



jamk

Eläinavusteinen valokuvaus

Eläinavusteisen valokuvauksen perusteet ja
menetelmäoppaan kehittäminen

Jenna Jönkkäri

Opinnäytetyö, AMK

Maaliskuu 2024

Kuntoutuksen ohjaaja (AMK)

Jönkkäri, Jenna

Eläinavusteinen valokuvaus Eläinavusteisen valokuvauksen perusteet ja menetelmäoppaan kehittäminen

Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Maaliskuu 2024, 44 sivua.

Sosiaali- ja terveysala. Kuntoutuksen ohjaajan tutkinto-ohjelma. Opinnäytetyö AMK.

Julkaisun kieli: Suomi

Julkaisulupa avoimessa verkossa: kyllä

Tiivistelmä

Eläinavusteinen valokuvaus on menetelmä, jossa yhdistyvät luonto- ja eläinavusteisuus, valokuvan terapeuttinen voima ja voimavaralähtöisyys. Eläinavusteisessa valokuvauksessa ammattilainen toimii valokuvaajan roolissa ohjaten ja valokuvaten asiakasta ja eläintä. Eläin toimii tällöin ammattilaisen ”työparina”. Eläin voi olla ammattilaisen oma koira, asiakkaan oma lemmikki tai esimerkiksi ratsastustallin hevonen. Toimintaympäristöksi pyritään valitsemaan mahdollisuuksien mukaan luontomiljö.

Eläin- ja luontoavusteisten menetelmien käyttö ja tutkimus on kasvanut ja niiden hyödyistä tiedetään koko ajan enemmän. THL:n kouluterveys kyselytutkimuksen mukaan nuoret kokevat kasvamassa määrin ahdistuneisuutta ja kiusaamiskokemuksia. Lisäksi Covid19-pandemian pitkäaikaisvaikutuksista nuoriin ei vielä tiedetä. Näiden tietojen valossa uusille vaihtoehtoisille menetelmille on tarve sosiaali-, terveys- ja kasvatustieteen työkentällä.

Opinnäytetyön tavoitteena oli kehittää uusi vaihtoehtoinen työkalu: eläinavusteinen valokuvaus menetelmäopas sosiaali-, terveys- ja kasvatustieteen ammattilaisille sekä levittää tietoisuutta luonto- ja eläinavusteisista menetelmistä. Opinnäytetyö käsittelee ja kokoaa teoretista tietoa eläin- ja luontoavusteisuudesta, valokuvaterapiasta ja voimavaralähtöisyydestä, joista rakentuu eläinavusteisen valokuvauksen teoreettinen viitekehys.

Toiminnallisen kehittämispainotteisen opinnäytetyön menetelminä on hyödynnetty yleiskatsausta ja tutkivaa kehittämistä. Opinnäytetyön tuloksena syntynyt eläinavusteinen valokuvaus menetelmäopas on yleisiä perusteita ja lähtökohtia kuvaava opas, jota on mahdollista joustavasti muokata erilaisille asiakkaille ja erilaisiin toimintaympäristöihin. Oppaasta saa tietoa eläinavusteisen valokuvauksen menetelmän hyödyistä ja käytännön vinkkejä ohjaamiseen ja valokuvaamiseen. Oppaassa käsitellään menetelmän hyötyjen lisäksi menetelmän haasteita, jotka painottuvat huomioihin eläimen ollessa työparina. Oppaan liitteissä on asiakashaastattelulomake ja asiakaspalauttelomake, joiden hyödyntäminen on osa eläinavusteista valokuvauksen menetelmää.

Avainsanat (asiasanat)

Eläinavusteinen, eläinavusteinen interventio, eläinavusteinen menetelmäopas, Green Care, luonnon hyvinvointivaikutukset, luontoavusteinen, sosiaalinen kuntoutus, valokuvaterapia, valokuvan terapeuttinen voima.

Muut tiedot (salassa pidettävät liitteet)

Liite 1 Eläinavusteinen valokuvaus menetelmäopas on salassa pidettävä ja on poistettu julkisesta työstä. Salassapidon peruste on Liikesalaisuuslaki 10.8.2018/592 2§ 1 kohdat a, b ja c.

Jönkkäri, Jenna

Animal-assisted photography

The basics of animal-assisted photography and the development of a method guidebook Jyväskylä:

JAMK University of Applied Sciences, March 2023, 44 pages.

Health and social studies. Degree programme in rehabilitation counselling. Bachelor's Thesis

Permission for open access publication: Yes

Language of publication: Finnish

Abstract

Animal-assisted photography is a method that combines nature and animal assistance, the therapeutic power of photography, and a resource-oriented approach. In animal-assisted photography, a professional play the role of a photographer, guiding and photographing the client and the animal. The animal is working as the professional's "work partner". The animal can be the professional's own dog, the client's own pet or, for example, a horse from a riding stable. The aim is to choose a natural milieu as the working environment if possible.

The use and research of animal and nature-assisted methods has increased, and more is known about their benefits all the time. According to THL's school health survey, young people are increasingly experiencing anxiety and bullying experiences. Furthermore, the long-term effects of the Covid19 pandemic on young people are not yet known. There is a need for new alternative methods in the field of social work, health and education.

The aim of the thesis was to develop a new alternative tool; animal-assisted photography method guidebook for social, health and education professionals and to spread awareness about nature and animal-assisted methods. The thesis gathers theoretical information about animal and nature assistance, phototherapy and resource-orientation approach, which form the theoretical framework of animal-assisted photography.

An overview and research-based development have been used as the methods of the functional development-focused thesis. The animal-assisted photography method guidebook created as a result of the thesis is a guide that describes general principles and starting points, which can be flexibly modified for different customers and different working environments. The guide provides information on the benefits of the animal-assisted photography method and practical tips for guiding and taking photos. In addition to the benefits of the method, the guide also discusses the challenges of the method, which focus on considerations when the animal is a working pair. In the guide's appendices there is a customer interview form and a customer feedback form, the utilization of which is part of the animal-assisted photography method.

Keywords/tags (subjects)

Animal-assisted, animal-assisted guidebook, animal-assisted intervention, Green Care, nature-assisted, nature's well-being effects, social rehabilitation, phototherapy, therapeutic power of photography.

Miscellaneous (Confidential information)

Appendix 1. The animal-assisted photography method guidebook is confidential and has been removed from public work. The basis from confidentiality is Trade Secrets Act 10.8.2018/592 2§ 1 points a, b and c.

Sisältö

1	Johdanto	4
2	Eläinavusteisen valokuvauksen teoriaperusteet	5
2.1	Luontoavusteisuus	5
2.2	Eläinavusteisuus	8
2.2.1	Eläinavusteisuuden mahdollisuudet ja vaikutus	8
2.2.2	Eläinavusteisuuden huomiot ja haasteet	10
2.2.3	Kelan eläinavusteinen terapia ja tutkimus	11
2.3	Valokuvan terapeuttinen voima.....	13
2.4	Voimavaralähtöisyys	14
3	Eläinavusteinen valokuvaus ja kuntoutuksen ohjaus	14
3.1	Kuntoutujalähtöisyys	15
3.2	Kuntoutuksen ohjaajan ohjausosaaminen	16
3.3	Nuorten sosiaalinen kuntoutus ja syrjäytymisen ehkäisy	17
3.4	Nuorten hyvinvoinnin nykytila	19
4	Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset	20
5	Opinnäytetyön toteutus	21
5.1	Opinnäytetyön menetelmät	21
5.1.1	Yleiskatsaus	21
5.1.2	Tutkiva kehittäminen	22
5.2	Aineiston keruu ja kuvaus	24
5.3	Aineiston analysointi	25
6	Tulokset	30
7	Johtopäätökset	32
8	Pohdinta	32
8.1	Eettisyys ja luotettavuus	34
8.2	Jatkotutkimusehdotukset	34
	Lähteet	36
	Liitteet	40
	Liite 1. Eläinavusteinen valokuvaus menetelmäopas (salassa pidettävä)	
	Liite 2. Eläinavusteinen valokuvaus menetelmäoppaan kansi.....	40
	Liite 2. Eläinavusteinen valokuvaus menetelmäoppaan sisällysluettelo	41
	Liite 3. Eläinavusteinen valokuvaus menetelmäoppaan johdanto	42

Liite 4. Eläinavusteinen valokuvaus asiakashaastattelulomake	43
Liite 5. Eläinavusteinen valokuvaus asiakaspalautelomake	44

Kuviot

Kuvio 1. Green Care toimintatapakuvia. Kuva: Luke. Soini & Vehmasto 2016. Lupa kuvaan saatu 23.8.2023. https://www.gcfinland.fi/green-care/	6
Kuvio 2. Green Care menetelmät. Kuva: Luke. Jouni Hyvärinen & Elina Vehmasto 2016.....	7

Taulukot

Taulukko 1. Eläinavusteisten interventioiden määrittely muokattu Kelan julkaisemasta käsikirjasta (Hautamäki, Ramadan & Vilhunen 2021).	17
Taulukko 2. Opinnäytetyön kehittämisprosessin vaiheet.	22
Taulukko 3. Tutkimukset ja havainnot listattuna.	27

1 Johdanto

Tämä kuntoutuksen ohjauksen opinnäytetyö on toiminnallinen opinnäytetyö, jonka kehittämismenetelminä on tutkiva kehittäminen ja yleiskatsaus. Opinnäytetyön keskeisin tavoite oli selvittää eläinavusteisen valokuvauksen yleisiä perusteita ja lähtökohtia ja kehittää eläinavusteinen valokuvaus menetelmäopas. Valmis opas on synteesi eläinavusteisen valokuvauksen menetelmien lähtökohdista. Eläinavusteinen valokuvaus kokoaa yhteen useita menetelmiä ja sen tietoperusta koostuu eläinavusteisesta interventiosta, luontoavusteisuudesta, valokuvaterapiasta, voimavarakeskeisyydestä, sekä ohjausosaamisesta. Nämä muodostavat opinnäytetyön teoreettisen viitekehyksen. Opinnäytetyö käsittelee eläinavusteisen valokuvauksen yllä mainittuja perusteita ja lähtökohtia ja tutkii eläinavusteisen menetelmän vahvuuksia ja haasteita. Lopputuotteena syntynyt eläinavusteinen valokuvaus menetelmäopas on ensimmäinen prototyyppi ja yleiskuvaus menetelmän teoriaperusteita, jota voi myöhemmin syventää tarkemmalla kohdennetulla tutkimuksella eri kohderyhmille. Keskeisintä opinnäytetyössä oli kehittää selkeälukuinen uusi menetelmäopas.

Sosiaali-, terveys-, ja kasvatusalan yhä kasvaviin haasteisiin on kysyntää ja tarvetta toimiville uusille menetelmille. Korona pandemian aiheuttama pahoinvointi nuorissa näkyy, eikä näytä olevan laskusuunnassa (THL:n kouluterveyskysely: 8.- ja 9. -luokkalaisten ahdistuneisuus ei osoita laantumisen merkkejä koronan jälkeen, kiusaamista aiempaa enemmän 2023.)

Eläinavusteisessa valokuvauksessa ammattilainen toimii valokuvaajan roolissa kuvaten ja ohjaten asiakasta ja eläintä, toimintaympäristöksi pyritään valitsemaan luontomiljöö mahdollisuuksien mukaan. Eläin toimii ammattilaisen ”työparina” ja se voi olla asiakkaan oma lemmikki, ammattilaisen oma koira tai esimerkiksi ratsastustallin hevonen. Opinnäytetyön tuloksena syntynyt eläinavusteisen valokuvauksen menetelmäopas on HuskyHeimo Oy:n tuote ja opinnäytetyön tekijä oli itse yrityksen osakas. HuskyHeimo Oy tarjoaa luonto- ja eläinavusteisia kuntoutus-, sosiaali- ja virkistyspalveluja. HuskyHeimo Oy tarjoaa eläinavusteista valokuvausta asiakkailleen ja eläinavusteinen valokuvaus menetelmäopas on saatavilla kokonaisuudessa HuskyHeimo Oy:n kautta.

2 Eläinavusteisen valokuvauksen teoriaperusteet

Eläinavusteisen valokuvauksen teoreettinen viitekehys rakentuu eläin-, ja luontoavusteisuudesta, valokuvan terapeuttisesta voimasta ja voimavaralähtöisyydestä. Seuraavissa kappaleissa käsitellään eläinavusteiseen valokuvaukseen kuuluvien menetelmien perusteita ja lähtökohtia, mahdollisia haasteita sekä hyvinvointivaikutuksia. Seuraavan neljän luvun teoriaa käsitellään raportin loppuluvuissa 6 tulokset ja 7 johtopäätökset.

2.1 Luontoavusteisuus

Eläinavusteisessa valokuvauksessa pyritään hyödyntämään luontomiljöötä. Riippuen asiakkaan yksilöllisistä toiveista, tarpeista ja rajoitteista voidaan toimintaympäristö valita joustavasti. Luontoympäristön hyvinvointivaikutukset ovat itsessään moninaiset ja paljon tutkitut. Luontokosketuksella tiedetään olevan tutkitusti niin psyykkisiä kuin fyysisiä ominaisuuksia ja luonnossa olo vaikuttaa meihin positiivisesti, vaikka itse emme sitä tiedostaisi. Viherympäristöt auttavat keskittymään ja rauhoittumaan sekä alentavat stressiä ja verenpainetta. Metsä elvyttää tehokkaasti, riippumatta siitä mitä siellä tekee. Metsä rauhoittaa ylivirittynyttä ja virkistää väsyntä (Pasanen 2020). Tutkimustiedon mukaan jo lyhytaikaisella vierailulla metsässä on myönteisiä vaikutuksia psykologiseen hyvinvointiin – elvyttävyyteen, elinvoimaisuuteen, myönteisiin tunteisiin ja luovuuteen (Tyrväinen 2013).

Autoimmuunisairauksien määrä on kasvanut tasaiseen tahtiin ja luontoaltistuksen tiedetään vähentävän mahdollista riskiä sairastua immuunivälitteisiin sairauksiin. Suomessa vuonna 2020 tehdyssä tutkimuksessa tuotiin kuntaa eli metsämaata, siirtonurmea ja istutuslaatikoita päiväkodin pihalle. Tämän tuloksena lasten mikrobiomi iholla, sekä suolistossa monipuolistui ja immuunijärjestelmän säätely parani. Immuunimarkkereita mitattiin lapsilta laboratoriokokein verestä. Säännöllinen luontokosketus altistaa monipuoliselle mikrobikattaukselle (Roslund, Puhakka, Grönroos, Nurminen, Oikarinen, Gazali, Cinek, Kramna, Siter, Vari, Soininen, Parajuli, Rajaniemi, Kinnunen, Laitinen, Hyöty ja Sinkkonen 2020.)

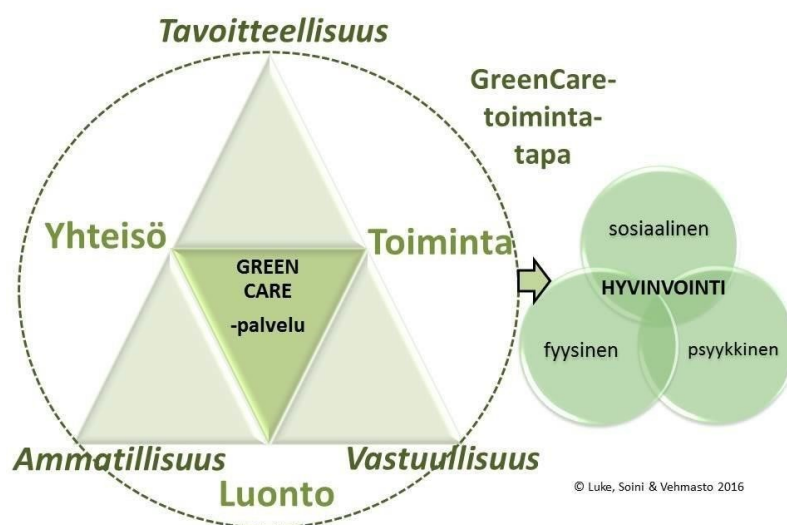
Monet ihmiset ovat eriytyneet luonnosta ja asuvat urbaanissa ympäristössä, jossa kosketus luontoon on rajallista. Maailmanlaajuisesti arviolta noin puolet ihmisistä asuvat kaupunkiympäristössä ja amerikkalaisista neljä viidestä. Tutkimukset osoittavat, että amerikkalaiset

viettävät sisätiloissa 90 prosenttia ajastaan. Isoin osa tästä ajasta on rakennuksissa vietettyä aikaa ja muu osuus ajoneuvossa vietettyä aikaa. Viimeisten vuosikymmenten aikana puistoissa vietetty aika, metsästys, kalastus ja ulkoilu on vähentynyt selvästi. Tutkijoita kiinnostaa luontoyhteyden vaikutus ihmisen hyvinvointiin ja tämänhetkisten tutkimusten valossa luontokosketuksella vaikuttaa olevan hyvinvointia edistäviä vaikutuksia (Frumkin, Bratman, Breslow, Cochran, Khajn, Lawler, Levin, Tandon, Varanasi, Wolf ja Wood 2017.)

Eläinavusteinen valokuvaus on Green Care toimintaa.

Green Care -toiminnalla pyritään luonto- ja eläinavusteisesti edistämään ihmisten elämänlaatua ja hyvinvointia. Green Care toimintatavan perusedellytykset ovat ammatillisuus, tavoitteellisuus ja vastuullisuus. Peruselementit ovat luontoperustaisuus, kokemuksellisuus ja osallisuus.

Tavoitteiden vaikuttavuuden seuranta on keskeinen osa laadunvalvontaa. Green Care toiminta perustuu ekopsykologiaan, joka näkee ihmisen osana luontoa (Kahilaluoma 2020, 4–6.) Kuviossa 1. esitetään Green Care toimintatapa.



Kuvio 1. Green Care toimintatapakuvia (Soini & Vehmasto 2016. Luke. Lupa kuvaan saatu 23.8.2023. <https://www.gcfinland.fi/green-care-/>).

Tärkeä Green Care perusedellytys on osallisuus, johon jokaisella on oikeus. Osallisuus on tunne siitä, että pystyy vaikuttamaan yhteisiin ja omiin asioihin ja että kuuluu johonkin. Osallisuus lisää

yksilön ja yhteiskunnan hyvinvointia. Osallisuuden vastakohta on ulkopuolella jäämistä (Osallisuus on tunne siitä, että kuuluu johonkin nd.)

Green Care toiminta voidaan jakaa kahteen eri kategoriaan eli Luontohoivaan ja Luontovoimaan. Luontohoivan palvelut ovat sosiaali- ja terveysalan palveluja, joita säädellään laissa ja kohdistuu valvontaa. Luontohoivan palveluntuottajilla tulee olla sosiaali- ja terveysalan koulutus pohja. Luontovoiman palvelut voivat olla erilaista virkistys- ja hyvinvointitoimintaa (Luontohoiva & Luontovoima nd.)

Luontoa voidaan hyödyntää monipuolisesti Green Care toiminnassa ja vesistöihin liittyvää Green Care toimintaan voidaan kutsua myös termein Blue Care ja Blue Wellness. Alla oleva kuva selvittää erilaisia Green Care menetelmiä ja luonto voimaa sekä luonto hoivaa laatumerkkien jakaantumisen (Menetelmät nd.)

Kuviossa 2 eriteltynä luonto voiman ja luonto voiman jakaantuminen.



Kuvio 2. Green Care menetelmät. (Hyvärinen & Elina Vehmasto 2016. Lupa kuvaan saatu 23.8.2023. [https://www.gcfinland.fi/green-care-/menetelmat/.](https://www.gcfinland.fi/green-care-/menetelmat/))

2.2 Eläinavusteisuus

Eläinavusteisilla interventioilla on tarkoitus parantaa ihmisen hyvinvointia ja toimintakykyä. Eläinavusteiset interventiot voidaan jakaa eläinavusteiseen terapiaan (Animal-Assisted Therapy AAT), eläinavusteiseen oppimiseen (Animal-Assisted Education), eläinavusteiseen toimintaan (Animal-Assisted Activity AAA) ja eläinavusteiseen työhönohjaus ja valmennus (Animal-Assisted Counseling/Couching AAC). Eläinavusteisia interventioita voi hyödyntää sosiaali-, terveys ja kasvatustalouden ammattilaiset työssään (Ervast & Raukola-Lindblom 2022., 17.)

2.2.1 Eläinavusteisuuden mahdollisuudet ja vaikutus

Oksitosiini on kaikkien nisäkäslajien hyvänolon hormoni, jota syntyy aivoissa hypotalamuksessa. Erittäessään oksitosiinia ihminen kokee hyvän olon tunnetta, joka auttaa sosiaalisessa vuorovaikutuksessa luoden turvan tunnetta vähentäen taistele-pakene uhkajärjestelmät aktiivisuutta (Latvala-Sillman 2018, 13.)

Pelkän eläimen läsnäolon on tutkittu rauhoittavan ihmisen parasympaattista hermostoa. Jo eläimen passiivinen läsnäolo voi saada aikaan ihmisessä oksitosiinin erittymistä. Oksitosiinin lisääntynyttä eritystä tiedetään saavan aikaan lisäksi eläimen tarkkaileminen ja silittäminen. Eläimen koskettaminen ja silittäminen aiheuttaa ihmisen oksitosiinin erittymisen lisäksi myös eläimen oksitosiinin erittymistä. Eläinavusteisuus sopii monipuolipuolisesti erilaiseen asiakastyöhön sosiaali- terveys ja kasvatustaloudella (Ervast & Raukola-Lindblom 2022, 21.)

Eläimestä voi olla tukea ihmiselle erilaisissa sosiaalisissa vuorovaikutustilanteissa. tutkimuksessa havaittiin, että eläinten ansiosta sosiaalinen käyttäytyminen ja vuorovaikutus lisääntyy ihmisten välillä (Shen, Xiong, Chou & Hall 2018.)

Eläinavusteisen terapian kehittymistä tapahtui nuorisopsykiatrian osastolla Yhdysvalloissa Ohiossa, kun osaston lapset havaitsivat lähellä olevan kennelin ja toivoivat päästä leikkimään kennelin

koirien kanssa. Sam Corson tutki lasten ja koirien päivittäistä vuorovaikutusta ja teki johtopäätöksen, että potilaiden sosiaalinen vuorovaikutus ja itseluottamus koheni (Salovuori 2014, 63.) Lastensuojelutyön työntekijät ovat kokeneet, että koira saa aikaan sellaisia vaikutuksia asiakkaisiin, joihin ihminen ei kykene. Koirat lisäsivät lasten hyväksytyksi tulemisen tunnetta, itseluottamusta, helpottivat kommunikaatiota ja vähensivät jännitystä. Lasten jännityksen lieventymistä koiran läsnäolon takia ovat työssään kokeneet myös perhetyöntekijät (Salovuori 2014, 63–64.)

Eläinavusteisen työn kirjo ja toteutustavat ovat moninaiset. Eläin voi olla mukana ohjaajan työpaikalla, ohjaus voidaan toteuttaa esimerkiksi ratsastustallilla tai yhdessä kuntoutujan oman lemmikin kanssa. Eläinavusteisen kuntoutuksen muovattavuus ja monipuolisuus antaa paljon erilaisia kuntoutujan mukaan muokattavissa olevia toteutustapoja, mikä lisää sen käytettävyyttä. Eläinavusteisuus tarjoaa monipuolisia mahdollisuuksia yhä lisääntyvään tarpeeseen. Koirien ja muiden eläinten hyödyntäminen kuntoutus- sosiaali- ja kasvatustyössä lisääntyy jatkuvasti. Eläinavusteisuuden hyödyistä saadaan koko ajan enemmän uutta tietoa ja tietoisuus kasvatus- ja kuntoutusalojen osaajien keskuudessa kasvaa ja kansainvälisesti eläinavusteisen työn merkityksellisyys on jo tunnettua (Kahilaniemi 2021, 26.)

Eläimet ovat aitoja ja kohtelevat ihmisiä tasapuolisesti välittämättä ihmisen titteleistä, perhetaustasta tai sairaushistoriasta. Yksi merkittävä eläinavusteisen toiminnan vahvuus on siinä, että se ei ole sidottua vuoden aikaan tai paikkaan, kuten esimerkiksi terapeuttinen puutarhanhoito. Eläinavusteisuutta voidaan hyödyntää vuoden ympäri ja erilaisissa toimintaympäristöissä riippuen eläimestä (Salovuori 2014, 53–54.)

Koira valitaan usein eläinavusteisen toiminnan työpariksi, sillä se on asunut pennusta asti omistajansa kanssa samassa kodissa ja sitä on kuljetettu erilaisiin paikkoihin. Koira on kokonsa puolesta mahdollista viedä työpaikalla ja erilaisiin toimintaympäristöihin. Ihmisen rinnalla on vuosituhansia kulkenut erilaisia eläimiä, koira on näistä eniten halukkain olemaan vuorovaikutuksessa ihmisen kanssa. Koira lukee ja aistii ihmisen tunnetiloja, sekä pystyy vastaamaan niihin (Ervast & RaukolaLindblom 2022, 20–21).

Yhdysvaltain Kaliforniassa keväällä 2022 tehdyssä tutkimuksessa todettiin koira-avusteisten interventioiden laskevan koululaisten stressiä (Meints, Brelsford, Dimolareva, Maréchal, Pennington 2022). Eläinavusteisuuden avulla pystytään laskemaan sairaalassa olevien lasten ahdistusta. Lyhytaikainen eläimen vierailu sairaalassa laskee lasten stressitasoja (Hinic, Kowalski, Holtzman & Mobus 2019.)

2.2.2 Eläinavusteisuuden huomiot ja haasteet

Eläinten kanssa toimimiseen sisältyy haasteita, joista on oltava tietoinen jo silloin kun eläinavusteisten menetelmien toteuttamista suunnitellaan. Osalla asiakkaista on allergia, joka voi estää eläinten kanssa toimimisen. Myös työyhteisön muut työntekijät voivat olla allergisia, mikä vaikuttaa esimerkiksi mahdollisuuksiin eläimen tuomiseen työpaikalle. Allergian voimakkuus ja sen aiheuttajat vaihtelevat, joten ammattilaisen on huolehdittava, ettei eläin muodosta ympäristölleen riskiä. Hyvä hygienia ja työtilojen siisteys pienentävät riskejä merkittävästi (Kahilaniemi 2021, 27.)

Zoonoosit ovat eläimistä ihmisiin tarttuvia tauteja, loisia ja infektioita, joista osa on suhteellisen vaarattomia, mutta joukossa on myös hyvin vaarallisia ja haitallisia taudinaiheuttajia.

Ammattilaisen on huolehdittava, että eläinavusteisessa työssä käytettävä eläin on terve, sillä on pakolliset rokotuksen ja loishäädöt hoidettuna sekä hygieniasta on huolehdittu hyvin. Tehokkaalla riskien minimoimisella ja ammattimaisella toiminnalla zoonoosien riskit pystytään välttämään (Kahilaniemi 2021, 27.)

Terapiakoiran läsnäolon turvallisuutta ja riskejä hammaslääkärin vastaanotolla arvioivassa tutkimuksessa tultiin siihen lopputulokseen, että riskit ihmisen terveydelle tai turvallisuudelle ovat matalat. Riskejä voidaan minimoida henkilökunnan ja koiranohjaajan tietoisuudella mahdollisista riskitekijöistä (Gussgard, Weese, Hensten & Jokstad 2019.)

Työkentällä allergiaongelmat eivät ole estäneet merkittävästi eläinavusteisuuden hyödyntämistä. Lääkäri voi arvioida lievän allergisen reaktion pienemmäksi haitaksi kuin eläinavusteisuudesta tulleen hyödyn. Allergialääkkeen ottaminen etukäteen voi myös mahdollistaa eläimen tapaamisen (Salovuori 2014, 62.)

Eläimen tuominen työpaikalle tai sen käyttäminen vaatii aina neuvottelua työnantajan ja työyhteisön kanssa. Työpaikalla voi olla allergisia työntekijöitä tai sellaisia, jotka esimerkiksi pelkäävät joitain eläimiä kuten koiria. Organisaatiolla on myös velvollisuus huolehtia siitä, että sekä työntekijät, että asiakkaat ovat tietoisia siitä, että tiloissa on eläimiä. Eläin on oltava vakuutettu, jotta vahingon sattuessa on olemassa kattava vakuutusturva. Työnantajalla voi olla oma vakuutus, joka kattaa eläimen käyttämisen töissä tai vaihtoehtoisesti eläimen omistajalla voi olla oma tapaturma ja vastuuvakuutus. Merkittävää toiminnan kannalta on vakuutuksen kattavuuden selvittäminen riskiarvion yhteydessä (Kahilaniemi 2021, 27.)

Kaikessa eläinavusteisessa työssä tulisi aina huomioida eläimen hyvinvointi ja sen lajityypilliset tarpeet. Ohjaajan tulee ymmärtää eläinten luonnollisia tarpeita ja signaaleja ja toimia aina eläimen ehdoilla. Eläimen kanssa toimiessa on huomioitava, että toiminta tapahtuu aina eläimen ehdoilla. Eläimen on oltava toimintaan soveltuva, mikä tarkoittaa sitä, ettei eläin aiheuta asiakkaille riskiä ja ettei se kuormitu asiakastyössä. Eläimellä on oltava mahdollisuus lepoon ja paikkaan missä se voi turvallisesti rauhoittua. On myös varauduttava siihen, ettei eläimeen kohdistu ulkoista uhkaa, kuten väkivallan tai loukkaantumisen riskiä (Kahilaniemi 2012, 27.)

Kaikki eläimet eivät sovellu eläinavusteiseen työskentelyyn ja esimerkiksi koirille on saatavilla testejä, joissa koiran luonnetta ja soveltuvuutta työhön voidaan mitata. Ohjaavan ammattilaisen vastuulla on aina arvioida eläimen soveltuvuus eri tilanteeseen. Riskien arviointi ja eläimen soveltuvuuden arviointi on jokaisessa vaihtuvassa toimintaympäristössä osa eläinavusteista toimintaa ja osaamista, jonka perustana on vahva ammatillinen osaaminen. Eläinavusteinen toiminta on aina asiakaslähtöistä työskentelyä. (Ervast, Raukola-Lindblom 2022, 217–218.)

2.2.3 Kelan eläinavusteinen terapia ja tutkimus

Laki velvoittaa Kelaa järjestämään ammatillista, vaativaa lääkinnällistä kuntoutusta sekä kuntoutuspsykoterapiaa. Työkyvyttömyyden estämiseksi järjestetään ammatillista kuntoutusta, lääkinnällistä kuntoutusta arjesta suoriutumisen tueksi ja kuntoutuspsykoterapiaa opiskelu- ja työkyvyn ylläpitämiseksi henkilöille, joita uhkaa mielenterveysongelmat. Kela voi myös myöntää

harkinnanvaraista kuntoutusta riippuen yksilön tilanteesta. (Vaativa lääkinnällinen kuntoutus 2023, 2–3.)

Eläinavusteinen kelakorvattava terapia on kasvussa. Eläinavusteisen terapian avulla voidaan harjoitella mm. tunteiden säätelyä, motoriikkaa ja havainnointia. Kuntoutuseläiminä voidaan käyttää monipuolisesti erilaisia kotieläimiä. Kela määrittää hyväksytyin eläinavusteisen terapian seuraavien alla lueteltujen ehtojen täytyessä (Vaativa lääkinnällinen kuntoutus 2023, 45.)

- 1) terapeutilla tulee olla terapia-alan koulutus
- 2) terapeutilla tulee olla erillinen koulutus eläinavusteisiin menetelmiin
- 3) toiminta tulee olla suunniteltua ja eläimen käytölle tulee olla peruste
- 4) eläimen tulee soveltua terapiaeläimeksi
- 5) ympäristön on oltava turvallinen
- 6) palveluntuottajalla tulee olla tapaturmavakuutus asiakkaan tapaturman varalle

Eläinavusteista terapiaa tutkiva työ on parhaillaan käynnissä ja sen tavoitteena on yhtenäistää eläinavusteisen terapian toimintaperiaatteet (Vaativa lääkinnällinen kuntoutus 2023, 45.)

Ratsastusterapia toimintaterapeutin tai fysioterapeutin toteuttamana on vakiintunutta Suomessa. Tarve ratsastusterapialle tulee olla aina perusteltua ja suunniteltua. Ratsastusterapiaa käytetään esimerkiksi, kun asiakas tarvitsee apua kehon hallintaan. (Vaativa lääkinnällinen kuntoutus 2023, 38.)

Kuntoutussäätiö ja Kela toteuttivat vuonna 2018 yhteistyössä kartoittavan kirjallisuuskatsauksen eläinavusteisista interventioista. Tavoitteena oli koota tietoa eläinavusteisten menetelmien hyödyistä ja käytännön toimivuudesta. Kirjallisuuskatsauksen perusteella kaivattiin yhtenäisiä toimintaperiaatteita Suomeen, joten yhteistyön ja kehittämisen tuloksena valmistui vuonna 2021 Kelan käsikirja eläinavusteisen menetelmien laadukkaaseen toteuttamiseen. Käsikirjan tavoitteena oli koota tietoa eläinavusteisten interventioiden eettisyydestä, laadukkaasta ja turvallisesta tuottamisesta. Eläinavusteisia menetelmiä hyödynnetään Suomessa tällä hetkellä mm. oppimisvaikeuksissa, kehityshäiriöiden ja neuropsykiatristen häiriöiden kuntoutuksessa. (Kuntoutussäätiön tuottamasta käsikirjasta tukea eläinavusteisen interventioiden toteuttamiseen 2022.)

Kelan ja kuntoutussäätiön toteuttamassa katsauksesta nousi esille terapeutin ammattitaidon tärkeys myös eläimeen liittyen. Terapeutti/ammattilainen pitää yllä vuorovaikutusta niin eläimeen, kuin asiakkaaseen saman aikaisesti ja eläimen rooli on olla työparina ammattilaiselle. Terapeuttien kokemuksen perusteella eläimen tuominen mukaan kuntoutukseen motivoi kuntoutujaa.

Eläinavusteisuutta hyödyntäville terapeuteille ohjataan usein asiakkaita, joiden tilanne ei ole tavanomaisin menetelmin edennyt. Varsinaisia haittoja kuntoutujalle ei katsauksesta eläinavusteisuudesta selvinnyt, eläimiin liittyvät allergiat ja pelot ovat seikkoja, jotka voivat estää eläinavusteisen toiminnan. Usein terapiaa pystyttiin järjestämään ja jatkamaan myös allergiasta huolimatta, jos asiakas sai terapiasta hyötyä. Tärkeää eläinavusteisessa toiminnassa on huomioida eläimen soveltuvuus työtehtäviin (Hautaniemi, Ramadan, Ranta, Haapala & Suomela-Markkanen 2018.)

2.3 Valokuvan terapeutin voima

Valokuvan ja valokuvauksen historia alkaa jo vuodesta 1827, jolloin otettiin ensimmäinen valokuva. Ensimmäiset maininnat valokuvan hyödystä psykiatriassa on vuodelta 1856, jolloin jo havaittiin kuvien katselun olevan merkityksellistä sekä potilaille, että henkilökunnalle.

Valokuvaterapiainstituutin perustaja ja johtaja Judy Weiser jakaa valokuvaterapian kahteen: Valokuvaterapia ammatillisessa terapiatyössä (Phototherapy) ja terapeutin valokuvaus (Therapeutic Photography). Weiser määrittelee valokuvaterapian ammatillisessa terapiatyössä kokemusten, ajatusten ja tunteiden aktivoijaksi. Terapeutin valokuvauksen hän kuvailee taiteellisen itseilmaisun ja itsetutkiskelun välineeksi (Halkola ym. 2014, 13–14.)

Suomessa valokuvaterapian ja muiden taideterapioiden asema, nimikkeet ja käsitteet eivät ole vakiintuneita tai virallisia. Valokuvaterapeutti- nimikettä ei käytetä ja valokuvaterapia määritellään näin: *”Valokuvaterapia on valokuvan ja valokuvauksen menetelmällistä käyttöä psykoterapiassa tai terapeutin työssä.”* Valokuvaterapian työn perustana Suomessa tulee olla ammatillinen sosiaali-, terveys- tai kasvatusalan pätevyys tai psykoterapian viitekehys (Halkoja ym 2014, 15.)

Halkoja, Mannermaa, Koffert ja Koulu jakavat valokuvaterapian kolmeen eri menetelmään: 1) asiakkaan omaelämäkerrallisten valokuvien käyttäminen, 2) symbolisten, assosiativisten

valokuvien käyttäminen ja 3) uusien valokuvien ottaminen ja niiden käyttö terapeuttisena välineenä.

Valokuvan mahdollisuudet ennaltaehkäisevässä, kuntouttavassa ja hoitavassa työssä sosiaali-terveys- ja kasvatusalan ammattilaisen apuvälineenä ovat monipuoliset. Valokuva on ilmaisun väline, joka rinnastetaan taideterapeuttisiin menetelmiin, eikä sen käyttäminen työvälineenä vaadi vahvaa taiteellista ja teknistä osaamista. Taideterapeuttisten menetelmien tavoitteena on asiakkaan ajatusten ja tunteiden itseymmärryksen lisääminen itseilmaisun kautta. Terapeuttinen valokuvaus on yksilöllistä itsetutkisteluun ja kasvuun tähtäävää työskentelyä valokuvan kanssa (Halkola ym. 2014, 16–17.)

Psykoterapeutti Ulla Halkoja kirjoittaa kirjassa valokuvan terapeuttinen voima ”*Valokuvan vaikuttavuus voi olla hyvinkin yllättävää. Kokemukseni mukaan sanonta sen terapeuttisesta voimasta ei ole liioittelua. Valokuvaterapeuttinen työ edellyttää terapeutilta aktiivista, kiinnostunutta ja ihmisen voimavaroihin suuntautunutta otetta.*” (Halkola ym. 2014, 16–17.)

2.4 Voimavaralähtöisyys

Voimavara- ja ratkaisukeskeisyys perustuu ajatukselle, että asiakkaalla on aina käytettävissään voimavaroja, vaikka tilanne vaikuttaisi epätoivoiselta ja vaikealta. Voimavarat ovat niitä hyviä asioita, jotka sujuvat ja joiden avulla asiakas voi päästä tavoitteeseensa. Ratkaisukeskeisessä ajattelussa ohjaaja auttaa asiakasta muuntamaan hänen ongelmistansa tavoitteita mahdollisimman yksinkertaisella tavalla. Ydin on siinä, että keskitytään tavoitteiden saavuttamiseen sen sijaan, että keskityttäisiin ongelmien analysointiin (Cauffman 2021, 8–13.)

Voimavaralähtöinen työote on sitä, että asiakkaalle ollaan läsnä ja asiakkaan ja ammattilaisen välillä on aito kohtaava dialogi. Tavoitteena on vahvistaa asiakkaan minäpystyyttä ja keskittyä tulevaisuuteen ja positiivisiin mahdollisuuksiin, toivoon ja vahvuuksiin. Jatkuvasti avunsaajana oleminen voi vahvistaa asiakkaan kokemusta autettavana olijasta ja siksi on tärkeää saada asiakas motivoitumaan huolehtimaan itse omasta hyvinvoinnistaan ja olemaan oman elämänsä aktiivinen toimija (Sosiaalinen kuntoutus voimavaraistamisena 2018.)

Voimavarakeskeinen ohjaus on osa eläinavusteista valokuvausta. Seuraavassa kappaleessa käsitellään kuntoutuksen ohjaajaa eläinavusteisen valokuvauksen menetelmän osajana ja kuntoutujälähtöisyyttä, joka on voimavaralähtöinen työote.

3 Eläinavusteinen valokuvaus ja kuntoutuksen ohjaus

Eläinavusteisen valokuvauksen menetelmään kuuluu ammattilaisen vahva ohjausosaaminen, joka tulee sosiaali-, terveys-, ja kasvatustalouden ammattilaisille tutkinto-opintojen kautta.

3.1 Kuntoutujälähtöisyys

Kuntoutus on usein pitkäjänteistä ja suunnitelmallista. Kuntoutuksen tavoitteena on kuntoutujan elämänhallinnan ja hyvinvoinnin lisääminen. Yleisiä asetettuja tavoitteita voivat olla mm. työllistyminen tai työssä pysyminen, itsenäinen selviytyminen arjen toimista, toimintakyvyn säilyttäminen tai lisääminen ja osallisuuden edistäminen. Lakisääteinen kuntoutus perustuu todettuun vammaan, sairauteen, oireeseen tai vajaakuntoisuuteen, kuitenkin kuntoutukseen piiriin kuuluu myös sosiaalisen syrjäytymisen uhka tai esimerkiksi työkyvyn heikkeneminen. (Järvikoski, A., Härkäpää, K 2008, 13.)

Kuntoukseen käytettävät taloudelliset resurssit ja kuntoutuksen tarve yhteiskunnassamme on viime vuosina lisääntynyt. Kuntoutus muovautuu yhteiskunnan muutosten ja tarpeiden mukana. (Järvikoski, A., Härkäpää, K 2008, 3.)

Onnistuneen kuntoutuksen ja motivoituneen kuntoutujan edellytyksenä on kuntoutujälähtöinen lähestymistapa. Kuntoutujälähtöinen lähestymistapa tarkoittaa sitä, että asiakasta motivoidaan oman elämänsä aktiiviseksi toimijaksi, jota ottaa itse vastuun tilanteestaan ja elämästään.

Asiantuntijakeskeinen toimintatapa on kuntoutujälähtöisen mallin vastakohta.

Asiantuntijakeskeiseen toimintatapaan kuuluu suorien ohjeiden antaminen, päätöksiä tekeminen ja yksisuuntainen vuorovaikutussuhde. Edellä mainitut toimintavavat saattavat valitettavasti aiheuttaa asiakkaassa avun tarpeeseen sopeutumista ja opittua avuttomuutta.

Kuntoutujälähtöisessä mallissa kuntoutuja otetaan mukaan aktiiviseksi toimijaksi, jossa hän itse suunnittelee omaa elämäänsä ja tekee päätöksiä ja tavoitteita. Ammattilaisen rooli

kuntoutuslähtöisenä työntekijä on olla tukihenkilö ja yhteistyökumppani, joka innostaa, tukee ja motivoi. Vuorovaikutus on dialogista ja kuntoutujaa pyritään ottamaan itse vastuu omasta elämästään ja tekemään tavoitteita ja toimia tilanteen parantamiseksi. Kuntoutujalähtöisessä mallissa on tavoitteena asiakkaan hallinnantunteen lisääntyminen, asiantuntija-avun tarpeen väheneminen, osallisuuden ja minäpystyvyyden parantuminen (Järvikoski & Härkäpää 2008, 158–161.)

Eläinavusteisen valokuvauksen ammattilainen kuuntelee asiakkaan tavoitteita ja tarpeita ja pyrkii asiakkaan kanssa yhdessä, asiakasta tukien ja motivoiden löytämään parhaat ratkaisut ja tavoitteet asiakkaan omaan tilanteeseen. Eläinavusteinen valokuvaus menetelmänä on monipuolinen ja sitä voi hyödyntää monessa eri vaiheessa kuntoutusprosessia ja palvelujärjestelmää. Eläinavusteista valokuvausta voidaan hyödyntää kouluissa, sosiaalisessa kuntoutuksessa, niin ryhmä, kuin yksilövalmennuksessa, erilaisissa ohjauksissa, kuten NUOTTI valmennuksessa ja syrjäytymisen ennaltaehkäisevässä työssä. Sitä voidaan joustavasti muokata erilaisten asiakkaiden yksilöllisiin tarpeisiin.

Kuntoutusprosessi on jokaisella asiakkaalla yksilöllinen. Prosessi kuitenkin alkaa asiakkuuden alulla ja arvioinnilla edeten suunnitteluun ja kuntoutukseen. Kuntoutusprosessia seurataan ja arvioidaan. Tavoitteena on asiakkaan parempi arki. Onnistuneen ohjauksen ja kuntouksen peruspilari on motivoitunut kuntoutuja (Autti-Rämö 2021).

3.2 Kuntoutuksen ohjaajan ohjausosaaminen

Kuntoutuksen ohjaaja AMK on Valviran virallinen laillistettu sosiaalialan ammattihenkilö ja ammattia saa harjoittaa vain henkilö, joka on Suomessa suorittanut korkeakoulututkinnon (Sosiaalihuolto 2022).

Kuntoutuksen ohjaajalla on monipuolinen osaaminen. Kuntoutuksen ohjaaja AMK ydinosaamista on ohjausosaaminen, kuntoutuksen palvelujärjestelmä-, suunnittelu- ja arviointiosaaminen. Kuntoutus voidaan jakaa neljään pääalueeseen: ammatillinen-, sosiaalinen-, lääkinnällinen- ja kasvatuksellinen kuntoutus (Kuntoutuksen ohjaaja edistää työ- ja toimintakykyä nd.)

Jyväskylän ammattikorkeakoulun kuntoutuksen ohjaajan tutkinto-ohjelmaan vuosina 2020–2023 sisältyi monipuolisesti erilaisia opintojaksoja ja kursseja asiakkaan kohtaamisen ja ohjaamisen avuksi. Tutkinto-ohjelmaan kuului mm. ohjaustyön perusteet ja menetelmät, toiminnallisuus ryhmän ohjauksessa, motivoivan keskustelun menetelmä, digitaalinen ohjaustyö kuntoutus- ja sosiaalialalla, sosiodynaaminen ohjaus, vaihtoehtoisen kommunikaatiomenetelmät ym. (Kuntoutuksen ohjaaja n.d.)

Eläinavusteinen valokuvaus on ammatillista ja tavoitteellista toimintaa, joten ohjaajalla tulee olla sosiaali-, terveys-, tai kasvatustieteen tutkinto. Oheisessa taulukossa kuvataan vapaaehtoistyön ja ammatillisen työn ja eroja ja jaotellaan ne kansainvälisiin määritelmiin.

Taulukko 1 on Kelan julkaisemasta käsikirjasta ”Millainen on hyvä eläinavusteinen interventio? Käsikirja eläinavusteisten menetelmien laadukkaaseen toteuttamiseen eri toimintaympäristöissä”.

Taulukko 1. Eläinavusteisten interventioiden määrittely muokattu Kelan julkaisemasta käsikirjasta (Hautamäki, Ramadan & Vilhunen 2021).

	AMMATILLINEN ELÄINAVUSTEINEN TYÖ	VAPAAEHTOINEN ELÄINAVUSTEINEN TOIMINTA	MUU ELÄINAVUSTEINEN TYÖ
Eläimen ohjaajan ominaisuudet	Ohjaaja on sosiaali- tai terveysalan tai kasvatustieteen ammattilainen, jolla on eläinavusteisen alan täydennuskoulutus tai tarvittavat tiedot ja taidot.	Ohjaaja on vapaaehtoinen, joka on saanut koulutusta eläinavusteisen toiminnan ohjaamisesta.	Ohjaaja on oman alansa ammattilainen, jolla on eläinavusteisen alan täydennuskoulutus tai tarvittavat tiedot ja taidot.
Toimintaympäristö tai toiminnanala	Kuntoutus, terveyden hoito ja hoiva, sosiaaliala sekä opetus- ja kasvatustyö.	Vierailut hoiva- ja virkistystarkoituksessa.	Työnohjaus ja koulutus, hyvinvointipalvelut ja muut palvelut (esim. matkailuala).
Tavoitteellisuus ja suunnitelmallisuus	Päämääräorientoinutta ja suunnitelmallista toimintaa. Yksilölliset tavoitteet, jotka dokumentoidaan ja arvioidaan esim. kuntoutussuunnitelmassa tai henkilökohtaisessa oppimissuunnitelmassa.	Toiminta ei ole yhtä päämääräorientoitunutta kuin ammattimaisessa työssä. Kuitenkin toiminnassa tehdään tavoitteellisia vierailuja ja käyntejä asiakkaiden luona.	Päämääräorientoitunutta ja suunnitelmallista toimintaa. Yksilölliset tavoitteet, jotka dokumentoidaan ja arvioidaan.

Kansainvälisten järjestöjen määritelmät	Animal-Assisted Therapy, AAT, Animal-Assisted Education, AAE, Animal-Assisted Social Work, AASW	Animal-Assisted Activity, AAA	Animal Assisted Coaching, AAC
---	---	-------------------------------	-------------------------------

3.3 Nuorten sosiaalinen kuntoutus ja syrjäytymisen ehkäisy

Sosiaalinen kuntoutus tarkoittaa sosiaalityötä, jossa tavoitteellisesti ja suunnitellusti pyritään parantamaan asiakkaan elämänhallintaa, hyvinvointia, osallisuutta ja ehkäisemään tai vähentämään syrjäytymistä (Sosiaalinen kuntoutus nd.)

Sosiaalisesta kuntoutuksesta säädetään sosiaalihuoltolaissa 17§:ssä, jossa eritellään sosiaalisen kuntoutuksen viisi kohtaa:

- 1) *Sosiaalisen toimintakyvyn ja kuntoutustarpeen selvittäminen*
- 2) *Kuntoutusneuvonta ja -ohjaus sekä tarvittaessa kuntoutuspalvelujen yhteensovittaminen*
- 3) *Valmennus arkipäivän toiminnoista suoriutumiseen ja elämänhallintaan*
- 4) *Ryhmätoiminta ja tuki sosiaaliin vuorovaikutussuhteisiin*
- 5) *Muut tarvittavat sosiaalista kuntoutusta edistävät toimenpiteet*

Lisäksi pykälässä eritellään, että nuorten sosiaalisella kuntoutuksella tuetaan nuorten sijoittumista työ-, työkokeilu-, opiskelu-, työpaja tai kuntoutuspaikkaan sekä ehkäistään näiden keskeyttämistä (L 30.12.2014/1301, 17§.)

Sosiaalinen kuntoutus on kokonaisvaltaista asiakkaan tilanteen ymmärtämistä ja tukemista. Siinä otetaan huomioon asiakkaan yksilölliset tarpeet ja kuntoutuksen tavoitteena on asiakkaan toimintakyvyn vahvistaminen ja lisäksi esimerkiksi tavallisten arkielämän taitojen oppimista, työhön tai kouluun haun harjoittelua ym. (Sosiaalinen kuntoutus nd.)

Nuorten palveluiden tuottamisesta säädetään myös nuorisolaissa, jonka tarkoitus on:

- 1) *edistää nuorten osallisuutta ja vaikuttamismahdollisuuksia sekä kykyä ja edellytyksiä toimia yhteiskunnassa*
- 2) *tukea nuorten kasvua, itsenäistymistä, yhteisöllisyyttä, sekä niihin liittyvää tietojen ja taitojen oppimista*
- 3) *edistää nuorten yhdenvertaisuutta ja tasa-arvoa sekä oikeuksien toteutumista 4) parantaa nuorten kasvu- ja elinoloja*

Lähtökohtina laissa luetellaan:

- 1) *yhteisvastuu, kulttuurien moninaisuus ja kansainvälisyys*
- 2) *Kestävä kehitys, terveet elämäntavat sekä ympäristön ja elämän kunnioittaminen*
- 3) *monialainen yhteistyö*

Nuorisolaki koskee alle 29 vuotiaita (L 1285/2016.)

Osallisuus tarkoittaa sitä, että nuori kuuluu olevansa osa jotakin yhteisöä ja yhteiskuntaa, ja että hänellä on kyky vaikuttaa ja hänellä on merkitystä. Osallisuuden kokemuksella on suuri vaikutus ihmisen hyvinvointiin. Osattomuuden kokeminen voi johtaa syrjäytymiseen. Nuorten syrjäytymisen riskitekijöitä ovat pitkäaikainen työttömyys, joka voi aiheuttaa toimeentulo-ongelmia sekä päihde- ja mielenterveysongelmia. Mikään yksittäinen ongelma ei aiheuta syrjäytymistä, mutta ongelmien kasaantuminen voi heikentää elämänhallintaa (Nuorten syrjäytymisen ehkäisy 2023.)

Positiiviset kokemukset palvelujärjestelmässä ja turvalliset ihmissuhteet lisäävät nuorten itseluottamusta ja luottamusta yhteiskuntaan sekä auttavat heitä toimimaan tulevaisuudessa omassa elämässään. Nuorten tuen oikea-aikaisuus on tärkeää syrjäytymisen ehkäisyn kannalta. Nuori voi eri elämänvaiheissa kohdata palvelujärjestelmässä useita eri ohjaajia ja palveluita kuten TE-keskus, etsivä nuorisotyö, opiskelijahuolto, työpaja ym. Lisäksi KELA järjestää nuorille ammatillista NUOTTI kuntoutusta, jossa nuori saa oman valmentajan (Nuorten syrjäytymisen ehkäisy 2023.)

Eläinavusteinen valokuvaus sopii monipuolisesti käytettäväksi eri palveluiden menetelmänä. Eläinavusteista valokuvausta voidaan toteuttaa esimerkiksi työpajoilla yksilö- tai ryhmätoimintana, NUOTTI-valmentajan kanssa, opiskelijahuollossa ja muissa valmennuksissa ja ryhmätoiminnoissa.

3.4 Nuorten hyvinvoinnin nykytila

Nuorten hyvinvoinnin ja etenemisen yhteiskunnassa katsotaan parantuneen 2000-luvulla, kuitenkin koronan jälkeinen ahdistuneisuus ei ole vähentynyt. Syrjäytyneiden nuorten tarkkaa määrää on vaikea arvioida. Tilastoilla on voitu todentaa, kuinka monella on paljon riskitekijöitä syrjäytymiseen, mutta varsinaista syrjäytymistä on hankala kuvata. 3–10 prosentilla on tilastojen mukaan riskitekijöitä syrjäytymiseen. Lukemilla viitataan nuoriin, joita ei tavoiteta lainkaan ja nuoriin, jotka ovat kouluttamattomia, työttömiä tai muutoin palveluiden ulkopuolella (Nuorten syrjäytymisen ehkäisy 2023.)

THL:n tuoreesta keväällä 2023 tehdystä kyselystä selviää, että 8.- ja 9. luokkalaisten ahdistuneisuus ja kiusaamiskokemukset ovat selvästi kasvaneet. THL:n tutkimuspäällikkö Olli Kiviruusu sanoo tulosten olleen yllättäviä, sillä koronasta on jo kulunut aikaa. Ahdistuneisuus on kyselyn mukaan lisääntynyt edellisestä, vuonna 2021 tehdystä kyselystä. Kevään 2023 kyselyssä kohtalaisesta tai vaikeasta ahdistuneisuudesta kertoi 22 prosenttia 8. ja 9. luokan oppilaista. Huomattavasti enemmän ahdistuneisuutta kokivat tytöt 34 prosenttia, poikien osuuden ollessa 9 prosenttia. Vuonna 2021 tehdyn kyselyn tuloksista ahdistuneisuutta tytöistä koki 30 prosenttia ja pojista 8 prosenttia.

THL:n ylilääkärin Terhi Aalto-Setälän mukaan 2023 tulokset vaativat huolellista analysointia ja nuorten pahoinvoinnin juurisyiden selvittämistä. Kyselyn mukaan myös viikoittain kiusaamista kokevien määrä kasvanut seuraavasti: Tytöt 7,5 prosenttia ja pojat 8,6 prosenttia. Yksinäisyyttä kokee tytöistä 21 prosenttia ja pojista 9 prosenttia. 2023 vuoden kyselyyn vastasi noin 91 000 (73 prosenttia) perusopetuksen 8. ja 9. luokkalaista (THL:n kouluterveyskysely: 8.- ja 9. -luokkalaisten ahdistuneisuus ei osoita laantumisen merkkejä koronan jälkeen, kiusaamista aiempaa enemmän 2023.)

Eläinavusteisuus on selvästi Suomessa kasvamassa ja työkentälle yhä moninaisempiin sekä haastavampiin tilanteisiin tarvitaan uusia ja vaihtoehtoisia kuntoutus- ja valmennusmenetelmiä. Tähän haasteeseen eläinavusteinen toiminta tarjoaa mahdollisuuksia. Tieto eläinavusteisuudesta ja sen hyödystä on levinnyt vähitellen Suomessa myös päättäviin elimiin. Eläinavusteisia menetelmiä hyödynnetään tällä hetkellä Suomessa mm. erilaisissa kuntoutuslaitoksissa, yksityisellä sektorilla, kasvatuksen ja yksityisen sektorilla puolella (Eläinavusteinen interventio 2021, 26.)

4 Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite oli kehittää uusi menetelmä eläinavusteinen valokuvaus ja luoda selkeä ja käytännönläheinen eläinavusteinen valokuvaus menetelmäopas. Eläinavusteinen valokuvaus perustuu eläinavusteisuuteen, luontoavusteisuuteen, ohjausosaamiseen ja voimavaralähtöiseen ajatteluun. Menetelmän kehittämiseksi ja oppaan rakentamiseksi kerättiin laajasti aineistoa internetistä ja kirjallisuudesta. Menetelmäopas on tarkoitettu sosiaali-, terveys- ja kasvatustieteen ammattilaisten käyttöön. Oppaassa käydään läpi eläinavusteisen valokuvauksen teoriaa ja annetaan käytännön vinkkejä valokuvaamiseen. Oppaan liitteissä on alkuhaastattelulomake ja asiakaspalautelomake, jotka ovat merkittävä osa menetelmää. Opinnäytetyön opas on suunnattu sosiaali-, terveys-, ja kasvatustieteen kentälle uudeksi tehokkaaksi menetelmäksi asiakastyöhön ja lisäksi tavoitteena on tuoda eläin- ja luontoavusteisia menetelmiä tunnetuksi. Oppaasta hyötyy todennäköisesti eniten sellaiset ammattilaiset, joilla on jo aiempaa kokemusta eläin- ja luontoavusteisista menetelmistä.

Tutkimuskysymykset

- Mitkä ovat eläinavusteisen valokuvauksen perusteet ja lähtökohdat?
- Millaisia ovat eläinavusteisen valokuvauksen menetelmän vahvuudet ja haasteet?

5 Opinnäytetyön toteutus

5.1 Opinnäytetyön menetelmät

Opinnäytetyö on toiminnallinen kehittämispainotteinen opinnäytetyö, jonka päämenetelmänä on käytetty tutkivaa kehittämistä ja yleiskatsauksen avulla on selvitetty jo olemassa olevia perusteita sekä lähtökohtia eläinavusteisen valokuvauksen elementeistä, joista uusi menetelmä koostuu. Nämä elementit ovat eläinavusteisuus, luontoavusteisuus, valokuvan terapeuttinen voima ja

voimavaralähtöisyys. Tutkivan kehittämisen prosessivaiheiden avulla on kehitetty menetelmäopas (Toikka & Rantanen 2009, 57–63).

5.1.1 Yleiskatsaus

Kirjallisuuskatsaus on menetelmä, jota käytetään, kun halutaan muodostaa olemassa olevasta teorian tiedosta kokonaiskuvaa kyseessä olevasta aiheesta. Kirjallisuuskatsauksen eri tyyppiä on jopa 14, mutta ne voidaan jakaa kolmeen päätyyppiin: 1) kuvailevat katsaukset (narrative literature reviews), 2) systemaattiset kirjallisuuskatsaukset (systematic reviews, systematized reviews) sekä 3) määrällinen meta-analyysi ja laadullinen meta-analyysi (meta-analysis) (Axelin, Stolt & Suhonen 2016, 7–8.)

Yleiskatsaus (overview) tarkoittaa katsausta, jossa hankitusta tutkimustiedosta tehdään tiivistelmää, joka ei ole systemaattista (Axelin, Stolt & Suhonen 2016, 12). Kirjallisuuskatsauksen tarkoitus on kerätä tutkittua tietoa aiheesta, arvioida sitä ja olla objektiivinen. Tutkijan ennakkoletukset eivät saa vaikuttaa lopputulokseen (Axelin, Stolt & Suhonen 2016, 24).

Opinnäytetyössä on hyödynnetty yleiskatsausta, joka kuuluu kuvaileviin kirjallisuuskatsauksiin. Kirjallisuuskatsauksen pohjalta on saatu koottua eläinavusteisen valokuvauksen oppaan teoreettinen viitekehys.

5.1.2 Tutkiva kehittäminen

Tämän opinnäytetyön päätarkoitus ja tavoite on kehittää valmis lopputuote eli eläinavusteisen valokuvauksen menetelmäopas sosiaali-, terveys-, ja kasvatustieteiden ammattilaisten käyttöön.

Kehittäminen nähdään toimintana, jolla on konkreettinen tavoite, joka pyritään saavuttamaan. Kehittämisen päämääränä on muutos tai uudistus parempaan. Keskeinen asia kehittämisessä on konkreettinen tavoitteellisuus (Toikka & Rantanen 2009, 16.)

Tutkivassa kehittämisessä hyödynnetään tutkimustietoa jonkin jo olemassa olevan asian kehittämiseen eli tutkimustiedon avulla tehdään kehittämistyötä. Tutkiva kehittäminen koostuu

tällöin tutkimuksellisesta lähestymistavasta sekä konkreettisesta kehittämistoiminnasta, jossa kehittäminen nähdään ensisijaisen käytännön toimintana ja tutkimus toisena. Tutkiva kehittäminen menetelmänä ei ole tarkoin määritelty ja rajattu, eikä sitä rajaa tai sido tutkimus. Tutkimuksen tarkoitus on tukea kehittämistä ja tutkimusavusteinen kehittäminen painottuu enemmän käytännön kehittämistoimintaan (Toikka & Rantanen 2009, 33–34.)

Kehittämisprosessi rakentuu viidestä tehtävästä, jotka ovat:

1. Perustelu: Miksi jotakin kehitetään juuri nyt, vastaako kehittäminen ajankohtaiseen tarpeeseen ja mikä on tavoitteen ihannetulos.
2. Organisointi: Käytännön toteutuksen suunnittelu ja valmistelu, kuten aikataulus.
3. Toteutus: Ideointi, priorisointi, miten tavoite saavutetaan, työtapojen kokeilua, konkreettista kehittämistoimintaa – tekemistä.
4. Arviointi: Onko kehittäminen edennyt tavoitteiden mukaan, onko saatu sitä mitä on lähdetty tavoittelemaan, sisäistä arviointi, jossa itse tekijä arvioi tehtyä, ulkoinen arviointi, jossa ulkopuolinen antaa puolueettoman näkökulman.
5. Tulosten levittäminen: tuotteistaminen ja levittäminen, tuotteen jakaminen loppukäyttäjän saataville (Toikka & Rantanen 2009, 57-63.)

Opinnäytetyön prosessi on edennyt tutkivan kehittämistyön mukautetun lineaarimallin mukaisesti, jossa luodaan selkeä yksittäinen ja rajattu lopputavoite, joka on eläinavusteisen valokuvauksen menetelmäopas. Lineaarimallin vaiheet ovat tavoite, suunnittelu, toteutus ja viimeisenä päättäminen ja arviointi. (Toikka & Rantanen 2009, 57–63.)

Yleiskatsauksen pohjalta ja yllä kuvaillun tutkivan kehittämisen kehittämisprosessia hyödyntäen on kehitetty eläinavusteisen valokuvauksen menetelmäopas, joka sisältää teoretietoa luonnon hyvinvointivaikutuksista, eläinavusteisuudesta ja valokuvaterapiasta. Prosessin aikana on tehty tiivistä yhteistyötä yrityksen toisen osakkaan kanssa, joka on mahdollistanut prosessivaiheessa objektiivista arviointia menetelmäoppaasta. Opinnäytetyön raportin julkaisun jälkeen eläinavusteisen valokuvauksen menetelmäopas julkaistiin sähköisenä myyntituotteena asiakkaiden saataville internettiin. Taulukossa 2. avataan opinnäytetyön kehittämisprosessin käytännön vaiheet.

Taulukko 2. Opinnäytetyön kehittämisprosessin vaiheet.

1. Tavoite	<ul style="list-style-type: none"> - Eläinavusteinen valokuvaus menetelmäopas - Ajankohtaiseen tarpeeseen sosiaali-, terveys- ja kasvatusalalle uusi menetelmäopas. - Yksityisiä sosiaalipalveluita tarjoavalle HuskyHeimo Oy:lle uusi oma menetelmäopas myyntituotteeksi ja eläinavusteinen valokuvaus palveluksi. - Menetelmää mahdollisuus muokata ja laajentaa erilaisiksi tuotteiksi, kuten kohdennettuna tietyille asiakasryhmille tai kurssiksi ja luennoiksi sosiaali-, terveys- ja kasvatustilan ammattilaisille. - Tavoitteena selkeälukuinen menetelmäopas ja menetelmä, joka on joustavasti muovattavissa erilaisille asiakasryhmille erilaisiin toimintaympäristöihin.
2. Suunnittelu	<p>Oppaan kehittämisen suunnittelu ja työvaiheiden aikataulutus:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ideointi 2. Aineisto 3. Oppaan kirjoittaminen 4. Palaute oppaasta 5. Oppaan korjaus palautteen perusteella 6. Loppupalaute ja julkaisu
3. Toteutus	<p>Uuden menetelmän innovointi.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Uuden eläinavusteisen valokuvauksen menetelmän elementtien ja viitekehysten rajaaminen neljään elementtiin (eläinavusteisuus, luontoavusteisuus, valokuvan terapeuttinen voima ja voimavara-kehittäminen). - Aineiston hakukriteereiden suunnittelu ja rajaaminen. - Teoriatiedon hankinta, tutkimuksen haku ja tutkimuksiin tutustuminen. - Aineiston rajaaminen ja vertaaminen - Oppaan valmistuksen digitaalisen ohjelmiston testaus ja valinta. - Oppaan kirjoittaminen word tiedostolle. - Valokuvien kuvaaminen ja karsiminen oppaaseen. - Oppaan taittaminen ja kuvittaminen Canva ohjelmalla. - Loppuraportin kirjoittaminen Jamk raportointiohjeita noudattaen.
4. Arviointi	<ul style="list-style-type: none"> - Yrityksen toisen osakkaan palaute tuotteesta. - Sosiaalialan ammattilaisen palaute tuotteesta. - Arvioiden ja palautteen perusteella parannellut muutokset oppaaseen (oppaaseen lisättiin palautteen jälkeen valokuvan teknisen osaamisen ohjeistusta).
5. Tulokset ja levittäminen	<ul style="list-style-type: none"> - Eläinavusteisen menetelmäoppaan julkaiseminen myyntiin digitaalisena tuotteena yrityksen kotisivuille. - Oppaan mainostaminen yrityksen sosiaalisen median kanavissa (instagram & facebook).

5.2 Aineiston keruu ja kuvaus

Eläinavusteisen valokuvauksen opinnäytetyön aineisto rakentui kirjallisuudesta, internetartikkeleista ja tutkimuksista. Yleiskatsauksen avulla aineistosta on koottu eläinavusteisen valokuvauksen menetelmäoppaan perusteita. Opinnäytetyössä tarkastellaan lähemmin kuutta englanninkielistä valittua tutkimusta. Aineiston kriteereinä olivat, että aineisto oli vuosilta 2017–2023, englannin tai suomenkielisiä, on vertaisarvioitu ja vastaa tutkimuskysymyksiin. Karsiminen tapahtui otsikon ja tiivistelmätekstin perusteella. Eläinavusteisen valokuvauksen teoriaperusteiden tiedonhaussa hyödynnettiin aluksi useita eri hakukoneita, kuten Google Scholaria. Lopulliset valitut tutkimukset löytyivät PubMedista, Wiley Online kirjastosta ja Proquestista. Aineistoa etsittiin seuraavilla hakusanoilla: Eläinavusteinen toiminta, eläinavusteisuus, valokuvaterapia, animal-assisted interventions, eläinavusteinen interventio, phototherapy, therapeutic photography, luontoavusteisuus, luontoavusteinen toiminta, eläinavusteiset menetelmät ja animal-assisted therapy.

Opinnäytetyön teoreettinen viitekehys rakentui osin valitusta kirjallisuudesta. Kirjallisuuden karsiminen tapahtui harkinnan varaisesti valikoiden alan osaajien ja ammattilaisten kirjoja. Kirjallisuus valittiin kirjan nimen perusteella ja karsittiin kirjan tiivistelmätekstin perusteella. Kriteereinä suomen tai englannin kieli. Eläinavusteisuuden kirjoista neljä kappaletta oli kotimaisia ja kaksi kappaletta englanninkielistä, valokuvakirjoista yksi kappale kotimainen ja yksi kappale englanninkielinen, luontoavusteisuudesta kaksi kappaletta kotimaista teosta ja voimavara- ja ratkaisukeskeisyydestä kaksi teosta. Näiden lisäksi kirjallisuutta hyödynnettiin kuntoutuksen ja kirjallisuuskatsauksen teorian osalta. Kirjallisuudesta etsittiin vastauksia tutkimuskysymyksiin.

Opinnäytetyön aineisto kerättiin eläinavusteisen valokuvauksen koostuvista aiheista teemoittain. Aineiston hankkiminen oli vaivatonta, sillä valokuvaterapiaa lukuun ottamatta teemoista löytyi materiaalia ja tutkimusta paljon. Eläinavusteisuuden aineistoa on käsitelty eniten, sillä se liittyi vahvasti molempiin tutkimuskysymyksiin.

Aineiston keruun, kuvauksen ja arvioinnin jälkeen sen pohjalta tehdään analyysi, jonka lopputuloksena syntyy yhteenveto tutkimusten tuloksista. Aineiston analyysimenetelmäksi on valikoitu kokemattomalle katsauksen tekijälle sopivin tapa, jossa katsauksen tekijä järjestää ja

luokittelee aineistoa etsien eroja ja samankaltaisuuksia, minkä jälkeen kirjoittaa tulkintansa perusteella yhteenvedon eli synteesin tutkimusten tuloksista (Axelin, Stolt & Suhonen 2016, 30.)

Opinnäytetyön luvussa 2 esitettiin kerätyn aineiston teorian tietoa, josta rakentuu eläinavusteisen valokuvauksen lähtökohdat ja perusteet. Teoriaperusteiden kirjallisuutta oli yhteensä 12 kirjaa. Tuloksissa ja johtopäätöksissä on huomioitu koko aineisto eli kirjallisuus ja internet tutkimukset. Seuraavassa luvussa haluttiin ottaa tarkempaan analyysiin kuusi tieteellistä tutkimusta internetistä.

5.3 Aineiston analysointi

Aineiston ja tutkimusten arviointi on prosessi, jossa tarkastellaan katsauksessa saatujen tietojen luotettavuutta, kattavuutta ja käytettävyyttä tutkimusongelman ratkaisemiseksi. Tavoitteena on välttää virhearviointeja tai tulosten painottumista tietyille osa-alueelle. Jokainen tutkimus on arvioitu erikseen luotettavuuden osalta, ja työhön valitut tutkimukset kattavat kokonaisuuden laajalti katsauksen laadun ja eheyden varmistamiseksi. Aineiston arvioimiseksi on käytettävissä useita erilaisia tarkistuslistoja ja arviointityökaluja, jotka voivat lisätä katsauksen luotettavuutta, mutta ne ovat työläitä käytettäviä ja sopivat paremmin kokeneille tutkijoille erityisesti silloin, kun on tarkoitus tehdä tieteellisessä lehdessä julkaistavia tutkimuksia (Axelin, Stolt & Suhonen 2016, 29.)

Analysoitu aineisto pitää sisällään vertaisarvioituja tieteellisiä artikkeleja, joiden synteesinä on muodostunut analyysi tutkimuksen tieteellisestä teoriapohjasta. Kerättyjä tutkimuksia on vertailtu toisiinsa ja niistä on kerätty toisiaan tukevia yhtymäkohtia, sekä pyritty löytämään myös ristiriitaisuuksia ja epäkohtia, joita on nimetty haasteiksi. Analyysiprosessissa on käytetty listaa kerättyistä tutkimuskohteista, niiden tuloksista ja haasteista. Yleisenä kriteerinä on se, että arvioinnissa kiinnitetään huomiota alkuperäisten tutkimusten luotettavuuden, vahvuuksien ja heikkouksien arviointiin. Arviointia voidaan tehdä esimerkiksi julkaisu vuoden, alustan, tietosisällön ja vaikuttavuuden mukaan (Axelin, Stolt & Suhonen 2016, 29.)

Seuraavaksi käydään tarkemmin läpi kuusi lähempään tarkasteluun valittua tutkimusta.

Tutkimuksissa oli mukana kaksi systemaattista kirjallisuus analyysia. Ensimmäisen pohjana on 20

tieteellistä tutkimusta. Analyysin: Nature contact and human health: A research agenda.

Perusteella Luonnon terveysvaikutukset ovat kiistattomat ja moninaiset (Frumkin, Bratman, Breslow, Cochran, Khajn, Lawler, Levin, Tandon, Varanasi, Wolf, Wood 2017.) Sen lopputuloksena Luontoyhteyden puuttuminen ja urbaani ympäristö lisää terveyshaittoja, joita luontoyhteys vastavuoroisesti parantaa. Tutkimuksen perusteella luontoyhteys: Vähensi stressiä, paransi unenlaatua, paransi mielenterveyttä ja vähensi masennusta, lisäsi onnellisuutta, hyvinvointia ja tyytyväisyyttä elämään, vähensi aggressiivisuutta, vähensi ADHD -oireita, lisäsi sosiaalista käytöstä ja yhteisöllisyyttä, alensi verenpainetta, paransi kuntoutumista ja toipumista, paransi synnytykseen liittyvää terveyttä ja onnistumista, paransi sydämenterveyttä, paransi lasten kognitiivista ja motorista kehitystä, paransi kivunsietoa, vähensi ylipainoa, vähensi diabetesta, paransi näköä, paransi immuunipuolustusta, paransi yleistä terveydentilaa, vähensi kuolleisuutta, paransi syövästä toipumista, vähensi astmaa ja allergiaa (Frumkin, Bratman, Breslow, Cochran, Khajn, Lawler, Levin, Tandon, Varanasi, Wolf, Wood 2017.)

Toinen kirjallisuusanalyysi: We need them as much as they need us. Oli tehty käymällä läpi 1866 artikkelia, joista seitsemän oli valittu lopulliseen analyysiin. Analyysin perusteella eläinavusteisella menettelyllä on saavutettu hyviä tuloksia henkilöillä, joilla on mielenterveydellisiä ongelmia. Tulosten perusteella kontakti eläimen kanssa on merkittävässä roolissa vaikuttavuuden kannalta (Shen, R., Xiong, P., Chou, U. & Hall, B. 2018.)

Koira-avusteisuudesta stressin ja ahdistuksen laskemiseen on kaksi eri tutkimusta: Can dogs reduce stress levels in school children? ja the effect of a pet therapy and comparison intervention on anxiety in hospitalized children. Tutkimusten perusteella sekä koululaisilla, että sairaanhoidon piirissä olevilla lapsilla havaittiin positiivisia vaikutuksia, joita saatiin eläinterapian myötä. Lasten stressitaso laski, mikä selvisi esimerkiksi lasten syljestä mitatuilla kortisolitasoilla ym. Tutkimuksissa myös todettiin eläinavusteisuuden pitkäaikaiset myönteiset vaikutukset lapsiin (Hinic, Kowalski, Holtzman & Mobus 2019.)

Tutkimus koira-avusteisuudessa hammaslääkäriklinikalla: Dog-assisted therapy in the dental clinic. Osoittaa, että potilaiden hammaslääkäriissä käyntiin liittyvä jännitys ja pelko vähenee koira

käytettäessä, mutta tutkimuksessa perehdyttiin myös mahdollisiin vaaroihin ja haittoihin, jota koiran tuomisesta ihmisiä hoitavalle klinikalle voi olla. Tutkimuksen perusteella riskejä muodostavat zoonoosit, allergiat, eläimen mahdollisesti ennalta arvaamaton käyttäytyminen ja koiran aktiivisen toiminnan vaikutus itse klinikan toimintaan. Riskit ovat hallittavissa niiden tiedostamisella ja aktiivisella ehkäisemisellä, sekä ammattimaisella toiminnalla (Gussgard, Weese, Hensten & Jokstad 2019.)

Suomessa on tehty tutkimus: Biodiversity intervention enhances immune regulation and health-associated commensal microbiota among daycare children. Tutkimuksen perusteella jo pienelläkin luontoaltistuksella, kuten metsämaan tuomisella päiväkotiin parannetaan lasten immuunijärjestelmän toimivuutta ja lisätään terveyttä tukevan mikrobiomin kehittymistä (Roslund, Puhakka, Grönroos, Nurminen, Oikarinen, Gazali, Cinek, Kramna, Siter, Vari, Soininen, Parajuli, Rajaniemi, Kinnunen, Laitinen, Hyöty, Sinkkonen 2020.)

Kirjallisuuden osalta analysoinnissa oli mukana neljä kirjaa eläinavusteisuudesta, kaksi kirjaa valokuvien käyttämisestä terapiatyössä, luontoavusteisuudesta kaksi kirjaa ja voimavara sekä ratkaisukeskeisyydestä kaksi kirjaa. Vertaisarvioitujen tutkimuksien tulokset ja havainnot tukivat kirjallisuudessa esiin nousevia asioita, eikä kirjallisuuden ja tutkimusten välillä ollut havaittavissa ristiriitoja. Taulukossa 3. on koottuna aiemmin esitellyt kuusi tutkimusta lähempään vertailuun.

Taulukko 3. Tutkimukset ja havainnot listattuna.

	Tutkimukset bibliografiset tiedot	Kohderyhmä	Keskeiset tulokset
1.	Hinic, K., Kowalski, M., Holtzman, K., Mobus, K. 2019. The effect of a pet therapy and comparison intervention on anxiety in hospitalized children.	Sairaalassa olevien lasten stressi ja ahdistus laskee eläinterapian seurauksena. Lasten vanhemmat pitivät menetelmää suositeltavana.	Sairaalaympäristössä olevilla lapsilla on tavanomaista enemmän ahdistusta. Eläinterapia laskee sairaalassa olevien lasten ahdistusta.

2.	<p>Meints, K., Brelsford, V L., Dimolareva, M., Maréchal, L., Pennington, K. 2022.</p> <p>Can dog reduce stresslevels in school children? Effects of dog-assisted interventions on salivary cortisol in children with and without special educational needs using randomized controlled trials.</p>	<p>Koiraterapia laskee koululaisten stressiä.</p> <p>Vaikutukset ovat pitkäaikaisia.</p>	<p>Lasten välillä oli yksilöllisiä eroja ja vaikutukset olivat suurimpia niillä, joilla myös stressitasot olivat korkeimmat.</p> <p>Muiden asioiden vaikutusta kokonaisuuteen pitäisi selvittää lisää.</p>
3.	<p>Gussgard, A., Weese, J., Hensten, A., Jokstad, A. 2019.</p> <p>Dog-assisted therapy in the dental clinic: Part A- Hazards and assessment of potential risks to the health and safety of humans.</p>	<p>Koirat auttavat vähentämään ahdistusta hammaslääkärissä.</p> <p>Vaikka niiden käyttämiseen liittyy riskejä ovat ne hallittavissa ja vähäisiä.</p>	<p>Koiran kanssa työskentelyn vaaroja ovat zoonoosit, allergiat, arvaamaton käytös ja eläinten kanssa tapahtuvat vahingot klinikan toiminnalle.</p>
4.	<p>Roslund, M., Puhakka, R., Grönroos, M., Nurminen, N., Oikarinen, S., Gazali, A., Cinek, O., Kramna, L., Siter, N., Vari, H., Soininen, L., Parajuli, A., Rajaniemi, J., Kinnunen, T., Laitinen, O., Hyöty, H., Sinkkonen, A. 2020.</p> <p>Biodiversity intervention enhances immune regulation and health-associated commensal microbiota among daycare children.</p>	<p>Luontoaltistus lisää hyvän bakteeribiomin monimuotoisuutta ja siten parantaa immuunivastetta sekä vähentää allergiaa päiväkotilapsilla.</p>	<p>Lopulliseen tulokseen vaikuttavat monet tekijät, koska kyseessä on hyvin laaja kokonaisuus.</p>
5.	<p>Shen, R., Xiong, P., Chou, U. & Hall, B. 2018.</p> <p>We need them as much as they need us: A systematic review of the qualitative evidence for possible mechanism of effectiveness of animal-assisted intervention (AAI).</p>	<p>Laajan kirjallisuuskatsauksen perusteella eläinavusteisuus vaikuttaa positiivisesti ihmisiin, jotka kärsivät mielenterveydellisistä vaivoista.</p>	<p>Positiivinen vaikutus oli todettavissa, mutta tarkka vaikutusmekanismi ei ole selvillä.</p>

6.	Frumkin, H., Bratman, G., Breslow, S., Cochran, B., Khajin, P., Lawler, J., Levin, P., Tandon, P., Varanasi, U., Wolf, K., Wood, S. 2017. Nature contact and human health: A research agenda.	Kirjallisuuskatsaus luontoyhteyden todistetuista terveysvaikutuksista, jonka perusteella selvisi 20 eri osaluuetta, joilla positiivisia vaikutuksia oli todettu.	Monet vaikutusmekanismeista ja kokonaisuuksista ovat vielä selvittämättä, vaikka positiivisia terveysvaikutuksia on havaittavissa.
----	--	--	--

Taulukon 3 kuudesta tutkimuksesta 1, 2, 3 ja 5 käsitteli eläinavusteisuutta ja 3 ja 6 luontoavusteisuutta. Tutkimuksissa 1–3 todettiin eläinavusteisuuden laskevan lasten stressiä, ahdistusta ja pelkoa. Tutkimuksessa 5 todettiin eläinavusteisuuden vaikuttavan positiivisesti mielenterveyshäiriöistä kärsiviin ihmisiin. Eläinavusteisuuden positiivisten hyvinvointivaikutusten pystyttiin todistamaan kestävänsä pitkään taulukon tutkimuksessa numero 2. Luontoavusteisuuden tutkimukset 4 ja 6 avulla voitiin todeta, että luontoyhteydellä on useita todistettuja hyvinvointivaikutuksia. Luontoyhteys vahvistaa immuniteettia ja vähentää allergioita. Menetelmän haasteet liittyvät koira-avusteisuuteen, jossa koira eläimenä voi toimia ennalta-arvaamattomasti ja Zoonooseihin eli eläimistä ihmisiin tarttuviin taudinaiheuttajiin

Näistä kuudesta tutkimuksesta kahdessa tutkittiin luonnon hyvinvointivaikutuksia ja molemmissa voitiin todeta luontoyhteyden positiiviset vaikutukset ihmiseen. Neljässä tutkimuksesta käsiteltiin eläinavusteisuutta ja sen hyvinvointivaikutuksia ja eläinavusteisella toiminnalla pystyttiin todistamaan olevan positiivisia vaikutuksia ihmiseen. Tarkka vaikutusmekanismi ei kuitenkaan ole selvillä ja ihmiset reagoivat yksilöllisesti eläinavusteiseen toimintaan. Koululaisten syljestä kortisoliarvoja mittaavassa tutkimuksessa pystyttiin toteamaan, että ne koululaiset, joilla oli korkeammat stressitasot, hyötyivät eniten eläinavusteisesta toiminnasta. Hammaslääkäriklinikalla tehdystä tutkimuksesta selvisi, että koira-avusteisuuden haasteiksi todettiin koiran mahdollinen arvaamaton käytös, zoonoosit, allergiat ja muut mahdolliset vahingot, joita voi klinikka ympäristössä sattua.

Synteesi on ymmärrettävä kokonaisuus analyysin perusteella syntyneestä yleisestä kuvasta. Siihen on sisällytetty tehtyjen johtopäätöksiä perustelut ja myös mahdollisesti esiin nousseet ristiriitaisuudet (Axelin, Stolt & Suhonen 2016, 31.)

6 Tulokset

Seuraavat tulokset ja tiivistelmät on koottu opinnäytetyön aineistosta, jota on esitetty luvuissa 2 *eläinavusteisen valokuvauksen teoriaperusteet* ja 5.2 *aineiston analysointi* osiossa olevasta kuudesta tutkimuksesta, jotka valittiin tarkempaan tarkasteluun. Yleiskatsaus (overview) tarkoittaa katsausta, jossa hankitusta tutkimustiedosta tehdään tiivistelmää, joka ei ole systemaattista (Axelin, Stolt & Suhonen 2016, 12.) Koska kyseessä on toiminnallinen opinnäytetyö, jonka päämenetelmä on toiminnallinen tutkiva kehittäminen ja toisena menetelmänä yleiskatsaus voidaan yleistä tiivistelmää tehdä ilman systemaattisen kirjallisuuskatsauksen menetelmää. Molempiin tutkimuskysymyksiin saatiin vastauksia internetistä löytyvistä tutkimuksista ja valikoidusta kirjallisuudesta. Seuraaviksi tiivistettynä viisi johtopäätöstä. Kohdista 1–4 rakentuu *eläinavusteisen valokuvauksen menetelmän perusteet ja lähtökohdat* ja 5–6 kokoa *eläinavusteisen valokuvauksen haasteet ja vahvuudet*. Tutkimuskysymykset olivat *mitkä ovat eläinavusteisen valokuvauksen perusteet ja lähtökohdat?* ja *millaisia ovat eläinavusteisen valokuvauksen menetelmän vahvuudet ja haasteet?*

1. **Luontoavusteisuudella** tiedetään tutkimusten perusteella olevan ihmiseen, sekä psyykkisiä että fyysisiä hyvinvointivaikutuksia. Säännöllisen luontokosketus voi ennaltaehkäistä ja hoitaa allergioita ja autoimmuunisairauksia. Luonnossa oleskelu vaikuttaa ihmiseen positiivisesti huolimatta siitä mitä siellä tekee tai onko siitä tietoinen. Yhtenevä tulos luonnonhyvinvaikutuksista vahvistuu myös Frumkin ym. kirjallisuuskatsauksesta, jossa pystyttiin todentamaan 20 eri osa-alueella, johon luontoyhteys vaikutti positiivisesti.
2. **Eläinavusteisuuden** tutkimus on kiihtynyt ja uutta tietoa saadaan jatkuvasti. Nyt jo tiedetään eläimen läsnäolon lisäävän ihmisen oksitosiinin tuotantoa ja rauhoittavan ihmisen parasympaattista hermostoa. Etenkin koira hyödynnetään jo runsaasti työparina sosiaali-, terveys ja kasvatusalalla. Koira vaikuttaa ihmisten väliseen sosiaaliseen vuorovaikutukseen positiivisesti. Tutkimusten mukaan koiran läsnäolo laskee ihmisten stressitasoa, lisää lasten hyväksytyksi tulemisen tunnetta, itseluottamusta ja vähentää jännitystä. Tutkimuksissa pystyttiin myös toteamaan eläinavusteisuuden myönteisten vaikutusten olevan pitkäkestoisia (Hinich, Kowalski, Holtzman & Mobus 2019.)

3. **Valokuvaterapia** rinnastetaan taideterapeuttiin menetelmiin. Pelkän valokuvan katselun tiedetään olevan merkityksellistä ja aiheuttavan ihmisessä tunteita. Ammatillisessa terapiatyössä valokuvaa käytetään kokemusten, ajatusten ja tunteiden ilmaisun aktivoijana. Valokuva voi toimia itseilmaisun ja itsetutkiskelun välineenä. Psykoterapeutti Halkolan (2014) mukaan valokuvan terapeuttinen voima ei ole liioteltua. Valokuvan hyödyntämismahdollisuudet sosiaali-, terveys ja kasvatusalalla ovat monipuoliset, eikä se vaadi vahvaa teknistä osaamista.
4. **Voimavaralähtöisyydessä** keskitytään ohjauksessa asiakkaan tavoitteisiin ongelmien analysoinnin sijasta. Tavoitteiden saavuttamiseksi jokaiselta löytyy vahvuuksia ja voimavaroja. Ohjaajan tehtävänä on auttaa asiakasta tiedostamaan voimavarat ja vahvuudet, joiden avulla asetetut tavoitteet pyritään saavuttamaan. Motivoitunut kuntoutuja on edellytys onnistuneelle ohjaukselle (Autti-Rämö 2021).
5. **Eläinavusteisen valokuvauksen haasteita** heikkouksia ovat menetelmän sopimattomuus joillekin asiakkaille. Esimerkiksi asiakkaan pelko eläimiä tai vaikka metsämiljöötä kohtaa voivat olla menetelmän käytön estäviä tekijöitä. Lisäksi allergisten asiakkaiden kanssa täytyy punnita menetelmän hyödyt ja allergian vakavuus ennen menetelmän hyödyntämistä. Eläintä työparinaan hyödyntävän ammattilaisen tulee osata tulkita eläimen käyttäytymistä ja signaaleja. Kaikki eläimet eivät sovellu asiakastyöhön ja koirien soveltuvuutta voidaan työhön testata esimerkiksi Koirat kuntoutus- ja kasvatustyössä ry:n soveltuvuustestissä. Zoonoosit eli eläimistä ihmisiin tarttuvat loiset, taudit ja infektiot voidaan välttää tehokkaasti eläimen oikeanmukaisella hoidolla, hyvällä hygienialla ja riskianalyyseilla. Eläintä työparina käytettäessä tulee eläimellä olla vakuutus. Gussgard ym. tutkimusryhmä toteaa koiran kanssa työskennellessä olevat riskit kuitenkin vähäisiksi ja hallittaviksi.
6. **Eläinavusteisen valokuvauksen vahvuudet** koostuvat tutkituista luonnon ja eläinavusteisuuden hyödyistä, menetelmän muokattavuudesta eri toimintaympäristöihin huomioin yksilöllisesti asiakkaan ja erilaisten ryhmien tarpeet ja tavoitteet.

Analysointiprosessissa selvisi, että menetelmän perusteeksi on saatavilla kattavasti ja monipuolisesti sitä tukevaa tutkimusaineistoa. Tieteellinen näyttö ja vertaisarvioitu aineisto lisäävät tutkimuksen luotettavuutta ja vähentävät mahdollisuuksia virhearviointeihin sekä liian yksipuolisten aineiston painottumista jollekin osa-alueelle.

Aineistoanalyysin tuloksena on muodostunut käsitys tieteellisen tutkimuksen ja kirjallisuuden luomasta teoriapohjasta eläinavusteisen valokuvauksen perusteisiin, menetelmän vahvuuksiin ja haasteisiin. Kehittämisprosessin tuloksena valmistui eläinavusteinen valokuvaus menetelmäopas.

7 Johtopäätökset

Tieteellisten tutkimusten tuloksia ja johtopäätöksiä vertailtiin kirjoissa käsiteltyihin kokonaisuuksiin. Vertailun perusteella voidaan todeta, että luontokosketuksella ja eläinavusteisuudella on tieteellinen perusta ja siihen liittyen on tehty useita tutkimuksia. Tutkimusaineisto ja kirjallisuus oli rajattu niin tuoreeksi, että tietoa voidaan pitää ajantasaisena. Tutkimusten perusteella useat luontoyhteyteen ja hyvinvointiin liittyvät kokonaisuudet ovat niin laajoja, että yksiselitteisten vaikutusmekanismien tunnistaminen on haastavaa, mutta lopputulosten analyysi ja synteesi tukee menetelmän todistettavia ja mitattavia hyvinvointivaikutuksia. Menetelmien haasteet kävivät ilmi tutkimuksista ja alan kirjallisuudesta, mikä osaltaan lisää ymmärrystä ja objektiivisuutta myös haasteiden osalta. Toisaalta sekä tutkimuksissa, että kirjallisuudessa todetaan, että ammattimaisella toiminnalla ja riskien tiedostamisella ne pystytään myös minimoimaan. Hammaslääkäriklinikalla tehdyssä tutkimuksessa todettiin eläinavusteisuuden riskit pieniksi (Gussgard, Weese, Hensten & Jokstad 2019.) Myös Kahilaniemi (2021) toteaa, että tarttuvat taudit ovat vältettävissä hyvällä hygienialla ja koiran asianmukaisella hoidolla.

Yleiskatsauksen ja tutkivan kehittämisen valikoidun aineiston perusteella luonto- ja eläinavusteiset menetelmät ovat hyvinvointia lisääviä ja tutkimustietoa on paljon. Valokuvaterapia taideterapeuttisena menetelmänä toimii asiakkaan itseymmärryksen ja itseilmaisun välineenä. Voimavarakeskeisyys tarjoaa tavoitteellisen asiakasta vahvistajan ohjausmenetelmän.

Johtopäätöksenä voidaan todeta, että eläinavusteinen valokuvaus on monipuolinen työväline sosiaali-, terveys ja kasvatustieteen ammattilaisten käyttöön. Eläinavusteinen valokuvaus menetelmäopas kokoaa yhteen useita menetelmiä, mikä tekee siitä muokattavan, joustavan ja monitahoisen.

8 Pohdinta

Tämän kuntoutuksen ohjauksen opinnäytetyön tavoitteena oli kehittää eläinavusteisen valokuvauksen menetelmäopas ja sen kehittämiseen liittyvä raportti, josta menetelmän perusteet ja tieteellinen pohja selviävät. Opinnäytetyön seurauksena molemmat tavoitteet täyttyivät.

Tutkimuskysymyksiä on kaksi: *Mitkä ovat eläinavusteisen valokuvauksen perusteet ja lähtökohdat?* ja *Millaiset ovat eläinavusteisen valokuvauksen vahvuudet ja haasteet?* Vastauksen tutkimuskysymyksiin selvisivät työtä tehdessä.

Eläinavusteinen valokuvaus perustuu luontoavusteisuuteen, eläinavusteisuuteen, valokuvan terapeuttilaiseen voimaan ja voimavaralähtöisyyteen. Lähtökohdat menetelmän käyttämiselle ovat ohjaajan ohjausosaaminen ja ammattimaisuus sekä ohjattavan oma halu menetelmän käyttämiseen.

Eläinavusteisen valokuvauksen vahvuuksina on sen muokattavuus eri asiakkaille, ympäristöille ja tilanteille sopivaksi sekä vahva tutkimuksiin perustuva näyttö menetelmien vaikuttavuudesta kuntoutujan psyykkiseen ja fyysiseen hyvinvointiin. Haasteet liittyvät eläinten ja luontoympäristön kanssa toimimiseen sekä siihen, ettei menetelmä sovi kaikille. Osa ihmisistä ei pidä tai jopa pelkää eläimiä. Myös metsä voi olla jollekin negatiivinen tai jopa pelottava paikka. Kaikki ihmiset eivät pysty toimimaan eläinten kanssa esimerkiksi vaikean allergian vuoksi. Ihmisillä voi olla myös muita terveydellisiä haasteita, jotka estävät menetelmän käyttämisen. Eläimet eivät ole koneita ja niiden kanssa toimimiseen liittyy aina ennalta-arvaamattomia haasteita, joten menetelmää käytettäessä on varauduttava myös siihen, etteivät tilanteet suju suunnitellusti. Eläinten kanssa toimimiseen liittyy vaatimus ohjaajan ammattitaidosta ja ymmärryksestä sekä vaatimus siisteydestä ja hyvästä hygieniasta mahdollisten terveysongelmien välttämiseksi.

Työtä tehdessä piti jo alussa pyrkiä rajaamaan aihe siten, että se on työmäärältään ja aikataulultaan mahdollista toteuttaa, sillä eläinavusteinen valokuvaus menetelmäopas kokoaa yhteen useita teemoja. Seuraavaksi olisi mielenkiintoista hakea asiakasymmärrystä menetelmästä ja kehittää opasta paremmaksi asiakasymmärryksen myötä.

Lopputuloksena työstä on kuitenkin muodostunut ehjä kokonaisuus, jota toivottavasti pystytään hyödyntämään tulevaisuudessa sosiaali-, terveys- ja kasvatusalalla. Luontoavusteisuuden hyödyntäminen tutkitusti vaikuttaa ihmisten hyvinvointiin merkittävästi usealla eri tasolla ja tavalla, mistä syystä sen käyttämistä menetelmänä olisi perusteita lisätä.

8.1 Eettisyys ja luotettavuus

Työn eettisyyden kannalta merkityksellistä on se, että tavoitteet ja työtavat täyttävät etiikan asettamat vaatimukset. Eettisesti kestävä toiminta tarkoittaa yksinkertaisesti sitä, että pyritään toimimaan oikein.

Ihmisten syrjäytyminen on hankala ongelma, jossa yksilö ei löydä omaa paikkaansa tai polkuaan yhteiskunnassa ja sosiaalisessa ympäristössä, jossa elää. Työssä on kehitetty menetelmä, joka auttaa asiakkaita kuntoutumaan ja vahvistumaan. Luonto- ja eläinavusteisuuden hyödyntämisessä on vahvasti mukana luonnon kunnioittaminen ja varjeleminen. Kestävän kehityksen periaatteiden mukaan luontoa ja sen monimuotoisuutta on pyrittävä varjelemaan. Suojelemalla luontoa ja ympäristökasvatuksella varmistetaan samalla luonnon ihmisille tarjoamat hyvinvointivaikutukset (Kestävän kehityksen keskeiset käsitteet n.d).

Työn luotettavuuden kannalta merkityksellistä on luotettavien lähteiden käyttäminen ja tutkijan objektiivisuus. Lähteinä on käytetty vertaisarvioituja tieteellisesti päteviä tutkimuksia ja luotettavaa laadukkaisiin lähteisiin perustuvaa kirjallisuutta. Vaikka lähteet olisivat luotettavia, niin tutkijan omat ajatukset ja ennakkosenteet voivat vaikuttaa siihen mitä lähteitä käytetään tai mitä tietoa sieltä nostetaan työhön.

Tutkijan oma mielenkiinto ja perehtyneisyys asiaan on kaksiteräinen miekka, koska vahva ennakkokäsitys voi vaikuttaa lopputuloksen muodostumiseen. Tässä työssä on etsitty myös sellaista tietoa ja sellaisia näkökulmia, joissa huomioidaan menetelmän haasteita. Esiin on tuotu se, ettei menetelmä sovi kaikille ja riskeistä, joita eläinten kanssa työskentelyyn liittyy. Tutkimusta voi pitää luotettavana laajan laadukkaan lähdeaineiston ja eri näkökulmien sekä haasteiden huomioimisen perusteella.

8.2 Jatkotutkimusehdotukset

Työn tekemisen aikana tutkijalle on muodostunut useita ehdotuksia mahdollisiksi jatkotutkimuksiksi. Menetelmän käyttämisen tuloksista ja vaikuttavuudesta olisi hyvä tehdä kyselytutkimus ja hakea asiakasymmärrystä. Joko laadullinen tutkimus kuntoutukseen osallistuneiden henkilöiden omasta kokemuksesta erityisesti menetelmän vaikuttavuuteen tai

vaihtoehtoisesti määrällinen kyselytutkimus samasta asiasta. Määrällisen tutkimuksen toteutuminen vaatisi riittävän suuren joukon menetelmää kokeneita kuntoutujia.

Toiminnallisuuden merkitys kuntoutujalle on suuri ja sen osuutta eläinavusteisen valokuvauksen vaikuttavuudesta sekä vaikuttavuuden tieteellisen teoriapohjan selvittämisestä voisi tehdä oman erillisen tutkimuksen. Toiminnallisuus liittyy nyt tehtyyn työhön vahvasti, mutta sen tieteellisten perusteiden ja vaikutusmekanismien selvittäminen on oma kokonaisuutensa, että se oli rajattava työn ulkopuolelle.

Menetelmäoppaan kehittämistä voisi laajentaa siten, että se suuntautuu ryhmätoiminnan toteuttamiseen, kohdentuu tietyille asiakasryhmälle tai menetelmän voisi toteuttaa käytännössä pilottiryhmälle ja arvioida menetelmän vaikuttavuutta. Sosiaali-, terveys- ja kasvatustieteiden ammattilaisille suunnatun eläinavusteisen valokuvauksen koulutuksen suunnittelu ja toteutus sekä siitä palautteen keruu ja arviointi toisi menetelmälle lisää näkyvyyttä ja mielenkiintoista tietoa menetelmästä.

Lähteet

Axelin, A., Stolt, M. & Suhonen, R. 2016. Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. Turun yliopiston hoitotieteen laitoksen julkaisuja ja tutkimuksia ja raportteja, sarja A73. Turku: Grano Oy.

Autti-Rämö, I. 2021. Kuntoutuksen vaikuttavuuden arviointi. Lääketieteellinen aikakauskirja duodecim. Viitattu 2.8.2023. <https://www.duodecimlehti.fi/duo16318>.

Caufman, L. 2021. Ratkaisukeskeinen Coaching. Opas myönteiseen muutokseen. Helsinki. Lyhytterapianinstituutti Oy.

Ervast, L., Raukola-Lindblom, M. 2022. Hevoset ja koirat eläinavusteisessa työssä. Tutkittua tietoa ja kokemuksia. Sanasilta Oy.

Frumkin, H., Bratman, G., Breslow, S., Cochran, B., Khajn, P., Lawler, J., Levin, P., Tandon, P., Varanasi, U., Wolf, K., Wood, S. 2017. Nature contact and human health: A research agenda. Viitattu 31.7.2023. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5744722/>.

Gussgard, A., Weese, J., Hensten, A., Jokstad, A. 2019. Dog-assisted therapy in the dental clinic: Part A- Hazards and assessment of potential risks to the health and safety of humans. Viitattu 10.8.2023. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1002/cre2.240>.

Halkola, U., Mannermaa, L., Koffert, T., Koulu, L. 2014. Valokuvan terapeuttinen voima. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Hautamäki, L., Ramadan, F., Vilhunen, T. 2021. Millainen on hyvä eläinavusteinen interventio? Käsikirja eläinavusteisten menetelmien laadukkaaseen toteuttamiseen eri toimintaympäristöissä. Kansaneläkelaitos. Viitattu 28.7.2023. <https://helda.helsinki.fi/server/api/core/bitstreams/06a4187d-0911-4c46-8755-cc16ffbe0c08/content>.

Hautaniemi, L., Ramadan, F., Ranta, P., Haapala, E., Suomela-Markkanen., T. 2018. Eläinavusteinen terapia. Katsaus tutkimuskirjallisuuteen ja toimintaan Suomessa. Kansaneläkelaitos. Viitattu 27.2.2024. <https://helda.helsinki.fi/server/api/core/bitstreams/73194ea1-7d02-435d-86af824dbe2d25fe/content>.

Hinic, K., Kowalski, M., Holtzman, K., Mobus, K. 2019. The effect of a pet therapy and comparison intervention on anxiety in hospitalized children. Viitattu 10.8.2023. [https://www.pediatricnursing.org/article/S0882-5963\(18\)30457-3/fulltext](https://www.pediatricnursing.org/article/S0882-5963(18)30457-3/fulltext).

Kahilaluoma, E. 2021. Eläinavusteinen interventio. Tampere: Voimatassu Oy.

Kahilaluoma, E. 2020. Green Care menetelmäopas. Tampere: Voimatassu Ky. Nekapaino.

Kestävän kehityksen keskeiset käsitteet. Nd. Opetushallitus. Viitattu 17.2.2024.

<https://www.oph.fi/fi/opettajat-ja-kasvattajat/kestavan-kehityksen-keskeiset-kasitteet>.

Kuntoutuksen ohjaaja. Nd. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Viitattu 2.8.2023.

<https://opetussuunnitelmat.peppi.jamk.fi/fi/48/fi/5262/SKO2021SS/year/2021/classification/77>.

Kuntoutuksen ohjaaja edistää työ- ja toimintakykyä. Nd. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Viitattu 2.8.2023. <https://www.jamk.fi/fi/Hae-opiskelemaan/amk-tutkinto/kuntoutuksen-ohjaaja-edistaatyo-ja-toimintakyky>.

Kuntoutussäätiön tuottamasta käsikirjasta tukea eläinavusteisten interventioiden toteuttamiseen. 2022. Kuntoutussäätiö. Viitattu 28.7.

<https://kuntoutussaatio.fi/2021/06/28/kuntoutussaationtuottamasta-kasikirjasta-tukea-elainavusteisten-interventioiden-toteuttamiseen/>

Latvala-Sillman, P. 2018. Työparina koira. Koira sosiaali-, terveys- ja kasvatustyössä. Sanasilta Oy.

Luontohoiva & luontovoima. Nd. Green Care Finland ry. Viitattu 30.2.2023

<https://www.gcf Finland.fi/green-care-/luontohoiva---luontovoima/>

L 1285/2016. Nuorisolaki. Viitattu 19.7.2023. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20161285>.

L 30.12.2014/1301. Sosiaalihuoltolaki. Viitattu 19.7.2023.

<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20141301>.

Meints, K., Brelsford, V L., Dimolareva, M., Maréchal, L., Pennington, K. 2022. Can dog reduce stress levels in school children? Effects of dog-assisted interventions on salivary cortisol in children with and without special educational needs using randomized controlled trials. Viitattu 21.7.2023.

<https://www.proquest.com/docview/2687698390/AF6BDBF76F1E45C3PQ/3>.

Menetelmät. Nd. Green Care Finland ry. Viitattu 2.8.2023. <https://www.gcf Finland.fi/green-care/menetelmat/>

Nuorten syrjäytymisen ehkäisy. 2023. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 28.7.2023

<https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/hyvinvointi-ja-terveys/nuorten-syrjaytymisen-ehkaisy>.

Osallisuus on tunne siitä, että kuuluu johonkin. Nd. Soste Suomen sosiaali ja terveys ry. Viitattu 30.3.2023 <https://www.soste.fi/osallisuus-on-tunne-siita-etta-kuuluu-johonkin/>

Pasanen, T. 2020. Everyday physical activity in natural settings and subjective well-being: Direct connections and psychological mediators. Viitattu 26.4.2021

<https://trepo.tuni.fi/handle/10024/118176>

Roslund, M., Puhakka, R., Grönroos, M., Nurminen, N., Oikarinen, S., Gazali, A., Cinek, O., Kramna, L., Siter, N., Vari, H., Soinen, L., Parajuli, A., Rajaniemi, J., Kinnunen, T., Laitinen, O., Hyöty, H., Sinkkonen, A., ADELE tutkimusryhmä. 2020. Bioersity intervention enhances immune regulation and health-associated commensal microbiota among daycare children. Viitattu 31.7.2023.

<https://www.science.org/doi/full/10.1126/sciadv.aba2578#sec-4>.

Salovuori, T. 2014. Luonto kuntoutumisen tukena. Mediapinta.

Shen, R., Xiong, P., Chou, U. & Hall, B. 2018. We need them as much as they need us: A systematic review of the qualitative evidence for possible mechanism of effectiveness of animal-assisted intervention (AAI) <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30477840/>

Sosiaalihuolto. 2022. Valvira. Sosiaali- ja terveysalan lupa- ja valvontavirasto. Viitattu 2.8.2023. <https://www.valvira.fi/sosiaalihuolto/sosiaalihuollon-ammattioikeudet/kuntoutuksen-ohjaajanhakemusohjeet>

Sosiaalinen kuntoutus. Nd. Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 19.7.2023. <https://stm.fi/sosiaalinen-kuntoutus>.

Sosiaalinen kuntoutus voimavaraistamisena. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2018. Viitattu 29.2.2024- <https://thl.fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/sosku/sosiaalisenkuntoutuksen-opas/sosiaalinen-kuntoutus-voimavaraistamisena>.

THL:n kouluterveyskysely: 8.- ja 9. -luokkalaisten ahdistuneisuus ei osoita laantumisen merkkejä koronan jälkeen, kiusaamista aiempaa enemmän. 2023. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 28.7.2023. <https://thl.fi/fi/-/thl-n-kouluterveyskysely-8.-ja-9.-luokkalaisten-ahdistuneisuus-eiosoita-laantumisen-merkkeja-koronan-jalkeen-kiusaamista-aiempaa-enemman?redirect=%2Ffi%2Fweb%2Flapset-nuoret-ja-perheet>.

Toikko, T. & Rantanen, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittäminen. Näkökulmia kehittämisprosessiin, osallistamiseen ja tiedontuotantoon. Tampere: Tampere University Press.

Tyrväinen, L. 2008. Mitä tiedetään metsän hyödyistä. Duodecim. Viitattu 28.11.2022 <https://www.duodecimlehti.fi/duo14421>

Vaativa lääkinällinen kuntoutus. 2023. Kansaneläkelaitos. Viitattu 28.7.2023. <https://www.kela.fi/etti/Vaatival%C3%A4%C3%A4kinn%C3%A4llinenkuntoutus.pdf?version=1677117967589>.

Liitteet

Liite 1. Eläinavusteinen valokuvaus menetelmäopas (salassa pidettävä)

Liite 2. Eläinavusteinen valokuvaus menetelmäoppaan kansi



ELÄINAVUSTEINEN VALOKUVAUS

menetelmäopas

Jenna Jönkkäri

Liite 2. Eläinavusteinen valokuvaus menetelmäoppaan sisällysluettelo

Sisällysluettelo

Johdanto 4

Eläinavusteinen valokuvaus 5-8

- valokuvauksen vaiheet 7
- esimerkkiasiakas 8

Valokuvan voima 9-10

Eläinavusteisuus 11-12

Luontoavusteisuus 13

Ohjausosaaminen 14

Voimavaralähtöisyys 15

Valokuvaamisen tekninen osaaminen 16-17

Kenelle eläinavusteinen valokuvaus sopii? 18

Lähteet 19

Liitteet

- Asiakashaastattelulomake
- Asiakaspalautelomake

Liite 3. Eläinavusteinen valokuvaus menetelmäoppaan johdanto

Johdanto

Lämpimästi tervetuloa Eläinavusteisen valokuvauksen menetelmäoppaan pariin!

Eläinavusteinen valokuvaus menetelmäopas on suunnattu sosiaali-, terveys-, ja kasvatusalan ammattilaisille.

Halusin kehittää ammattilaisten käyttöön uuden menetelmän, jossa hyödynnetään tutkittuja luonto- ja eläinavusteisuutta, sekä valokuvan voimaa ja ratkaisukeskeisyyttä. Toivon, että saat oppaan avulla työhösi uutta vaikuttavuutta ja uuden innostavan toiminnan asiakastyöhön.

Olen ammattivalokuvaaja ja on ollut hienoa yhdistää intohimoni ja aiempi osaamiseni kuntoutuksen ohjaajan ammattiin.

Kamera työvälineenä, eläin työparina
ja luonto työympäristönä on
taianomainen resepti!

Veneskoscella 16.6 2023
Jenna Jönkkäri



Liite 4. Eläinavusteinen valokuvaus asiakashaastattelulomake



Eläinavusteinen valokuvaus ASIAKASHAASTATTELULOMAKE

Nimi
Ikä
Kotipaikkakunta

Valokuvattavaksi tulee:

Haluan valokuvaukseen, koska: (esimerkiksi; toivon uusia kuvia minusta ja rakkaasta lemmikistäni, haluan ikuistaa itseni minulle tärkeässä miljöössä, haluan valokuvia minulle tärkeästä harrastuksesta, toivon kuvien avulla muuttavani huonoa minäkuvaani tai kehonkuvaani, minusta on vähän valokuvia, haluan ylittää itseni ja mennä hieman mukavuusalueen ulkopuolelle, haluan toteuttaa haaveilemani teemakuvaus jne. – kirjoita toiveitasi vapaasti)

Millaiset luontoelementit miellyttävät minua eniten ja millaisessa miljöössä toivon kuvat otettavan:

Toivoisin, että kuvistani välittyy: (esimerkiksi; minun ja lemmikkini välinen side, itseluottamus ja rohkeus jne.)

Parhaita luonteenpiirteitäni ovat:

Millä sanoilla muut ovat kehuneet minua:

Missä koen olevani hyvä:

Missä muut ovat sanoneet minun olevan hyvä?:

Pidän eniten ulkonäössäni: (esimerkiksi; hiukset, hymy jne.)

Asiat elämässäni, jotka tuovat minulle iloa:

Minulle tärkeitä asioita ja arvoja ovat:

Mitä asiaa tai asioita tehdessäni olen kokenut ajan kuluvan nopeasti, koska tekeminen on ollut niin hauskaa?

Mikä tapahtuma elämässäni on tehnyt minusta vahvemman, rohkeamman ja viisaamman?:

Mitä haluan lisää elämääni?:

Mikä yksittäinen pieni teko/askel johtaisi sitä kohti?:

TAIKAKYSYMYKSI! Jos tapahtuisi taika, että huomenna aamulla herätessäsi olisi elämässäsi asiat muuttuneet, kuten olet unelmoinut – mitä olisi muuttunut?

Muita toiveita valokuvaukseen liittyen:

Liite 5. Eläinavusteinen valokuvaus asiakaspalautelomake



Eläinavusteinen valokuvaus ASIAKASPALAUTELOMAKE

Kuvaile tunteitasi ennen valokuvausta, kirjoita vapaasti:

(Esimerkiksi; olin jännittynyt, huolestunut, innoissani, rauhallinen, iloinen, tyytyväinen, pettynyt, surullinen)

Ruksi sopivin vaihtoehto ennen valokuvausta; Valitse sopivin mielentila 1 (huono) – 5 (hyvä).

1 2 3 4 5

Kuvaile tunteitasi valokuvauksen jälkeen, kirjoita vapaasti:

Ruksi sopivin vaihtoehto valokuvauksen jälkeen; Valitse sopivin mielentila 1 (huono) – 5 (hyvä).

1 2 3 4 5

Vapaa palaute valokuvauksesta: