

SOSIAALISEN KUNTOUTUKSEN ELEMENTTEJÄ RYHMÄTOIMINNOISSA – LUONTO TOIPUMISEN LÄHTEENÄ

Rytinki Päivi

Opinnäytetyö
Sosiaaliala
Sosionomi AMK

2023

Sosiaalialan koulutus
Sosionomi (AMK)

Tekijä	Päivi Rytinki	Vuosi	2023
Ohjaaja(t)	Sanna Viinonen & Leena Viinämäki		
Toimeksiantaja	Lapin AMK, Henki ja elämä hanke		
Työn nimi	Sosiaalisen kuntoutuksen elementtejä ryhmätoiminnoissa - Luonto toipumisen lähteenä		
Sivu- ja liitesivumäärä	30 + 7		

Opinnäytetyöni on toiminnallinen sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan ja Green Care ajatteluun pohjautuva tapahtuman suunnittelu ja toteutus osana Henki ja elämä - Luonto toipumisen lähteenä hankkeen toimintaa.

Työssäni tarkastelen asioita lähinnä asiakkaiden näkökulmasta, tutkimuskysymyksiäni ovat luonto- ja eläinperustaisten menetelmien vaikutus yhtenä sosiaalisen kuntoutuksen muotona ja näiden toimintojen vaikutus kuntoutujan toimintakykyyn. Tavoitteenani oli päästä etnografisen tutkimusotteen kautta syvemmälle osallistujien kokemuksiin tästä kuntoutusmuodosta.

Työni viitekehyksinä toimivat sosiaalinen kuntoutus, sosiaalipedagoginen näkökulma, osallisuus, sekä luonnon ja hevosen merkitys toipumisorientaatiossa ja kuntouttajana.

Johtopäätöksenä voin todeta, että luontolähtöisellä ja sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan perustuvalla ryhmätoiminnalla edistetään arjenhallintaa, toimintakykyä ja parannetaan vuorovaikutusta ja osallisuuden kokemusta.

Avainsanat

green care, hevonen, sosiaalipedagogiikka, osallisuus

Social Services Bachelor of Social
Services

Author	Päivi Rytinki	Year	2023
Supervisor	Sanna Viinonen & Leena Viinamäki		
Commissioned by	Lapland University of Applied Sciences - The Spirit and Life project		
Subject of thesis	Elements of social rehabilitation in group activities - Nature as a source of recovery		
Number of pages	30 + 7		

This thesis is based on a method of functional social pedagogical horse activity and Green Care event planning and is a part of Spirit and Life - Nature as a Source of Recovery project activity.

In my thesis, I examine issues mainly from the clients point of view. Research questions are effects based on nature and animal methods as one form of social recovery as well as their effects on clients capacity to act. The aim was to use ethnographic research method to reach deeper understanding of clients experiences of this rehabilitation method.

Framework of the thesis is formed from social rehabilitation, social pedagogical point of view, participation and significance of horses and nature as a part of recovery orientation and rehabilitator.

In conclusion it can be said that group activity originating from nature and social pedagogical horse activity can improve daily management, capacity to act, interaction as well as experience of inclusiveness.

Key words green care, horse, socialpedagogic, inclusiveness

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	6
2 TOIMINNALLISEN OPINNÄYTETYÖN TEORIAA JA KYSYMYKSIÄ	7
2.1 Etnografinen tutkimus	8
2.2 Teemahaastattelu	9
2.3 Tutkimuseettiset näkökulmat	9
3 OPINNÄYTETYÖN TEOREETTINEN VIITEKEHYS	11
3.1 Sosiaalinen kuntoutus.....	11
3.2 Osallisuus, mitä se on?	12
3.3 Sosiaalipedagoginen näkökulma	13
3.4 Luonto toipumisen lähteenä	14
3.5 Hevonen kuntouttajana	15
4 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	17
4.1 Suunnittelua ja käytännön toteutusta	17
4.2 Ratsastusleirin suunnittelu	20
4.3 Ratsastusleirin toteutus.....	20
4.4 Haastattelu.....	22
5 POHDINTA	25
LÄHTEET	27
LIITTEET	

ALKUSANAT

Opinnäytetyöni toteutumisen mahdollistivat Lapin ammattikorkeakoulun hallinnoima Henki ja elämä hanke ja sen osatoteuttajana toimiva hevosalan yritys Turkan Ratsurinne Oulussa. Iso kiitos Satu Turkalle tästä mahdollisuudesta ja tallin henkilökunnalle siitä, että he ottivat minut luontevasti mukaan sosiaalipedagogiseen ryhmätoimintaan yhtenä sen jäsenenä ja toimijana.

1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni toimeksiantajana on Lapin Ammattikorkeakoulun hallinnoima Henki ja elämä – Luonto toipumisen lähteenä hanke. Hanke on toteutettu Oulun, Kemi-Tornion ja Rovaniemen seudulla järjestöjen ja kevytyrittäjien toimintaympäristöissä vuosina 2021-2023. Hankkeen kohderyhmänä ovat työikäiset, mutta työelämän ulkopuolelle jääneet mielenterveyskuntoutujat, joiden taustalla on eri syistä johtuvia elämähallinnan ongelmia, sosiaalisten suhteiden puutetta ja toimintakyvyn heikentymistä. Sosiaalipedagogisen työskentelyotteen, sekä luonto-, taide-, ja eläinperustaisten menetelmien ja toimintojen avulla pyritään vahvistamaan heidän kokonaisvaltaista arjen toimintakykyään ja hyvinvointiaan, jolloin voidaan puhua myös sosiaalisesta kuntoutuksesta. Hankkeen yhtenä tavoitteena on kehittää, kokeilla ja arvioida työskentelytapoja ja toimintamalleja, jotka voidaan siirtää käytäntöön myös tulevaisuudessa ja tätä kautta lisätä mielenterveyden häiriöistä kärsiville ihmisille suunnattuja kuntoutusmuotoja ja palvelutarjontaa. Opinnäytetyössäni käytetty toimintamalli kuuluu hankkeen toimenpideohjelman mukaiseen *eläinavusteiset luontovoimaiset menetelmät ja toimintamallit* osa-alueeseen toiminnan suunnittelun, toteutuksen ja arvioinnin kautta.

Tein toiminnallisen opinnäytetyöni Henki ja elämähankkeen osatoteuttajalla Turkan Ratsurinteellä Oulussa, missä osallistuin hankkeen kohderyhmälle suunnattuun viikoittaiseen hevostoimintaan kevään 2022 ajan. Tämän jälkeen suunnittelin, huolehdin järjestelyistä ja olin mukana ohjaajana heille toteutetulla kaksipäiväisellä ratsastusleirillä 12–13.5.2022.

2 TOIMINNALLISEN OPINNÄYTETYÖN TEORIAA JA KYSYMYKSIÄ

Toiminnallinen opinnäytetyöni pohjautuu tapahtuman suunnitteluun ja toteuttamiseen, työssäni yhdistyvät tämän tutkimustavan perusideat, eli käytäntö ja teoria (Heikkinen 2015, 208). Toiminta suunniteltiin valikoituneelle kohderyhmälle ja se toteutettiin tarkoituksenmukaisin menetelmin, jotka palvelivat kohderyhmän tarpeiden lisäksi toimeksiantajaa ja tämän tavoitteita (Vilkkä & Airaksinen 2003, 9, 38.) Toiminnallisen opinnäytetyön eli tutkimuksen yksi tarkoitus on tuottaa tietoa, jonka pohjalta voidaan kehittää erilaisia käytännön toimintoja tai luoda uusia (Heikkinen 2015, 204-205; Saari 2007, 122). Työtä tehdessä prosessin eri vaiheita tallennettiin muistiinpanoina päiväkirjaan jo suunnitteluvaiheesta alkaen, se on tärkeä osa työn kaikkia vaiheita ja myös runko lopullista raporttia varten (Vilkkä & Airaksinen 2003, 19-20, 22). Raportti on tavallaan kertomus, jonka tarkoituksena on konkreettisesti ja käytännönläheisesti kertoa lukijalle tehdystä työstä ja se vastaa kysymyksiin mitä ja miksi on tehty, sekä miten on toimittu lopputulokseen pääsemiseksi (Vilkkä & Airaksinen 2003, 65, 82).

Toiminnallinen opinnäytetyö voidaan toteuttaa usealla eri tavalla, kuten oppaana, ohjeena tai vaikkapa yrityksen kotisivuina, oman työni lähtökohta oli asiakkaita osallistava ja heidän ajatuksiaan kuunnellen tehty tapahtuman suunnittelu ja sen toteutus (Vilkkä & Airaksinen 2003, 9). Tein opinnäytetyöhöni liittyvän tiedonkeruun, suunnittelun ja toteutuksen käytännön toiminnan kautta Henki ja elämä -hankkeessa osatoteuttajana mukana olevassa hevosalan yrityksessä Oulussa ja yrittäjän tukemana hänen antaessaan minulle tämän mahdollisuuden ja toiminnan toteutuksessa tarvittavat välineet. Opinnäytetyössäni yhdistyvät siis toiminnallisen työn perusideat eli käytäntö ja teoria (Heikkinen 2015, 208).

Opinnäytetyöni on tavallaan kertomus, jonka tarkoituksena on konkreettisesti ja käytännönläheisesti kertoa lukijalle tehdystä työstä ja se pyrkii vastaamaan kysymyksiin mitä on tehty ja miten on toimittu (Vilkkä & Airaksinen 2003, 65, 82). Toiminnallisen opinnäytetyöni yksi tavoite tapahtuman järjestämisen lisäksi oli tuottaa tietoa, jonka pohjalta voidaan kehittää Turkan ratsurinteen sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan perustuvia kuntoutustoimintoja myös mielentervekun-

toutujille (Heikkinen 2015, 204-205; Saari 2007, 122). Toiminnallisessa opinnäytetyössäni tarkastelen asioita lähinnä asiakkaiden näkökulmasta ja tutkimuskysymyksiäni ovat;

Luonto- ja eläinperusteisten menetelmien vaikutus sosiaalisen kuntoutuksen muotona?

Minkälaisia vaikutuksia sosiaalipedagogisella hevostoiminnalla on ollut toimintakykyyn?

2.1 Etnografinen tutkimus

Etnografinen tutkimus pohjautuu antropologiaan, jota voidaan sanoa myös ihmisen kulttuuria tutkivaksi tieteenalaksi. Nykypäivänä tietoa ja ymmärrystä asioihin etsitään aidosta ympäristöstä esimerkiksi osallistumalla tutkittavaan teemaan ja siihen liittyviin toimintoihin yhtenä ryhmän jäsenenä (Kananen 2014, 13, 15.) Etnografinen tutkimus on kvalitatiivinen eli laadullinen ja empiirinen eli kokemusperäinen tutkimus, jossa tutkija yleensä ”jalkautuu” aiheensa keskuuteen ja on yksi ryhmän jäsenistä (Puuronen 2007, 102-103). Omassa työssäni tein siis tiedonkeräämisen luonnollisessa toimintaympäristössä ja vuorovaikutussuhteessa hankkeen kohderyhmän kanssa (Kananen 2014, 25). Etnografinen tutkimus voi koostua useasta eri menetelmästä, keskeisimpänä näistä kuitenkin osallistuva havainnointi ja haastattelut. Tutkittavassa toimintaympäristössä tarkastellaan ihmistä osana isompaa kokonaisuutta ja yritetään saada hänen ”äänensä kuuluville”.

Opinnäytetyöni yhtenä tarkoituksena oli selvittää mikä merkitys maaseutu ympäristössä tapahtuvalla hevosavusteisella ryhmätoiminnalla oli osallistujien arjessa ja elämässä (Kallinen & Kinnunen 2022) Opinnäytetyössäni käytin aineistonkeruumenetelminä havainnointia, ryhmähaastattelua, yksilökeskustelua käytännön toiminnan ohessa ja valokuvia käytännön tilanteista ja lopuksi suunnittelin ja organisoin tapahtuman ja olin mukana toteuttamassa tätä toiminnallista kahden vuorokauden hevosleiriä. Olin tarkkailija, joka osallistui toimintaan erilaisin tavoin luonnon, eläinten ja ihmisten vuorovaikutusta ja niiden merkitystä havainnoidessaan, tämä helpotti myös kokonaiskuvan hahmottamista ja asioiden tulkintaa. Osallistuvassa tutkimuksessa oli

myös reflektoitava ja analysoitava niiden eri roolien merkitystä, mihin joutui asettumaan muuttuvissa käytännön tilanteissa (Vilkkä 2018, 164, 167.) Etnografisen tutkimuksen haasteena voi mahdollisesti olla myös kerätyn aineiston määrä ja niiden hankinnassa käytetyt erilaiset menetelmät, jolloin yhteensovittaminen voi olla hankalaa (Puuronen 2007, 105).

2.2 Teemahaastattelu

Haastattelu on keskustelunomaista tiedon hankintaa, jolloin toimivalla vuorovaikutuksella on suuri merkitys halutun tutkimusaineiston keräämisessä. Teemahaastattelussa ihminen saa puheenvuoron ja tulee kuulluksi oman kokemuksensa ja mielipiteidensä kautta. Haastattelumuotona teemojen käyttäminen on puolisuorittua ja toteutuksena vapaampi eikä niin tiukasti jäsennelty kokonaisuus, eroja voi olla myös toteutuksessa eri henkilöiden välillä (Eskola, Lähti & Vastamäki 2018, 28, 29-30, 36.) Toteutin haastattelun nauhoitettuna ryhmämuotoisena keskusteluna majoitustiloissa leirin viimeisenä päivänä ruokailun jälkeen ja ennen kotiinlähtöä, näin keskustelu oli luontevaa ja rentoa ja myös osallistujien keskinäinen dynamiikka ja toinen toistensa tukeminen korostui. Ohjasin keskustelua haluamaani aiheiseen ja sen jälkeen ”haastattelu” eteni omalla painollaan keskustelun kaltaisena ja luontevana tilanteena. Leirille osallistuneista henkilöistä suurin osa oli ollut ryhmämuotoisessa hevosavusteisessa toiminnassa mukana jo pitempään Turkan Ratsurinteellä aiemmin toteutetun Tolppa hankkeen aikana, ja he olivat ryhmäytyneet pidemmän ajanjakson kuluessa nykyiseen kokoonpanoonsa.

2.3 Tutkimuseettiset näkökulmat

Eettiset valinnat koskevat myös kirjoittamisen valintoja, koska henkilöt, joista kirjoitetaan kokevat sen jollain tavalla, täytyy omata herkkyyttä ja kirjoitustyylin on oltava ihmisyyttä kunnioittavaa ja ymmärtävää. Yksityisyys ja tietosuojat on tärkeää, tämän takia teksti tulee kirjoittaa niin, että ihmiset eivät ole niistä tunnistettavissa. Luottamuksellisuus ja tietojen asianmukainen, sekä luvattu käyttö on tärkeää, osallistujalla on oikeus päättää mitä tietoja he opinnäytetyöni käyttöön antavat ja miten niitä käytetään julkisesti. Kaikki tässä työssäni käyttämät valokuvat ovat, esimerkiksi julkista käyttöä varten, hyväksytyt asianosaisilla heti niiden ottamisen jälkeen.

Hyvä tutkimuskäytäntö edellyttää eettistä ajattelua, rehellisyyttä ja tarkkuutta koko prosessin ajan, materiaalin keräämisestä tulosten tallentamisen lisäksi arviointiin ja julkaisemiseen asti. Aiemmat aiheeseen liittyvät julkaisut otetaan huomioon ja niitä käytetään asianmukaisesti omien tulosten analysoinneissa ja kirjalliseen muotoon tehtäessä. Huomioitava on myös toimeksiantajan kanssa tehtävät sopimukset (Helin, Jäppinen, Launis & Spoof 2012, 6.) Tieteellinen käytäntö ja toimintatavat on määriteltävä Tutkimuseettisen neuvottelukannan julkaisuissa, aiheeseen oli kuitenkin syytä paneutua, sekä tarkastella ja myös verrata eri asioiden yhteismerkityksiä ja -vaikutuksia. Prosessin eri vaiheita täytyi miettiä eettisestä näkökulmasta jo suunnitteluvaiheessa, ei pelkästään käytännön toteutuksessa (Pohjola 2007, 11-12, 14.)

Turkan ratsurinteen Henki ja elämänhankkeen ryhmään osallistuvat saivat kaiken tarvittavan ja olennaisen tiedon opinnäytetyön toteutuksesta, sen tarkoituksesta ja käytännön asioista, myös osallistuminen opinnäytetyöni materiaalin keräämiseen oli vapaaehtoista ja annetun suostumuksen tietojensa käyttöön sai halutessaan peruuttaa, myös ottamani valokuvat hyväksyin kuvattavilla niiden ottamisen jälkeen. Edellä mainitut asiat on huomioitava erityisesti, kun tutkimukseen liittyy vuorovaikutuksellisia ryhmätilanteita kuten omassa työssäni (Kohonen, Kuula-Luumi & Spoof 2019, 8-9).

”Tietoon perustuva suostumus osallistua tutkimukseen on ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen keskeinen eettinen periaate” (Kohonen ym. 2019, 8)

3 OPINNÄYTETYÖN TEOREETTINEN VIITEKEHYK

3.1 Sosiaalinen kuntoutus

Sosiaalihuoltolakiin tuen tarpeisiin vastaaviin palveluihin sisällytetyllä sosiaalisella kuntoutuksella tarkoitetaan muun muassa tehostettua tukea, sosiaalisen toimintakyvyn vahvistamista, syrjäytymisen torjumista ja osallisuuden edistämistä (Sosiaalihuoltolaki 1301/2014 3:11.9 §, 3:17 §). Sosiaalinen kuntoutus terminä määriteltiin lakiin vuonna 2015 ja käytännön toteutus- ja toimintamuodot eivät ole vielä vakiintuneet yhtenäiseksi osa-alueeksi palvelujärjestelmässämme (Raivio 2018, 66). Sosiaalista kuntoutusta mielenterveyden hoidossa, mikä perustuu sosiaalipedagogiseen hevos-toimintaan ja luontopainotteiseen toimintaan, on toteutettu pääasiassa erilaisten hankkeiden mahdollistamien toimintojen ja tapahtumien kautta.

Sosiaalisen kuntoutuksen lähtökohtana on parantaa fyysistä ja psykososiaalista toimintakykyä, sekä niistä muodostuvaa kokonaisuutta, tätä kautta voidaan vaikuttaa kokonaisvaltaisesti muun muassa yksilön elämän hallintaan ja arjen erilaisista toiminnoista selviytymiseen (Vuokila-Oikkonen & Keskitalo 2018, 164-165). Psykososiaalista toimintakykyä voidaan määritellä toiminnaksi, joka huomioi psyykkisen ja sosiaalisen puolen tasapainon ihmisen elämässä ja erilaisissa toimintaympäristöissä. Mielenterveyskuntoutuksessa yksi psykososiaalinen lähestymistapa on antaa ihmiselle uusia kokemuksia ja onnistumisen tunteita ja tätä kautta myös parantaa hänen elämänlaatuaan. Kuntoutumisprosessia mielenterveydenhäiriöistä ei voi verrata somaattiseen sairauteen, se vaatii usein moninkertaisesti enemmän, psyyken täytyy toipua mahdollisesta syrjäytymisestä ja osattomuuden tunteesta ja sairauden aiheuttamista toimintakyvyn muutoksista. Toipuminen voi alkaa hyvin pienistä asioista ja onnistumisen kokemuksista, kuten esimerkiksi ryhmätoiminnassa tallilla ja hevosten parissa (Romakkaniemi & Väyrynen 2011, 136, 143, 147.) Kuntouttavia toimintoja voidaan toteuttaa useilla erilaisilla tavoilla ja osallistujamäärillä, pääosassa on kuitenkin toimiva vuorovaikutus ja sosiaalisten taitojen ja itseohjautuvuuden kehittyminen. Voimavara- ja ratkaisukeskeisessä toimintaorientaatiossa pyritään löytämään olemassa olevat voimavarat ja autetaan rakentamaan niiden kautta uusia, jolloin ihmisen toimintakyky paranee aktiivisemmaksi toimijaksi omassa elämässään (Vuokila-Oik-

konen & Keskitalo 2018, 170-171. ; Nivala & Ryyänen 2019, 196). Turkan Ratsurinteellä pyritään sosiaalipedagogisen työskentelyotteen, sekä Green Care perustaisten menetelmien ja toimintojen avulla vahvistamaan hankkeen kohderyhmän kokonaisvaltaista arjen toimintakykyä ja hyvinvointia, jolloin voidaan puhua myös sosiaalisesta kuntoutuksesta (Tolvanen & Jääskeläinen 2016, 15). Green Care toiminnassa hyödynnetään luonnon antamia erilaisia vaihtoehtoja, joilla edistetään ja ylläpidetään ihmisten hyvinvointia ja pyritään parantamaan heidän elämänlaatuaan. Tämän toimintatavan peruselementtinä on kokemuksia antava osallistava toiminta, yhteisöllisyys taas lisää dialogisuutta ja vuorovaikutusta osallistujien välillä.

Sosiaalisen kuntoutuksen kehittämishankkeen (SOSKU-hanke) loppuraportin mukaan luontolähtöisistä ja eläinavusteisista menetelmistä ja niiden toimivuudesta tässä kuntoutusmuodossa on saatu hyviä kokemuksia. Sosku-hankkeessa toteutettiin muun muassa toimintaa, joka perustui sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan, joka perustuu kokemuksen kautta asioiden ymmärtämiseen ja oppimiseen ja sitä kautta toimintakyvyn kasvattamiseen. Sosku-osahankkeissa hyödynnettiin eri tavoilla toteutettua luonto- ja eläinperusteista kuntoutusta, sekä hyödynnettiin erilaisia taidelähtöisiä ja luovia toimintoja, kaikilla toiminnoilla todettiin olevan positiivinen ja voimaannuttava vaikutus (Raivio 2018, 40-41).

3.2 Osallisuus, mitä se on?

Osallisuus on tietynlainen tiedostamaton ja myös yksilöllinen ja kokemusperäinen asia, joka toteutuu, kun kuulumme erilaisiin yhteisöihin, sekä vaikutamme ja olemme vuorovaikutussuhteessa itsellemme tärkeisiin asioihin. Osallisuutta voidaan tarkastella yksilön, yhteisöjen ja yhteiskunnan eri toimintojen tasolla, kaikki nämä osa-alueet tukevat toisiaan ja ovat vuorovaikutuksessa keskenään (Nordling & Rissanen 2020, 29). Osallisuuden tunne kasvaa positiivisista kokemuksista, joissa ihminen kokee itsensä ja olemassaolonsa tärkeäksi ja merkitykselliseksi häntä ympäröivälle maailmalle, omalla olemassaololla on siis merkitystä ja tämän asian ymmärtämisellä on myös ihmisen itsetuntoa lisäävä vaikutus (Raivio 2018, 28, 32.) Käsitteenä osallisuus on laaja kokonaisuus, joka pitää sisällään elämän ja hyvinvoinnin eri osa-alueita, se koostuu erilaisista ja yksilöllisistä aineellisista ja aineettomista tarpeista, jotka pitäisi pystyä tyydyttämään jollain tasolla. (Isola ym. 2017, 9-10, 29).Pienistä puroista

syntyy vesimäärän kasvaessa isompi virta, joka vahvistuu ja kasvaa, tämä vertaus sopii myös ihmisen saamiin positiivisiin kokemuksiin ja niiden vaikutukseen omassa elämässä. Ihmisen pitäisi pystyä olemaan oman elämänsä suhteen toimija, jolloin hän pystyy vaikuttamaan erilaisiin itseään koskeviin asioihin ja olemaan itsenäisesti toimiva osa yhteiskuntajärjestelmää. Osallisuutta voisi kuvata syrjäytymisen ja erilais-ten toimintojen ulkopuolelle jäämisen vastakohtaksi, jolloin se on positiiviseksi kat-sottava tila (Nordling & Rissanen 2020, 29.) Erik Allardin mukaan ihmisillä on erilaisia ja yksilöllisiä tarpeita, jotka ovat osa kokonaisvaltaista hyvinvointia ja hän määritteli ne kolmeen eri pääluokkaan; having, loving ja being. Ne liittyvät yhteiskunnalliseen asemaan ja elintasoon, erilaisiin yhteisöllisyyden muotoihin ja jokaisen omiin koke-muksiin osallisuudesta tai osattomuudesta, jolloin kokonaisvaltaisesti voidaan puhua onnellisuudesta tai tyytyväisyydestä omaan elämään (Uusitalo & Simpura 2020, 581.) Osallisuuden edistäminen ja eriarvoisuuden vähentäminen on yksi sosiaalihuoltola-kiin määritellyistä lain tarkoituksista (Sosiaalihuoltolaki 1301/2014 1:1.4 §). Osallisuu-den kokemus on yksi sosiaalipedagogisen hevostoiminnan tavoitteista. Ihmisestä tu-lee talliyhteisössä ja hevosen kanssa touhutessaan aktiivinen osallistuja ja toimija, joka on vuorovaikutuksessa hevosen ja talliyhteisön kanssa (Pietilä 2019, 41-43.)

3.3 Sosiaalipedagoginen näkökulma

Sosiaalipedagogisesta näkökulmasta katsottuna osallisuutta edistetään ja vahviste-taan dialogisella vuorovaikutuksella, jonka tarkoituksena on antaa positiivisia koke-muksia ja vahvistaa ihmisen omaa toimijuutta (Nivala & Ryyänen 2019, 139-140). Sosiaalipedagogisessa ajattelussa keskeistä on ymmärtää kokonaisuutta, mihin kuu-luu itsemääräämisoikeus, joustavuus, osallisuuden merkitys, kyky ja halu muutok-seen, sekä innovatiivisuus toiminnoissa (Palola 2003, 83). Osallisuus tai sen puute on aina yksilöllinen kokemus, koska meillä kaikilla on erilaiset tarpeemme ja näke-myksemme itsellemme riittävästä hyvinvoinnista. Ihmisen ollessa osallinen esimer-kiksi omaan elämäänsä, hän tiedostaa tarpeensa ja pystyy pääsääntöisesti täyttä-mään ne ja vaikuttamaan oman elämänsä kokonaisuuteen (Koivisto, Isola & Lyytikäi-nen 2018, 8.) Osallisuuteen sisältyy niin sanotun normaalin elämän elementtejä, ku-ten vuorovaikutus, erilaisiin yhteisöihin kuuluminen, sosiaaliset suhteet ja vaikutus-mahdollisuus erilaisiin itselle tärkeisiin asioihin (Nivala & Ryyänen 2019, 138-139).

Sosiaalipedagogiikan ideologiassa integraatio eli kiinnittyminen johonkin, on keskeinen käsite. Sosialisaatioon sisältyy integraation tavoite ja mikäli prosessi onnistuu suunnitellusti, yksilö löytää oman paikkansa yhteiskunnassa kiinnittyen toimivaksi osaksi sitä. Emansipaatio yhdistetään läheisesti tähän tarkasteluun, se on muun muassa henkistä kasvua ja tämän kautta voimaantumista itsenäisyyteen ja yksilön omaan ajatteluun. Itsenäinen tai yhteisössä ja yhteiskunnassa tapahtuva vastuullinen toiminta on ulkoista emansipaatiota, sisäinen taas kehittää henkilökohtaisia voimavaroja. Emansipaatio on yksilön henkilökohtainen prosessi, jonka toteutumista voidaan vahvistaa sosiaalipedagogisin menetelmin erilaisia tuen tarpeita huomioiden (Nivala & Rynänen 2019, 152-154.) Elämän merkityksellisyys kasvaa, kun ihminen hallitsee oman elämänsä perusasioita ja kykenee vaikuttamaan niihin, näillä asioilla on merkitystä myös itsetunnon tai sen puuttumisen näkökulmasta katsottuna (Isola ym. 2017, 16, 23, 25.)

3.4 Luonto toipumisen lähteenä

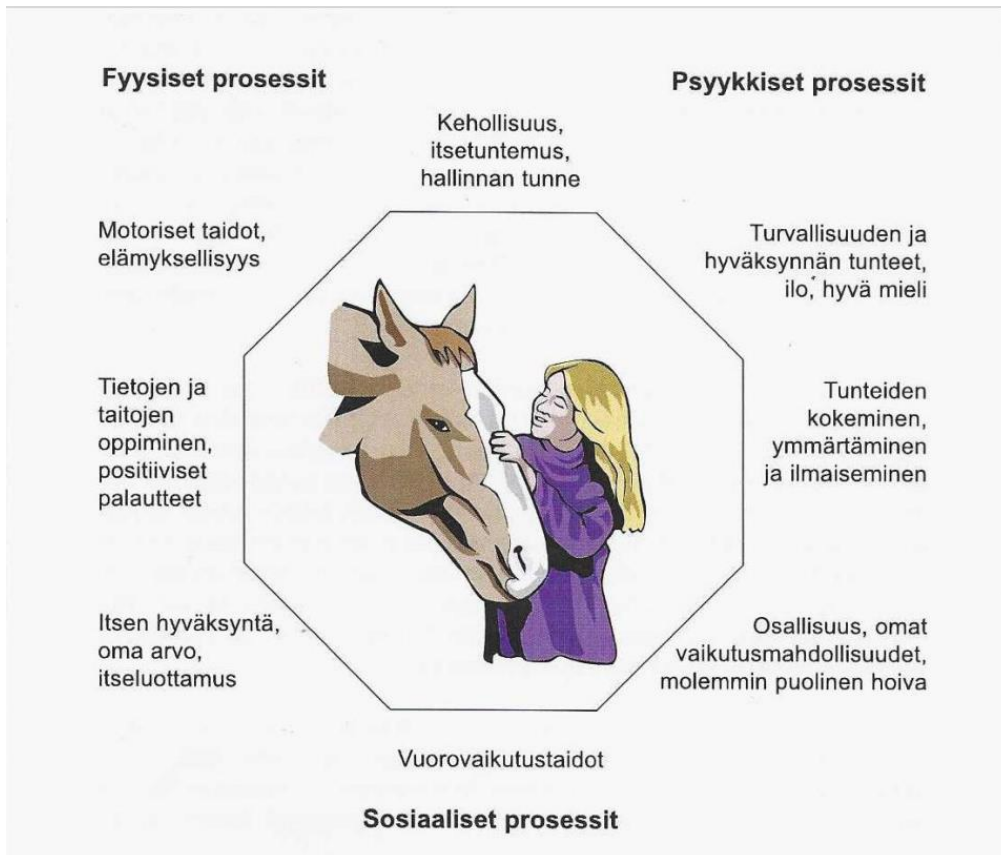
Ihminen on kokonaisuus, joka rakentuu useasta erilaisesta osa-alueesta, fyysisten ominaisuuksien lisäksi kokonaisuuteen kuuluu myös psykologinen osa-alue, joka on hyvin monitahoinen ja toiminnalliseen kokonaisuuteen suuresti vaikuttava. Luonnosta saatava voimaantuminen on ihmisessä itsessään tapahtuva psyykinen muutos, joka edesauttaa elämän hallinnan paranemista, vahvistaa yksilön omaa minäkuvaa ja parantaa osallisuuden kokemuksen saavuttamista (Mouhi 2017, 30). Luontoympäristö ja sen antamat, sekä mahdollistavat vaikutukset vahvistavat positiivisesti ihmistä sisältäpäin tunteiden ja ajattelun kautta, tällä on suora yhteys toimintatapoihin ja käyttäytymiseen (Niemelä 2019, 4-6.) Luonnon mahdollistama terapeuttinen vaikutus voi koostua useasta eri asiasta, kuten ympäristöstä ja toiminnallisuudesta siellä tai vain luonnon tarjoamien eri elementtien aistimisesta ja havainnoimisesta. Lähtökohtana on, että jokainen löytää itselleen parhaiten sopivan tavan hyödyntää näitä psykologisesti vahvistavia mahdollisuuksia (Kahilaniemi 2019, 52-53.) Kuntoutujan oman kokemuksen kautta tulevaa tietoisuutta siitä, mikä on parhaaksi hänelle itselleen täytyy kunnioittaa, myös pelkkä hiljainen läsnäolo on osallistumista (Yliviikari 2019, 167 ; Eskola 2019, 78).

TOLPPA-hankkeesta saatujen tulosten mukaan luonto- ja eläinavusteiset menetelmät ovat antaneet osallistuneille mielenterveyskuntoutujille paljon positiivisia kokemuksia elämän eri osa-alueilla ja parantaneet heidän toimintakykyään. Säännöllisesti tapahtuneet ryhmätoiminnot ovat mahdollistaneet yhteisöllisyyden kokemusten lisäksi uudet ystävyys- ja vuorovaikutussuhteet, jotka omalta osaltaan edesauttavat kuntoutumista. Ryhmänä oleminen luonto- ja maatilaympäristössä yhdessä toimien vahvistaa sosiaalisia taitoja ja edesauttaa yksilöä uusien toimintatapojen löytymisessä, toiminta on tällöin merkityksellistä ja voimaannuttavaa. Luontoympäristö antaa myös mahdollisuuden vain olla ja levätä miettimättä mitään tai tuntematta olemiseen tai tekemiseen kohdistuvaa henkistä painetta. *”Luonto rauhoittaa ja lumooa mielen”* (Eskola 2019, 77-79, 81-83.)

3.5 Hevonen kuntouttajana

Ihmisen ja hevosen vuorovaikutuksen on havaittu lisäävän sosiaalisia taitoja ja parantavan mielialaa. Hevoselle voi puhua omista asioistaan ja ajatuksistaan vapaasti, se kuuntelee, sekä antaa varauksetonta ja aitoa vastakaikua, läheisyyttä ja tarvittaessa lohtua (Vehmasto 2019, 25.) Hevonen toimijana ja kuntouttajana suhtautuu ihmiseen omana itsenään ennakkoluulottomasti ja aidosti, kykenee myös sanattomaan vuorovaikutukseen olemuksen ja käyttäytymisen kautta, se on peruspiirteiltään utelias, hyväntahtoinen ja yhteistyökykyinen eläin (Schulman 2005, 45). Hevosen omassa elinympäristössä toteutettavaan terapiaan liittyy paljon erilaista vuorovaikutusta hevosen kanssa ja niiden myötävaikutuksella, jo pelkkä hevosen katseleminen, kuunteleminen, haistaminen ja muun ympäristön aistiminen voi olla elämyksellinen kokemus. Hevosten parissa ja talliympäristössä saa uusia ystäviä ja kokemuksia, sekä oppii vastuullisuutta, ihminen tekee mielellään hevosten hyvinvoinnin takia erilaisia asioita. Hevonen olemuksellaan edustaa voimaa ja energiaa, samalla sen mukautuvaisuus, palvelualttius ja siihen saatu yhteys vahvistaa ihmisen itsetuntoa ja toimijuutta (Palola 2003, 85-86, 92, 164-165. ; Kuvio 1.) Tallilla ja hevosten parissa noudatetaan tasapuolisesti ja kaikille kävijöille samoja selkeitä sääntöjä ja toimintatapoja, jotka perustuvat hevosten hyvinvointiin, ihmisten turvallisuuteen ja ympäristön asettamiin vaatimuksiin (Palola 2013, 165). Ihmisen lähtökohdilla, sosiaalisella statuksella

tai ulkonäöllä ei ole talliympäristössä merkitystä, kaikki ovat samanarvoisia ja hevonen osaa osoittaa tämän kaikkia kohtaan samanarvoisella käyttäytymisellään ja suhtautumisellaan parhaiten.



Kuvio 1. Elämyksellisyys, ilo ja oppiminen (Liite: Ikäheimo. K. 2013, 166)

4 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

Minulle oli alusta alkaen selvää opinnäytetyön toteutusta miettiessäni se, että haluan työskennellä niin sanotusti kentällä ihmisten parissa opinnäytetyötä tehdessäni, sen materiaalia kerätessäni ja toiminnallista osuutta suunnitellessani. Hevoset ja luontoympäristö, sekä niiden antamien mahdollisuuksien ja mielenterveyskuntoutuksen yhdistäminen toisiinsa oli itselleni luonteva valinta toiminnallisen opinnäytetyöni aiheeksi osittain oman työ- ja elämäkokemukseni kautta. Olen toiminut hevosten kanssa lapsesta asti, pitänyt omaa tallia ja kasvattanut suomenhevosiä, luonto on ollut itselleni aina tärkeä elementti ja myös mielenterveyden ongelmat, sekä kyseessä oleva asiakasryhmä ovat aiemman koulutukseni ja työni kautta tulleet tutuiksi, koen heidän hyvinvointinsa tärkeäksi ja merkitykselliseksi asiaksi.

4.1 Suunnittelua ja käytännön toteutusta

Opinnäytetyöni toiminnallisen osuuden tein Oulussa Turkan Ratsurinteellä, joka on yksi hankkeen osatoteuttajista sosiaalipedagogisella hevostoiminnallaan. Tallikompleksi sijaitsee maaseutumaisessa ympäristössä Sanginsuussa Oulujoen rannalla, antaen hyvät puitteet luontolähtöiseen sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan. Marraskuussa 2021 pidin Satu Turkan kanssa palaverin Turkan Ratsurinteellä ja tuolloin tapahtuma, minkä suunnittelisin ja toteuttaisin, jäi vielä avoimeksi. Ainoa selvä asia tuolloin oli se, että osallistuisin viikoittain kokoontuvan hankeryhmän toimintoihin ja näin pääsisin osallistamaan ryhmäläisiä toiminnan suunnitteluun heidän toiveitaan ja ajatuksiaan kuuntelemalla. Tein itsestäni ja opinnäytetyöstäni esittelyn ryhmän toimintoihin osallistuville jaettavaksi. (LIITE 1) Opinnäytetyöni käytännön suunnittelun ja toteutuksen aikana havainnoin osallistujia ja heidän toimintaansa, sekä kokonaisvaltaista olotilaansa hevosten ja luonnon parissa toimiessaan käymiemme keskustelujen lisäksi ja leirin loppuksi tein avoimen ryhmähaastattelun osallistujille nauhoittaen keskustelun ja litteroimalla nauhoitteeni. Asiakkailta näin saatu materiaali tämän kokemuksen merkityksestä heille itselleen oli tärkeää opinnäytetyöni kannalta mutta myös toiminnan kehittämisen näkökulmasta katsottuna. Opinnäytetyössäni olevat valokuvat on otettu viikoittaisista ryhmätoiminnoista ja suunnittelemani leiriltä. Kuvien tarkoituksena on konkreettisesti näyttää käytännön toteutusta sosiaalipedagogisesta

hevostoiminnasta ja sitä, miten pienetkin asiat voivat kokemuksellisia ja voimaannuttavia.

Turkan ratsurinteellä järjestetään viikoittain sisällöltään erilaisia ja vaihtelevia ryhmätoimintoja Henki ja elämä hankkeen asiakaskunnalle. Torstaisin kokoontuvaan viikkoryhmään osallistuakseen ei tarvinnut ilmoittautua etukäteen ja tämän takia paikalla olevien ihmisten määrässä oli ajoittain suuria vaihteluita, mikä asetti toiminnalle myös omat haasteensa käytännön toteutuksen suhteen ja vaati ajoittain tilannekohtaista luovuutta tallin henkilökunnalta. Osallistujia jouduttiin jakamaan välillä useampaan ryhmään ja myös avustavista henkilöistä oli tällöin pula, koska ihmisten toimintakyvyssä saattoi olla suuria eroja. Rajasin opinnäytetyöni niihin henkilöihin, jotka osallistuivat säännöllisesti viikoittaiseen ryhmätoimintaan ja lopuksi järjestettävään leiriin, jolloin tehty työ vastasi tarkoitustaan.

Torstaisin tapahtuva ryhmätoiminta toteutettiin iltapäivisin, pääsääntöisesti klo 11.30–14.30 välisenä aikana ennen tallin normaalin tuntitoiminnan alkamista. Toiminta aloitettiin aina hevosten tarhasta hakemisella ja hoitamisella, minkä jälkeen tapahtui kyseiselle päivälle suunniteltu aktiviteetti. Ratsastus oli toiminnoista suosituin aktiviteetti, mutta hevosilla myös ajettiin kärryillä, harjoiteltiin agilityä, tehtiin metsäkävelyjä niitä taluttaen ja perehdyttiin yleisesti asioihin, mitkä vaikuttavat hevosten hyvinvointiin, sekä siihen miten ihminen voi näihin asioihin vaikuttaa. Varusteiden puhdistus ja tallin siisteydestä huolehtiminen jokaisen osallistujan taholta oli yksi hyvistä käytännöistä ja myös hevosten ruokintaan oli mahdollisuus osallistua. *”Hevosen avulla pyritään osoittamaan asiakkaalle niiden asioiden tärkeys, joista oma hyvinvointi syntyy, kuten puhtaus, terveellinen ravinto, säännölliset ruoka-ajat, sopiva liikunta ja riittävä lepo”* (Okulov 2019, 18).



Kuva 1, Metsäretkellä ponien kanssa



Kuva 2, Ratsastusta kentällä

Osallistuneiden henkilöiden toimintakyvyssä oli suuria eroavaisuuksia, osa tarvitsi huomattavan paljon ohjausta ja apua ja oli heitä, jotka pystyivät toimimaan itsenäisesti hevosen kanssa. Ryhmän jäsenet auttoivat toinen toisiaan ja tarvittaessa toimivat pareittain hevosta hoitaessaan, jolloin kukaan ei jäänyt osattomaksi mistään toiminnan osa-alueesta. Osallistujat liikkuvat pääsääntöisesti samalla linja-autolla, jolloin ryhmän sosiaalista kanssakäymistä oli mahdollisuus jatkaa myös kotimatalla takaisin kaupunkiin. Kulkuyhteydet julkisilla liikennevälineillä olivat suhteellisen huonot, vuoroja oli vähän ja aktiviteetin jälkeisen odotuksen aikana jäi aina aikaa porinoihin, jolloin vuorovaikutus jatkui luontevasti. Tallille tuleminen, vaikka se vaati aikaa ja vaivaa, kertoo ryhmän sitoutuneisuudesta ja motivaatiosta hevosavusteista toimintaa kohtaan.

Osallistuin tammi-huhtikuun 2022 aikana yhtenä ohjaajana tähän Turkan ratsurinteen järjestämään mielenterveyskuntoutujille suunnattuun luonto- ja hevosavusteiseen ryhmätoimintaan lähes viikoittain (LIITE 7). Kerroin ryhmän vakio kävijöille, jotka olivat myös suunnittelemani leirin osanottajia, heti ensimmäisellä osallistumiskerrallani tekemani opinnäytetyötä Henki ja Elämä hankkeelle, sekä opinnäytetyöni tarkoituksesta ja sen toteutuksesta. Jaoin kevään aikana infokirjeitä (LIITE 2) ja pyysin kirjallisen suostumuksen osallistumisesta opinnäytetyöni materiaalin hankintaan. (LIITE 3) Ryhmän toimintoihin osallistumisen lisäksi suunnittelin ja olin mukana toteuttamassa toukokuussa 2022 kaksi päivää kestäneen ratsastusleirin järjestelyineen ja ohjelmineen. Mahdollisuuksien mukaan huomioin ryhmän jäsenten keskusteluissamme esittämiä toiveita leirin käytännön järjestelyjen ja ohjelman suhteen, osallistaen heitä näin leirin suunnitteluun myös suunnittelupalaverin jälkeen.(LIITE 7) Osallistujat osasivat hyvin kertoa mitä halusivat, mutta myös sen mitä eivät halunneet tehdä, esimerkiksi ruoan valmistukseen he eivät halunneet osallistua. Osallistujien toiveet yhteisessä suunnittelupalaverissa olivat hyvin realistisia ja helposti toteutettavissa, he pääsivät ulkosaunaan ja paljuun, maastoretkelle ja myös hevoskaveri oli sama koko leirin ajan.

”Saunominen ja paljuilu olisi kivaa”

”Saatasko me pitää sama hevonen koko leirin ajan?”

”Maastoreissu olis kyl oltava”

4.2 Ratsastusleirin suunnittelu

Osallistuttuani kevään aikana hankkeen kohderyhmän toimintoihin oli vuorossa pää-tavoitteeni, toiminnallisen tapahtuman suunnittelu ja organisointi ryhmän toiveita kuunnellen. Ratsastusleiri järjestettiin 12-13.5.2022 ja leirin toiminnot suunniteltiin va-likoituneelle osallistujaryhmälle, toimintakyvyn piti olla riittävä itsenäiseen suoriutumiseen ohjattuna. Toimin myös yhtenä leirin ohjaajana, huolehdin oheisohjelmasta ja käytännön asioiden järjestelyistä ja sujuvuudesta ryhmän osalta ja olin heidän muka-naan koko leirin ajan sen eri käytännön toiminnoissa.

Osallistujamäärä oli rajattu, sekä toimintakyvyn mukaan määritelty ja leirille piti ilmoit-tautua määräaikaan mennessä, myös tallin majoituskapasiteetti rajasi omalta osal-taan osallistujamäärää (LIITE 4) Leirin tarkoituksena oli palvella kohderyhmän tarpei-den lisäksi Turkan Ratsurinnettä ja sen hanketoiminnalleen asettamia tavoitteita (Vilkka & Airaksinen 2003, 9, 38.)

4.3 Ratsastusleirin toteutus

Leiri aloitettiin torstaina 12.5. klo 9.30 lähteneellä yhteiskuljetuksella Oulun Toripa-kasta, joka sijaitsee keskustassa ja oli kaikille seitsemälle osallistuneelle yhtä hyvien linja-autoyhteyksien varrella (LIITE 5). Saavuttuaan Turkan Ratsurinteelle osallistujat majoittuivat tallitupaan ja söivät välipalaa, minkä jälkeen alkoi päivän hevostoiminta. Hevoset oli jaettu valmiiksi jokaiselle ryhmäläiselle ja heidän toiveidensa mukaisesti sama hevonen oli työkaverina koko leirin ajan. Hevoset haettiin tarhasta, harjattiin ja varusteltiin kentällä tapahtuvaa ratsastustuntia varten, tunti oli rakennettu siten, että kaikki pystyivät osallistumaan tasapuolisesti. Tunnin jälkeen hevoset hoidettiin, niitä taluteltiin tallialueella ja vietiin takaisin ulkotarhoihin lajitovereidensa seuraan. Ruo-kailun jälkeen oli suunnitelmissa pitää lepopetä, mutta tämä ei toteutunut, koska osa ryhmäläisistä halusi toimintaa, joten teimme kävelylenkin poneja taluttaen. Illan ai-kana pelasimme yhdessä mölkkyä, sekä ruokailimme pihapiirissa olevassa kodassa paistaen nuotiolla makkaraa ja keittäen nokipannukahvit. Illan kohokohta oli ulkosau-nan lämmitys ja paljuilu, samalla sai nauttia maalaismaisemasta ja näköetäisyydellä olevista hevosista ulkotarhoissaan. aktiviteetteihin osallistuminen oli vapaaehtoista ja kaikki osallistujat eivät halunneet saunoa. Nukkumaan leiriläiset menivät oman totu-

tun aikataulunsa mukaisesti, toiset varhain ja toiset paljon myöhemmin, tämä järjestely toimi kaikkien osalta hyvin. Yksi osallistujista ei aikomuksistaan huolimatta pystynyt yöpymään yhteismajoituksessa vaan halusi kotiin nukkumaan, hänelle järjestyi kuljetus ja hän saapui toiselle leiripäivälle linja-autolla.



Kuva 3, Sauna lämpiää



Kuva 4, Paljuilemassa



Kuva 5, Iltakävelyllä

Leirin toisena päivänä toiminta alkoi ruokailun jälkeen aamutallilla eli hevosten ruokkimisella ja karsinoiden siivouksella, lisäksi innokkaimmat ja energisimmät leiriläiset siivosivat yhdessä hevostarhaa. Päivän odotetuimpana aktiviteettinä oli maastoratsastus Pilpasuon laavulle, kaikki leiriläiset eivät uskaltaneet maastoon, joten nämä henkilöt jäivät kentälle kokeilemaan hevosagilityä. Maastossa oli mukana neljä leiriläistä ja heidän vetäjänään toimi yksi ohjaaja. Oma toimenkuvani maastoretkellä oli ajaa tallihenkilökunnan jäsenen kanssa etukäteen mönkijällä laavulle, viedä peräkärnyllä evästarvikkeet ja polttopuut ja valmistella laavu nuotioineen tulijoita varten valmiiksi. Oli nautinnollista istua nuotiolla luonnon keskellä, katsella nuotiota, kuunnella ympäröivää hiljaisuutta ja luonnon ääniä, sanoja ei aina tarvita, läsnäolo on myös osallistumista. Lähtö laavulta tuntui hieman haikealta, sen myötä viimeinen leiripäivä alkoi olla loppusuoralla ja kotiinlähtö hämmötti edessä. Ennen kuin ryhmä lähti laavulta takaisin, valokuvasin jokaisen leiriläisen ”oman” hevosensa kanssa ratsailla, luonto taustana valokuvissa oli mitä mainioin.



Kuva 3, Tarhan siivousta



Kuva 7, Saapuminen laavulle



Kuva 8, Retkievästä laavulla



Kuva 9, Polle "parkissa"

Tallilla hevoset hoidettiin ja vietiin tarhoihin, minkä jälkeen aloimme orientoitumaan ruokailuun ja lähtökahveihin, Satu Turkka toimi pääkokkina koko leirin ajan ja huolehti muonituksesta valmistuen ruoat omassa keittiössään, mistä ne haettiin tallitupaan. Ruokailun jälkeen toteutin ryhmämuotoisen avoimen haastattelun, jonka nauhoitin litterointia varten ja ennen paluukuljetusta myös Satu kävi kysymässä leiriläisten mietteitä kuluneesta kahdesta päivästä. Tavaroiden pakkaamisen jälkeen siistimme tallituvan yhdessä leiriläisten kanssa seuraaville tulijoille ja sen jälkeen leiri päättyi. Hyvästelyjen ja valokuvapaperille tulostettujen ottamieni kuvien jakamisen jälkeen osallistujat palasivat yhteiskuljetuksella takaisin Oulun keskustaan lähtöpaikkaansa Toripakkaan.

4.4 Haastattelu

Haastattelu toteutettiin vapaamuotoisena ryhmähaastatteluna, jossa osallistujat kommunikoivat toistensa kanssa vapaasti, itse johdattelin keskustelua kysymyksillä; Mitä hanke ja hevostoiminta on antanut teille, onko tullut muutosta arkeen? Mitä hevostoiminta ja tämä ympäristö teille merkitsee? Haastattelun aikana korostui ryhmän toistensa tukeminen ja kannustaminen, myös erityiset onnistumiset huomioitiin kehujen muodossa. Vuorovaikutus ja keskinäinen kommunikaatio oli sujuvaa ja vaivatonta ja myös itseäni haastattelutilanteessa suhtauduttiin luontevasti, olinhan kulkenut heidän kanssaan samaa matkaa koko kevään ajan.

Hevonen antaa omalla olemuksellaan ja perusluonteeseensa kuuluvan ominaisuutensa takia välitöntä vastakaikua ja hyväksyntää sitä lähestyvälle ja sen kanssa olevalle ihmiselle. Hevonen pystyy sanottomaan, mutta hyvin ymmärrettävään kommunikatioon ja on hyvä aistimaan ihmisen tunteet ja mielentilan, sekä antamaan kaivattua vastakaikua.



”Hevonen antaa jotain semmost läheisyyttä ja sanatonta juttua, ei kaikkia ihmisiä voi lähestyä samalla tavalla tai ees pääse lähelle, jotain semmosta varmaan”

Kuva 10, Pelkkä läheisyys riittää

Talliympäristön antaman mielekkään tekemisen kautta ja hevosen omassa elinympäristössä toteutettavaan terapiaan liittyy paljon erilaista vuorovaikutusta hevosen kanssa ja niiden myötävaikutuksella. Hevosten parissa ja talliympäristössä saa uusia ystäviä ja kokemuksia, sekä pääsee erilaisten ihmisten kanssa tapahtuvaan vuorovaikutukseen tai sen opetteluun.

”Hakeeko sitä sitä vuorovaikutusta tätä kautta, et pystys niinku oleen”

”Pääsee eri ympäristöön, irtautuu siitä omasta elämästä”

Itselleen sopiva ja mielekäs tekeminen edesauttaa motivoitumista ja sitoutumista ja tätä kautta edistää arjen hallintaa ja toimintakykyä, ihminen tekee mielellään hevosten itsensä ja niiden antaman hyvinvoinnin takia erilaisia asioita.

”En olis noussut sängystä ylös, jos ei olis ollu tallille tuloa”

"Joskus tekis mieli jättäytyä poies jos tietää et on tylsää tulossa, mut sit tulee fiilis et kyl mä lähen

Hevonen on iso ja vahva eläin, joka edustaa voimaa ja energiaa, samalla sen muokautuvaisuus, palveluallttius ja siihen saatu yhteys vahvistaa ihmisen itsetuntoa ja toimijuutta. Toipuminen voi alkaa hyvin pienistä asioista ja onnistumisen kokemuksista, kuten esimerkiksi ryhmätoiminnassa tallilla ja hevosten parissa, toipumiseen kuluu myös vastoinkäymisten hyväksyminen ja niistä selviytyminen.

"Oon oppinu toimimaan hevosten kanssa vaik on ollu välillä haastavaa" "Tallilla käynti on tuonu vaihtelua, oon oppinu luottamaan hevoseen"

"No joo, onnistumisista tulee hyvä fiilis, mut jos epäonnistuu se voi välillä vähän romahduttaa"

Luonnon mahdollistama terapeuttilinen vaikutus voi koostua useasta eri asiasta, kuten ympäristöstä ja toiminnallisuudesta siellä tai vain luonnon tarjoamien eri elementtien aistimisesta ja havainnoimisesta. Hevonen ja sen kanssa luonnon rauhassa vietetty aika....

"Maatila ja elukat ja luonto likellä, täällä on perhosii ja ampiaisii, linnut laulaa"

Leirin aikana Turkan ratsurinteellä oli iltaisin klo 16.00 jälkeen normaalisti tuntitoimintaa, sekä paljon ihmisiä ja osittain tämän takia yksi ryhmäläisistä toi esiin oman ulkopuolisuuden kokemuksensa tilanteessa, missä tallilla oli paljon muitakin toimijoita heidän lisäksi. Ensimmäisen illan oheisohjelman oli tarkoitus paikata tätä aikaa, jolloin ryhmä ei voinut toimia hevosten kanssa, mutta ulkopuolisuuden tunne pääsi hiipimään hänen mieleensä.

" mää katoin hirveesti niinku mä olisin täällä vain ulkopuolisena käymässä, tai silleen niinku.

5 POHDINTA

Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan avulla pyritään siihen, että kuntoutuja voi oppia ja omaksua asioita käytännön toiminnan kautta, yhtenä yhteisön jäsenenä. Ryhmä oli talliyhteisössä toimiessaan toisiaan kannustava ja tukeva, he toimivat tarvittaessa yhteistyössä auttaen toinen toisiaan, mikäli joku tarvitsi hevosensa kanssa apua. Positiiviset vaikutukset syntyvät ryhmätyöskentelyssä osallistumisen, vuorovaikutuksen, oman tekemisen ja siinä onnistumisen, sekä osallisuuden kokemusten kautta. Hevonen olemuksellaan edustaa voimaa ja energiaa, samalla sen mukautuvaisuus, palvelualltius ja siihen saatu yhteys vahvistaa ihmisen itsetuntoa ja toimijuutta. Ryhmän mukana kulkemani matkan aikana pääsin todistamaan suuria edistysaskelia itseluottamuksen ja toimintakyvyn lisääntyessä erään osallistujan kohdalla, jonka toimintakyky oli kokonaisvaltaisesti heikko. Hän uskalsi tammikuussa harjata hevosta, kevään aikana nousi ratsaille istumaan, otti myöhemmin muutamia askelia ja lopulta leirin aikana ratsasti ihan ”kunnolla”. Toiminta on tavoitteellista ja talliyhteisössä, sen erilaisissa toiminnoissa ja vuorovaikutuksessa saa työkaluja myös oman elämän hallintaan ja arjen eri toimintoihin. Hevosten kanssa ja tallilla toimiessaan oppii esimerkiksi säännöllisen levon, ruokailun ja puhtauden tärkeyden, sekä sääntöjen ja ohjeiden noudattamisen merkityksen, nämä ovat perusasioita, jotka jokainen voi rinnastaa omaan elämäänsä. Kevään aikana havaitsin myös kuinka sitoutuneita ja motivoituneita ryhmän jäsenet olivat toimintaan, tallille lähtö saattoi olla syy nousta sängystä ylös sinä päivänä.

Sosiaalipedagogista hevostoimintaa ei pidä sekoittaa ratsastusterapiaan, koska tavoitteet ja painotus ja kohderyhmätkin ovat näissä kuntoutusmuodoissa erilaisia. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta pohjautuu yksilön kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin psyykkisen ja sosiaalisen kuntoutumisen kautta, jolloin ihminen oppii ymmärtämään muutoksen mahdollisuuden myös omassa elämässään. Turkan Ratsurinteellä ympäröivä luonto ja maaseutu ympäristö tuo oman lisänsä kokonaisvaltaiseen hyvinvoinnin kokemukseen, haastattelussa tulivat esiin myös luonnon ja ympäristön antamat positiiviset kokemukset hevostoiminnan lisäksi. Kyse ei ole siis terapiasta, vaan kokonaisvaltaisesta toiminnasta, jolla vahvistetaan kuntoutujaa sisältä päin, tätä asiaa kuvaamaan sopii hyvin usein käytetty sanonta ”älä anna kalaa vaan opeta kalasta-

maan”. Sosiaalipedagogisen teorian yhdistäminen käytäntöön näkyy hevosavusteisessa toiminnassa selkeästi ja hevosta eläimenä pystyy hyödyntämään tavoitteiden saavuttamisessa erittäin hyvin.

Pääsin matkani aikana sukeltamaan syvälle sosiaalipedagogisen hevostoiminnan antamiin mahdollisuuksiin ja sen vaikuttavuuteen kuntoutusmuotona käytännön toimintaan osallistumalla, ryhmän toimintaa havainnoimalla ja olemalla vuorovaikutuksessa heidän kanssaan. Oma taustani hevosihmisenä helpotti asiaa, tunsin hevosen käyttäytymisen ja kielen entuudestaan, jäinkin miettimään miten oma lapsuuteni ja nuoruuteni talliyhteisössä on vaikuttanut minuun ja kasvattanut minusta sen ihmisen, mikä nyt olen?

Sosiaalipedagogista hevostoimintaa voidaan ja sitä myös tulisi käyttää yhtenä sosiaalisen kuntoutuksen muotona mielenterveyskuntoutuksessa vakiintuneesti ja laajemmaltikin. Tämän kuntoutusmuodon käyttäminen mielenterveyskuntoutuksessa hanketoiminnan ulkopuolella edellyttäisi uuden oivaltamista, toimintatapojen muutosta ja avarakatseisuutta sosiaalisesta kuntoutuksesta päättävillä tahoilla. Hevosalan toimijoita riittää ja usealla heistä on myös koulutusta sosiaalipedagogisen hevostoiminnan järjestämiseen, tämä tukisi myös luonto- ja eläinpalvelualojen yrittäjyyttä.



” Hei, tuu tänne, meillä on sulle asiaa ”

LÄHTEET

Eskola, J. 2019. TOLPPA-hankkeen toiminnallisuus ja kokemuksellisuus. Teoksessa M. Ylilauri & A. Yliviikari (toim.) Kohti luonnollista hyvinvointia. Näkökulmia luontoperustaisen toiminnan kehittämiseen. Levon-instituutin julkaisuja 143.

Eskola, J, Lätti, J & Vastamäki, J. 2018. Teemahaastattelu: Lyhyt selviytymisopas. Teoksessa R. Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Keuruu: Otavan Kirjapaino, 28, 29-30, 36

Heikkinen, H. 2015. Toimintatutkimus; Kun käytäntö ja tutkimus kohtaavat. Teoksessa R. Valli & J. Aaltola (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Juva: Bookwell Oy, 204-205, 208,

Helin, M., Jäppinen, S., Launis, V & Spoof S K. (toim) 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Viitattu 21.11.2021 https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf

Isola, A-M., Kaartinen, H., Leemann, L., Lääperi, R., Schneider, T., Valtari, S. & Keto-Tokoi, A. 2017. Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa. Viitattu 22.11.2021 https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135356/URN_ISBN_978-952-302-917-0.pdf?sequence=1&Allowed=Y

Kahilaniemi, E. 2019. Luontoavusteisten menetelmien hyödyntäminen sosiaali-, terveys- ja kasvatustieteillä. Teoksessa M. Ylilauri & A. Yliviikari (toim.) Kohti luonnollista hyvinvointia. Näkökulmia luontoperustaisen toiminnan kehittämiseen. Levon-instituutin julkaisuja 143. Vaasa: Vaasan Yliopisto, Levon-instituutti, 52-53

Kallinen, T & Kinnunen, T. 2022. Etnografia. Viitattu 10.12.2022 <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/metodologia/kvaliteetti/teoreettiset-metodologiset-viitekehukset/etnografia/>

Kananen, J. 2014. Etnografinen tutkimus. Miten kirjoitan etnografisen opinnäytetyön? Jyväskylä: Suomen Yliopistopaino Oy-Juvenes Print

Kohonen, I., Kuula-Luumi, A. & Spoof, S-K. (toim.) 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja 3:2019. Viitattu 21.11.2021

https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/lhmistieteiden_eettisen_ennakkoarvioinnin_ohje_2020.pdf

Koivisto, J., Isola, A-M. & Lyytikäinen, M. 2018. Osallisuus kuuluu kaikille :Innokylän innovaatiokatsaus. Viitattu 22.11.2022 <https://www.julkari.fi/handle/10024/136074>

Mouhi, T. 2017. Toimijuus ja osallisuus valtaistumisen ja voimaantumisen välineenä Green Care-toiminnassa. Teoksessa T. Leppänen & A. Jääskeläinen (toim.) Luontoa elämään – toimintamalleja osallisuuden ja toimintakyvyn vahvistamiseksi. Luontoa elämään – luontoa kuntoutukseen teemajulkaisu 3/3.Luontoa elämään! Toimintakykyä ja osallisuutta luontolähtöisillä menetelmillä ja palveluilla hanke. Sarja B Tutkimusraportit ja kokoomateokset 24/2017. Viitattu 22.11.2022 <https://www.theseus.fi/handle/10024/139535>

Niemelä, M. 2019. Luonto puhuttelee ihmisen sielua. Teoksessa M. Ylilauri & A. Yli-
viikari (toim.) Kohti luonnollista hyvinvointia. Näkökulmia luontoperustaisen toiminnan kehittämiseen. Levon-instituutin julkaisuja 143. Vaasa: Vaasan Yliopisto, Levon-instituutti, 4-6

Nivala, E & Ryytänen, S. 2019. Sosiaalipedagogiikka. Kohti inhimillisempää yhteiskuntaa. Tallinna: Printon Trukikoda

Nordling, E & Rissanen, P. 2020. Mielenterveystyö uudistuu. Toipumisorientaation teoreettiset lähtökohdat. Viitattu 22.11.2021 <https://www.julkari.fi/handle/10024/140792>

Okulov, S. 2019. Teorialle rakentuva ammatillisuus sosiaalipedagogisessa hevostoinnassa. Teoksessa M,Lipponen & E. vehmasto (toim.) Sosiaalipedagoginen hevostointa: Sosiaalista kasvua, hyvinvointia ja kuntoutumista tukevia palveluita hevosavusteisesti. Luonnonvara- ja biotalouden tutkimus 78/2019. Luonnonvarakeskus. Helsinki, 18. Viitattu 25.1.2023 <https://jukuri.luke.fi/handle/10024/544978>

Palola, L. 2003. LAUKKI-PROJEKTI. Ratsastusterapia psykososiaalisena kuntoutuksena. Teoksessa O. Linnossuo (toim.) Sosiaalinen ja toiminnallisterapeuttinen työ nuorten kanssa. Turun Ammattikorkeakoulun oppimateriaaleja 4. Turku: Turun kaupungin painatuspalvelut, 85-86, 92

Palola, L. 2013. Ratsastusterapian mahdollisuudet lasten ja nuorten psykososiaalisessa kuntoutuksessa. Teoksessa K, Ikäheimo (toim.) KARVATERAPIAA. Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Yliopistopaino Helsinki, 165, 166

Pietilä, J. 2019. Hevosen toimijuus sosiaalipedagogisessa hevostoiminassa. Teoksessa M, Lipponen & E. Vehmasto (toim.) Sosiaalipedagoginen hevostoiminta: Sosiaalista kasvua, hyvinvointia ja kuntoutumista tukevia palveluita hevosavusteisesti. Luonnonvara- ja biotalouden tutkimus 78/2019. Luonnonvarakeskus. Helsinki, 25. Viitattu 25.1.2023 <https://jukuri.luke.fi/handle/10024/544978>

Pohjola, A. 2007. Eettisyyden haaste tutkimuksessa. Teoksessa L. Viinamäki & E. Saari (toim.) Polkuja soveltavaan yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen. Jyväskylä; Gummerus Kirjapaino Oy, 11-12, 14

Puuronen, V. 2007. Etnografinen tutkimus. Teoksessa L. Viinamäki & E. Saari (toim.) Polkuja soveltavaan yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen. Jyväskylä; Gummerus Kirjapaino Oy, 102-103, 105

Raivio, H. (toim.) 2018. Enemmän sosiaalista toimintakykyä, lisää osallisuutta! Yhteiskehittäen vaikuttavampaa sosiaalista kuntoutusta. Sosiaalisen kuntoutuksen kehittämishankkeen (SOSKU) 2015-2018 loppuraportti. Viitattu 22.11.2022 https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/136144/URN_ISBN_978-952-343-070-9.pdf?sequence=1&Allowed=y

Romakkaniemi, M & Väyrynen, S. 2011. Päihde- ja mielenterveyskuntoutujien kokemuksia psykososiaalisesta kuntoutuksesta. Teoksessa A. Järvikoski, J. Lindh & A. Suikkanen (toim.) Kuntoutus muutoksessa. Tampere: Juvenes Print, 136, 143

Saari, E. 2007. Mitä – Pitäkö tutkijan olla myös käytännön toimija? Teoksessa L. Viinamäki & E. Saari (toim.) Polkuja soveltavaan yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen. Jyväskylä; Gummerus Kirjapaino Oy, 122

Schulman, A. 2005. Hevostaitoa tunteella: Menetelmä sosiaalipedagogisen hevostoiminnan pohjalla. Teoksessa S. Okulov & K. Koukkari (toim.) Ratsastuspedagogiasta sosiaalipedagogiseksi hevostoiminnaksi – sosiaalipedagogisen hevostoiminnan perusteet ja sovellukset täydennyskoulutuksen kokemuksina. Kuopio: Kopijyvä, 45

Sosiaalihuoltolaki 30.12.2014/1301

Tolvanen, T & Jääskeläinen, A. 2016. Osallisuutta vahvistavan ja luontoon tukeutuvan kuntoutustoiminnan malli. Luontoa elämään, luontoa kuntoutukseen – teemajulkaisu 1/3. Sarja B. Raportit ja selvitykset 19/2016. Lapin ammattikorkeakoulu. Rovaniemi 2016. Viitattu 22.11.2022 <https://www.theseus.fi/handle/10024/121778>

Uusitalo, H & Simpura, J. 2020. Erik Allardt hyvinvoinnin tutkijana. Yhteiskuntapolitiikka 85 (2020): 5-6, 581. Viitattu 22.11.2022 https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/140729/YP2005-6_Uusitalo%26Simpura.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Vilka, H & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä; Gummerus Kirjapaino Oy

Vehmasto, E. 2019. Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan vaikuttavuuden todentaminen edellyttää monimuotoisia tutkimusmenetelmiä. Teoksessa M, Lipponen & E. Vehmasto (toim.) Sosiaalipedagoginen hevostoiminta: Sosiaalista kasvua, hyvinvointia ja kuntoutumista tukevia palveluita hevosavusteisesti. Luonnonvara- ja biotalouden tutkimus 78/2019. Luonnonvarakeskus. Helsinki, 25. Viitattu 25.1.2023 <https://julkuri.luke.fi/handle/10024/544978>

Vuokkila-Olkkonen, P & Keskitalo, E. 2018. Sosiaalisen kuntoutuksen voimavara- ja ratkaisukeskeiset menetelmät. Teoksessa H. Kostilainen & A. Nieminen (toim.) Sosiaalisen kuntoutuksen näkökulmia ja mahdollisuuksia. Tampere: Juvenes Print Oy, 164-165, 170-171

Yliviikari, A. 2019. Tutkimuksellisen vaikuttavuustiedon ja ammattillisen kokemustiedon roolit luontolähtöisen toiminnan kehittämisessä. Teoksessa M. Ylilauri & A. Yliviikari (toim.) 2019. Kohti luonnollista hyvinvointia. Näkökulmia luontoperustaisen toiminnan kehittämiseen. Levon-instituutin julkaisuja 143. Vaasa: Vaasan Yliopisto, Levon-instituutti, 167

LIITTEET

- Liite 1. Esittely itsestäni hankkeen osanottajille
- Liite 2. Infokirje opinnäytetyöstä
- Liite 3. Suostumuslomake opinnäytetyön materiaalia varten
- Liite 4. Mainos ratsastusleiristä ja ohje ilmoittautumiseen
- Liite 5 Leirikuljetuksen ohje osallistujille
- Liite 6 Valokuvia
- Liite 7 Havaintomatriisi

Liite 1.



Helon Vilma 2v. ja mie ite



Helon Huijari & Antinori 2v. oripojat



Helon Hurmuri 2v. Äimiskän orinäyttelyssä 2007

Hei teille kaikille!

Olen Rytingin Päivi Pudasjärveltä ja opiskelen sosionomiksi Lapin Ammattikorkeakoulussa. Teen opinnäytetyöni Henki ja elämä hankkeessa Turkan Ratsutilan toiminnoissa. Työni käsittelee luonto- ja hevostoiminnan tuomia erilaisia vaikutuksia teidän arkeenne.

Hevoset ja luontoympäristö, sekä niiden antamien mahdollisuuksien ja mielenterveys kuntoutuksen yhdistäminen toisiinsa oli itselleni luonteva valinta opinnäytetyöni aiheeksi. Olen touhunnut hevosten kanssa lapsesta asti, luonto on itselleni tärkeä elementti ja myös mielenterveyden häiriöt ovat aiemman työni ja myös läheiseni sairastumisen kautta tulleet tutuiksi.

Opinnäytetyössäni on tarkoitus suunnitella ja toteuttaa hankkeen puitteissa Ratsutilalla myöhemmin tapahtuvaa toimintaa teitä osallistaen eli ideoida käytännön toteutus teidän ajatuksianne ja toiveitanne kuunnellen. Tämän mahdollistamiseksi osallistun torstain ryhmätoimintoihin helmimaaliskuussa, haluan tarkastella asioita teidän näkökulmastanne ja samalla huomioida hankkeen tavoitteet ja tarkoituksen.

Osallistuminen aineistoni keräämiseen on vapaaehtoista ja pyydän kaikilta hevostoimintaan osallistuvilta henkilöiltä suostumuksen siihen, että saan hyödyntää opinnäytetyössäni heidän läsnäoloaan hankkeen mahdollistamissa toiminnoissa.

Jos sinulla herää kysymyksiä opinnäytetyöni toteutuksesta ja tarkoituksesta minuun voi ottaa yhteyttä, vastaan mielelläni.

paivi.rytinki@edu.lapinamk.fi

Liite 2.



SUOSTUMUS TUTKIMUKSEEN OSALLISTUMISESTA

Sosionomi AMK- tutkintoon liittyvä opinnäytetyö - Sosiaalisen kuntoutuksen elementtejä ryhmätoiminnoissa – Luonto toipumisen lähteenä

Sosionomi AMK- tutkintoon liittyvän opinnäytetyön tutkimuspaikka, toimeksiantaja ja toteuttaja: Turkan ratsurinne, Henki ja elämä hanke - Lapin AMK, Päivi Rytinki

Minua on pyydetty osallistumaan yllä mainittuun sosionomi AMK tutkintoon liittyvään opinnäytetyön aineiston keruuseen, jonka tarkoituksena on tutkia luonto- ja eläinperusteisten ryhmätoimintojen vaikutusta mielenterveyskuntoutuksen osa-alueena.

Minulle on kerrottu ja annettu ~~uudelleen~~ tiedoite opinnäytetyöstä ja sen yhteydessä kerättävistä tiedoista ja materiaalista sekä niiden käsittelystä ja luovuttamisesta. Minulla on ollut mahdollisuus esittää kysymyksiä ja olen saanut vastauksen opinnäytetyötä koskeviin kysymyksiini.

Tiedon antoi:-----

Haastattelemalla tehty tiedonkeruu voidaan nauhoittaa ja muuttaa tekstitiedostoksi. Opinnäytetyössä voidaan käyttää suoria lainauksia niin että ne eivät ole tunnistettavissa. Tiedän, että tietoja käsitellään luottamuksellisesti, eikä niitä luovuteta sivullisille. Opinnäytetyön tekijä sitoutuu käyttämään antamiani tietoja vastuullisesti ja tuhoaa tunnistettavissa olevat tiedot opinnäytetyön valmistumisen jälkeen.

Ymmärrän, että osallistumiseni on vapaaehtoista ja olen tietoinen, että voin peruuttaa tämän suostumuksen koska tahansa syytä ilmoittamatta. Olen tietoinen siitä, että mikäli peruutan suostumuksen, voidaan siihen mennessä kerättyjä tietoja käyttää osana opinnäytetyön tutkimusaineistoa.

Minulla on ollut riittävästi aikaa harkita osallistumistani sosionomi AMK- tutkintoon liittyvän opinnäytetyön aineistonkeruuseen. Minua ei ole houkuteltu tai painostettu osallistumaan opinnäytetyön aineistonkeruuseen.

Allekirjoituksellani vahvistan osallistumiseni tähän sosionomi AMK- tutkintoon liittyvän opinnäytetyöhön ja annan suostumukseni siihen, että antamiani tietoja voidaan käyttää osana tutkimusta.

Paikka ja päiväys

----- --/---/2022

Tutkimukseen osallistuvan allekirjoitus

Nimenselvennys

Liite 3.



Tiedote osallistujille opinnäytetyön; Sosiaalisen kuntoutuksen elementtejä ryhmätoiminnoissa – Luonto toipumisen lähteenä tarkoituksesta

Opinnäytetyöni toimeksiantajana on Lapin Ammattikorkeakoulun toteuttama Henki ja elämä – Luonto toipumisen lähteenä hanke. Hankkeen kohderyhmänä ovat työikäiset, mutta työelämän ulkopuolelle eri syistä jääneet mielenterveyskuntoutujat. Sosiaalipedagogisen työskentelyotteen, sekä luonto- ja eläinperustaisten menetelmien ja toimintojen avulla pyritään vahvistamaan kokonaisvaltaista toimintakykyä ja hyvinvointia, jolloin voidaan puhua myös sosiaalisesta kuntoutuksesta. Hankkeen tavoitteena on kehittää, kokeilla ja arvioida työskentelytapoja ja toimintamalleja, jotka voidaan siirtää käytäntöön myös tulevaisuudessa ja tätä kautta lisätä mielenterveyden häiriöistä kärsiville asiakkaille suunnattua kuntoutusta ja palvelutarjontaa erilaisten toimintojen kautta.

Toiminnallisessa opinnäytetyössäni tarkastelen asioita lähinnä asiakkaiden näkökulmasta ja tutkimuskysymyksiä ovat; Luonto- ja eläinperusteisten menetelmien vaikutus sosiaalisen kuntoutuksen elementtien näkökulmasta katsottuna? Minkälaisia vaikutuksia ja merkityksiä näillä toiminnoilla on ollut elämänhallintaan? Osallisuuden ja kuulluksi tulemisen kokemus ja merkitys asiakkaan näkökulmasta katsottuna?

Tarkoitukseni on ideoida toteutettavat toiminnalliset tapahtumat leirin yhteydessä yhdessä osallistujien kanssa heidän toiveitaan, sekä ajatuksiaan kuunnellen käytettävissä olevat resurssit huomioon ottaen. Leirin aikana on tarkoitus kerätä havainnoinnin lisäksi osallistujilta myös palautetta heidän kokemuksistaan ja ajatuksistaan esimerkiksi asiakaskyselyn tai haastattelun avulla. Asiakkailta saatu palaute kokonaisuudesta ja kokemuksen merkityksestä heille itselleen on ensiarvoisen tärkeää opinnäytetyön toteutuksen ja myös toiminnan kehittämisen näkökulmasta katsottuna.

Liite 4.



**Vipuvoimaa**
EU:lta
2014-2020

Henki ja elämä hankkeen toimintoihin kuuluva leiri järjestetään Turkan Ratsurinteellä 12-13.5.2022, ilmoittautumiset 6.5.2022 mennessä!

Ohjelmassa hevostelua ja muuta mukavaa puuhastelua yhdessä.

Leiri on osallistujille maksuton ja siihen osallistuminen edellyttää kykyä toimia ohjattuna, mutta itsenäisesti pienryhmässä, koska henkilökohtaisia avustajia ei valitettavasti ole.

Mukaan mahtuu 10 yöpyvää osallistujaa ja mikäli haluat käydä leirillä kotoa käsin, kerrothan tästä ilmoittautumisesi yhteydessä, koska näin voidaan osallistujamäärää nostaa 14 henkilöön.

Oulusta järjestetään yhteiskuljetus Turkan Ratsurinteelle, lähtöpaikka ja kellonaika ilmoitetaan myöhemmin, kuljetus sisältää tulokyydin torstaina ja paluukyydin perjantaina, mikäli liikut omalla autolla kerrothan tästäkin ilmoittautumisesi yhteydessä.

Ilmoittautumiset sähköpostiin turkanhenkijaelama@gmail.com, mikäli sinulla on ruoka-aineallergia, kerro tästä ilmoittautumisesi yhteydessä, jolloin osaamme huomioida sen ruokailuja suunnitellessa. Mikäli sinulla heräsi kysymyksiä, ota rohkeasti yhteyttä.

Tervetuloa mukaan!!

Liite 5.



LEIRIN KULJETUS AIKATAULUT OULU-TURKANRINNE-OULU 12-13.5

LÄHTÖ OULUSTA; Taksi odottaa Toripakassa (Torikatu 12) torstaina 12.5 9.15 alkaen ja starttaa viimeistään 9.30 jolloin kaikkien kuljetukseen tulevien täytyy olla kyydissä.

PALUU TURKANRINTEELTÄ; pe 13.5 lähtö 15.15-15.30 määränpäänä Oulussa Toripakka.

Mikäli kuljetuksesta on kysyttävää tai viime hetken ongelmia ilmenee, ota yhteyttä Päiviin 0400-699999! (Älä siis laita sähköpostia, koska sitä ei välttämättä ehdi kukaan lukea)


Euroopan unioni
Euroopan sosiaalirahasto

Vipuvoimaa
EU:lta
2014-2020

Liite 6.



Liite 7.

Havaintomatriisi opinnäytetyön käytännön osuuden toteutuksesta

- 20.10.2021 Puhelu Satu Turkalle, aiheena opinnäytetyön tekeminen sosiaalipedagogisesta hevostoiminnasta, onko mahdollista?
- 31.10.2021 Käynti Turkan Ratsurinteellä ja opinnäytetyön käytännön toiminnan suunnittelua
- 3.12.2021 Henki ja elämä hankkeen asiakasraatiin osallistuminen Turkan Ratsurinteellä
- 30.1.2022 Puhelu käytännön toteutuksen aloittamisesta ryhmän mukana
- 3.2.2022 Esittelyinfon tekeminen itsestäni ryhmäläisille annettavaksi, toimitettu sähköpostitse.
- 10.2.2022 Ryhmän toimintoihin osallistuminen tallilla
- 17.2.2022 Ryhmän toimintoihin osallistuminen tallilla ja leirin suunnittelua porukalla.
- 19.2.2022 Leirin alustava ohjelmasuunnitelma ja kustannusarvio ELY keskukselle rahoituksen saamiseksi.
- 24.2.2022 Ryhmän toimintoihin osallistuminen tallilla
- 3.3.2022 Ryhmän toimintoihin osallistuminen tallilla
- 10.3.2022 Ryhmän toimintoihin osallistuminen tallilla
- 17.3.2022 Ryhmän toimintoihin osallistuminen tallilla
- 24.3.2022 Ryhmän toimintoihin osallistuminen tallilla
- 31.3.2022 Ryhmän toimintoihin osallistuminen tallilla
- 14.4.2022 Ryhmän toimintoihin osallistuminen tallilla
- 28.4.2022 Ryhmän toimintoihin osallistuminen tallilla, leirin suunnittelua ja järjestelyä
- 2.5.2022 Leiriesiteen tekeminen, toimitettu sähköpostitse Turkalle
- 5.5.2022 Ryhmän toimintoihin osallistuminen tallilla, leirin suunnittelua ja järjestelyä
- 9.5.2022 Leirikuljetuksen järjestäminen, neuvottelu taksiyrittäjän kanssa
- 10.5.2022 Leirikuljetuksen esitteiden tekeminen, toimitettu sähköpostitse Turkalle
- 12.5.2022 Ensimmäinen leiripäivä, osallistujien vastaanotto ennen kuljetusta Toripakassa ja leirin toimintojen ohjaaminen ja aktiviteettien järjestäminen
- 13.5.2022 Toinen leiripäivä, osallistuminen maastoretkeen ja muiden toimintojen ohjaaminen, ryhmähaastattelu ja hyvästit hankkeen porukalle.