäjänä (Notkola, ym. 2013, 140).

## 5 KOIRA TYÖVÄLINEENÄ

### 5.1 Koiran käyttömahdollisuudet työvälineenä

Maa­mail­lalla koiran käytöstä ihmisten kanssa puhutaan muun muassa termeillä Animal Assisted Therapy eli eläinavusteinen terapia ja Animal Assisted Activity eli eläinavusteinen toiminta. Erona näillä kahdella on se, että terapiaa voi antaa vain sosiaali- ja terveystalan koulutuksen saanut ihminen, koska toiminta on aina tavoitteellista. Usein eläinavusteiseksi terapiaksi kutsuttavassa toiminnassa asiakkaalla on jokin tietty ongelma, johon pitkäaikaisella toiminnalla haetaan ratkaisua tai edes helpotusta. Näitä voivat olla esimerkiksi masennusoireet, lukemiseen liittyvät vaikeudet tai fyysiseen kuntoutumiseen sairauden tai loukkaantumisen jälkeen liittyvät ongelmat. Animal assisted activity eli eläinavusteinen toiminta taas on vapaampaa ja koirakeskeisempää toimintaa, jossa keskitytään enemmän hetkellisen hyvän olon tuottamiseen vapaaehtoisten, mutta kuitenkin koulutettujen henkilöiden ja koirien toimesta. (Ikäheimo 2013, 10–11; Krugel & Serpell 2006, 23.)

Suomessa eläinavusteiseen toimintaan koulutettuja terapeutteja on jonkin verran. Koulutuksia on eri laajuisia eri järjestäjien toimesta. Esimerkiksi Alfapartners kouluttaa eläinavusteisen toiminnan terapeutteja ja valmentajia työskentelemään ratkaisukeskeisten menetelmien avulla Solutions focused animal assisted therapy-koulutusohjelmassa. Kymmenen lähiopetuspäivää ja etäopiskelua sisältävä koulutus tukee esimerkiksi psykoterapeutin koulutusta, jolloin menetelmää voi käyttää osana terapiaa. (Alfapartners, 2013.) Koulutuksia koira-avusteiseen toimintaan kasvatus-, sosiaali- ja terveystalan ammattilaisille järjestää esimerkiksi Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry. Koulutus ei valmista eläinavusteiseen terapiaan kuten edelliset, mutta antaa valmiudet koiran käyttöön omistajan omassa työssä hänen suoritettuaan viisi viikonloppua sisältävän kurssin, koiran läpäistyä soveltuvuuskokeen ja annettua työnäytön toiminnastaan. (Koirat kasvatus ja kuntoutustyössä ry 2014.) Edellisen kaltaista koulutusta järjestää myös Suomen Hoivakoira yhteistyössä Sosped Keskus Oy:n kanssa. Koulutuksen teemoina ovat sosiaalipedagoginen ammatillisuus, sosiaalinen vahvistaminen, itsetuntemuksen lisääminen mukaan lukien tunnetaidot, kokemuksellinen oppiminen sekä

luovuutta tukevan ilmapiirin mahdollistaminen. (Sosped koira- koulutus 2014.) Keski-pohjanmaan aikuiskoulutuskeskuksen järjestämässä GreenCareTaito – ohjaaja koulutuksessa tavoitellaan yleisemmin luonnon käyttämistä työvälineenä, jonka osana on myös eläinavusteinen toiminta. Koulutus ei anna eläinavusteisen terapian suorittamiseen tarvittavaa pätevyyttä, mutta soveltuu hyvin esimerkiksi muuten sosiaali- ja terveysalalla työskenteleville avuksi eläinavusteiseen toimintaan. GreenCareTaito – ohjaajan koulutus on 30 opintopisteen laajuinen opistotason koulutus. (Keski-pohjanmaan aikuiskoulutus, 2014.) Eläinavusteiseen toimintaan kuuluu myös osana Suomessa yleisemmin tunnettu ja käytetty ratsastusterapia, jonka harjoittajia on maassamme jo toistasataa.

Ratsastusterapeutiksi voi opiskella Ypäjän hevosopistolla suorittuaan ammattikorkea- tai opistotason koulutuksen opetus-, sosiaali- tai terveysalalta, omatessaan vähintään kahden vuoden työkokemuksen kuntoutusalalta ja vankan kokemuksen hevosalalta sekä ratsastustaidon. (Suomen ratsastusterapeutit ry 2013.) Ratsastusterapiaa voidaan myöntää KELA:sta fysioterapian kuntoutusmuodoksi avohoidossa olevalle vaikeavammaisille henkilölle (Kela 2013).

Kaija Ikäheimo (2013, 8-9) toteaa kirjassaan, että valitettavan usein eläimen ammatillinen käyttö esimerkiksi terapiassa tai vastaavassa kaatuu lauseeseen ”Uskon, että siitä on hyötyä, mutta näyttö puuttuu”. Tutkimuksia on kuitenkin tehty. Ikäheimo avaa esimerkiksi Nimer ja Lundahlin vuonna 2009 Anthrozoös-lehdessä julkaisemaa laajaa tutkimusta, jossa on vertailtu 49:ää eri tutkimusta keskenään, joissa tarkastellaan eläinten hyötyjä. Tutkimuksen otannat ja vertailuryhmät ovat tässä poikkeuksellisesti todella laajat ja näin ollen Ikäheimon mielestä täyttää tieteellisesti luotettavan tutkimuksen vaatimukset. Tutkimuksen johtopäätöksenä todettiin yksimielisesti, että eläinavusteinen terapia oli hyödyllistä ja sen tutkimusta kannattaa jatkaa. Ikäheimo muuttaisi omien kokemustensa ja näiden tutkimusten valossa alkuperäistä väittämää muotoon ”Uskon, että siitä on hyötyä ja näyttöä alkaa vähitellen olla”.

Eläinavusteista toimintaa on paljon ympäri maailmaa ja toiminnan ympärille on perustettu erilaisia yhdistyksiä ja järjestöjä, joiden tavoitteena on lisätä eläinten ja ihmisten välisen suhteen ymmärtämystä ja arvostusta. Yksi suurimmista järjestöistä on IAHAIO, the International Association of Human-Animal

Interaction Organizations, joka on perustettu Torontossa vuonna 1990. Järjestön tavoitteena on yhdistää ja koordinoita kansallisia yhdistyksiä, edistää erilaisin koulutuksin ja eri organisaatioiden välisellä yhteistyöllä eläinavusteista toimintaa ympäri maailmaa. IAHAIO järjestön yhtenä tärkeimpänä tehtävänä on myös edistää tutkimusten tekoa eläinavusteisesta toiminnasta. (IAHAIO 2014; Ikäheimo 2013, 12.)

## 5.2 Tutkimuksia koiran käytöstä lasten kanssa sosiaali- ja terveysalalla

Karvinen (2007, 164–166) kirjoittaa tutkimuksessaan havainnoistaan kouluissa nykyisestä oppiainekeskeisestä toiminnasta, joka jyrää allensa oppilaiden hyvinvoinnin periaatteet. Tutkimuksessa tarkastellun koiraluokan tuomat positiiviset vaikutukset hyvinvointiin ovat Karvisen mukaan selkeitä. Oppituntien lomassa voidaan rapsutella tai vain seurata koiran toimia, joka auttaa keskittymään paremmin olennaiseen. Pelkkä koirien rapsuttelu ja koirien kanssa leikkiminen tuovat oppilaille hyvää oloa ja yleistä rauhallisuutta luokkaan, mutta koirien läsnäolossa on myös muitakin tärkeitä puolia. Koulussa oppiaineet luetaan kirjasta, mutta Karvisen tutkimuksen mukaan koirien tuoma tärkeä elementti arkeen on toisen kunnioittaminen, suvaitsevaisuus, itsehillintä ja hyvät käytöstavat. Koiriin kohdistetut hyvät käytöstavat siirtyvät myös lasten keskinäiseen kanssakäymiseen. Karvinen listaakin yhdeksi tulevaisuuden tutkimushaasteeksi selvittää, millaiset vaikutukset koiraluokalla on ollut oppilaisiin pitkällä aikavälillä. Karvinen siteeraa tutkimuksessaan Richard Muller-Freienfelsiä ”Oikea kasvatus ei pyri raivaamaan vaikeuksia ja esteitä lasten tieltä, vaan auttamaan omin voimin voittamaan väistämättömät vaikeudet”.

Itävallassa ja Suomessa tehdyissä tutkimuksissa tutkittiin koirien vaikutusta oppilaisiin, niiden ollessa pidempiaikaisesti osana luokkaa. Molemmissa tutkimuksissa koirien läsnäolo koettiin rauhoittavaksi ja keskittymistä parantavaksi. Vaikka lapset touhusivat koirien kanssa sekä seurasivat koirien tekemisiä tunnin aikana, tutkimuksissa huomattiin, että lapset jaksoivat silti koirien läsnäollessa keskittyä myös opetukseen pidempiä aikoja kuin ennen. Koirien ansiosta luokassa oli vähemmän aggressiivista käyttäytymistä ja lapset

käyttäytyivät yhtenäisemmin luokkana. (Kotrschal & Ortbauer 2003, 147; Luomala-Toikkanen 2008, 44–46.)

Koiraluokasta tehdyssä tutkimuksessa opettaja kertoi käyttävänsä tilanteen mukaan koiria työvälineenä opetuksessa. Hän koki koiran kautta asioiden läpikäymisen helpommaksi. Esimerkiksi biologiaan liittyvä arka aihe murrosikäisen kanssa on kuukautiskierto, josta oppilaat päätyivät koiran kautta luontevasti puhumaan, kun ihmettelivät luokassa olevalla koiralla olevia juoksuhausuja. Koiran kautta keskustelu aiheesta oli luontevaa, kun taas usein opettaja kokee, että murrosikäisten kanssa tällaisista aiheista keskustelu voi kääntyä lähinnä kiusalliseksi vitsailuksi tärkeällä asialla. (Luomala-Toikkanen 2008, 44.)

Heimlich (2001) tutki eläinavusteisen terapian vaikutusta vakavasti vammaisten lasten kanssa. Tutkimuksessa tarkasteltiin neljää aihealuetta; keskittymiskykyä, fyysistä liikkuvuutta, kommunikaatiota sekä mukautuvuutta. Lasten ikä tutkimushetkellä oli 7–17- vuotta. Tutkimustuloksissa selvisi, että jokaisen osa-alueen osalta oli positiivista kehitystä eteenpäin tuokioiden edetessä.

Sams, Fortney ja Willenbring (2006) ja Martin ja Farnum (2002, Morrisonin 2007 mukaan) tutki eläinavusteisen terapian vaikutuksia autististen lasten terapiatuokioissa. Samsin, ym. tutkimuksessa tarkasteltiin lasten vuorovaikutustaitojen ja kielellisten taitojen muutoksia eläinten käytön johdosta suhteessa perusmenetelmien käyttöön terapiatuokioissa. Tutkimustuloksista selvisi, että eläimen läsnäolo terapiatuokioissa lisäsi merkittävästi vuorovaikutustaitoja sekä kielellistä kommunikaatiota. Martinin ja Farnumin tutkimuksessa tarkasteltiin 10 osallistujan ryhmää, jossa tutkimuksen kohteena olevien lasten ikä oli 2,5 vuodesta 6,5 vuoteen. Tutkimukseen osallistuneet lapset ottivat yksitellen osaa kahdenkeskisiin terapiatuokioihin. Terapiatuokio kesti kerrallaan 15 minuuttia ja näitä tuokioita toteutettiin kolmesti viikossa, viidentoista viikon ajan. Tutkimustuloksissa ilmeni, että osallistujat hyötyivät merkittävästi koiran läsnäolosta, joka näkyi selkeämpänä halukkuutena leikkiin sekä kuvailtiin säännöllisempänä nauramisena ryhmässä. Myös Viinamäki (2005, 56) sanoo tutkimuksessaan, että lasten ja lemmikkien välinen suhde voi edesauttaa

autismin kirjon lapsia kehittämään sosiaalisia taitojaan kohti sosiaalisesti sopivaa käytöstä.

Italiassa A. Meyerin lastensairaalassa aloitettiin vuonna 2002 Pets in hospital-hanke, jonka tavoitteena oli AAA (animal assisted activity eli eläinavusteisentoiminnan) -toiminnan kautta tutkia millaisia vaikutuksia pitkäaikaissairaiden lapsien hyvinvointiin saadaan säännöllisillä koiravierailuilla sairaalassa ja tulisiko toimintaa laajentaa muihin Italian sairaaloihin. Tutkimus tehtiin kyselytutkimuksena lapsille, vanhemmille ja hoitajille. Tutkimuksen tulokset olivat positiiviset ja todettiin, että suurin osa lapsista hyötyi vierailuista. Tutkimuksen tärkeimpänä antina voitiin myös sanoa, että vuoden aikana tehtyjen vierailujen myötä sairaalan infektioluvut pysyivät entisellään. Näin voidaan todeta, ettei usein pelättyä tautiriskiä tule oikein hoidettujen koirien mukana. (Caprilli & Messeri 2006, 379.)

Kroatiassa tehdyssä tutkimuksessa tutkittiin neljäs-, kuudes- ja kahdeksaluokkalaisten lasten sosioemotionaalisten taitojen kehitystä verraten, onko perheessä lemmikkiä vai ei. Tutkimukseen osallistui 425 tyttöä ja 401 poikaa, joilla oli joko koira, kissa tai muu lemmikki, tai ei lemmikkiä ollenkaan. Tutkimuksesta selvisi, että kissan tai koiran omistanut lapsi oli enemmän kiintynyt lemmikkiinsä kuin muun lemmikkieläimen omistanut lapsi. Kiintymyksen taso vaikutti positiivisesti lapsen empatiakykyyn ja sosiaalisuuteen. Tutkimuksen mukaan lemmikkiinsä kiintyneet lapset kuvailivat perheensä keskinäistä ilmapiiriä paremmaksi kuin lapset, joilla ei ollut lemmikkiä tai jotka eivät olleet yhtä kiintyneitä lemmikkiinsä. Tutkimuksen avulla tutkijat uskovat todentaneensa lemmikin näyttelevän tärkeää roolia lasten sosioemotionaalisessa kehityksessä, joka on tärkeä taito, kun luodaan pysyviä ja läheisiä ihmissuhteita toisten ihmisten kanssa. (Vidovic, Vlahovic Stetic & Bratko 1999.)

### 5.3 Tukikoiran käyttö työvälineenä Suomen Mielenterveysseuran tukikoirakkotoiminnassa

Suomen Mielenterveysseura on koko maan kattava kansanterveys- ja kansalaisjärjestö. Seura saa rahoituksen Raha-automaattiyhdistykseltä ja muita avustuksia esimerkiksi kunnilta, Kelalta sekä lahjoituksina muilta tahoilta. Seura

pyrkii edistämään suomalaisten mielenterveyttä, tekemällä ennaltaehkäisevää mielenterveystyötä sekä toteuttaa vapaaehtoisten tekemää kansalaistoimintaa. Suomen Mielenterveysseuran alle kuuluu paikallisia seuroja 54, joista Keski-Uudenmaan Mielenterveysseura on yksi. (Suomen Mielenterveysseura 2014) Keski-Uudenmaan Mielenterveysseuran toiminta-alueena on Järvenpää, Kerava, Tuusula sekä lähialueet Keski-Uudellamaalla. (Keski-Uudenmaan Mielenterveysseura ry 2014.)

Keski-Uudenmaan Mielenterveysseuran tukikoirakko toiminta on suunnattu syrjäytymisen ennaltaehkäisyyn sekä aikuisten mielenterveyskuntoutujien tukemiseen. (Keski-Uudenmaan Mielenterveysseura ry 2014).

Tukikoirakkotoiminnan periaatteet pohjautuvat Suomen Mielenterveysseuran linjauksiin vapaaehtoistyöstä ja paikallisista käytännöistä. Lähtökohtaisesti paikallinen mielenterveysseura on vastuussa alueellaan järjestettävästä tukikoirakkotoiminnasta. (Prepula 2012, 3.) Keski-Uudenmaan Mielenterveysseurassa vapaaehtoinen tukihenkilö ja tukikoira muodostavat tukikoirakon. Tukikoirakko toimii tukihenkilön lailla tukien mielenterveyskuntoutujaa, ennaltaehkäisten syrjäytymistä ja edistäen hyvinvointia kaikissa ikäluokissa (Keski-Uudenmaan Mielenterveysseura ry 2014.)

Tukikoirakkotoiminnan pääpiirre on koiran toimiminen pääsääntöisenä ohjaajan työparina (Prepula 2012, 3).

Tukikoirakko käy 25 tunnin pituisen kurssin, josta 20 tuntia on teoriaa ja 5 tuntia käytännön harjoituksia. Koulutus jakautuu sisällöllisesti vielä siten, että 15 tuntia on tukihenkilöksi kouluttautumista ja 10 tuntia koiran toimimisesta työparina. Tukikoirakkotoiminnassa käytettävän koiran tulee olla terve ja asianmukaisesti hoidettu, eikä se saa olla aggressiivinen ihmisille tai muille koirille. Koirakon ohjaajan tulee olla täysi-ikäinen, henkisesti tasapainoinen, hänen on kyettävä lukemaan koiraansa, oltava valmis myös kehittämään omaa koiranlukutaitoaan ja huomioimaan koiran hyvinvointia. (Prepula 2012, 4-6.)

Tukikoirakkotoiminnan keskiössä on koira, jonka hyvinvointia edistävät vaikutukset halutaan jakaa asiakkaiden kesken vapaaehtoistoiminnan kautta. Koiran vaikutusten jälkeen tulee vasta ohjaajan taidot tukihenkilönä.

Vapaaehtoinen toimii aina omin tiedoin ja taidoin, eikä näin korvaa ammattilaisen

antamaa tukea. Tapaamiset ovat yleensä ryhmässä, kuten koirakahvilassa, yhteiskävelyillä tai teemaryhmissä, mutta ohjaajan pätevöidyttyä tukihenkilöksi, voidaan solmia yksilötukisuhteita. (Prepula 2012, 10–11.) Höökin (2010, 43) mukaan koira voidaan käyttää niin yksin kuin ryhmässä. Koiran kanssa tehtävät harjoitteet kannattaa kuitenkin toteuttaa pienryhmässä 3-4 henkilön kanssa kerrallaan. Koiran käyttäminen osana ryhmää mahdollistaa monipuolisten toimintojen toteuttamisen aina koirakävelyistä keskusteluryhmiin. Mahdollisuudet ovat aina räätälöitävissä kohderyhmän tarpeita vastaaviksi.

## 6 TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ

### 6.1 Ohjauskansio opinnäytetyöprosessin näkökulmasta

Vilkan ja Airaksisen (2003, 9) mukaan toiminnallinen opinnäytetyö on vaihtoehtoinen tapa toteuttaa päättötyö tutkimuksellisen työn sijaan. Toiminnallinen opinnäytetyö oli luonteva valinta toteutustavaksemme tavattuamme toimeksiantajamme ensimmäisen kerran, ja keskusteltuamme heidän kanssa opinnäytetyöstä ja sen sisällöstä ja vaatimuksista.

Toiminnallisessa opinnäytetyössä tulee syntyä jokin konkreettinen tuotos (Vilka & Airaksinen 2003, 51). Meidän tapauksessa konkreettisenä tuotoksena syntyi ohjauskansio Keski-Uudenmaan tukikoirakoille. Ohjauskansio syntyi toimeksiantajamme ja tekijöiden omien toiveiden, tarpeiden ja tavoitteiden pohjalta.

Vilka ja Airaksinen (2003, 17, 23) suosittelivat valitsemaan aiheeksi tekijöitä motivoivan ja opiskelijoiden omaa asiantuntemusta syventävän aiheen. Siksi toimeksiantajan kanssa yhdessä ideoitu opinnäytetyön aihe tuki myös opinnäytetyöntekijöiden ammatillista kasvua sekä heidän tietojen ja taitojen hyödyntämistä toimeksiantajan tarpeisiin.

Aiheen valitsemisen jälkeen pohdimme täyttääkö se hyvän opinnäytetyön aiheen kriteerit, kuten aiheen sopivuus omalle ammatti- ja tieteen alalle, aiheen yhteiskunnallinen merkitys ja löytyykö aiheesta tarpeeksi aiempaa tietoa sekä tutkimuksia (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2001, 67–70). Oma kiinnostuksemme aiheeseen oli suuri, mutta aiheen rajaaminen osoittautui lopulta hieman haasteelliseksi. Lähestyimme usein aihettamme liian laajasta näkökulmasta. Ohjaavan opettajamme kanssa keskusteltuamme moneen otteeseen, hahmotimme teoreettisen viitekehyksen pääaiheet. Hirsjärvi, Remes ja Sajavaara (2001, 71) kehottavat selvittämään kysymyksen, mitä työllä halutaan osoittaa tai mitä sillä halutaan tietää, ennen kuin tekijä lähtee keräämään lopullista aineistoa.

Aloitimme opinnäytetyön tekemisen toimintasuunnitelmalla. Kirjasimme ideat ja tavoitteet sekä sen, mitä tehdään ja miten. Tarkastelimme aihetta ja etsimme tietoa siitä, onko mitään vastaavaa tehty. Tutustuimme kohderyhmää käsittelevään

kirjallisuuteen, tutkimuksiin aiheesta ja tarkastelimme muita mahdollisia lähteitä. Näitä hankittuja tietoja vasten peilasimme omaa toimintasuunnitelmaa, aiheen rajaamista sekä työn merkitystä kohderyhmälle. Huomioimme teoksessa mainitut opinnäytetyöhön liittyvät mahdolliset kustannukset (Vilkkä & Airaksinen 2003, 26–28.) Tällaisia kustannuksia olivat esimerkiksi matkakustannukset toimeksiantajan luo ja mahdollisista tarvikkeista aiheutuvat kustannukset.

Toikko & Rantanen (2009, 56-57) määrittelevät kehittämistoiminnalle viisi eri kysymystä, joihin tulee prosessissa vastata. Mitä ja miksi kehitetään? Miten toiminta organisoidaan, kuka tekee mitäkin? Miten toiminta toteutetaan? Miten toimintaa arvioidaan? Ja lopulta, miten valmista tuotetta/palvelua levitetään ja miten se jää käytäntöön elämään?

Ensimmäiseen kysymykseen olemme vastanneet jo opinnäytetyön toisessa luvussa. Halusimme olla mukana kehittämässä Keski-Uudenmaan Mielenterveysseuran eläinavusteista toimintaa uuteen suuntaan yhteistyössä toimeksiantajamme kanssa. Toimeksiantajamme kanssa sovimme, että pidämme yhteyttä opinnäytetyön tiimoilta tarvittaessa ja jaamme näkemyksiä työstä sen edetessä. Yhteistyö toimeksiantajan kanssa oli pääosin toimivaa.

Toiminnan toteutukseksi voidaan ajatella ohjauskansion kasaamista. Ohjauskansio on koottu eri lähteistä löytämistämme ryhmätoiminnoista, joita muokkasimme ja valitsimme työhön suhteessa siihen miten nämä toiminnot vastaavat ohjauskansion tavoitteisiin. Ohjauskansion kasaamisessa yhdeksi ongelmaksi muodostui myös se, että lähdimme aluksi suunnittelemaan kansiota ja sen teemoja hieman tietoperustasta irrallisena. Myöhemmässä vaiheessa se vaikeutti kansion ja tietoperustan yhteensovittamista ja niin sanotun punaisen langan löytämistä. Ohjaavan opettaja, toimeksiantajan ja tekijöiden välisen keskustelun ja pohdinnan jälkeen löysimme tietoperustasta nousevat teemat kansioomme.

Halusimme valita kansioon toimintoja, jotka ovat tavoitteellisia ja tukisivat toiminnalle asetettuja tavoitteita. Lasten kanssa tehtävään ryhmätoimintaan löytyi runsaasti lähteitä, mutta haastavaa oli suunnitella näihin toimintoihin koiran aktiivinen ja toimintojen tavoitteita edesauttava rooli. Suunnittelussa täytyi ottaa huomioon koiran mahdollisuudet ja rajoitteet yleisellä tasolla, koska emme

kuitenkaan voineet tietää millainen koira toimintaan lopulta käytännössä osallistuu. Suuressa osassa toiminnoista koira on aktiivinen toimija, mutta osassa toiminnoissa koiran on tarkoitus olla vain läsnä. Kansiossa on myös toimintoja jotka ovat koira-aiheisia.

Kansion ulkoasun ja tekstien suunnittelemiseen saimme toimeksiantajaltamme vapaat kädet. Halusimme rakentaa kansiota selkeän ja ryhmänohjaajaa puhuttelevan. Tekstit on kirjoitettu ryhmän ohjaajalle, ja tekstit etenevät ohjelmaisesti.

## 6.2 Opinnäytetyöprosessin ja tuotoksen arviointi

Kansion toimintojen arvioinnissa olisimme alun perin halunneet saada palautetta suoraan kerhotoimintaan osallistuvilta lapsilta, mutta koska olimme vain suunnittelemassa kerhotoimintaa, emmekä voineet itse olla vetämässä kerhoa, jouduimme pohtimaan arviointimenetelmää toisesta näkökulmasta. Lopullisen arvioinnin valmiista ohjauskansiosta teki tukikoirakot arvioidessaan työemme käytännöllisyyttä heidän toiminnassaan. Kehittämistoiminnassa työn käytännöllisyyden arviointi vastaa tutkimuksissa tehtävää luotettavuuden arviointia. Tuotettavan tiedon tulee siis olla käytännöllisesti hyödyllistä. (Toikko & Rantanen 2009, 121-122.) Voidaan siis ajatella, että lopullisen arvioinnin kansion hyödyllisyydestä ja käytännöllisyydestä voi tehdä vasta kun kansion toiminnot ovat olleet käytössä ryhmäkerroilla.

Ohjauskansio lähetettiin jokaiselle tukikoirakolle luettavaksi. Kommentit työstämme olivat hyvin positiivisia ja niistä sai kuvan, että kansio tulee tarpeeseen. Keräsimme palautteen suullisesti Keski-Uudenmaan Mielenterveysseuran edustajien ja tukikoirakoiden kanssa käymässämme arviointikeskustelussa. Tukikoirakot ilmaisivat, että he odottavat pääsevänsä käyttämään kansiota ja sen menetelmiä konkreettisesti ryhmänohjauksessa. Lähetimme työn myös tukikoirakkotoiminnan perustajalle Helena Prepulalle, joka sanoi työemme olevan erityisen ajankohtainen ja tärkeä. Hän toi myös ilmi, että tuottamamme materiaali on toimiva apuväline hyvinvointityössä.

Pidimme päiväkirjaa opinnäytetyön ja ohjauskansion tekemisestä, ja käytimme muistiinpanoja apuna raportin kokoamisessa. Muistiinpanoja käytimme arvioidessamme myös itse opinnäyteprosessin kulkua. Toikko & Rantanen (2009, 82-83) määrittelevät kehittämistoiminnan suuntaavaa arviointiprosessia tiedon keräämiseksi ja arvioimiseksi prosessin edetessä vaiheittain. Arviointi ei ole prosessin erillinen osa, vaan se keskittyy itse prosessiin sen alusta loppuun. Arviointia käytään prosessin eri vaiheissa. Arvioinnissa kerätyn aineiston pohjalta mietitään ovatko tavoitteet ja toiminta edelleen ajankohtaisia suhteessa kehittämistehtävään. Voidaan myös pohtia, onko tavoitteet muuttuneet prosessin kuluessa.

Opinnäytetyötä tehdessämme jouduimme usein pysähtymään miettimään opinnäytetyömme tavoitetta ja tarkoitusta, ja sitä vastaako työ edellämaintuihin. Tavoite myös muuttui moneen otteeseen. Tavoitetta ja tarkoitusta pyörittelimme eri sanamuodoilla ja pohdimme muuttuuko sisältö sanamuodon vaihtuessa.

### 6.3 Tiedonhaku ja sen kuvaaminen

Tietoa olemme hankkineet NELLI-portaalin ja Google scholarin kautta tieteellisistä julkaisuista ja pro gradu- tutkimuksia sekä aiheeseen sopivasta kirjallisuudesta. Olemme hakeneet aktiivisesti kirjojen alkuperäisiä lähteitä mahdollisuuksien mukaan.

Tietoa olemme hakeneet muun muassa hakusanoilla animal assisted therapy, animal assisted activity, eläinavusteinen terapia, eläinavusteinen toiminta, human animal relationships, syrjäytyminen, syrjäytymisen ennaltaehkäisy, koulukiusaaminen, mental health promotion and prevention, social exclusion, ehkäisevä mielenterveystyö, koira työvälineenä, itsetunto, sosiaaliset taidot, sosioemotionaalinen, varhainen puuttuminen, leikkejä tutustumiseen, toiminnallinen opinnäytetyö.

Olemme osallistuneet myös yhdessä oppilaitoksen tarjoamaan tiedonhankinnan koulutukseen helpottaaksemme opinnäytetyöhön soveltuvien lähteiden löytämistä.

Yhtenä tiedonhaun sisäänottokriteerinä on, että tekstit ovat suomen-, ruotsin- tai englanninkielisiä.



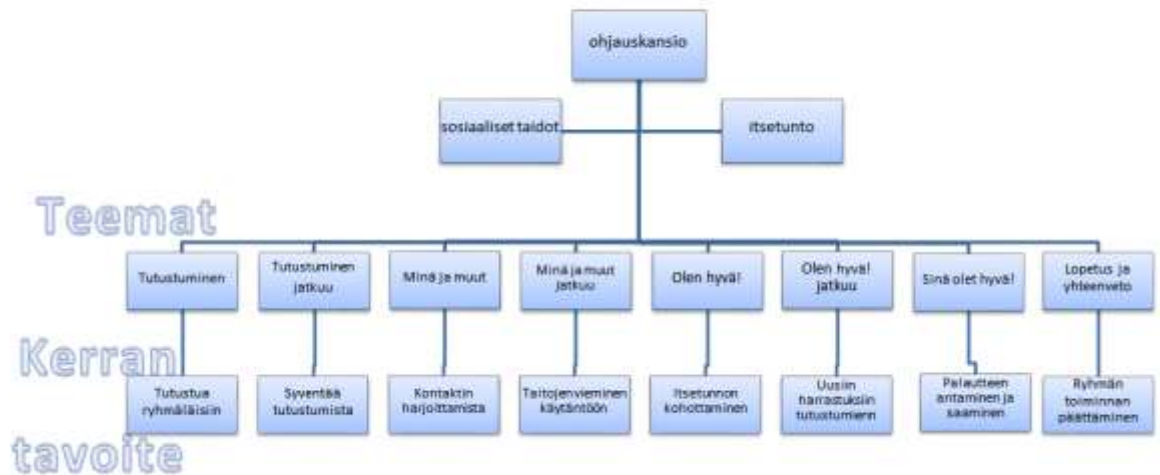
## 7 KOIRA KAVERIKSI- OHJAUSKANSIO

### 7.1 Kerhon faktat

Toimeksiantaja rajasi kohderyhmäksi syrjäytymisvaarassa olevat lapset, jotka ovat iältään 7-12-vuotiaita. Yhteistyötahona työllemme toimii Keski-Uudenmaan Mielenterveysseuran tukikoirakot. Ohjauskansiomme koostuu kerhon toiminnan sisällöstä ja ohjaajan apuvälineistä. Koulujen oppilashuoltoryhmän avustuksella kerhoon on tarkoitus koota lapsia, joilla on haasteita tai ongelmia sosiaalisten suhteiden ja itsetunnon kanssa. Toisin sanoen kerhon kohderyhmää ovat yksinäiset, koulukiusatut, ujut ja syrjäytymisvaarassa olevat lapset. Ryhmän on tarkoitus olla suljettu, joka tarkoittaa sitä, että ryhmään ei voi tulla kesken kauden mukaan. Kesken kauden tulevat lapset vaikeuttavat ryhmän kehitysvaiheiden etenemistä. Ohjaajien olisi hyvä pysyä samana, mutta tarvittaessa riittää, että edes yksi koirakko pysyy samana koko kauden ajan. Kerhon kokoontumispaikkana tulisi olla iso avoin tila, josta pääsee kerhokerran aikana siirtymään helposti myös ulos kuluttamatta siirtymiseen liikaa aikaa. Esimerkiksi koululuokka tai vastaava tila olisi hyvä, jossa olisi tuoleja kaikille osallistujille tarpeeksi. Kerhokerta kestää noin yhden tunnin.

### 7.2 Kerhon teoreettinen perustelu

Kuten tietoperustassa on jo tullut ilmi, syrjäytymiseen on liitettävissä sosiaalisten taitojen puute sekä heikko itsetunto (Paavola & Talib 2010, 69; Pölkki 2001, 129). Ohjauskansiota suunniteltaessa olemme pyrkineet ottamaan erityisesti nämä seikat huomioon. Kauppila (2006, 129, 145) toteaa sosiaalisten taitojen olevan yhteydessä itsetuntoon ja itseluottamukseen. Siksi hän toteaa sosiaalisten taitojen harjoittamisen olevan erityisen tärkeää syrjäytyneille. Ohjauskansiossa keskitymme tukemaan lasten sosiaalisia taitoja ja kohentamaan itsetuntoa, koska Paavolan ja Talibin (2010, 69) mukaan syrjäytyminen on usein liitettävissä näiden taitojen heikkouteen.



Kuvio 2. Ohjauskansion teemat ja tavoitteet

Teimme ohjauskansiosta kaavion (kuviokuva 2) havainnollistamaan ohjauskansion rakennetta. Ohjauskansiosta liikutaan alaspäin seuraavalle tasolle, jossa toiminnan yleisinä tavoitteina ovat sosiaaliset taidot ja itsetunto. Näiden kahden tavoitteen alle olemme suunnitelleet kahdeksan, myöhemmin avattavaa, tavoitteellista toimintakertaa. Toimintakerrat on nimetty käsiteltävien teemojen mukaisesti alkaen tutustumisesta päättyen ryhmän lopetuskertaan. Jokaisesta toimintakerran alle on määriteltävä sen tavoite, joka on perusteltu myöhemmin tekstissä.

Karvosen (2000, 126–128) ja Zimmerin (2001, 28–29) mukaan lapsille tärkeiden sosiaalisten taitojen ja toimintojen omaksuminen käsittää niin laajan kokonaisuuden, ettei niitä ole mahdollista oppia muuten kuin pitkäjänteisellä, ja lasten tapauksessa erityisesti leikki- ja liikuntasisältöisellä työskentelyllä. Tämän vuoksi ohjauskansiossamme on kahdeksan kerhokertaa, joihin olemme suunnitelleet saman teeman mukaisia kertoja peräkkäin, jotta lapsille jää aikaa käsitellä kerhokerran sisältöä myös kerhon ulkopuolella.

### 7.3 Kyseisen kohderyhmän lapset

Keski-Uudenmaan Mielenterveysseuran toiveena oli kasata kansio alakouluikäisille lapsille, joten olemme työssämme pyrkineet valitsemaan toimintoja, jotka tukevat 7-12 -vuotiaiden sosiaalista kehitystä. Kehityspsykologi

Jean Piaget'n (1988) mukaan lapsen sosiaalinen, henkinen ja fyysinen kehitys etenevät yhdenmukaisesti kehitystasolta toiselle, eikä lapsi voi käsitellä kehitystasoonsa nähden liian monimutkaisia asioita.

Piaget'n mukaan (1988, 63–64, 81) 7-12-vuotiaiden ikäkaudelle on tyypillistä yhdessä toimimisen järjestäytyneisyys. Lapsi ei enää katso asioita vain itsekeskeisestä näkökulmasta, vaan osaa nähdä myös toisten näkökannat ja yhdistää ne. Tästä esimerkkinä ovat lasten pelien ja leikkien yhteiset säännöt, joihin kaikki leikkijät sitoutuvat. Nuoremmilla lapsilla yhteisiä sääntöjä ei leikeissä yleensä ole, vaan on joukko lasten omia yksilöllisiä sääntöjä, joiden mukaan he leikkivät yksilöllisesti. Tämän ikäiset lapset osaavat jo mielessään asettautua toisen lapsen asemaan ja osaavat kunnioittaa toisia yhdenvertaisina. Tämä on tärkeää juuri sosiaalisten suhteiden kehityksen kannalta.

Muutenkin olemme valinneet toiminnot lasten kehitystason mukaisesti. Pyrimme siis valitsemaan leikit mahdollisimman monipuolisiksi palvelemaan lapsiryhmää, jotta jokainen lapsi voisi löytää itsestään kykyjä suoriutua toiminnoista onnistuneesti. Myös pelokkaiden, arkojen ja ujojen lasten on erityisen tärkeää saada tämä onnistumisen kokemus. Tilanteet, joissa tapahtuu toisen huomioimista, suvaitsemista, toisen auttamista sekä ongelmien selvittämistä yhdessä, ovat lapsen sosiaalisen kehityksen kannalta tärkeitä. Onnistuminen ja toiminnoista suoriutuminen kohottaa lapsen itsetuntoa ja luottamusta omiin taitoihin. Erilaisissa toiminnoissa yksilöllinen suoriutuminen osoittaa lapsille, että jokainen voi onnistua eri leikeissä eri tavalla. Tätä kautta on mahdollista havainnollistaa lapsille, että jokaisella on erilaisia taitoja, joka johtaa suvaitsevaisuuteen ja erilaisuuden sietämiseen. Minäkuvan kehittymisen kannalta on myös tärkeää, ettei lasta pakoteta toimintoihin mukaan vaan odotetaan, kunnes lapsi itse kokee olevansa valmis suoritukseen. (Zimmer 2001, 25–26, 81, 83.)

Orlickin mukaan yhdessä toimiessaan lasten tulisi nauttia hauskoista hetkistä pelkäämättä epäonnistumista tai ryhmästä hylkäämistä. Myös Cantell toteaa, että ryhmän ilmapiirin tulisi olla hyväksyvä, mikä sallii turvallisen epäonnistumisen ilman pelkoa ryhmän ulkopuolelle jäämisestä. Toiminta, joka ei aseta ryhmäläisiä kilpailemaan keskenään, ei leimaa ketään häviäjäksi ja näin antaa tilaa epäonnistumisille. Tällainen asetelma mahdollistaa itsetunnon vahvistumisen,

koska ei ole erikseen voittajia tai häviäjiä vaan yhdessä tapahtuvaa toimintaa. (Cantell 2010, 141; Orlick 1981, 7, 13.) Tämän vuoksi vältämme ohjauskansiossamme toimintoja, jotka johtavat kilpailutilanteeseen.

Kansiossa olevien erilaisten ryhmätöiden tavoitteena on yhteistyö, jonka tuloksen saavuttamiseen vaaditaan kaikkien ryhmäläisten panostusta. Ryhmä on muodostettava sen kokoiseksi, että kaikki pääsevät osallistumaan päätöksentekoon ja toimintaan. Tunne siitä, että on tärkeä osa ryhmää ja sen toimintaa, kohottaa lapsen itsetuntoa. (Vehkalahti 2007, 28.)

Lapselle lapsuudessa koettu ryhmään kuulumisen tai kuulumattomuuden tunne voi olla tärkein ja merkittävin kokemus koko lapsuuden aikana. Tämä osallisuuden tunne toteutuu silloin, kun lapsi kokee olevansa merkittävä osa ryhmää ja saa vaikuttaa ryhmän toimintaan. Tässä on tärkeää, että jokainen kokee olevansa merkityksellinen juuri omana itsenään ja omine mielipiteineen. Tätä osallisuutta voidaan harjoitella erilaisissa ryhmätilanteissa, joissa tehdään koko ryhmää koskevia päätöksiä esimerkiksi sääntöjen luomisessa, hankintojen tekemisessä tai muussa vastaavassa tilanteessa. (Piiroinen 2007, 7.)

#### 7.4 Ohjaajan merkitys

Ohjauskansion käyttämisessä korostamme, että ohjaajan on muistettava huomioida lapsi yksilönä eri tilanteissa. Esimerkiksi ohjaajan tehtävänä on varmistaa, ettei kukaan jää tahtomattaan toiminnan ulkopuolelle, muttei myöskään tule pakotetuksi toimintaan. Syrjäytymisvaarassa oleva, mahdollisesti koulukiusattu lapsi on varmasti usein joutunut ryhmän ulkopuolelle ja Salmivallin (2003, 14) mukaan tällainen toiminta on epäsuoraa kiusaamista, joka on ehdottomasti toiminnan tavoitteiden vastaista ja lapsen osallistamisen turmio. Tavoitteellisen toiminnan onnistumisen kannalta korostuu siis vahvasti myös ohjaajan merkitys. Ohjaajan ei pidä unohtaa lapsen myönteistä kannustamista ja kehumista kertojen edetessä, vaan pyrittävä aina antamaan palautetta ja kannustusta oikeissa tilanteissa. Saatu myönteinen palaute rohkaisee ja kannustaa lasta toimimaan toivotulla tavalla ja kehittämään ideoita ja toimintoja lisää. (Furman 2012, 14-15; Solatie 2009, 45.)

Ohjaajan merkitys positiivisen omanarvontunnon tukijana on tärkeä. Lapselle pyritään välittämään tunne siitä, että häneen ja hänen kykyihinsä luotetaan, joten ohjaajan tulisi välttää lasten välistä vertailua. Kun aikuinen on ohjaamassa ja tukemassa lasta myönteisellä tavalla, edistetään lapsen itsetunnon ja itseluottamuksen kehittymistä. (Zimmer 2001, 25–26.)

Ohjaajan tulee myös tukea erityisesti lasten osallisuutta ryhmässä, tarkoittaen sitä että lapselle annetaan eri tilanteissa vaikuttamisen mahdollisuuksia ja korostetaan sitä, että omilla mielipiteillä on merkitystä. Erilaiset taidot esimerkiksi vuorovaikutus-, ongelmanratkaisu- ja päätöksentekotaidot tulisi ryhmän myötä vahvistua, jotta lapsista kasvaa tasa-arvoisia ja itsevarmoja aktiivisia kansalaisia. (Piironen 2007, 10.) Ohjaajan tehtävänä on tukea omalla toiminnallaan ja ohjauksiansion menetelmiä soveltaen näiden taitojen kehittymistä.

Tärkein ohjaajan tehtävä tällaisessa syrjäytymistä ennaltaehkäisevässä toiminnassa on kuuntelemisen ja ymmärtämisen taito. Lapsen osallistaminen on mahdollista vain, jos hän kokee tulevansa kuulluksi ja ymmärretyksi. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, etteivät aikuiset ole päättäneet kaikkea valmiiksi vaan antavat lapsille myös vaikuttamismahdollisuuden. Aikuisen on siis luotettava lasten kykyihin toimia ja osallistua. (Piironen 2007, 10.) Ohjauksiansiossa on annettu kertojen teemat ja teeman alle on kasattu vaihtoehtoja eri toiminnoista. Ohjaaja voi lisätä tätä osallisuuden tunnetta antamalla lapsille erilaisia vaihtoehtoja, mitä he haluavat tehdä vaihtoehtoista tai vastaavasti he voivat ehdottaa omia ideoitaan. Ohjaajan tulee kuitenkin välttää antamasta liikaa vastuuta lapselle, koska se voi aiheuttaa negatiivisia tunteita lapselle, mutta oman kehitystason mukaiset haasteet ovat lapsen itsetunnolle hyödyksi.

## 7.5 Koiran merkitys

Koiran ja lapsen kohdatessa, lapsen on pakko rauhoittua ja keskittyä kyseiseen hetkeen ja näin luonnollisesti tavanomaiset huolenaiheet unohtuvat taka-alalle (Tyler 1994, Yli-Viikarin, Liljan, Heikkilän, Kirveennummen, Kivisen, Partasen, Rantamäki-Lahtisen & Soinin 2009, 21 mukaan). Koiran tehtävänä on auttaa lasta olemaan oma itsensä ja unohtamaan huolet, esimerkiksi ongelmat kotona tai kiusaaminen koulussa. Erityisesti lasten on helppo samaistua eläimiin. Tämä

auttaa uusien näkökulmien saamisessa ja voi näin helpottaa ongelmien ratkaisua (Dyer 2000, Yli-Viikari, ym. 2009, 22 mukaan). Ryhmässä käydään läpi koiran kautta sellaisia asioita, jotka voisivat pelkän puheen avulla olla vaikeita ymmärtää ja raskaita käsitellä. Esimerkiksi uusien ihmisten kohtaamista harjoitellaan koiran kautta, tunteita pohditaan koiran eleiden kautta sekä kehuaan lasta koiran kanssa onnistuneesta kanssakäymisestä. Koiran käyttö ryhmässä on mahdollista juuri sovellettavissa olevien toimintojen takia (Höök 2010, 43).

Usein sosiaaliseen kanssakäymiseen toisten ihmisten kanssa liittyy epävarmuutta ja hermostuneisuutta. Koira toimii hyvänä välikappaleena, joka helpottaa keskusteluyhteyden luomisesta ja luo hyvät edellytykset ihmisten välisten suhteiden muodostamiselle. Eläimen avulla on luonnollista opetella ottamaan vastuuta ja opetella empatian tuntemista ihmisten kesken. (Höök 2010, 36.) Koiran läsnäolossa on siis paljon hyviä puolia ryhmäläisten tarpeita ajatellen.

Työskentely on sen harrastelijamaisuuden perusteella eläinavusteista toimintaa (Animal assisted activity), mutta sisällöltään sitä voisi kutsua osittain myös eläinavusteiseksi terapiaksi (Animal assisted therapy). Eläinavusteinen toiminta voi olla vapaaehtoisten tekemää toimintaa ja koiran kautta hyvinvointia hakevaa toimintaa. Eläinavusteinen terapia taas on ammattilaisen suunnittelemaa ja järjestämää toimintaa, jossa pyritään pääsemään tiettyyn lopputulokseen. (Ikäheimo 2013, 10–11.) Ohjauskansiomme on läpileikkaus molemmista toimintamalleista kevennetysti. Vapaaehtoiset tukikoirakot toteuttavat sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden suunnittelemaa tavoitteellista toimintaa avuntarpeessa oleville lapsille. Sanaa ”terapia” emme kuitenkaan käytä toimintamallistamme, koska siihen on olemassa omat koulutuksensa, joista kirjoitimme jo aikaisemmin. Kansiomme tavoitteellisuudessa on kyllä jotain samantyyppisiä elementtejä kuin eläinavusteisessa terapiassa. Toiminta on enemmän eläinavusteista toimintaa ja näin sen tavoitteellisuudesta ei myöskään tule taakka vapaaehtoisille tukikoirakoille. Ohjauskansiossa koiran käyttöä ei ole tarkasti määritelty joka kohdassa, koska ohjaaja soveltaa menetelmiä oman koiransa mukaisesti ja käyttää koira parhaaksi katsomallaan tavallaan.

## 7.6 Koira kaveriksi- kerhon toimintakertojen perustelut teemoittain

Ohjauksansion sisältö on kasattu erityisesti silmällä pitäen syrjäytymisvaarassa olevien lasten tukitarpeita, mutta kansio on myös sovellettavissa muille lapsiryhmille. Ohjaajan tulee käyttää menetelmiä painottaen kyseiselle lapsiryhmälle tärkeitä asioita.

Seuraavassa esittelemme jokaisten teemojen tavoitteita.

### Ohjaukset 1 & 2: Tutustuminen & Tutustuminen 2

Kahden ensimmäisen kerran tavoitteena on tutustua ryhmäläisiin erilaisten leikkien avulla sekä saada kaikki tuntemaan olonsa hyväksytyksi ja tervetulleeksi ryhmään.

Jotta lapsi voi osallistua ryhmään luottavaisin mielin alusta alkaen, on ohjaajan rooli lapsen saapuessa paikalle tärkeä. Usein ensimmäisen kerran tavatessa mukana on toinen aikuinen, esimerkiksi vanhempi, joka tuo lasta ryhmään. Lapsi jää helposti aikuisen varjoon, jos vanhemmalla on jotain kysyttävää tai kerrottavaa ohjaajalle. Tässä kohtaa on erityisen tärkeää, varsinkin aran lapsen kohdalla, huomioida häntä katseella ja puheella henkilökohtaisesti. Henkilökohtainen huomio on tärkeää myös myöhemmillä kerhokerroilla lapsen itsetunnon kehityksen kannalta. (Vehkalahti 2007, 12.) Koiran ollessa mukana ryhmässä lapsi kokee varmasti itsensä tervetulleeksi ja huomioiduksi, sillä koiran kanssa kohtaaminen on aina aitoa ja henkilökohtaista. Tarkoituksena on, että jokainen, joko spontaanisti tai järjestetysti, saa aina oman hetken koiran kanssa.

Ensimmäisillä kokoontumiskerroilla ja niiden onnistumisella on olennainen merkitys ensivaikutelmaan, joka ryhmäläisille jää. Ensivaikutelmalla ja ensimmäisellä kohtaamisella voidaan lisätä osallistujien innokkuutta ja motivaatiota tai toisaalta pettää odotukset ja säikäyttää ryhmäläiset. Ensimmäisten kertojen käyttäytyminen on jokaisella hieman epävarmaa ja varovaista, koska haetaan omaa paikkaa ryhmässä. Samalla tunnustellaan riitänkö ja hyväksytäänkö minut sellaisena kuin olen osaksi ryhmää. Turvallisen ja luottamuksellisen ilmapiiriin luomiseksi on tärkeää tutustua kunnolla toisiinsa ja varata tähän riittävästi aikaa. Toimivassa ryhmässä osallistujat tuntevat itsensä tervetulleeksi,

vapautuneeksi ja uskaltavat kommunikoida toistensa kanssa. (Toivakka & Maasola 2011, 52)

Tutustumisleikkien tarkoituksena on oppia toisten ryhmäläisten nimet sekä poistaa turhaa jäykkyyttä ja varauksellisuutta. Tutustumisleikit mahdollistavat myös myönteisen ilmapiirin luomisen, kun ryhmä kokoontuu ensimmäisiä kertoja. (Aulio 1996, 31.)

Ryhmässämme tutustumisleikkejä on kolme erilaista, joista ohjaaja voi valita sopivimmat tai tehdä ajan riittäessä vaikka kaikki harjoitteet. Tärkeää on tehdä tehtävät rauhassa ja perusteellisesti niin, että kaikki oppivat toistensa nimet ja pääsevät ääneen, koiran toimiessa taustalla tukena ja turvana.

Tutustumisleikkien jälkeen sovitaan ryhmän sääntöjä. Vehkalahti (2007, 20) tosin kirjoittaa, ettei sääntöjä kannattaisi luoda ensimmäisellä kerralla, koska niiden luominen vaatii turvallisen ja luottamuksellisen ilmapiiriin. Koiran läsnäolon takia on kuitenkin pakollista sopia tärkeimpiä asioita lasten kanssa, mutta sääntöihin on hyvä palata ryhmän kehityksen myöhemmässä vaiheessa seuraavillakin kokoontumiskerroilla.

Sääntöjen luominen yhdessä ennemmin tai myöhemmin on tärkeää niin lasten kuin koirankin kannalta. Prepulan (2012, 16) mukaan tukikoirakkotoiminnassa koiran hyvinvointi ja tarpeet ovat tärkeimpiä, sillä vain hyvinvoiva koira toimii luotettavasti niin, että kaikkien fyysinen ja psyykinen turvallisuus voidaan taata. On myös eettisesti tärkeää, että koira nauttii toimintaan osallistumisesta.

Vehkalahti (2007, 19–20) perustelee yhdessä lasten kanssa luotuja sääntöjä sillä, että niitä kunnioitetaan enemmän kuin aikuisten yksin laatimia sääntöjä. Lasten kanssa tehdyt säännöt ovat yhteisesti perusteltuja ja kaikki sitoutuvat noudattamaan niitä, eivätkä näin luodut säännöt aiheuta myöskään vastakkainasettelua lasten ja aikuisten välillä. Gordon (2006, 334) kirjoittaa kirjassaan, että aikuisen yksin tekemien sääntöjen valvomiseen ja niiden rikkomisesta tuleviin rangaistuksiin kuluu tehokkaasta työajasta 50–60 prosenttia. Thomas Gordon on luonut tämän taistelun poistamiseksi menetelmän, jossa säännöt tehdään yhdessä lasten kanssa. Näin jokainen osapuoli tulee kuulluksi ja on tyytyväinen yhteisiin sopimuksiin. Sääntöjen luomisen lisäksi on tarkoitus

näyttää lapsille, että sääntöjä todella tarvitaan ryhmän toimintaan. Ryhmä on sen kaikkia jäseniä varten ja jokaista täytyy kunnioittaa ryhmässä, mukaan luettuna ohjaaja ja tässä tapauksessa myös koira.

Gordonin (2006, 336- 338) menetelmän mukaisesti kerhossa luodaan lasten kanssa lista tilanteista, joissa sääntöjä tarvitaan. Kun lista on saatu alkuun, aletaan keksiä ongelmatilanteisiin sopivia sääntöjä. Ohjaaja muistaa välillä varmistaa, että kaikki ovat samaa mieltä sovitusta säännöstä ja mainitsee vielä lopuksi, että kaikkia sääntöjä voidaan muokata tarvittaessa myöhemmin. Sääntöjä luodessa ohjaajan täytyy kuunnella aktiivisesti ehdotuksia, pitää keskustelu asiassa, ehdottaa myös itse sääntöjä sekä välttää ideoiden positiivista ja negatiivista arviointia, jottei johdattele lapsia liikaa. Tällaisesta sääntöjenlaatumistilanteesta on Gordonin mukaan hyötyä muuhunkin kuin pelkkään sääntöjen parempaan noudattamiseen. Näin esimerkiksi lapset rohkaistuvat luovaan ajatteluun ja oppivat mitä demokratia tarkoittaa konkreettisesti. Tällä tavalla opettaja myös osallistaa lapsia ja osoittaa, että ohjaajakin on inhimillinen eikä vain se korkein auktoriteetti, jota on pakko totella. Tärkeimpänä hyötynä sääntöjen luomisessa on se, että niillä vältetään monia epätoivottuja tilanteita ja huonoa käyttäytymistä.

Sääntöjen yhteisessä sopimisessa korostuu myös osallisuuden tunne, kun jokainen ryhmän jäsen otetaan niitä suunniteltaessa huomioon. Näin jokaiselle tulee kokemus siitä että on merkittävä jäsen ryhmän päätöksen teossa. (Piiroinen 2007, 8-9.)

#### Ohjauskerta 3 & 4: Minä ja muut & Minä ja muut 2

Näiden kerhokertojen tavoitteena on vieraaseen ihmiseen ja koiraan kontaktin ottaminen ja tutustuminen harjoitteiden avulla. Ikäheimo (2013, 6) kertoo koiran vaikuttavan omistajan tai ulkoiluttajan sosiaalisiin suhteisiin välittömästi, sillä koiran kanssa ulkoillessa ei voi välttyä kohtaamisilta muiden koiranomistajien, koirien tai niiden rapsuttelijoiden kanssa. Ikäheimo sanoo muutamassa kuukaudessa tutustuneensa enemmän lähialueen naapureihin koiran kanssa ulkoillessaan kuin kymmenessä vuodessa ilman koiraa.

Kerholaisten sosiaalisista taidoista riippuen rohkaistaan ujojakin lapsia osallistumaan. Osallistamisen yksi periaate on, että ujut ja syrjäänvetäytyvät lapset

uskaltavat ottaa kontaktia muihin ja aktivoitua (Hyppönen & Linnossuo 2002, 12). Harjoitusten ideana on saada myönteisiä kokemuksia kohtaamisista, rohkaista näin lapsia kohtaamaan ja mahdollisesti tutustumaan uusiin ihmisiin sekä koiriin myös kerhon ulkopuolella. Kuten tietoperustassa jo mainittiin, on syrjäytymisvaarassa olevien lasten vuorovaikutustaidot usein heikot. Siksi on tärkeää opetella ihmisten kohtaamista ja tärkeitä periaatteita, kuinka koiraa saa lähestyä ja mitä siinä tulee ottaa huomioon.

Toisen ohjauksen tavoitteena on viedä ensimmäisellä kerralla harjoitellut asiat käytäntöön ja päästä myös vapaasti leikkimään koirien kanssa ulkoilmasta nauttien.

Koira mahdollistaa lasten vapautumisen leikkiin. Koira antaa luvan hullutella niin, ettei leikittäjä koe itseään nolatuksi. Tällainen leikki tekee hyvää ihmiselle, myös aikuisiässä. (Vartiovaara 2006.) Tämä on yksi tärkeä itseluottamuksen kohoamiseen johtava tekijä ja siksi vapaita leikkihetkiä tulisi järjestää jokaisella kerhokerralla.

#### Ohjaukset 5 & 6: Olen hyvä! & Olen hyvä! 2

Näiden kahden kerhokerran tavoitteet eroavat menetelmiltään hieman toisistaan. Ensimmäisellä kerralla pyritään kohentamaan lasten itsetuntoa Olen hyvä-aiheisen kuvakollaasin kokoamisella. Samaan aikaan lapset käyvät vuorotellen kokeilemassa koiran kanssa erilaisia temppuja ohjaajan opastuksella. Temppujen onnistumisesta lapsi saa onnistumisen kokemuksen, joka vaikuttaa itsetuntoon.

"Vahvaan itsetuntoon ei tarvita huikeita saavutuksia vaan pieniä päivittäisiä tekoja, jotka näyttävät lapselle, että hän pärjää tässä maailmassa" (Solatie 2009, 100).

Solatie (2009, 100–101) mukaan luovilla menetelmillä, kuten tässä tapauksessa kuvakollaasin luomisella, vahvistetaan lapsen itsetuntoa ja kehitetään mielikuvitustaitoja.

Toisen Olen hyvä! -kerran tavoitteena on uusiin harrastuksiin tutustuminen ja niihin innostaminen ja opastaminen. Näin pyritään ennaltaehkäisemään syrjäytymistä löytämällä lapsille mahdollisesti uusia harrastuksia kerhon

ulkopuolelle. Harrastukset ja niiden sisältämät toiminnot mahdollistavat myönteisten kokemusten saamisen, joka tukee ja vahvistaa itsetuntoa ja kehittää sosiaalisia taitoja ehkäisten näin syrjäytymistä (Tuomisto 2001, 68).

#### Ohjauskerta 7: Sinä olet hyvä

Tämän kerhokerran tavoitteena on opetella palautteen antamista ja sen vastaanottamista ja kohottaa itsetuntoa näillä keinoilla. Lapsen kehuminen ja kannustaminen on tärkeää, koska se vahvistaa lapsen uskoa omaan itseensä. Kehuminen on myös tehokkain positiivinen palaute, jonka lapsi voi aikuiselta tai toiselta lapselta saada. Kehuminen ja kannustaminen toimivat hyvänä keinona toivotun käytöksen edistäjänä ja vahvistajana. Kehumisen ja kannustamisen onnistuminen edellyttää aikuiselta aktiivista ja monipuolista palautteen antamista, jotta se palvelee lasta parhaalla mahdollisella itsetuntoa edesauttavalla tavalla. (Furman 2012, 14–15.)

Joo! – leikin valinta lisää myönteistä ja hyväksyvää ilmapiiriä helpottaen yhteistä viimeisen kerran suunnittelua. Suunnittelussa ohjaajan on tärkeä kuunnella lasten ajatuksia ja ideoita viimeisen kerran toteutuksen suhteen. Ohjaajan rooli on kehua ja kannustaa lapsien ideoita, jotta he rohkaistuvat ja innostuvat kehittämään ajatuksiaan vielä enemmän. Lapselle ja hänen ideoilleen annettu tuki, kannustus ja myönteinen palaute kehittävät myös lapsen itsetuntoa. Ohjaajan pienikin rohkaisu tukee lapsen innostusta ja voi viedä ajattelun kehittämistä eteenpäin. Lapsen ajatuksille ja ideoille pitää antaa tilaa, vaikka ohjaaja joutuisi oman mukavuusalueen ulkopuolelle. (Solatie 2009, 45–48.)

Suunnittelussa yhtenä vaihtoehtona oli käyttää apuna Aivorihi -menetelmää, jossa lasten tulee pienissä ryhmissä keksiä ja kirjoittaa ylös mahdollisimman monta ehdotusta viimeisen kerran toiminnasta. Ohjaajan tulee korostaa, että ehdotukset voivat olla mitä vain ja niistä vasta aloitetaan kasaamaan lopullista suunnitelmaa. Lopuksi valitaan yhdessä muutama toteutettavissa oleva vaihtoehto, joista äänestetään. Tällaisessa suunnittelussa on kyse osallistavasta toiminnasta, jossa tuetaan lasten itsetuntoa ja arvokkuuden tunnetta. (Piironen 2007, 12.)

Ohjaajan tulee kuitenkin pitää mielessä toteuttamismahdollisuuksien rajat taloudellisesti. Suunnittelemisessa voidaan myös sopia mahdollisesti tarpeen vaatiessa pidemmästä kerhokerrasta tai muusta vastaavasta erityisasiasta.

#### Ohjauskerta 8: Lopetuskerta

Tämän kerran tavoitteena on päättää ryhmä positiivisessa hengessä ja tarkastella kaverisuhteiden jatkumista kerhon jälkeen.

Ryhmän lopetuksessa on tärkeää antaa lasten näyttää tunteensa ja käsitellä ryhmän loppumiseen liittyviä tunteita, koska ryhmästä on tullut tärkeä osa ryhmäläisten elämää. Ryhmän lopettamisleikkien ja yhteisen mukavan tekemisen tarkoitus on helpottaa ryhmästä luopumista mahdollisesti saavutetun tavoitteen jälkeen.

(Kataja, Jaakkola & Liukkonen 2011, 26.)

## 8 POHDINTA

Lasten ja nuorten syrjäytymisen ennaltaehkäisy on tällä hetkellä yhteiskuntaa paljon puhuttava aihe. Kiristyneessä taloustilanteessa olisi erityisen tärkeää panostaa juuri ennaltaehkäisevään työhön, koska ongelmien ennaltaehkäisy on yhteiskunnalle halvempaa kuin ongelmien korjaaminen jälkeenpäin. Työn alussa esiin tuomassamme hallituksen kehittämissuunnitelmassa tähdätään juuri lasten ja nuorten syrjäytymisen ennaltaehkäisyyn. Julkinen sektori ei kuitenkaan pysty yksin toteuttamaan kaikkia tarvittavia palveluita tämän tavoitteen saavuttamiseksi. Nykypäivänä kolmas sektori joutuu yhä enemmän hoitamaan näiden palvelujen toteuttamisen julkisen sektorin painostuksen alla. Kolmannen sektorin resurssit eivät kuitenkaan täysin riitä vastaamaan tähän tarpeeseen, koska toiminta on usein riippuvaista vapaaehtoisten määrästä ja heidän sitoutumisestaan toimintaan. Halusimme opinnäytetyöllämme olla mukana kehittämässä Keski-Uudenmaan Mielenterveysseuran tukikoirakkotoimintaa uuteen suuntaan. Teimme sen kokoamalla ohjauskansion lasten syrjäytymistä ehkäisevän ryhmätoiminnan tueksi, jossa tavoitteena on sosiaalisten taitojen kehittäminen ja itsetunnon vahvistaminen.

Opinnäytetyön alussa asettamamme tavoite täyttyi ohjauskansion valmistuttua Keski-Uudenmaan Mielenterveysseuran tukikoirakoiden käyttöön. Mielestämme myös opinnäytetyömme tarkoitus, eli eläinavusteisen toiminnan kehittäminen sosiaalialan näkökulmasta täyttyi, koska tietääksemme vastaavaa toimintaa ei tässä muodossa tälle kohderyhmälle ole aikaisemmin toteutettu mielenterveystyön saralla.

Opinnäytetyön tekemisessä koimme haastavaksi aikataulujen yhteensovittamisen, koska elämme kaikki hyvin erilaista elämäntilannetta. Aikataulu- ja välimatkahaasteista huolimatta pystyimme kuitenkin tekemään työtä yhdessä Skypen-välityksellä. Työskentelyn kautta olemme oppineet joustavuutta, mutta myös määrätietoista työtettä. Opinnäytetyöprosessi on kehittänyt ryhmätyöskentelytaitojamme. Kirjoittaminen ja työn jäsenteleminen on myös helpottunut työn edetessä. Omatessamme erilaisia tiedonhakukäytäntöjä, lähdeaineistosta tuli kirjava ja monipuolinen. Syventyäksemme aiheeseen

tarkemmin toimeksiantajamme mahdollisti meidän osallistumisen myös tukikoirakokoulutukseen.

Toimeksiantajamme oli aktiivisesti viemässä opinnäytetyötämme eteenpäin. Heillä olisi ollut tarvetta jopa useampaan opinnäytetyöhön erilaisissa projekteissa, mutta jouduimme ammattikorkeakoulun opinnäytetyön laajuutta koskevien kriteerien takia keskittymään vain tähän projektiin.

Haastavaksi osoittautui löytää, mikä oli tähän kohderyhmään sopivien teemojen ydin. Etsiessämme tietoa syrjäytymisestä eri tietolähteistä, havaitsimme itsetunnon ja sosiaalisten suhteiden merkittävyyden yhteyden syrjäytymisen ennaltaehkäisyssä. Siksi nostimme nämä teemat toiminnan keskeisiksi kehittämiskohteiksi. Pohdimme alusta asti työssä käytettäviä lähteitä ja niiden luotettavuutta tarkasti. Käytimme paljon pro gradu -tutkimuksia sekä eri alojen ammattilaisten tuottamaa kirjallisuutta ja artikkeleita.

Koiran tavoitteellista käyttöä suunniteltaessa jouduimme käyttämään omaa luovuuttamme, koska aiempaa kokemusta niiden käytöstä ei kirjallisuudesta juuri löytynyt samantyyppisessä toiminnassa. Sovelsimme itse toimintoja siten, että koiralla on monipuolinen rooli monessa toiminnassa, jotta lapset hyötyisivät mahdollisimman paljon koiran läsnäolosta. Emme kuitenkaan voineet määritellä ohjauskansioon tarkasti koiran käyttöä, koska ryhmäkertoihin osallistuvien koirien yksilölliset ominaisuudet ja taidot vaihtelevat.

Keski-Uudenmaan Mielenterveysseura ja tukikoirakot olivat tyytyväisiä saadessaan tavoitteiden mukaisen ohjauskansion. Kokonaisuudessaan he kokivat kansion vastaavan heidän tarpeisiinsa sisällöllisesti. Erityisen tyytyväinen toimeksiantaja oli siitä, että kansio oli myös sovellettavissa muiden ikäryhmien käyttöön. Heidän kokemustensa perusteella itsetunnon ja sosiaalisten taitojen tukeminen on tärkeää ihmisen kaikissa eri elämänvaiheissa. Tästä meille kumpusi ajatus jatkokehittämishankkeeseen, jossa toimintaa kohdennettaisiin vielä enemmän eri-ikäisten ihmisten itsetunnon ja sosiaalisten taitojen vahvistamiseen.

Tukikoirakot kokivat kansion selkeänä ja helppolukuisena käytön kannalta, sekä visuaalisesti miellyttävänä. Helena Prepula toi antamassaan palautteessa ilmi, että

opinnäytetyömme aihe on ajankohtainen ja ohjauskansio tärkeä työväline koiran kanssa tehtävässä hyvinvointityössä.

Katsoessamme opinnäytetyöprosessiamme taaksepäin, olemme edelleen innostuneita eläinavusteisen toiminnan käyttömahdollisuuksista omalla alallamme. Prosessi on ollut haastava, mutta opettavainen kokonaisuus. Olemme oppineet paljon asioita prosessin aikana tehtyjen virheiden kautta. Olisimme voineet välttää muutamia niistä tutustumalla jo alussa tarkemmin opinnäytetyön teoriaan ja kirjallisuuteen. Olemme kuitenkin oivaltaneet opinnäytetyöprosessin tarkoituksen ja tavoitteen ammatillisen kasvumme kannalta paremmin, koska olemme tehneet opinnäytetyön virheiden ja niistä oppimisen kautta.

Olemme opinnäytetyötä tehdessämme nähneet syrjäytymisen ja sen ennaltaehkäisyn olevan monisäikeinen ja laaja kokonaisuus. Syrjäytymisen vaikutukset ulottuvat laajasti eri elämän osa-alueille myös yhteiskunnallisesti. Syrjäytymisen ennaltaehkäisy on tärkeää ja sen toteuttaminen on helpompaa ja tehokkaampaa kuin ongelmien myöhempi korjaaminen. Törmäsimme opinnäytetyötä tehdessämme ilahduttavan moneen lasten ja nuorten syrjäytymistä ennaltaehkäisevään hankkeeseen, mutta valitettavan usein hankkeet kuivuvat kasaan hankerahoituksen loputtua. Koska tukikoirakkotoiminta on vapaaehtoisuuteen perustuvaa toimintaa, uskomme että työmme jää elämään ja löytää paikkansa tukikoirakoiden toiminnassa. Helena Prepulan kautta työllämme on mahdollisuus tulla myös yleisempään käyttöön tukikoirakkotoiminnan laajentuessa tulevaisuudessa mahdollisesti myös muihin alueellisiin mielenterveysseuroihin.

Työn vastatessa asettamiimme tavoitteisiin ja toimeksiantajan ollessa tyytyväinen tuotokseemme, voimme myös itse olla tyytyväisiä työn lopputulokseen. Toivomme, että näemme eläinavusteisen toiminnan lisääntyvän sosiaali- ja terveysalalla tulevaisuudessa.

## LÄHTEET

- Aho, S. & Laine, K. 1997. Minä ja muut. Kasvaminen sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Helsinki: Otava.
- Ahonen, T., Siiskonen, T. & Aro, T. (toim.). 2001. Sanat sekaisin? Kielelliset oppimisvaikeudet ja opetus kouluikässä. Opetus 2000. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Alfapartners. 2013. Ratkaisukeskeinen eläinavusteinen terapia – ja valmentajakoulutus. [viitattu 11.4.2014] Saatavissa: <http://www.alfapartners.net/9>
- Aulio, O. 1996. Suuri leikkikirja. 6. painos. Jyväskylä: Gummerus.
- Cantell, H. 2010. Ratkaiseva vuorovaikutus. Kasvatuksellisia kohtaamisia lasten kanssa. Opetus 2000. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Caprilli, S. & Messeri, A. 2006. Animal-Assisted Activity at A. Meyer Children's hospital. A pilot study. [viitattu 7.4.2014] Saatavissa: <http://www.hindawi.com/journals/ecam/2006/514528/abs/>
- EHJÄ ry. 2014. Ressu - koira-avusteinen lastensuojelun tukihenkilötoiminta 2013-2015. [viitattu 1.3.2014] Saatavissa: <http://www.ehja.fi/index2.php?pageid=11&aid=51&kieli=fi>
- Friis, L., Eirola, R. & Mannonen, M. 2004. Lasten ja nuorten mielenterveystyö. Helsinki: WSOY.
- Furman, B. 2012. Olen ylpeä sinusta! Ratkaisukeskeisiä keinoja vanhemmille ja muille lasten kasvattajille. Helsinki: Tammi.
- Gordon, T. 2006. Toimiva koulu. Helsinki: LK-kirjat.
- Green Care Finland. 2014. Mitä on Green Care? [viitattu 1.3.2014] Saatavissa: <http://www.gcf Finland.fi/MitaOnGreenCarePaavalikko?name=Menetelmat?parentName=MitaOnGreenCarePaavalikko&parentSubName=MitaOnGreenCarePaavalikko>
- Heimlich, K. 2001. Animal-Assisted Therapy and the Severely Disabled Child: Quantitative Study. Julkaisussa Journal of Rehabilitation. Vol. 67, Iss. 4 p. 48-54.

Saatavissa EBSCO Academic Search Elite -tietokannassa:

<http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=afh&AN=17485285&site=ehost-live>

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2001. Tutki ja kirjoita. 6.-7. painos. Helsinki: Tammi.

Huhtanen, K. 2007. Kun huoli herää. Varhainen puuttuminen koulussa. Opetus 2000. Jyväskylä: PS-kustannus.

Hyppönen, M. & Linnossuo, O. 2002. Zip, zap ja boing. Leikkejä ja muita toiminnallisia menetelmiä hoito-, kasvatusta- ja sosiaalialan koulutukseen ja työhön. Helsinki: Lasten keskus.

Höök, I. 2010. Hund på recept. Den professionella vårdhundens. Tukholma: Gothia.

IAHAIO. 2014. Mission. [viitattu 7.4.2014] Saatavissa:

<http://www.iahaio.org/new/index.php?display=missiongoals>

Ikäheimo, K. (toim.). 2013. Karvaterapiaa. Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Solutions Model House.

Jalovaara, E. 2005. Tunnetaidot tiedon rinnalle kasvatuksessa. Tampere: Pilot-Kustannus oy.

Jarasto, P. & Sinervo, N. 1998. Kouluikäisen lapsen maailma. Elämää varten. Jyväskylä: Gummerus.

Karvinen, K. 2007. Kouluviihtyvyys koiraluokissa fenomenologinen tapaustutkimus koiraluokkakokemuksista. Pro gradu-tutkielma. Hämeenlinna: Tampereen yliopisto, Kasvatustieteen tiedekunta, opettajankoulutuslaitos. [viitattu 1.11.2013] Saatavissa:

<http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/94399/gradu01720.pdf?sequence=1>

Karvonen, P. 2000. Hyppää pois! Lapsen motoriikan arviointi ja kehittäminen. Helsinki: Tammi.

Kataja, J., Jaakkola, T. & Liukkonen, J. 2011. Ryhmä liikkeelle! Toiminnallisia harjoituksia ryhmän kehittämiseksi. Taito. Jyväskylä: PS-kustannus.

Kauppila, R. 2006. Vuorovaikutus- ja sosiaaliset taidot. Vuorovaikutusopas opettajille ja opiskelijoille. 2. painos. Opetus 2000. Jyväskylä: PS-kustannus.

Kela. 2013. Avoterapiat. [viitattu 11.4.2014] Saatavissa:  
[http://www.kela.fi/vaikeavammaisten-laakinnallinen-kuntoutus\\_avoterapiat](http://www.kela.fi/vaikeavammaisten-laakinnallinen-kuntoutus_avoterapiat)

Keltikangas-Järvinen, L. 1998. Hyvä itsetunto. 8. painos. Helsinki: WSOY.

Keltikangas-Järvinen, L. 2010. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. Helsinki: WSOY.

Keski-Pohjanmaan aikuiskoulutus. 2014. GreenCareTaito –ohjaaja. [viitattu 11.4.2014] Saatavissa: <http://www.kpakk.fi/Koulutus.aspx?kid=6087>

Keski-Uudenmaan Mielenterveysseura ry. 2014. Tukikoiratoiminta. [viitattu 10.4.2014] Saatavissa: <http://www.kums.fi/tukikoiratoiminta>

Kirves, L. & Stoor-Grenner, M. 2010. Kiusaavatko pienetkin lapset? Osa Mannerheimin lastensuojeluliiton ja Folkhälsanin ”Kiusaamisen ennaltaehkäisy alle kouluikäisten lasten parissa”- hanketta. [viitattu 3.3.2014] Saatavissa:  
<http://mll-fi-bin.directo.fi/@Bin/9c53341df0a7525d6faaa114a86b7eaf/1393845312/application/pdf/12510731/Kiusaavatko%20pienetkin%20lapset.pdf>

Koirat kasvatusta- ja kuntoutustyössä ry. 2014. Kasvatus-kuntoutuskoiraksi. [viitattu 18.4.2014] Saatavissa: <http://www.kasvatus-kuntoutuskoirat.fi/jaseneksi/kasvatus-kuntoutuskoirakoksi/>

Kotrschal, K. & Ortbauer, B. 2003. Behavioral effects of the presence of a dog in a classroom. Julkaisussa Anthrozoös. Vol. 16, Iss. 2 p. 147-159. [viitattu 15.10.2013] Saatavissa: [http://mensch-tier-beziehung.univie.ac.at/fileadmin/user\\_upload/ag\\_menschtier/Publikationen/Kotrschal\\_and\\_Ortbauer\\_2003.pdf](http://mensch-tier-beziehung.univie.ac.at/fileadmin/user_upload/ag_menschtier/Publikationen/Kotrschal_and_Ortbauer_2003.pdf)

Kruger, K. & Serpell, J. 2006. Animal assisted interventions in mental health: definitions and theoretical foundations. [viitattu 7.4.2014] Saatavissa:

<http://research.vet.upenn.edu/Portals/36/media/Animal%20Assisted%20Interventions%20in%20Mental%20Health.pdf>

Laine, K. & Neitola, M. (toim.). 2002. Lasten syrjäytyminen päiväkodin vertaisryhmästä. Turku: Suomen kasvatustieteellinen seura.

Lastensuojelulaki 417/2007

Luomala-Toikkanen, K. 2008. ”On ihan erilaista olla luokassa, jossa on koiria”. Opinnäytetutkielma. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto, kasvatustieteiden laitos.

[viitattu 15.10.2013] Saatavissa:

[https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/18488/URN\\_NBN\\_fi\\_jyu-200802191183.pdf?sequence=1](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/18488/URN_NBN_fi_jyu-200802191183.pdf?sequence=1)

Lämsä, A-L. 2009. Tuhat tarinaa lasten ja nuorten syrjäytymisestä. Lasten ja nuorten syrjäytyminen sosiaalihuollon asiakirjojen valossa. Väitöskirjatutkimus. Oulu: Oulun yliopisto, kasvatustieteiden ja opettajain koulutus yksikkö. [viitattu 26.3.2014] Saatavissa:

<http://herkules oulu.fi/isbn9789514290213/isbn9789514290213.pdf>

Moilanen, I., Räsänen, E., Tamminen, T., Almqvist, F., Piha, J. & Kumpulainen, K. (toim.). 2004. Lasten- ja nuorisopsykiatria. 3. uudistettu painos. Helsinki: Duodecim.

Morrison, M. 2007. Health Benefits of Animal-Assisted Interventions. Julkaisussa Journal of Evidence-Based Complementary Alternative Medicine. Vol. 12, Iss. 1 p. 51-62. Saatavissa SAGE Journals tietokannassa:

<http://chp.sagepub.com/content/12/1/51.full.pdf+html>

Notkola, V., Pitkänen, S., Tuusa, M., Ala-Kauhaluoma, M., Harkko, J., Korkeamäki, J., Lehikoinen, T., Lehtoranta, P. & Puumalainen, J. 2013. Nuorten syrjäytyminen. Tietoa, toimintaa ja tuloksia? Eduskunnan tarkastusvaliokunnan julkaisu. Helsinki: Eduskunta.

Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2014. Avustukset lasten ja nuorten paikalliseen harrastustoimintaan. [viitattu 6.4.2014] Saatavissa:

[http://www.minedu.fi/OPM/Nuoriso/nuorisotyön\\_avustukset/avustukset\\_paikalliseen\\_harrastustoimintaan.html?lang=fi](http://www.minedu.fi/OPM/Nuoriso/nuorisotyön_avustukset/avustukset_paikalliseen_harrastustoimintaan.html?lang=fi)

Orlick, T. 1981. Kaikki mukaan leikkimään – yhteistoimintaleikkejä tarhaikäisille, koululaisille, vammaisille, terapiaryhmille. T-kirjat. Helsinki: Tammi.

Paavola, H. & Talib, M-T. 2010. Kulttuurinen moninaisuus päiväkodissa ja koulussa. Opetus 2000. Jyväskylä: PS-kustannus.

Penttinen, S. 2006. Kiusaaminen koulussa ja liikuntatunnilla kahdeksannen luokan oppilailla. Pro gradu-tutkielma. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto, Liikuntatieteiden laitos. [viitattu 13.11.2013] Saatavissa:

[https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/9620/URN\\_NBN\\_fi\\_jyu-200727.pdf?sequence=1](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/9620/URN_NBN_fi_jyu-200727.pdf?sequence=1)

Perusopetuslaki 628/1998

Piaget, J. 1988. Lapsi maailmansa rakentajana. Kuusi esseetä lapsen kehityksestä. Porvoo: WSOY.

Piiroinen, T. 2007. Ohjaajan opas lasten osallistavien ryhmien ohjaamiseen. Kuunnelkaa meitä. Lasten osallisuushanke 2006-2007. [viitattu 18.4.2014]

Saatavissa: [http://www.munvuoro.fi/cms/wp-content/uploads/Tiina\\_Piiroinen\\_Ohjaajan\\_opas\\_lasta\\_osallistavien\\_ryhmien\\_ohjaamiseen.pdf](http://www.munvuoro.fi/cms/wp-content/uploads/Tiina_Piiroinen_Ohjaajan_opas_lasta_osallistavien_ryhmien_ohjaamiseen.pdf)

Pollari, S. & Vatjus, T. 2007. Lasten näkökulmia osallisuuteen päiväkodin vertaisryhmässä. Pro gradu-tutkielma. Jyväskylän yliopisto: Varhaiskasvatuksen laitos. [viitattu 27.1.2014] Saatavissa:

[https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/18212/URN\\_NBN\\_fi\\_jyu-2007469.pdf?sequence=1](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/18212/URN_NBN_fi_jyu-2007469.pdf?sequence=1)

Prepula, H. 2012. Tukikoirakon peruskoulutus. Lohjan seudun

Mielenterveysseuran mallin mukainen tukikoirakoiden valinta ja peruskoulutus. [viitattu 16.9.2013] Saatavissa:

<http://www.lsmts.fi/Tukikoirakon%20peruskurssi.pdf>

Pölkki, P. 2001. Oppilaiden syrjäytysuhkien tunnistaminen ja ehkäisy peruskoulun haasteena. Teoksessa: Sauli, H. (toim.) & Järventie, I. 2001. Eriarvoinen lapsuus. Porvoo: WSOY. 125-146.

Reunanen, T. 2013. ”Koulutus on paras avain syrjäytymisen estämiseen”. Lasten ja nuorten syrjäytymistä koskevan tietämisen politiikka Opettaja-lehdessä. Pro gradu-tutkielma. Tampere: Tampereen yliopisto, Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö. [viitattu 27.3.2014] Saatavissa:

<http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/94851/GRADU-1389945080.pdf?sequence=1>

Ristolainen, H., Varjonen, S. & Vuori, J. 2013. Mitä tiedämme politiikkatoimien vaikuttavuudesta lasten ja nuorten syrjäytymisen sekä hyvinvointierojen vähentämisessä? Poliittikkatoimien vaikuttavuuden tieto- ja arviointikatsaus. Valtioneuvoston kanslian raporttisarja. Helsinki: Valtioneuvoston kanslia.

Salmi, M., Mäkelä, J., Perälä, M-L. & Kestilä, L. 2012. Lapsi kasvaa kunnassa – Miten kunta voi tukea lasten hyvinvointia ja vähentää syrjäytymisen riskejä. [viitattu 4.4.2014] Saatavissa:

[http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90826/URN\\_ISBN\\_978-952-245-690-8.pdf?sequence=1](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90826/URN_ISBN_978-952-245-690-8.pdf?sequence=1)

Salmivalli, C. 1998. Koulukiusaaminen ryhmäilmionä. Helsinki: Gaudeamus.

Salmivalli, C. 2003. Koulukiusaamiseen puuttuminen. Kohti tehokkaita toimintamalleja. Opetus 2000. Jyväskylä: PS-kustannus.

Salmivalli, C. 2010. Koulukiusaamiseen puuttuminen. Kohti tehokkaita toimintamalleja. 2. uudistettu painos. Opetus 2000. Jyväskylä: PS-kustannus.

Sams, M., Fortney, E. & Willenbring, S. 2006. Occupational Therapy Incorporating Animals for Children With Autism: A Pilot Investigation. Julkaisussa The American Journal of Occupational Therapy. Vol. 60, Iss. 3 p. 268-274. [viitattu 19.9.2013]. Saatavissa: <http://vardhundskolan.businesscatalyst.com/Sams.pdf>.

Sathy ry. 2012. Terapiakoira-toiminta. [viitattu 7.4.2014] Saatavissa: <http://www.sathy.fi/terapiakoira.html>

Solatie, J. 2009. Luova lapsi. Oivaltaa, oppii ja pärjää. Helsinki: Tammi.

Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallinen kehittämisohjelma KASTE 2012-2015. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.

[viitattu 30.09.2013] Saatavissa:

[http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=5197397&name=DLFE-18303.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=5197397&name=DLFE-18303.pdf)

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2014. Toimeentulotuki. [viitattu 4.4.2014]

Saatavissa: [http://www.stm.fi/toimeentulo/tuet\\_ja\\_etuudet/toimeentulotuki](http://www.stm.fi/toimeentulo/tuet_ja_etuudet/toimeentulotuki)

Sosped koira-koulutus. 2014. Sosiaalipedagoginen koiratoiminta – täydennyskoulutus. [viitattu 20.4.2014] Saatavissa:

<http://www.sosped.fi/koulutukset-2/sosped-koira-koulutus/>

Suomen Kennelliitto ry. 2013. Kaverikoiratoiminnan historiaa. [viitattu 31.1.2013] Saatavissa:

<http://www.kennelliitto.fi/FI/koira/kaverikoira/Kaverikhist.htm>

Suomen Mielenterveysseura. 2014. Mielenterveysseura. [viitattu 30.3.2014]

Saatavissa: <http://www.mielenterveysseura.fi/mielenterveysseura>

Suomen ratsastusterapeutit ry. 2013. Koulutus. [viitattu 11.4.2014] Saatavissa:

<http://www.suomenratsastusterapeutit.net/7>

Suomen Sveitsinpaimenkoirat ry. 2013. Hali-bernien historiaa. [viitattu 31.1.2013] Saatavissa: <http://sennenkoirat.net/site/hali-berni-historiaa>

Taskinen, S. 2001. ”Huono ennuste”. Mitä on lasten ja nuorten syrjäytyminen.

Stakes. Helsinki: Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus.

Terveydenhuoltolaki 1326/2010

Toikko, T. & Rantanen, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta.

Näkökulmia kehittämisprosessiin, osallistamiseen ja tiedontuotantoon. Tampere:

Tampere University Press.

Toivakka, S. & Maasola, M. 2011. Itsetunto kohdalleen! Harjoituksia itsetuntemuksen ja vuorovaikutustaitojen oppimiseen. Taito. Jyväskylä: PS-kustannus.

Tuomisto, P. 2001. Mielekästä tekemistä turvallisessa ympäristössä. Tasapuolisesti harrastus- ja toimintamahdollisuuksia. Teoksessa: Kohtaamispaikkana lapsuus. Vuoropuhelua lapsen maailmasta. Sulku, S. & Aromaa, J. (toim.) 2001. Helsinki: Edita. 68-71.

Ulmanen, M-L. 2006 ”Sydämeen sattuu” Koulukiusaaminen ja koettu terveys kansainvälisessä tarkastelussa 14-18 – vuotiaiden nuorten keskuudessa. Pro gradu-tutkielma. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto, Terveystieteiden laitos. [viitattu 3.3.2014] Saatavissa:  
[https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/12280/URN\\_NBN\\_fi\\_jyu-2006213.pdf?sequence=1](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/12280/URN_NBN_fi_jyu-2006213.pdf?sequence=1)

Vartiovaara, I. 2006. Lemmikkieläimet ja ihmisen terveys. [viitattu 20.4.2014] Saatavissa:  
[http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=onn00009](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=onn00009)

Vehkalahti, R. 2007. Kehu lapsi päivässä. Vinkkejä ja toimintatapoja lapsen itsetunnon tukemiseen. 3. painos. Helsinki: Lasten keskus.

Vidovic, V., Vlahovic Stetic, V. & Bratko, D. 1999. Pet ownership, Type of pet and socio-emotional development of school children. Julkaisussa Anthrozoös. Vol. 12, Iss. 4 p. 211-217. [viitattu 8.4.2014] Saatavissa:  
<http://www.petpartners.org/document.doc?id=24>

Viinamäki, H. 2005. Lemmikkieläinten merkitys autistisesti käyttäytyville lapsille. Pro gradu-tutkielma. Tampere: Tampereen yliopisto, Psykologian laitos. [viitattu 13.11.2013] Saatavissa:  
<http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/93123/gradu00832.pdf?sequence=1>

Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

YK:n yleissopimus lapsen oikeuksista. 2006. Helsinki: Suomen Unicef.

Yli-Viikari, A., Lilja, T., Heikkilä, K., Kirveennummi, A., Kivinen, T., Partanen, U., Rantamäki-Lahtinen, L. & Soini, K. 2009. Green Care. Terveyttä ja hyvinvointia maatilalta. Maa- ja elintarviketalous. Jokioinen: Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskus.

Zimmer, R. 2001. Liikuntakasvatuksen käsikirja. Didaktis-metodisia perusteita ja käytännön ideoita. Helsinki: LK-kirjat.

## LIITTEET

Liite 1 Ohjaukansio

# Koira Kaveriksi



Ohjauskansio  
Keski-Uudenmaan  
Mielenterveysseuran  
Tukikoirakoille

*Mitä ajattelet minusta  
sitä luulet minusta  
sinä olet sellainen minulle  
miten minut näet.*

*Usko kuitenkin  
että  
mitä teet minulle  
miten kuuntelet minua  
sellainen minusta tulee*

*(Palsio 1994)*

# Sisällys

Saatteeksi

Ohjauskerta 1: Tutustuminen

Ohjauskerta 2: Tutustuminen 2

Ohjauskerta 3: Minä ja muut

Ohjauskerta 4: Minä ja muut 2

Ohjauskerta 5: Olen hyvä!

Ohjauskerta 6: Olen hyvä! 2

Ohjauskerta 7: Sinä olet hyvä!

Ohjauskerta 8: Lopetus kerta

Loppusanat

Lähteitä

# SAATTEEKSI

Olemme luoneet tämän Koira kaveriksi - ohjauskansion käytettäväksi lapsiryhmien kanssa. Tämän kansion tavoitteena on lisätä lasten sosiaalisia taitoja ja tukea itsetunnon kehitystä, ennaltaehkäisten näin syrjäytymistä.

Kansiossa on kahdeksan suunniteltua toimintakertaa tavoitteineen. Jokainen kerta on suunniteltu rungoltaan mahdollisimman yksinkertaiseksi, eikä kertojen järjestäminen vaadi ohjaajalta enää suurta valmistelua. Ohjauskansiota on hyvä käyttää toiminnan tukena, mutta kerhokertoja voidaan kuitenkin soveltaa kyseistä lapsiryhmää paremmin palvelevaksi tutustussa ryhmään ja sen tarpeisiin.

Ohjauskansion menetelmillä pyritään saamaan jokaiselle lapselle onnistumisen kokemuksia. Lähtökohtana on, että jokainen lapsi nauttii kerhokerrasta ja näin voi unohtaa arjessa mahdollisesti tapahtuneet ikävät kokemukset, ja saa kerhosta näin uusia mukavia kokemuksia ja ystäviä. Kerhon tarkoituksena on myös konkreettisesti opetella sosiaalisia taitoja harjoittelemalla kohtaamistilanteita ja näin helpottaa uusien ystävien saamista. Koira toimii pehmentävänä elementtinä näiden tavoitteiden toteuttamisessa. Siksi onkin tärkeää, että lapset saavat myös vapaata leikkiaikaa koiran kanssa ja saavat näin rentoutua.

Ohjauskansion kuvat ovat Tiina Kohosen ottamia, ja niitä saa käyttää vain ohjauskansiossa.

Toivottavasti saat tämän ohjauskansion myötä antoisia, hauskoja ja mieleenpainuvia hetkiä lasten ja koirasi kanssa.

Ystävällisin terveisin

Meri Apiala, Hanna Hermunen & Tiina Kohonen

7.5.2014

# Tutustuminen

*Kerran tavoitteena on tutustua ryhmässä ja saada kaikki tuntemaan olonsa tervetulleeksi ja erityisen tärkeää on, että kaikki lapset pääset tutustumaan koiran/koirien kanssa. Ensimmäisellä kerralla luodaan myös ryhmän säännöt yhdessä lasten kanssa.*

Tarvikkeet: koirien kuvia (liitteenä), lankakerä, kartonkia ja tussi, menevämpää musiikkia leikkiin ja rauhallista musiikkia rentoutukseen, musiikkisoitin.

Ennen aloitusta ohjaaja on järjestänyt tilaan istumapaikat jokaiselle, joko lattialle tai tuoleille. Ohjaajan on tärkeä varmistaa, että jokaiselle on varmasti oma paikka, jotta kaikki tuntevat itsensä tervetulleeksi.

Seuraavaksi tavoitteena on ryhmän jäsenten tutustuminen toisiinsa ja mukavan avoimen ilmapiirin luominen. Lapset saavat seuraavien leikkien avulla kokonaiskuvan ryhmästä ja rohkaistuvat samalla jo vähän puhumaan muille.

**Tutustumisvaihtoehto 1:** Lapsia pyydetään valitsemaan ohjaajan näytteille asettamista koirakuvista (liitteenä) miellyttävin kuva. Kun kaikki ovat valinneet kuvan oman mieltymyksensä mukaan, ohjaaja aloittaa kierroksen kertomalla oman nimensä ja esittelemällä kuvansa kertoen miksi valitsi kyseisen kuvan.

Vuorotellen lapset kertovat oman nimensä ja näyttävät valitsemansa kuvan koko ryhmälle ja kertovat myös miksi valitsivat juuri kyseisen kuvan. Ohjaaja voi auttaa kysymällä jotain. Ohjaajan on tässä tärkeä seurata, ettei pakota ketään puhumaan, jos lapsi ei koe olevansa siihen vielä valmis. Lopuksi ohjaaja esittelee tietysti koiransa ja mahdollisesti pyytää koiraakin itsekin ”esittäytymään” jollakin tempulla.

**Tutustumisvaihtoehto 2:** Koiran kanssa tutustuminen

Osallistujat asettuvat piiriin jättäen piirin keskelle hyvin tilaa. Ohjaaja aloittaa esittelemällä itsensä ja koiransa. Tämän jälkeen ohjaaja kävelee koiran kanssa jonkun lapsen luokse, ojentaa koiran hihnan lapselle ja palaa paikalleen. Lapsi

esittelee itsensä ja taluttaa koiran piirissä toiselle lapselle. Näin jokainen lapsi saa vuorollaan taluttaa koira. Leikin loppuun on kaksi erivaihtoehtoa: a) viimeinen itsensä esitelty taluttaa koiran takaisin ohjaajalle tai b) mennään esittelykierros nurin perin, jolloin toiset leikkijät voivat auttaa tarvittaessa kenen luo menee.

Mikäli koira ei ole mahdollista käyttää, vaihtoehtoisesti käytetään lankakerää. Eli ohjaaja ottaa lankakerästä narun päästä kiinni ja heittää kerää seuraavalle, koko ajan pitäen narun päästä kiinni. Lapsi esittäytyy ja ottaa omalta kohdaltaan langasta kiinni ja heittää kerän jälleen seuraavalle. Piirin keskelle muodostuu näin kuin hämähäkin verkko, joka voidaan purkaa heittelemällä kerä takaisin samaa reittiä, nimiä kerraten, takaisin ohjaajalle.

**Tutustumisvaihtoehto 3:** Erilaiset tavat tutustua! Leikki mahdollistaa koiran olemisen joko mukana kävelemässä jonkun lapsen kanssa ja lapset vaihtavat ohjaajan merkistä koiran toiselle. Vaihtoehtoisesti koira voi olla lepäämässä.

Kierretään tilassa sikin sokin, musiikin tauottua ohjaaja joko määrää miten vastaan tulevaa pitää tervehtiä tai sitten lapset voivat vuorotellen päättää miten tervehditään, esimerkiksi

- hymyilemällä ja katsomalla silmiin
- kättelemällä ja esittelemällä itsensä
- kumartaen
- niiaten
- tai ihan miten he haluavat sen tehdä

Koira voidaan käyttää harjoituksessa, mutta silloin tulee muistaa, että koira pitää antaa aina sellaiselle, jolla se ei ole vielä ollut. Näin kaikki pääsevät taluttamaan.

**Kerhon tarkempi esittely:** Valitun leikin/leikkien jälkeen palataan paikoilleen ja ohjaajat kertovat hieman enemmän itsestään ja alkavasta kerhosta. Käydään läpi montako kertaa ryhmä kokoontuu ja mitkä ovat kertojen teemat ja mitä ne sisältävät konkreettisesti.

- Tutustumista x2
- Minä ja muut x 2
- Olen hyvä! x2

- Sinä olet hyvä!
- Lopetus

**Tämän jälkeen sovitaan ryhmän säännöistä:** Ryhmä yhdessä ohjaajan kanssa luo ryhmän säännöt. Sääntöjen suunnittelussa voi käyttää apuna kysymyksiä;

- Millaisia sääntöjä koulussa on ja miksi? Tarvitseeko täällä olla samoja sääntöjä kuin koulussa?
- Onko säännöistä hyötyä? Mitä hyötyä?
- Mitä pitää ottaa huomioon kun koira on ryhmässä?

Lapset ehdottelevat omasta mielestään tärkeitä sääntöjä ja ohjaaja kokoaa ne yhteen kartongille lasten kanssa posteriksi. Posteriin käytetään tarvittava määrä aikaa, jotta säännöt tulevat kaikille tutuiksi. Ohjaaja ehdottaa ja lisää myös ryhmän toiminnan kannalta tärkeitä sääntöjä. Sääntöjä voidaan kirjoittaa posteriin myöhemmin lisää tarpeen vaatiessa. Sääntöjen luomisesta pitää kuitenkin tehdä kevyt hetki, jotta lapset eivät koe sääntöjä liian raskaiksi. Onhan kyseessä kuitenkin harrastuskerho.

Esimerkiksi

- ketään ei saa kiusata
- kunnioita koira
- kerhon aikana puhelin on äänettömällä ja laukussa/takin taskussa
- kerhossa ei kiroilla
- jos jotain sattuu, mitä pitää tehdä...

Sääntöjen luomisen jälkeen, voidaan vielä leikkiä jotain edellä mainittua leikkiä jos aikaa on, tai mahdollisesta kysyä lapsilta jotain toivetta mitä haluavat tehdä. Ohjaajan on tärkeää kuunnella ensimmäisellä kerralla herkästi lasten toiveita, jotta kerhosta tulisi kaikille mukava hetki.

**Lopetus:** Pyydetään lapset lattialla pötköttelemään koiran viereen ja laitetaan soimaan rauhallista musiikkia. Painotetaan lapsille, että kyse on koirankin rentoutumishetkestä ja muistetaan siis olla hiljaa ja paikoillaan. Rapsutellaan koira ja köllötellään lattialla musiikin ajan.

Pääasiana lopetuksessa on rentoutuminen ja ohjaajan vastuulle jää oman koiran arvioiminen, onko se kykeneväinen pötköttelemään kaikkien lasten rapsuteltavana lattialla loppurentouksen ajan vai laitetaanko vaan musiikkia ja lapset pötköttelevät lattialla silmät kiinni.

## Tutustuminen 2

*Tavoitteena on syventää tutustumista ryhmässä ja luoda luottamusta ja pitää hauskaa*

**Tarvikkeet:** Peitto/lakana, josta ei näy läpi, Paperia ja kyniä

Aluksi on vapaata koiran rapsuttelua ja kuulumisten vaihtoa. Samalla kerrataan myös ennen leikkien aloitusta kaikkien ryhmäläisten nimet

**Toiminta vaihtoehto 1:** Ryhmä jaetaan kahtia eripuolille huonetta. Ryhmien väliin laitetaan kangas kasaan niin että se voidaan nostaa niiden välille näköesteeksi. Kankaan tulee olla tarpeeksi paksu, jottei siitä näe läpi. Ryhmäläiset supattavat kankaan takana ja sopivat kuka menee istumaan aivan kankaan eteen molemmin puolin. Kun ohjaajat tiputtavat kankaan valittujen henkilöiden välistä, tulee molempien mahdollisimman nopeasti muistaa edessä istuvan nimi. Ryhmäläiset eivät saa auttaa, ellei toisin sovita. Hitaimmin nimen muistanut ja sanonut siirtyy toiseen ryhmään kankaan toiselle puolelle. Peli päättyy kun kaikki lapset ovat samalla puolella tai kun ohjaaja katsoo aikaa kuluneen tarpeeksi. Leikkiin voi ottaa mukaan myös koiran ja istuttaa sen nimen arvauspaikalle. Ohjaaja pitää huolen, että kaikki pääsevät osallistumaan leikkiin. Jos tuntuu että lapset eivät vielä osaa nimiä tarpeeksi, kannattaa tämä leikki jättää viimeiseksi.



**Toiminta vaihtoehto 2:** Tämän leikin tavoitteena on tutustuminen itseen ja muihin koira-aiheisesti. Jokainen lapsi kirjoittaa oman nimensä keskelle paperia pystysuoraan. Sen jälkeen jokainen rivi täydennetään koira-aiheisilla sanoilla vaakasuoraan käyttäen kyseisen rivin kirjainta sanassa. Esimerkiksi: Mikko-nimestä seuraavalla tavalla aiheesta koira. Tämän voi toteuttaa myös pienissä ryhmissä.

**MAAHAN!**

**ISTU**

**KERJÄÄ!**

**MAKUPALA**

**NOUDA!**

**Toiminta vaihtoehto 3:** Seuraavassa leikissä lasten on tarkoitus ottaa kontaktia muihin ja opetella ryhmiin jakautumista. Lapset lähtevät liikkumaan satunnaisesti ympäri tilaa. Ohjaaja kääntää muodostaa tietyn suuruisen ryhmän ohjeiden mukaan. Esimerkiksi ohjaaja voi sanoa ryhmän muodostuvan kahdesta tytöstä ja yhdestä pojasta, tai kolmesta pojasta ja yhdestä tytöstä. Muistaa huomioida ryhmän koon että ryhmät pystyvät onnistumaan ohjeilla. Ryhmien muodostamisen jälkeen lähdetään uudelleen liikkeelle. Ohjaaja voi välillä kääntää samanvärisillä housuilla pukeutuneet lapset yhteen ryhmään, tai samanmittaisilla pikkurilleillä varustetut lapsen yhteen ryhmään. Ohjaaja voi tässä kohtaa osallistaa myös koiran mukaan johonkin ryhmään halutessaan. Mielikuvitus on vain rajana ja ohjaajan tulee muutenkin keksiä ryhmäytymisohjeet lasten ja ryhmän ominaisuuksien mukaan.

**Lopetus:** Lopuksi keskustellaan lasten kanssa, minkälaisia tunteita kerhosta on tällä hetkellä, mikä oli kivaa ja mikä ei. Keskustellaan myös seuraavan kerran kerhosta. Loppurentoutus voi olla samalla tavalla kuin ensimmäisellä kerralla, eli koiran kanssa pötkötellen ja rapsutellen musiikin soidessa taustalla. Vaihtoehtoisesti voidaan tehdä erillinen rentoutusharjoitus, joka on kansion liitteenä.

# Minä ja muut

*Tämän kerran tavoitteena on harjoitella kontaktin ottamista toisiin ihmisiin.*

Tarvikkeita ei tällä kerralla erikseen ole.

Aluksi rapsutellaan koiraa ja käydään läpi edellisen toimintakerran nostamia ajatuksia.

**Toiminta 1:** Pohjustetaan tulevaa toimintaa keskustelemalla, millaisia lähestymistapoja käyttäen lapset ovat tutustuneet uusiin ihmisiin ja eläimiin. Ohjaaja kertoo millä tavoin koiraa kuuluu lähestyä ja miksi. Harjoitellaan käytännössä miten kohdata ja lähestyä vierasta koiraa. Ohjaaja näyttää esimerkkiä ja jokainen lapsi halutessaan pääsee kokeilemaan samaa. Tämän jälkeen ohjaaja pyytää lapsia miettimään, miten he ottaisivat luontevasti kontaktia myös koiran ulkoiluttajaan. Harjoituksen jälkeen lasten kanssa voi pohtia, mitä positiivisia asioita kohtaamisesta voisi syntyä? Ohjaaja voisi kysyä lapsilta onko kukaan tutustunut tällä tavalla uuteen ystävään tai koiraan? Ohjaaja voi kertoa mikä on koirapuisto, ja kysyäkseen lapsilta ovatko he tietoisia oman asuinalueensa koirapuistoista, joissa voisi tutustua koiriin ja ihmisiin.

**Toiminta 2:** Opetellaan koiran lukutaitoa ja pohditaan miten samat piirteet näkyvät ihmisessä. Millaisia eroja on koiralla ja ihmisellä kun ovat iloisia? Surullisia? Vihaisia? Millaisissa tilanteissa ihminen voi olla vihainen ja millaisissa koiraa? Mitä kannattaa tehdä kun näkee että toinen on vihainen? Entä kun näkee että koiraa on vihainen? Voiko vihaista koiraa lähestyä?

**Tunnepantomiiimi:** Leikkijät kävelevät rauhallisesti ympäri leikkitilaa, taustalla soi hiljainen musiikki. Musiikki pysäytetään ja leikinohjaaja sanoo jonkin tunnetilan (viha, kateus, ilo, tyytyväisyys jne.). Leikkijät jähmettyvät tunnetta esittäväksi patsaaksi. Muihin leikkijöihin ei saa koskea, tarkoituksena on kuvata tunnetta omalla vartalolla ja ilmeellä.

Ohjaaja voi myös kuiskata jokaiselle osallistujalle eri tunteen ja muut osallistujat arvaavat toistensa esittämiä tunteita. Ohjaajan pitää tuntea koiransa niin hyvin,

että leikin aikana lapset voivat turvallisesti irvistellä koiran siihen reagoimatta. Jos ohjaaja epäilee koiransa käytöstä, kannattaa koira siirtää toiseen tilaan leikin ajaksi.

**Peili-harjoitus:** Arvotaan/valitaan parit, ohjaaja varmistaa että kukaan ei jää yksin. Toinen pareista on peili ja toinen peilaaja. Peilaaja on aktiivinen liikkuja ja peili matkii peilaajan liikkeitä. Pyritään rauhalliseen, ja mahdollisimman tarkkaan toisen jäljittelemiseen. Harjoituksen aikana ei puhuta, taustalla voidaan soittaa rauhallista musiikkia. Muutaman minuutin kuluttua vaihdetaan osia. Jos lapset kaipaavat teemaa, voidaan esittää aamutoimia peilille. Esimerkiksi hampaiden pesu, hiusten harjaus, pukeminen...

**Lopetus:** Käydään läpi kulunutta kerhokertaa lasten kanssa ja keskustellaan vapaasti sen nostamista ajatuksista.

Viimeisenä leikkinä ja hiljentymisenä leikitään sähkösanoma leikkiä. Kaikki menevät lattialle piiriin istumaan ja ottavat viereisten käsistä kiinni.

Sähkösanomaleikissä ohjaaja tai joku valittu henkilö laittavat sähkösanoman kiertämään puristamalla viereisen lapsen kättä. Viereinen puristaa seuraavaa ja näin viesti kulkee piirin ympäri. Sähkösanoman suuntaa voi kääntää puristamalla kaksi kertaa ja lähettämällä viestin takaisin tulo suuntaan. Ohjaaja voi lisätä vaikeusastetta pyytämällä kaikkia sulkemaan silmänsä, jotta on välttämätöntä keskittyä kunnolla leikkiin. Leikki päättyy kun ohjaaja näin määrää. Leikkiä voidaan myös leikkiä niin että lähettäjä sanoo ääneen ”Lähetän terveiset: Maikille!” ja laittaa sanoman liikkeelle. Kun sanoma on saavuttanut Maikin, Maikki kiittää ja lähettää terveiset seuraavalle valitsemalleen henkilölle.

**Kotitehtävä:** Ohjaaja kertoo lapsille olevasta kotitehtävästä. Tehtävänä on tarkkailla ympäristöä ja huomioida onko kodin läheisyydessä oman ikäisiä, koiria ulkoiluttavia lapsia, joihin voisi ensimmäisen harjoituksen avulla tutustua? Tai lapsia ylipäätään, joihin voisi koulun ulkopuolella tutustua.

**Ohjaajan tulee muistuttaa seuraavan kerran ulkovarusteista.**

## Minä ja muut 2

*Tavoitteena on rohkaista lapsia ottamaan kontaktia vieraaseen koiraan ja ihmiseen.*

**Tarvikkeet:** Ulkovarusteet säävarauksella.

Enemmän tukikoirakoita paikalle ja mahdollisesti koirille leluja, jotta lapset pääsevät niiden kanssa leikkimään.

**Aloitus:** Käsitellä edellisen kerran kotitehtävää ja keskustella muutenkin edellisen toimintakerran nostamista ajatuksista

**Toiminta 1:** Tarkoituksena on, että lapset tutustuisivat edellisen kerran harjoitusten avulla saatujen oppien mukaan uusiin tukikoiiriin ja ohjaajiin. Lähdetään yhdessä lenkille, ja lasten tulee tutustua paikalla oleviin koiiriin ja ohjaajiin ja mahdollisesti päästä taluttamaan koiria lenkin aikana. Ohjaajan tulee kertoa muille tukikoirakoille, että tarkoituksena on saada lapset ottamaan kontaktia. Tukikoirakoiden tulee kuitenkin tukea ujoja ja hiljaisia lapsia lenkin edetessä ja rohkaista ottamaan kontaktia koiraan ja ihmisiin. Lenkin aikana tai sen jälkeen lapsille annetaan mahdollisuus leikittää koiria ohjaajien avustuksella ja valvonnassa. Jos on aikaa ja mahdollisuuksia lenkin jälkeen, niin voidaan vaikkapa mennä letun tai makkaran paistoon. Ohjaaja ja tukikoirakot yhdessä kartoittavat ulkoilumahdollisuudet tilanteen mukaan.

**Toiminta 2:** Ulkona ollessa voidaan toteuttaa harjoitus Tunteiden ankkurointi. Harjoituksessa lapsia pyydetään valitsemaan metsästä jokin puu, kivi tai muu vastaava pysyvä elementti. Lapsia pyydetään jättämään



puun luokse tämän hetkiset huolet ja murheet. Puun luokse voi tulla aina myöhemmin takaisin, jos on jotain huolia tai murheita ja jättää silloinkin ne sinne.

Toiminnan tarkoituksena on antaa lapsille uusi ongelmanratkaisukeino pahan olon poistamiseen.

**Lopetus:** Tällä kerralla ei ole mitään loppurentoutusta, mutta koiran kanssa leikkiminen on rentouttavaa lapsille jo itsessään. Ohjaaja kertoo lopuksi seuraavan kerran aiheen.

# Olen hyvä!

*Tavoitteena on pohtia omaa minäkuvaansa, omia vahvuuksia, persoonallisuutta unelmia ja tavoitteita. Lapsille pyritään myös järjestämään onnistumien kokemuksia koiran kanssa.*

**Tarvikkeet:** Kartonkia, liimaa, vanhoja sanomalehtiä, saksit, värikyniä ja koiralle herkkuja

Aloituksena keskustellaan lasten kanssa hetki kuulumisia ja rapsutellaan koiraa.

**Toiminta 1:** Alustuksena seuraavaan toimintaan lapsia pyydetään nostamaan toinen käsi ylös. Tämän jälkeen pyydetään kääntämään kämmen niin, että kämmenselkä on eteenpäin. Seuraavaksi pyydetään lapsia taputtamaan itseään olkapäälle ja sanomaan ”Hyvä minä!”

Sanomalehdistä leikataan kuvia ja askarrellaan kuvakollaasi Olen hyvä-teemalla. Lapsille annetaan tyhjä paperi, saksit, liimaa, sanomalehtiä ja värikyniä. Lehdistä on tarkoitus etsiä asioita, joissa on hyvä, asioita ja ihmisiä joista on kiitollinen omassa elämässään ja asioita joita toivoo tulevaisuudelta.

Töissä on hyvä käyttää paljon värejä ja huumoria, ja ohjaajan tulee korostaa, että jokainen tekee itseään parhaiden kuvaavan kollaasin. Kerhokerran päätteeksi käydään läpi kaikkien työt, vaikkei kaikki olisikaan saaneet työtään valmiiksi. Lapset voidaan ohjeistaa jatkamaan työtä kotona tarvittaessa.



**Toiminta 2:** Samaan aikaan lapset käyvät vuorotellen koiran kanssa kokeilemassa helppoja temppuja ohjaajan avustuksella ja näin saada kahdenkeskistä aikaa koiran ja aikuisen kanssa. Temppujen onnistuessa ohjaajan tulee kehua lapsen ja koiran yhteistyötä ja näin antaa hyvää mieltä onnistumisista lapselle.

**Lopetus:** Lopuksi leikitään vielä yhdessä kolmikyykky leikkiä. Tavoitteena on saada ryhmä toimimaan yhdessä yhteisen tavoitteen hyväksi. Kaikki seisovat piirissä. Leikki alkaa niin, että ohjaaja määrää ketkä kolme lasta ovat

ensimmäisenä kyykyssä. Kun yksi lapsista nousee ylös, on ryhmäläisistä jonkun muun mentävä kyykyyn. Koko ajan siis tulisi huolehtia että kolme henkilöä on kyykyssä ja vuorotellen joku nousee ylös ja joku menee puolestaan alas.

Tarkoituksena on että kyykyssä oleminen vaihtuu jatkuvasti ja joustavasti.

Ohjaaja voi vielä halutessaan painottaa, että leikitään sanattomasti ja näin lapset keskittyvät paremmin ja leikki sopii loppurentoutukseksi.

**Kotitehtävä:** Ohjaaja kertoo lyhyesti mitkä ovat harrastuksia, esimerkiksi: jääkiekko, ratsastus, piirtäminen, lukeminen, keräily, musiikin kuuntelu, soittaminen, kuvaaminen, elokuvat, pelaaminen.. Ensi kertaa varten jokainen lapsi miettii jonkin harrastuksen, josta haluaa muille kertoa. Harrastus voi olla nykyinen entinen tai haave tulevaisuudessa. Lapset voivat halutessaan tuoda jonkin esineen, joka liittyy harrastukseen.

# Olen hyvä 2

*Tavoitteena on tutustuttaa lapsia uusiin harrastuksiin ja innostaa ja rohkaista heitä kokeilemaan erilaisia, jotta syrjäytyminen pystyttäisiin pysäyttämään ajoissa.*

**Tarvikkeet:** Mahdollisesti harrastuksiin liittyviä välineitä

Aloituksena käydään läpi edellisen toimintakerran nostamat ajatukset ja aletaan käydä läpi kotitehtävää seuraavasti.

**Toiminta 1:** Ohjaaja kertoo ensin omasta harrastuksestaan, miten on aloittanut harrastuksen, mistä harrastuksessaan tykkää ja mitä on siitä saanut esimerkiksi ystäviä? Ohjaaja voi kertoa myös mahdollisesti koiran harrastuksista ja mitä koira on harrastuksesta saanut jne. Vuorotellen annetaan lasten kertoa harrastuksestaan ja ohjaaja esittää lisäkysymyksiä ja koittaa saada lapsia innostumaan uusista erilaisista harrastuksista. Lapset voivat myös esittää jotain osaa harrastuksestaan tuomillaan välineillä

**Toiminta 2:** Jos ohjaajalla on kokemusta esimerkiksi agilitystä, tokosta tai muusta koiraharrastuksesta, voisi hän esitellä lapsille sitä tarkemmin ja mahdollisesti opettaa harrastukseen liittyviä temppuja lapsille.

Järvenpäässä on myös koirakylpylä, ja mahdollisuuksien mukaan siellä voisi käydä koirien kanssa

**Toiminta 3:** Jos aikaa jää, voidaan myös sään salliessa mennä ulos. Ulkona voidaan leikkiä noutamisleikkiä koiran kanssa esimerkiksi fribeen avulla.

# Sinä olet hyvä!

*Tavoitteena on harjoitella positiivisen palautteen antamista ja vastaanottamista. Kohentaa lapsen itsetuntoa.*

**Tarvikkeet:** Pahvia, kyniä, rei'ittäjä ja narua

Aloituksessa lasten kanssa keskustellaan hetki kuulumisia ja rapsutellaan koira.

**Toiminta 1:** Kiinnitetään kartonkiin naru ja ripustetaan kaulaan, kartonki selän puolelle. Jokainen ryhmäläinen käy kirjoittamassa toistensa selkään jotain positiivista toisesta. Ohjaaja valvoo, että kaikki kirjoittavat vain positiivisia asioita kartongille. Myös koiralle voidaan laittaa oma kartonki, johon lapset saavat käydä kirjoittamassa ajatuksiaan. Lapset saavat kyseiset kartongit kotiinsa muistoksi.

**Toiminta 2:** Seuraavassa leikissä on tarkoitus harjoitella yhdessä tekemistä, luottamusta ja ohjaamista. Maahan tehdään ”miinakenttä” eli lattialle on laitettu tavaroita esteeksi, siten että niiden lomitse pystyy kuitenkin kulkemaan. Lapset voivat auttaa kentän tekemisessä. ”Miinakenttä” on tarkoitus ylittää joko pareittain lasten kesken tai koiran kanssa parina niin, että kentän ulkopuolelta yksi lapsi ohjailee silmät sidottuna kulkevaa parivaljakkoa esteiden ohi eteenpäin-taaksepäin-oikealle-vasemmalle- komentojen avulla. Harjoitus voi olla lapsille vaikea ja sen onnistuessa lapsia täytyy kehua vuolaasti, kuten kerhokerran teemaan kuuluu.

**Toiminta 3:** Kirjoitetaan kehu-kirje itselle pahanpäivän varalle. Kirjeessä kehuaan itseä, missä on hyvä, mitä osaan hyvin, jne. Kirjettä ei näytetä tai lueta



toisille, vaan laitetaan kirjekuoreen ja oma nimi päälle. Kirjeen voi avata semmoisena päivänä kun harmittaa. Jos aikaa jää, voi kirjoittaa kehu-kirjeen toiselle ryhmäläiselle, parhaalle kaverille, vanhemmille, koiralle. Voi myös mennä silittelemään ja juttelemaan aikuiselle ja koiralle.

**Toiminta 4: JOO!** – leikissä lapset kulkevat vapaasti tilassa ja aina ehdottaessa jotain, esimerkiksi ”Mennään kyykkyyyn”, kaikki huutavat kovaan ääneen ”JOO!” ja tekevät ehdotetun toiminnan. Kaikki lapset saavat ehdottaa tekemisiä, ja ohjaajan tulisikin valvoa että jokainen pääsee ainakin kerran ehdottamaan jotain. Ohjaaja korostaa alussa myös, että toimintojen on pystyttävä tapahtumaan tässä tilassa ja kaikkien ehdotusten pitää olla positiivisia ja helppoja toteuttaa. Esimerkiksi voidaan ehdottaa: Esitetään koira, haukutaan kuin koira, taputetaan, kieritään jne...

**Lopetus:** Käydään läpi kerhokerran nostamia ajatuksia. Yhdessä pohditaan ja päätetään mitä viimeisellä kerralla halutaan tehdä. Suunnittelun apuna voidaan käyttää Aivoriini- menetelmää, jossa lapsille jaetaan paperilappuja, joihin kirjoitetaan yksin tai pienissä ryhmissä ideoita, mitä viimeisellä kerralla voitaisiin tehdä. Ohjaaja korostaa lapsille että suunnittelussa voi tuoda ihan hassujakin ideoita vapaasti ja lopuksi yhdessä mietitään mitä on mahdollista toteuttaa. Huomioidaan rajoitukset kuten raha, tilat, lasten ja aikuisten määrä ja koiran läsnäolo. Yhdessä valitaan muutama vaihtoehto joista äänestetään ja näin saadaan lapsille lisättyä osallisuuden ja merkittävyyden tunnetta ryhmässä. Minunkin ääni ratkaisee tässä äänestyksessä! Tähän kannattaa varata hyvin aikaa, koska tämä työskentely aloittaa ryhmän lopetusvaiheen ja se voi olla monille lapsille haikeaa ja nostattaa tunteita, jotka olisi hyvä ehtiä käsittelemään ennen kerho toiminnan päättymistä.

Lopuksi voidaan tehdä rentoutus jälleen rapsutellen koira musiikin soidessa, tai leikkiä jotain muuta leikkiä josta lapset pitävät, esimerkiksi sähkötystä.

# Lopetuskerta

**Tavoitteena on kartoittaa lasten tilanne ja varmistaa, että kaikki lapset ovat saaneet kerhosta edes joitain uusia taitoja sosiaalisia tilanteita varten. Ennen lopetuskertaa vapaaehtoisten on myös kartoitettava omat mahdollisuudet kerhon jatkamiseen, jos lapset sitä toivovat. Ohjaaja voi myös tiedustella ovatko lapset löytäneet uusia ystäviä kerhosta. Tällä kerralla on myös tärkeää että kaikki kiittävät ja palkitsevat koiraa. Kerhon päättyminen voi olla toisille lapsille haikeaa ja siksi koiran kiittäminen ja hyvästeleminen on tärkeää.**

**Toiminta:** Lasten edellisellä kerralla toivomaa tekemistä.

Jos ei ideoita tässä muutamia vaihtoehtoja

**Toimintaehdotus 1:** Sään olessa hyvä, voidaan lähteä ulos vaikkapa metsään leikkimään. Jos mulla tukikoirakoilla on myös mahdollisuus osallistua, voisi olla mukavaa jos koiria olisi viimeisellä kerralla enemmän leikitettäväksi. Toisaalta, jos ryhmä on koko ajan pysynyt samana, kannattaa ohjaajan miettiä tapauskohtaisesti onko parempi hyvästellä ja päättää kerho keskenään lasten kanssa.

Ulkona ollessa yhtenä leikkivaihtoehtona on piiloleikki. Lapsille annetaan koiranmakupalat mukaan ja lapset etsivät itselleen piilopaikan lähimaastosta. Ohjaaja lähettää koiran etsimään lapsia ja kun koira löytää lapsen saa lapsi antaa sille makupalan ja kehua koiraa. Lapsi ja koira saavat tästä molemminpuolisen onnistumisen tunteen.



**Toimintaehdotus 2:** Sisällä olessa voidaan kerätä palautetta ja tehdä yhteenvetoa kerhosta laittamalla seinille papereita joissa on lauseita; ”Parasta kerhossa oli...” ”Olisin halunnut enemmän...” ”Tylsintä kerhossa oli...” ”Minulla oli hauskaa kun...” ”Opin kerhosta, että...” ”Kerhon jälkeen uskallan...” yms. Lapset saavat rauhallisen musiikin tahtiin käydä jatkamassa lauseita paperille kokemustensa mukaan. Lopuksi ohjaaja voi käydä joitain palautteita läpi ryhmän kanssa.

**Lopetus:** Ohjaaja kiittää ja kehuu kaikkia kerhon käyneitä itsensä ja koiran puolesta. Ohjaaja jakaa jokaiselle lapselle kunniakirjan osallistumisesta toimintaan (liitteenä). Ohjaaja antaa tilaa lapsille sanoa kaikki se mitä mielenpäällä on esimerkiksi kerhon lopettamiseen liittyen.

Ohjaaja jakaa jokaiselle lapselle herkut, jotka he saavat antaa koiralle. Varataan aikaa hyvästelyyn ja leikkimiseen koiran kanssa.

# LOPPUSANAT

Toivottavasti tämä on tarjonnut sinulle myönteisen ja mielenkiintoisen kokemuksen. Tämän pohjalta voit soveltaa toimintoja myös toisille ryhmille ja kehittää toimintaa vielä paremmin lapsia ja heidän tarpeitaan palvelevammaksi.

Sinun ja koirasi panoksesta lasten eteen tehtävän työn puolesta kiittäen

Meri Apiala, Hanna Hermunen & Tiina Kohonen

2014

## LÄHTEITÄ

Tähän olemme koonneet lähteitä, joiden pohjalta olemme kasanneet ohjauskansion. Mukana myös hyviä lähteitä, joihin voi syventyä oman mielenkiinnon mukaan.

Furman, Ben. 2012. Olen ylpeä sinusta! Ratkaisukeskeisiä keinoja vanhemmille ja muille lasten kasvattajille. Helsinki: Tammi

Hyppönen, Merja & Linnossuo, Outi. 2006. Intohimosalaatti. Helsinki: Lasten keskus

Hyppönen, Merja & Linnossuo Outi. 2002. Zip, Zap ja Boing. Helsinki: Lasten keskus.

Kataja, Jukka, Jaakkola, Timo & Liukkonen, Jarmo. 2011. Ryhmä liikkeelle! Jyväskylä: PS-kustannus.

Leskinen, Eija. 2009. Ryhmä toimimaan! Jyväskylä: PS-kustannus.

Salmela, Jari. 2013. Viidakkoportaat –eläinavusteisen valmentajan opas. Helsinki: Alfa partners Oy.

Solatie, Jim. 2009. Luova lapsi oivaltaa, oppii ja pärjää. Helsinki: Tammi

## ***Liitteet***

### ***Rentoutus***

#### ***Luetaan hitaasti ja rauhallisesti.....***

*Ota sellainen asento missä sinulla on mahdollisimman rento olla. Hengitä sisään ja ulos hitaasti, ja kuuntele hengitystäsi. Mieti jokaista ruumiinosaasi, ja anna niiden rentoutua yksi kerrallaan. Kädet, jalat, pää, ja keskivartalo rentoutuvat... Sulje silmäsi, jos pystyt rentoutumaan paremmin. Nyt sinulla on levollinen ja rentoutunut olo ja olet valmis mielikuvamatkalle*

*On aurinkoinen kesäpäivä, ja ilma on sopivan lämmin. Tunnet pienen tuulen tuulenvireen kasvoillasi ja kehollasi. Makaat pehmeällä pellolla katsellen sinistä taivasta. Taivaalla vaeltaa pilviä jotka muodostavat erilaisia tuttuja muotoja, mitä kuvioita pilvet muodostavat sinulle? Taivaalla näet myös lintuja. Linnut lentelevät leppoisasti, välillä tehden pieniä nopeampia pyrähdyksiä. Tuo katseesi taivaalta hieman alemmas puiden oksiin ja sieltä alas metsän reunaan asti.*

*Metsän reunassa näät pienen miellyttävän oloisen polun, joka johtaa metsään päin. Nouset ylös ja lähdet kävelemään polkua pitkin. Polun reunalla näet erilaisia kasveja ja kukkia, tunnet myös niiden tuoksun. Mitä näet ja mitä haistat? Jatkat vielä kävelyä polkua pitkin, polku kapenee ja kiemurtelee. Käännyt katsomaan taaksesi jättämiäsi jälkiä, miltä jalanjälkesi näyttävät? Jatkat matkaa aurinkoisella polulla, aurinko katoaa välillä puiden latvustojen taakse, mutta pilkahtelee sieltä lämpimästi kulkiessasi eteenpäin. Polun vierustalla kasvillisuus vaihtuu, nyt näät hieman erilaisia kasveja kuin ennen. Onko siellä kukkia, oksia vai sammalta? Vai jotain ihan muuta?*

*Kun polku vielä kulkiessasi kaventuu entisestään, tulet pienen rinteen juurelle. Katselet rinnettä ylöspäin, ja näet että rinne nousee ylös ja muuttuu hieman jyrkemmäksi tunturiksi. Lähdet hitaasti kipuamaan rinnettä ja lopulta tunturin reunaa ylöspäin. Välillä pysähdyt lepäämään ja hengittelet rauhallisesti syvään. Jatkat vielä hetken kipuamista, kunnes näet että saavutat tunturin huipun. Kiipeät huipulle varmoin liikkein ja seisot huipulla katsellen maisemaa joka huipulta aukeaa. Mitä näet? Tunnet kuinka lämmin tuuli tuntuu kasvoillasi. Käyt tunturin*

*huipulle istumaan ja katselet tunturilta alaspäin tunturin juurelle. Tunturin juurella näet omat murheesi ja harmituksesi pienen pieninä pisteinä kaukaisuudessa. Sinulla on rauhallinen turvallinen olo. Tunnet että sinä olet tärkeä ja kuulut tänne. Muistat tämän tunteen ja tämän paikan vielä myöhemminkin, tämä on paikka jonne voit aina palata.*

*Katsahdat vierellesi ja näät että vierellesi on ilmestynyt polkupyörä. Hyppäät polkupyörän selkään ja lähdet viilletämään loivaa rinnettä alas tunturin juurelle. Polku on tasainen ja vauhtisi on rauhallinen, jotta voit nauttia maisemista ja tuulenvireestä.*

*Kun saavut rinteeseen juurelle, vastaasi juoksee tuttu, kiltti koira. Alat rapsuttelemaan koiraa, ja pikkuhiljaa havahtumaan tähän hetkeen ja paikkaan. Nouse istumaan ja venyttele hitaasti itsesi hereille. Nouse hitaasti seisomaan ja olet valmis seuraaviin haasteisiin.*

**Keski-Uudenmaan Mielenterveysseuran**

**Tukikoirakoiden**

# **KUNNIAKIRJA**

**myönnetään**

---

**Osallistumisesta Koira Kaveriksi – kerhoon**

---

**Tukikoirakko ohjaaja ja koira**

---

**Paikka ja Päivämäärä**

